

## 教學單元活動設計

<b>單元名稱</b>	跳繩運動-1 Jump rope
<b>主要設計者</b>	古昆翰老師、羅吉君老師、李富雄老師
<b>學習目標</b>	<p><b>(體育)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。</li> <li>2. 養成規律運動與健康生活的習慣。</li> <li>3. 培養思辨與善用健康生活與體育運動的相關資訊、產品和服務的素養。</li> <li>4. 培養良好人際關係與團隊合作精神。</li> <li>5. 發展健康與體育相關之文化素養與國際觀。</li> </ol> <p><b>(英語)</b></p> <p>一、提升學習英語文的興趣並涵育積極的學習態度，主動涉獵各領域知識。</p> <p>二、尊重與悅納多元文化，培養國際視野與全球永續發展的世界觀。</p>
<b>學習表現</b>	<p><b>(體育)</b></p> <p>甲、認知：1c- II -1 認識身體活動的動作技能。 1c- II -2 認識身體活動的傷害和防護概念。 1d- II -1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>乙、情意：2c- II -1 遵守上課規範和運動比賽規則。 2c- II -2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c- II -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d- II -3 參與並欣賞多元性身體活動。</p> <p>丙、技能：3c- II -2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 3d- II -1 運用動作技能的練習策略。 3d- II -2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>丁、行為：4c- II -2 了解個人體適能與基本運動能力表現。 4d- II -1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 4d- II -2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。</p> <p><b>(英語)</b></p> <p>語言能力（聽）：</p>

	<p>1- II -7 能聽懂課堂中所學的字詞。  1- II -8 能聽懂簡易的教室用語。  1- II -9 能聽懂簡易的日常生活用語。  1- II -10 能聽懂簡易句型的句子。</p> <p>語言能力（說）：</p> <p>2- II -3 能說出課堂中所學的字詞。  2- II -4 能使用簡易的教室用語。  2- II -5 能使用簡易的日常生活用語。  2- II -6 能以正確的發音及適切的語調說出簡易句型的句子。</p>
<p>學習內容</p>	<p><b>(體育)</b>  Bc- II -1 暖身、伸展動作原則。  Bc- II -2 運動與身體活動的保健知  Cb- II -1 運動安全規則、運動增進生長知識。  Cb- II -3 奧林匹克運動會的起源與訴求。  Cd- II -1 戶外休閒運動基本技能。  Ce- II -1 其他休閒運動基本技能。  Ga- II -1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。</p> <p><b>(英語)</b>  Ac- II -1 簡易的教室用語。  Ac- II -2 簡易的用語。  Ac- II -3 第二學習階段所學字詞。  B- II -1 第二學習階段所學字詞及句型的生活溝通。  C- II -1 國內（外）招呼方式。</p>
<p>領綱核心素 養</p>	<p>A1 身心素質與自我精進  C2 人際關係與團隊合作  C3 多元文化與國際理解</p> <p><b>(體育)</b>  <b>健體-E-A1</b>  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。  <b>健體-E-C2</b>  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、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健。  <b>健體-E-C3</b>  具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。</p> <p><b>(英語)</b>  <b>英-E-A1</b>  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>

	<p>英-E-B1 具備入門的聽、說、讀、寫英語文能力。在引導下，能運用學、字詞及句型進行簡易日常溝通。</p>			
<p><b>核心素養呼應說明</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。</li> <li>2. 具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。</li> <li>3. 具備自我文化認同的信念，並尊重與欣賞多元文化，積極關心全球議題及國際情勢，且能順應時代脈動與社會需要，發展國際理解、多元文化價值觀與世界和平的胸懷。</li> </ol>			
<table border="1" style="width:100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width:65%; text-align: center;">教學活動內容及實施方式</th> <th style="width:15%; text-align: center;">教材教具</th> <th style="width:20%; text-align: center;">時間</th> </tr> </thead> </table>		教學活動內容及實施方式	教材教具	時間
教學活動內容及實施方式	教材教具	時間		
<p><b>一、先備知識：</b> 單人跳繩 jump by yourself： 雙腳併攏站直，雙手握手把，將跳繩中間點放 置在腳後方，並將跳繩拉直。</p> <p><b>二、引起動機(學習目標)</b> 1. 暖身活動(warm-up) &amp; TPR 復習隊形變化(Assemble) 2. 呼拉圈跳格子(hopscotch)</p> <p><b>三、發展活動(學習內容)</b> 1. 教師詢問學生所知的跳繩玩法(招式) 2. 教師示範單人跳、入繩、跳躍、出繩等動作。 2-1 進行繞繩的方法:分正、反兩種。 3. 跳躍的方法，分一繞二跳，一繞一跳。 4. 原地跑步跳： 持續重複以上兩個動作，就像跑步。</p> <p><b>四、統整活動(學習表現)</b> 1. 個別自由練習再分組練習。 2. 學生挑戰二繞一跳。</p>		<p>長跳繩、短跳繩、呼拉圈</p>	<p>10 分鐘</p> <p>20 分鐘</p> <p>10 分鐘</p>	

英語溝通	
單字及片語	句型
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ run</li> <li>➤ rope</li> <li>➤ handles</li> <li>➤ swing</li> <li>➤ jump by yourself</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Step over the rope.</li> <li>➤ Use your hands and wrists to swing the rope over your head.</li> </ul>
試教成果 或 教學提醒	
參考資料	
附錄	

