

體育課好好玩—104 學年度教育部體育署優質體育教材甄選教案

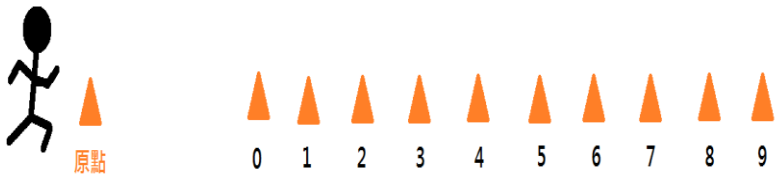
項目/單元名稱	密碼爭霸戰	教學節數	8 節課(40 分 X 8)
教學對象	一至六年級	融入議題	品德教育
教學資源	場地：平坦地面，如：操場、籃球場、羽球場…等 器材：三角錐數個及呼拉圈數個(依分組狀況而定)、圈圈、筆、省思單、目標單、撲克牌		
參考資料	王文宜、林靜萍、周建智、黃光獻、黃美瑤、程瑞福(譯) (2014)。體育教學模式。新北市:易利圖書。(Michael W. Metzler)		
設計理念	<p>良好的運動技術，建立在良好的身體能力之上；良好的體適能，也是擁有健康的關鍵。在國小階段，無論是基本體適能之心肺適能、柔軟度、肌力或爆發力，或是敏捷能力、協調能力、爆發力，皆是建立的最佳時機。而本教案之價值取向，為重視學生之學習歷程取向與自我實現取向，以及同儕間互助合作之社會責任取向。因此，本教案將使用個人與社會責任模式進行體育教學，並融入符合各年級之數學題，讓學生在活動的過程中，使原本枯燥又單調的折返跑，變得具有樂趣。期望學生能透過課程達到建立良好身體體適能的效果外，更能透過並個人與社會責任模式的引導，依年級的不同，建立不同程度之責任層級，無論是與同儕間互相尊重與合作，或是個人反思能力與自我實現，即是本教案之教學理念。</p> <p>本教案適合一至六年級之學生，可依年級的不同，給予不同程度的內容，如：低年級及中年級是建立肌力的良好時機，在課程中加入適合該階段之跑、跳、爬…等動作，加入數學加減乘除之題目，使學生在解題之虞，無意間完成數次教師指定之動作，以達到建立良好身體能力之效果。亦可使用本教案之內容，作為高年級學生之暖身運動，或是帶入技術性課程內容前之準備。</p>		
教學目標	能力指標	教學目標	
	3-1-1	1. 能夠表現不同變化的跑、跳、蹲走……等，簡單的身體活動。	
	3-1-3	2. 能夠使用代表個位數與十位數之圈圈的能力。	
	3-1-4	3. 能夠表現由不同動作組合而成的運動能力。	
	3-2-1	4. 能夠表現控制全身，做出全身性的運動。	
	3-2-2	5. 能在所有活動中表現身體的協調性。	
	3-2-4	6. 能瞭解運動規則，參與比賽，表現運動技能。	
	6-1-4	7. 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。	
	6-1-5	8. 認識並使用遊戲器材與場地。	
	6-2-1	9. 認識自己的情緒與表達及正確的處理方式。	
		10. 瞭解並認同團體規範，從中體會並學習快樂的生活態度。	

