

彰化縣舊館國小體育教學教案(田徑)

單元名稱	田徑-起跑	班級	三年忠班	人數	20人	
教材來源	自編	教師	張偉銘. 劉捷羚	時間	40分鐘	
教材研究	一、徑賽中最基本的準備動作 二、短距離跑一定必須使用起跑架起跑 起跑動作的好壞是比賽勝負的關鍵					
學生學習條件分析	1. 本教材適用於三年級以上學生 2. 可訓練學生反應能力與敏捷性					
教學方式	1. 講述、示範、問答及分段教學 2. 分組練習					
教材資源	1. 場地:操場 2. 器材:起跑架一組、哨子一個					
教學目標	單元目標			相對應能力指標		
	認知	1-1 瞭解徑賽比賽規則 1-2 瞭解起跑動作要領 1-3 瞭解起跑動作的重要性			1-1-1 能說出徑賽比賽的規則 1-2-1 能說出起跑的動作流程 1-3-1 能說出起跑動作在比賽重要性	
	技能	2-1 練習原地起跑動作的要領 2-2 練習起跑後加速運動的動作要領 2-3 練習聽哨音迅速反應起跑的動作要領			2-1-1 能做出原地起跑的動作 2-2-1 能做出起跑後加速運動的動作 2-3-1 能聽哨音做出迅速起跑的動作	
	情意	3-1 養成遵守比賽規則 3-2 培養相互欣賞能力 3-3 增進跑步的樂趣 3-4 培養出學習的喜悅與團隊的精神			3-1-1 能做到守秩序遵守規則 3-2-1 與同學相互觀摩彼此欣賞 3-3-1 能達到成就感與滿足感 3-4-1 能彼此互相鼓勵且與人分享互助合作的經驗	
時間分配	節次	月	日	教學重點		
				一、徑賽中最基本的準備動作 二、短距離跑一定必須使用起跑架起跑 三、起跑動作的好壞是比賽勝負的關鍵		
預備課程		田徑比賽影片欣賞				

教學流程	教學過程	評量	備註
<p>預備活動</p> <p>教師方面：</p> <p>學生方面：</p>	<p>1. 檢視上課場地、器材是否充足及安全</p> <p>2. 熟悉上課內容及流程</p> <p>3. 確實點名及介紹上課內容</p> <p>1. 著運動服裝</p> <p>2. 完成暖身及伸展運動</p>	<p>確實點名</p> <p>確實完成</p>	
<p>發展活動</p> <p>1. 引起動機</p> <p>2. 動作講解與分組操作</p> <p>綜合活動</p> <p>3. 綜合評語</p> <p>4. 整理活動</p> <p>課程結束</p>	<p>1. 講述比賽規則</p> <p>2. 說明起跑動作的要領</p> <p>3. 說明起跑動作的重要性</p> <p>一、動作說明與示範</p> <p>1. 說明起跑口令三步驟</p> <p>2. 示範手部的動作</p> <p>3. 示範腿部的動作與起跑架調整</p> <p>4. 示範起跑動作的連貫姿勢</p> <p>5. 示範起跑後的加速跑姿勢</p> <p>二、</p> <p>1. 4人一組，原地練習手部動作</p> <p>2. 4人一組，原地練習腿部動作與調整起跑架</p> <p>3. 4人一組，聽口令原地練習起跑姿勢</p> <p>4. 聽哨音練習起跑</p> <p>5. 挑選動作較佳的同學做示範，以學習正確動作</p> <p>3-1 本節課程重點提示</p> <p>3-2 指正動作缺失</p> <p>3-3 讚美動作正確及互動性佳的學生給予回饋</p> <p>3-4 下節進度告知</p> <p>4-1 檢整上課器材並歸還</p>	<p>是否專注聽講</p> <p>姿勢是否正確</p> <p>參與熱烈程度</p> <p>指出優缺點</p> <p>確實清點人數、器材</p>	