

12 年國教素養導向教學方案

領域/科目	健康與體育領域		設計者	郭樹林
實施年級	三年甲班	教學節次 時間	共 5 節，本次教學為第 1 節 40 分鐘	
單元活動名稱	第 4 單元球力全開 第 2 課 躲避球攻防			
設計依據				
學習重點	學習表現	1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-Ⅱ-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	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-Ⅱ-1 陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。		
議題融入	實質內涵	品德教育品 E3 溝通合作與和諧人際關係		
	所融入之學習重點	2. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。		
與其他領域/科目的連結				
教材來源				
康軒健康與體育領域第六冊(3下)單元四				
教學設備/資源				
1. 教師準備數枝粉筆、數個標誌圓盤，並依據班級人數準備每兩人 1 顆躲避球。 2. 課前確認教學活動空間，例如：室內活動中心或室外平坦的地面。				
學習目標				
1. 認識躲避球單手肩上傳球、閃躲動作要領。 2. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 3. 表現躲避球單手肩上傳球和攻擊的動作。 4. 練習觀察球的動向並閃躲，運用躲避球防守策略完成活動。 5. 運用躲避球攻擊策略完成活動。 6. 課後持續練習，增進躲避球閃躲、傳接球的熟練度。				

教學活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
《活動 1》快閃通行 (一)教師說明並示範「單手肩上傳球」的動作要領：單手持	15'	1. 操作：做出單手肩上傳球與閃躲的動

<p>球高於肩膀，側身預備，扭腰，向前擲球。</p> <p>(二)教師布置4組「快閃通行」活動場地，每組用粉筆在地面標示起點線、終點線，相距約10公尺。在起點線、終點線之間以4個圓盤圍成長5公尺、寬1公尺的長方形，作為「神祕空間」。</p> <p>(三)教師說明「快閃通行」活動規則：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 4人一組，一次兩組進行活動，一組為傳球組，2人在「神祕空間」的兩端，連續互相傳接球。挑戰組通過2人後，傳球組換另兩人進行傳接球。 2. 另一組為挑戰組從起點跑向終點，挑戰通過「神祕空間」不被球碰到就成功。 3. 一人挑戰成功得1分，挑戰組4人都挑戰後，兩組角色互換，最後累積得分較高的組別獲勝。 <p>(四)教師提醒：如果不能一鼓作氣衝到終點，可以先停下腳步，仔細觀察球的位置，閃躲後再前進。</p> <p>(五)重點歸納：練習單手肩上傳球與閃躲。</p> <p>《活動2》突破神祕空間</p> <p>(一)教師布置1組「突破神祕空間」活動場地，每組用粉筆在地面標示起點線、終點線，相距約20公尺。在起點線、終點線之間以16個圓盤圍成4個長5公尺、寬1公尺的長方形，作為「神祕空間」。</p> <p>(二)教師說明「突破神祕空間」活動規則：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 8人一組，一次兩組進行活動，一組為傳球組，在兩個「神祕空間」的兩端，連續互相傳接球。 2. 另一組為挑戰組，從起點跑向終點，挑戰通過「神祕空間」不被球碰到就成功。 3. 一人挑戰成功得1分，挑戰組8人都挑戰後，兩組角色互換，最後累積得分較高的組別獲勝。 <p>(三)活動結束後，教師帶領學生討論如何躲開神祕空間中的攻擊，例如：仔細觀察球的動向，一發現空隙就快跑通過；先閃過球再繼續跑等。</p> <p>(四)應用討論的結果再次進行活動。</p> <p>(五)重點歸納：觀察球的動向，探索閃躲的方式。</p>	25'	<p>作。</p> <p>評量原則：能正確做出單手肩上傳球與閃躲的動作。</p> <p>2. 發表：分享在活動中觀察到的閃躲方法。</p> <p>評量原則：能完整表達躲開神祕空間中攻擊的方法。</p>
<p>參考資料： 康軒版三下健康與體育教師手冊</p>		