

健體領域 體育科目 二年級 單元教案

主題名稱		體適能	教學設計者	黃燕妮
教學對象		二年級	教學節次	1 節
領綱 核心素養指標		<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>		
領綱 學習 重點	學習 表現	<p>1c-I-2 認識基本的運動常識。</p> <p>2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>4d-I-1 願意從事規律身體活動。</p>		
	學習 內容	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</p> <p>Ic-I-1 運動基本動作與遊戲。</p> <p>Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。</p>		
教學目標		<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識各種步伐 2. 學習運用身體活動的技巧 3. 團隊合作 		
教學方法		示範、講解、練習		
體育專業 英語詞彙 (content language)		英 語 單 字 / 片 語	<p>hear whistle</p> <p>Walk / Run</p> <p>front cross / back cross</p> <p>shuffle steps</p> <p>high five</p> <p>touch</p>	
		英 語 句 子	<p>Stand behind the line</p> <p>cross the finish line</p> <p>Winning team, get one point.</p> <p>touch the final line</p>	
英語 教室用語 (classroom language)		<p>Good morning. / Good afternoon, everyone. / How are you today?</p> <p>Sit down. / Stand up. / Roll call, ok? / Raise your hand.</p> <p>We go outside and line up. 4 lines. Follow the number.</p> <p>Be quiet. / Hands forward. / Hands down. / Crouch down.</p> <p>Eyes on me. / Eyes on you. / Who don't feel well today?</p> <p>Come close. / Spread out. / Turn right. / Turn left.</p> <p>Hand up on your body side. / Who wants to be the leader?</p> <p>Good. / Great. / Take a break. When you go back to the classroom.</p> <p>Drink some water. / Wash your hands.</p>		

教學活動	教具	評量
<p style="text-align: center;">第 16 週</p> <p>一、準備活動(10 分鐘) 點名 Roll call、排隊 Line up、做操 Warm up T:Good morning everyone. S: Good morning PE teacher T:Eyes on me. S: Eyes on you. (搭配手部動作指向老師) T:Roll call,ok? S: Raise the hand and say “here” or “me” . T:Who don't feel well today? T: Drink water now. We don't bring water. 到走廊排隊。按照號碼。 T:We go outside and line up . 4 lines. Follow the number. Be quiet. 蹲下、起立、向前看起、手放下、起步走 T:Crouch down. / Stand up. / Hands forward (down). / Let' s go. This line don't move. .Hand up on your body side. Come close. / Spread out. / Turn right. / Turn left. 熱身操(Warm up) Who wants to be the leader? 環繞動作。頭、手臂、腰、膝蓋、手腕腳踝 Rotate the neck / arms / hips / knees / wrists and ankle. Count one to eight. 伸展動作。 Touch the sky. / Left. / Right. / Toes. / Lean my back. Stretch my arm. / Left. / Right. Bend my knees. / Press my leg. / Lunge. 動態動作。 Squat. / Butt kicks. / star jump / High knees./ Run in place./ side-to-side jump / front and back jump / Squat high jump</p> <p>二、發展活動(25 分鐘) 將學生分成四組並告知規則。站在線後，聽到哨音，碰到終線盤，回來擊掌後換下一個。完成的人排到最後面並蹲下 Stand behind the line, When you hear whistle,move to the finish line.touch the final line, come back and high-five with the next student.You did it. Go back to the end of the line and crouch down.</p> <p>認識各種步伐與練習： See my demonstration 1. 併步走。併步跑。 shuffle steps on walk. shuffle steps on run. 教師示範併步走，換學生練習。 教師示範併步跑，告知學生姿勢要領，腳打開、膝蓋彎曲、腳尖朝外。換學生練習。</p> <p>2. 腳前交叉走。腳後交叉走。 Leg cross steps(front crossover) walk. Leg cross steps(back crossover)</p>	角錐 哨子	口頭 實作

walk.

教師示範腳前交叉，換學生練習。教師示範腳後交叉。換學生練習。

3. 前交叉跑。後交叉跑。

Leg cross steps(front crossover) run. Leg cross steps(back crossover) run. 學生練習前交叉跑、後交叉跑。

4. 前後交叉跑。

教師示範擺動手臂，扭轉髖關節，腳前後交叉跑。換學生練習。

Swing arm, twist hip, cross steps (front crossover, back crossover)

5. 分組競賽。

三、綜合活動(5 分鐘)

動作統整說明並給予鼓勵

1. 勝利隊伍，給予加分。Winning team, get one point.

2. 詢問學生怎樣才能移動的更快?