

體育課好好玩—104 學年度教育部體育署優質體育教材甄選作品說明書

■教案設計組	
參賽組別	<input checked="" type="checkbox"/> 國小組 <input type="checkbox"/> 中學組 <input type="checkbox"/> 師資生組
作品名稱	永衡
適用對象	國小五年級
作品用途	使用學習型組織概念，將海洋議題利用轉化式及附加式融入體育領域，幫助學生提升「體適能」及「系統思考與解決問題」的核心素養。
設計理念與構想	<p>十二年國民基本教育之課程發展以「自發」、「互動」及「共好」為理念，認為學校教育應善誘學生的學習動機與熱情，協助學生應用及實踐所學，願意致力社會、自然與文化的永續發展；此外海洋議題受到全球關注，而我國也已訂定法規或訂為國家政策；有鑑於此，如何將海洋議題「學習目標/核心價值」融入體育領域的「核心素養」為未來教師一大課題。</p> <p>此外，日常生活中，從走路到從事各種不同複雜性的運動，如跑、跳、溜冰、踢足球等等，平衡一直是基本動作能力分類裡的一個重要層面；換言之--平衡(balance)是各個動作或姿勢中，能夠維持穩定狀態之能力，其可分為姿勢平衡、靜態平衡、動態平衡、技巧平衡。</p> <p>筆者觀察現今體育教學現場，發現「平衡」相關課程較不容易引起學生學習動機；因此，如何在十二年國教精神下幫助學生有效的建立姿勢平衡、靜態平衡、動態平衡...相關能力，是筆者不斷思考的一個要點。</p> <p>綜上所述，「永」「衡」課程方案，活用學習型組織概念嘗試將海洋議題利用轉化式及附加式融入健體領域，透過遊戲化課程，提升高年級生學習「平衡」技能的動機--培養姿勢平衡、靜態平衡、以及動態平衡等動作技巧與能力，讓每位學生皆能參與課程，達到減少教室的客人；此外，「永」「衡」課程充滿智慧刺激的情境，將議題時事導入體育，利用創設學習型組織中自我超越--幫助學生達到「自發」；利用創新活化的課程建立團隊願景、改善心智模式--達到「互動」及利用創意的團隊學習--達到「共好」；進而建立「系統思考與解決問題」的核心素養；最後透過活動討論引導學生瞭解海洋遭受的危機與人類生存的關係及建立積極的環境態度與永續發展理念。</p>

內容概述	次序	活動名稱	教學目標
	一	「永」「衡」- 島嶼生存	從每人一座島，學習姿勢平衡的技巧，以做為日後進行體育遊戲時的先備技能，提升學生體適能認知與自我身體穩定度覺察，強化學生平衡能力，並培養學生解決問題的能力。
	二	「永」「衡」- 漁夫捕魚	透過漁夫捕魚遊戲跨越個人與性別限制，達到雙人、多人戰術與策略應用進行捕魚，增強學生體適能反應、敏捷與爆發力之體適能；魚群則以平衡技巧偽裝並伺機逃脫，提高學生平衡穩定之能力，意識海洋生態人類與魚類勢力的消長。
	三	「永」「衡」- 海上鬥士	透過掌鬥士、背鬥士，以及腳鬥士三個修煉活動，習得雙人抗力平衡技巧；並安排裁判與確保人員，學習到公平客觀的競賽，檢視危險的情境，以及相互保護的方法。
	四	「永」「衡」- 釣魚拔河	島與島的生存永遠是一種彼此拉扯的力量--拔一條繩子，學習拉力平衡技巧，也在穩定度被破壞中強化平衡穩定能力。
	五	「永」「衡」- 海鮮指南	無止盡的濫捕造成魚群的枯竭，我們將面臨無魚可捕的窘境--透過「漁夫」進化版遊戲，將魚種分類；漁夫思考篩選適合的魚種捕撈，魚群亦會思考自身是否為漁夫的目標。眾多漁夫的漁網相互打結，從解開死結的過程中，學習領導、合作與邏輯思考，肢體穩定操作與空間概念。
	六	「永」「衡」- 永續平衡	在偌大的海洋中，不同島嶼上的鬥士以不同的方式進行挑戰，在海中的魚群以單腳移動、島嶼屏蔽等方式逃脫漁夫的捕撈，提升學生情境判斷與問題解決的能力，並強化學生抗力平衡與動態平衡能力。最後，透過反思與討論，幫助學生思考在島嶼、漁夫、魚群達到和諧平衡的方法、進而延伸永續發展的重要。