大風吹(Blow) (海洋教育公開課)45 分鐘

【教學目標】

- ●透過做中學的實際狀況,遵守遊戲規則,體驗與同伴合作遊戲帶來的樂 趣。
- •利用吹的能力訓練肺活量。

【設備與材料】

- ✔小臉盆(裝水)。
- ✔玩具車。
- ✔氣球。
- ✔桌球。
- ✔ 球池球。

【準備工作】

- ✔安全的環境
- ✓充足的準備
- ✔清楚的說明

【課程規劃建議】

- ★背景知識的建立以及興趣的引發。
- ★循序漸進的學習難度。
- ★兼顧不同學習者能力的差異。

【可實施場域建議】

★空曠且平坦的空間。

【教學流程】

說明活動(5分鐘)

❤全班分五組。

課

前

進

備

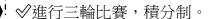
- →直線跑走方式。
- →約五公尺距離。
- →抵達放置紙碗(水)的位置, 進行吹的動作。
- √熱 身:吹動玩具車。
- →將玩具車吹到指定位置即為 成功
- ≪第一輪:吹氣球。
- ダ第二輪:吹桌球。
- ダ第三輪:吹球池球。
- →吹出小臉盆即為成功。
- →第一球老師協助放置。
- →每一位學生成功將球吹出小 臉盆後,必須再將球放回小 臉盆內。
- →返回與下一位組員擊掌後, 該組員即可出發。
- √肺活量決定速度。
- ✓團隊合作決定成敗。

暖身活動(5分鐘)

- ∜大□呼吸。
- **∜**開合跳。
- √慢 跑。

主要活動(30分鐘)

- ✓各組先自行安排順序。
- ✓熱身活動為吹動玩具車。
- →將玩具車吹到指定位置即為 成功



- →該組第一,獲得5分。
- →該組第二,獲得4分。
- →該組第三,獲得 3 分。 →該組第四,獲得 2 分。
- →該組第五,獲得1分。
- ✓不得犯規。
- →踩線。
- →沒擊掌即出發。
- →未將球吹出就返回。
- →比賽過程中自行更換順序。

反思活動(5分鐘)

- ✓過程中,聽到或看到什麼狀況,讓你印象深刻的嗎?
- ✓過程中,一直無法將玩具車 吹動及無法將球吹出的時候 , 咸受是什麼?
- ✓過程中,看到同學有犯規的 時候,感受到什麼?
- √請問,除了用小臉盆的方式 來裝水,還可以用什麼器 材。
- √請問,還有什麼球(器材), 適合使用。

【延伸學習與回饋】

- ★課後回家可以自行使用臉 盆,進行水中韻律呼吸的練 習。
- ★訂定不同的活動競賽方式。
- ★詢問學生,除了用老師準備 的球,還可以用麼方法來準 備。

【評量方式】

- ★課堂觀察
- ★分組討論
- ★技能實作
- ★運動行為
- ★□語問答