

彰化縣福興鄉大興國民小學



110 學年度第一學期 三年級 健康與體育教案設計

領域科目	健體		設計者	許正源	
單元名稱	拋接真有趣		共備教師	黃景治	
教學年級	三上		授課日期	110.12.24	
教學節數	一節		授課地點	籃球場	
設計理念	體育活動中以團隊遊戲的方式，練習基本的拋接球動作，並在學習中樂於與人互動，並與團隊成員分享、討論、合作，促進身心健康。				
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。			
	學習內容	Ha-II-1 網/牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。			
表現任務 (學習評量)	1.能理解教材示範中的拋接球等相關動作內容。 2.能知道於活動中如何和他人完成相關動作。 3.能和同學互相合作一起完成指定的動作。 4.能理解動作內容，並學習相關拋接動作。 5.能於拋接活動中，和他人合作展現拋接動作。 6.能於拋接活動後，和他人討論，並修正拋接動作。				
結合議題	• 品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。				
教學資源	哨子、球、圓錐、線或橡皮筋繩、粉筆、平坦安全的場地、簡易隔網設備、活力存摺。				
教學活動			時間	教學資源	
<b>【活動：拋接競賽】</b> (一) 熱身活動 1. 教師指導學童整隊，帶操熱身。 2. 教師指導學生跑步熱身。 3. 教師準備適當器材，並且數量足夠讓學童操作。			5分	能認真參與活動並實作表現	

<p>(二)發展活動：練習在不同距離將球往上拋過網，完成拋接。</p> <p>1. 隔網拋接</p> <p>(1)兩人一組，距離約3公尺，站在網子的兩邊互相拋接球。</p> <p>(2)統計1分鐘內可以完成幾次拋接活動，越多次越佳。</p> <p>(3)教師視狀況調整拋接完成時間，統計各組學童完成次數，對於完成次數佳者，讓其示範給同學觀摩。</p> <p>(4)教師提醒學童觀察後，並發表心得。</p> <p>(5)討論後，讓學童依觀察後的心得，修正動作後再次練習，將完成次數統計，看看是否有進步。</p> <p>2. 6人你拋我接</p> <p>(1)六人一組，兩兩站在網子的兩邊互相拋接，球落在對方場地裡得分；球若出界，則由對方得分。</p> <p>(2)球若在自己的場地範圍內落地，則失分（被對方得分），由得分方重新開始發球拋接。</p> <p>(3)只能將球由下往上拋出，不可直接扣球或跳殺；接球者要快速移位並努力接球。</p> <p>3. 多人你拋我接</p> <p>(1)多人一組，動作方法同6人。</p> <p>(2)一段時間後統計各組分數，教師給予表現較佳的隊伍鼓勵，並請他們做示範，讓學童觀察。</p> <p>(3)教師和學童研討後，讓學童再次練習，修正動作。</p> <p>4. 攻守一級棒</p> <p>(1)教師讓學童透過討論，引導學童找出解決問題的技巧，並再次進行活動練習。</p> <p>(2)活動中，教師請學童專心觀察場上的情形，隨機應變。</p>	<p>10分</p> <p>10分</p> <p>10分</p>	<p>能認真參與活動並實作表現</p> <p>能認真參與活動並實作表現</p> <p>能認真參與活動並實作表現</p>
<p>(三)完成活力存摺：教師引導學童回顧本單元的課程學習，協助學童進行課本的自我檢測，可以做到的打✓，未做到再練習。</p> <p>(四)總結活動</p> <p>1. 對於表現優秀及有進步的組別，教師予以表揚，請他們示範並說出心得。</p> <p>2. 鼓勵學童嘗試和同學互相合作，利用課間多加練習。</p> <p style="text-align: center;">～第六節結束/共6節～</p>	<p>5分</p>	<p>能夠自我檢測</p>