

110 學年度體育課程雙語教學教案

一、課程架構

| 單元名稱 | 學習目標 | 學習內容 (含教學單元和教學主題) | 學科英語單字 |
|--------------------------------------|---|--|--|
| 與繩球同行 Volleyball and Rope Play | <p>健體領域</p> <p>1. 認識擊球動作與方向轉換的動作要領。</p> <p>2. 認識並運用防守時的攔網動作進行活動。</p> <p>3. 了解排球運動的基本攻防概念。</p> <p>4. 培養團體互助合作的精神，並養成良好學習態度。</p> <p>英語領域：</p> <p>1. 瞭解簡易的英語教室用語。</p> <p>2. 認真學習簡易英語教室用語。</p> <p>3. 能使用簡易英語教室用語。</p> | <p>一、隔繩對戰 Pass and Hit</p> <p>1. 排球入門 Introducing Volleyball</p> <p>2. 轉傳高手 Hit, Pass and Catch</p> <p>3. 擊球九宮格 3*3 Square Grid Game</p> <p>4. 合作九宮格 Relay Games</p> <p>5. 擊球越人牆 Hit over the Net</p> <p>6. 轉移陣地 Change Sides</p> <p>7. 排球小高手 Volleyball Players</p> <p>二、玩球完勝 Target Games</p> <p>1. 球兒滾滾樂 Rolling the Ball</p> <p>2. 越圈輕鬆滾 Rolling Balls so Fun</p> <p>3. 步步高升 Hit the Targets</p> | <p>hit 擊球</p> <p>throw 丟球</p> <p>toss 向上丟球</p> <p>volley 凌空擊球</p> <p>pass 傳球</p> <p>block 防守</p> <p>serve 發球</p> <p>roll 滾球</p> <p>target 目標</p> |

二、單元設計

(一) 單元架構

| 單元名稱 | 單元主題 | 單元活動 |
|-----------------------------------|------------------------|-----------------------------|
| 與繩球同行 Volleyball and Rope Play | 一、隔繩對戰 Pass and Hit | 排球入門 Introducing Volleyball |
| | | 轉傳高手 Hit, Pass and Catch |
| | | 擊球九宮格 3*3 Square Grid Game |
| | | 合作九宮格 Relay Games |
| | | 擊球越人牆 Hit over the Net |
| | | 轉移陣地 Change Sides |
| | | 排球小高手 Volleyball Players |
| | 二、玩球完勝 Target Games | 球兒滾滾樂 Rolling the Ball |
| | | 越圈輕鬆滾 Rolling Balls so Fun |
| | | 步步高升 Hit the Targets |

(二) (每個單元)教學設計/教案

| | | | |
|------|---|-------|---------------|
| 單元名稱 | 與繩球同行 Volleyball and Rope Play | 教學設計者 | 陳思潔 |
| 學習對象 | 三年級下學期 | 學習節次 | 10 節課(400 分鐘) |
| 學習內容 | <p>健體領域：</p> <p>Hb-II-1 陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p> <p>Hc-II-1 標的性球類運動相關的拋球、擲球、滾球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p> <p>英語領域：</p> <p>B-II-1 第二學習階段所學字詞及句型的生活溝通。</p> | | |
| 學習表現 | <p>健體領域：</p> <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。</p> <p>英語領域：</p> <p>1-II-7 能聽懂課堂中所學的字詞。</p> | | |
| 學習目標 | <p>健體領域</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.認識擊球動作與方向轉換的動作要領。 2.認識並運用防守時的攔網動作進行活動。 3.了解排球運動的基本攻防概念。 4.培養團體互助合作的精神，並養成良好學習態度。 5.認識滾球力道與方向的動作要領。 6.認識使球擊中目標的動作要領。 <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。 | | |
| 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.學習單(課前印製給學生) | | |
| 教學資源 | 足球、電腦、投影機、自製簡報、YouTube 影片 | | |