## 教學單元活動設計

<b>單元名稱</b>	跳繩運動-2 Jump rope
<b>主要設計者</b>	古昆翰老師、羅吉君老師、李富雄老師
<b>學習目標</b>	<p><b>(體育)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。</li> <li>2. 養成規律運動與健康生活的習慣。</li> <li>3. 培養思辨與善用健康生活與體育運動的相關資訊、產品和服務的素養。</li> <li>4. 培養良好人際關係與團隊合作精神。</li> <li>5. 發展健康與體育相關之文化素養與國際觀。</li> </ol> <p><b>(英語)</b></p> <p>一、提升學習英語文的興趣並涵育積極的學習態度，主動涉獵各領域知識。</p> <p>二、尊重與悅納多元文化，培養國際視野與全球永續發展的世界觀。</p>
<b>學習表現</b>	<p><b>(體育)</b></p> <p>甲、認知：1c- II -1 認識身體活動的動作技能。 1c- II -2 認識身體活動的傷害和防護概念。 1d- II -1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>乙、情意：2c- II -1 遵守上課規範和運動比賽規則。 2c- II -2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c- II -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d- II -3 參與並欣賞多元性身體活動。</p> <p>丙、技能：3c- II -2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動 3d- II -1 運用動作技能的練習策略。 3d- II -2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>丁、行為：4c- II -2 了解個人體適能與基本運動能力表現。 4d- II -1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 4d- II -2 參與提高體適能與基本運動能力的的身體活動。</p> <p><b>(英語)</b></p> <p>(一)語言能力(聽)： 1- II -7 能聽懂課堂中所學的字詞。</p>

	<p>1- II -8 能聽懂簡易的教室用語。</p> <p>1- II -9 能聽懂簡易的日常生活用語。</p> <p>1- II -10 能聽懂簡易句型的句子。</p> <p>(二) 語言能力 (說):</p> <p>2- II -3 能說出課堂中所學的字詞。</p> <p>2- II -4 能使用簡易的教室用語。</p> <p>2- II -5 能使用簡易的日常生活用語。</p> <p>2- II -6 能以正確的發音及適切的語調說出簡易句型的句子。</p>
<p><b>學習內容</b></p>	<p><b>(體育)</b></p> <p>Bc- II -1 暖身、伸展動作原則。</p> <p>Bc- II -2 運動與身體活動的保健知</p> <p>Cb- II -1 運動安全規則、運動增進生長知識。</p> <p>Cb- II -3 奧林匹克運動會的起源與訴求。</p> <p>Cd- II -1 戶外休閒運動基本技能。</p> <p>Ce- II -1 其他休閒運動基本技能。</p> <p>Ga- II -1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。</p> <p><b>(英語)</b></p> <p>Ac- II -1 簡易的教室用語。</p> <p>Ac- II -2 簡易的用語。</p> <p>Ac- II -3 第二學習階段所學字詞。</p> <p>B- II -1 第二學習階段所學字詞及句型的生活溝通。</p> <p>C- II -1 國內 (外) 招呼方式。</p>
<p><b>領綱核心素 養</b></p>	<p>A1 身心素質與自我精進</p> <p>C2 人際關係與團隊合作</p> <p>C3 多元文化與國際理解</p> <p><b>(體育)</b></p> <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、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健。</p> <p>健體-E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。</p> <p><b>(英語)</b></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> <p>英-E-B1</p>

	具備入門的聽、說、讀、寫英語文能力。在引導下，能運用學、字詞及句型進行簡易日常溝通。
<b>核心素養呼應說明</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。</li> <li>具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。</li> <li>具備自我文化認同的信念，並尊重與欣賞多元文化，積極關心全球議題及國際情勢，且能順應時代脈動與社會需要，發展國際理解、多元文化價值觀與世界和平的胸懷。</li> </ol>
<b>教學活動內容及實施方式</b>	
<p><b>一、先備知識：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>單人跳繩 jump by yourself、入繩、跳躍、出繩等。</li> <li>繞繩的方法、跳躍的方法、原地跑步跳。</li> </ol> <p><b>二、引起動機(學習目標)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>暖身活動(warm-up) &amp; TPR &amp; Greeting</li> <li>單腳跳躍圓盤(jumping cone) hop on one foot</li> </ol> <p><b>三、發展活動(學習內容)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>能掌握並執行短跳繩連續跳、跑步跳</li> <li>長繩搖籃跳指導說明: <ul style="list-style-type: none"> <li>*三人一組，兩人面對面搖繩，第三人站中間定點定式跳繩。</li> <li>*兩人面對面搖繩，搖繩不停擺，學生學習如何側邊入繩、跳躍、出繩</li> </ul> </li> </ol> <p><b>四、統整活動(學習表現)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>學生挑戰二繞一跳 Do tricks</li> <li>四人一組依序練習如何側邊入繩、跳繩、出繩不間斷</li> </ol>	
<b>英語溝通</b>	
<b>單字及片語</b>	<b>句型</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Good morning</li> <li>➤ Good afternoon</li> <li>➤ Jump in</li> <li>➤ jump out</li> <li>➤ ready go.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ What can you do ?</li> <li>➤ I can jump.</li> <li>➤ Hop on right/left foot.</li> </ul>

