

第二章 教學設計示例

示例一：步行 (配合韻律)

參與學校名稱：	基督教宣道會宣基小學
啟導學校名稱：	聖公會聖約瑟小學
班別：	一年級
單元共需教節：	2.5
單元主題：	移動技能—步行 (配合韻律)
學生已有知識：	學生已 <ol style="list-style-type: none"> 1. 有步行及互評的經驗 2. 學習部分身體形態及水平等動作概念，並曾創作不同身體形態的造型
單元目標：	<p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 配合韻律節奏，展示向前、後步行的動作技巧 2. 配合韻律節奏，變化身體的形態，創作及展示不同水平或身體形態的造型 3. 配合韻律節奏，把步行及不同身體形態的造型串連起來，自行建構動作句子 4. 配合韻律節奏，在雙人活動中掌握「帶領」、「跟隨」及「鏡子」動作的概念 <p>學生能了解多做運動對身體的好處</p>
健康及體適能	學生能
運動相關的價值觀和態度	<p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 主動協助並提示同伴動作要點，幫助有需要的同學 2. 虛心接受同學的意見 3. 於活動中互相合作及尊重他人的意見
安全知識及實踐	學生能認識場地可用的空間
活動知識	<p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識連串動作組合的要點及詞彙 2. 認識及分辨「帶領」、「跟隨」、「鏡子」動作的概念
審美能力	學生能指出同學所展示動作的優點及可改善的地方
動作概念	<p>空間 (範圍) — 個人空間/一般空間；空間 (路線) — 直線；空間 (方向) — 前/後；空間 (水平) — 高/中/低</p> <p>身體 (身體形態) — 闊大/窄長/團身/扭體</p> <p>關係 (組織) — 個人/雙人；關係 (行動) — 帶領/跟隨、「鏡子」動作</p>

課堂目標及評估安排

重點	第一節	第二節	第三節	備註
	<p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 掌握原地踏步和向前步行的動作技巧 2. 配合韻律節奏，作向前步行及原地踏步 3. 配合韻律節奏，展示伸展的動作(闊大、窄長的身體形態)及捲曲的動作(團身、扭體的身體形態) 4. 配合韻律節奏，變化身體形態，並把步行動作及不同的水平和身體形態的造型串連起來 5. 於小組活動中展示及分辨「帶領」、「跟隨」的動作 	<p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 配合韻律節奏，以步行作直線的移動 2. 於小組活動中展示及分辨「帶領」、「跟隨」及「鏡子」動作的概念 3. 配合韻律節奏，變化身體形態，並作不同的水平及身體形態的造型 4. 配合韻律節奏，把步行及不同身體形態的造型串連起來，自行建構動作句子 	<p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 配合韻律節奏，更熟練地以步行作直線的移動 2. 配合韻律節奏，於小組活動中靈活地展示「帶領」、「跟隨」及「鏡子」動作的概念 3. 配合韻律節奏，更熟練地把步行及不同身體形態的造型串連起來，自行建構動作句子 	<p>連串動作組合要求：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 有明顯的起始及結束造型 • 配合韻律節奏，以步行作移動 • 配合韻律節奏，展示不同身體形態的造型 • 連接暢順
<p>體育技能</p>				
<p>活動知識</p>	<p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 掌握四個身體形態(闊大、窄長、團身、扭體)及水平(高、中、低)的動作概念及詞彙 2. 認識及分辨「帶領」、「跟隨」的動作概念 3. 認識連串動作組合的要點及詞彙： <ol style="list-style-type: none"> i. 有明顯的起始及結束造型 ii. 以步行作移動 iii. 展示不同身體形態的造型 iv. 連接暢順 	<p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 掌握及分辨四個身體形態(闊大、窄長、團身、扭體)及水平(高、中、低)的動作概念及詞彙 2. 認識及分辨「帶領」、「跟隨」及「鏡子」的動作概念 3. 認識連串動作組合的要點及詞彙(要點見前) 	<p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 掌握及分辨四個身體形態(闊大、窄長、團身、扭體)及水平(高、中、低)的動作概念及詞彙 2. 認識及分辨「帶領」、「跟隨」及「鏡子」的動作概念 3. 認識連串動作組合的要點及詞彙(要點見前) 	

