

彰化縣文昌國小110學年度公開授課教案

一、課程設計原則與教學理念說明

- (一) 躲避球是國小階段學生最常見的球類運動，也是讓部分學生視為畏途的運動。
- (二) 透過躲避球教學，強化學生擲、接、傳、閃躲等運動能力，讓學生可以更享受躲避球運動的樂趣。

二、教學活動設計

(一) 單元

領域科目	健康與體育		教學者	卓明仙
單元名稱	單元七 一起來 PLAY 活動四 你丟我閃	總節數	共 4 節，160 分鐘	
教材來源	翰林三下健康與體育課本			
學習階段	第二學期	實施年級	3 年級	
學生學習經驗分析	1. 學生已學會樂樂棒球傳接 2. 部分學生可以玩			
設計依據				
學科價值定位	躲避球遊戲蘊含擲 接 傳 閃躲等運動能力，比賽必須同心協力合作才能贏得比賽，透過遊戲更能培養學生合作的群性。			
總綱核心素養	健體-E-A2 健體-E-C1			
領域核心素養	健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。			
課程學習重點	學習表現	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。		
	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。		
課程目標	1. 能正確做出擲、接球及閃躲動作。 2. 能與同學合作練習及遊戲。 3. 能利用課餘時間，進行躲避球練習或遊戲。			
與他領域／科目連結				
教學設備／資源	躲避球			
參考資料	翰林教用版電子教科書			
教學活動規劃說明				
學習表現	能與同學合作練習及遊戲			
學習內容	能正確做出擲、接球及閃躲動作			
學習目標	能利用課餘時間，進行躲避球練習或遊戲。			
教學活動內容及實施方式			時間	學習檢核／備註
第一節課 熱身活動			5 分	實作：能正確做出擲、接球

<ul style="list-style-type: none"> ● 教師帶領學生進行熱身，加強手臂和膝關節伸展。 		及閃躲動作。
<p>擲、接球動作練習</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 教師示範擲、接球動作，並說明要領。 ● 學生兩人一組練習，教師居間巡視指導。 ● 熟練後，逐步加入高手傳接、彈地傳接。 	10分	觀察：能享受、合作，和同學進行練習與遊戲。
<p>傳接練習</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 2-3人一組，進行胸前傳接、高手傳接、彈地傳接等複合練習。 ● 熟練後，鼓勵學生加大距離練習。 	5分	分享：利用課餘時間進行相關練習或遊戲，並完成運動記錄。
<p>進行「搶寶物」遊戲</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 遊戲規則： <ol style="list-style-type: none"> 1. 三人圍成三角形，距離2.5公尺，腳下各放三角錐，中間站一人。 2. 三人可任意傳接球，中間的人只能搶持球者的三角錐。 3. 球還沒離手時三角錐被搶走，或沒接住球，都算寶物被搶。此時內外交換，繼續遊戲。 ● 提問思考： <ol style="list-style-type: none"> 1. 怎樣才能搶到寶物？（判斷球路、假動作等） 2. 怎樣不讓寶物被搶走？（導傳快速、傳球位置佳、接球穩等） ● 再玩一次，檢驗學生進步情形。 	15分	
<p>綜合活動</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 教師綜合結論，並進行緩和運動。 	5分	
<p>第二節課</p>		
<p>熱身活動</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 教師帶領學生進行熱身，加強手臂和膝關節伸展。 	5分	
<p>複習三角傳接</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 2-3人一組，進行胸前傳接、高手傳接、彈地傳接等複合練習。 	5分	
<p>進行傳球接力賽</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 遊戲規則： <ol style="list-style-type: none"> 1. 全班分成兩隊，各隊在三角形後方平均縱隊排列。 2. 各隊進行三角傳接球，傳球後至隊伍後方，下一位準備接球。 3. 球沒接住，需由接球者撿回，再繼續傳球。 4. 先輪完的隊伍獲勝。 	10分	
<p>擲牆接球練習</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 教師示範並說明要領：用力擲牆→判斷球路，移位接球→繼續擲球。 ● 熟練後，加大距離練習。 	5分	
<p>進行「擲牆接力」遊戲</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 遊戲規則： <ol style="list-style-type: none"> 1. 全班分兩隊。 2. 由排頭開始，擲牆接球後，傳球給下一位（擲傳或交傳先不強調，留予學生討論伏筆），下一位接球後，才能跑到線前擲球。 3. 先全部輪完的隊伍獲勝。 ● 提問思考：怎樣能快速輪完？ 	10分	

