10/3 五年級教學演示

領域/科目	體育	設計者	凌政勛
實施年級	五年級	教學節次	共_3_節，本次教學為第_1_節
單元名稱	傳接棒		
設計依據			
學習重點	學習表現	<ul style="list-style-type: none"> ● 1.認知 :c.運動知識 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 ● 2.情意 :c.體育學習態度 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 ● 3.技能 :c.技能表現 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 ● 4.行為 c.運動計畫 4c-III-1 選擇及應用與運動相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。 	核心素養
	學習內容	<ul style="list-style-type: none"> ● G.挑戰類型運動 a.田徑 Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。 	
議題融入	實質內涵 所融入之學習重點	無	
與其他領域/科目的連結			
教材來源	康軒五上健康與體育		
教學設備/資源	接力棒、哨子、標盤、平板		
學習目標			
<ul style="list-style-type: none"> ● 了解如何正確接棒方式。 ● 運用平板科技資源，調整動作。 			

教學活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
一、準備活動 (一)集合點名 1.點名、確認學生是否身體不舒服。 (二)暖身活動(馬克操) 1.抬腿跑 2.墊步抬腿跑 3.小碎步+衝刺 二、主要活動 (一)引起動機	1m 10m 2m	

項次	大隊接力-伸臂下壓法動作說明		A	B	C	D	E
預備期	傳棒	1.正確判斷與接棒者間的距離伸棒？ 2.傳棒前之速度仍維持加速前進狀態？					
	接棒	1.雙腳彎曲降低身體重心？ 2.手掌攤開、手心向上穩定接棒？ 3.轉頭注視傳棒者進入事先設定之預備起跑位置？					
動作期	傳棒	3.進入理想交棒位置時，有喊「接」之類的口令默契？ 4.傳棒時，持棒手臂完全前伸？					
	接棒	4.接棒前助跑之距離適當？ 5.接棒過程中之速度仍維持高速前進？ 5.傳棒之手有運用內外側站位之技術？					
完成期	傳棒	6.順利完成傳棒動作、未掉棒？ 7.在 20 公尺接力區內，完成傳棒？ 8.傳棒後仍維持在自己的跑道上前進？					
	接棒	6.接棒之手有運用內外側站位之技術？ 7.順利完成接棒動作、未掉棒？ 8.在 20 公尺接力區內，完成傳接棒？					
整體 流暢性		9.身體各部位肢體間之聯合動作，具有連續性、協調性、節奏感與速度感？					