| | | | |
|---|---|----------|----------|
| 學科英語 詞彙 | hit 擊球 throw 丟球 toss 向上丟球 volley 凌空擊球 pass 傳球 block 防守 serve 發球 roll 滾球 target 目標 | 教學 資源 | 評量 |
| 學科英語 句型 (視 教材內容) | Language for Learning (Classroom English) run laps 跑操場 line up 排隊 make a fist 手握拳 CW / Clock Wise 順時針方向 CCW / Counter Clock Wise 逆時針方向 Language through Learning 非在教學者規劃內所出現之不確定內容 | | |
| 教學主題一：隔繩對戰 Pass and Hit | | | |
| <p style="text-align: center;">活動一 排球入門 Introducing Volleyball</p> <p>一、引起動機：(5’)</p> <p>Teacher or P.E. Class Leader: Put away your water bottles. Eyes front. Students: Hands forward. Leader: Hands down. Students: Hands down. Teacher: How many laps do we run? Students: _____. (2, 3, 4.....)</p> <p>跑完操場後，接著進行暖身。 Warm up routines 排球暖身</p> <p>參考影片： https://youtu.be/rST26Sbm4SA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Arm Circles (small to big, forward and backward) 2. Clap in the Back and Hug Yourself 3. Jumping Jacks | | | 口語 評量 |

| | | |
|--|----|----------|
| <p>4. Lunge with Twist and Side Lunge</p> <p>5. Superman</p> <p>6. Sit-ups</p> <p>7. Jog in Place (30 seconds)</p> <p>二、發展活動 : (25')</p> <p>Hit with Fist / 用手擊球</p> <p>Make a fist with the left / right hand. 左/右手握拳 (Students: Fist.)</p> <p>The other hand tosses the volleyball up in the air slightly. 另一手輕拋球。</p> <p>(Students: Toss.)</p> <p>Hit the ball with the fist. 握拳將球擊出。(Students: Hit.)</p> <p>Hit with Palm / 手掌擊球</p> <p>Toss the volleyball up in the air slightly. 一手輕拋球。(Students: Toss.)</p> <p>Hit the ball with the palm fingers together. 手掌手指併攏，將球擊出。</p> <p>(Students: Hit.)</p> <p>Hit Drill / 擊球接龍</p> <p>Form groups of four players. 四人一組</p> <p>Stand in a square formation. 四人站成正方形的隊伍。</p> <p>Hit the ball CCW/CW to the partner around the square. 逆時針/逆時針方向，擊球給隊友，接住 後，再擊球給下一位夥伴。</p> <p>三、綜合活動 : (5')</p> <p>[總結性-口語評量]：檢視學生是否能聽懂和說出握拳與拋球擊球等英文單字，且能依據指導，做出相對應動作。</p> <p>[對應學習目標]：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.認識擊球動作與方向轉換的動作要領。 2.培養團體互助合作的精神，並養成良好學習態度。 3.瞭解簡易的英語教室用語。 4.認真學習簡易英語教室用語。 5.能使用簡易英語教室用語。 <p style="text-align: center;">～～第 1 節結束～～</p> | 排球 | 實作 評量 |
| <p style="text-align: center;">活動二 轉傳高手 Hit, Pass and Catch</p> <p>一、引起動機 : (5')</p> <p>Teacher or P.E. Class Leader: Put away your water bottles.</p> <p>Eyes front.</p> <p>Students: Hands forward.</p> | | |

Leader: Hands down.

Students: Hands down.

Teacher: How many laps do we run?

Students: _____. (2, 3, 4.....)

跑完操場後，接著進行暖身。

Warm up routines 排球暖身

參考影片：

<https://youtu.be/rST26Sbm4SA>

1. Arm Circles (small to big, forward and backward)
2. Clap in the Back and Hug Yourself
3. Jumping Jacks
4. Lunge with Twist and Side Lunge
5. Superman
6. Sit-ups
7. Jog in Plcae (30 seconds)

二、發展活動：(25')

搶球遊戲 / Touch the Ball



Two players are 1 meter apart, **kneeling down**, hands on the back of the head, face to face and put a volleyball on a cone in the middle of them.

