

三年級上學期體育活動雙語教學課程架構
高雄市中芸國民小學

| | | | | | |
|-------|---|-------|---------------|----|----|
| 教學單元一 | 跑步真有趣 | 教學設計者 | 中芸國小 梁家祥教師 | | |
| 教學對象 | 國小三年級 | 教學節次 | 共_6_節，_240_分鐘 | | |
| 能力指標 | 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，發展運動與保健的潛能。 | | | | |
| 學習目標 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 能夠體會跑步速度的變化。 2. 能夠學會跑步時運用上肢擺動和掌握身體重心。 3. 能夠運用下肢加強跑步的速度。 4. 能夠知道團隊合作的重要性。 5. 能夠說出如何運用策略，提升運動效果。 | | | | |
| 課程安排 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 快快慢慢紅綠燈。 2. 前後左右老師說。 3. 鬼抓人真有趣。 4. 大家一起來拔菜。 5. 前前後後越跳越有趣。 6. 又跑又跳真刺激。 | | | | |
| 教學活動 | | | 時間 | 教具 | 評量 |

第一節：

3

一·說明上課內容及規範

1. 教師說明上課時要遵守的內容以及注意事項。
仔細聆聽、保持安靜、舉手發言、喝水、停止動作、休息
起立、蹲下、坐下、看老師示範、練習、加(減)分、排隊

- ✓ Classroom English
- Listen carefully.
- Be quiet.
- Raise your hand to speak.
- Drink some water.
- Stop.
- Take a break.
- Stand up.
- Sit down.
- Squat down.
- Eyes on me.
- Do as I do.
- Let's practice.
- Get/ Lose 1 point.
- Line up.

二·暖身活動

5

1. 隊伍整隊並展開運動隊型：
集合、中央伍為準、散開、前後對齊、左右對齊
2. 進行暖身操：
數1-8、更換下一個動作
3. 收操集合
中央伍為準、集合

- ✓ Warm-up
- Assemble.
- Center hands up.
- Spread out.
- Eyes front/ left/ right.
- Count from 1 to 8.
- Change.
- Center hands up.
- Assemble.

三·引起動機(快慢速度的轉換)

5

1. 教師說明規則
師：分成兩隊，一隊站左邊，一隊站右邊。
師：看老師示範：跑、快跑、慢慢跑。
師：輪到你們，聽口令，然後開始。
從起點跑到終點。
然後排好蹲下。

(學生開始練習)

T: Please divide into two groups. One to my left, the other to my right.

T: Do as I do. run/ sprint/ jog.

T: Now it's your turn. Line up and squat down.

Run from starting line to finishing line.

Ready, set, go.

2. 教師提問與學生觀察並分享

師：你喜歡跑、快跑、慢慢跑？

師：哪一種比較快呢？

T: Do you like to run / sprint/ jog? Why?

T: Which way can help you move faster?

2

3. 教師改變規則

師：從起點跑到終點時，會聽到跑、快跑、慢慢跑。

師：依口令的內容改變跑步的速度

T: Please run from starting line to finishing line. You will hear run / sprint/ jog.
Change your speed by the directions

10

(一開始，教師可以先挑選兩種口令實施，待學生都已經就悉時，再加入第三種口令。)

師：聽口令。Listen!

(以下為舉例示範，教師可以學生實際學習狀況調整)

師：跑～快跑。Run and sprint.

師：慢慢跑～快跑。Jog and sprint.

師：跑～快跑～慢慢跑。Run, sprint and jog.

師：快跑～慢慢跑～快跑。Run, jog and sprint.

(以上口令的變換時間，依教師實際教學為主。)

(學生開始練習)

四·發展活動(遊戲:紅綠燈)

12

1. 熱身活動(Engagement)

教師提問

師：你們知道馬路上的「紅綠燈」有什麼功用嗎？它的顏色代表什麼意思呢？

T: What's the function of traffic lights?

What colors do you see?

What's the meaning of the three colors?

教師說明規則

師：分成兩隊，一隊站左邊，一隊站右邊。

師：「紅燈」，停下腳止，靜止不動。

師：「黃燈」，慢慢跑。

師：「綠燈」，快跑。

T: Please divide into two groups. One to my left, the other to my right.

When you listen "it's red", you need to stop.

When you listen "it's yellow", you need to jog.

When you listen "it's green", you need to sprint.

(教師也可以準備符合該燈號顏色的三角錐或多功能標示圓盤，來替代口令)

(學生開始練習)

2. 挑戰活動(Just challenge)

教師說明規則

師：分成兩隊，一隊站左邊，一隊站右邊。

師：最先抵達終點的隊伍，加「1」分。

師：有遵守「紅綠燈」指示的，加「1」分。

師：沒有遵守「紅綠燈」指示的，扣「1」分。

(在遊戲過程中，教師可以請學生協助判斷。)

(學生開始挑戰)

T : Please divide into two groups. One to my left, the other to my right. The group who arrive at finishing line first can get 1 point.

If you are right, you can get 1 point.

If you are wrong, you will lose 1 point.

五·綜合活動(觀察與分享)(Observation)(Yes, we made it!)

1. 教師提問

師：如果你和同學都是同一種跑法，為什麼不會同時抵達終點呢？

師：你認為怎麼做可以幫助自己跑得更快呢？

T : Can all of you arrive at the finishing line at the same time? Why?

In your opinion, how do you increase your speed ?

2. 學生觀察並分享

(將學生分享的結果記錄下來，並作為下一節課引起動機的課程內容)

3

口頭
發表

第二節：

一·說明上課內容及規範

1. 教師說明上課時要遵守的內容以及注意事項。
仔細聆聽、保持安靜、舉手發言、喝水、停止動作、休息
起立、蹲下、坐下、看老師示範、練習、加(減)分、排隊
✓ Classroom English

3

二·暖身活動

1. 隊伍整隊並展開運動隊型：
集合、中央伍為準、散開、前後對齊、左右對齊
2. 進行暖身操：
數1-8、更換下一個動作
3. 收操集合
中央伍為準、集合
✓ Warm-up

5

三·引起動機

1. 請學生示範上一節課分享的結果。
T: Please share what you found in the previous lesson and show us.
2. 教師說明規則
師：分成兩隊，一隊站左邊，一隊站右邊。
師：看老師示範：上肢擺動。
師：輪到你們，聽口令，然後開始。
(學生開始練習)
T: Please divide into two groups. One to my left, the other to my right.
T: Do as I do. Swing your arms forward.
T: Now it's your turn. Listen and do it. Swing your arms.