授課大綱


節次	每節重點
第 1 節	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師詢問學生身體狀況及暖身運動。 2. 教師宣告責任層級，並讓學生填寫反思單及目標單。 3. 進行主要活動「終極密碼」。 4. 教師以照課堂上發生的情況或期望學生成長的部分，給予口頭得詢問，並請學生以大拇指的方式，讓學生給予今日自己的表現評價。
第 2 節	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師詢問學生身體狀況及暖身運動。 2. 進行主要活動「密碼解碼戰 1」。 3. 教師以照課堂上發生的情況或期望學生成長的部分，給予口頭得詢問，並請學生以大拇指的方式，讓學生給予今日自己的表現評價。
第 3 節	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師詢問學生身體狀況及暖身運動。 2. 進行主要活動「密碼解碼戰 2」。 3. 教師以照課堂上發生的情況或期望學生成長的部分，給予口頭得詢問，並請學生以大拇指的方式，讓學生給予今日自己的表現評價。
第 4 節	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師詢問學生身體狀況及暖身運動。 2. 進行主要活動「身體密碼解碼戰」。 3. 教師以照課堂上發生的情況或期望學生成長的部分，給予口頭得詢問，並請學生以大拇指的方式，讓學生給予今日自己的表現評價。
第 5 節	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師詢問學生身體狀況及暖身運動。 2. 進行主要活動「身體密碼解碼戰」。 3. 教師以照課堂上發生的情況或期望學生成長的部分，給予口頭得詢問，並請學生以大拇指的方式，讓學生給予今日自己的表現評價。
第 6 節	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師詢問學生身體狀況及暖身運動。 2. 進行主要活動「身體密碼解碼戰」。 3. 教師以照課堂上發生的情況或期望學生成長的部分，給予口頭得詢問，並請學生以大拇指的方式，讓學生給予今日自己的表現評價。
第 7 節	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師詢問學生身體狀況及暖身運動。 2. 進行主要活動「身體密碼解碼戰」。 3. 教師以照課堂上發生的情況或期望學生成長的部分，給予口頭得詢問，並請學生以大拇指的方式，讓學生給予今日自己的表現評價。
第 8 節	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師詢問學生身體狀況及暖身運動。 2. 進行主要活動「身體密碼解碼戰」。 3. 教師以照課堂上發生的情況或期望學生成長的部分，給予口頭得詢問，並請學生以大拇指的方式，讓學生給予今日自己的表現評價。 4. 教師發下第一節課學生所填之目標單，請學生省思自己的行為是否有達到目標，有進步者給予口頭獎勵，教師對無進步者給予口頭鼓勵，期望學生能再接再厲。

單元課程之教案內容


節次	教學活動流程	時間	教學資源	教學目標 (評量)																																																												
第一節	<p>壹、準備活動：</p> <p>一、教師詢問學生身體狀況。</p> <p>二、暖身運動。</p> <p>貳、主要活動：</p> <p>一、教師將學生隨意分為 4 組，一組 6 人。</p> <p>二、教師對學生說明責任層級的不同，並發下責任量表，請同學省思自我的狀態，及設定責任目標，書寫完立即回收。</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 30%;"></th> <th style="width: 10%; text-align: center;">一直都是</th> <th style="width: 10%; text-align: center;">有時候</th> <th style="width: 10%; text-align: center;">很少</th> <th style="width: 10%; text-align: center;">從來沒有</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>我能控制自己的脾氣</td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> </tr> <tr> <td>我能遵守上課秩序</td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> </tr> <tr> <td>我會聽從老師的指令</td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> </tr> <tr> <td>我願意嘗試新挑戰</td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> </tr> <tr> <td>我會非常努力完成動作</td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> </tr> <tr> <td>遇到失敗的時候，我會給自己鼓勵</td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> </tr> <tr> <td>我會尊重其他同學</td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> </tr> <tr> <td>我會與其他同學合作</td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> </tr> <tr> <td>我願意幫助其他同學</td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> </tr> <tr> <td>我願意與其他同學分享</td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> </tr> <tr> <td>我有良好的運動精神</td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="radio"/></td> </tr> </tbody> </table> <p>三、教師說明「終極密碼」遊戲規則：</p> <p>(一)每組 6 人分別為編號 1 到 6。</p> <p>(二)編號 1 的同學為一競賽小組，將一同出發。(編號 2 為一競賽小組，編號 3 亦是，以此類推。)</p> <p>(三)教師隨機下達一組密碼，競賽小組依密碼觸碰其號碼三角錐(每次密碼皆不同)，解密完成後，組員於隊伍後方排隊。</p> <div style="text-align: center; margin: 10px 0;"> </div> <p>例如：教師下達密碼 4231 後，並下達開始指令，競賽小組以跑步姿勢向前依序觸碰編號 4 三角錐後，觸碰原點三角錐，觸碰編號 2 三角錐，觸碰原點三角錐，觸碰編號 3 三角錐，觸碰原點三角錐，觸碰編號 1 三角錐，最後觸碰原點三角錐，即完成解密。</p> <p>參、綜合活動：</p> <p>一、教師請全班同學一同收拾器材。</p>		一直都是	有時候	很少	從來沒有	我能控制自己的脾氣	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	我能遵守上課秩序	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	我會聽從老師的指令	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	我願意嘗試新挑戰	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	我會非常努力完成動作	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	遇到失敗的時候，我會給自己鼓勵	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	我會尊重其他同學	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	我會與其他同學合作	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	我願意幫助其他同學	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	我願意與其他同學分享	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	我有良好的運動精神	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<p>1 分</p> <p>5 分</p> <p>10 分</p> <p>15 分</p> <p>9 分</p>	<p>點名表</p> <p>省思單</p> <p>目標單</p> <p>三角錐</p>	<p>6-1-5</p> <p>6-2-1</p> <p>3-1-1</p> <p>3-1-4</p> <p>3-2-1</p> <p>3-2-2</p> <p>3-2-4</p> <p>6-1-4</p>
	一直都是	有時候	很少	從來沒有																																																												
我能控制自己的脾氣	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>																																																												
我能遵守上課秩序	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>																																																												
我會聽從老師的指令	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>																																																												
我願意嘗試新挑戰	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>																																																												
我會非常努力完成動作	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>																																																												
遇到失敗的時候，我會給自己鼓勵	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>																																																												
我會尊重其他同學	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>																																																												
我會與其他同學合作	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>																																																												
我願意幫助其他同學	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>																																																												
我願意與其他同學分享	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>																																																												
我有良好的運動精神	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>																																																												

