

彰化縣和美鎮大榮國民小學

109 學年度沉浸式英語教學特色學校試辦計畫共備紀錄表

學科領域：健康與體育 _ _ 體育		試辦年級:四年級
出席人員簽名		
領域教師：王兆民、劉婉如 英語教師：蔡瑩潔 行政人員：薛淑美		
共備時間 (日期: 109 年 9 月 17 日)		
共備議題	1.課室英文討論 2.本學期之上課方式	
共備內容	課室英文： 一、 做操指令：1.Hands up 2.Hands down 3.Run two circles 4.Count number 1 to 20 during jumping jacks. 5.Count one to seven and say change during every circle. 二、 班級經營：1.Be quiet 2.教師說：Look at me.學生回：Look at you. 3.Sit down 4.Stand up 5.Get closer 上課方式： 實施計畫的兩班，於學期初選出兩位暖身操引領者，並於每一次上課時，至前方進行領讀和體操動作的示範	
校長簽名：胡慧嘉		

彰化縣和美鎮大榮國民小學

109 學年度沉浸式英語教學特色學校試辦計畫共備紀錄表

學科領域：健康與體育 _ _ 體育		試辦年級:四年級
出席人員簽名		
領域教師：王兆民、劉婉如		
英語教師：蔡瑩潔		
行政人員：薛淑美		
共備時間 (日期: 109 年 10 月 8 日)		
共備議題	<p>1.確認暖身操英文版內容以及順序</p> <p>2.將暖身操分成兩部分教學</p> <p>3.下一堂課教學重點</p>	
共備內容	<p>一、 暖身操內容及順序</p> <p>第一階段：</p> <p>(1)Jumping jacks 20 times (2)Neck circles (3)Shoulders circles (4)Arms circles (5)Knees circles (6)Run 2 circles</p> <p>第二階段：</p> <p>(1)Jumping jacks 20 times (2)Neck circles (3)Shoulders circles (4)Arms circles (5)Hip circles(6)Knees circles (7)Legs stretch (8) Outer thighs stretch (9)Wrists and ankles circles (10)Run 2 circles</p>	
校長簽名：胡慧嘉		

彰化縣和美鎮大榮國民小學

109 學年度沉浸式英語教學特色學校試辦計畫共備紀錄表

學科領域：健康與體育 _ _ 體育		試辦年級:四年級
出席人員簽名		
領域教師：王兆民、劉婉如 英語教師：蔡瑩潔 行政人員：薛淑美		
共備時間 (日期: 109 年 10 月 15 日)		
共備議題	1. 教學用展示版內容 2. 下一堂課教學重點	
共備內容	第一主題 Tee-ball 場景位置標示、守備位置標示、動作標示的英文表達方式及圖示討論。 成果示例：	
		
校長簽名：胡慧嘉		

彰化縣和美鎮大榮國民小學

109 學年度沉浸式英語教學特色學校試辦計畫共備紀錄表

學科領域：健康與體育 _ _ 體育		試辦年級：四年級
出席人員簽名		
領域教師：王兆民、劉婉如		
英語教師：蔡瑩潔		
行政人員：薛淑美		
共備時間 (日期: 109 年 10 月 22 日)		
共備議題	1. 專科偕同教師與主教教師的課程銜接以及比例 2. 下堂課教學重點	
共備內容	<p>主教教師主要主導課程開頭及進度，並適時將需協同教師教授之英文相關課程帶入，或直接請專科協同教師進行教學，此部分需視教學流程及班級經營隨時做出調整。</p> <p>英文教學和實際體育教學的比重，應依照課程進度增減，課程前幾次英文教學比重較多，隨課程進行，漸漸以融入實作方式為主。</p>	
校長簽名：胡慧嘉		

彰化縣和美鎮大榮國民小學

109 學年度沉浸式英語教學特色學校試辦計畫共備紀錄表

學科領域：健康與體育 _ _ 體育		試辦年級：四年級
出席人員簽名		
領域教師：王兆民、劉婉如		
英語教師：蔡瑩潔		
行政人員：薛淑美		
共備時間 (日期: 109 年 10 月 29 日)		
共備議題	1. 依據彰師大蔡忠昌教授的研習，作課程內容之修改、調整 2. 下一堂課教學重點	
共備內容	依前一次的訪視活動，專家指出，四年級的學生應著重在身體平衡的訓練，毋須過度要求學生的動作及姿勢是否完美。 此時期的學生，許多肌肉和身體機能還處在發育的階段，應著重學生是否可以靈活運用自己的身體進行活動，以及身體的平衡度、敏捷度。	
校長簽名：胡慧嘉		

