

領域/科目	健康與體育		設計者	
實施年級	三		總節數	共 2 節，80 分鐘
單元名稱	單元八 一起來打球 活動一 傳球達陣			
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-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。	核心素養	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。
	學習內容	Hb-II-1 攻守入侵性運動相關的拍球、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		翰林三上健康與體育課本		
教學設備/資源		教用版電子教科書		
學習目標				
<ol style="list-style-type: none"> 能正確的用雙手傳接地板球，並控制球的力道與方向。 在遊戲過程中，能運用所學的技能，並思考不同的策略，表現合作的精神。 觀察同學的動作並進行反思。 				
教學活動設計				
教學活動內容及實施方式			時間	備註
第一節 熱身活動 <ul style="list-style-type: none"> 教師帶領學生進行伸展熱身。 			5 分	實作：能控制傳球的力道、方向與位置。
雙手傳接地板球動作 <ul style="list-style-type: none"> 雙手持球於胸腹之間，兩肘自然彎曲於體側，身體成基本站立姿勢，眼注視傳球目標。傳球時，後腳蹬地發力，身體重心前移，兩臂前伸，兩手腕隨之旋內，拇指用力下壓，食、中指用力撥球將球向地板傳出。球出手後，兩手略向外翻。 彈地的距離原則上約在傳球者與接球者距離靠接球者的四分之三 			15 分	討論：能與同學討論遊戲策略及方法。

<p>處，球彈跳高度約在腰部與下巴。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 兩人一組，進行雙手地板傳接球。 ● 越傳越遠：利用呼拉圈作為傳球反彈區，接球者慢慢往後移動，傳球者練習傳球的力量和準確性。 	10分	觀察：能和同學合作進行活動。
<p>進行接球轉身傳球練習</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 練習規則： <ol style="list-style-type: none"> 1 三人一組排成一線。 2 中間同學接球後轉身傳給另一位同學，以軸心腳（左腳或右腳）往後轉身。 	8分	
<p>動作策略討論</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 引導學生討論： <ol style="list-style-type: none"> 1 是否流暢伸展手臂並使用手腕讓球旋轉？ 2 球落地點及彈跳高度（判斷出手力道、球的彈性）。 3 轉身的方向是否會有影響？（慣用手方向是否較快）。 ● 再進行一次轉身傳球練習（可變成四人一排或五人一排）。 ● 集合全班，共同發表感想，是否有進步？ 	7分	
<p>綜合活動</p> <p>教師綜合結論，並進行緩和運動。</p>	5分	
<p>第二節 熱身活動</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 教師帶領學生進行伸展熱身。 	5分	
<p>進行「球來運轉」遊戲</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 遊戲規則： <ol style="list-style-type: none"> 1 每五位同學一組，分別站在中間及外面四個位置的呼拉圈裡。 2 外圍四個呼拉圈與中間呼拉圈間隔約5 ~8 公尺。 3 中間同學依序和外面四個同學完成地板傳接球後，再換另一位同學到中間呼拉圈內。 4 全組同學都要輪完，最先完成組別獲勝。 	15分	

