

# 高雄市三民區鼎金國小三年級下學期校訂課程

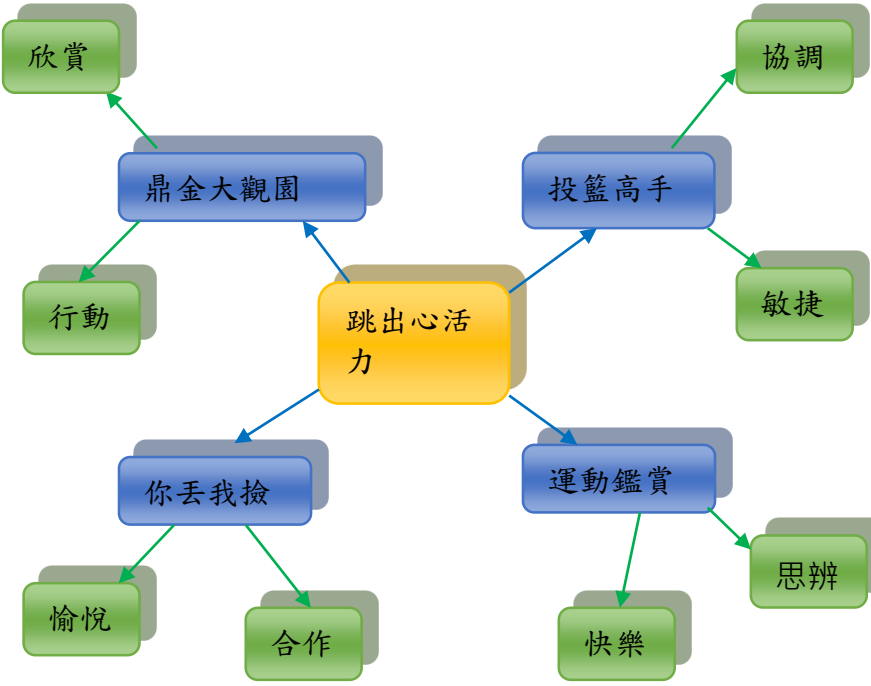
## 【金正健康】素養導向教案設計

### 一、教學設計理念說明

1. 健康的飲食是促進健康很重要的因素，因此應該實施均衡飲食概念，以維持身體組織的生長，增強抵抗力，維持身體健康，並每天喝充足水分，養成運動習慣，以促進身體健康。
2. 學校美麗的校園，等待學生仔細、認真欣賞校園的環境。在此教學活動中，希望透過五官與走訪校園的觀察，體驗校園的美好環境，並且培養學童愛護校園的情操。

### 二、教學活動設計

領域名稱 (統整領域)	健體領域 (自然與生活科技)	設計者	三年級學年團隊
實施年級	三年級，第二學期	總節數	共 16 節，640 分鐘
單元名稱	跳出心活力		
設計依據			
核心素養			
總綱核心素養		領綱核心素養	
A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 C2 人際關係與團隊合作		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。 自然-E-A1 能運用五官，敏銳的觀察周遭環境，保持好奇心、想像力持續探索自然。	
核心素養呼應說明			
A 自主行動 透過「你丟我撿」、「籃球高手」，幫助學生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。			
C 社會參與 學生透過「鼎金大觀園」、「校園植物觀察」，樂於參與學校及社區活動，認同自我文化並包容多元文化，達成「社會參與」之核心素養。			

概念架構	導引問題
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 有誰知道躲避球的起源？</li> <li>2. 教師詢問有誰知道籃球的起源？</li> <li>3. 有誰知道校園中有那些植物？在哪裡？</li> <li>4. 誰是班上傳接王？誰是投籃高手？讓學生說一說心目中誰是最厲害的躲避球及籃球高手？</li> </ol>

議題融入	所融入之學習重點	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 人 E4 表達自己對一個美好世界的想法，並聆聽他人的想法。</li> <li>● 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。</li> <li>● 安 E7 探究運動的基本保健。</li> <li>● 戶 E1 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。</li> </ul>
------	----------	---