兩人一組，高跪姿，手放在頭後面，面對面，中間放一排球在角錐上。

When they hear the teacher whistle, get the ball as soon as possible.

聽到老師的哨聲後，搶中間的排球。

The one who is faster is the winner. (Students: Catch.)

比較快搶到的人是贏家。

The loser squats 2 times.

輸的人，做兩次深蹲。

排球
角錐

實作
評量
口語
評量

轉傳高手 / Hit, Pass and Catch



Form groups of 5 players. 五人一組

Four players form a square around the one who is in the center.

四人站四周圍，一人站在中心位置

The one in the center is the hitter.

中心位置者，為轉傳者。

The hitter hits the ball with the palm or fist to player 1.

(Hitter: Hit.)

Player 1 catches it and **returns the ball** in the same way.

(Player 1: Catch.) (Player 1: Hit.) (Hitter: Catch.)

轉傳者用手掌或握拳擊球給球員 1，

球員 1 接球後，以相同方式擊球給轉傳者。

Continue this pattern CCW.

以逆時針方向重複動作練習。

三、綜合活動：(5')

[總結性-口語評量]：檢視學生是否能聽懂和說出擊球與接球的英文單字，並做出相關動作。

[對應學習目標]：

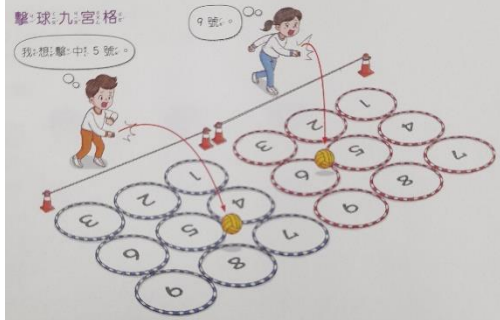
1. 認識擊球動作與方向轉換的動作要領。
2. 能表現增進團隊合作與友善的互動行為。
3. 瞭解簡易的英語教室用語。
4. 認真學習簡易英語教室用語。
5. 能使用簡易英語教室用語。

~~第 2 節結束~~

活動三 擊球九宮格 3*3 Square Grid Game

一、引起動機：(5'')

| | | |
|--|----------------------|----------------|
| <p>Teacher or P.E. Class Leader: Put away your water bottles.</p> <p>Eyes front.</p> <p>Students: Hands forward.</p> <p>Leader: Hands down.</p> <p>Students: Hands down.</p> <p>Teacher: How many laps do we run?</p> <p>Students: _____. (2, 3, 4.....)</p> <p>跑完操場後，接著進行暖身。</p> <p>Warm up routines 排球暖身</p> <p>參考影片：</p> <p>https://youtu.be/rST26Sbm4SA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Arm Circles (small to big, forward and backward) 2. Clap in the Back and Hug Yourself 3. Jumping Jacks 4. Lunge with Twist and Side Lunge 5. Superman 6. Sit-ups 7. Jog in Plcae (30 seconds) <p>二、發展活動：(25')</p> <p>默契大考驗 / Space Ball</p> <p>Form groups of six players. 六人一組</p> <p>Stand in a circle. 圍成圈</p> <p>Give a beachball to one player in each group.</p> <p>每一組有一顆海灘球。</p> <p>Every body says “Volley” and starts to keep the ball in the air.</p> <p>每個人同時說出Volley這個單字後，開始把球拋在空中，並想辦法維持，不讓球掉下來。</p> <p>Count the number of volleys out loud until the ball hits the ground or the same player volleys the ball twice in a row.</p> <p>每擊球一次，便大聲喊出one, two, three,</p> <p>直到球落地便停止喊，或是有人連續擊球兩次</p> <p>擊球九宮格 3*3 Square Grid Game</p> | <p>海灘球</p> <p>排球</p> | <p>口語與實作評量</p> |
|--|----------------------|----------------|



數字
卡

Place 9 hoops in 3*3 square grid formation.

Randomly put numbers 1~9 in the hoops.

