

十二年國民基本教育健康與體育領域-國小低年級素養導向課程與教學評量設計

一、設計理念：

低年級「田徑遊戲」依據「十二年國民教育基本課程綱要國民中小學暨普通高級中等學校—健康與體育學習領域」第一學習階段的學習重點而規畫，依據挑戰類型次項目 a. 田徑之學習內容「Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲」為教材內容，同時搭配第一學習階段之學習表現，在(1) 認知方面：以認識走、跑、跳、投擲基本動作(運動知識)，並能描述走、跑、跳、投擲動作(技能原理)；(2) 情意方面：能在田徑遊戲中表現尊重的團體互動行為，以及表現認真參與的學習態度(體育學習態度)，此外，學生也能在田徑遊戲模組的教學中，專注觀賞他人在走、跑、跳、投擲之動作表現，接受並體驗多樣化的走、跑、跳、投擲動作(運動欣賞)；(3) 技能方面：表現走、跑、跳、投擲的基本動作與模仿能力，安全的從事田徑遊戲(技能表現)，同時能應用走、跑、跳、投擲的能力，處理田徑遊戲中的問題與策略應用；(4) 行為方面：在田徑遊戲活動與課餘時間能選擇適合自己的走、跑、跳、投擲活動(運動計畫)，並願意在課間與課後從事田徑遊戲活動(運動實踐)(掌慶維，2018)。

為能將依據第一學習階段課程綱要的設計理念透過模組予以具體化呈現，第一學習階段「田徑遊戲」(低年級)主要以跑(含走)、跳、擲的相互蘊含的動作概念與能力，搭配第一學習階段的學習表現，同時採用「挑戰特性」(超越)與「遊戲特質」(虛構性、封閉性、機運性、逆轉性)概念而形成之教學模組架構。

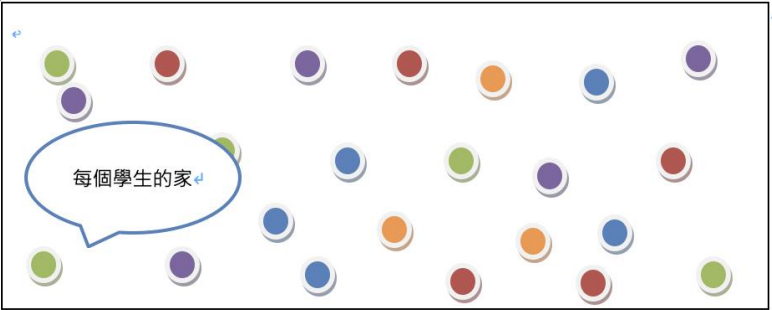
田徑遊戲教學模組架構，兒期望童能在「跑(含走)的遊戲」、「跳的遊戲」、以及「擲的遊戲」三項活動內涵中，享受田徑遊戲的樂趣與挑戰，從中發展兒童對遊戲的趣味性、動作的多樣性、認知的體現性、身體的律動性、以及對活動挑戰的可能性。的田徑遊戲教學模組架構所代表的是趣味熱身活動(Engagement)、田徑遊戲的情境(new Situations)，使兒童能運用「跑(含走)、跳、擲」技能體驗挑戰(just Challenge)活動，同時在遊戲中學習觀察(Observation)遊戲的過程與結果，進而瞭解田徑遊戲所要發展的概念與自我挑戰精神(Yes, we made it!)。稱為「ENJOY」田徑遊戲教學模組。

二、教學單元設計：

科目/單元名稱	健康與體育領域//跑步高手	設計者	謝育臻
實施階段	第一階段	總節數	共 2 節
領綱核心素養	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。		
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。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。		
(2)學習內容 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	(3)學習目標 1. 了解各種跑步的動作要領與概念。 2. 表現尊重、努力與合作的態度與行為。 3. 表現與模仿不同跑步的正確動作。 4. 利用課餘時間和同學與家人進行身體活動，養成規律運動的習慣。		