教材來源	自編
------	----

教學資源	躲避球、三角錐、籃球、影片、校園平面圖、校園植物照片
------	----------------------------

**各單元學習重點與學習目標**

單元名稱	學習目標	呼應學習重點				
單元一 你丟我撿	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解躲避球規則</li> <li>2. 能合作完成躲避球遊戲</li> <li>3. 能做出躲避球閃躲、丟擲、傳球等動作。</li> </ol>	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="818 1503 1002 2002">學習表現</td> <td data-bbox="1002 1503 1477 2002">           1c-II-1 認識身體活動的動作技能 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度 3d-II-1 運用動作技能的練習策略         </td> </tr> <tr> <td data-bbox="818 2002 1002 2123">學習內容</td> <td data-bbox="1002 2002 1477 2123">           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識。         </td> </tr> </table>	學習表現	1c-II-1 認識身體活動的動作技能 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度 3d-II-1 運用動作技能的練習策略	學習內容	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識。
學習表現	1c-II-1 認識身體活動的動作技能 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度 3d-II-1 運用動作技能的練習策略					
學習內容	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識。					

			<p>Cb-II-1 運動安全規則、運動增進生長知識。</p> <p>Cd-II-1 戶外休閒運動基本技能。</p> <p>Hb-II-1 陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p>
<p>單元二 投籃高手</p>	<p>1. 培養籃球籃下投球的運動技術 2. 鍛鍊協調性、敏捷性等體能 3. 培養主動學習、互助合作、服從等社會行為</p>	<p>學習表現</p> <p>1c-II-1 認識身體活動的動作技能</p> <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略</p> <p>2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則</p> <p>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度</p> <p>3d-II-1 運用動作技能的練習策略</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識。</p> <p>Cb-II-1 運動安全規則、運動增進生長知識。</p> <p>Cd-II-1 戶外休閒運動基本技能。</p> <p>Hc-II-1 標的性球類運動相關的拋球、擲球、滾球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p>
		<p>學習內容</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識。</p> <p>Cb-II-1 運動安全規則、運動增進生長知識。</p> <p>Cd-II-1 戶外休閒運動基本技能。</p> <p>Hc-II-1 標的性球類運動相關的拋球、擲球、滾球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p>	
<p>單元三 鼎金大觀園</p>	<p>1. 認識校園的植物。 2. 知道維護校園環境的方法。 3. 培養愛護校園環境的情操。</p>	<p>學習表現</p> <p>1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。</p> <p>1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。</p> <p>2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合宜的互動與溝通態度和技巧。</p>	<p>學習內容</p> <p>Aa-II-1 自己能做的事。</p> <p>Aa-II-2 自己感興趣的人、事、物。</p> <p>Aa-II-3 自我探索的想法與感受。</p> <p>Ab-II-1 有效的學習方法。</p> <p>Ab-II-2 學習行動。</p>

			Ba-II-1 自我表達的適切性。 Ba-II-2 與家人、同儕及師長的互動。 Ba-II-3 人際溝通的態度與技巧。
單元四 運動鑑賞	1. 從影片中學習正確的運動技能。 2. 表現觀賞者的角色和責任。	學習表現	2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。 2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 2d-II-3 參與並欣賞多元性身體活動。
		學習內容	Cb-II-1 運動安全規則、運動增進生長知識。 Cb-II-4 社區運動活動空間與場域。 Hb-II-1 陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 Hc-II-1 標的性球類運動相關的拋球、擲球、滾球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。

#### 學習活動概要

單元一：你丟我撿(4 節)

1. 傳接高手
2. 接球高手

單元二：投籃高手(4 節)

1. 講解規則及動作示範
2. 分組練習

單元三：鼎金大觀園(5 節)

1. 分組專題研究校園植物
2. 上台發表成果

單元四：運動鑑賞(3 節)

