




110學年度第一學期嘉義市文雅國民小學 三年級英語融入體育領域教學之教案設計

主 題	名 稱	教 學 週 次
開學準備/前測週Preparation		第01 週
校訂課程~~游泳週Swimming		第02-07週
一 Unit 1	肢體運動王 Rolling & Jumping	第 08~10 週
二 Unit 2	接力遊戲 Relay Games	第 11~13 週
三 Unit 3	歡欣土風舞 Folk Dance	第14~16 週
四	快樂傳接球 Basketball so Fun	第 17~19 週
期 末 考		第20 週

體育領域沉浸式英語教學教案設計-主題一

主題名稱	肢體運動王 Rolling & Jumping		教學設計者	陳思潔
教學對象	三年級		教學節次	6 節課(40 分鐘/每節)
學 習 重 點	學 習 表 現	健體領域： 1c-II-1認識身體活動的基本動作技能。 2c-II-2表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3d-II-1運用動作練習的學習策略。 4a-II-2展現促進健康的行為	核 心 素 養	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的特質。
	學 習 內 容	英語領域： 1-II-7 能聽懂課堂中所學的字詞。 健體領域： Bc-II-2運動與身體適能相關保健知識。 Cb-II-1安全規則的遵守、運動促進發展相關知識。 Ia-II-1滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。 英語領域： Ac-II-7簡易的教室用語		健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動，並與團隊成員合作，促進身心健康。
				英-E-A1 具備認真專注的特質及良好的學習習慣，嘗試

		運用基本的學習策略，強化個人英語文能力。
學習目標	<p>健體領域：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.瞭解滾翻的動作要領、安全地做出動作，和同伴快樂參與學習活動。 2.瞭解移動設備的器材名稱及使用方法，做出原地撐箱跳、踏越跳箱、空中姿勢、安全落地與綜合練習等動作，培養認真參與學習及愛好運動的習慣。 <p>英語領域：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.瞭解簡易的英語教室用語。 2.認真學習簡易英語教室用語。 3.能使用簡易英語教室用語。 	
設計理念	學會體操運動基本動作，表現身體的協調性，在少量時間中，獲得最大的健康效果，增進心肺功能，同時也感受同儕互助與成功的喜悅，愛上運動，把運動視為日常生活的必需，是本單元設計主要理念。	
教學方法	<ol style="list-style-type: none"> 1.直接教學法(講述) 2.動作示範 3.小組合作 4.影片或圖片輔助說明 	
英語學習 content vocabulary / sentences patterns	<p>Language of Learning (content-driven)</p> <p>tuck 團身 egg rolls 團身搖籃 log/sausage/pencil rolls 直身側滾翻 egg/sideways tucked rolls 團身測滾翻 forward rolls 前滾翻 backward rolls 後滾翻 vaulting box/box horse 跳箱 spring board 踏板 mat 地墊</p> <p>Language for Learning (Classroom English)</p> <p>Eyes center 中央伍為準 Eyes front 向前看齊 Hands forward 向前看 Hands down 手放下 Wings span 手向兩旁打開伸直 Eyes on me 看老師 Eyes on you 我會注意看老師 Listen up 注意聽</p> <p>Q: How many laps do we run? 老師: 今天我們跑操場幾圈? A: We run for ____ laps. 學生: 我們跑____圈。</p>	

教學活動 (主題一)	教具	評量
<p>Class 1 (40分鐘)</p> <p>引起動機(10分)</p> <p>Warm up routine 暖身運動</p> <p>Teacher: How many laps do we run? 老師: 今天我們跑操場幾圈?</p> <p>Students: We run for ____ laps. 學生: 我們跑__圈。</p> <p>1. Do a gentle jogging around the sports field. (Just jog slowly.) (3 minutes) 慢跑操場(圈數按月逐漸累加, 一開始跑兩圈)</p> <p>https://youtu.be/L_A_HjHZxfI Kids workout 1 Beginners (參考)</p>		<p>實作觀察</p> <p>口頭評量</p>
<p>2. Neck (forward, backward, both sides) 脖子扭轉</p> 	<p>3. Shoulders Rotations (to front and back) 肩膀扭轉</p> 	
<p>4. Hips (from the left to the right) 左右扭屁股</p> 	<p>5. Butt Kicks 踢臀跑</p> 	