三、教學與評量對照表

評量整體說明 包含評量時機、評分說明…等	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本評量表針對健體領域中，體育科目學習表現「技能」類別的「技能表現」次項目設計。 2. 本評量表旨在評量學生能否了解與模仿各種跑步的姿勢。 3. 評量時機：跑步姿勢評量屬於實作評量，亦即學生在進行遊戲時加以評量，也可以拍攝影片後進行評量。 4. 評量者：可採用教師評量或同儕評量的方式，進行同儕評量時必須詳細說明評量標準並練習後實施。 5. 評量次數：教師應進行 1 至 2 次形成性評量或總結性評量，適時修改遊戲的規則，讓每位學生皆有各種跑步的練習機會，例如學生 4~5 人為 1 組，進行跑步練習，教師觀察每位學生跑步時是否能掌握各項跑步姿勢重點。 6. 場地器材：跑步高手遊戲需要一個長 30 公尺、寬 20 公尺的場地，角錐 20 個。 7. 關鍵標準：跑步高手遊戲強調學生能正確地做出前進跑、倒退跑、側併步、交叉不及小碎步等姿勢，學生能夠順暢地完成動作。 8. 評量工具：跑步高手學習單（跑步動作評量工具）。 9. 評分說明：本單元主要採用標準本位評量之方式，教師可以依據認知、情意、技能與行為學習表現的比重，進行每位學生成績之評定。在學生進行跑步遊戲時，教師可重複評量每位學生模仿跑步的技能表現並選擇最優表現加以記錄。 10. 本教學與評量設計為範例，僅供教師參考之用，教師可視實際需求與課堂節數選用評量工具。
--------------------------------	--

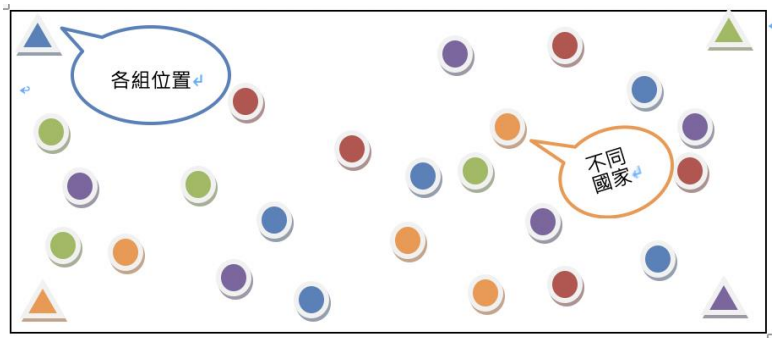
節課名稱	教學內容重點	次主題	評量工具對應說明
<p>一、 跑步 高手</p>	<p>一、準備活動 (一) 課程說明：講解學習目標與評量標準</p> <p>二、發展活動 (一) 熱身活動(Engagement)-這是我的家 活動目的：練習走跑的基本能力和如何運用空間避免碰撞。 場地：草地/空地(設置約長 20M*寬 10M 的長方形空地) 器材：圓形地墊*上課人數、音響 規則： 第一回合 1. 在遊戲開始的時候每個人先領取一個圓形地墊作為自己的家，並將圓形地墊放在方形活動空間中，完成的學生先坐下（每個家至少相隔 5 大步）。 2. 聽到音樂/哨音一聲時，學生必須用走路（跑步）的方式離開自己的家到處散步。 3. 音樂停止/哨音二聲時，學生必須趕快走回家。 第二回合 1. 聽到音樂/哨音一聲時，學生必須以走路（跑步）的方式離開自己的家。 2. 音樂停止/哨音二聲時，學生必須趕快走回家。 第三回合 1. 聽到音樂/哨音一聲時離開家散步，並拜訪鄰居（以腳輕踩呼拉圈或圓形地墊邊緣）。 2. 數一數拜訪了幾位鄰居。 3. 音樂停止/哨音二聲時，學生迅速回到自己的家。 第四回合 1. 聽到音樂/哨音一聲時離開家散步，並拜訪鄰居（以膝蓋輕碰呼拉圈或圓形地墊邊緣）。 2. 數一數拜訪了幾位鄰居。 3. 音樂停止/哨音二聲時，學生迅速回到自己的家。 4. 反覆練習四次讓學生在活動中了解自己的家在哪裡。</p>  <p>(二) 情境轉換(new Situations)-貪食蛇 活動目的：練習各種跑步姿勢和如何運用空間避免碰撞，與人互動進行遊戲。</p>	<p>體育學習 態度</p> <p>體育學習 態度</p>	<p>跑步高手 情意評量工具： 自我、形成性評量</p> <p>跑步高手 情意評量工具： 自我、形成性評量</p>

場地：草地/空地(設置約長 20M*寬 15M 的長方形空地)

器材：圓形地墊*上課人數 圓錐盤一組 (分成 4 組)

