

單元名稱	跳繩	教學設計者	陳佑昌
學習對象	七_年級_下_學期	學習節次	1_節課(45_分鐘)
學習內容	1c-IV-1 民俗運動進階與綜合動作。		
學習表現	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。 3c-V-1 表現全身性的身體控制能力。 3c-V-3 因應不同的運動情境，展現與超越個人的運動潛能。		
學習目標	1. 熟悉跳繩的特性(速度、長短、質地、節奏等...)。 2. 能掌握進出繩的時機。 3. 讓學生在練習中，找到最好的跳繩節奏。 4. 學會跳繩的動作要領。 5. 在跳繩練習中，提升學生協調性及心肺耐力。		
教學方法	講解法、問答法		
教學資源	麥克風、角錐、跳繩		
學科英語 詞彙	Jump 跳 Rope 繩索 competition 比賽 Odd numbers 基數 Even numbers 雙數 Group 組 Take turn 輪流 Point 分數 Win 贏 Winner 贏家 Raise 舉起 Afternoon 下午 Simple 簡單 Warm up 熱身 Practice 練習 Rock 石頭 Paper 布 Scissor 剪刀 swing 搖擺		
學科英語 句型(視 教材內容)	how many times did you win? please raise your hand how many jumps did you make? i will give you one point Listen to me. Line up. Follow me.		

教學主題一：跳繩	教學資源	評量
<p><b>一、引起動機：(5' )</b>  Greeting  T: 今天下午就要跳繩比賽了，大家準備好了嗎?  T: Are you ready for the jump rope competition in the afternoon?  Ss: Yes、No、not really...  T: Why ?(老師回應學生，請學生進一步分享)  T: 今天我們將進行一些簡單的跳繩練習，當作熱身也讓同學習慣跳繩的節奏。  Today we will do some simple practices to warm up.</p>		
<p><b>二、發展活動：(33' )</b>  (一) 限時1分鐘用腳猜拳，贏的次數最多的前6位同學加分。  T: Play rock paper scissor with your legs with everyone in one minute. I will give a point to the top 6 winners.  T: Ready go!  T: Time up!  T: How many times did you win?Does anyone have over five wins?Please raise your hand.</p>	跳繩	實作評量
<p>(二)進出繩練習  三人一組，輪流練習甩繩與順勢進出繩。  T: A group of three take one rope.Take turns to practice swinging the rope and run through the rope.  三人一組，輪流練習甩繩與逆勢進出繩。  T: A group of three take one rope.Take turns to practice swinging the rope and go through the rope.</p>	跳繩	實作評量 1、2
<p>(三)分組比賽  全班分成基數與偶數兩隊，各組推派一人甩繩，其餘的同學依序在三分鐘內輪流通過跳繩到對面拿角錐，拿到最多的隊伍獲勝。  T: All students divide into odd numbers and even numbers.Each team choose a person to swing the rope, everyone try to run through the rope and take a cone.If you touch the rope you should go to the end of the line.The team that gets the most cones is the winner.I will give the winning team a point</p>	跳繩	實作評量 1、2
<p>(四)三分鐘跳繩測驗  全班依比賽隊伍(A、B、C隊)進行三分鐘測驗  T: According to the jump rope competition teams.We will do a three minutes jump rope test.  T:Ready go!</p>	跳繩	實作評量 1、 3、 4、5

<p>T:Time up!</p> <p>T:How many jumps did you make?</p> <p>三、綜合活動：(7' )</p> <p>[總結性-口語評量、實作評量]：</p> <p>1. 檢視學生動作是否協調。</p> <p>2. 跳繩是否能放鬆身體，自然流暢的進行。</p> <p>～～結束～～</p>		
--	--	--