2

具體
操作

3

3. 教師增加規則
師：看老師示範：上肢向前(向後、向左、向右)擺動。
師：輪到你們，聽口令，然後開始。
(學生開始練習)
T: Do as I do. Swing your arm forward / backward/ leftward/ rightward.
T: Now it's your turn. Listen and do it.

3

4. 教師增加規則
師：看老師示範：上肢向前擺動，
然後身體向前(向後、向左、向右)。
師：輪到你們，聽口令，然後開始。
(學生開始練習)
T: Do as I do. Swing your arm forward and move your body forward / backward/
leftward/ rightward.
T: Now it's your turn. Listen and do the action.

3

四·發展活動

(先將學生分成兩兩一組。)

1. 熱身活動(Engagement)
1-1. 教師說明規則
師：互相猜拳(Rock, paper, scissors)，獲勝的人用英語下口令。
獲勝：上方。(對方要上肢向前擺動。)
獲勝：下方。(對方要上肢向後擺動。)

6

獲勝:左方。(對方要上肢向左擺動。)

獲勝:右方。(對方要上肢向右擺動。)

師:開始。

(學生開始練習)

T: Work in pairs. Play rock, paper, scissors with your partner. The winner can ask the other to swing arms forward / backward/ leftward/ rightward.

1-2. 教師改變規則

教師加入身體重心的控制。

改成:

獲勝:上方。(對方要身體向前,上肢向前擺動。)

獲勝:下方。(對方要身體向後,上肢向前擺動。)

獲勝:左方。(對方要身體向左,上肢向前擺動。)

獲勝:右方。(對方要身體向右,上肢向前擺動。)

(學生開始練習)

T: Let's move your center of gravity. Play rock, paper, scissors with your partner. The winner can ask the other to swing arms forward and move body forward / backward/ leftward/ rightward.

2. 挑戰活動(Just challenge)

(遊戲:老師說)

2-1. 教師說明規則

師:分成兩隊,一隊站左邊,一隊站右邊。

師:『老師說,上肢向前擺動。』

你們上肢向前擺動,

從起點跑到終點。

然後排好蹲下。

師:『老師說,上肢向前擺動,然後身體向前。』

你們上肢向前擺動,然後身體向前

從起點跑到終點。

然後排好蹲下。

(學生開始練習)

T: Please divide into two groups. One to my left, the other to my right. When you hear Simon says, you have to follow directions.

T: Simon says: Swing your arms forward. Line up and squat down. Run from starting line to finishing line.

Ready, set, go.

T: Simon says: Swing your arms forward and move your body forward.

2-2. 教師說明規則

師:分成兩隊,一隊站左邊,一隊站右邊。

師:最先抵達終點的隊伍,加「1」分。

師:有遵守「老師說」指示的,加「1」分。

師:沒有遵守「老師說」指示的,扣「1」分。

(在遊戲過程中,教師可以請學生協助判斷。)

(學生開始挑戰)

T: Please divide into two groups. One to my left, the other to my right. The first one arrive at finishing line can get 1 point.

If you are right, you can get 1 point.

If you are wrong, you will lose 1 point.

五·綜合活動(觀察與分享)(Observation)(Yes, we made it!)

3

口頭
發表

1. 教師提問

師：你認為上肢的擺動有沒有增加跑步速度？

師：你認為上肢擺動的方向對跑步速度有沒有影響？如果有，應該要怎麼擺最有利呢？

師：你認為身體重心的控制有沒有增加跑步速度？

師：你認為身體重心控制的方向對跑步速度有沒有影響？如果有，重心向何種方向最有利呢？

T: Can you run faster by swinging your arms?

Which one causes you to run faster? swing arms forward / backward/ leftward/ rightward.

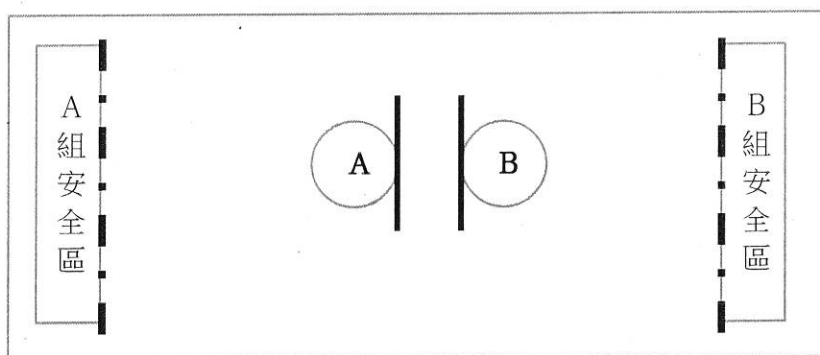
Do you think move your center of gravity can help you run faster?

Which one causes you to run faster? Move body forward / backward/ leftward/ rightward.

2. 學生觀察並分享

| | | |
|---|---|----------|
| 第三節： | 3 | 具體 操作 |
| 一·說明上課內容及規範 | 5 | |
| 1. 教師說明上課時要遵守的內容以及注意事項。 仔細聆聽、保持安靜、舉手發言、喝水、停止動作、休息 起立、蹲下、坐下、看老師示範、練習、加(減)分、排隊 ✓ Classroom English | | |
| 二·暖身活動 | | |
| 1. 隊伍整隊並展開運動隊型： 集合、中央伍為準、散開、前後對齊、左右對齊 2. 進行暖身操： 數1~8、更換下一個動作 3. 收操集合 中央伍為準、集合 ✓ Warm-up | | |
| 三·引起動機 | 3 | |
| 1. 教師說明規則 師：分成兩隊，一隊站左邊，一隊站右邊。 師：看老師示範：衝刺跑。 師：輪到你們，聽口令，然後開始。 從起點跑到終點。 然後排好蹲下。 | | |
| <u>(學生開始練習)</u> T: Please divide into two groups. One to my left, the other to my right. T: Do as I do. Sprint T: Now it's your turn. Line up and squat down. Sprint from starting line to finishing line. Ready, set, go. | | |
| 2. 教師增加規則 師：看老師示範： 先拍手後再衝刺跑。 先跳躍後再衝刺跑。 先蹲下去再站起來衝刺跑。 師：輪到你們，聽口令，然後開始。 從起點跑到終點。 然後排好蹲下。 | 7 | |
| <u>(學生開始練習)</u> T: Do as I do. Clap your hands and sprint. Jump and sprint. Squat, stand up and sprint. T: Now it's your turn. Line up and squat down. Let's do it from starting line to finishing line. Ready, set, go. | | |
| 四·發展活動(鬼抓人) | 8 | |
| 1. 熱身活動(Engagement) 1-1. 教師說明規則 a. 先請兩隊學生分別站到教師左右兩邊，A、B兩隊每次各派一位挑戰者出列，挑戰者 | | |

