

員林國小教學簡案

單元名稱	跑步		
教學者	昌育全		
教學日期時間	112.9.14 星期四 14：20-15：00		
教學對象	五年級學生	教學時間	一節 40 分鐘
學習科目	體育		
教學目標	1. 學生了解跑步要領。 2. 學生能夠自我學習。 3. 學生樂在跑步，對跑步有自信。		
教學活動	1. 暖身。 指導學生確實做好暖身運動。 2. 跑步要領說明。 A. 腳步抬高。 B. 確實下踩。 C. 步伐要大。 D. 換腳要快。 E. 手部動作保持平衡。 F. 身體略為前傾不凸肚，直視前方不仰天。 3. 跑步要領操作及指導。逐一指導學生動作。 4. 技能檢視。分組練習。		
教學評量	學生呈現正確跑步動作。		
運用到的教材、教具	著體育服裝、徒手。		
其他參考資料	1. 運動規則。 2. 教學影片。		