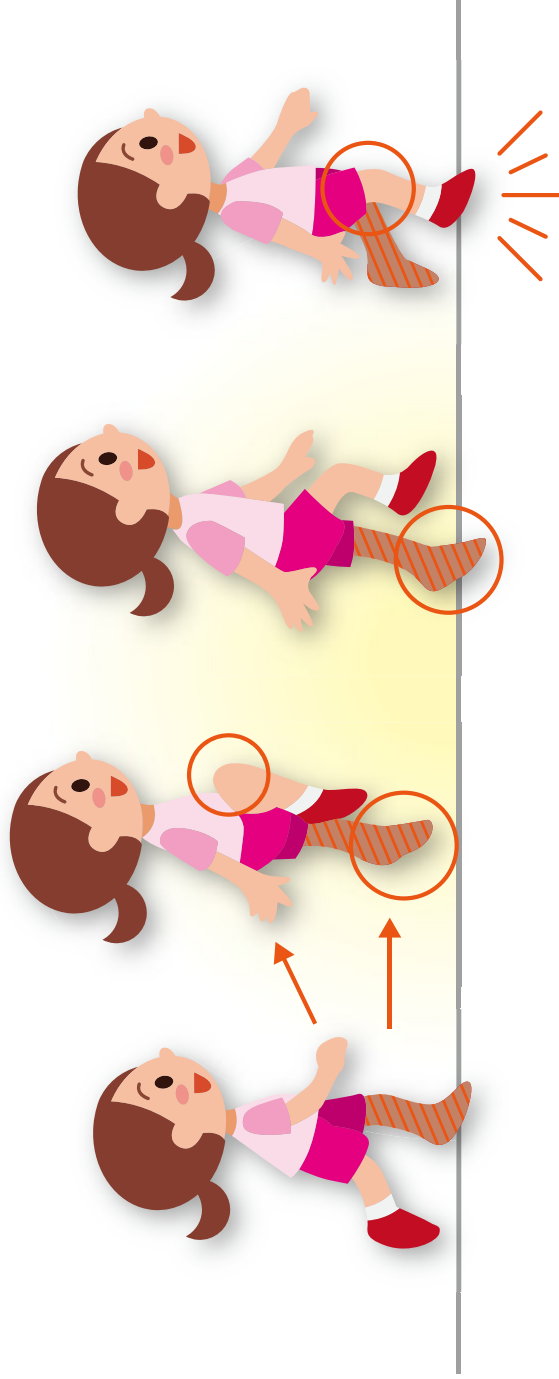


示例三：踏跳步

參與學校名稱：	潮陽百欣小學		
啟導學校名稱：	順德聯誼總會何日東小學		
班別：	一年級	全班人數：	24人
單元共需教節：	4	每教節時間：	40分鐘
單元主題：	移動技能 — 踏跳步 (配合韻律)		
學生已有知識：	<p>學生已</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學習跑跳步的技巧 2. 學習有關身體形態及水平動作概念，並曾創作不同身體形態的造型 3. 有一次互評的經驗 		
單元目標：	體育技能	<p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 掌握踏跳步的動作技巧 2. 變化身體的形態，創作不同水平或身體形態的造型 3. 配合韻律，把踏跳步及不同身體形態的造型串連起來，自行建構動作句子 	
	健康及體適能	<p>學生能了解做運動的好處</p>	
	運動相關的價值觀和態度	<p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 於分組活動中主動表達自己的想法和意見，並互相鼓勵及幫助有需要的同學 2. 欣賞及多讚賞同學，並能學習他人，超越自我 3. 願意接受同學的意見 	
	安全知識及實踐	<p>學生在一般空間自由做踏跳步時，要避免碰撞</p>	

示例三：踏跳步

	<p>活動知識</p>	<p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識踏跳步的動作要點 2. 認識連串動作組合的要點及詞彙
<p>動作概念</p>	<p>審美能力</p>	<p>學生能運用適當的詞彙，對同學的動作表達意見</p>
<p>:</p>	<p>空間 (範圍) — 個人空間/一般空間；空間 (路線) — 直線/曲線；空間 (水平) — 高/中/低</p> <p>空間 (方向) — 前/後、左/右；動力 (時間) — 快/慢</p> <p>關係 (組織) — 雙人小組；身體 (身體形態) — 闊大/窄長/扭體/團身</p>	



