

領域/科目		健體	設計者	周琳皓
實施年級		四	總節數	共 1 節，40 分鐘
單元名稱		熱血躲避球		
設計依據				
學習重點	學習表現	3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。 3-2-4 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。	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。 健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。
	學習內容	3-2-3 了解運動規則，參與比賽。		
學習目標		一、能完成教師示範動作。 二、能藉由活動培養基礎躲避球傳接動作。 三、能完成躲避球遊戲的相關動作。 四、能和其他人一同進行活動並遵守遊戲規則。		
教材來源		南一版國小健康與體育 4 上		
教學設備/資源		躲避球、球場、牆壁		
教學活動內容及實施方式			時間	教學評量/備註
一、 準備活動 1. 全班集體慢跑操場一圈。 2. 再做簡單的暖身運動，讓身體四肢活動起來。			5 分	
二、 發展活動 活動一、擊地傳接 1. 兩人一組，距離約5公尺，控制讓球落第一次彈跳後接起，盡量練習到剛好彈跳後靠近接球者的胸前。 2. 教師視學童動作練習情形，可將距離拉遠。			5 分	能平穩地完成擊地傳接動作
活動二、擊強高手 1. 教師將學童分成四組，對著牆壁擲球，遵循側身、抬手、跨步、擲球步驟，擲向牆壁。 2. 距離約5公尺對著牆壁丟擲，丟擲完後做出接球動作，將反彈的球落地彈跳後接住。 3. 接球後傳給下一位同學進行練習。			10 分	能平穩擲中牆壁，並接起回彈球

4. 教師視學童個別練習情形，可將距離拉遠或拉近。 活動三、直線閃躲遊戲 教師說明規則 1. 將學生分組為內外場，外場球員持球進攻，內場球員於活動場地內進行閃躲，但可接球，場內球員如被擊中則為出局，須至場外休息。 2. 場內球員如直接接住場外球員的攻擊球，則可挽救一名出局隊友進場。 3. 5分鐘後統計場內人數，再進行場內外球員交換場地比賽。 4. 比賽時間5分鐘，統計最後留在場內人數最多者獲勝。 三、 總結活動 1. 教師進行遊戲過程檢討，講解學生遊戲過程可再改善的地方，以增加下次遊戲的趣味性。 2. 獎勵表現優異的學童。	15 分 5 分	能知道直線閃躲的規則 能改善動作的缺失，讓遊戲更順利
--	------------------------	--