

教學計畫（教案）

一、教學單元設計說明

領域/科目		體育	設計者	林玉雯
實施年級		八年級	總節數	共 1 節， 45 分鐘
單元名稱		傳接棒		
單元內容簡述		拔河動作教學		
學習目標		學會拔河基本站位及拔河技巧 能了解拔河比賽相關規則		
學生學習 基礎背景		認識拔河		
設計依據				
學習 重點	學習表現	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。 ah- II -2 透過有系統的分類與表達方式，與他人溝通自己的想法與發現。	核心 素養	A1 身心素質與自我精進
	學習內容	U-B-1 具備掌握健康訊息與肢體動作的能力，以進行與體育和健康有關的經驗、思想、價值與情意之表達，能以同理心與他人溝通並解決問題	議題 融入	【兩性教育】
教材內容		康軒		
教學設備/資源		電腦、3C 用品、拔河繩		

二、教學活動設計流程簡述

教學活動設計	時間	教材	學習情形 檢核 (評量)
一、暖身運動(慢跑+馬克操)	10 分鐘	拔河繩	
二、拔河動作示範與講解	5 分鐘		
三、做出拔河動作	15 分鐘		
四、拔河相關規則說明	5 分鐘		
五、學會欣賞他人	5 分鐘		
六、綜合講解	5 分鐘		