6.Reach and Squat 伸展與深蹲



7.Windmills 手碰腳尖(風車)



8.High Knees(Jog in Place) 高抬腿



9.Jumping Jacks 開合跳



10. Punches 打拳



11. Jump Rope 跳繩



瑜珈墊(每生)
教師觀察
學生實作
口語回答

發展活動(25分)

Egg Roll 團身搖籃(10分)

教師示範：

Lie on your back. Hug your knees to your chest, elbows into your sides, chin tucked between your knees. Roll sideways first. Then, roll forward and backwards.

背部貼緊地面，團身抱住自己，下巴收緊，雙手環抱膝蓋，先左右滾動，再前後滾動。

<p>Teacher : Everyone, get a mat. Place the mat on the ground. Make sure you have enough space. Let's practice egg rolls. Be safe. Don't get hurt.</p> <p>Students : OK.</p> <p>教師行間巡視，確認學生動作正確。</p> <p>Log Roll 直身側滾翻(15分)</p> <p>In front-lying position, arms extended overhead and hands clasped, make yourself as long as you can. Keep your feet together. Roll onto your side, your back and your tummy.</p> <p>躺下(肚子朝下)手伸直，雙手合掌伸展過頭，身體拉長，側滾翻(側邊，背部最後是肚子著地)</p> <p>綜合活動(5分)</p> <p>Review.</p> <p>Teacher : We learn to do egg rolls.</p> <p>Students : Egg rolls.</p> <p>Teacher : We learn to do log rolls.</p> <p>Students : Log rolls.</p> <p>Teacher : Roll your mat and put it into the bag.</p> <p>重點歸納</p> <p>Class 2 (40分鐘)</p> <p>引起動機(10分)</p> <p>Warm up routine 暖身運動</p> <p>發展活動</p> <p>Sideways Tucked Rolls 團身側滾翻(10分)</p> <p>Lie on your back. Hug your knees to your chest, elbows into your sides, chin tucked between your knees. Roll sideways.</p> <p>先做團身搖籃動作，再朝側面滾。</p> <p>Forward Rolls on Mats 斜坡滾翻(15分)</p> <p>Place a mat over the springboard. Squat with your arms across your chest. Place two hands on the mat. Without touching your head, do a forward roll, land on shoulder tops, and make sure your head is well-tucked under. Finish in a standing position. Stand still for 3 seconds.</p>	<p>瑜珈墊(每生)</p> <p>軟墊 跳板</p>	<p>教師觀察 口語評量</p> <p>教師觀察 實作評量</p> <p>教師觀察 實作評量</p> <p>口語評量</p>
--	---------------------------------	--

蹲下雙腳併攏在地墊高處，雙手撐地，頭確實收進靠胸緊縮下巴，前滾翻時頭不碰地，翻完後抱腿起身，站立三秒。

綜合活動(5分)

Review.

重點歸納

Class 3 (40分鐘)

引起動機

Warm up routine 暖身運動(10分)

發展活動

Forward Rolls 平面前滾翻(10分)

Squat with your arms across your chest. Place two hands on the mat. Without touching your head, do a forward roll, land on shoulder tops, and make sure your head is well-tucked under. Finish in a standing position. Stand still for 3 seconds.
雙手撐地，頭確實收進靠胸緊縮下巴，前滾翻時頭不碰地，翻完後抱腿起身，站立三秒。

Roll & Play 滾翻猜拳(5分)

Two students stand by two sides of the mat. Face each other. Both roll forwards for one time at the same time. Then stand up and say, "Rock, paper, scissors!" and the team of the winner gets one score.