所站位置如下：



b. 兩位挑戰者面對面猜拳，獲勝的人要去抓輸的人，輸的人要轉身跑回自己的安全區內，才算安全。

(學生開始練習)

T: Please divide into two groups. One to my left, the other to my right.

It's a one-on-one game. Players play rock, paper, scissors first. The winner have to catch the other who is running for the safety zone.

2. 挑戰活動(just Challenge)

2-1. 教師提問與學生觀察並分享

師：要如何做，才能抓住對方或不被對方抓住。

T: Please share how to catch the other easier or how to avoid being caught?

2-2. 再次實作。

師：能成功抓到人，獲得「1」分。

T: Let's try again. If you can catch the other, you can get one point.

(學生開始挑戰)

五·綜合活動(觀察與分享)(Observation)(Yes, we made it!)

師：請分享心得。

T: Please share your thought on how to run faster.

3

口頭
發表

8

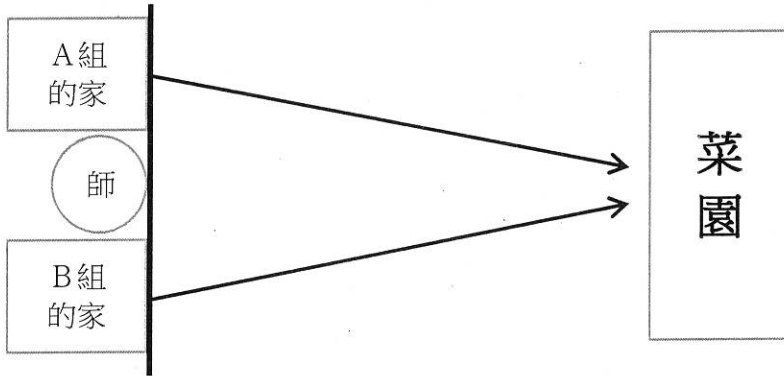
3

| | | | |
|--|---|--|----------|
| <p>第四節：</p> <p>一·說明上課內容及規範</p> <p>1. 教師說明上課時要遵守的內容以及注意事項。 仔細聆聽、保持安靜、舉手發言、喝水、停止動作、休息起立、蹲下、坐下、看老師示範、練習、加(減)分、排隊</p> <p>✓ Classroom English</p> | 5 | | |
| <p>二·暖身活動</p> <p>1. 隊伍整隊並展開運動隊型： 集合、中央伍為準、散開、前後對齊、左右對齊</p> <p>2. 進行暖身操： 數1~8、更換下一個動作</p> <p>3. 收操集合 中央伍為準、集合</p> <p>✓ Warm-up</p> | 3 | | |
| <p>三·引起動機</p> <p>1. 教師說明規則</p> <p>師：分成兩隊，一隊站左邊，一隊站右邊。 師：看老師示範：衝刺跑。 師：輪到你們，聽口令，然後開始。 從起點跑到終點。 然後排好蹲下。</p> <p><u>(學生開始練習)</u></p> <p>T: Please divide into two groups. One to my left, the other to my right. T: Do as I do. Sprint T: Now it's your turn. Line up and squat down. Sprint from starting line to finishing line. Ready, set, go.</p> <p>2. 教師增加規則</p> <p>師：看老師示範： 先轉身後再衝刺跑。 先拍手後再衝刺跑。 先拋接球再起來衝刺跑。</p> <p>T: Do as I do. Turn around and sprint. Clap your hand and sprint. Catch the ball and sprint.</p> <p>師：輪到你們，聽口令，然後開始。 從起點跑到終點。 然後排好蹲下。</p> <p><u>(學生開始練習)</u></p> <p>T: Now it's your turn. Line up and squat down. Sprint from starting line to finishing line. Ready, set, go.</p> | 7 | | 具體 操作 |
| <p>四·發展活動(拔菜)</p> <p><u>(先將學生分成兩隊。)</u> <u>(準備道具:多功能圓盤或三角錐)</u></p> | 5 | | |

1. 熱身活動(Engagement)

1-1. 教師說明規則

a. 先請兩隊學生分別站到教師左右兩邊，A、B兩隊每次各派一位挑戰者出列，挑戰者所站位置如下：



b. 當老師說開始時，各隊的挑戰者要去菜園拔一棵菜，將菜帶回自己的家中，接著換下一位出發。

c. 當菜園裡的菜被拔完時，遊戲結束，並計算兩組家中的菜量，最多者獲勝（每一棵菜算1分）。

（學生開始練習）

T: Please divide into two groups. One to my left, the other to my right. Players have to move to the your farm one by one and pick one vegetable. The group who have more vegetables is the winner.

2. 挑戰活動(just Challenge)

2-1. 教師改變規則並再次實作

a. 每一位挑戰者可以去菜園拔一棵菜，當手中有菜時，可以再去對方家中偷菜，一次只能偷一棵。

b. 對方若抓住偷菜賊，則可以獲得偷菜賊全部的菜。

c. 若能成功帶回家，則皆算分。

（學生開始挑戰）

T: When players move to the your farm and pick one vegetable, players can also steal others vegetables, one at a time. Players who catch the thief can get vegetables from the thief. The group who have more vegetables is the winner.

