

<附件一~4> 宜蘭縣九年一貫課程與教學輔導訪視

(校名) 教學活動設計【表格示例】

單元(或主題)名稱	田徑-大隊接力	教學對象 年級/學期	301	教學節數	
				上課地點	體育館
學習領域	健康與體育領域	分段能力 指標			
配合領域	※如配合藝術與人文【第?單元】、說明融入或替代、延伸及節數等	分段能力 指標			
教材來源					
設計理念(含課程規劃描述—如備註)	大隊接力是田徑運動會最受注目的運動項目之一。 結合起跑、助跑、傳接棒等認知，透過樂趣化教學達到教學目標。 使用接力基本動作及動作練習，來增進健康體適能的發展。				
情境佈置					
教學準備					
設計者		教學者		日期	
教學目標	1. (認知) 瞭解個人運動潛能即動作發展的差異性，並充分發展。 蒐集生長、發展資料來提升個人體能與健康。 2. (技能) 在各種活動練習中應用各種策略以增進運動表現 3. (情意) 瞭解運動參與在個人層面的意義。 計劃及執行增進個人體適能的活動。 培養欣賞、分析運動美感的能力。				
教學目標	教學流程	相對應能力 指標代號	時間	教學 資源 或教 學提 示	學習評 量方 式

上課鐘響即集合、整隊、點名

◎伸展操

◎慢跑

一、傳接棒解析

傳接棒手部動作：

接棒者：



反掌向上，虎口張開。

四指併攏，微向內彎。

傳接動作解析：



● 背面接棒

傳棒者握後端，接棒者握前端。

接棒者右手放於臀部上方，不要擺動。

接棒者完成動作：



接棒後，迅速換手

右手上提左手握住接力棒下方。

二、直線傳接棒練習

全班分為4人/組，於直線上排列

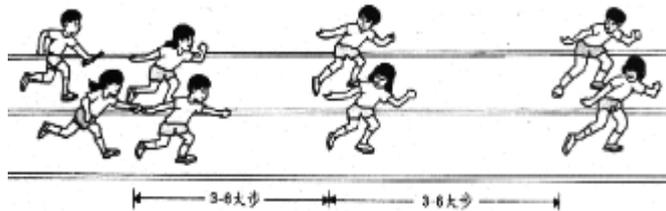
傳棒者：1. 以左手傳棒。

2. 由上而下，輕觸接棒者的右手。

接棒者：1. 右手後伸反掌接棒。

2. 手臂伸直，在腰部上方。

3. 接棒後，換左手握棒。



3. 整體上場練習

	<p>1. 全班分為 2 組，於跑道上排列，進行接力比賽。</p> <p>4. 檢討</p> <p>1. 集合點名</p> <p>2. 學生表現講評</p> <p>3. 預告下堂課學習重點</p> <p>4. 清點器材</p> <p>5. 歡呼解散</p>				
--	---	--	--	--	--

教學成效省思與檢討

※【備註】課程規劃描述：如---

1. 彈性學習節數之學校特色課程 節
2. 配合領域：如藝術與人文【第？單元】、融入？替代？延伸？ 節
3. 結合社區資源特色及其他相關特色？配合環境、時令、禮儀、典章制度、學校重大教育活動等？
4. 融入相關議題？
5. 其他

※ 本表內容或格式可依領域特性之不同，可自行修改使用。

※ 本表請於訪視 4~7 天前，由教務主任彙整後 mail 給課督。

再次感謝您的配合，在百忙當中撥冗填寫。

宜蘭縣國民教育輔導團感謝您！