健體領域四下主題參單元十二教案

領域/科目	健康與體育	設計者	
實施年級	六上	教學時間	240分鐘
主題名稱	球類遊戲王		
單元名稱	一、快打旋風		
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。 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。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。	總綱與領綱之核心素養
	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。	
融入議題與其實質涵	<ul style="list-style-type: none"> • 人權教育 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 • 品德教育 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 • 安全教育 安 E7 探究運動基本的保健。 		
與其他領域/科目的連結	無		
教材來源	• 南一版健康與體育四下主題參單元十二		
教學設備/資源	籃球、平坦安全的場地、哨子、小圓錐數個、籃球場。		

學習目標

1. 讓學童了解參與社區活動的重要性，並認識社區活動，再藉由分享參與的經驗引起興趣，並知道可以如何得到社區活動的訊息。
2. 主動參與社區活動，並能邀請親朋好友參加社區運動會。
3. 能認同團體規範，不造成別人困擾也能協助需要幫助的人，一起快樂的練習。
4. 能樂意參與社區運動會。
5. 能欣賞不同團隊的表現。
6. 能感受社區意識和向心力。
7. 能遵守比賽的規則。
8. 能認同團體的目標，建立對團體的歸屬感。
9. 能體會目標達成的感受，養成互助合作的精神。

教學活動設計

教學活動內容及實施方式	時間	評量方式
<p>【活動 1：玩球高手】</p> <p>(一)持球繞身：教師示範動作後，讓學童練習繞球的動作。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 繞腰：利用雙手，將球在腰際繞圈。 2. 抬腳繞腿：單腳抬起，利用雙手將球繞過腿部。 3. 蹲姿繞圈：在地上成蹲姿，雙腳不轉動，利用左右手交換繞球，對著身體繞圈圈。 4. 繞腳 8 字形：利用雙手互換，球不落地的將球於兩腿之間成 8 字形繞圈。 5. 學童動作告一段落後，獎勵動作表現優異的學童，並請學童發表感言。 <p>(二)精采運球：教師示範動作後，讓學童練習運球的動作。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 高低運球：控制運球的力道、速度，保持一定的節奏，將球維持在不同的高度運行；高運球維持運球至胸前的高度，中運球維持運球到至腰前的高度，低運球維持運球至膝前的高度。 2. 左右手互換運球：身體前傾，雙腳張開，膝蓋微蹲保持靈活，左右手互換拍打運球，保持一定的節奏，將球的落地點維持在前方兩腿之間，保持球的運行。 <p>(三)告一段落後，獎勵表現優異的學童，並請學童發表感言。</p> <p>(四)評量項目</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能平穩的完成繞球及運球等動作。 2. 能發表完成動作的感受及大概的動作要點。 <p>◎行進間變化運球</p> <p>(一)教師示範動作後，讓學童練習行進運球動作，在不同的區域內部變換不同的運球方式，將球運到終點的圓錐處才算完成。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 前進運球：聽到教師哨音口令，運球前進。 2. 側併步運球：聽到教師哨音口令，變換前進運球的動作為側邊運球前進，以雙腳併步動作運球前行。 3. 後退運球：聽到教師哨音口令，變換側併步運球為後退運球，頭部轉向斜看後退的路線，運球往後退，注意身體的平衡。 	120	能實作表現
	40	

<p>(二)教師請學童想想看，還有哪些不同的運球行進方式，和同學交流並練習看看。</p> <p>◎天旋地轉闖通關</p> <p>(一)教師示範動作後，讓學童練習運球的動作。</p> <p>(二)活動規則</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.分成兩組一同進行運球闖關，聽到教師哨音指令後，運球前進。 2.運球前進時，必須找三個圓錐完成運球各繞一圈的動作後，才可繼續往前運至中繼線；經過中繼線後，由左右兩側直線運球回到起點，給下一位隊友。 3.若球脫離掌控，則必須再從上一個動作、地點重新開始。 <p>(三)告一段落後，獎勵動作表現優異的學童，並請學童發表感言。</p> <p>(四)評量項目</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.能平穩的完成運球闖關動作。 2.能發表完成動作的感受及大概的動作要點。 <p style="text-align: center;">～第一至三節結束/共 6 節～</p>		能實作表現
<p>【活動 2：傳球練習】</p> <p>(一)接球動作要領</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.眼睛注視來球，雙腳移動取出適當位置。 2.雙手臂放鬆，雙手於胸前張開成漏斗狀。 3.手接觸到球時，順勢縮回胸前。 <p>(二)基本傳球動作</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.胸前傳接：球放置胸前，一腳往前踏出，雙手利用手臂、手腕的力量，用力往前推出。 2.地板傳接 <ol style="list-style-type: none"> (1)一腳往前踏出時，重心放低，雙手向斜下方約四十五度，將球用力推出。 (2)球的落點約落在傳球者和接球者的三分之二的距離（離傳球者），以方便接球者接球。 3.過頂傳接：將球舉於頭部後上方，用手腕和手臂的力量，將球往前拋高給對方。 <p>(三)評量項目</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.能平穩的完成胸前傳接、地板傳接、過頂傳接等動作練習。 2.能發表完成動作的感受及動作要點。 3.能和他人一同合作進行活動。 <p style="text-align: center;">～第四節結束/共 6 節～</p>	40	能實作表現
<p>【活動 3：傳接活動】</p> <p>(一)原地傳接動作：教師示範動作後，並說明活動的規則後，請若干學童進行示範。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.三角傳接 <ol style="list-style-type: none"> (1)三人一組，排成三角形，依序練習胸前傳接、地板傳接及過頂傳接。 	80	能實作表現

<p>(2)教師可依學童練習情況，調整傳接次數，以禱讓活動進行的更順暢些。</p> <p>2.多人傳接</p> <p>(1)分成兩隊，每隊面對面排成兩排，依序傳球，練習胸前傳接、地板傳接及過頂傳接。</p> <p>(2)教師可依學童練習情況，調整傳接次數，以禱讓活動進行的更順暢些。</p> <p>3.移動傳接：兩人一組，邊跑動邊傳接球，注意傳接球的位置。</p> <p>4.運球傳接</p> <p>(1)場地布置：在一定的距離範圍，放置三至四組的圓錐，如課本圖示。</p> <p>(2)兩人一組，一人運球前進，一人徒手跑動到指示的位置後，兩人進行傳接，運球者傳球給跑動者，運球者和跑動者互換，再到下一個定點傳接。</p> <p>(3)每次傳接須用不同的傳球方式進行，才能繼續前進運球。</p> <p>(二)告一段落後，獎勵動作表現優異的學童，並請學童發表感言。</p> <p>(三)評量項目</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.能平穩的於活動中完成傳接球動作。 2.能發表完成動作的感受及大概的動作要點。 3.能和他人一同合作進行活動。 <p style="text-align: center;">～第五至六節結束/共6節～</p>	
<p>參考資料</p>	<p>• 南一版健體六上教師手冊</p>