五·綜合活動（觀察與分享）(Observation) (Yes, we made it!)

師：請兩方隊伍各自討論要如何才能拔到最多菜。

（學生再次挑戰）

師：請分享心得。

T: Discuss how to pick vegetables as many as you can?

T: Please share your thought.

7

2
5
3

口頭
發表

第五節：

一·說明上課內容及規範

1. 教師說明上課時要遵守的內容以及注意事項。
仔細聆聽、保持安靜、舉手發言、喝水、停止動作、休息
起立、蹲下、坐下、看老師示範、練習、加(減)分、排隊
✓ Classroom English

3

二·暖身活動

1. 隊伍整隊並展開運動隊型：
集合、中央伍為準、散開、前後對齊、左右對齊
2. 進行暖身操：
數1~8、更換下一個動作
3. 收操集合
中央伍為準、集合
✓ Warm-up

5

三·引起動機

1. 教師說明規則
師：分成兩隊，一隊站左邊，一隊站右邊。
師：看老師示範：
兔子跳、青蛙跳、僵屍跳
T: Please divide into two groups. One to my left, the other to my right.
T: Do as I do. Jump like a rabbit/ frog/ zombie

10

師：輪到你們，聽口令，然後開始。
從起點跑到終點。
然後排好蹲下。

T: Now it's your turn. Line up and squat down.
Jump from starting line to finishing line.
Ready, set, go.

(學生開始練習)

(教師可以在中途變換口令，增加挑戰性。)

(教師可以替換內容，旨在讓學生能運用下肢力量)

12

四·發展活動

(準備道具:繩梯)

1. 熱身活動(Engagement)

1-1. 教師說明規則

師：分成兩隊，一隊站左邊，一隊站右邊。

師：看老師示範：

左單腳跳、右單腳跳、雙腳併攏跳、
開合跳、隔一間格跳、

T: Please divide into two groups. One to my left, the other to my right.

T: Do as I do. left leg hop/right leg hop/
two footed jumps/ jumping jacks/ hop two forward

師：輪到你們，聽口令，然後開始。

從起點跑到終點。

然後排好蹲下。

T: Now it's your turn. Line up and squat down.

| | | | |
|---|---|--|------------------|
| <p>Jump from starting line to finishing line. Ready, set, go. <u>(學生開始練習)</u> <u>(教師可以在中途變換口令，增加挑戰性。)</u> <u>(教師可以替換內容，旨在讓學生能運用下肢力量)</u></p> <p>2. 挑戰活動(just Challenge) 2-1. 教師說明規則抬腿跑(high knee run)。 師：分成兩隊，一隊站左邊，一隊站右邊。 師：看老師示範：抬腿跑。 師：輪到你們，聽口令，然後開始。 從起點跑到終點。 然後排好蹲下。 T: Please divide into two groups. One to my left, the other to my right. T: Do as I do. Do the high knee run. T: Now it's your turn. Line up and squat down. Let's do the high knee run from starting line to finishing line. Ready, set, go. <u>(學生開始練習)</u> <u>(從起點端跑至終點線為止)</u></p> | 7 | | <u>具體 操作</u> |
| <p>五·綜合活動(觀察與分享)(Observation)(Yes, we made it!)</p> <p>1. 教師提問 師：你認為和先前的自己比較，跑步速度有沒有變快？</p> <p>2. 學生觀察並分享 T: Do you run faster after the training? Why or why not?</p> | 3 | | <u>口頭 發表</u> |

| | | | |
|--|----|--|------|
| <p>第六節：</p> <p>一·說明上課內容及規範</p> <p>1. 教師說明上課時要遵守的內容以及注意事項。 仔細聆聽、保持安靜、舉手發言、喝水、停止動作、休息 起立、蹲下、坐下、看老師示範、練習、加(減)分、排隊 ✓ Classroom English</p> | 3 | | |
| <p>二·暖身活動</p> <p>1. 隊伍整隊並展開運動隊型： 集合、中央伍為準、散開、前後對齊、左右對齊</p> <p>2. 進行暖身操： 數1~8、更換下一個動作</p> <p>3. 收操集合 中央伍為準、集合 ✓ Warm-up</p> | 5 | | |
| <p>三·引起動機</p> <p>1. 教師說明規則</p> <p>師：分成兩隊，一隊站左邊，一隊站右邊。 師：今天我們要復習跳躍運動，幫助你們練習運用腿部（下肢）的力量，增加跑步速度。 師：看老師示範： 先兔子跳，然後再衝刺跑。 先青蛙跳，然後再衝刺跑。 先僵屍跳，然後再衝刺跑。</p> <p>T: Please divide into two groups. One to my left, the other to my right. Let's review jumping exercises. It helps you to improve your strength and increases running speed. T: Do as I do. Jump like a rabbit and sprint. Jump like a frog and sprint. Jump like a zombie and sprint.</p> <p>師：輪到你們，聽口令，然後開始。 從起點跑到終點。 然後排好蹲下。</p> <p>T: Now it's your turn. Line up and squat down. Let's jump and do the high knee run from starting line to finishing line. Ready, set, go.</p> <p><u>(學生開始練習)</u> <u>(教師可以替換內容，旨在讓學生能運用下肢力量)</u></p> | 12 | | |
| <p>四·發展活動</p> <p><u>(準備道具:三角錐或多功能圓盤)</u></p> <p>1. 熱身活動(Engagement)</p> <p>1-1. 教師說明規則</p> <p>師：看老師示範： 起跑時，腿抬高，跨過障礙物，跑向終點。</p> <p>T: Do as I do. Raise your knees before you run and jump over cones to finishing line.</p> | 7 | | 具體操作 |

| | | | |
|---|----|--|-------------|
| <p>師：輪到你們，聽口令，然後開始。 從起點跑到終點。 然後排好蹲下。 T: Now it's your turn. Line up and squat down. Let's do it from starting line to finishing line. Ready, set, go. <u>(學生開始練習)</u></p> | | | |
| <p>2. 挑戰活動(just Challenge) 2-1. 統整先前課程內容，教師說明規則 師：看老師示範： 衝刺跑、上肢擺動、身體(重心)向前、腿抬高 師：輪到你們，聽口令，然後開始。 從起點跑到終點。 然後排好蹲下。 T: Do as I do. Sprint. /Swing your arms forward. /Move your body forward. /Raise your knees. T: Now it's your turn. Line up and squat down. Let's do it from starting line to finishing line. Ready, set, go. <u>(學生開始練習)</u></p> | 10 | | |
| <p>五·綜合活動(觀察與分享)(Observation)(Yes, we made it!) 1. 教師提問 師：你認為和先前的自己比較，跑步速度有沒有變快？ T: Do you run faster after the training? Why or why not? 2. 學生觀察並分享</p> | 3 | | <u>口頭發表</u> |

