

教學活動設計

領域/科目	健康與體育領域		設計者	蔡奇璋
實施年級	二年級		總節數	共 <u>4</u> 節， <u>160</u> 分鐘
單元名稱	擲球樂趣多			
設計依據				
學習重點	學習表現	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力	核心素養	健體 -E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心 習慣，以促進身心健全發展，並認識 健全發展，並認識 個人特質，發展運 個人特質，發展運動與保健的潛能。
	學習內容	Hc-I-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。		
議題融入	學習主題	擲球。 擲準。		
	實質內涵	學會正確的擲球動作。 透過練習與遊戲，掌握擲準之要領與技巧。		
與其他領域/科目的連結	無			
教材來源	健康與體育翰林版本 2 上第八單元活動二			
教學設備/資源	球、球網			
學習目標				
<ol style="list-style-type: none"> 1. 學會正確的擲球動作。 2. 透過練習與遊戲，掌握擲準之要領與技巧。 				

教學活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
<p>【活動一】準備活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 全班進行暖身操。 2. 老師帶領學生進行手指、手臂、腰部及膝關節等部位的伸展動作。 	5'	
<p>【活動二】發展活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 說明擲球要領：避免同手同腳、腰部需適當轉動，最後出手點要注意手腕及手指的運用。 2. 兩人一組練習，老師行間巡視指導。 3. 足球網上柱懸掛呼拉圈。 4. 學生分組進行擲準。 5. 學生挑戰不同距離的擲準。 	30'	
<p>【活動三】統整活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 再次說明擲球及擲準技巧並講解錯誤姿勢。 2. 鼓勵學生利用下課時間多多練習。 	5'	