1. 欣賞學習躲避球技能
2. 欣賞學習籃球技能

#### 教學活動設計

教學活動內容及實施方式	時間	教學資源	評量
單元一：你丟我撿 壹、教學前準備			

<p>教師準備韻律球 10 顆、三角椎 4 個、躲避球 7 顆</p>			
<p style="text-align: center;"><b>貳、正式教學</b></p>			
<p><b>【準備活動】</b></p>	<p>10 分</p>		
<p>引起動機—</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 集合隊伍：教師整隊後將小朋友帶至室內球場。</li> <li>2. 伸展操：先請小朋友做熱身操，特別加強做手腕、下肢運動、臂繞環等動作。</li> <li>3. 教師詢問有誰知道躲避球的起源？</li> </ol>		<p>韻律球 10 顆、三角椎 4 個、躲避球 7 顆</p>	<p>上課參與</p>
<p><b>【發展活動】</b></p>	<p>110 分</p>		
<p><b>【活動一】</b></p>			
<p>一、教師說明本活動重點。</p>			<p>實作</p>
<p>二、傳接高手</p>			
<p>(1) 規則說明：</p>			
<p>1. 一組分成兩邊，每邊各兩人站在跑道線上，A 邊請站在第三道，B 邊請站在地五道。</p>			
<p>2. 兩邊請面對面進行傳球，請勿讓球落地，並注意勿漏接球或讓球滾到後方。</p>		<p>跳繩</p>	
<p>3. 第一位同學傳球給對面同學後，到該邊後方排隊。</p>			
<p>4. 每組傳接球 30 下</p>			
<p>(2) 學生分組練習</p>			<p>同學互評</p>
<p>1. 學生分組進行練習。</p>			
<p>2. 完成組別蹲下。</p>			
<p>3. 老師難度調整，請 A、B 邊同學各往後退一線，繼續練習傳接球 30 下。</p>			
<p>4. 學生完成後，在增加一個難度，請同學在退後一條線至跑道邊緣，練習傳接球 30 下。</p>			
<p>三、接球高手</p>			
<p>(1) 規則說明</p>			
<p>1. 各組分成兩兩一組，兩人在外場(藍色)，兩人在內場(紅色)。</p>			
<p>2. 外場同學在球為落地，如打到內場同學，內場同學位將球接住，則外場可進到內場(交換角色)。</p>			
<p>3. 在內場同學如接住為落地的球或反彈球，都可以得一分。</p>			
<p>4. 最後，我們將統計每個人得到幾分。</p>			
<p>(2) 小組練習</p>			
<p>1. 小組依照分組進行練習。</p>			
<p>2. 教師進行行間巡視，並給予個別指導。</p>			
<p>(3) 成績統計與問題討論</p>			
<p>1. 統計成績並表揚</p>			

<p>2. 問題討論  T:「如何可以接住外場同學的球呢？」  T:「如何可以打到快速內場同學？」  T:「如何才可以讓自己的分數提高呢？」</p> <p><b>【綜合活動】</b>  接球王大賽：  (1)規則講解：  1. 將同學兩組並在一起，外場為四個人，各在四邊，內場為四個人，並將場地變大。  2. 其他規則與活動二相同  (2)小組比賽</p>	40 分		實作 同學互評
<p>單元二：投籃高手  <b>壹、教學前準備</b>  老師準備接力棒及口哨</p> <p><b>貳、正式教學</b></p> <p><b>【準備活動】</b>  引起動機—  1. 集合隊伍  2. 熱身活動：伸展操及揉暖操  3. 教師詢問有誰知道籃球的起源？</p>	20 分		同學互評
<p><b>【發展活動】</b>  一、教師說明規則並示範：  (一)、單手投籃  1. 持球時五指自然張開，不要讓掌心接觸到球，另一手置於另一側幫忙穩住球。  2. 視個人習慣或身高，將球置於胸前、肩膀或是額頭上方的高度，注意不要遮住視線，持球時手肘不要張得太開。  3. 雙腳一前一後的站立(與投籃手相同的腳置於前)，眼睛注視著籃框。  4. 出手時，先利用雙腳向上推蹬的力量而後伸展手肘，最後用手腕手指的力量將球向前推壓出去，並使球向後旋轉。  5. 出手後手臂應完全伸直，手指指向籃框。  (二)、雙手投籃  1. 雙手持球於胸前或略高位置，雙眼注視目標。  2. 出手後雙手手掌外翻，手指指向籃框，手臂伸展。  二、學生分組進行活動</p>	120 分	籃球 口哨	實作

