

## 彰化縣立社頭國中--公開授課紀錄表

觀課領域 (科別)	健康與體育 (體育)	觀課班級	201
教學單元	躍如脫兔-跳高		
授課教師	楊淑如	觀課教師	謝志典、張秋萍
<b>實施時間</b>			
共同備課日期		112年10月31日(10:20-11:15)	
公開授課日期		112年11月24日(星期五) 第六節	
議課日期		112年12月5日(10:20-11:05)	

### 實施步驟

#### 共同備課

說明：共同備課於公開授課前，呈現方式可用照片或簡單圖說(可加註日期時間地點)



時間：112年10月31日

地點：學務處會議室

#### 共備會談

說明：學習目標、教學流程、班級特性、教學重點等。

學習目標—

1. 認識跳高動作要領。
2. 學會跳高動作技巧。
3. 養成練習時集中注意力並注意周遭環境安全的習慣。
4. 養成積極參與的態度。
5. 培養尊重他人及團隊合作的精神。

### 教學流程—

1. 跳高技術演進介紹。
2. 講解及示範跳高動作要領。
3. 跳高助跑動作練習。
4. 跳高起跳動作練習。

### 教學重點—

1. 確認起跳腳，左(右)腳起跳者，由橫竿右(左)側助跑。
2. 起跳時，往上方垂直跳起，前導腳向前上方擺振，手臂向上擺振提高身體重心。
3. 起跳點視橫竿高度與試跳姿勢而定。

## 公開授課（觀課）

呈現方式：照片。

時間：112年11月24日(星期五)第六節

地點：操場

單元：躍如脫兔-跳高

班級：201



## 議課

### 觀課後的討論：



授課教師—學生能依指示練習並修正錯誤動作。分組學習情況良好，能有效學習。

觀課教師—

謝志典：講解動作清楚，按步驟操作循序漸進，動作錯誤會立即給予指導修正。

張秋萍：課程設計簡單易操作，教學內容講解清楚。會適時修正學生錯誤動作，並再次講解動作要領。