Players take turns to hit the ball at the hoop to score points. (Students: Hit.)

將呼拉圈排成九宮格。

每個呼拉圈隨機放數字，1~9。

學生輪流擊球，擊中呼拉圈，便得分。

三、綜合活動：(5')

[總結性-口語評量]：檢視學生是否能聽懂擊球的英文單字，並做出相關動作。

[對應學習目標]：

1. 認識擊球動作與方向轉換的動作要領。
2. 能表現增進團隊合作與友善的互動行為。
3. 瞭解簡易的英語教室用語。
4. 認真學習簡易英語教室用語。
5. 能使用簡易英語教室用語。

~~第3節結束~~

活動四 合作九宮格 Relay Games

一、引起動機：(5')

Teacher or P.E. Class Leader: Put away your water bottles.

Eyes front.

Students: Hands forward.

Leader: Hands down.

Students: Hands down.

Teacher: How many laps do we run?

Students: _____. (2, 3, 4.....)

跑完操場後，接著進行暖身。

Warm up routines 排球暖身

參考影片：

<https://youtu.be/rST26Sbm4SA>

1. Arm Circles (small to big, forward and backward)
2. Clap in the Back and Hug Yourself
3. Jumping Jacks
4. Lunge with Twist and Side Lunge
5. Superman
6. Sit-ups
7. Jog in Place (30 seconds)

二、發展活動：(25')

號碼接球 / Group Games



Place a string in the middle of two teams. 兩隊中間以一細線隔開

Each player wears a numbered vest. 每人身上穿號碼衣

Send one player of each team to the front.

Play rock-paper-scissors. 兩隊各派出一人，猜拳決定誰先擊球。

The winner hits the ball to the other team.

When hitting, shout out loud a number at the same time. 擊球時，大聲喊出一號碼

Only the player who is called can catch the ball.

只有被叫到號碼的球員，才能接球。

If the player catches the ball, the team gets one point.

若接到球，該隊得一分。

The team gets 5 points first wins.

先得5分那一隊即獲勝。

教師提問：怎樣做，讓對手不容易接到球？

學生思考後發表。

三、綜合活動：(5')

[總結性-口語評量]：檢視學生是否能聽懂擊球與接球相關英文單字，並做出相關動作。

口語
與實
作評
量

排球
號碼
衣
角錐
繩子

口語
與實
作評
量

| | | |
|---|----------------|----------|
| <p>[對應學習目標]：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.認識擊球動作與方向轉換的動作要領。 2.能表現增進團隊合作與友善的互動行為。 3.瞭解簡易的英語教室用語。 4.認真學習簡易英語教室用語。 5.能使用簡易英語教室用語。 <p style="text-align: center;">～～第4節結束～～</p> | | |
| <p style="text-align: center;">活動五 擊球越人牆 Hit over the Net</p> <p>一、引起動機：(5”)</p> <p>Teacher or P.E. Class Leader: Put away your water bottles.</p> <p>Eyes front.</p> <p>Students: Hands forward.</p> <p>Leader: Hands down.</p> <p>Students: Hands down.</p> <p>Teacher: How many laps do we run?</p> <p>Students: _____. (2, 3, 4.....)</p> <p>跑完操場後，接著進行暖身。</p> <p>Warm up routines 排球暖身</p> <p>參考影片：</p> <p>https://youtu.be/rST26Sbm4SA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Arm Circles (small to big, forward and backward) 2. Clap in the Back and Hug Yourself 3. Jumping Jacks 4. Lunge with Twist and Side Lunge 5. Superman 6. Sit-ups 7. Jog in Plcae (30 seconds) <p>二、發展活動：(25’)</p> <p>擊球越人牆 / Hit over the Net</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Form groups of four players. 4 人一組 2. Two teams compete with each other. <p>One of the teams is the hitting group. The other team is the blocking group.</p> <p>兩組彼此對賽，一組擊球組，一組為防守組。</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Set up two ropes as the nets. 以低繩代替網子 4. The hitting group stands outside of the ropes while the blocking group is inside of the | 繩子 角錐 排球 | 實作 評量 |

ropes. 擊球組站在線外，防守組站在線內。

5. The blocking group can perform blocks to stop attacks.

防守組阻擋擊球組的擊球。

6. Switch the roles. 3 分鐘後攻守交換。



三、綜合活動：(5')

