

領域/科目		融入英語於健體領域 (體育)	設計者	陳俊誠	
實施年級		七年級	總節數	共 1 節，45 分鐘	
單元名稱		體能 E 點通 (康軒健體課本 7 上)			
核心素養		健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並覺察、思辯、人與科技、資訊、媒體互動關係			
學習重點	學習表現	2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性 3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題 4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫	議題融入	學習主題	2C-IV-2表現利他合群的態度.與他人理性溝通與和諧互動 2C-I-1表現尊重的團隊互動行為
	學習內容	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法 Ab-IV-2 體適能運動處方基礎設計原則 Ea-IV-1 飲食的源頭管理與健康的外食 Ea-IV-4 正向的身體意象與體重控制計畫 Ia-IV-1 徒手體操動作組合 Ia-IV-2 器械體操動作組合		實質內涵	性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通.具備與他人平等互動的能力 人 J4 了解平等.正義的原則
教學活動設計					
學習目標	教學活動內容及實施方式			時間	學習字彙或片語
理解課程活動流程安排	<u>〈準備活動〉</u> 一、 Warm up (暖身) T: Everyone line up and spread up. Run 3 laps. Go! 二、 Main teaching (進入主要課程教學) (教師首先介紹體適能中的一個重要元素柔軟度，教師介紹柔軟度的概念及其重要性) T: Today, we are going to learn physical fitness - flexibility 柔軟度 (可用中文說，呈現英語字卡給學生看，順便請學生練習這個字。之後在上課中只使用英文的柔軟度，不再訴諸中文)。 T: Flexibility is very important in your life because it can lower the possibility of getting hurt.			10 分鐘 5 分鐘	1. Fitness-flexibility 2. stretch 3. pass ball(s) 4. sit and reach 5. catch ball(s) 6. turn backward

<p>培養合作 學習能力</p>	<p><u>〈發展活動〉</u> (介紹完之後，進行柔軟度的活動: 接、傳我最行。老師邊說邊示範，要求學生跟著老師做) T: Now, everyone follow me. First, stretch your body. S: (跟隨老師做伸展身體的動作) T: Now, sit on the ground. Keep 1 meter from your partner. (以小組為單位，每人間隔一公尺坐於地上) T: Pass the volleyball to your partner and your hip has to sit on the ground. We call it - sit and reach. (學生用坐姿體前彎的方式傳遞排球) T: Then, when you catch the ball, turn backward and pass it to the next player. The fastest is the winner. (接到球向後轉，傳給下一位，最快組為優勝者)</p>	<p>10分鐘</p>	
<p>了解此堂 課用意</p>	<p>(活動二：介紹接力賽各相關字彙) (傳接棒練習，當你要傳出接力棒時喊：接！) T: When you passing the baton say catch! S: OK! <u>〈綜合活動〉</u> 三、Wrap up (結尾) (老師詢問學生，引導學生將今天做的活動和體適能概念連結) T: Do you remember what we have learned today? S:自由發表 T: Yes, it's about flexibility. How do you feel about? S:自由發表 (最後老師請學生收器材，告知下節上課內容) T: Put the equipment back to the office. We are going to learn Muscular Power 瞬發力(可用中文說) next week. See you next time(week).</p>	<p>10分鐘 10分鐘</p>	<p>7. relay race 8. relay zone 9. runner 10. baton 11. ready、set、go</p>

評量規準：

內容標準	表現等級				
	A	B	C	D	E
表現情形	能 熟練 的表現身體基本能力、動作技巧及操控器具，以增進個人運動技能	能 正確 的表現身體基本能力、動作技巧及操控器具，以增進個人運動技能	能 基本 的表現身體基本能力、動作技巧及操控器具，以增進個人運動技能	能 部分 的表現身體基本能力、動作技巧及操控器具，以增進個人運動技能	未達 D 級
	能 熟練 的將運動規則與技巧應用於活動中，並多元的執行各種戰術、戰略，以完成整體運動表現	能 正確 的將運動規則與技巧應用於活動中，並簡單的執行各戰術、戰略，以完成整體運動表現	能 大致 的將運動規則與技巧應用於活動中，並正確的仿照各種戰術、戰略，以完成整體運動表現	能 部分 的將運動規則與技巧應用於活動中，並在提醒下有限的仿照各種戰術、戰略，以完成整體運動表現	
運動前健康安全問卷使用情形	熟知運動前健康安全問卷內容，並清楚了解運動前危險因子分類評量表的層級標準，及其運動建議。能清楚的運用在生活中	清楚了解運動前健康安全問卷內容與危險因子分類評量表的層級標準，及其運動建議。能藉由參考資訊，運用在生活中	大致了解運動前健康安全問卷內容及危險因子分類評量表的層級標準。須藉由參考資訊，才能了解各層級的運動建議	部分了解運動前健康安全問卷內容及危險因子分類評量表的層級標準。須藉由參考資訊，才能有限的了解各層級的運動建議	未達 D 級
運動課程設計	熟知運動處方設計原則，並能實際設計一個運動課程	清楚了解運動處方設計原則，並能藉由引導資訊，設計一個運動課程	尚了解運動處方設計原則，並能藉由引導資訊，設計一個運動課程	藉由引導資訊，可了解運動處方設計原則，但無法設計一個運動課程	未達 D 級