第 三 節	<p>壹、準備活動：</p> <p>一、教師詢問學生身體狀況。</p> <p>二、暖身運動。</p> <p>貳、主要活動：</p> <p>一、教師將學生隨意分為 4 組，一組 6 人。</p> <p>二、教師說明遊戲規則：</p> <p>(一)每組 6 人分別為編號 1 到 6。</p> <p>(二)編號 1 的同學為一競賽小組，將一同出發。(編號 2 為一競賽小組，編號 3 亦是，以此類推。)</p> <p>(三)教師利用撲克牌，抽出及下達一個位數乘法題目，競賽小組依答案將十位數與個位數之圈圈放置其號碼三角錐(每次題目皆不同)，解答完成後，返回觸碰原點三角錐，並於隊伍後方排隊。</p>	1 分 5 分 25 分	點名表 三角錐 撲克牌	3-1-1 3-1-3 3-1-4 3-2-1 3-2-2 3-2-4
	<div style="text-align: center;">  </div> <p>例如：教師抽出及下達題目 9×9 後，並下達開始指令，競賽小組以跑步姿勢向前將代表十位數圈圈放置編號 8 三角錐後，再將個位數圈圈放置編號 1 三角錐，並返回觸碰原點三角錐，即完成解答。</p> <p>參、綜合活動：</p> <p>一、教師請全班同學一同收拾器材。</p> <p>二、教師詢問學生身體狀況。</p> <p>三、教師以照課堂上發生的情況或期望學生成長的部分，給予口頭得詢問，並請學生以大拇指的方式，讓學生給予今日自己的表現評價。</p> <p>例如：覺得今天非常遵守上課秩序的，請給自己一個好的大拇指。今天有鼓勵同學或幫助同學的，請給自己一個好的大拇指。</p> <p>四、宣布下課。</p>	9 分		6-1-4 6-1-5 6-2-1

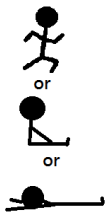
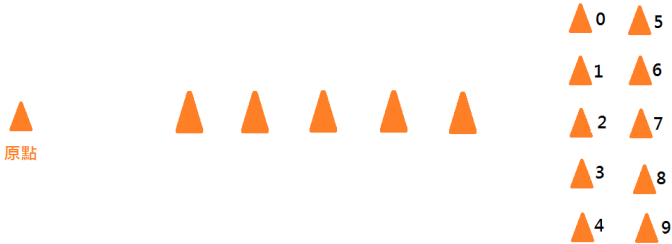
第 四 節	<p>壹、準備活動：</p> <p>一、教師詢問學生身體狀況。</p> <p>二、暖身運動。</p> <p>貳、主要活動：</p> <p>一、教師將學生隨意分為 4 組，一組 6 人。</p> <p>二、教師說明遊戲規則：</p> <p>(一)每組 6 人分別為編號 1 到 6。</p> <p>(二)編號 1 的同學為一競賽小組，將一同出發。(編號 2 為一競賽小組，編號 3 亦是，以此類推。)</p>	1 分 5 分 25 分	點名表 三角錐 撲克牌	3-1-1 3-1-3 3-1-4 3-2-1 3-2-2 3-2-4

