

附表三一1

桃園市 108 學年度 武漢 國民中學 健體 領域/議題

共同備課紀錄表

領域： <u>體育—運球</u>		年級： <u>七年級</u>																																																													
日期	1. 108 年 11 月 20 日 (10:15~11:00)	地點	1. <u>學務處</u>																																																												
	2. 108 年 12 月 04 日 (10:15~11:00)		2. <u>學務處</u>																																																												
參加人員簽名	<u>黃鴻燭 段正英 溫御副 周珍璉</u>																																																														
<p>內容概要：</p> <p>一、第一次會議請周珍璉老師提出簡易教案，因教案太過簡易，無法清楚說明教學內容及比賽方式，其他老師給予意見—準備詳細教案較佳。</p> <p>二、第二次會議由周珍璉老師提出詳細教案並說明之：</p>																																																															
<p>附件-3</p> <p>108 學年度桃園市立武漢國民中學校長及教師公開授課 【十二年級健康教育教學活動設計單(教案)】</p> <table border="1"> <tr> <td>授課者</td> <td>周珍璉</td> <td>授課班級</td> <td>701</td> </tr> <tr> <td>領域/科目</td> <td>體育/籃球運球</td> <td>球教學時間</td> <td>第 1 節課</td> </tr> <tr> <td>單元名稱</td> <td colspan="3">"空運"計畫—集集與比賽</td> </tr> <tr> <td>學校願景</td> <td colspan="3">敦品勵學儉樸樂群</td> </tr> <tr> <td>設計理念</td> <td colspan="3">本節課學生藉由學會空、右手原地運球及行進間運球外，透過具體化遊戲活動，說明相關浮現的 PM2.5 空氣品質顏色與代表的意義，並引起學生對生活周遭空氣污染的憂慮。</td> </tr> <tr> <td>學習重點</td> <td> 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2c-IV-2 表現對他合理的態度，與他人理性溝通與協商。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 </td> <td> A 自主行動 <input type="checkbox"/>A1 身心素質與自我精進 <input type="checkbox"/>A2 系統思考與解決問題 <input type="checkbox"/>A3 規劃執行與創新應變 B 溝通互動 <input type="checkbox"/>B1 符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/>B2 科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/>B3 藝術涵養與美感素養 C 社會參與 <input type="checkbox"/>C1 道德實踐與公民意識 <input type="checkbox"/>C2 人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/>C3 多元文化與國際理解 </td> <td> 4 分鐘 15 分鐘 10 分鐘 海報(空運比賽遊戲規則) </td> </tr> <tr> <td>議題融入</td> <td colspan="3">【環境教育】環 J8 了解台灣生態環境及社會發展面對環境變遷的脆弱性與韌性。</td> </tr> <tr> <td>教材來源</td> <td colspan="3">健康教育與體育康軒版、自編、研習教材。</td> </tr> <tr> <td>教學設備/資源</td> <td colspan="3">籃球場、籃球 28 顆、角錐 40 個、磚塊 1 個、椅子 6 張、海報 2 張。</td> </tr> <tr> <td>學習目標</td> <td colspan="3"> 1. 了解運球動作要領及練習方法。 2. 能作出運球的正確動作。 3. 運用遊戲的方式增進運動技巧。 4. 培養挑戰自我與團隊合作的精神。 5. 能了解 PM2.5 空氣品質顏色與代表的意義。 </td> </tr> <tr> <td colspan="4"> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">教學活動設計</th> <th>時間</th> <th>備註</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="2"> 壹、準備活動： 一、整隊、點名、詢問學生身心狀況。 二、熱身： (1) 做操：伸展 8 個、動態 6 個。 (2) 仰臥起坐(雙人)20 下、伏地挺身 10 下。 (3) 慢跑 4+1 圈(慢跑、側併步、交叉步、慢跑、快走各 1 圈)。 三、引起動機： (1) 舉例運球對於比賽的重要性。 (2) 介紹學校 PM2.5 空氣品質監測器電子及空氣品質顏色 6 色(綠、黃、橘、紅、紫、褐)與代表的意義。 </td> <td>2 分鐘 6 分鐘</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="2"> 貳、發展活動： 一、傳球遊戲的基本動作： 1. 傳球：5 指含蓋在球體上用手指去推球，不可以掌心持球。 2. 運球要領：兩腳前後站立，膝蓋微彎，眼睛要看前方，另一手要保護球，下球的位置大的在後腳球旁，運球高度膝以下不超過腰為宜。(口訣：看前方、保護球、下對位、不過腰) 二、運球練習： 1. 原地運球：右手、左手、換手各 1 分鐘。 2. 行進運球：分四組，每組 6-7 人，從 A 先右手原地運球 5 下後，行進間運球到 B 角錐時換左手原地運球 5 下，行進間運球用拳掌換下一位同學。 3. 運球繞拳大龍門：繞不同組 5 人繞拳同時運球，完成後即回各隊角錐後方坐下。 三、空運比賽遊戲規則： 1. 分四組，每組 6-7 人，做小組"集集與"比賽活動，集集與品質球顏色 6 色，並序排列(綠、黃、橘、紅、紫、褐)即為勝利組。 2. 全組比賽皆需運球，從 A 角錐運球到 B 角錐找不同組同學繞拳，(1) 贏的人：向前運球到 A 角錐拿一個(●)，再運球到 A 用拳掌換下一位同學。 (2) 輸的人：運球回到 A 用拳掌換下一位同學。 </td> <td>5 分鐘</td> <td>海報(介紹空氣品質顏色與代表的意義)</td> </tr> <tr> <td colspan="2"> 參、綜合活動： 一、集集給予適當回饋、預告下堂課學習重點 二、滑步器材、軟呼聲歌 參考資料：健康教育與體育康軒版、研習教材。 </td> <td>6 分鐘</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> </td> </tr> </table>				授課者	周珍璉	授課班級	701	領域/科目	體育/籃球運球	球教學時間	第 1 節課	單元名稱	"空運"計畫—集集與比賽			學校願景	敦品勵學儉樸樂群			設計理念	本節課學生藉由學會空、右手原地運球及行進間運球外，透過具體化遊戲活動，說明相關浮現的 PM2.5 空氣品質顏色與代表的意義，並引起學生對生活周遭空氣污染的憂慮。			學習重點	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2c-IV-2 表現對他合理的態度，與他人理性溝通與協商。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。	A 自主行動 <input type="checkbox"/> A1 身心素質與自我精進 <input type="checkbox"/> A2 系統思考與解決問題 <input type="checkbox"/> A3 規劃執行與創新應變 B 溝通互動 <input type="checkbox"/> B1 符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> B2 科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> B3 藝術涵養與美感素養 C 社會參與 <input type="checkbox"/> C1 道德實踐與公民意識 <input type="checkbox"/> C2 人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> C3 多元文化與國際理解	4 分鐘 15 分鐘 10 分鐘 海報(空運比賽遊戲規則)	議題融入	【環境教育】環 J8 了解台灣生態環境及社會發展面對環境變遷的脆弱性與韌性。			教材來源	健康教育與體育康軒版、自編、研習教材。			教學設備/資源	籃球場、籃球 28 顆、角錐 40 個、磚塊 1 個、椅子 6 張、海報 2 張。			學習目標	1. 了解運球動作要領及練習方法。 2. 能作出運球的正確動作。 3. 運用遊戲的方式增進運動技巧。 4. 培養挑戰自我與團隊合作的精神。 5. 能了解 PM2.5 空氣品質顏色與代表的意義。			