

附錄2

彰化縣溪湖鎮湖北國民小學公開授課教案設計

授課教師	陳明勇	班 級	5 年 2 班
教學領域	健康與體育	教學主題	超越顛峰
教學日期	114 年 10 月 2 日第 1 節	教材來源	南一
教學地點	操場及風雨球場	教學節次	共 6 節， 本次教學為第 4 節
學習目標	一、學習目標 1. 認知目標： (一) 了解大隊接力比賽規則與基本流程。 (二) 認識正確的持棒、遞棒及接棒技巧。 2. 技能目標： (一)能夠正確完成持棒、遞棒、接棒及跑步動作。 (二)在團隊中進行實際接力練習，體驗分組競賽。 3. 情意目標： (一)培養合作精神與團隊榮譽感。 (二)養成遵守比賽規則、公平競爭的態度。		
學生經驗(先備知識、起點行為、學生特性等)	1.具備基本短跑能力。 2.曾參與班際或體育課中的簡單接力遊戲。 3.喜歡團隊競賽活動，且樂於挑戰速度。		
教學預定流程	壹、教學前準備 (一) 教學前準備 1.教師準備 (一)接力棒若干、秒錶、哨子。 (二)大隊接力示範影片或圖片。 (三)操場跑道規劃 (標記接棒區域)。 2.學生準備 (一)穿著運動服裝與運動鞋。 (二)注意身體狀況，準備參與跑動。		

(二) 準備活動

1. 集合、整隊、點名。
2. 詢問學生身體狀況，提醒安全注意事項。
3. 暖身運動：

(一)慢跑操場 1-2 圈。

(二)全身伸展及跑步相關肌群熱身操 (腿部、手臂、肩膀)。

(三) 發展活動

(一)提問：「大家有看過大隊接力比賽嗎？成功的秘訣是什麼？」

(二)教師示範接力棒的持法與交接方式 (下手交棒 / 上手交棒)。

1. 技能學習與練習

(一)步驟一：持棒與起跑：練習正確的握棒方式與起跑姿勢。

(二)步驟二：交接棒技巧：教師分解示範，下手交棒為主。

(三)步驟三：小組練習：學生分組在短距離內練習交接棒。

(四)步驟四：分段模擬：以 4 人一組進行小型接力賽。

(四) 綜合活動

1. 全班集合、整理呼吸。
2. 教師講評：回饋各組表現與進步之處。
3. 收回器材 (接力棒、哨子)。
4. 預告下次課程內容 (完整大隊接力比賽)。

教學資源	接力棒、秒錶、哨子、標線膠帶。 示範影片 / 投影片。
評量方式	1. 實作評量：學生能否正確完成遞棒、接棒及跑步動作。 2. 觀察評量：團隊合作情形、遵守規則與比賽態度。 3. 自我評量：學生回饋自己在比賽中的表現與心得。