

彰化縣文昌國小111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
實施年級	四		總節數	共 3 節，120 分鐘
單元名稱	單元七 球兒好好玩 活動四 躲避球大戰			
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-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	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，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			
	所融入之學習重點			
與其他領域/科目的連結				
教材來源		翰林四下健康與體育課本		
教學設備/資源		教用版電子教科書		
學習目標				
● 能學會快速傳接球動作技巧。 ● 能做出快速轉身後退動作。 ● 比賽過程能遵守規範。				
教學活動設計				
教學活動內容及實施方式				時間 備註

熱身活動 (5 分鐘) ● 教師帶領學生進行伸展熱身。 快速傳接動作 (10 分鐘) ● 教師說明：在躲避球比賽中，快速傳接球能讓對手來不及做好接球、閃躲等準備動作，而更容易擊中對手。 ● 教師示範並說明快速傳接球動作要領後，兩人一組練習。 ● 熟練後拉大距離，看看可以連續快速傳接幾次？ ● 快速傳接進階動作：身體側轉身接球，迅速向前擲出。兩人一組練習。 進行「快速傳球賽」遊戲 (10 分鐘) ● 遊戲規則： 1 全班分成兩隊，各隊排成兩橫列，距離約5 公尺面對面站立，隊員間距兩大步。 2. 排頭開始，依序快速傳球給對面隊友，全部輪完後，再由排尾依序傳回。 3 先傳回排頭的隊伍獲勝。 ● 引導學生思考：臂力不夠，是否傳彈地球？接球者的能力適合空中或彈地接球？ ● 遊戲目的在進一步熟練快速傳接動作。 進行「四角傳接」遊戲 (10 分鐘) ● 教師說明遊戲規則後，進行比賽。 ● 學生分組討論下列問題後，再比一次。	5 分鐘 10 分鐘 10 分鐘 10 分鐘 10 分鐘 5 分鐘 5 分鐘 5 分鐘	●實作：能做出快速傳接球動作要領。 ●實作：能熟練快速轉身後退動作。 ●觀察：能遵守比賽規範，服從判決並鼓勵同學。
---	---	---

1 四位男女組員要怎麼分配位置比較有利？ 2 組員中誰要空中傳接？誰要彈地傳接呢？ 綜合活動（5 分鐘） ● 教師帶領學生進行緩和運動。 熱身活動（5 分鐘） ● 教師帶領學生進行伸展熱身。 來回擊牆快傳擊牆練習（5 分鐘） ● 教師說明並示範動作：擲牆命中目標後，接彈地球再擲。 ● 目標：能快速擲、接球，並準確命中目標。 （看看1 分鐘能命中幾球？） 進行「限時快遞」遊戲（10 分鐘） ● 教師說明遊戲規則後，進行比賽。 ● 學生分組討論下列問題後，再比一次。 1 輪流愈多次，得分的機會愈多，可以怎麼做呢？ 2 擲出的球由誰來撿？怎麼分配工作？ 快速轉身後退練習（5 分鐘） ● 複習閃躲動作：面對高、中、低來球時的閃躲技巧。 ● 教師說明：閃躲過後，我們要快速轉身並後退，面對球的方向，才能有充分準備面對攻擊。 ● 三人一組，兩人高傳球，一人在內場練習轉身。	鐘 10 分鐘 5 分鐘 10 分鐘 5 分鐘 5 分鐘 20 分鐘	●實作： 能做出快速傳接球動作要領。 ●實作： 能熟練快速轉身後退動作。 ●觀察： 能遵守比賽規範，服從判決並鼓勵同學。
--	---	--

進行「躲避球小組賽」(10 分鐘) ● 教師說明遊戲規則後，進行比賽。 ● 此為半場式的攻防賽，教師可適時引導學生討論攻守戰術。 綜合活動 (5 分鐘) ● 教師引導學生發表小組賽的攻防心得。 ● 帶領學生進行緩和運動。 熱身活動 (5 分鐘) ● 教師帶領學生進行伸展熱身。 正式躲避球比賽規則說明 (5 分鐘) ● 教師說明規則：利用課本的簡易規則，搭配現場場地。 ● 可安排部分學生在場上示範，進行情境教學。 進行正式躲避球比賽 (20 分鐘) ● 適當分組後，進行比賽。 ● 賽後討論： 1 請教老師：比賽過程有疑問的地方，例如：出界、犯規的判定等。 - 可以怎麼改進？ 2 同學討論：進攻和防守有什麼要改進的地方？怎麼分工？ ● 再比一次，驗證討論心得。 「遵守比賽規範」自評 (5 分鐘) ● 教師說明：每個人遵守規則，比賽才能進行；	5 分 鐘 5 分 鐘	
---	-----------------------------------	--

大家團結合作，才能享受運動樂趣。 ● 引導學生自我檢討、評量下列表現： 1 我能服從規定和判決。 2 我能鼓勵同學，不責怪他人。 綜合活動（5 分鐘） ● 教師帶領學生進行緩和運動。		
試教成果：（非必要項目） <u>試教成果不是必要的項目，可視需要再列出。可包括學習歷程案例、教師教學心得、觀課者心得、學習者心得等。</u>		
參考資料：（若有請列出）		
附錄： <u>列出與此示案有關之補充說明。</u>		