課堂目標及評估安排

重點	第一節	第二節	第三節	備註
* 價值觀和態度	<ul style="list-style-type: none"> • 尊重他人 • 責任感 	<ul style="list-style-type: none"> • 尊重他人 • 責任感 • 關愛 	<ul style="list-style-type: none"> • 承擔精神 • 堅毅 	
# 共通能力	<ul style="list-style-type: none"> • 溝通能力 • 協作能力 • 明辨性思考能力 	<ul style="list-style-type: none"> • 溝通能力 • 協作能力 • 明辨性思考能力 	<ul style="list-style-type: none"> • 溝通能力 • 協作能力 • 明辨性思考能力 	
評估方法	<ul style="list-style-type: none"> • 教師觀察 • 提問 	<ul style="list-style-type: none"> • 教師觀察 • 學生互評 • 提問 	<ul style="list-style-type: none"> • 教師觀察 • 學生互評 • 提問 	

* 價值觀和態度包括：堅毅、尊重他人、責任感、國民身份認同、承擔精神、關愛、誠信

共通能力包括：協作能力、明辨性思考能力、解決問題能力、溝通能力、運用資訊科技能力、自我管理能力、創造力、數學能力、自學能力

課堂活動安排

重點	第一節 (70分鐘)	第二節 (70分鐘)	第三節 (35分鐘)
<p>引入活動</p>	<ol style="list-style-type: none"> 自由於空間以步行作移動，聞指令停步，並按教師指示作不同的身體造型(大樹、花朵、兔子、長頸鹿)，聞指令轉換造型(4拍轉一個造型) 跟隨搖鼓拍子，嘗試以腳部不同的位置(前腳掌、腳跟、腳外側)及以不同的水平(高、中、低)來步行，聞指令停步，按教師指令轉換造型(4拍轉一個造型) 	<ol style="list-style-type: none"> 學生溫習隨《楊基舞》音樂，逢第1拍拍掌一下 學生重溫音樂前奏，然後原地踏步8拍及每8拍做出不同的身體形態造型 學生隨音樂向空位步行8拍，第二個8拍在原地停頓，做出不同水平或身體形態的造型 	<p>學生重溫音樂前奏，然後原地踏步8拍及每8拍做出不同的身體形態造型</p>
<p>主題發展</p>	<p>活動一：身體形態創作</p> <ol style="list-style-type: none"> 團身(球狀)形態：學生捲曲身體，展示球狀形態，另嘗試創作和展示其他球狀形態(身體其他部分觸地作球狀) 註：造型必須有變化、跟之前所做的不同 扭體形態：學生站立，腳不移動，然後向後望，展示扭體形態。著學生再向後望多一點，將扭曲程度加大，加入腳及手部扭曲，像「扭毛巾」一樣。最後，展示不同水平的扭體形態 闊大形態：二人一組(一人為A，一人為B)二人輪流作出不同形態和水平的闊大伸展動作。一人將其中一隻腳踏在圈內，其他身體部分盡量向外伸展，離開呼拉圈範圍，可以不同水平，做出闊大的動作，動作需停頓3秒。A先做，B作觀察，兩人動作不可重複 窄長形態：在圈內扮作一支窄長鉛筆，可以不同水平，動作需停頓3秒 	<p>活動一：連串動作組合(配合韻律向前/後步行及創作造型)</p> <ol style="list-style-type: none"> 二人一組，學生跟隨搖鼓節拍直線向前步行，並配合開始及結束，每8拍轉動作(前行→造型→前行→造型→轉身→前行→造型→前行→造型) 同(1)，跟隨音樂練習(步行時可以用不同的水平前進) 同(1)及(2)，改作向後步行 跟隨音樂步行及做身體造型，每8拍自行轉換步行方向(直線前行→造型→直線後行→造型) 	<p>活動一：溫習連串動作組合(配合韻律向前/後步行及造型)</p> <p>二人一組，面對面而立，學生跟隨音樂步行及作不同的身體造型，每8拍自行轉換步行方向(直線後行→造型→直線前行→造型)</p>

課堂活動安排

重點 課節

第一節 (70分鐘)

活動二：配合韻律節奏步行

- 學生跟隨教師音樂節拍做動作；如老師拍手，學生拍手，老師亦可拍打其他身體部分
- 學生隨《楊基舞》音樂，逢第1拍拍掌一下
- 教師讓學生聽音樂前奏，共有16拍，並用手指擺動來數拍子，重複聆聽，讓學生熟悉並能自行數節拍
- 配合教師搖鼓節拍，模仿士兵原地踏步，手可前後擺動、作敬禮狀、拍手、向前行、轉圈或其他動作
- 同(1)，跟隨音樂練習
- 配合教師節拍，模仿士兵原地踏步/向前步行，手可隨意擺動/做動作
- 隨音樂節拍移動，自行模仿士兵原地踏步/向前步行，手可隨意擺動/做動作
- 隨音樂節拍移動，並依教師指令變換步行或原地踏步（踏步時手作敬禮狀或其他動作）