規則：

1. 學生依據活動一分成 4 組，依據自己家的顏色到所屬的三角錐顏色依序排成一排。
2. 將學生分成 4 組，從 4 個地方，每次每組 1 人出發，以各種跑步姿勢 (正常跑步、高抬腿、側併步、交叉步等) 出發，經過 5 間房子之後，找到同學進行猜拳。
3. 2 個人相遇後，猜拳輸的跟在贏的後面跑，兩個人要距離一大步，再去拜訪 5 個家，找到同學進行猜拳。
4. 4 個人相遇後，猜拳輸的跟在贏的後面跑，變成 4 個人之後，沿著最外圍的家走一圈 (再去拜訪 5 個家)，然後各自回家 (最贏的人帶著同伴們各自回自己的家)。
5. 依序完成兩次。



(三) 體驗挑戰(just Challenge)-攻佔城堡

活動目的：練習各種跑步姿勢和如何運用空間避免碰撞，小組合作進行遊戲。

場地：草地/空地(設置約長 20M*寬 15M 的長方形空地)

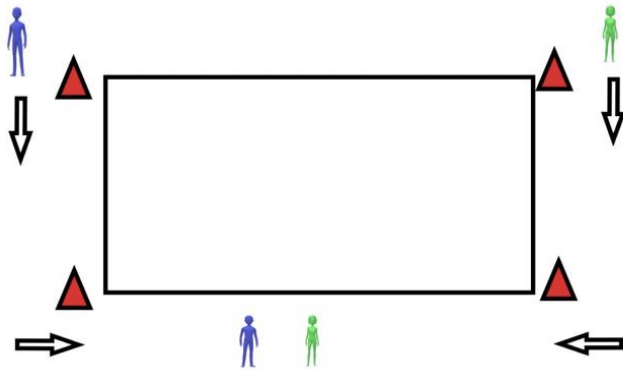
器材：圓錐盤一組 (分成 2 組)

規則：

1. 全班分 2-4 組。
2. 進行攻佔城堡遊戲。
3. 以各種不同的跑步姿勢進行比賽，如正常跑步、高抬腿、側併步、交叉步等。
4. 猜贏的人，可繼續往前移動，到達對方的起點，表示攻佔堡壘得分。
5. 猜輸的人，同隊隊友要趕快派遣新組員出發去猜拳。

體育學習
態度

跑步高手
情意評量工具：
自我、形成性評量



三、綜合活動

(四) 學習觀察(Observation)

1. 自己與他人跑步（正常跑步、高抬腿、側併步、交叉步等）有什麼不一樣的地方。
2. 跑步時要注意什麼才會安全？。
3. 教師綜合整理同學所觀察到的重點，做整體性的說明與建議。
4. 再次返回挑戰（J）分組競賽。

(五) 反思分享(Yes, we made it!)

1. 成功經驗的分享：
 - (1) 哪位同學的跑步姿勢（正常跑步、高抬腿、側併步、交叉步等）跑得比較快？
 - (2) 跑步時要注意什麼才會安全？
2. 統整並回饋上課內容。
3. 預告下次上課內容。

體育學習
態度

跑步高手
情意評量工具：
自我、形成性評量

一、準備活動

(一) 課程說明：講解學習目標與評量標準

二、發展活動

(一) 熱身活動(Engagement)-

變化 1、以各種不同的跑步姿勢（慢跑、小碎步、高抬腿）移動到圓形地墊，並用手（腳、手或膝蓋）觸摸地墊拜訪鄰居。

變化 2、雙人鬼抓人

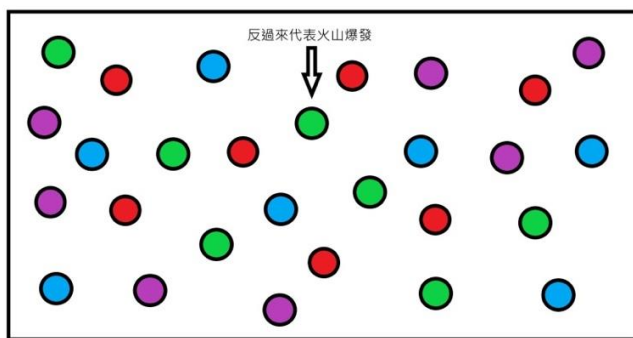
雙人鬼抓人規則：

1. 先進行這是我的家活動、讓學身進行暖身活動。
2. 同學在拜訪其他人的家時，老師吹哨音一聲，此時兩個同學一組，找好組的同學就蹲下來，找不到的人由老師協助分組。
3. 分好組後，哨音兩聲，鬼抓人遊戲開始，兩人先猜拳，輸的人當鬼，鬼只能用兩隻手指頭觸碰到對方的肩膀，被抓到的人角色交換，哨音一聲遊戲停止，並找不同人一組。
4. 鬼抓人可以反覆進行三次，活動時提醒學生不要撞到別人會被人撞到。

