

# 彰化市東芳國民小學 110 學年下學期教師公開授課

## 健體領域體育科素養導向教案設計

單元名稱		第五單元 第 2 課 你丟我接一起跑	總節數	共 1 節，40 分鐘
設計依據				
學習重點	學習表現	1c-I-2 認識基本的運動常識。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 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。	領域核心素養	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	Hd-I-1 守備/跑分性球類運動相關的簡易拋、接、擲、傳之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。		
核心素養呼應說明				
議題融入	實質內涵	【人權教育】 人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。		
	所融入之學習重點	學習進行守備/跑分性球類運動時，依個人能力不同充分合作。		
與其他領域/科目的連結				
摘要				
學習目標		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在簡易運動場地練習跑壘。</li> <li>2. 在簡易運動場地進行傳接。</li> <li>3. 在簡易運動場地進行跑壘和傳接的綜合型遊戲。</li> <li>4. 學習進行守備/跑分性球類運動時，依個人能力不同充分合作。</li> </ol>		
教材來源		康軒健康與體育領域第四冊(2下)單元五		
教學設備/資源		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師準備安全角錐 24 個。</li> <li>2. 課前確認教學活動空間並提前布置，例如：室外平坦的地面。</li> <li>3. 教師準備安全角錐 24 個、充氣排球數顆。</li> </ol>		
教學活動內容及實施方式			時間	教學評量/備註
<b>《活動1》跑框熱身</b> (一)教師布置三壘框場地，以4個角錐作為一個壘框的標示，12個角錐設置三個壘框。 (二)教師說明活動規則： <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 跑壘框者依逆時針方向跑。</li> <li>2. 經過壘框時，需跑入壘框後再轉彎，以建立跑壘的好習慣，增加往後活動之安全性。</li> </ol>			15'	➤ 操作：進行繞框跑步的練習。 ➤ 評量原則：能與同學合作，完成繞框跑步接力。

<p>3. 跑三圈後，在三個壘框中間空地進行動態伸展，調整呼吸。</p> <p>(三)教師提醒學生：跑步時勿一心求快，應以安全且動作確實為主要目標。跑框時，雙眼要注視目標方向和壘框位置，過壘框時要確實的穿過壘框中間。</p> <p>(四)重點歸納：透過跑步熱身，熟悉守備跑分球類運動的活動場地。</p> <p><b>《活動2》跑框接力</b></p> <p>(一)教師布置兩組三壘框場地，並將全班分為3人一小組，活動每3小組使用一個場地，兩組場地同時進行活動。</p> <p>(二)進行「跑框接力」，教師說明活動規則：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 一組三壘框場地3小組進行，各小組在不同壘框邊排隊，每小組第一棒站在各壘框中。</li> <li>2. 在第一壘框的人起跑，跑至下一個壘框，與下一人拍掌接力。</li> <li>3. 跑完的人到隊伍的最後方蹲下。</li> <li>4. 9人都跑完一次即結束。</li> </ol> <p>(三)教師可依學生學習狀況調整難度，亦可改為一人跑三壘框。</p> <p>(四)透過跑壘框接力，熟悉守備跑分性球類運動的跑壘方式。</p>	<p>25'</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 在操場地進行傳接。</li> <li>➤ 在操場地進行跑壘和傳接的綜合型遊戲。</li> </ul>
<p><b>教學提醒</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 布置活動場地時，讓學生有適當的活動空間，每個壘框建議為邊長 1 公尺的矩形，壘框與壘框間距離 10~15 公尺。</li> <li>2. 留意學生的活動情形。例如：多留意學生的體能狀況，以便在日後課程給予更多訓練與幫助。</li> <li>3. 注意學生在活動中是否遵守遊戲規則，讓學生了解運動安全和運動家精神的重要。</li> <li>4. 可按人數或場地彈性調整。</li> <li>5. 場地設計及活動進行方式是未來正式樂樂棒球的前導活動。適時提醒學生跑壘方向，傳接球時要和同學相互合作，讓傳接更順利。</li> <li>6. 進行「跑傳接力誰最快」時，為了顧及活動安全性，跑步組與傳接組宜分流進行，三個壘的位置再細分為內壘框與外壘框，內壘框為傳接組使用（傳接框），外壘框為跑步組使用（跑步框）。</li> </ol>	
<p><b>網站資源</b></p>	<p>體育課程與教學資源網 <a href="http://sportsbox.sa.gov.tw">http://sportsbox.sa.gov.tw</a></p>	
<p><b>關鍵字</b></p>	<p>傳接球、跑框、傳球接力</p>	