無



## 教學單元活動設計

<b>單元名稱</b>	跳繩運動-3 Jump rope	<b>時間</b>	共 1 節， 40 分鐘 5 月 4 日
<b>主要設計者</b>	古昆翰老師、羅吉君老師、李富雄老師		
<b>學習目標</b>	<p><b>(體育)</b></p> <p>6. 培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健體的素養。</p> <p>7. 養成規律運動與健康生活的習慣。</p> <p>8. 培養思辨與善用健康生活與體育運動的相關資訊、產品和服務的素養。</p> <p>9. 培養良好人際關係與團隊合作精神。</p> <p><b>(英語)</b></p> <p>一、提升學習英語文的興趣並涵育積極的學習態度，主動涉獵各領域知識。</p> <p>二、尊重與悅納多元文化，培養國際視野與全球永續發展的世界觀。</p>		
<b>學習表現</b>	<p><b>(體育)</b></p> <p>戊、認知：1c- II -1 認識身體活動的動作技能。 1c- II -2 認識身體活動的傷害和防護概念。 1d- II -1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>己、情意：2c- II -1 遵守上課規範和運動比賽規則。 2c- II -2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c- II -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d- II -3 參與並欣賞多元性身體活動。</p> <p>庚、技能：3c- II -2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 3d- II -1 運用動作技能的練習策略。 3d- II -2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>辛、行為：4c- II -2 了解個人體適能與基本運動能力表現。 4d- II -1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 4d- II -2 參與提高體適能與基本運動能力的的身體活動。</p> <p><b>(英語)</b></p> <p>語言能力（聽）：</p>		

	<p>1-II-7 能聽懂課堂中所學的字詞。  1-II-8 能聽懂簡易的教室用語。  1-II-9 能聽懂簡易的日常生活用語。  1-II-10 能聽懂簡易句型的句子。</p> <p>語言能力（說）：  2-II-3 能說出課堂中所學的字詞。  2-II-4 能使用簡易的教室用語。  2-II-5 能使用簡易的日常生活用語。</p>
<p><b>學習內容</b></p>	<p><b>(體育)</b>  Bc-II-1 暖身、伸展動作原則。  Bc-II-2 運動與身體活動的保健知  Cb-II-1 運動安全規則、運動增進生長知識。  Cb-II-3 奧林匹克運動會的起源與訴求。  Cd-II-1 戶外休閒運動基本技能。  Ce-II-1 其他休閒運動基本技能。  Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。</p> <p><b>(英語)</b>  Ac-II-1 簡易的教室用語。  Ac-II-2 簡易的用語。  Ac-II-3 第二學習階段所學字詞。  B-II-1 第二學習階段所學字詞及句型的生活溝通。  C-II-1 國內（外）招呼方式。</p>
<p><b>領綱核心素 養</b></p>	<p>A1 身心素質與自我精進  C2 人際關係與團隊合作  C3 多元文化與國際理解</p> <p><b>(體育)</b>  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。  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、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健。</p> <p><b>(英語)</b>  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。  英-E-B1  具備入門的聽、說、讀、寫英語文能力。在引導下，能運用學、字詞及句型進行簡易日常溝通。</p>

<p><b>核心素養呼 應說明</b></p>	<p>4. 具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。</p> <p>5. 具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協 調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。</p> <p>6. 具備自我文化認同的信念，並尊重與欣賞多元文化，積極關心全球議題及 國際情勢，且能順應時代脈動與社會需要，發展國際理解、多元文化價值觀與世界和平的胸懷。</p>		
<p><b>教學活動內容及實施方式</b></p>		<p><b>教材教 具</b></p>	<p><b>時間</b></p>
<p><b>五、先備知識：</b>          跳繩 jump rope          跳躍 jump          呼拉圈 hula hoop</p> <p><b>六、引起動機(學習目標)</b>          1. 暖身活動(warm-up)          復習隊形變化(Assemble)          2. 呼拉圈跳格子(hopscotch)</p> <p><b>七、發展活動(學習內容)</b>          1. 教師詢問學生所知的跳繩玩法(招式)          2. 地上擺放呼拉圈，讓學生練習跳躍跨過障礙物          3. 原地跑步跳：          持續重複以上兩個動作，就像跑步。</p> <p><b>八、統整活動(學習表現)</b>          1. 個別自由練習再分組練習。          2. 學生挑戰雙腳連續跳躍過呼拉圈。</p>		<p>長跳繩、短跳繩、呼拉圈</p>	<p>10 分鐘</p> <p>20 分鐘</p> <p>10 分鐘</p>
<p><b>英語溝通</b></p>			
<p><b>單字及片語</b></p>		<p><b>句型</b></p>	
<p>➢ run          ➢ rope          ➢ Jump rope          ➢ hula hoop</p>		<p>➢ Step over the hula hoop .          ➢ Jump yourself.</p>	

