

【十二年國教素養導向教學】教學活動設計單

領域/科目		健康與體育/體育		教學者		胡育霖	
實施年級		第三階段/高年級		教學時間		一節40分鐘	
單元名稱		休閒運動-芬蘭撞柱(Mölky)					
設計理念		<p>本課程設計主要透過教學模組「PLAY」架構四步驟，讓學生從休閒性運動「芬蘭撞柱」遊戲競爭中，先透過體驗愉悅感受，引發學習動機，再逐步建構連結標的性運動之屬性，在快樂情境中與同儕間互動學習、體驗與自我探究的歷程，從舊經驗中連結新知識成為學習經驗，並活用在生活情境中，能面對問題加以解決(健體-E-A2)，促進學習者對於千變萬化情境引起挑戰之動機，在競爭互動中建立起正向之體育學習態度，進而培育有群性、有品格的終身學習者。(健體-E-C2)</p> <p>因應學校場地之限制，以及縮短比賽時間，遊戲規則略異於標準芬蘭撞柱之規則。</p>					
核心素養		A 自主行動 <input type="checkbox"/> A1 身心素質與自我精進 <input checked="" 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 checked="" 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	
學習重點	學習表現	體育學習態度 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 體育學習態度 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 策略運用 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。		領綱核心素養	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 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	Ce-III-1 其他休閒運動進階技能					
議題融入		無					
教材來源		自編					
教學設備 / 資源		豆襪球*10、芬蘭撞柱*5組、圓形標示墊*25					
學習目標		一、能透過芬蘭撞柱的遊戲，探索各種不同的投擲技巧與策略。(健體-E-A2、3d-III-3) 二、能積極參與活動挑戰自我，同理他人的感受，正向溝通討論得分策略及投擲技巧來解決遊戲比賽問題。(體-E-A2、健體-E-C2、2c-III-2、2c-III-3、3d-III-3)					
教學活動設計							

教學活動內容及實施方式

時間

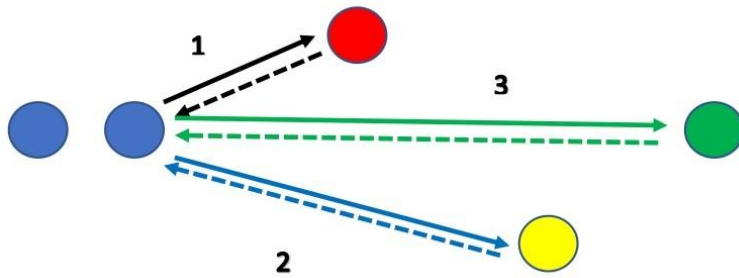
評量方式

壹、準備活動

一、學生熱身活動及分組

- (一) 了解學生出缺席及身體狀況。
- (二) 集合學生進行簡易動態暖身操及異質分組(分成 4~5 隊)。
- (三) 熱身遊戲(拋接我最行)：教師進行場地及規則說明。

場地：



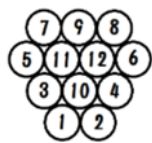
- 1. 設置四組遠、中、近距離的目標區，讓學生進行不同距離的拋接豆襪球。
- 2. 學生輪流由近距離到遠距離依序來回拋接豆襪球。

目的：讓學生熟悉球類拋接的舊有經驗，以利銜接芬蘭撞柱橫握長柱的拋擲動作。

貳、發展活動

二、遊戲比賽(P)

- (一) 教師簡介芬蘭撞柱休閒運動。
- (二) 教師進行場地規則說明及安全事項提醒。



- 1. 教師設置一個投擲距離 3~5 公尺距離的芬蘭撞柱遊戲比賽場地，(如上圖場地)並發下柱子排列方式圖說給各組參考。
- 2. 如果擊倒了好幾根柱子 (2~12 根)，所得到的分數就是倒下柱子的數量。
- 3. 如果只擊倒 1 根柱子，所獲得的分數就是那根柱子上標示

5'

7'

形成性—學生操作、
教師觀察

12'

形成性—操作、觀察

的數字。

4. 只有柱子完全倒下才算分。

5. 每次擊倒後算完分後，把每根倒下的柱子重新立起來；立起來的位置是倒下時尖端的位置。

6. 如果同小隊連續失手三次（沒有任何柱子倒下），這隊的分數就要歸零。

7. 總分剛剛好 20 分者贏得比賽；總分超過 20 分，分數須倒扣成 10 分，規定時間內每隊團隊成功一次獲得 5 個夾子。

(三)學生進行 5 分鐘遊戲比賽，教師提醒學生用自己想要的方式出手，但為了安全起見不使用肩上丟擲方式。

(2c-III-3、3d-III-3)

三、小組討論(L)

(一)教師提問題，學生進行小組討論。(2c-III-2)

問題1：要如何投擲比較容易準確命中目標?(拋、滾、橫握、直握)

問題2：團隊要成功獲勝有什麼策略?

四、返回比賽(A)

(一)學生再次進行芬蘭撞柱遊戲比賽。

(二)技能較弱的學生，拋擲時可以一支腳站在投擲圈內拋擲即可。

目的:差異化設計，讓技能弱的學生能有成就感。

(三)遊戲比賽為6分鐘，團隊分數如到達20分即結束該局比賽，贏家即可獲得5個夾子，雙方重新排好柱子再進行下一局比賽。(2c-III-3、3d-III-3)

參、綜合活動

五、反思分享(Y)

(一)學生分享進步策略與技巧等成功的經驗。

(二)教師澄清與歸納重點。

結束

參考資料：

4'

形成性—口頭發表想法、教師觀察

6'

形成性—操作、觀察

6'

形成性—口頭發表想法

休閒運動-芬蘭撞柱 討論學習單

隊伍名稱：

隊員：

問題1：要如何投擲比較容易準確命中目標?(拋、滾、橫握、直握、姿勢...)

小組
討論

問題2：有什麼策略可以讓團隊比較容易成功獲勝?

觀課者： _____

★分組情形：學生背心號碼和姓名

第一組 背心顏色 ()	陳昱豪	王雨彤
	李成龍	林煒筑
	鄭宇涵	

第三組 背心顏色 ()	許安妮	楊瑀芯
	鄭晨景	余聖璿
	徐曼娣	

第二組 背心顏色 ()	巫祐澤	廖沛瑀
	余羿賢	吳桂萱
	蘇孜如	

第四組 背心顏色 ()	許鈺珍	劉雨璇
	林梓晴	陳若瑜
	賴可芸	

第五組 背心顏色 ()	賴廷睿	李承諄
	曾子承	
	鄭緯豪	

第六組 背心顏色 ()		

★學習觀察指標
A 會嘗試不同的投擲技巧，解決遊戲所遇問題。
B 能積極地參與課程活動勇於挑戰。
C 能同理他人與同學正向溝通討論策略。
D 主動表達及分享。

★較需觀注之學生		
組別	姓名	行為簡述

觀察對象： 外觀(全班) 內觀(組別)

學生代號 (號碼衣)	教學歷程活動紀錄(勾選及質性文字摘要)
	A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/>
	A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/>
	A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/>

	A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/>
	A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/>
	A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/>
	A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/>

觀課收穫及心得

--