<p>1. 力道強。</p> <p>2. 擲牆勿過高或過低。</p> <p>3. 换位直接擲傳。</p> <p>● 變化玩法：在牆上畫一圓圈，擊中圓圈才能傳給下一位。</p>		
<p>綜合活動</p>		
<p>● 教師綜合結論，並進行緩和運動。</p>		
<p>第三節課</p>	5 分	
<p>熱身活動</p>		
<p>● 教師帶領學生進行熱身，加強手臂和膝關節伸展。</p>		
<p>轉身動作練習</p>	5 分	
<p>● 教師示範並說明：閃躲動作是躲避球遊戲重要的技巧，學習後可以讓身體更加敏捷、靈巧。首先，不論球在哪個方向，我們要迅速轉身面對來球。</p>	10 分	
<p>● 學生五人一組練習，四人在外傳接，中間一人隨時轉身面對球。</p>		
<p>● 強調導傳要快、無方向性，1 分鐘後交換練習。</p>		
<p>轉身練習遊戲</p>		
<p>● 遊戲規則：</p>		
<p>1. 五人一組，四人在方陣（約8 公尺）外擲球，一人在方陣內閃躲。</p>	12 分	
<p>2. 四人可擲球或傳球，方陣內球員只能閃躲，不能接球。</p>		
<p>3. 若被擲中，則和擲中球員互換；若2 分鐘內未被擊中，則閃躲球員得1 分，並換人擔任閃躲員。</p>		
<p>4. 不可故意攻擊頭部，教師需嚴格規定。</p>		
<p>閃躲動作練習</p>		
<p>● 教師示範各式閃躲動作及運用時機：側身閃躲、蹲低閃躲、跳躍閃躲。</p>	8 分	
<p>● 教師喊指令，全班依指令動作做出閃躲。</p>		
<p>● 三人一組，兩人任意高、中、低球擲接，一人在中間只閃躲不接球。</p>		
<p>● 2 分鐘後交換練習。</p>		
<p>綜合活動</p>		
<p>● 教師綜合結論，並進行緩和運動。</p>		
<p>第四節課</p>		
<p>熱身活動</p>	5 分	
<p>● 教師帶領學生進行熱身，加強手臂和膝關節伸展。</p>		
<p>進行樂趣躲避球賽</p>		
<p>● 教師提問：</p>	5 分	
<p>1. 擲傳；</p>		
<p>2. 接球；</p>	20 分	
<p>3. 閃躲要領及注意事項。</p>		
<p>● 遊戲規則：</p>		
<p>1. 全班分成獵人和羚羊兩組，獵人在外場進攻，羚羊在內場閃躲或接球。</p>		
<p>2. 得分：1 羚羊被擊中或沒接住球，則獵人得1 分。2 球未落地前被</p>		

<p>羚羊接住，則獵人扣1分，以上都要重新發球。</p> <p>3. 扣分：獵人不可故意攻擊頭部，否則扣2分。</p> <p>4. 羚羊被擊中或沒接住球，仍可繼續留在場內。</p> <p>5. 過5分鐘後角色互換，最後計算兩隊得分，分數高的隊伍獲勝。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 賽後提問及思考： <ul style="list-style-type: none"> 1. 羚羊在場內怎麼分布，較不容易被擊中？ 2. 獵人有哪些進攻手段？一定要直接攻擊嗎？ ● 教師引導學生反思：是否有做到擲傳、接球、閃躲等動作要領。 ● 再比一次，驗證討論成果。 <p>課後練習指導</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 教師鼓勵學生利用課後進行躲避球遊戲或練習。 ● 教師強調應彈性運用身邊場地、器材等資源，和同學或家人一起運動。 ● 躲避球可以一至三人或多人玩，規則可以自訂，但需注意安全。 <p>綜合活動</p> <p>教師綜合結論，並進行緩和運動。</p>	10分	
	5分	

110 學年度彰化縣文昌國小
表 1、教學觀察（公開授課）－觀察前會談紀錄表

授課教師：卓明仙____ 任教年級： 三 任教領域/科目： 健體
回饋人員： 陳佩妤 任教年級： 三 任教領域/科目： 國數社
備課社群： _____ 教學單元： 單元七 一起來 PLAY
觀察前會談(備課)日期： 111 年 5 月 19 日 地點： 輔導室
預定入班教學觀察(公開授課)日期： 111 年 5 月 20 日 地點： 躲避球場

一、學習目標(含核心素養、學習表現與學習內容)：

健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。

1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。

3d-II-1 運用動作技能的練習策略。

4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。

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。

二、學生經驗(含學生先備知識、起點行為、學生特性...等)：

(一)部分學生具備傳接球經驗

(二)部分學生無法以正確姿勢進行高手傳球及接球動作

(三)大部分學生沒有具備躲避球比賽規則知識

三、教師教學預定流程與策略：

(一)進行熱身活動約5分鐘

(二)複習舊活動約5分鐘

(三)新活動教學約15分鐘

(四)團體遊戲約10分鐘

(五)分享講解回饋約5分鐘

四、學生學習策略或方法：

(一)分組練習、精熟傳接球及躲避動作

(二)分組競賽，活用躲避球基本動作及要求

五、教學評量方式（請呼應學習目標，說明使用的評量方式）：

(一)實作：能正確做出擲、接球及閃躲動作。

(二)觀察：能享受、合作，和同學進行練習與遊戲。

(三)分享：利用課餘時間進行相關練習或遊戲，並完成運動記錄。

六、觀察工具(可複選)：

表 2-1、觀察紀錄表

表 2-2、軼事紀錄表

表 2-3、語言流動量化分析表

表 2-4、在工作中量化分析表

表 2-5、教師移動量化分析表

表 2-6、佛蘭德斯（Flanders）互動分析法量化分析表

其他：_____

七、回饋會談日期與地點：（建議於教學觀察後三天內完成會談為佳）

日期：_111_年_5_月_20_日

地點：_輔導室_____

110 學年度彰化縣文昌國小
表 2、觀察紀錄表

授課教師：卓明仙 任教年級：三 任教領域/科目：健體
 回饋人員：陳佩妤 任教年級：三 任教領域/科目：國數社
 教學單元：單元七 一起來 PLAY_
 教學節次：共 4 節，本次教學為第 2 節
 觀察日期：111 年 5 月 20 日