四年級上學期體育活動雙語教學課程架構
高雄市中芸國民小學

1. 教學單元主題與週次

| 單元 | 名稱 | 教學週數 |
|----|-----|------|
| 一 | 籃球 | 3 |
| 二 | 躲避球 | 3 |
| 三 | 體適能 | 3 |
| 四 | 接力 | 3 |

2. 教學單元理念與重點

| 週次 | 主題 | 體育領綱 | 體育課程理念與設計 |
|-------|-----------|---|---|
| 2-4 | 籃球球來瘋 | 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，發展運動與保健的潛能。 | 只是簡單設計籃球教學的教案，搭配上有趣的綜合活動讓學生在學習上就是像玩遊戲一般，比較不會枯燥乏味，在有趣的遊戲中學習也能提升學生的學習意願。 如果想利用理解式球類教學法(TGFU)，可以將綜合活動提前當作課堂一開始(熱身完後)的小比賽，比完之後再討論有哪些技巧能增進獲勝的機率，甚至請學生回家找尋相關影片及上網搜尋資料，分享給其他同學，再由老師介入指導技巧，然後再舉辦小比賽，也是另一種教學方法。 |
| 6-8 | 躲避球高手 | 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，發展運動與保健的潛能。 | 提升學生的參與感與成功的體驗，落實團隊合作的課程設計，為本教學設計的理念之一；藉此，在躲避球運動項目課程設計中，亦將融入安全性高且不受學童個人運動能力差異影響之躲避飛盤(Dodgebee)運動，其如同躲避球玩法，僅須注意躲避飛盤之傳遞必須飛越比賽場地上的任二條線之規定，學童均能輕易將軟式飛盤擲出，達到躲避球運動之學習成效。本教學單元融入語文領域之英語文，鼓勵學生應用英語來表達、分享和互動，讓學生認識躲避球的規則及技能的學習外，也能自然而然地學習及運用英語。 |
| 期中評量週 | | | |
| 12-14 | 健康體適能 | 健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 | 本課程將分為五個階段，利用螺旋式的課程設計，不斷的將體適能元素及概念放入學習當中，利用不同肌群的訓練、走、跑、跳的等運動能力將課程內容遊戲化，最後一節的體適能大富翁課程透過簡單的認知講解，讓學生更清楚瞭解體適能之身體組成、心肺適能、肌肉適能、柔軟度之意涵，也利用大富翁遊戲，讓學生更能參與體適能的健康儲存概念融入日常生活中，當自己的健康大富翁。趣味、歡樂、具有挑戰性是這次設計主題的主軸，除了提升學生的體適能外，小隊分組完成指定之任務，也增加潛在課程的團結合作、組織領導、溝通能力。 |
| 16-18 | 擺臂快跑+大隊接力 | 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。 | 第一節課程內容仍著重於擺臂等跑姿的正確性，第二節則搭配擺臂及接力技巧，而後四節課以交錯模式進行跑姿及接力的練習。前五節教案主內容著重在技巧上的教學，大家可以搭配不同的遊戲方式讓學生複習相關概念，第六節課進行分組接力競賽，讓學生從實務中展現學習成果。 |

3. 應聽懂及認讀的體育活動英語詞彙與句型

| | |
|-----|---|
| 單元一 | <p>詞彙 circles、push、controlball、basketball、</p> <p>句型 toss and catch the ball、right hand to left hand</p> |
| 單元二 | <p>詞彙 dodge ball, jump, bounce the ball, throw the ball, pass the ball, catch the ball, pick up the ball, attack, frisbee</p> <p>句型 When you get the ball, throw the ball over your head and then catch it Only one hand. Hold the ball, bounce the ball and pass the ball.</p> |
| 單元三 | <p>詞彙 Knee Bend/ Slowly/Up/Down/stay/keep breathing/Keep going/Flighting/ Let's move to the next one.</p> <p>句型 Do the opposite of what I say.</p> |
| 單元四 | <p>詞彙 straight arms/ small swing/ run</p> <p>句型 From starting line to finish line. / Line up and squat down./ Divide into two groups.</p> |

四年級上學期體育活動雙語教學課程架構

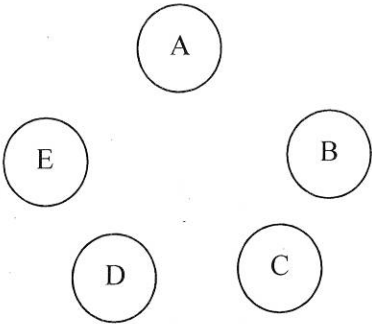
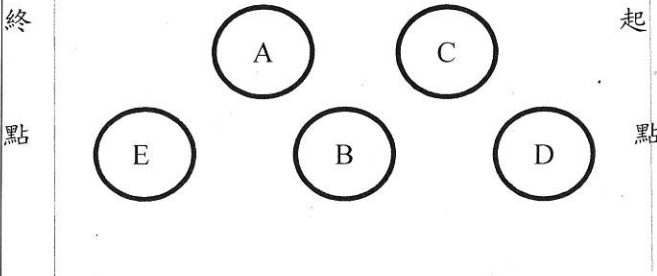
高雄市中芸國民小學