	<p>(三)教師指定一前進動作。例如：側併步、前後交叉步、小雞走路、雙腳跳……等。</p> <p>(四)教師利用撲克牌，抽出及下達一加減乘除之數學題目，競賽小組依指定動作前進，並將答案放置其號碼三角錐(每次題目皆不同)，解答完成後，組員於隊伍後方排隊。</p> <div style="text-align: center;">  <table style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr><td>▲0</td><td>▲5</td></tr> <tr><td>▲1</td><td>▲6</td></tr> <tr><td>▲2</td><td>▲7</td></tr> <tr><td>▲3</td><td>▲8</td></tr> <tr><td>▲4</td><td>▲9</td></tr> </table> </div> <p>例如：教師抽出及下達題目 9X9 後，並下達開始指令，競賽小組以指定動作向前將代表十位數圈圈放置編號 8 三角錐後，再將個位數圈圈放置編號 1 三角錐，並返回觸碰原點三角錐，即完成解答。</p> <p>參、綜合活動：</p> <p>一、教師請全班同學一同收拾器材。</p> <p>二、教師詢問學生身體狀況。</p> <p>三、教師以照課堂上發生的情況或期望學生成長的部分，給予口頭得詢問，並請學生以大拇指的方式，讓學生給予今日自己的表現評價。</p> <p>例如：覺得今天非常遵守上課秩序的，請給自己一個好的大拇指。今天有鼓勵同學或幫助同學的，請給自己一個好的大拇指。</p> <p>四、宣布下課。</p>	▲0	▲5	▲1	▲6	▲2	▲7	▲3	▲8	▲4	▲9	9 分		6-1-4 6-1-5 6-2-1
▲0	▲5													
▲1	▲6													
▲2	▲7													
▲3	▲8													
▲4	▲9													

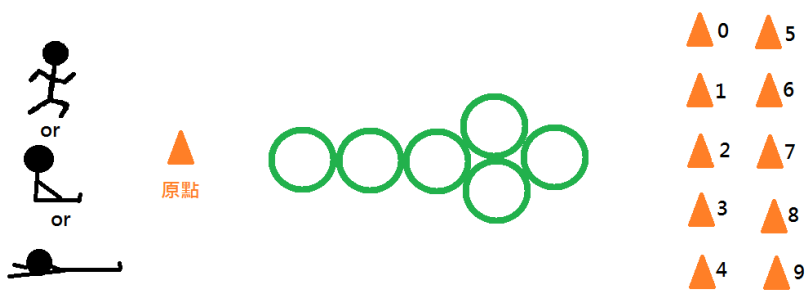
第 五 節	<p>壹、準備活動：</p> <p>一、教師詢問學生身體狀況。</p> <p>二、暖身運動。</p> <p>貳、主要活動：</p> <p>一、教師將學生隨意分為 4 組，一組 6 人。</p> <p>二、教師說明遊戲規則：</p> <p>(一)每組 6 人分別為編號 1 到 6。</p> <p>(二)編號 1 的同學為一競賽小組，將一同出發。(編號 2 為一競賽小組，編號 3 亦是，以此類推。)</p> <p>(三)教師指定一起跑姿勢(坐、躺…等)，及指定前進動作(側併步、跳躍…等)。</p> <p>(四)教師利用撲克牌，抽出及下達一加減乘除之數學題目，競賽小組依答案，將個位數及十位數之圈圈，放置答案之號碼三角錐(每次題目皆不同)，解答完成後，返回觸碰原點三角錐，並於隊伍後方排隊。</p>	1 分 5 分 25 分	點名表 三角錐 撲克牌	3-1-1 3-1-3 3-1-4 3-2-1 3-2-2 3-2-4
-------------	--	--------------------	---------------------------	--

	 <p>例如：教師指定學生必須坐於地面，兩腳伸直雙手置於膝蓋上，並指定以側併步的方式前進後，抽出及下達題目為 9×9，最後下達開始指令，競賽小組以側併步向前將代表十位數圈圈放置編號 8 三角錐後，再將個位數圈圈放置編號 1 三角錐，並返回觸碰原點三角錐，即完成解答。</p> <p>參、綜合活動：</p> <p>一、教師請全班同學一同收拾器材。</p> <p>二、教師詢問學生身體狀況。</p> <p>三、教師以照課堂上發生的情況或期望學生成長的部分，給予口頭得詢問，並請學生以大拇指的方式，讓學生給予今日自己的表現評價。</p> <p>例如：覺得今天非常遵守上課秩序的，請給自己一個好的大拇指。今天有鼓勵同學或幫助同學的，請給自己一個好的大拇指。</p> <p>四、宣布下課。</p>	9 分		6-1-4 6-1-5 6-2-1
--	--	-----	--	-------------------------

