

彰化縣螺青國小公開授課實施教案

學習領域	健康與體育-體育
單元名稱	和球作朋友
上課時間	112 年 3 月 9 日 10：30～11：10
上課班級	一年甲班
教學流程	1. 班級集合進行暖身操，慢跑操場一圈 2. 使用 3 號軟式躲避球，班級分成四組 輪流練習以下動作： a. 持球在身體腰部旋轉 10 圈 b. 持球繞過跨下來回 10 次 c. 雙腿夾球前後跳 10 次 d. 雙腿夾球左右跳 10 次 3. 學生兩人一組，正面傳球及背對傳球 練習（乙滾球方式進行） 4. 班級重新分組，分兩組進行對抗競 賽，學生依序用雙腿夾球往前跳，繞 過角錐後返回交給下一位，先完成的 組別獲勝。