| | | | | | |
|---|--|-------|---------------|----|----|
| 教學單元一 | 籃球球來瘋 | 教學設計者 | 中芸國小 梁家祥教師 | | |
| 教學對象 | 國小四年級 | 教學節次 | 共_6_節，_240_分鐘 | | |
| 能力指標 | 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，發展運動與保健的潛能。 | | | | |
| 學習目標 | 1. 讓學生說出學會幾種球感運動 2. 學會並流暢做出球感運動的動作，盡量不掉球。 3. 能夠說出球感運動要點 4. 能夠順暢做出球感運動 5. 能講出傳接球動作要點 6. 能做出正確的傳接球動作 7. 能根據不同距離準確傳球給對方，並接住其他人傳的球 8. 能講出運球動作要點 9. 能做出正確的運球動作 10. 能夠做出運球動作技巧 11. 能夠做出閃躲防守的運球 | | | | |
| 課程安排 | 1. 球感運動大接力 2. 定時炸彈 3. 傳球進框大挑戰 4. 傳球大挑戰 5. 運球接力大挑戰 6. 運球鬼抓人 | | | | |
| 教學活動 | | | 時間 | 評量 | 教具 |
| 第一節 | | | | | |
| 壹、準備活動 一、集合、點名(詢問及了解學生身心狀況) 二、引起動機 三、熱身活動(靜態伸展操) 指導學生進行簡單的熱身操，並請學生模仿教師的動作，並講解熱身可降低運動傷害的風險。 | | | 8 | | |
| 貳、主要活動 一、動作說明、示範及練習 (一)持球球感練習(ball handing) 1. 左右手相互撥球 站姿、蹲姿或是坐姿，用雙手讓球在地上滾動。 (push the ball ,right to left or left to raght) 2. 持球繞頸(Around the neck) 3. 腰部繞球(Around the waist) 4. 持球繞腳(Around the feet) 5. 胯下8字形繞球 ※學生的手不大，此練習在於讓學生了解如何控制球。 (二)拋接球球感練習 | | | 20 | | |

| | | | |
|--|----|-------------------|--|
| <p>1. 單手拋接球(toss and catch the ball) 2. 單手換手拋接(right hand to left hand) 3. 拋球後拍掌接球</p> <p>參、綜合活動 球感運動大接力 一、4-5人一組，先讓各小組討論要做剛剛學到的球感運動(每個人不得重複)，將呼拉圈排一直線，每個呼拉圈間隔5公尺。 二、各小組成員站在同一直線的呼拉圈內，第一位做完球感運動5次(可以增加次數)才能將球交給下一位(球落地重做5次)。按照完成先後順序給分。 三、玩三次之後總結各組分數(可衡量時間伸縮次數)。</p> <p>肆、結束活動 一、詢問學生今天學到了什麼，如何增進能力。 二、教師總結 三、詢問同學身心狀況，告知簡易運動傷害防護概念，提醒學生洗手、擦汗、喝水 四、點收器材</p> <p>-----課程結束-----</p> | 10 | 做球感運動時能夠順暢不掉球 | |
| <p style="text-align: center;">第二節</p> | 2 | 讓學生說出學會幾種球感運動(8種) | |
| <p>壹、準備活動 一、集合、點名(詢問及了解學生身心狀況) 二、熱身活動(靜態伸展操) 指導學生進行簡單的熱身操，並請學生模仿教師的動作。 三、請學生練習上一節的球感運動當作加強熱身</p> | 8 | | |
| <p>貳、主要活動 一、動作說明、示範及練習 (一)運球球感練習 1. 坐姿單手運球(拍球也可以) 2. 坐姿左右手交換運球 3. 坐姿腿間V字三點運球 (1)雙腳伸直打開，右腳右側、雙腳之間、左腳左側都要運到球。 (二)雙人球感練習 1. 雙人轉身傳球(Turn around) (1)兩人背對背，左右轉身傳球給對方。 2. 雙人頭頂胯下傳球 (1)一樣背對背，從頭頂跟胯下傳球給對方。 3. 多人單手(雙手)傳球 學生排成一列，將球傳給旁邊的人</p> | 15 | | |
| <p>參、綜合活動 定時炸彈 一、所有學生圍成一圈，利用剛剛上課的傳球方式進行傳球 二、教師設定時間吹哨，吹哨後持球的人出局。 (球可以3~5顆同時進行，依學生多寡決定)</p> | 15 | 能夠將球傳給對 | |

| | | |
|---|----|---------------------------|
| <p>三、可以兩兩一組背對背圍一團，進行轉身傳球跟頭頂胯下傳球。</p> <p>四、不可以把球丟給下一個人，前一個人沒給球不能搶，給了絕對要拿。(指導學生要有明確給的動作，如：拿球伸手過去)</p> <p>肆、結束活動</p> <p>一、詢問學生今天學到了什麼，如何增進能力。</p> <p>二、教師總結</p> <p>三、詢問同學身心狀況，告知簡易運動傷害防護概念，提醒學生洗手、擦汗、喝水</p> <p>四、點收器材</p> | 2 | 方，並且不掉球 能夠說出球感運動要點 |
| -----課程結束----- | | |
| <h3>第三節</h3> | | |
| <p>壹、準備活動</p> <p>一、集合、點名(詢問及了解學生身心狀況)</p> <p>二、引起動機</p> <p>三、熱身活動(靜態伸展操) (動態操)</p> <p>利用上一節的球感運動做遊戲，兩人一組，一人站呼拉圈內，另一人站呼拉圈外，背對背，教師喊出上下左右(up、down、right、left)，由後方的人傳球給前面的人，前面的人拿到後跑折返跑，先跑回的前三名得分。再由跑回來的人站圈外。 (I want to play a game)</p> <p>傳球進框大挑戰</p> <p>一、全班分成 2 組</p> <p>二、距離學生 2 公尺懸掛呼拉圈或請學生拿著，在呼拉圈後 2 公尺放置桶子。</p> <p>三、穿過呼拉圈未碰圈再加一分，過圈進桶子再加一分 (through the circle, you get one point. Into the bucket get another point)</p> <p>四、三種傳球各進行一次進行加總，最高分數的隊伍獲勝 ※地板傳球將呼拉圈放置地上</p> | 8 | |
| <p>貳、主要活動(Today we will learn basketball skills)</p> <p>一、接球(catch the ball)</p> <p>(一)眼睛盯著球</p> <p>(二)重心微微往前</p> <p>(三)手掌打開成球狀，虎口朝內，至於下巴前方</p> <p>(四)接球之後順勢後縮回胸前</p> <p>二、胸前傳球(pass)</p> <p>(一)手掌自然打開</p> <p>(二)用指腹持球，掌心不碰球(use your finger)</p> <p>(三)將球置於胸前</p> <p>(四)手腕在前，手指頭在後</p> <p>(五)手臂伸直，用力將球推出，指尖最後離開球 (push the ball not throw)</p> <p>三、地板傳球(備用)</p> <p>(一)持球與傳球方法一樣</p> <p>(二)用地板反彈一次傳至隊友手中</p> | 15 | |