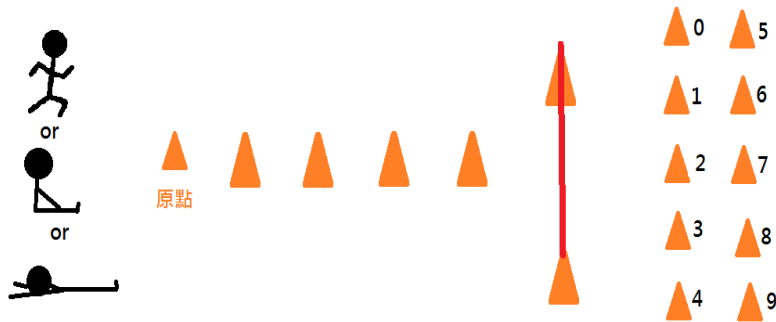
第 六 節	<p>壹、準備活動：</p> <p>一、教師詢問學生身體狀況。</p> <p>二、暖身運動。</p> <p>貳、主要活動：</p> <p>一、教師將學生隨意分為 4 組，一組 6 人。</p> <p>二、教師說明遊戲規則：</p> <p>(一)每組 6 人分別為編號 1 到 6。</p> <p>(二)編號 1 的同學為一競賽小組，將一同出發。(編號 2 為一競賽小組，編號 3 亦是，以此類推。)</p> <p>(三)教師利用撲克牌，抽出及下達一加減乘除之數學題目，競賽小組依指定動作前進，並將答案放置其號碼三角錐(每次題目皆不同)，解答完成後，組員於隊伍後方排隊。</p>	1 分 5 分 25 分	點名表 三角錐 撲克牌	3-1-1 3-1-3 3-1-4 3-2-1 3-2-2 3-2-4
-------------	--	--------------------	-------------------	--

	 <p>例如：教師指定學生必須坐於地面，兩腳伸直雙手置於膝蓋上，並指定以側併步的方式前進後，抽出及下達題目為 9X9，最後下達開始指令，競賽小組以側併步向前將代表十位數圈圈放置編號 8 三角錐後，再將個位數圈圈放置編號 1 三角錐，並返回觸碰原點三角錐，即完成解答。</p> <p>參、綜合活動：</p> <p>一、教師請全班同學一同收拾器材。</p> <p>二、教師詢問學生身體狀況。</p> <p>三、教師以照課堂上發生的情況或期望學生成長的部分，給予口頭得詢問，並請學生以大拇指的方式，讓學生給予今日自己的表現評價。</p> <p>例如：覺得今天非常遵守上課秩序的，請給自己一個好的大拇指。今天有鼓勵同學或幫助同學的，請給自己一個好的大拇指。</p> <p>四、宣布下課。</p>	<p>9 分</p>		<p>6-1-4 6-1-5 6-2-1</p>
---	--	-------------------	--	----------------------------------

<p>第七節</p>	<p>壹、準備活動：</p> <p>一、教師詢問學生身體狀況。</p> <p>二、暖身運動。</p> <p>貳、主要活動：</p> <p>一、教師將學生隨意分為 4 組，一組 6 人。</p> <p>二、教師說明遊戲規則：</p> <p>(一)每組 6 人分別為編號 1 到 6。</p> <p>(二)編號 1 的同學為一競賽小組，將一同出發。(編號 2 為一競賽小組，編號 3 亦是，以此類推。)</p> <p>(三)教師利用撲克牌，抽出及下達一加減乘除之數學題目，競賽小組依指定動作前進，並將答案放置其號碼三角錐(每次題目皆不同)，解答完成後，組員於隊伍後方排隊。</p>	<p>1 分 5 分 25 分</p>	<p>點名表 三角錐 呼拉圈 撲克牌</p>	<p>3-1-1 3-1-3 3-1-4 3-2-1 3-2-2 3-2-4</p>
-------------------	--	--	------------------------------------	--