彰化縣和美鎮大榮國民小學

109 學年度沉浸式英語教學特色學校試辦計畫共備紀錄表

學科領域：健康與體育 _ _ 體育		試辦年級：四年級
出席人員簽名		
領域教師：王兆民、劉婉如 英語教師：蔡瑩潔 行政人員：薛淑美		
共備時間 (日期: 109 年 11 月 5 日)		
共備議題	1. Tee-ball 課程內容的執行 2. 下一堂課教學重點	
共備內容	因發現四年級學生在丟球、接球時，大多數的學生皆不熟悉，常常會接不到球，丟球時也無法依據距離控制力道，有時力度過大，有時則過小，因此須著重設計不同的教學活動，讓學生能在活動當中慢慢熟悉丟球與接球的手感，而不感到乏味。 教學活動： 1. 分組競賽：利用標的性球類運動概念，可在跑道上擺滿 9 個三角錐，讓學生可以依照教師所給出的任務，瞄準標的三角錐，丟擲樂樂棒，以獲得勝利。 2. 交換夥伴：因考量比賽時，每次的傳接球不一定是同一個練習夥伴，所以透過交換夥伴的活動，讓學生可以適應不同人的丟接球。	
校長簽名：胡慧嘉		

彰化縣和美鎮大榮國民小學

109 學年度沉浸式英語教學特色學校試辦計畫共備紀錄表

學科領域：健康與體育 _ _ 體育		試辦年級:四年級
出席人員簽名		
<p>領域教師：王兆民、劉婉如</p> <p>英語教師：蔡瑩潔</p> <p>行政人員：薛淑美</p>		
共備時間 (日期: 109 年 11 月 19 日)		
共備議題	<ol style="list-style-type: none"> 1. 暖身內容的新增 2. 下一堂課教學重點 	
共備內容	<p>從原本第一階段：</p> <p>(1)Jumping jacks 20 times (2)Neck circles (3)Shoulders circles (4)Arms circles (5)Knees circles (6)Run 2 circles</p> <p>加入 Hip circles、Legs stretch、Outer thighs stretch、Wrists and ankles circles 變為第二階段較完整的暖身活動，順序如下：</p> <p>第二階段：</p> <p>(1)Jumping jacks 20 times (2)Neck circles (3)Shoulders circles (4)Arms circles (5)Hip circles(6)Knees circles (7)Legs stretch (8) Outer thighs stretch (9)Wrists and ankles circles (10)Run 2 circles</p>	
校長簽名：胡慧嘉		

彰化縣和美鎮大榮國民小學

109 學年度沉浸式英語教學特色學校試辦計畫共備紀錄表

學科領域：健康與體育 _ _ 體育	試辦年級:四年級
出席人員簽名	
領域教師：王兆民、劉婉如 英語教師：蔡瑩潔 行政人員：薛淑美	
共備時間 (日期: 109 年 11 月 26 日)	
共備議題	1. Tee-ball 課程內容的執行 2. 下一堂課教學重點
共備內容	課程討論的目標主要在於學童的打擊姿勢及調整棒桿的高度，由口訣的唸讀和實際的動作演練作為基礎，增加學童對於動作的熟悉度。 由教師帶領全體學生一一進行揮擊動作，當帶領者說出打擊要旨「站上打擊區，向右跨一步，左手四十五度，右腳蹲一點，左腳前跨步，能碰到桿子，左手在棒尾，右手在上邊，旋轉你的腰，打擊像砍樹」，並請學生一一配合口訣次序，完成打擊動作，最後在學生揮擊時，嘴把同時唸出 " Swing" ，讓學生得以一邊習得揮棒技能、揮棒的英語知識。
校長簽名：胡慧嘉	

彰化縣和美鎮大榮國民小學

109 學年度沉浸式英語教學特色學校試辦計畫共備紀錄表

學科領域：健康與體育 _ _ 體育		試辦年級:四年級
出席人員簽名		
領域教師：王兆民、劉婉如 英語教師：蔡瑩潔 行政人員：薛淑美		
共備時間 (日期: 109 年 12 月 3 日)		
共備議題	1. 課程內容的討論 2. 下一堂課教學重點	
共備內容	<p>討論的目標主要在於學生的守備動作，延續先前所指導的丟接球練習的部分，只是多增加了屈膝、半蹲，讓眼睛 能注視下方，並讓身體形成一個接球的準備姿勢，以增加守備時的立即反應能力。</p> <p>學生於守備狀態時，容易呈現不專注的態度，須提醒學生，在守備時，需時時刻刻保持專注，如此身體便能較快速的做出接球的反應動作。</p>	
校長簽名：胡慧嘉		