| | | | |
|--|----|-------------|--|
| <p>(三)反彈點在自己與隊友距離的三分之二的位置</p> <p>四、過頂傳球(備用)</p> <p>(一)持球方法一樣</p> <p>(二)頭頂上將球拋出</p> <p>(三)球由上向下壓，球的路線最好是一直線(非拋物線)</p> <p>※每種傳球可以往前跨一步增加動能</p> <p>※將球傳至對方好接的位置(胸前)</p> <p>★指導完兩人一組練習(two people in a group)</p> <p>(pass the ball to your partner)</p> <p>參、綜合活動</p> <p>傳球進框大挑戰</p> <p>五、全班分成 2 組</p> <p>六、距離學生 2 公尺懸掛呼拉圈或請學生拿著，在呼拉圈後 2 公尺放置桶子。</p> <p>七、傳球動作正確加一分，穿過呼拉圈未碰圈再加一分，過圈進桶子再加一分</p> <p>八、三種傳球各進行一次進行加總，最高分數的隊伍獲勝</p> <p>※地板傳球將呼拉圈放置地上</p> <p>肆、結束</p> <p>一、讓學生討論如何能夠讓動作做的更好，能將球丟得更準確。講出今天學到什麼以及動作要點。</p> <p>二、教師總結</p> <p>三、詢問同學身心狀況，告知簡易運動傷害防護概念，提醒學生洗手、擦汗、喝水</p> <p>四、點收器材</p> <p style="text-align: center;">-----課程結束-----</p> | 15 | 能做出正確的傳接球動作 | |
| <p style="text-align: center;">第四節</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、集合、點名(詢問及了解學生身心狀況)</p> <p>二、引起動機</p> <p>三、熱身活動(靜態伸展操)</p> <p>指導學生進行簡單的熱身操，並請學生模仿教師的動作，並再次進行上次的遊戲。</p> | 2 | 講出傳接球動作要點 | |
| <p>貳、主要活動</p> <p>一、各小組討論剛剛遊戲如何能做的更好</p> <p>二、藉由剛剛的討論再加強自己的傳球動作</p> <p>三、練習三種傳球動作</p> <p>四、傳球默契大考驗(five people in a group)</p> <p>5~7人分成一組圍成一個圈，每個人距離2~3公尺，持球者可以隨機傳球給組內任何人(除了左右隔壁)，讓學生練習隨時注意球的動向準備接球。(三種傳球方法都可以使用)</p> <p>例如：A持球就不能傳給B、E</p> <p>※教師可以加上反應時間，規定吹哨後才能傳球，接球者要等到下一次吹哨才能傳，一開始可以每5秒吹哨，幾次之後再縮短1秒，最短縮到2秒。可以訓練學生接球後快速反應傳球。</p> | 8 | 能做出正確的傳接球動作 | |

| | | |
|---|---|-------------|
|  <p>參、綜合活動 傳球大挑戰 一、全班分成4或6人一組 二、學生排列成閃電狀，優先抵達終點的隊伍獲勝</p> | 15 | 能做出正確的傳接球動作 |
|  <p>三、假設4人一組，分別站A、B、C、D，依序傳球從A→B→C→D，D接到球後往E的位置跑向E的位置就定位，再繼續傳球下去，以此類推。 ※呼拉圈不夠的可以由最後接到球的學生拿著球+呼拉圈移動。 ※傳球會往前跨步，所以遊戲最多只能一腳跨出呼拉圈</p> | 2 | |
| <p>肆、結束活動 一、讓學生討論如何能夠讓動作做的更好，能將球丟得更快、更準確。講出今天學到什麼以及動作要點。 二、教師總結 三、詢問同學身心狀況，告知簡易運動傷害防護概念，提醒學生洗手、擦汗、喝水 四、點收器材</p> <p>-----課程結束-----</p> | | |
| <p style="text-align: center;">第五節</p> <p>壹、準備活動 一、集合、點名(詢問及了解學生身心狀況) 二、引起動機 三、熱身活動(靜態伸展操) 指導學生進行簡單的熱身操，並請學生模仿教師的動作，簡單進與原地拍球活動或是拍球跑操場一圈。</p> <p>貳、主要活動 詢問學生剛剛拍球時遇到那些困難？</p> | 8 15 | |

例如：不好控制方向、球跟不上人的速度走不太動，球彈不太起來、踢到球…等

一、原地運球(Dribble)

- (一)手掌自然打開。
- (二)用**指腹**持球，掌心不碰球。(不是指尖)
- (三)將球置右前方(左撇子在左前方)抬腳不會碰到球，高度約腰部的高度。(避免之後運球行進會踢到球)
- (四)手掌至於球的頂端。
- (五)利用前手臂、手腕、手指發力將球往下推。
- (六)手掌放鬆微開等球反彈至腰間。

二、原地低傳球(low Dribble)

- (一)方法一樣。
- (二)重心放低(並不只是彎腰，臀部要往下坐)。

三、左右手交換運球(crossover)

- (一)運球方法一樣
- (二)往左運時，手的位置會在球的右側
- (三)往右運時，手的位置會在球的左側
- (四)球的落地點在身體中心的位置

參、綜合活動

運球接力大挑戰

- 一、全班依照人數平均分組
- 二、學生排成一直線，每個學生距離 2~4 公尺，每個學生前面放置一個呼拉圈。
- 三、每組一顆球，在呼拉圈內穩定運完球 10 下(次數可由老師訂)，利用上一節學到的傳球，將球傳給下一位，先完成的隊伍依序給分
球掉出圈外需重新運10下

肆、結束

- 一、讓學生討論如何能夠讓動作做的更好，能將球運得更穩定。講出今天學到什麼以及動作要點。
- 二、教師總結
- 三、詢問同學身心狀況，告知簡易運動傷害防護概念，提醒學生洗手、擦汗、喝水
- 四、點收器材