[總結性-口語評量]：檢視學生是否能聽懂擊球與防守相關英文單字，並做出相關動作。

[對應學習目標]：

1. 認識並運用防守時的攔網動作進行活動。
2. 了解排球運動的基本攻防概念。
3. 瞭解簡易的英語教室用語。
4. 認真學習簡易英語教室用語。
5. 能使用簡易英語教室用語。

～～第 5 節結束～～

活動六 轉移陣地 Change Sides

一、引起動機：(5')

Teacher or P.E. Class Leader: Put away your water bottles.

Eyes front.

Students: Hands forward.

Leader: Hands down.

Students: Hands down.

Teacher: How many laps do we run?

Students: _____. (2, 3, 4.....)

跑完操場後，接著進行暖身。

Warm up routines 排球暖身

參考影片：

<https://youtu.be/rST26Sbm4SA>

1. Arm Circles (small to big, forward and backward)
2. Clap in the Back and Hug Yourself
3. Jumping Jacks
4. Lunge with Twist and Side Lunge
5. Superman
6. Sit-ups
7. Jog in Place (30 seconds)

二、發展活動：(25')

轉移陣地 / Change Sides



1. Set up the area in a cruciform formation. 布置十字形區域的場地。
2. Form groups of eight players. 8 人一組
3. Two teams compete with each other.
One of the teams is the **hitting** group. The other team is the **blocking** group.
兩組彼此對賽，一組擊球組，一組為防守組。
4. The hitting group stands at four corners. 擊球組站在四個角落
5. The blocking group stands inside the cruciform area. 防守組站在十字型內部。
6. The hitting group hits the ball to their partners at four corners while the blocking groups tries to block the attacks. 擊球組將球擊至四角落其他夥伴，防守組則嘗試阻擋。

教師提問：怎麼擊球會成功呢？

三、綜合活動：(5')

[總結性-口語評量]：檢視學生是否能聽懂擊球與防守相關英文單字，並做出相關動作。

[對應學習目標]：

1. 認識並運用防守時的攔網動作進行活動。
2. 了解排球運動的基本攻防概念。
3. 瞭解簡易的英語教室用語。
4. 認真學習簡易英語教室用語。

繩子
角錐
排球

實作
與口
語評
量

| | | |
|--|-------------------------|-------------------------------|
| <p>5.能使用簡易英語教室用語。</p> <p style="text-align: center;">～～第6節結束～～</p> | | |
| <p style="text-align: center;">活動七 排球小高手 Volleyball Players</p> <p>一、引起動機：(5”)</p> <p>Teacher or P.E. Class Leader: Put away your water bottles. Eyes front. Students: Hands forward. Leader: Hands down. Students: Hands down. Teacher: How many laps do we run? Students: _____. (2, 3, 4.....) 跑完操場後，接著進行暖身。 Warm up routines 排球暖身 參考影片： https://youtu.be/rST26Sbm4SA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Arm Circles (small to big, forward and backward) 2. Clap in the Back and Hug Yourself 3. Jumping Jacks 4. Lunge with Twist and Side Lunge 5. Superman 6. Sit-ups 7. Jog in Plcae (30 seconds) <p>二、發展活動：(25’)</p> <p>排球小高手 / Volleyball Players</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Form groups of six players. 6人一組 2. Send one player from each team. 兩隊各派出一人 3. Play rock-paper-scissors. 猜拳 4. The winner wins the right to serve. 贏的取得發球權。 5. When serving, you can toss or hit the ball to the other team. 發球時，可以選擇以 拋球 或 擊球 方式，將球發到對面。 6. When the ball drops down on the ground of one team, the other team scores one point. 球在一隊落地，另一隊得一分。 | <p>繩子 角錐 排球</p> | <p>實作 與口 語評 量</p> |



