

## 宜蘭縣五結鄉學進國民小學 教學活動設計單

領域/科目	健康與體育/體育		設計者	林筱梅
實施年級	二年級		總節數	共 1 節，40 分鐘
單元名稱	7-2 我是快樂運動員-我是神射手			
設計依據				
學習重點	學習表現	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。	核心素養	一、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。 二、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，促進身心健康。
	學習內容	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。		
議題融入	實質內涵	「安全教育」 安 E1 了解安全教育。		
	所融入之學習重點	能聽從老師的指導語，避免危險或不當的動作，造成不必要的意外。		
與其他領域/科目的連結	無			
教材來源	一、2 上翰林版健康與體 二、自編			
教學設備/資源	報紙、呼拉圈			
學習目標				
一、能仔細觀摩與學習老師的示範動作，並配合口令進行各項操作。 二、做出正確投擲紙標槍的動作。 三、認真參與團隊遊戲活動，並發揮「勝不驕、敗不餒」的運動家精神。				

教學活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
<b>壹、準備活動</b> 一、集合&整隊&移動。 二、熱身操:配合課程內容指導學生進行肢體伸展活動。 三、本節課程介紹。	5 分鐘	口頭要求迅速、安靜 以全身性動作伸展為主
<b>貳、發展活動</b> 一、平衡感練習 1.老師示範利用身體各部位(手背→膝蓋→腳掌)進行紙棒平衡動作。 2.學生模仿並學習老師的動作進行操作。 3.請學生坐下思考還可以運用身體什麼部位進行平衡。 4.請學生開始操作，老師則示範「掌心直立紙棒」平衡...	5 分鐘	叮嚀紙棒使用時的安全
二、接棒反應練習 1.單手原地鬆手落棒並接棒練習。 2.原地落棒並換手接棒練習。	5 分鐘	老師講解與示範時，紙棒必須放置地面不碰觸。待聽到哨音才取用紙棒。
三、個人拋接棒練習 1.老師示範拋棒-拍掌 1~5 下-接棒，並讓學生進行練習。 2.老師請達標同學演示。	5 分鐘	

