

單元名稱		單元 5 跑跳過招大進擊	教學時間	40 分鐘
設計依據				
學習重點	學習表現	1d-II-1 認識動作既能概念與動作練習的策略。 2c-II-2 表現增進團隊合作，友善的互動行為 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	領域核心素養	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康問題。
	學習內容	Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。		
議題融入	實質內涵	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。		
	所融入之學習重點	與同伴合作，認真參與活動，並遵守活動規則。		
學習目標		1. 認識快速跑，彎道跑，障礙跑的動作概念與動作練習的策略。 2. 描述自己和他人快速跑動的正确性。。 3. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。。 4. 運用快速跑，彎道跑的動作練習策略。		
教材來源		康軒健康與體育領域（4 上）單元五		
教學設備/資源		1. 教師準備 2 根接力棒。 2. 課前確認教學活動空間，例如：室內活動中心或室外平坦的地面。		
教學活動內容及實施方式			時間	教學評量/備註
《活動 1》轉身追逐跑 20 (一)教師說明活動情境；和同學合作完成五色關，拿到紅，局，黃，綠，藍過關卡。將過關情形紀律再五色關挑戰學習單。 (二)教師說明「轉身追逐跑」活動規則： 1. 6 人一組，每組取一個隊名。 2. 每人腰部後方夾著 1 條帶子，約留 25 公分的袋子在褲外。 3. 各跑到的兩人面對面站立，分別說出自己的隊名。 4. 教師喊出其中一個隊名，聽到自己隊名的人立即轉身跑，另一人追逐對手。 (三)重點歸納：聽令起跑，練習快跑追逐。			20'	1. 操作：合作完成追逐跑活動。 評量原則：能在追逐跑活動中，練習快速跑方法。 2. 觀察：能與同學分享接力跑活動策略。 評量原則：能清楚表達在追逐跑活動中觀察到的快速跑方法

(活動 2)牽繩追逐跑 20 (一)教師布置牽繩追逐跑活動場地，在起跑線 30 公尺處用粉筆標示目標區。 (二)教師說明牽繩追逐跑活動規則； 1. 6 仁義對，每人在腰部後方夾著一條帶子，約留 25 公分的袋子在褲外。 2. 一次兩隊上場，各隊推派 3 人，一隊在前，一對在後。一隊分別站在第 2. 4. 6 跑道，一隊分別站在 1. 3. 5 跑道。 2. 聽到哨聲時兩人鬆開手中尼龍繩，全力向前跑。	20'	評量原則；能紀律專身追逐跑，牽繩追逐跑活動情形，並寫下得分策略或改進方法。
---	-----	--