

## 健體領域 體育科目 二年級 單元教案

<b>主題名稱</b>		體適能	<b>教學設計者</b>	黃燕妮
<b>教學對象</b>		二年級	<b>教學節次</b>	1 節
<b>領綱 核心素養指標</b>		<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>		
<b>領綱 學習 重點</b>	<b>學習 表現</b>	<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>		
	<b>學習 內容</b>	<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>		
<b>教學目標</b>		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識各種步伐</li> <li>2. 學習運用身體活動的技巧</li> <li>3. 團隊合作</li> </ol>		
<b>教學方法</b>		示範、講解、練習		
<b>體育專業 英語詞彙 (content language)</b>		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>	
<b>英語 教室用語 (classroom language)</b>		<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;"><b>第 16 週</b></p> <p><b>一、準備活動( 10 分鐘)</b>  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><b>二、發展活動( 25 分鐘)</b>  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?