層面	指標與檢核重點	事實摘要敘述 (含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形)
A 課程 設計 與 教學	A-2 掌握教材內容，實施教學活動，促進學生學習。	
	A-2-1 有效連結學生的新舊知能或生活經驗，引發與維持學生學習動機。	1. 課前詳細熱身
	A-2-2 清晰呈現教材內容，協助學生習得重要概念、原則或技能。	2. 教學動作講解仔細，學生都能聽懂
	A-2-3 提供適當的練習或活動，以理解或熟練學習內容。	3. 分組練習，教師看每一組練習，並糾正錯誤動作，指導動作正確
	A-2-4 完成每個學習活動後，適時歸納或總結學習重點。	4. 個別練習，指導
	A-3 運用適切教學策略與溝通技巧，幫助學生學習。	
	A-3-1 運用適切的教學方法，引導學生思考、討論或實作。	1. 教師親自示範，並講解技巧
A-3-2 教學活動中融入學習策略的指導。	2. 漸次加深難度	
A-3-3 運用口語、非口語、教室走動等溝通技巧，幫助學生學習。	3. 使用不同場地，精熟學生動作 4. 留心學生本身體能差異，給予適當指導方式。	

110 學年度彰化縣文昌國小
表 2、觀察紀錄表

授課教師：卓明仙 任教年級：三 任教領域/科目：健體
 回饋人員：陳佩妤 任教年級：三 任教領域/科目：國數社
 教學單元：單元七 一起來 PLAY_
 教學節次：共 4 節，本次教學為第 2 節
 觀察日期：111 年 5 月 20 日

層面	指標與檢核重點	事實摘要敘述 (含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形)
A 課程 設計 與 教學	A-2 掌握教材內容，實施教學活動，促進學生學習。	
	A-2-1 有效連結學生的新舊知能或生活經驗，引發與維持學生學習動機。	1. 課前詳細熱身
	A-2-2 清晰呈現教材內容，協助學生習得重要概念、原則或技能。	2. 教學動作講解仔細，學生都能聽懂
	A-2-3 提供適當的練習或活動，以理解或熟練學習內容。	3. 分組練習，教師看每一組練習，並糾正錯誤動作，指導動作正確
	A-2-4 完成每個學習活動後，適時歸納或總結學習重點。	4. 個別練習，指導
	A-3 運用適切教學策略與溝通技巧，幫助學生學習。	
	A-3-1 運用適切的教學方法，引導學生思考、討論或實作。	1. 教師親自示範，並講解技巧
A-3-2 教學活動中融入學習策略的指導。	2. 漸次加深難度	
A-3-3 運用口語、非口語、教室走動等溝通技巧，幫助學生學習。	3. 使用不同場地，精熟學生動作 4. 留心學生本身體能差異，給予適當指導方式。	

110 學年度彰化縣文昌國小

表 3、教學觀察（公開授課）－觀察後回饋會談紀錄表

授課教師：卓明仙	任教年級：三	任教領域/科目：健體
回饋人員：陳佩妤	任教年級：三	任教領域/科目：國數社
教學單元：單元七 一起來 PLAY_		
教學節次：共 4 節，本次教學為第 2 節		
回饋會談日期：111 年 5 月 20 日 地點：輔導室		

請依據觀察工具之紀錄分析內容，與授課教師討論後填寫：

一、教與學之優點及特色：

- (一)教學動作要領講解，仔細易懂，練習動作由簡而繁。
- (二)學生資質不同，能因材施教給予不同難度的練習。

二、教與學待調整或改變之處：

- (一)多一點學生個別示範及操作，可即時發現更正或加強學生不足之動作。
- (二)分組遊戲的時間可以增加，以提升學生學習興趣及樂趣。

三、回饋人員的學習與收穫：

- (一)球類教學要漸次加深難度以提升教學效果。
- (二)體育教學要特別注意學生體能狀況，切勿一致要求學生達到一定的標準。

四、教學省思：

(一)躲避球是大部分學生最愛卻也是部分學生最害怕的球類運動，因此加強學生的躲避球運動級比賽的能力，才能使學生享受比賽樂趣。

(二)針對能力較弱的學生，可以調整練習的難度，比賽時也可以全班討論，因人制定特殊規則，讓每個人都能樂在運動。

五、教學照片：(請放 4-6 張備觀議課的照片)