兩人分別站在地墊兩端，同時做1次前滾翻後，起身猜拳，贏者隊伍得一分。

Backwards Roll 後滾翻(10分)

Start in the squat position with your back to the mat. 先蹲下，背面向地墊方向
Place both hands pointing back over the shoulders with the palms-up and the thumbs near the neck. 雙手掌心朝上，放肩膀兩旁，大拇指靠近脖子

Tuck the chin down onto the chest. 緊縮下巴靠近胸腔

Sit down on the mat and push backwards, keeping in the tucked position.

坐下後用腳的力量向後推，維持緊縮下巴

Roll on your back. 用背滾動

瑜珈墊(每生)

教師觀察
實作評量
口語評量

教師觀察
口語發表

<p>Push off the mat with your hands. 用手推墊子。</p> <p>Land in the squat position on the toes. 回復蹲下姿勢，腳著地後再站立</p> <p>綜合活動(5分)</p> <p>Review.</p> <p>重點歸納</p> <p>Class 4 (40分鐘)</p> <p>引起動機(10分)</p> <p>Warm up routine 暖身運動</p> <p>發展活動</p> <p>flat hands front support and on-spot two-foot jumping 原地撐箱跳(10分)</p> <p>Two students stand by two sides of a vaulting box. Place hands flat on the top of the box, spring with a two-foot jump and then do a safe landing. Every student take turns to do it for at least three times.</p> <p>跳箱兩端各站一位學生，雙手平放壓在箱上，雙腳併腿向上跳，再併腿落下。每生輪流至少每人做三次。</p> <p>run in, spring, and land 助跑踏跳(10分)</p> <p>Approach, run in, spring on the springboard with a one-foot take-off, and land on both feet.</p> <p>助跑三至五步，單腳踩踏板起跳，雙腳落地。</p> <p>run in, spring, do a half-turn and land 助跑踏跳轉半圈(5分)</p> <p>Do a half-turn to finish facing the springboard (CW or CCW). Land softly and hold balance.</p> <p>踩踏板後，空中轉半圈，面向踏板安全落地(可順時針或逆時針方向轉)</p> <p>綜合活動(5分)</p> <p>Review.</p> <p>重點歸納</p> <p>Class 5 (40分鐘)</p> <p>引起動機(10分)</p> <p>Warm up routine 暖身運動</p>	<p>三層跳箱</p> <p>跳板</p> <p>軟墊 二層跳箱 跳板</p>	<p>教師觀察 實作評量</p> <p>教師觀察 口語發表</p> <p>教師觀察 實作評量</p>
--	---	--

<p>發展活動</p> <p>Jump over the box 跨越跳箱(25分)</p> <p>Approach, run in, spring, jump on the box and do two-foot landing safely. 助跑，踩踏板，踏越跳箱，雙腳落地。</p> <p>Approach, run in, spring, jump over the box and do single-leg landing safely. 助跑，踩踏板，跨越跳箱，單腳落地</p> <p>綜合活動(5分)</p> <p>Review.</p> <p>重點歸納</p> <p>Class 6 (40分鐘)</p> <p>引起動機(10分)</p> <p>Warm up routine 暖身運動</p> <p>發展活動</p> <p>Running (10分)</p> <p>Form two players as a group. Line up on the lane. Run at the same time, then the latter runs pass the former from the right-hand side. And repeat. 兩人一組，前後跑，後者從右側跑超越前者，以此類推。</p> <p>Form six players as a group. Line up on the lane. Run at the same time, then the last one runs pass the former ones from the right-hand side. And repeat. 六人一組，前後跑，最後者從右側跑超越前者直至最前方，以此類推。</p> <p>Run into Hula Hoops 踩圈遊戲(15分)</p> <p>Place six hula hoops in a row on the ground. Kids run in and jump into hula hoops with single leg and then land safely. 地面上排6個呼拉圈，學生輪流單腳跳呼拉圈，並雙腳落地。</p> <p>綜合活動(5分)</p> <p>Review.</p> <p>重點歸納</p>	<p>呼拉圈</p>	<p>教師觀察 口語發表</p> <p>教師觀察 實作評量</p>
---	------------	---