
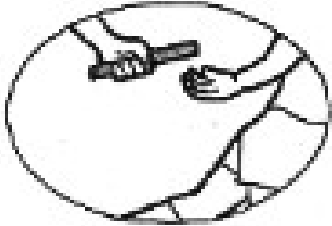
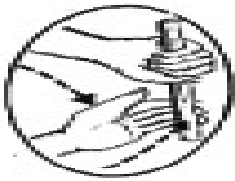
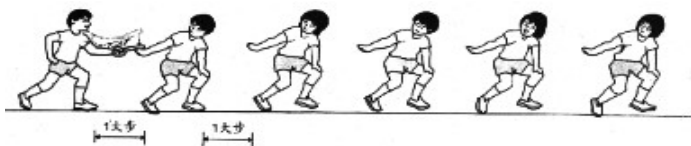
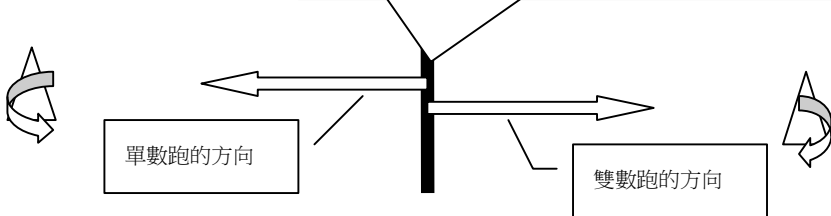


蘆洲國中 7 年級 教學活動設計

教學主題	大隊接力	設計教師	莊錦龍
教學對象	719	教學時間	45 分鐘
教學方法	動作示範與講述法. 練習教學法	評量方式	形成性動作評量表
教材來源	自編		
目標領域	教學目標	具體目標	
認知目標	1-1 瞭解傳接棒比賽規則 1-2 瞭解傳接棒動作要領 1-3 瞭解傳接棒的重要性	1-1-1 能說出接力賽的規則 1-2-1 能說出傳接棒的動作流程 1-3-1 能說出傳接棒在比賽重要性	
情意目標	2-1 練習原地傳接棒動作要領 2-2 練習行進間傳接棒動作要領 2-3 練習接棒的加速動作要領	2-1-1 能做出原地傳接棒的動作 2-2-1 能做出行進間傳接棒的動作 2-3-1 能做出轉身加速並伸手準備接棒的動作	
技能目標	3-1 養成遵守規則 3-2 培養相互欣賞能力 3-3 培養出學習的喜悅與團隊精神	3-1-1 能做到守秩序遵守規則 3-2-1 能做到同學相互觀摩彼此欣賞 3-3-1 能彼此互相鼓勵且與人分享互助合作的經驗	
108 課綱 三面九項	<div>三面</div> <div><div>自主行動</div><div>身心素質與自我精進 系統思考與解決問題 規劃執行與創新應變</div></div> <div><div>溝通互動</div><div>符號運用與溝通表達 科技資訊與媒體素養 藝術涵養與美感素養</div></div> <div><div>社會參與</div><div>多元文化與國際理解 人際關係與團隊合作 道德實踐與公民意義</div></div>		

時間分配	教學內容與活動說明	目標達成	教學方法	教學資源
2 分	<p>🌀 準備活動</p> <p>一、課前準備</p> <p>1. 整理場地 2. 檢查器材 3. 集合點名</p>			哨子 點名簿
8 分	<p>二、熱身活動</p> <p>1. 慢跑 2. 伸展操</p>			
2 分	<p>🌀 引起動機</p> <p>三、課程介紹</p> <p>1. 講述比賽規則</p> <p>2. 說明傳接棒的重要性</p> <p>3. 說明傳接棒的動作要領</p>	能說出	動作示範與講述法	接力棒
8 分	<p>🌀 發展活動</p> <p>四、動作說明與示範</p> <p>1. 示範傳棒的動作</p> <p>2. 示範接棒的動作</p> <p>3. 示範接棒轉身的加速動作</p> <p>傳接棒解析</p> <p>接棒手部動作：</p> <p>反掌向後，虎口張開。 四指併攏，微向內彎。</p>  <p>傳接動作解析：</p> <p>1. 傳棒者握接力棒後端，接棒者握接力棒前端。</p> <p>2. 接棒者聽聞「接」將欲接棒之手放於臀部上方，不要擺動。</p>  <p>■ 背面接棒</p> <p>接棒者完成動作：</p>  <p>接棒後，迅速換左手</p>	能說出		接力棒

<p>20 分</p>	<p>五、練習</p> <p>1. 原地練習(伸手擺臂)</p> <p>全班分 4 組，分別於跑道上排列，進行靜態傳接棒接力練習。</p> <p>(1) 手部動作：右手接棒後換左手傳棒。</p> <p>(2) 腳部動作：左腳在前右腳在後。</p> <p>(3) 身體呈側身狀；眼睛注意後方傳棒者。</p>  <p>2. 慢跑傳接棒</p> <p>各組慢跑操場一圈進行傳接棒練習，由最後一位向前傳棒至第一位；第一位再將接力棒放至跑道，再由最後一位同學拿起，繼續進行傳接練習，循環直到起點停下。</p> <p>5 分</p> <p>3. 助跑傳接棒練習</p> <div data-bbox="331 987 1166 1375"> <p>起跑線</p> <p>1.跑者向前助跑接棒後繞過三角錐，再向起跑線進行助跑傳接棒【左右交替進行】</p>  </div> <p>綜合活動</p> <p>六、集合整隊</p> <p>1. 改正錯誤說明正確動作</p> <p>2. 挑選動作較佳的同學做示範，以學習正確動作</p> <p>七、提示下次教學內容</p> <p>預告上課進度</p> <p>八、器材清點及歸還</p> <p>器材收置妥當</p>	<p>能做出</p>	<p>練習教學法</p>	<p>接力棒</p>
<p>5 分</p>		<p>能欣賞</p>	<p>能說出</p>	