<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">教學活動設計</th> <th>時間</th> <th>備註</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="2"> 壹、準備活動： 一、整隊、點名、詢問學生身心狀況。 二、熱身： (1) 做操：伸展 8 個、動態 6 個。 (2) 仰臥起坐(雙人)20 下、伏地挺身 10 下。 (3) 慢跑 4+1 圈(慢跑、側併步、交叉步、慢跑、快走各 1 圈)。 三、引起動機： (1) 舉例運球對於比賽的重要性。 (2) 介紹學校 PM2.5 空氣品質監測器電子及空氣品質顏色 6 色(綠、黃、橘、紅、紫、褐)與代表的意義。 </td> <td>2 分鐘 6 分鐘</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="2"> 貳、發展活動： 一、傳球遊戲的基本動作： 1. 傳球：5 指含蓋在球體上用手指去推球，不可以掌心持球。 2. 運球要領：兩腳前後站立，膝蓋微彎，眼睛要看前方，另一手要保護球，下球的位置大的在後腳球旁，運球高度膝以下不超過腰為宜。(口訣：看前方、保護球、下對位、不過腰) 二、運球練習： 1. 原地運球：右手、左手、換手各 1 分鐘。 2. 行進運球：分四組，每組 6-7 人，從 A 先右手原地運球 5 下後，行進間運球到 B 角錐時換左手原地運球 5 下，行進間運球用拳掌換下一位同學。 3. 運球繞拳大龍門：繞不同組 5 人繞拳同時運球，完成後即回各隊角錐後方坐下。 三、空運比賽遊戲規則： 1. 分四組，每組 6-7 人，做小組"集集與"比賽活動，集集與品質球顏色 6 色，並序排列(綠、黃、橘、紅、紫、褐)即為勝利組。 2. 全組比賽皆需運球，從 A 角錐運球到 B 角錐找不同組同學繞拳，(1) 贏的人：向前運球到 A 角錐拿一個(●)，再運球到 A 用拳掌換下一位同學。 (2) 輸的人：運球回到 A 用拳掌換下一位同學。 </td> <td>5 分鐘</td> <td>海報(介紹空氣品質顏色與代表的意義)</td> </tr> <tr> <td colspan="2"> 參、綜合活動： 一、集集給予適當回饋、預告下堂課學習重點 二、滑步器材、軟呼聲歌 參考資料：健康教育與體育康軒版、研習教材。 </td> <td>6 分鐘</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>				教學活動設計		時間	備註	壹、準備活動： 一、整隊、點名、詢問學生身心狀況。 二、熱身： (1) 做操：伸展 8 個、動態 6 個。 (2) 仰臥起坐(雙人)20 下、伏地挺身 10 下。 (3) 慢跑 4+1 圈(慢跑、側併步、交叉步、慢跑、快走各 1 圈)。 三、引起動機： (1) 舉例運球對於比賽的重要性。 (2) 介紹學校 PM2.5 空氣品質監測器電子及空氣品質顏色 6 色(綠、黃、橘、紅、紫、褐)與代表的意義。		2 分鐘 6 分鐘		貳、發展活動： 一、傳球遊戲的基本動作： 1. 傳球：5 指含蓋在球體上用手指去推球，不可以掌心持球。 2. 運球要領：兩腳前後站立，膝蓋微彎，眼睛要看前方，另一手要保護球，下球的位置大的在後腳球旁，運球高度膝以下不超過腰為宜。(口訣：看前方、保護球、下對位、不過腰) 二、運球練習： 1. 原地運球：右手、左手、換手各 1 分鐘。 2. 行進運球：分四組，每組 6-7 人，從 A 先右手原地運球 5 下後，行進間運球到 B 角錐時換左手原地運球 5 下，行進間運球用拳掌換下一位同學。 3. 運球繞拳大龍門：繞不同組 5 人繞拳同時運球，完成後即回各隊角錐後方坐下。 三、空運比賽遊戲規則： 1. 分四組，每組 6-7 人，做小組"集集與"比賽活動，集集與品質球顏色 6 色，並序排列(綠、黃、橘、紅、紫、褐)即為勝利組。 2. 全組比賽皆需運球，從 A 角錐運球到 B 角錐找不同組同學繞拳，(1) 贏的人：向前運球到 A 角錐拿一個(●)，再運球到 A 用拳掌換下一位同學。 (2) 輸的人：運球回到 A 用拳掌換下一位同學。		5 分鐘	海報(介紹空氣品質顏色與代表的意義)	參、綜合活動： 一、集集給予適當回饋、預告下堂課學習重點 二、滑步器材、軟呼聲歌 參考資料：健康教育與體育康軒版、研習教材。		6 分鐘	
授課者	周珍璉	授課班級	701																																																												
領域/科目	體育/籃球運球	球教學時間	第 1 節課																																																												
單元名稱	"空運"計畫—集集與比賽																																																														
