

## 教案格式

項目	跑步	教材難易度	<input type="checkbox"/> 簡單(低) <input checked="" type="checkbox"/> 普通(中) <input type="checkbox"/> 挑戰(高)	
單元名稱	象棋鬼抓人	階段	國小三~六年級 時間 40分鐘	
單元目標	認知：瞭解快速起跑的動作要領。 技能：對突發事件能做出立即反應，並能做出快速起跑的動作要領。 情意：培養團體合作精神及安全觀念。			
教學資源	自編	設計者	魏俊淵 學校 新竹縣私立康乃蘭國民中小學	
時間(分鐘)	教學流程	活動目標	教學要點	評量
3	(一) 準備活動 一. 教師準備： 象棋一副。 二. 引起動機： 象棋只是桌上遊戲嗎？ 進行暖身運動。	認識象棋  伸展肢體避免運動傷害	1-2-1 教師展示象棋。 1-2-2 詢問學生對象棋的瞭解。 1-2-3 暖身運動(加強腰部與下半身的伸展運動)。	口述評量  動作評量
5	(二) 發展活動 一. 快速起跑： (1) 立姿起跑。 (2) 坐姿起跑。 (3) 轉身起跑。	瞭解快速起跑的方法及 增加起跑的敏捷性	2-1-1 教師示範及講解立姿起跑的動作要領。	動作評量
5 10	(三) 綜合活動 一. 象棋鬼抓人 規則說明：  二. 對戰規則說明：	瞭解遊戲規則並發揮團 隊精神贏得比賽	3-1-1 平分兩組。 3-1-2 一組持黑棋，另一組持紅棋；每人各持一顆棋子。 3-1-3 說明象棋吃子的方式。 3-1-4 開始後，一人碰觸敵方另一人後，進行對戰。 3-1-5 比賽過程中，所有存活人員，可隨時與同隊人員 更換底牌。  3-2-1 被碰觸的人不能拒絕對戰。	口述評量 動作評量

3 10	<p>三. 勝負判定：</p> <p>(四) 昇華活動 一. 規則說明：(復活制)</p>	<p>瞭解遊戲規則並發揮團隊精神贏得比賽</p>	<p>3-2-2 雙方面對面後，一起數 1、2、3 並同時亮出底牌。 3-2-3 底牌小者，立即轉身逃跑、並大聲數出 1~10。 3-2-4 若底牌大者，無法在數 10 內，碰觸底牌小者，則須放棄追捕。 3-2-5 若底牌大者，能在數 10 內，碰觸底牌小者，則將之逮捕至我方監牢，並喪失自由權。</p> <p>3-3-1 比賽 10 分鐘，時間終了，場上存活人數多者為勝。 3-3-2 在比賽時間終了前，逮捕到對方主將(黑將、紅帥)，比賽即結束。</p> <p>4-1-1 若底牌小者，在數 10 內，被底牌大者碰觸，即為失敗。 4-1-2 失敗者，回至我方監牢內，並大聲數出 1~10，即可復活繼續參加比賽。 4-1-3 比賽過程中，所有人員，可隨時與同隊人員更換底牌；只有主將(黑將、紅帥)不能更換底牌。</p> <p>4-2-1 與綜合活動相同。</p>	<p>口述評量 動作評量</p>
4	<p>二. 勝負判定：</p> <p>(五) 建議與檢討</p>	<p>評量學習成果</p>	<p>5-1-1 如何快速追擊與躲避？ 5-1-2 如何發現敵隊的主將或主帥？ 5-1-3 卒兵是最軟弱的嗎？特殊的棋，誰比較適合持有？ 5-1-4 歸還象棋及歡呼下課。</p>	<p>口述評量</p>
修正原則		<p>1. 數數時，需大聲且清晰的數出，讓追捕者清楚聽見，以避免紛爭。 2. 監牢可為”足球門”、”牆壁”、”柱子”等。</p>		



團體討論持子的方配



對戰



轉身逃跑並大聲數 1~10



監牢