試教成果 或 教學提醒	
參考資料	
附錄	

## 教學單元活動設計

<b>單元名稱</b>	跳繩運動-4 Jump rope	<b>時間</b>	共 1 節， 40 分鐘 5 月 21 日
<b>主要設計者</b>	古昆翰老師、羅吉君老師、李富雄老師		
<b>學習目標</b>	<p><b>(體育)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。</li> <li>2. 養成規律運動與健康生活的習慣。</li> <li>3. 培養思辨與善用健康生活與體育運動的相關資訊、產品和服務的素養。</li> <li>4. 培養良好人際關係與團隊合作精神。</li> <li>5. 發展健康與體育相關之文化素養與國際觀。</li> </ol> <p><b>(英語)</b></p> <p>一、提升學習英語文的興趣並涵育積極的學習態度，主動涉獵各領域知識。</p> <p>二、尊重與悅納多元文化，培養國際視野與全球永續發展的世界觀。</p>		
<b>學習表現</b>	<p><b>(體育)</b></p> <p>甲、認知：1c- II -1 認識身體活動的動作技能。 1c- II -2 認識身體活動的傷害和防護概念。 1d- II -1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>乙、情意：2c- II -1 遵守上課規範和運動比賽規則。 2c- II -2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c- II -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d- II -3 參與並欣賞多元性身體活動。</p> <p>丙、技能：3c- II -2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動 3d- II -1 運用動作技能的練習策略。 3d- II -2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>丁、行為：4c- II -2 了解個人體適能與基本運動能力表現。 4d- II -1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 4d- II -2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。</p> <p><b>(英語)</b></p> <p>語言能力（聽）：</p>		

	<p>1- II -7 能聽懂課堂中所學的字詞。  1- II -8 能聽懂簡易的教室用語。  1- II -9 能聽懂簡易的日常生活用語。  1- II -10 能聽懂簡易句型的句子。</p> <p>語言能力（說）：</p> <p>2- II -3 能說出課堂中所學的字詞。  2- II -4 能使用簡易的教室用語。  2- II -5 能使用簡易的日常生活用語。  2- II -6 能以正確的發音及適切的語調說出簡易句型的句子。</p>
<p>學習內容</p>	<p><b>(體育)</b>  Bc- II -1 暖身、伸展動作原則。  Bc- II -2 運動與身體活動的保健知  Cb- II -1 運動安全規則、運動增進生長知識。  Cb- II -3 奧林匹克運動會的起源與訴求。  Cd- II -1 戶外休閒運動基本技能。  Ce- II -1 其他休閒運動基本技能。  Ga- II -1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。</p> <p><b>(英語)</b>  Ac- II -1 簡易的教室用語。  Ac- II -2 簡易的用語。  Ac- II -3 第二學習階段所學字詞。  B- II -1 第二學習階段所學字詞及句型的生活溝通。  C- II -1 國內（外）招呼方式。</p>
<p>領綱核心素 養</p>	<p>A1 身心素質與自我精進  C2 人際關係與團隊合作  C3 多元文化與國際理解</p> <p><b>(體育)</b>  <b>健體-E-A1</b>  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。  <b>健體-E-C2</b>  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、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健。  <b>健體-E-C3</b>  具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。</p> <p><b>(英語)</b>  <b>英-E-A1</b>  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>

	<p>英-E-B1 具備入門的聽、說、讀、寫英語文能力。在引導下，能運用學、字詞及句型進行簡易日常溝通。</p>	
<p><b>核心素養呼應說明</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。</li> <li>2. 具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。</li> <li>3. 具備自我文化認同的信念，並尊重與欣賞多元文化，積極關心全球議題及國際情勢，且能順應時代脈動與社會需要，發展國際理解、多元文化價值觀與世界和平的胸懷。</li> </ol>	
<p><b>教學活動內容及實施方式</b></p>		
<p><b>一、先備知識：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 單人跳繩 jump by yourself、入繩、跳躍、出繩等。</li> <li>2. 繞繩的方法、跳躍的方法、原地跑步跳。</li> </ol> <p><b>二、引起動機(學習目標)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 暖身活動(warm-up) &amp; TPR &amp; Greeting</li> <li>2. 單腳跳三角錐後再單腳跳跳繩兩次</li> </ol> <p><b>三、發展活動(學習內容)</b></p> <p>教師示範單人基本花式跳繩：</p> <p>甲、*前後擺盪(鐘擺式)：跳躍時，分一繞一前跳，一繞一後跳，形成鐘擺式。</p> <p>乙、*左右跳躍(滑雪式)：跳躍時，分一繞一左跳，一繞一右跳，形成滑雪式。</p> <p><b>四、統整活動(學習表現)</b></p> <p>甲、單腳跳三角錐在單腳跳跳繩分組進行比賽。</p> <p>乙、單人分別練習(鐘擺式)、(滑雪式)跳法。</p> <p>丙、貓抓老鼠：(長繩動作，每6人為一組)由一人擔任「貓」，剩餘的人當「老鼠」，老鼠們先跑，再由「貓」開始追，被抓到者與搖繩者交換，由換下之搖繩者當貓繼續進行。</p>	<p><b>教材教具</b></p> <p>長跳繩 longer rope、 短跳繩 rope、 三角錐 cone、</p>	<p><b>時間</b></p> <p>10 分鐘</p> <p>20 分鐘</p> <p>10 分鐘</p>
<p><b>英語溝通</b></p>		
<p><b>單字及片語</b></p>	<p><b>句型</b></p>	
<p>➤ Count one- thirty</p> <p>➤ Long rope</p>	<p>➤ Hop on one foot.</p> <p>➤ Hop on two feet.</p>	

- Short rope
- Ski

➤ I can do ski jump.