活動三：配合韻律節奏不同的身體造型

- 配合教師節拍，學生以4拍連續做出不同身體造型（闊大、窄長、團身、扭體等動作）。聞指令，轉動作，動作要跟之前不同
- 同(1)，跟隨音樂練習

第二節 (70分鐘)

活動二：充電公仔 (連串動作)

- 帶領跟隨的動作概念
 - 二人一組，二人前後排站立
 - 前者作帶領者、後者跟隨前者做動作
 - 跟隨搖鼓/音樂節奏，作下述連串動作組合：
 - 向前或向後作直線步行（步行時，雙手可擺動或配合節奏自由律動）
 - 原地踏步（踏步時，雙手可擺動或配合節奏自由律動）
 - 身體造型的創作
 - 兩人的造型創作要有不同
 - 身體造型創作部分不依帶領/跟隨的動作概念
 - 聞指令轉換角色
- ##### 2. 「鏡子」動作的概念
- 二人面對面而立
 - 跟隨搖鼓/音樂節奏，作下述連串動作組合：
 - 一人向前行，另一人向後行（步行時，雙手可擺動或配合節奏自由律動）
 - 原地踏步（踏步時，雙手可擺動或配合節奏自由律動）身體造型的創作
 - 兩人的造型創作要有不同
 - 聞指令轉換角色
- 註：需給予學生時間商討動作

第三節 (35分鐘)

主題發展

課堂活動安排

重點	第一節 (70分鐘)	第二節 (70分鐘)	第三節 (35分鐘)
	<p>活動一：連串動作創作 (步行及造型)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 二人一組，前奏16拍，學生一起擺動手指數拍子，然後每組第一位同學，配合教師節拍，模仿士兵向前步行(8拍) 2. 聞指令留在原位踏步敬禮/手可隨意擺動/做其他動作 (8拍) 3. 再模仿士兵向前步行 (8拍) 4. 聞指令留在原位連續做兩個不同身體造型動作 (闊大、窄長、團身、扭體等動作) (8拍) 5. 同上，跟隨音樂練習 <p>活動二：充電仔公仔 (前後跟隨組合)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生二人一組，前後站立，A帶領、B跟隨，配合教師節拍，模仿士兵一同向前步行或原地踏步或做身體造型(共32拍) 2. 做身體造型時，二人動作要不相同 3. 聞指令，由B帶領；重覆練習 4. 同上，跟隨音樂練習 	<p>活動一：連串動作創作</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 二人一組，學生自行組合連串動作 (必須包括步行及造型)，提示學生可以有不同方向、水平及雙人活動站立方法 2. 著學生示範及檢視同學的動作，並提問動作要點 3. 學生自行建構動作句子，並練習動作 <p>活動二：充電仔公仔 (面對面而立組合)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 二人一組，面對面而立，原地用身體擺動數前奏拍子 (16拍) 2. 第一位同學直線後行→造型→直線前行→造型，返回原位) (32拍) 3. 然後用16拍，二人順時針方向踏步轉位置  <ol style="list-style-type: none"> 4. 第二位同學直線後行→造型→直線前行→造型，返回原位) (32拍) 5. 然後用16拍，二人向順時針方向踏步轉位置 6. 著學生示範及檢視同學的動作，並提問動作要點 	<p>活動一：連串動作創作</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 二人一組，面對面而立，原地用身體擺動數前奏拍子 (16拍) 2. 第一位同學直線後行→造型→直線前行→造型，返回原位) (32拍) 3. 然後用16拍，二人順時針方向踏步轉位置 (面對面而立) 4. 第二位同學直線後行→造型→直線前行→造型，返回原位) (32拍) 5. 然後用16拍，二人順時針方向踏步轉位置 (面對面而立) 6. 二人同時直線移動 (一人向前行，另一人向後行)→造型→二人同時返回原位「(一人向前行，另一人向後行)→造型」(32拍) 7. 二人所做的造型均不相同 8. 著學生示範及檢視同學的動作，並提問動作要點
<p>應用活動</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 舒緩活動——作戰與休息 (作戰-收緊全身肌肉，休息-全身放鬆) 2. 提問及總結要點 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 舒緩活動——搖手搖頭 2. 提問及總結要點 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 舒緩活動——作戰與休息 (作戰-收緊全身肌肉，休息-全身放鬆) 2. 提問及總結要點
<p>整理活動</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 舒緩活動——作戰與休息 (作戰-收緊全身肌肉，休息-全身放鬆) 2. 提問及總結要點 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 舒緩活動——作戰與休息 (作戰-收緊全身肌肉，休息-全身放鬆) 2. 提問及總結要點 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 舒緩活動——作戰與休息 (作戰-收緊全身肌肉，休息-全身放鬆) 2. 提問及總結要點