蘆洲國中 健 體 領域備課紀錄表

日期	113 年 8 月 27 日 9 點 15 分至 10 點 15 分	地點	體育組辦公室
與會人員	莊錦龍、顏義松、林淑婷	記錄人員	莊錦龍
共備主題	大隊接力教學		
共備內容			
內容摘要	1、大隊接力為全校七、八、九年級班際競賽之一，七年級同學過去國小應已有基礎，但需因應各國小學校場地不同教法不同，再做統一的講解。 2、除強化體能外應以接力的觀念及技巧為主，團隊默契為輔。。 3、活動前應充份熱身並留意個別體能及身體狀況，以活動及傳接的觀念為主，不做勉強訓練。 4、藉由大隊接力運動，促進班級同學團結合作意識。 5、待各班練習一段時間，技巧及體能有改善後。同一節課上課之班級，可進行友誼賽以切磋彼此之技術。		
建議事項	1. 活動前應充份熱身並留意個別體能及身體狀況 2. 提醒學生體育課前後應充分飲水		
下次共備日期	1、113 年 9 月 19 日(四)，9:15~10:00 2、老師公開觀課時間為 9 月 19 日(四)		

蘆洲國中 健體 領域觀課紀錄表

113 年 9 月 19 日

一、基本資料							
觀課班級	719		授課教師	莊錦龍		年級	七年級
授課單元	大隊接力				觀課者	林淑婷	
二、教學過程							
觀課參考項目			良好	普通	可加強	紀錄內容（請以文字簡要描述）	
全班學習氣氛	1. 是否有安心的學習環境？		✓			透過分組遊戲方式，增進學生學習興趣。	
	2. 是否有熱烈的學習氣氛？		✓				
	3. 學生是否專注於學習的內容？		✓				
學生學習歷程	師生互動	1. 老師是否有鼓勵學生發言？	✓			分組練習時，學生能立即發現問題，修正錯誤。	
		2. 老師是否有回應學生的反應？	✓				
		3. 是否有獎勵特殊表現的學生？	✓				
	個人學習	1. 學生是否互相協助、討論和對話？	✓			學生能專注聽講分解動作，並實際操作。	
		2. 學生是否主動回應老師的提問？	✓				
		3. 學生是否主動提問？	✓				
		4. 學生是否能專注個人或團體的練習（如：學習單、分組活動等）？	✓				
	學生學習結果	1. 學生學習是否有成效？		✓			分組練習提升學生對動作的了解，並且能從中學習到團隊合作精神。
2. 學生是否有學習困難？		✓					
3. 學生的思考程度是否深化？			✓				
4. 學生是否樂於學習？		✓					

蘆洲國中 健體 領域觀課紀錄表

113 年 9 月 19 日

一、基本資料								
觀課班級	719	授課教師	莊錦龍	年級	七年級			
授課單元	大隊接力			觀課者	顏義松			
二、教學過程								
觀課參考項目				良好	普通	可加強	紀錄內容（請以文字簡要描述）	
全班學習氣氛	1. 是否有安心的學習環境？			√			. 全班同學學習氣氛佳，大部分同學均專注學習	
	2. 是否有熱烈的學習氣氛？			√				
	3. 學生是否專注於學習的內容？			√				
學生學習歷程	師生互動	1. 老師是否有鼓勵學生發言？			√		師生互動情形良好	
		2. 老師是否有回應學生的反應？			√			
		3. 是否有獎勵特殊表現的學生？				√		
	個人學習	1. 學生是否互相協助、討論和對話？			√		分組練習時同學能互相合作學習	
		2. 學生是否主動回應老師的提問？				√		
		3. 學生是否主動提問？			√			
		4. 學生是否能專注個人或團體的練習 (如:學習單、分組活動等)？			√			
學生學習結果	1. 學生學習是否有成效？			√		學生能樂於學習 專注於團隊練習 培養接棒默契		
	2. 學生是否有學習困難？			√				
	3. 學生的思考程度是否深化？				√			
	4. 學生是否樂於學習？			√				

蘆洲國中 健體領域 議課紀錄表

議課時間	113 年 9 月 19 日	地點	體育組辦公室
授課教師	莊錦龍	授課單元	大隊接力
觀課教師	顏義松、林淑婷		
一、給予授課教師回饋			
優點		建議	
<p>1.教師能清楚解解示範大隊接力的動作要領及其安全注意事項</p> <p>2.透過分組練習方式，增進學生學習興趣。提升練習成效</p> <p>3.分組練習時，老師能立即發現學生問題，修正錯誤。</p> <p>4. 結合校慶大隊接力活動，學生能專注聽講分解動作，並實際操作。</p> <p>5.分組練習提升學生對動作的了解，並且能從中學習到團隊合作精神。</p>		<p>一節課上太多了,可以分成兩節來活動更恰當! 學生可以有更多的練習時間</p> <p>練習一段時間有成效後,可加入班級競賽 提昇學習興趣</p>	
二、授課教師心得與反思			
<p>(關注學生具體學習表現)</p> <p>1. 大隊接力講究團隊合作，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。</p> <p>2. 每一個人都是主角,每一棒都很重要,快有快的接法 慢有慢的跑法 只要能專心練習 在每次的練習中跑出最好的自己 培養出團隊的默契 每個人都是第一!!</p>			

蘆洲國中 健體領域 領域觀課與議課照片

觀課時間

113 年 9 月 19 日

地點

活動中心

觀課照片



議課時間	113 年 9 月 19 日	地點	體育組辦公室
------	----------------	----	--------

議課照片



107.8.31 製表