三、綜合活動：(5')

[總結性-口語評量]：檢視學生是否能聽懂發球、擊球與防守相關英文單字，並做出相關動作。

[對應學習目標]：

1. 認識並運用防守時的攔網動作進行活動。
2. 了解排球運動的基本攻防概念。
3. 瞭解簡易的英語教室用語。
4. 認真學習簡易英語教室用語。
5. 能使用簡易英語教室用語。

~~第7節結束~~

教學主題二：玩球完勝 Target Games

教學
資源

評量

活動一 球兒滾滾樂 Rolling the Ball

一、引起動機：(5")

Teacher or P.E. Class Leader: Put away your water bottles.

Eyes front.

Students: Hands forward.

Leader: Hands down.

Students: Hands down.

Teacher: How many laps do we run?

Students: _____. (2, 3, 4.....)

跑完操場後，接著進行暖身。

Warm up routines 排球暖身

參考影片：

| | | |
|--|---|--|
| <p>https://youtu.be/rST26Sbm4SA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Arm Circles (small to big, forward and backward) 2. Clap in the Back and Hug Yourself 3. Jumping Jacks 4. Lunge with Twist and Side Lunge 5. Superman 6. Sit-ups 7. Jog in Plcae (30 seconds) <p>二、發展活動：(25')</p> <p>球兒滾滾樂 / Rolling the Ball</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Place three mini hurdles in different distances from the start. 排出三個不同距離的小型跨欄 2. Roll the volleyball from the start and see if the ball can go right through one of the mini hurdles. 讓排球能穿越其中一個柵欄。(Students: Roll the ball.) 3. Designate points 1~3 to the three hurdles. 三個跨欄分別代表 1~3 分 4. Get points from 1~3 if the ball is going under one of them. 球穿越其中一跨欄，則得分。 <p>三、綜合活動：(5')</p> <p>[總結性-口語評量]：檢視學生是否能聽懂和說出滾球單字，並做出相關動作。</p> <p>[對應學習目標]：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識滾球力道與方向的動作要領。 2. 瞭解簡易的英語教室用語。 3. 認真學習簡易英語教室用語。 4. 能使用簡易英語教室用語。 <p>～～第 8 節結束～～</p> | <p>實作 與口 語評 量</p> <p>小型 跨欄 排球 分數 卡</p> <p>實作 評量</p> | |
| <p style="text-align: center;">活動二 越圈輕鬆滾 Rolling Balls so Fun</p> <p>一、引起動機：(5")</p> <p>Teacher or P.E. Class Leader: Put away your water bottles.</p> <p>Eyes front.</p> <p>Students: Hands forward.</p> <p>Leader: Hands down.</p> <p>Students: Hands down.</p> <p>Teacher: How many laps do we run?</p> | | |

Students: _____. (2, 3, 4.....)

跑完操場後，接著進行暖身。

Warm up routines 排球暖身

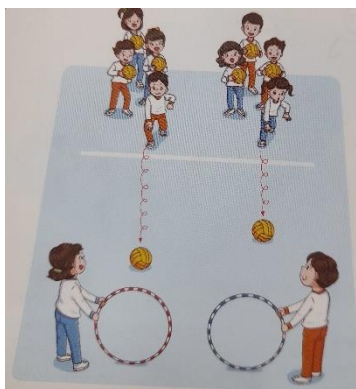
參考影片：

<https://youtu.be/rST26Sbm4SA>

1. Arm Circles (small to big, forward and backward)
2. Clap in the Back and Hug Yourself
3. Jumping Jacks
4. Lunge with Twist and Side Lunge
5. Superman
6. Sit-ups
7. Jog in Plcae (30 seconds)

二、發展活動：(25')

越圈輕鬆滾 / Rolling Balls so Fun



Form groups of six players. 六人一組

While one is holding a hoop upright 7 meters apart, the rest of the 5 are lining up.