課堂目標及評估安排

課節重點	第一節	第二節	第三節	第四節
體育技能	學生能 1. 掌握踏跳步的動作技巧 2. 以踏跳步作直線的移動 3. 變化身體的形態，建構及創作不同造型 4. 把踏跳步及不同身體形態的造型串連起來，作一個簡單的動作組合	學生能 1. 掌握踏跳步的動作技巧 2. 以踏跳步作直線移動	學生能 1. 配合韻律，以踏跳步作曲線的移動 2. 變化身體的形態，建構及創作不同造型 3. 把踏跳步及不同身體形態的造型串連起來，建構動作句子	學生能 1. 配合韻律，作踏跳步及變化身體形態，並作不同的水平及身體形態的造型 2. 配合韻律，把踏跳步及不同身體形態的造型串連起來，自行建構動作句子
活動知識	學生能認識踏跳步的動作要點： i. 步法：左足踏地，左足單足跳，右足舉起；右足踏地，右足單足跳，左足舉起 ii. 提膝時間長 iii. 有重踏動作	學生能認識踏跳步的動作要點 (要點見前)	學生能認識動作句子的要點： 1. 有明顯的起始及結束造型 2. 以踏跳步作移動 3. 展示不同身體形態或水平的造型 4. 踏跳動作與造型連接	學生能認識連串動作組合的要點及詞彙 (要點見前)
* 價值觀和態度	<ul style="list-style-type: none"> ● 尊重他人 ● 關愛 	<ul style="list-style-type: none"> ● 尊重他人 ● 責任感 	<ul style="list-style-type: none"> ● 承擔精神 ● 堅毅 	<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 	<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"> ● 課堂觀察 ● 提問 	<ul style="list-style-type: none"> ● 課堂觀察 ● 提問 ● 學生互評 	<ul style="list-style-type: none"> ● 課堂觀察 ● 提問 	<ul style="list-style-type: none"> ● 課堂觀察 ● 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	第二節	第三節	第四節
引入活動	自由跑動，聞號令後停步，並作星跳	學生原地作踏跳步，聞號令後停步，並按指示作不同身體形態或水平之平衡穩定造型(如：闊大、窄長、扭體及捲曲動作)	教師播放音樂，學生自由在場內跑動。音樂停後，所有同學於原地作踏跳步	教師播放音樂，第一個8拍自由作踏跳步，第二個8拍作原地開合跳，第三個8拍作踏跳步，如此類推
主題發展	<p>教授踏跳步技巧及練習</p> <ol style="list-style-type: none"> 教師示範動作及講述動作要點 教師跟學生同步練習動作 練習期間，教師挑選一些學生作示範，並提問示範者動作之優劣處，讓學生反思自己的動作，並加深對動作要點的認識 <p>兩人一組練習踏跳步</p> <p>兩人一組 (A-B)，A先以踏跳步作直線移動，B作小老師，評價和糾正同伴的動作，並提示其動作要點</p>	<p>複習踏跳步技巧</p> <ol style="list-style-type: none"> 複習踏跳步動作 兩人一組，以協作形式進行； 一人練習，一人作小老師 <p>學生互評</p> <ol style="list-style-type: none"> 二人一組，派發互評紙 <p>講述互評須注意的事項</p> <ol style="list-style-type: none"> 動作要點 評估時的態度 <p>教師/學生示範，一同評分</p> <ol style="list-style-type: none"> 兩人一組互相評估 (A-B) 移動動作：踏跳步 移動路線：直線 A先做動作，B評估，教師帶領學生從評估項目一開始進行評估，然後進行評估項目二，如此類推至最後一項，然後AB交換 	<p>圍繞標誌筒及藤圈作踏跳步練習</p> <ol style="list-style-type: none"> 三人一組，複習以踏跳步作直線移動 三人一組，每組3個標誌筒或藤圈，練習以踏跳步作曲線移動 三人一組，每組4個標誌筒或藤圈練習以踏跳步作曲線移動 (配合搖鼓) 	<p>連串踏跳步練習 (直線及曲線移動)</p> <p>三人一組，全班分為八組，每組同學輪流作動作串連：</p> <ol style="list-style-type: none"> 以直線及曲線為移動路線 (教師以標誌筒及藤圈設定路線) 配合韻律，以踏跳步作直線及曲線移動，並配合開始和結束不同身體形態的造型，作簡單的動作串連 同組同學避免與前者重覆，開始及結束的造型不可為同一水平

課堂活動安排


重點 課節	第一節	第二節	第三節	第四節
主題發展		<p>評估準則：</p> <ol style="list-style-type: none"> 步法：一腳踏地，另一腳提膝跳起 提膝時間長 有重踏動作 動作流暢 		
應用活動	<p>踏跳步造型練習</p> <p>全班分為六組，每組同學輪流以踏跳步以直線移動至終線，其間於數指定區域內創作不同身體形態的造型</p> <p>(最少三個不同身體形態或水平的造型)</p> <p>* 同組同學須避免與前者重覆造型</p>	<p>踏跳步遊戲</p> <p>四人一組，每二人一組站於場邊，聞號令作踏跳步移動至場中央，跟迎面而來的同學作「布、剪、鑷、鏟」(作高、中、低水平之平衡穩定造型)，勝出同學可捉輸了的同學</p>	<p>連串動作組合 (配合韻律)</p> <p>三人一組，全班分為八組，每組同學輪流作動作串連：</p> <ol style="list-style-type: none"> 以曲線為移動路線(教師以4個標誌筒或藤圈設定路線) 配合韻律節奏，以踏跳步作曲線移動，並配合開始和結束不同身體形態的造型串連 同組同學避免與前者重覆，開始及結束的造型可為同一水平 	<p>連串成動作組合 (配合韻律)</p> <ol style="list-style-type: none"> 全班分為八組，組員合作構思移動路線：利用標誌筒、藤圈、飛碟創作不同移動路線 配合韻律節奏，每組同學輪流以踏跳步移動至終線，並配合開始和結束不同身體形態的造型，連串成動作組合 各組互換位置，試玩其他組別所設計的路線 <p>(同組同學避免與前者重覆，開始及結束的造型可為同一水平)</p>
整理活動	<ol style="list-style-type: none"> 舒緩活動 提問及總結要點 	<ol style="list-style-type: none"> 舒緩活動 互評總結 提問及總結要點 	<ol style="list-style-type: none"> 舒緩活動 提問及總結要點 	<ol style="list-style-type: none"> 舒緩活動 提問及總結要點

(同儕互評表)

移動技能 — 踏跳步

(被評者) 姓名：_____ 自己 班別：_____

(評估者) 姓名：_____ 同學 日期：_____

評估項目	請圈出對同學的評語		
技能	做得非常好	做得好	繼續努力
1. 一腳踏地、另一腳提膝跳起 			
2. 提膝時間長 			
3. 有重踏動作 			
共通能力	做得非常好	做得好	繼續努力
4. 向同學提出合理意見 