無



## 教學單元活動設計

<b>單元名稱</b>	跳繩運動-5 Jump rope	<b>時間</b>	共 1 節， 40 分鐘 5 月 28 日
<b>主要設計者</b>	古昆翰老師、羅吉君老師、李富雄老師		
<b>學習目標</b>	<p><b>(體育)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。</li> <li>2. 養成規律運動與健康生活的習慣。</li> <li>3. 培養思辨與善用健康生活與體育運動的相關資訊、產品和服務的素養。</li> <li>4. 培養良好人際關係與團隊合作精神。</li> <li>5. 發展健康與體育相關之文化素養與國際觀。</li> </ol> <p><b>(英語)</b></p> <p>一、提升學習英語文的興趣並涵育積極的學習態度，主動涉獵各領域知識。</p> <p>二、尊重與悅納多元文化，培養國際視野與全球永續發展的世界觀。</p>		
<b>學習表現</b>	<p><b>(體育)</b></p> <p>甲、認知：1c- II -1 認識身體活動的動作技能。 1c- II -2 認識身體活動的傷害和防護概念。 1d- II -1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>乙、情意：2c- II -1 遵守上課規範和運動比賽規則。 2c- II -2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c- II -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d- II -3 參與並欣賞多元性身體活動。</p> <p>丙、技能：3c- II -2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動 3d- II -1 運用動作技能的練習策略。 3d- II -2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>丁、行為：4c- II -2 了解個人體適能與基本運動能力表現。 4d- II -1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 4d- II -2 參與提高體適能與基本運動能力的的身體活動。</p> <p><b>(英語)</b></p> <p>語言能力（聽）：</p>		

	<p>1- II -7 能聽懂課堂中所學的字詞。  1- II -8 能聽懂簡易的教室用語。  1- II -9 能聽懂簡易的日常生活用語。  1- II -10 能聽懂簡易句型的句子。</p> <p>語言能力（說）：</p> <p>2- II -3 能說出課堂中所學的字詞。  2- II -4 能使用簡易的教室用語。  2- II -5 能使用簡易的日常生活用語。  2- II -6 能以正確的發音及適切的語調說出簡易句型的句子。</p>
<p>學習內容</p>	<p><b>(體育)</b>  Bc- II -1 暖身、伸展動作原則。  Bc- II -2 運動與身體活動的保健知  Cb- II -1 運動安全規則、運動增進生長知識。  Cb- II -3 奧林匹克運動會的起源與訴求。  Cd- II -1 戶外休閒運動基本技能。  Ce- II -1 其他休閒運動基本技能。  Ga- II -1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。</p> <p><b>(英語)</b>  Ac- II -1 簡易的教室用語。  Ac- II -2 簡易的用語。  Ac- II -3 第二學習階段所學字詞。  B- II -1 第二學習階段所學字詞及句型的生活溝通。  C- II -1 國內（外）招呼方式。</p>
<p>領綱核心素 養</p>	<p>A1 身心素質與自我精進  C2 人際關係與團隊合作  C3 多元文化與國際理解</p> <p><b>(體育)</b>  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。  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、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健。  健體-E-C3  具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。</p> <p><b>(英語)</b>  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>

	<p>英-E-B1 具備入門的聽、說、讀、寫英語文能力。在引導下，能運用學、字詞及句型進行簡易日常溝通。</p>
<p><b>核心素養呼應說明</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。</li> <li>2. 具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。</li> <li>3. 具備自我文化認同的信念，並尊重與欣賞多元文化，積極關心全球議題及國際情勢，且能順應時代脈動與社會需要，發展國際理解、多元文化價值觀與世界和平的胸懷。</li> </ol>
<p><b>教學活動內容及實施方式</b></p>	
<p><b>一、先備知識：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 單人跳繩 jump by yourself、入繩、跳躍、出繩等。</li> <li>2. 繞繩的方法、跳躍的方法、原地跑步跳。</li> </ol> <p><b>二、引起動機(學習目標)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 暖身活動(warm-up) &amp; TPR &amp; Greeting</li> <li>2. 單人跳繩暖身連續跳 20 次</li> </ol> <p><b>三、發展活動(學習內容)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 統整所學的跳繩方式</li> <li>2. 長跳繩講解與操作方式</li> </ol> <p><b>四、統整活動(學習表現)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 單人練習(單人跳繩、原地跑步跳、鐘擺式、滑雪式)</li> <li>2. 多人嘗試常跳繩共跳</li> <li>3. 老師講評</li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b>教材教具</b></p> <p>長跳繩 longer rope、 短跳繩 rope、 三角錐 cone、</p> <p style="text-align: center;"><b>時間</b></p> <p>10 分鐘</p> <p>20 分鐘</p> <p>10 分鐘</p>
<p><b>英語溝通</b></p>	
<p><b>單字及片語</b></p>	<p><b>句型</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ change</li> <li>➤ High kick</li> <li>➤ Ankle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Can you do swing jump?</li> <li>➤ Can you do ski jump?</li> <li>➤ Yes, I can.</li> <li>➤ No, I can't.</li> </ul>