	 <p>例如：教師指定學生必須坐於地面，兩腳伸直雙手置於膝蓋上，並指定以側併步的方式前進後，抽出及下達題目為 9X9，最後下達開始指令，競賽小組以側併步向前將代表十位數圈圈放置編號 8 三角錐後，再將個位數圈圈放置編號 1 三角錐，並返回觸碰原點三角錐，即完成解答。</p> <p>參、綜合活動：</p> <p>一、教師請全班同學一同收拾器材。</p> <p>二、教師詢問學生身體狀況。</p> <p>三、教師以照課堂上發生的情況或期望學生成長的部分，給予口頭得詢問，並請學生以大拇指的方式，讓學生給予今日自己的表現評價。</p> <p>例如：覺得今天非常遵守上課秩序的，請給自己一個好的大拇指。今天有鼓勵同學或幫助同學的，請給自己一個好的大拇指。</p> <p>四、宣布下課。</p>	9 分		6-1-4 6-1-5 6-2-1
--	--	-----	--	-------------------------

第 八 節	<p>壹、準備活動：</p> <p>一、教師詢問學生身體狀況。</p> <p>二、暖身運動。</p> <p>貳、主要活動：</p> <p>一、教師將學生隨意分為 4 組，一組 6 人。</p> <p>二、教師說明遊戲規則：</p> <p>(一)每組 6 人分別為編號 1 到 6。</p> <p>(二)編號 1 的同學為一競賽小組，將一同出發。(編號 2 為一競賽小組，編號 3 亦是，以此類推。)</p> <p>(三)教師利用撲克牌，抽出及下達一加減乘除之數學題目，競賽小組依指定動作前進，並將答案放置其號碼三角錐(每次題目皆不同)，解答完成後，組員於隊伍後方排隊。</p>	1 分 5 分 19 分	點名表 三角錐 跳繩 撲克牌	3-1-1 3-1-3 3-1-4 3-2-1 3-2-2 3-2-4
-------------	--	--------------------	-------------------------------------	--



例如：教師指定學生必須坐於地面，兩腳伸直雙手置於膝蓋上，並指定以側併步的方式前進後，抽出及下達題目為 9×9 ，最後下達開始指令，競賽小組以側併步向前將代表十位數圈圈放置編號 8 三角錐後，再將個位數圈圈放置編號 1 三角錐，並返回觸碰原點三角錐，即完成解答。

15 分

參、綜合活動：

- 一、教師請全班同學一同收拾器材。
- 二、教師詢問學生身體狀況。
- 三、教師以照課堂上發生的情況或期望學生成長的部分，給予口頭得詢問，並請學生以大拇指的方式，讓學生給予今日自己的表現評價。
例如：覺得今天非常遵守上課秩序的，請給自己一個好的大拇指。今天有鼓勵同學或幫助同學的，請給自己一個好的大拇指。
- 四、教師發下第一堂課同學所做的責任量表，並請同學以不同顏色的筆或不同記號，再對自己重新做一次省思，並劃記。
- 五、省思及劃記完成後，教師詢問學生是否有比之前進步，並口頭獎勵進步的學生，及鼓勵及期望沒有進步的學生能再接再厲。
- 六、回收責任量表，以供教師參考。
- 七、宣布下課。

目標單

6-1-4

6-1-5

省思單

6-2-1

筆

附件：

省思單與目標單：

現在的我

	一直都是	有時候	很少	從來沒有
我能控制自己的脾氣	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我能遵守上課秩序	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我會聽從老師的指令	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我願意嘗試新挑戰	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我會非常努力完成動作	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
遇到失敗的時候，我會給自己鼓勵	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我能夠獨立完成動作	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我會尊重其他同學	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我會與其他同學合作	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我願意幫助其他同學	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我願意與其他同學分享	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我有良好的運動精神	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我能夠發揮領導能力	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

未來的我

	一直都是	有時候	很少	從來沒有
我能控制自己的脾氣	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我能遵守上課秩序	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我會聽從老師的指令	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我願意嘗試新挑戰	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我會非常努力完成動作	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
遇到失敗的時候，我會給自己鼓勵	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我能夠獨立完成動作	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我會尊重其他同學	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我會與其他同學合作	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我願意幫助其他同學	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我願意與其他同學分享	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我有良好的運動精神	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
我能夠發揮領導能力	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>