<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 將學生分為四人一組共八組。</li> <li>2. 兩組共用一個籃板一組一顆籃球練習。</li> <li>3. 先以持球動作練習，並聽老師口令練習。</li> <li>4. 讓學生先由近距離開始做練習。</li> <li>5. 投籃距離可慢慢增加。</li> <li>6. 將學生直線投籃轉換其他角度投籃。</li> </ol>			同儕互評
<p><b>【綜合活動】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 集合、對課程提出問題與討論。</li> <li>2. 講評優缺點並挑選優異的學生示範動作與鼓勵，並學習欣賞。</li> <li>3. 預告下一節課教學內容</li> <li>4. 清點器材、歸還。</li> <li>5. 活動結束歡呼</li> </ol>	20分		發表
<p>單元三：鼎金大觀園</p> <p style="text-align: center;"><b>壹、教學前準備</b></p> <p>老師準備學校平面圖及校園植物圖片</p> <p style="text-align: center;"><b>貳、正式教學</b></p>			
<p><b>【準備活動】</b></p> <p>引起動機— 老師提問： 有誰知道校園中有那些植物？在哪裡？</p>	20分		
<p><b>【發展活動】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師在教室黑板展示學校平面圖，並加以解釋學校平面圖中的區域有哪些建築物，讓學生可以更明白圖中表示的地點為何，並且教師說明之前走過的植物步道是從哪一區到哪一區，讓學生可以喚起回憶。</li> <li>2. 討論展示校園植物的照片和葉子，並和學生複習「這個植物是什麼名稱？有什麼樣的特色？」並讓學生討論照片中的植物與葉子是存在於學校的哪一個地方，並將它們貼在平面圖上。</li> <li>3. 讓學生到校園找找看照片中的植物和葉子在校園的哪個地方出現？</li> <li>4. <b>【專題研究】</b>學生進行植物專題研究：       <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 教師將學生分組，各組選定幾種校園作報告主題，介紹內容包含植物的學名、科別、照片、生長環境、種植方式、觀察的地點、測量的數據、特徵、葉子、花形、自己的感想…等。)</li> <li>(2) 教師提供搜尋資料的方法。</li> <li>(3) 學生自行找資料，教師適時提出。</li> <li>(4) 各組將成果以海報呈現。並上台發表。</li> </ol> </li> </ol>	160分	學校平面圖校園植物圖片	觀察發表  發表實踐  海報



## 附錄一、評量規準

學習目標	能合作完成躲避球遊戲				
學習表現	1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略				
內容標準	<b>表現標準</b>				
	A 優秀	B 良好	C 基礎	D 不足	E 落後
表現描述	認識動作技能與練習策略，總能合作完成躲避球遊戲。	認識動作技能與練習策略，經常能合作完成躲避球遊戲。	認識動作技能與練習策略，有時能合作完成躲避球遊戲。	在他人協助下，認識動作技能與練習策略，能合作完成躲避球遊戲。	未達 D 級
單元評分指引	小組練習每次30下，每正確傳接球30下。	小組練習每次30下，每正確傳接球20-29下。	小組練習每次30下，每正確傳接球10-19下。	小組練習每次30下，每正確傳接球9下。	未達 D 級
評量工具	計分板				
分數轉換	95-100	90-94	85-89	80-84	79 以下