試教成果 或 教學提醒	
參考資料	無
附錄	

## 教學單元活動設計

<b>單元名稱</b>	跳繩運動-6 Jump rope	<b>時間</b>	共 1 節， 40 分鐘 5 月 11 日
<b>主要設計者</b>	古昆翰老師、羅吉君老師、李富雄老師		
<b>學習目標</b>	<p><b>(體育)</b></p> <p>6. 培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。</p> <p>7. 養成規律運動與健康生活的習慣。</p> <p>8. 培養思辨與善用健康生活與體育運動的相關資訊、產品和服務的素養。</p> <p>9. 培養良好人際關係與團隊合作精神。</p> <p><b>(英語)</b></p> <p>一、提升學習英語文的興趣並涵育積極的學習態度，主動涉獵各領域知識。</p> <p>二、尊重與悅納多元文化，培養國際視野與全球永續發展的世界觀。</p>		
<b>學習表現</b>	<p><b>(體育)</b></p> <p>戊、認知：1c- II -1 認識身體活動的動作技能。 1c- II -2 認識身體活動的傷害和防護概念。 1d- II -1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>己、情意：2c- II -1 遵守上課規範和運動比賽規則。 2c- II -2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c- II -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d- II -3 參與並欣賞多元性身體活動。</p> <p>庚、技能：3c- II -2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動 3d- II -1 運用動作技能的練習策略。 3d- II -2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>辛、行為：4c- II -2 了解個人體適能與基本運動能力表現。 4d- II -1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 4d- II -2 參與提高體適能與基本運動能力的的身體活動。</p> <p><b>(英語)</b></p> <p>(二) 語言能力 (聽)：</p> <p>1- II -7 能聽懂課堂中所學的字詞。</p>		

	<p>1- II -8 能聽懂簡易的教室用語。</p> <p>1- II -9 能聽懂簡易的日常生活用語。</p> <p>1- II -10 能聽懂簡易句型的句子。</p> <p>(二) 語言能力 (說):</p> <p>2- II -3 能說出課堂中所學的字詞。</p> <p>2- II -4 能使用簡易的教室用語。</p> <p>2- II -5 能使用簡易的日常生活用語。</p>
<p><b>學習內容</b></p>	<p><b>(體育)</b></p> <p>Bc- II -1 暖身、伸展動作原則。</p> <p>Bc- II -2 運動與身體活動的保健知</p> <p>Cb- II -1 運動安全規則、運動增進生長知識。</p> <p>Cb- II -3 奧林匹克運動會的起源與訴求。</p> <p>Cd- II -1 戶外休閒運動基本技能。</p> <p>Ce- II -1 其他休閒運動基本技能。</p> <p>Ga- II -1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。</p> <p><b>(英語)</b></p> <p>Ac- II -1 簡易的教室用語。</p> <p>Ac- II -2 簡易的用語。</p> <p>Ac- II -3 第二學習階段所學字詞。</p> <p>B- II -1 第二學習階段所學字詞及句型的生活溝通。</p> <p>C- II -1 國內 (外) 招呼方式。</p>
<p><b>領綱核心素 養</b></p>	<p>A1 身心素質與自我精進</p> <p>C2 人際關係與團隊合作</p> <p>C3 多元文化與國際理解</p> <p><b>(體育)</b></p> <p>健體-E-A1</p> <p>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</p> <p>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、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健。</p> <p><b>(英語)</b></p> <p>英-E-A1</p> <p>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> <p>英-E-B1</p> <p>具備入門的聽、說、讀、寫英語文能力。在引導下，能運用學、字詞及句型進行簡易日常溝通。</p>

<p><b>核心素養呼應說明</b></p>	<p>4. 具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。</p> <p>5. 具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。</p> <p>6. 具備自我文化認同的信念，並尊重與欣賞多元文化，積極關心全球議題及國際情勢，且能順應時代脈動與社會需要，發展國際理解、多元文化價值觀與世界和平的胸懷。</p>		
<p><b>教學活動內容及實施方式</b></p>		<p><b>教材教具</b></p>	<p><b>時間</b></p>
<p><b>一、先備知識：</b></p> <p>3. 跳躍障礙物 step over</p> <p>4. 單腳跳躍與雙腳跳躍。</p> <p><b>二、引起動機(學習目標)</b></p> <p>3. 暖身活動(warm-up) &amp; TPR &amp; Greeting</p> <p>4. 單腳跳躍圓盤(jumping cone) hop on one foot</p> <p><b>三、發展活動(學習內容)</b></p> <p>1. 能掌握並執行短跳繩連續跳、跑步跳</p> <p>2. 長繩搖籃跳指導說明:</p> <p>*三人一組，兩人面對面搖繩，第三人站中間定點定式跳繩。</p> <p>*兩人面對面搖繩，搖繩不停擺，學生學習如何側邊入繩、跳躍、出繩</p> <p><b>五、統整活動(學習表現)</b></p> <p>3. 學生挑戰二繞一跳 Do tricks</p> <p>4. 四人一組依序練習如何側邊入繩、跳繩、出繩不間斷</p>		<p>長跳繩 longer rope、 短跳繩 rope、 圓盤、</p>	<p>10 分鐘</p> <p>20 分鐘</p> <p>10 分鐘</p>
<p><b>英語溝通</b></p>			
<p><b>單字及片語</b></p>		<p><b>句型</b></p>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Good morning</li> <li>➤ Good afternoon</li> <li>➤ Jump in</li> <li>➤ jump out</li> <li>➤ ready go.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ What can you do ?</li> <li>➤ I can jump.</li> <li>➤ Hop on right/left foot.</li> </ul>		
<b>試教成果 或 教學提醒</b>			
<b>參考資料 附錄</b>	無		
<b>教學單元活動設計</b>			
<b>單元名稱</b>	跳繩運動-7 Jump rope		共 1 節， 40 分
<b>主要設計者</b>	古昆翰老師、羅吉君老師、李富雄老師	<b>時間</b>	鐘 <b>5 月 18 日</b>
<b>學習目標</b>	<p><b>(體育)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>6. 培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。</li> <li>7. 養成規律運動與健康生活的習慣。</li> <li>8. 培養思辨與善用健康生活與體育運動的相關資訊、產品和服務的素養。</li> <li>9. 培養良好人際關係與團隊合作精神。</li> <li>10. 發展健康與體育相關之文化素養與國際觀。</li> </ol> <p><b>(英語)</b></p> <p>一、提升學習英語文的興趣並涵育積極的學習態度，主動涉獵各領域知識。</p> <p>二、尊重與悅納多元文化，培養國際視野與全球永續發展的世界觀。</p>		
<b>學習表現</b>	<p><b>(體育)</b></p> <p>戊、認知：1c- II -1 認識身體活動的動作技能。          1c- II -2 認識身體活動的傷害和防護概念。          1d- II -1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>己、情意：2c- II -1 遵守上課規範和運動比賽規則。          2c- II -2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p>		