學校願景	敦品勵學儉樸樂群																																																														
設計理念	本節課學生藉由學會空、右手原地運球及行進間運球外，透過具體化遊戲活動，說明相關浮現的 PM2.5 空氣品質顏色與代表的意義，並引起學生對生活周遭空氣污染的憂慮。																																																														
學習重點	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2c-IV-2 表現對他合理的態度，與他人理性溝通與協商。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。	A 自主行動 <input type="checkbox"/> A1 身心素質與自我精進 <input type="checkbox"/> A2 系統思考與解決問題 <input type="checkbox"/> A3 規劃執行與創新應變 B 溝通互動 <input type="checkbox"/> B1 符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> B2 科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> B3 藝術涵養與美感素養 C 社會參與 <input type="checkbox"/> C1 道德實踐與公民意識 <input type="checkbox"/> C2 人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> C3 多元文化與國際理解	4 分鐘 15 分鐘 10 分鐘 海報(空運比賽遊戲規則)																																																												
議題融入	【環境教育】環 J8 了解台灣生態環境及社會發展面對環境變遷的脆弱性與韌性。																																																														
教材來源	健康教育與體育康軒版、自編、研習教材。																																																														
教學設備/資源	籃球場、籃球 28 顆、角錐 40 個、磚塊 1 個、椅子 6 張、海報 2 張。																																																														
學習目標	1. 了解運球動作要領及練習方法。 2. 能作出運球的正確動作。 3. 運用遊戲的方式增進運動技巧。 4. 培養挑戰自我與團隊合作的精神。 5. 能了解 PM2.5 空氣品質顏色與代表的意義。																																																														
<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">教學活動設計</th> <th>時間</th> <th>備註</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="2"> 壹、準備活動： 一、整隊、點名、詢問學生身心狀況。 二、熱身： (1) 做操：伸展 8 個、動態 6 個。 (2) 仰臥起坐(雙人)20 下、伏地挺身 10 下。 (3) 慢跑 4+1 圈(慢跑、側併步、交叉步、慢跑、快走各 1 圈)。 三、引起動機： (1) 舉例運球對於比賽的重要性。 (2) 介紹學校 PM2.5 空氣品質監測器電子及空氣品質顏色 6 色(綠、黃、橘、紅、紫、褐)與代表的意義。 </td> <td>2 分鐘 6 分鐘</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="2"> 貳、發展活動： 一、傳球遊戲的基本動作： 1. 傳球：5 指含蓋在球體上用手指去推球，不可以掌心持球。 2. 運球要領：兩腳前後站立，膝蓋微彎，眼睛要看前方，另一手要保護球，下球的位置大的在後腳球旁，運球高度膝以下不超過腰為宜。(口訣：看前方、保護球、下對位、不過腰) 二、運球練習： 1. 原地運球：右手、左手、換手各 1 分鐘。 2. 行進運球：分四組，每組 6-7 人，從 A 先右手原地運球 5 下後，行進間運球到 B 角錐時換左手原地運球 5 下，行進間運球用拳掌換下一位同學。 3. 運球繞拳大龍門：繞不同組 5 人繞拳同時運球，完成後即回各隊角錐後方坐下。 三、空運比賽遊戲規則： 1. 分四組，每組 6-7 人，做小組"集集與"比賽活動，集集與品質球顏色 6 色，並序排列(綠、黃、橘、紅、紫、褐)即為勝利組。 2. 全組比賽皆需運球，從 A 角錐運球到 B 角錐找不同組同學繞拳，(1) 贏的人：向前運球到 A 角錐拿一個(●)，再運球到 A 用拳掌換下一位同學。 (2) 輸的人：運球回到 A 用拳掌換下一位同學。 </td> <td>5 分鐘</td> <td>海報(介紹空氣品質顏色與代表的意義)</td> </tr> <tr> <td colspan="2"> 參、綜合活動： 一、集集給予適當回饋、預告下堂課學習重點 二、滑步器材、軟呼聲歌 參考資料：健康教育與體育康軒版、研習教材。 </td> <td>6 分鐘</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>				教學活動設計		時間	備註	壹、準備活動： 一、整隊、點名、詢問學生身心狀況。 二、熱身： (1) 做操：伸展 8 個、動態 6 個。 (2) 仰臥起坐(雙人)20 下、伏地挺身 10 下。 (3) 慢跑 4+1 圈(慢跑、側併步、交叉步、慢跑、快走各 1 圈)。 三、引起動機： (1) 舉例運球對於比賽的重要性。 (2) 介紹學校 PM2.5 空氣品質監測器電子及空氣品質顏色 6 色(綠、黃、橘、紅、紫、褐)與代表的意義。		2 分鐘 6 分鐘		貳、發展活動： 一、傳球遊戲的基本動作： 1. 傳球：5 指含蓋在球體上用手指去推球，不可以掌心持球。 2. 運球要領：兩腳前後站立，膝蓋微彎，眼睛要看前方，另一手要保護球，下球的位置大的在後腳球旁，運球高度膝以下不超過腰為宜。(口訣：看前方、保護球、下對位、不過腰) 二、運球練習： 1. 原地運球：右手、左手、換手各 1 分鐘。 2. 行進運球：分四組，每組 6-7 人，從 A 先右手原地運球 5 下後，行進間運球到 B 角錐時換左手原地運球 5 下，行進間運球用拳掌換下一位同學。 3. 運球繞拳大龍門：繞不同組 5 人繞拳同時運球，完成後即回各隊角錐後方坐下。 三、空運比賽遊戲規則： 1. 分四組，每組 6-7 人，做小組"集集與"比賽活動，集集與品質球顏色 6 色，並序排列(綠、黃、橘、紅、紫、褐)即為勝利組。 2. 全組比賽皆需運球，從 A 角錐運球到 B 角錐找不同組同學繞拳，(1) 贏的人：向前運球到 A 角錐拿一個(●)，再運球到 A 用拳掌換下一位同學。 (2) 輸的人：運球回到 A 用拳掌換下一位同學。		5 分鐘	海報(介紹空氣品質顏色與代表的意義)	參、綜合活動： 一、集集給予適當回饋、預告下堂課學習重點 二、滑步器材、軟呼聲歌 參考資料：健康教育與體育康軒版、研習教材。		6 分鐘																																													
教學活動設計		時間	備註																																																												
壹、準備活動： 一、整隊、點名、詢問學生身心狀況。 二、熱身： (1) 做操：伸展 8 個、動態 6 個。 (2) 仰臥起坐(雙人)20 下、伏地挺身 10 下。 (3) 慢跑 4+1 圈(慢跑、側併步、交叉步、慢跑、快走各 1 圈)。 三、引起動機： (1) 舉例運球對於比賽的重要性。 (2) 介紹學校 PM2.5 空氣品質監測器電子及空氣品質顏色 6 色(綠、黃、橘、紅、紫、褐)與代表的意義。		2 分鐘 6 分鐘																																																													
貳、發展活動： 一、傳球遊戲的基本動作： 1. 傳球：5 指含蓋在球體上用手指去推球，不可以掌心持球。 2. 運球要領：兩腳前後站立，膝蓋微彎，眼睛要看前方，另一手要保護球，下球的位置大的在後腳球旁，運球高度膝以下不超過腰為宜。(口訣：看前方、保護球、下對位、不過腰) 二、運球練習： 1. 原地運球：右手、左手、換手各 1 分鐘。 2. 行進運球：分四組，每組 6-7 人，從 A 先右手原地運球 5 下後，行進間運球到 B 角錐時換左手原地運球 5 下，行進間運球用拳掌換下一位同學。 3. 運球繞拳大龍門：繞不同組 5 人繞拳同時運球，完成後即回各隊角錐後方坐下。 三、空運比賽遊戲規則： 1. 分四組，每組 6-7 人，做小組"集集與"比賽活動，集集與品質球顏色 6 色，並序排列(綠、黃、橘、紅、紫、褐)即為勝利組。 2. 全組比賽皆需運球，從 A 角錐運球到 B 角錐找不同組同學繞拳，(1) 贏的人：向前運球到 A 角錐拿一個(●)，再運球到 A 用拳掌換下一位同學。 (2) 輸的人：運球回到 A 用拳掌換下一位同學。		5 分鐘	海報(介紹空氣品質顏色與代表的意義)																																																												
參、綜合活動： 一、集集給予適當回饋、預告下堂課學習重點 二、滑步器材、軟呼聲歌 參考資料：健康教育與體育康軒版、研習教材。		6 分鐘																																																													

(本表不敷使用，可自行複製。)