其中一人手持呼拉圈成直立，其餘五人排隊等候

Each player rolls the ball to go through the hoop and takes turns to hold the hoop.

每人輪流滾球，讓球滾穿呼拉圈，並輪流持呼拉圈。(Students : Roll the ball.)

教師提問: 球能成功穿越呼拉圈，要注意什麼?

提示: 控制滾球力道與方向，呼拉圈要固定好。

呼拉
圈
排球

實作
與口
語評
量

越圈大挑戰 / Challenges



Two players facing each other rolls the hoop back and forth.

The rest of the four players take turns to roll the ball and try to get the ball going through the hoop. (Students : Roll the ball.)

Take turns to roll the hoop.

2人先負責滾呼拉圈。

另外4人試著將球滾穿呼拉圈。

輪流擔任滾呼拉圈的人。

教師提問: 球能成功穿越滾動的呼拉圈，要注意什麼?

三、綜合活動 : (5')

[總結性-口語評量] : 檢視學生是否能聽懂和說出滾球英文單字，並做出相關動作。

[對應學習目標]:

1. 認識滾球力道與方向的動作要領。
2. 能表現增進團隊合作與友善的互動行為。
3. 瞭解簡易的英語教室用語。
4. 認真學習簡易英語教室用語。
5. 能使用簡易英語教室用語。

~~ 第 9 節 結束 ~~

活動三 步步高升 Hit the Targets

一、引起動機 : (5")

Teacher or P.E. Class Leader: Put away your water bottles.

Eyes front.

Students: Hands forward.

Leader: Hands down.

Students: Hands down.

Teacher: How many laps do we run?

Students: _____. (2, 3, 4.....)

跑完操場後，接著進行暖身。

Warm up routines 排球暖身

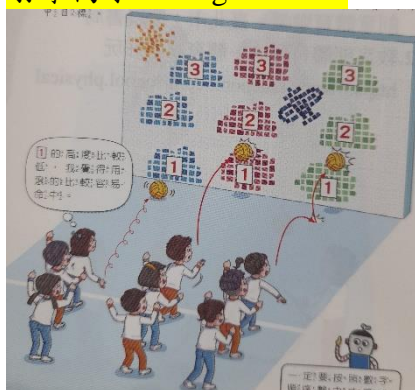
參考影片：

<https://youtu.be/rST26Sbm4SA>

1. Arm Circles (small to big, forward and backward)
2. Clap in the Back and Hug Yourself
3. Jumping Jacks
4. Lunge with Twist and Side Lunge
5. Superman
6. Sit-ups
7. Jog in Plcae (30 seconds)

二、發展活動：(25')

射擊高手 / Target Games



Place numbered cards(1~3) in different heights on the wall 5 meters apart from the teams.

在牆上貼上不同數字圖卡(1~3)，距離學生約 5 公尺遠(可調整學生與牆距離)

Form groups of six players.

一組六人

Each player has three chances to throw the ball.

每個人有三次丟球機會。

If you can hit from the order 1 to 3, you get one point for your team.

若能依序擊中號碼 1~3，則該隊得 1 分。

排球
數字
卡

實作
與口
語評
量

一人一目標 / Target Games II



Place numbered cards(1~6) in different heights on the wall 5 meters apart from the teams.

在牆上貼上不同數字圖卡(1~6)，距離學生約5公尺遠(可調整學生與牆距離)

Form groups of six players.

一組六人

For each team, six players pick one number to shoot until all of the numbers can be hit.

每組每人選一數字擊中，1~6 都被擊中，則該組得分。

三、綜合活動：(5')

[總結性-口語評量]：檢視學生是否能聽懂和說出足壘球相關英文單字，並做出相關動作。

[對應學習目標]：

1. 認識使球擊中目標的動作要領。
2. 能表現增進團隊合作與友善的互動行為。
3. 能培養規律的運動習慣，並願意分享身體活動的益處。
4. 瞭解簡易的英語教室用語。
5. 認真學習簡易英語教室用語。
6. 能使用簡易英語教室用語。

~~第10節結束~~