

領域/科目	健康與體育		設計者	周黃淑真
實施年級	一		總節數	共 3 節，120 分鐘
單元名稱	7-3 拍球樂無窮			
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。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	核心素養	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。
	學習內容	Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作		
議題融入	實質內涵			
	所融入之學習重點			
與其他領域/科目的連結	數學一下第一單元 50 以內的數			
教材來源	翰林一下健康與體育課本			
教學設備/資源	球			
學習目標				
1.能學會原地單、雙手拍球的基本動作及各種變化拍球的技能。 2.能和同學合作一起進行各種變化拍球遊戲。 3.能利用所學的拍球技能進行團體遊戲。				
教學活動設計				
教學活動內容及實施方式			時間	備註
活動一、熱身活動 ■以跑操場及暖身操熱身，指導學生進行肌肉和關節適度的伸展活動。 活動二、進行原地拍球練習 ■教師講解雙手拍球、雙手拍高球、雙手拍低球，以及單手拍球、單手拍高球、單手拍低球等動作技能，讓學生了解拍球的動作要領。 ■學生個別練習拍球動作。 ■學生練習變化節奏快慢的拍球，以及雙手輪流換手拍球和蹲下拍球等拍球動作。			10 分 25 分	1. 實作：能依正確要領，做出不同的拍球動作。 2. 觀察：在團體練習中，能與同學合作，快樂學習。

<p>活動三、綜合活動</p> <p>■教師請學生想想看，在哪些地方可以練習拍球，並鼓勵學生利用放學後與家人一起練習。</p> <p>■教師指導學生發表學習心得。</p>	5分	
--	----	--