	<p>2c- II -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d- II -3 參與並欣賞多元性身體活動。</p> <p>庚、技能：3c- II -2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動</p> <p>3d- II -1 運用動作技能的練習策略。</p> <p>3d- II -2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>辛、行為：4c- II -2 了解個人體適能與基本運動能力表現。</p> <p>4d- II -1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</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><b>(英語)</b></p> <p>語言能力（聽）：</p> <p>1- II -7 能聽懂課堂中所學的字詞。</p> <p>1- II -8 能聽懂簡易的教室用語。</p> <p>1- II -9 能聽懂簡易的日常生活用語。</p> <p>1- II -10 能聽懂簡易句型的句子。</p> <p>語言能力（說）：</p> <p>2- II -3 能說出課堂中所學的字詞。</p> <p>2- II -4 能使用簡易的教室用語。</p> <p>2- II -5 能使用簡易的日常生活用語。</p> <p>2- II -6 能以正確的發音及適切的語調說出簡易句型的句子。</p>
學習內容	<p><b>(體育)</b></p> <p>Bc- II -1 暖身、伸展動作原則。</p> <p>Bc- II -2 運動與身體活動的保健知</p> <p>Cb- II -1 運動安全規則、運動增進生長知識。</p> <p>Cb- II -3 奧林匹克運動會的起源與訴求。</p> <p>Cd- II -1 戶外休閒運動基本技能。</p> <p>Ce- II -1 其他休閒運動基本技能。</p> <p>Ga- II -1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。</p> <p><b>(英語)</b></p> <p>Ac- II -1 簡易的教室用語。</p> <p>Ac- II -2 簡易的用語。</p> <p>Ac- II -3 第二學習階段所學字詞。</p> <p>B- II -1 第二學習階段所學字詞及句型的生活溝通。</p> <p>C- II -1 國內（外）招呼方式。</p>

<p style="text-align: center;"><b>領綱核心素 養</b></p>	<p>A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作 C3 多元文化與國際理解</p> <p><b>(體育)</b></p> <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、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健。</p> <p>健體-E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。</p> <p><b>(英語)</b></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> <p>英-E-B1 具備入門的聽、說、讀、寫英語文能力。在引導下，能運用學、字詞及句型進行簡易日常溝通。</p>		
<p style="text-align: center;"><b>核心素養呼 應說明</b></p>	<p>4. 具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。</p> <p>5. 具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。</p> <p>6. 具備自我文化認同的信念，並尊重與欣賞多元文化，積極關心全球議題及國際情勢，且能順應時代脈動與社會需要，發展國際理解、多元文化價值觀與世界和平的胸懷。</p>		
<p><b>教學活動內容及實施方式</b></p>		<p><b>教材教 具</b></p>	<p><b>時間</b></p>

<p><b>一、先備知識:</b></p> <p>3. 單人跳繩 jump by yourself、入繩、跳躍、出繩等。</p> <p>4. 繞繩的方法、跳躍的方法、原地跑步跳。</p> <p><b>二、引起動機(學習目標)</b></p> <p>3. 暖身活動(warm-up) &amp; TPR &amp; Greeting</p> <p>4. 單腳跳三角錐後再單腳跳跳繩兩次</p> <p><b>三、發展活動(學習內容)</b></p> <p>教師示範單人基本花式跳繩：</p> <p>甲、*前後擺盪(鐘擺式)：跳躍時，分一繞一前跳，一繞一後跳，形成鐘擺式。</p> <p>乙、*左右跳躍(滑雪式)：跳躍時，分一繞一左跳，一繞一右跳，形成滑雪式。</p> <p><b>四、統整活動(學習表現)</b></p> <p>丁、單腳跳三角錐在單腳跳跳繩分組進行比賽。</p> <p>戊、單人分別練習(鐘擺式)、(滑雪式)跳法。</p> <p>己、貓抓老鼠：(長繩動作，每6人為一組)由一人擔任「貓」，剩餘的人當「老鼠」，老鼠們先跑，再由「貓」開始追，被抓到者與搖繩者交換，由換下之搖繩者當貓繼續進行。</p>	<p>長跳繩 longer rope、 短跳繩 rope、 三角錐 cone、</p>	<p>10 分鐘</p> <p>20 分鐘</p> <p>10 分鐘</p>
<b>英語溝通</b>		
<b>單字及片語</b>		<b>句型</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Count one- thirty</li> <li>➤ Long rope</li> <li>➤ Short rope</li> <li>➤ Ski</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Hop on one foot.</li> <li>➤ Hop on two feet.</li> <li>➤ I can do ski jump.</li> </ul>	
<b>試教成果 或 教學提醒</b>	無	
<b>參考資料</b>	無	
<b>附錄</b>		