(二) 情境轉換(new Situations)

變化 1、火山爆發

1. 全班分成 4 組。
2. 圓盤反過來代表火山爆發；正面放為安全狀態。
3. 計時 3-5 分鐘，時間結束看哪一組的角錐反面來比較多。



(三) 體驗挑戰(just Challenge)- 環遊世界

變化 1、環遊世界

規則：

1. 各組輪流到別人家拿夾子，到訪的順序由小組自訂。
2. 每次一人出發，隔壁國家拿一個夾子、對角線拿二個，回來後與下一位同學擊掌。
3. 音樂停止/哨音二聲時，遊戲停止，統計各組夾子的總數。
4. 跑步時要注意安全不要撞到其他同學。

體育學習
態度

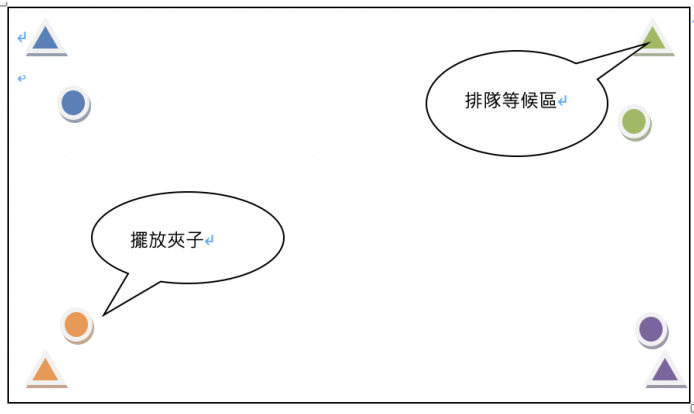
跑步高手
情意評量工具：
自我、形成性評量

體育學習
態度

跑步高手
情意評量工具：
自我、形成性評量

體育學習
態度

跑步高手
情意評量工具：
自我、形成性評量



三、綜合活動

(四) 學習觀察(Observation)

5. 自己與他人跑步（正常跑步、高抬腿、側併步、交叉步等）有什麼不一樣的地方。
6. 跑步時要注意什麼才會安全？。
7. 教師綜合整理同學所觀察到的重點，做整體性的說明與建議。
8. 再次返回挑戰（J）分組競賽。

(五) 反思分享(Yes, we made it!)

1. 成功經驗的分享：
 - (3) 哪位同學的跑步姿勢（正常跑步、高抬腿、側併步、交叉步等）跑得比較快？
 - (4) 跑步時要注意什麼才會安全？
2. 統整並回饋上課內容。
3. 預告下次上課內容。

體育學習
態度

跑步高手
情意評量工具：
自我、形成性評量

四、評量工具設計：

(一) 認知評量

1. 評量目標

(1) 本評量針對健體領域中，體育學科「**認知**」類別的「**技能原理**」次主題設計。

(2) 本作業旨在評量學生對於彎道跑動作要領的學習認知是否正確。

2. 評量工具：「跑步高手」學習單，於課程結束時實施，採用總結性與教師評量的方式。學生 4~5 人為 1 組，進行跑步練習，教師觀察每位學生跑步時是否能掌握各項跑步姿勢重點，每組練習五次，教師依據學生表現進行評量。

評量項目		跑步高手					總成績	
學生	座號	姓名	前進跑	倒退跑	側併步	交叉步		小碎步

3. 評分指引訂定：

次主題	評量標準				
	A	B	C	D	E
技能原理	<u>能深入地了解動作技能概念</u> 與動作練習的策略，並完整地描述自己或他人動作技能的正確性。	<u>能完整地認識動作技能概念</u> 與動作練習的策略，並正確地描述自己或他人動作技能的正確性。	<u>能大致地知道動作技能概念</u> 與動作練習的策略，並約略地描述自己或他人動作技能的正確性。	<u>能部分地明白動作技能概念</u> 與動作練習的策略，並能在提醒下描述自己或他人動作技能的正確性。	未達 D 等級。
本評量評分指引	能熟練地執行 4 項(含)以上跑步的姿勢。	能正確地執行 3 項跑步的姿勢。	能大致地執行 2 項跑步的姿勢。	能部份地執行 1 項跑步的姿勢。	未能執行任何跑步的姿勢。