-----課程結束-----

第六節

壹、準備活動

- 一、集合、點名(詢問及了解學生身心狀況)
- 二、熱身活動(靜態伸展操)
指導學生進行簡單的熱身操，並請學生模仿教師的動作。
- 三、利用上一節的原地運球當做暖身

貳、主要活動

- 一、動作說明、示範及練習
(一)行進間直線運球(Dribble)
動作跟原地運球一樣，只是下球時需要將球往前推一點，配合自己本身的速度，擺2個三角錐讓學生來回接力

15
做出正確的運球動作

2
能講出運球動作要點

8

15

| | | | |
|---|----|--|---|
| <p>(二)曲線運球 擺出三角錐，讓學生運球蛇行穿過</p> <p>(三)繞圈運球 地上放置呼拉圈，讓學生運球繞著呼拉圈外圍</p> <p>※這三項不用一項一項來，可以設置區域，讓學生分組練習， 例如：第一組練習行進直線運球，第二組練曲線，之後再 交換。(能力較差的學生也可以擺呼拉圈再加強練習原地運 球的穩定性)</p> | | | |
| <p>參、綜合活動 運球鬼抓人</p> <p>一、教師先將學生分3~4組(分組計分)，以籃球場當範圍。 二、假設學生20人，給予其中10人籃球。 三、計時2分鐘(時間教師自訂)，沒球的人想辦法在時間內 把球搶過來，不可以觸碰到持球者的身體任何一部位， 有碰到必須將球還給原來的持球者。 四、如果持球者運出界或是球出界，不可以再去那顆球，要 另外找尋目標，出界的球由其他沒球的人可以出去拿， 拿到球必須回場內運球。(可以小組合作搶別人的球) 五、時間結束後，持球者的人得分，小組內有3人拿球，則 該組得三分</p> <p>肆、結束活動</p> <p>一、詢問學生今天學到了什麼，如何加強運球能力，怎麼運 球才不容易被搶走 二、教師總結 三、詢問同學身心狀況，告知簡易運動傷害防護概念，提醒 學生洗手、擦汗、喝水 四、點收器材</p> | 15 | 1. 有 無使 用指 腹控 制方 向 2. 變 換方 向是 否順 利 3. 是 否有 將球 控制 即將 前往 的方 向 4. 運 球不 要只 看著 球 | 2 |
| <p>-----課程結束-----</p> | | | |

三年級上學期體育活動雙語教學課程架構

高雄市中芸國民小學

1. 教學單元主題與週次

| 單元 | 名稱 | 教學週數 |
|----|-------|------|
| 一 | 墊上運動 | 3 |
| 二 | 跑步真有趣 | 3 |
| 三 | 拋接球 | 3 |
| | | |

2. 教學單元理念與重點

| 週次 | 主題 | 體育領綱 | 體育課程理念與設計 |
|-------|-------|---|--|
| 3-5 | 墊上運動 | 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，發展運動與保健的潛能。 | 讓學生認識墊上體操運動的知識與安全使用方法。並且和同學一起認真進行各項學習活動。在過程中能主動協助同學，並欣賞同學的優點。最後，利用遊戲訓練身體反應，鍛鍊身體的靈活性。還能做出墊上滾翻的動作，以能落實平時自我身體活動。並於教學過程中，融入關鍵英語語詞，讓兒童在體育課學習知識、技能之餘，能夠理解相關重要語詞。並隨著課程的教學節數遞增，進而熟悉更多詞彙，以期未來能理解體育學科相關之關鍵用詞（語）。 |
| 8-10 | 跑步真有趣 | 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，發展運動與保健的潛能。 | 主要是依據田徑的挑戰特性與遊戲的概念而形成「ENJOY」之教學模組架構，透過趣味的熱身活動(Engagement)、田徑的情境(new Situations)轉換，使兒童能運用技能體驗挑戰活動(just Challenge)，同時在遊戲中學習觀察(Observation)遊戲的過程與結果，進而了解田徑所要發展的概念與成功體驗的反思分享(Yes, we made it!)。並於教學過程中，融入關鍵英語語詞，讓兒童在體育課學習知識、技能之餘，能夠理解相關重要語詞。並隨著課程的教學節數遞增，進而熟悉更多詞彙，以期未來能理解體育學科相關之關鍵用詞（語）。 |
| 期中評量週 | | | |
| 15-17 | 拋接球 | 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。 | 本課程以建立「人際關係與團隊合作」核心素養，為主要課程設計理念。其次，在健康與體育領域學習內容中之競爭類型運動，包含「網/牆性球類運動」、「陣地攻守性球類運動」、「標的性球類運動」與「守備/跑分性球類運動」等4項目，如何使學生能認識不同運動項目，應可以從運動項目之器材“球”的認識與傳接球的課程設計，提供學生認識與體驗不同運動之基本動作技能。透過沉浸式英語與體育教學的結合，鼓勵學生應用英語來表達、分享和互動亦是本課程設計之另一個教學理念；因此，本課程依據上述教學設計理念，透過一系列融入競爭類型運動之樂趣化之教學活動設計，提供學生不同運動與學習模式之體驗，藉以達到本教學設計之學習目標。 |
| | | | |

3. 應聽懂及認讀的體育活動英語詞彙與句型

| | |
|-----|--|
| 單元一 | <p>詞彙 swing support balance turn around</p> <p>句型 You put your <u>right hand</u> in You take your <u>right hand</u> out.</p> |
| 單元二 | <p>詞彙 volleyball, soft ball, basketball, badminton, bounce the ball, throw the ball, pass the ball, catch the ball, pick up the ball</p> <p>句型 Throw and catch the ball by yourself. I do one action and you follow me</p> |
| 單元三 | <p>詞彙 swing support balance turn around</p> <p>句型 You put your <u>right hand</u> in You take your <u>right hand</u> out.</p> |
| | <p>詞彙 jog, run, sprint, speed, center of gravity, jump, split jump, jumping jack, hop, hop forward and backward,</p> <p>句型 From starting line to finishing line. Ready, set, go Clap your hands</p> |