**基隆市東信國民小學校訂課程-**

**『跳躍繩奇』設計課程計畫**

# 壹、課程設計與實施：

一年級全體老師

# 貳、設計理念：

藉由跳繩活動，促進學生之身心能力發展，培養學生互助合群、活潑樂觀的運動精神。

# 參、學習目標：

1.能了解跳繩正確之使用方法(認知)

2.能安全的進行跳繩活動(認知)

3.能學會「二跳一迴旋」及「一跳一迴旋」(技能)

4.能和同學分組練習(情意)

5.能練習邊跑邊跳的跳繩技巧。(技能)

6.能養成專心學習的態度(情意)

# 肆、教學策略：

1.經由教師說明，正確習得跳繩技巧。

2.進行分組練習活動。

3.能完成「二跳一迴旋」及「一跳一迴旋」。

# 伍、學習活動設計架構圖

活動名稱：跑帶跳

說 明：練習邊跑邊跳的跳繩技巧。

能力指標：3-1-4、5-1-5

活動名稱：跳躍高手

說 明：完成一跳一迴旋的動作。

能力指標：3-1-3、4-1-4

活動名稱：七手八腳

說 明：完成二跳一迴旋的動作。

能力指標：3-1-1、4-1-4

活動名稱：安全高手

說 明：介紹跳繩活動的注意事項。

能力指標：4-1-5、5-1-1

**陸、學習活動說明與規劃**

一年級學校本位特色－繩奇寶貝，分為上下學期四個活動主題進行，活動主題一『繩來繩去』於上學期實施；活動主題二『飛越山河』則於下學期實施。細部活動內容羅列如下：

| 活動  主題 | 活動內容 | | 能力指標 |
| --- | --- | --- | --- |
| 一  、  繩  來  繩  去 | 安全高手 | 能了解跳繩正確之使用方法 | 4-1-5  5-1-1 |
| 能安全的進行跳繩活動 |
| 七手八腳 | 能與同學一起練習 | 3-1-1  4-1-4 |
| 能學會跳繩「二跳一迴旋」 |
| 二  、  飛  越  山  河 | 跳躍高手 | 能學會跳繩「一跳一迴旋」 | 3-1-3  4-1-4 |
| 能完成一跳一迴旋的動作 |
| 跑帶跳 | 能練習邊跑邊跳的跳繩技巧 | 3-1-4  5-1-5 |
| 能養成全神貫注專心學習的態度 |