

員林農工體育科田徑接力－傳接棒教案

教學單元	田徑-接力（傳接棒）	教學對象	一年級
教材來源	自編	教學日期	
教 師	陳淑惠	教學時間	50 分鐘
教學方法	一、講述、示範、練習 二、依學生程度，採用適當的教材教法		
教材研究	一、田徑賽中唯一的團體性項目 二、傳接棒的好壞是比賽勝負的關鍵		
學生學習 條件分析	一、本教材適用高職以上學生 二、可增進學生團隊互助合作的精神		
教學資源	場地：操場 器材：1. 哨子一個 2. 接力棒 5 支		
教 學 目 標	單 元 目 標		行 為 目 標
	一、認知方面		
	1-1 瞭解傳接棒比賽規則		1-1-1 能說出接力賽的規則
	1-2 瞭解傳接棒動作要領		1-2-1 能說出傳接棒的動作流程
	1-3 瞭解傳接棒的重要性		1-3-1 能說出傳接棒在比賽重要性
	二、技能方面		
	2-1 練習原地傳接棒動作要領		2-1-1 能做出原地傳接棒的動作
	2-2 練習行進間傳接棒動作要領		2-2-1 能做出行進間傳接棒的動作
	2-3 練習接棒的加速動作要領		2-3-1 能做出轉身加速並伸手準備接棒的動作
	三、情意方面		
	3-1 養成遵守規則		3-1-1 能做到守秩序遵守規則
	3-2 培養相互欣賞能力		3-2-1 能做到同學相互觀摩彼此欣賞
	3-3 培養出學習的喜悅與團隊的精神		3-3-1 能彼此互相鼓勵且與人分享互助合作的經驗

教學目標	教學流程	教學活動	教 具	時 間	評 鑑
	準備活動	一、課前準備 1. 整理場地 2. 檢查器材 3. 編制教案 4. 集合點名	哨子 點名簿	2'	
		二、熱身活動 1. 慢跑操場 2 圈 2. 伸展操		8'	
	引起動機	三、課程介紹 1. 講述比賽規則 2. 說明傳接棒的重要性 3. 說明傳接棒的動作要領	接力棒	2'	能說出
	1-1-1 1-2-1 1-2-2				
	示範說明	四、動作說明與示範 1. 示範傳棒的動作 2. 示範接棒的動作 3. 示範接棒轉身的加速動作	接力棒	8'	能說出
	2-1 2-2 2-3				
	主要活動	五、練習 1. 原地練習伸手擺臂動作 2. 10 人一組，圍成圓圈練習 原地傳接棒動作 3. 10 人一組，每組利用一個 跑道練習行進間傳接棒動 作 4. 挑選動作較佳的同學做示 範，以學習正確動作	接力棒	20'	能做出
	2-1 2-2 3-2				能欣賞
	結束活動	六、集合整隊 改正錯誤說明正確動作 七、提示下次教學內容 預告上課進度 八、器材清點及歸還 器材收置妥當 九、歡呼下課	哨子	5'	能說出

簡易規則

1. 項目：400 公尺接力 (100×4)、1600 公尺接力 (400×4)、團體大隊接力

※第一棒必須採用蹲踞式起跑，全程在自己的線道內完成比賽。(大隊接力不在此限)

※起跑犯規，則取消比賽資格。

※接力區為中線前後各 10 公尺，所有接力選手必須於接力區內完成交接棒，否則會被取消資格。

※傳接棒時，若發生掉棒，須由掉棒者拾回，可繼續進行比賽；但是不可利用（拋、丟）棒動作來傳接棒，違反者取消比賽資格。