

國小健體領域第七冊(四上)單元四 球類遊戲王

單元名稱		第 1 課 足球玩家	總節數	共 6 節，240 分鐘
設計依據				
學習重點	學習表現	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 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。	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	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。		
核心素養呼應說明				
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				
摘要				
學習目標		1. 認識盤球、踢球、停球的動作要領。 2. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 3. 表現盤球、踢球、停球、追逐球的動作技能。 4. 運用合作與競爭策略完成足球活動。 5. 課後持續練習，增進盤球、踢球、停球的熟練度。		
教材來源		康軒健康與體育領域第七冊(4上)單元四		
教學設備/資源		1. 教師準備數個圓盤，並依據班級人數準備每人 1 顆足球。 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。 3. 教師準備第 180 頁「盤球闖三關」學習單。 4. 教師準備數個圓盤、3 個小呼拉圈、1 個大呼拉圈，並依據班級人數準備每人 1 顆足球。		
教學活動內容及實施方式			時間	教學評量/備註
《活動 1》盤球基本功 (一)教師說明：用腳帶球移動的動作稱為「盤球」，盤			20'	1. 操作：做出各種盤球方式。

球的方式有許多種。 (二)教師說明並示範「盤球基本功」的動作要領：膝蓋微彎，用腳輕輕觸球向前。盤球方式如下： 1. 足內側交替觸球前進。 2. 足外側交替觸球前進。 3. 拉球側移：右足底觸球，將球輕輕向左滑動，接著右足底停球，以此類推，左足反之。 4. 足內側、足外側交替觸球前進：左足外側觸球向前→左足內側觸球向前→右足外側觸球向前→右足內側觸球向前。 (三)教師將全班分為3組，每組前方10公尺處放置圓盤，學生聽教師指定的盤球方式盤球前進至圓盤，練習盤球基本功的動作。 (四)重點歸納：學習各種盤球方式。 《活動2》盤球闖三關 (一)教師布置8組「盤球闖三關」活動場地，每組設置3個關卡，關卡一、二各擺放1個圓盤，關卡三擺放2個圓盤，圓盤間距5公尺。 (二)教師說明「盤球闖三關」活動規則： 1. 3人一組，每人選一種「盤球基本功」完成關卡（盤球方式不重複）。 (1)關卡①「折返盤球」：盤球前進5公尺，繞過圓盤後，盤球回出發處。 (2)關卡②「繞圓盤球」：以圓盤為中心，盤球繞圓。 (3)關卡③「繞8盤球」：在2個圓盤間盤球繞8前進。 2. 最快完成的組別獲勝。 (三)活動結束後，教師帶領學生討論：盤球時可以怎麼做，來改變球的方向？例如：如果想讓球向右移動，可以輕踢球的左側。 (四)運用討論的結果再次進行活動。 (五)教師請學生課後與同學練習盤球動作，完成「盤球闖三關」學習單。 (六)重點歸納：練習盤球改變球的方向。	20'	評量原則：能做出各種盤球方式，至少三種。 2. 發表：分享盤球改變球向的方法。 評量原則：能清楚表達盤球改變球向的方法，並認真聆聽他人分享。 3. 實作：完成「盤球闖三關」學習單。 評量原則：能於課後與同學練習盤球，完成學習單。
---	------------	---