彰化縣和美鎮大榮國民小學

109 學年度沉浸式英語教學特色學校試辦計畫共備紀錄表

學科領域：健康與體育 _ _ 體育		試辦年級:四年級
出席人員簽名		
領域教師：王兆民、劉婉如 英語教師：蔡瑩潔 行政人員：薛淑美		
共備時間 (日期: 109 年 12 月 10 日)		
共備議題	1. 田徑教學討論 2. 下一節課教學重點	
共備內容	教學目標著重訓練學生的身體敏捷度之敏捷運動，運用不同的教學活動，讓學生於活動期間，能不感到乏味，亦能達到身體敏捷訓練的成果。 教具準備： 1. 繩梯 2. 呼拉圈 3. 動物圖片 4. 掃把	
校長簽名：胡慧嘉		

彰化縣和美鎮大榮國民小學

109 學年度沉浸式英語教學特色學校試辦計畫共備紀錄表

學科領域：健康與體育 _ _ 體育		試辦年級：四年級
出席人員簽名		
領域教師：王兆民、劉婉如 英語教師：蔡瑩潔 行政人員：薛淑美		
共備時間 (日期: 109 年 12 月 17 日)		
共備議題	1.田徑教學討論 2.下一節課教學重點	
共備內容	讓學生利用不同的起跑姿勢開始起跑，藉此訓練學生的身體敏捷性。 起跑姿勢：1.坐著，又可分為（1）盤腿坐（2）雙腳彎曲坐（3）雙腳伸直併攏坐（4）雙腳伸直打開坐等 2.站著，又可分為（1）挺直站立（2）單腳站立（3）雙腳打開站姿等	
校長簽名：胡慧嘉		

彰化縣和美鎮大榮國民小學

109 學年度沉浸式英語教學特色學校試辦計畫共備紀錄表

學科領域：健康與體育 _ _ 體育		試辦年級:四年級
出席人員簽名		
領域教師：王兆民、劉婉如 英語教師：蔡瑩潔 行政人員：薛淑美		
共備時間 (日期: 109 年 12 月 24 日)		
共備議題	1.田徑教學討論 2.下一節課教學重點	
共備內容	藉由之前不同的起跑姿勢的教學活動，讓學生知道不同的起跑姿勢對於跑步會有不同的影響。 教師讓學生分成三組討論 2 個問題： 1. 不同的起跑姿勢，如何影響了跑步的順暢度或是時間？ 2. 請選擇二種起跑方式，分別為可使起跑更為快速，以及會影響到起跑速度的姿勢，這兩者之間的差別在何處呢？	
校長簽名：胡慧嘉		

彰化縣和美鎮大榮國民小學

109 學年度沉浸式英語教學特色學校試辦計畫共備紀錄表

學科領域：健康與體育 _ _ 體育		試辦年級:四年級
出席人員簽名		
領域教師：王兆民、劉婉如 英語教師：蔡瑩潔 行政人員：薛淑美		
共備時間 (日期: 109 年 12 月 31 日)		
共備議題	1.田徑教學討論 2.下一節課教學重點	
共備內容	將敏捷訓練融入不同的教學活動中，身體的敏捷訓練，不是只能直線的跑在跑道上。 教學活動： 1. 把學生分成三組，每組共 6 人，圍成一個大小適中的圓圈，每人手中拿一隻掃把，在教師吹哨時，需同時放開手中的掃把並往右移動接住同隊夥伴放掉的掃把，若是讓掃把倒下，便失敗。 2. 將教學活動 1 中之掃把，改換為呼拉圈 (或其他物品)，讓學生感受其中不同的難易。 3. 教師也可以動態調整圓圈之大小	
校長簽名：胡慧嘉		

彰化縣和美鎮大榮國民小學

109 學年度沉浸式英語教學特色學校試辦計畫共備紀錄表

學科領域：健康與體育 _ _ 體育		試辦年級:四年級
出席人員簽名		
領域教師：王兆民、劉婉如 英語教師：蔡瑩潔 行政人員：薛淑美		
共備時間 (日期: 109 年 1 月 7 日)		
共備議題	1.田徑教學討論 2.下一節課教學重點	
共備內容	教學重點著重在繩梯的介紹及使用，繩梯是用來訓練身體的敏捷性以及肢體的協調性。 教師可先行拋出幾個簡單繩梯運用的方式，讓學生依一般速度進行活動，等到學生熟悉動作之後，便可加快速度。即以 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; margin: 10px 0;"> 動作給予 → 熟悉動作 → 一般速度 → 加快速度 </div> 之模式進行 等到學生熟習繩梯的使用之後，教師可以讓學生自由創造出不同的練習動作。	
校長簽名：胡慧嘉		