## 教學單元活動設計

<b>單元名稱</b>	跳繩運動-8 Jump rope	<b>時間</b>	共 1 節， 40 分鐘 5 月 25 日
<b>主要設計者</b>	古昆翰老師、羅吉君老師、李富雄老師		
<b>學習目標</b>	<p><b>(體育)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>6. 培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。</li> <li>7. 養成規律運動與健康生活的習慣。</li> <li>8. 培養思辨與善用健康生活與體育運動的相關資訊、產品和服務的素養。</li> <li>9. 培養良好人際關係與團隊合作精神。</li> <li>10. 發展健康與體育相關之文化素養與國際觀。</li> </ol> <p><b>(英語)</b></p> <p>一、提升學習英語文的興趣並涵育積極的學習態度，主動涉獵各領域知識。</p> <p>二、尊重與悅納多元文化，培養國際視野與全球永續發展的世界觀。</p>		
<b>學習表現</b>	<p><b>(體育)</b></p> <p>戊、認知：1c- II -1 認識身體活動的動作技能。 1c- II -2 認識身體活動的傷害和防護概念。 1d- II -1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>己、情意：2c- II -1 遵守上課規範和運動比賽規則。 2c- II -2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c- II -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d- II -3 參與並欣賞多元性身體活動。</p> <p>庚、技能：3c- II -2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動 3d- II -1 運用動作技能的練習策略。 3d- II -2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>辛、行為：4c- II -2 了解個人體適能與基本運動能力表現。 4d- II -1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 4d- II -2 參與提高體適能與基本運動能力的的身體活動。</p> <p><b>(英語)</b></p> <p>語言能力（聽）：</p>		

	<p>1- II -7 能聽懂課堂中所學的字詞。  1- II -8 能聽懂簡易的教室用語。  1- II -9 能聽懂簡易的日常生活用語。  1- II -10 能聽懂簡易句型的句子。</p> <p>語言能力（說）：</p> <p>2- II -3 能說出課堂中所學的字詞。  2- II -4 能使用簡易的教室用語。  2- II -5 能使用簡易的日常生活用語。  2- II -6 能以正確的發音及適切的語調說出簡易句型的句子。</p>
<p>學習內容</p>	<p><b>(體育)</b>  Bc- II -1 暖身、伸展動作原則。  Bc- II -2 運動與身體活動的保健知  Cb- II -1 運動安全規則、運動增進生長知識。  Cb- II -3 奧林匹克運動會的起源與訴求。  Cd- II -1 戶外休閒運動基本技能。  Ce- II -1 其他休閒運動基本技能。  Ga- II -1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。</p> <p><b>(英語)</b>  Ac- II -1 簡易的教室用語。  Ac- II -2 簡易的用語。  Ac- II -3 第二學習階段所學字詞。  B- II -1 第二學習階段所學字詞及句型的生活溝通。  C- II -1 國內（外）招呼方式。</p>
<p>領綱核心素 養</p>	<p>A1 身心素質與自我精進  C2 人際關係與團隊合作  C3 多元文化與國際理解</p> <p><b>(體育)</b>  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。  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、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健。  健體-E-C3  具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。</p> <p><b>(英語)</b>  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>

	<p>英-E-B1 具備入門的聽、說、讀、寫英語文能力。在引導下，能運用學、字詞及句型進行簡易日常溝通。</p>		
<p><b>核心素養呼應說明</b></p>	<p>4. 具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。</p> <p>5. 具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。</p> <p>6. 具備自我文化認同的信念，並尊重與欣賞多元文化，積極關心全球議題及國際情勢，且能順應時代脈動與社會需要，發展國際理解、多元文化價值觀與世界和平的胸懷。</p>		
<p><b>教學活動內容及實施方式</b></p>		<p><b>教材教具</b></p>	<p><b>時間</b></p>
<p><b>一、先備知識：</b></p> <p>3. 單人跳繩 jump by yourself、入繩、跳躍、出繩等。</p> <p>4. 繞繩的方法、跳躍的方法、原地跑步跳。</p> <p><b>二、引起動機(學習目標)</b></p> <p>3. 暖身活動(warm-up) &amp; TPR &amp; Greeting</p> <p>4. 單人跳跳繩暖身連續跳 20 次</p> <p><b>三、發展活動(學習內容)</b></p> <p>1. 統整所學的跳繩方式</p> <p>2. 長跳繩講解與操作方式</p> <p><b>四、統整活動(學習表現)</b></p> <p>1. 單人練習(單人跳繩、原地跑步跳、鐘擺式、滑雪式)</p> <p>2. 多人嘗試常跳繩共跳</p> <p>3. 老師講評</p>		<p>長跳繩 longer rope、 短跳繩 rope、 三角錐 cone、</p>	<p>10 分鐘</p> <p>20 分鐘</p> <p>10 分鐘</p>
<p><b>英語溝通</b></p>			
<p><b>單字及片語</b></p>		<p><b>句型</b></p>	
<p>➤ change</p> <p>➤ High kick</p> <p>➤ Ankle</p>		<p>➤ Can you do swing jump?</p> <p>➤ Can you do ski jump?</p> <p>➤ Yes, I can.</p> <p>➤ No, I can't.</p>	

試教成果 或 教學提醒	
參考資料	無
附錄	