

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。 《活動3》合作盤球 (一)教師布置6組「合作盤球」活動場地，每組場內擺放4個圓盤。 (二)教師說明「合作盤球」活動規則：2人一組，一人後退走，另一人盤球跟著前進。 (三)教師提醒：後退走時要隨時注意路況避免踩到圓	20' 10'	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。 1. 操作：練習盤球的動作。 評量原則：能熟練盤球動作，完成活動。 2. 發表：分享盤球過人的方法。 評量原則：能清楚表達盤
--	-----------------------	--

並遠離對手呢？ (四)教師整理學生的回答，說明並示範用肢體擋住對手後，盤球移動遠離對手的方式，例如：帶球向前移動，或是護著球轉身，帶球往其他方向移動。 (五)教師說明「保護腳下球」活動規則： 1. 2 人一組，一人盤球，另一人試著搶球。盤球者練習保護腳下球，再盤球移動遠離對手。 2. 5 分鐘後，兩人角色互換練習。 (六)重點歸納：練習盤球時保護球。 《活動 7》盤球入球門 (一)教師布置 4 組「盤球入球門」活動場地，擺放 2 個相同顏色的圓盤，間距 2 公尺，作為球門。在距離球門約 5 公尺處，用粉筆在地面標示起始線。 (二)教師說明「盤球入球門」活動規則： 1. 3 人一隊，一次 2 隊進行活動，一隊為進攻方（紅隊），一隊為防守方（藍隊）。兩隊站在起始線，進攻隊第一人足底持球。 2. 兩隊各推派 1 人上場，以球門為目標，進攻方盤球向球門前進，防守方阻擋並嘗試搶球。 3. 如果進攻者的球被搶走，防守者搶到球後也可以盤球跑向球門，爭取得分機會。盤球進入球門就得分。 4. 每人都完成活動後，攻守交換再比一場，累積得分較高的隊伍獲勝。 (三)活動進行前，教師提醒：搶球時，不能推人、拉人、絆人、踢人，要以安全為重。 (四)活動結束後，教師帶領學生分享：觀察同學保護球的方法，有哪些值得你學習的地方？他的動作哪裡需要改進呢？ (五)運用討論的結果再次進行活動。 (六)重點歸納：盤球時保護球，帶球移動至球門。	20'	評量原則：能清楚表達同學盤球時保護球的動作中，值得學習和需要改進之處。
《活動 8》踢傳球和停球 (一)教師說明並示範「踢球」的動作要領： 1. 足內側踢球：以足內側向前踢球。 2. 足外側踢球：以足外側向前踢球。 (二)教師說明並示範「停球」的動作要領： 1. 足底停球：以足底輕輕踩停來球。 2. 足內側停球：以足內側輕輕擋停來球。 (三)教師說明「踢傳球和停球」活動規則：2 人一組，嘗試用左、右腳練習不同踢傳球和停球的組合。 1. 足內側踢球、足底停球。	20'	1. 操作：做出各種踢球、停球方式。 評量原則 (1)能做出足內側踢球、足外側踢球。 (2)能做出足底停球、足內側停球。 2. 觀察：與同學友善互動，合作完成活動。 評量原則：能與同學友善

2. 足內側踢球、足內側停球。 3. 足外側踢球、足底停球。 4. 足外側踢球、足內側停球。 (四)重點歸納：練習踢傳球和停球。 《活動 9》踢球後移位 (一)教師布置「踢球後移位」活動場地，以粉筆在地面標示起始線、終點線，兩線相距約 15 公尺。 (二)教師說明「踢球後移位」活動規則： 1. 2 人一組，面對面站在起始線，相距約 1 公尺，其中 1 人足底持球。 2. 持球者踢傳球給同學，接著向前跑約 3~5 步。 3. 接球者停球後踢傳球給同學，接著向前跑約 3~5 步。 4. 以此類推，最快抵達終點線的組別獲勝。 (三)教師請學生嘗試以不同的踢球、停球方式，再次進行活動。 (四)重點歸納：練習踢傳球後跑步移位和停球。	20'	互動，合作完成「踢球後移位」活動。
《活動 10》三對一踢傳攻防 (一)教師布置 4 組「三對一踢傳攻防」活動場地，每組以 3 個圓盤設置三角形，圓盤間距約 5 公尺。 (二)教師說明「三對一踢傳攻防」活動規則： 1. 4 人一組，3 人為進攻者，1 人為防守者。 2. 進攻者分別站在各個圓盤旁，圍成三角形，其中 1 人足底持球。防守者站在三角形的區域內。 3. 進攻者互相踢傳球，不讓防守者碰到球。 4. 防守者嘗試用腳阻擋球，成功阻擋一次球得 1 分，1 分鐘後防守者和一位進攻者角色互換。 5. 每個人都當過防守者後，得分最高的人獲勝。 (三)教師提醒：防守者阻擋球時，不能碰觸到進攻者。 (四)活動進行後，教師帶領學生討論：進攻和防守時各有哪些訣竅？ 1. 進攻時，觀察對手的位置，踢傳球給沒有被防守的人；快速踢傳球，使對手來不及反應。 2. 防守時，快速跑動，阻擋球；注意踢球者眼睛看的方向，那可能就是他想踢傳球的方向。 (五)運用討論的結果再次進行活動。 (六)重點歸納：運用踢球、停球技巧，進行攻防對抗。	20'	1. 操作：練習「三對一踢傳攻防」、「追逐球攻防」活動的進攻和防守策略。評量原則：能根據進攻和防守策略調整進行方式，完成「三對一踢傳攻防」、「追逐球攻防」活動。 2. 發表：分享在活動中觀察到的進攻和防守策略。評量原則：能清楚說明「三對一踢傳攻防」、「追逐球攻防」活動的進攻和防守策略。
《活動 11》追逐球攻防 (一)教師布置「追逐球攻防」活動場地，擺放 2 個相同顏色的圓盤，間距 2 公尺，作為 1 個球門，設置 2	20'	

個球門，2 個球門的圓盤顏色不同。距離球門約 10 公尺處，用粉筆在地面標示起始線。 (二)教師說明「追逐球攻防」活動規則： 1. 全班分成 2 組，各組選擇 1 個目標球門。 2. 兩組各派 1 人上場，教師踢出球後，兩人追球爭取控球權。 3. 搶到球的人進攻，另一人防守。 4. 將球踢進目標球門得 1 分。 5. 最後累積得分較高的組別獲勝。 (三)教師提醒：搶球時，不能推人、拉人、絆人、踢人，要以安全為重。 (四)活動結束後，教師帶領學生討論以下問題： 1. 你的得分策略是什麼？例如：快速跑追逐球，搶到控球權；搶到球後，盤球保護球，或快速盤球前進，防止球被奪走；瞄準目標球門，踢準球。 2. 你防止對手得分的策略是什麼？例如：阻擋進攻者踢球；進攻者盤球時，趁機奪走控球權。 (五)運用討論的結果再次進行活動。 (六)重點歸納：應用盤球、踢球、停球、追逐球技巧，進行攻防對抗。		
《活動 12》足停彈地球 (一)教師說明：進行足球賽時需熟練交替使用各種基本動作，讓身手更靈活多變，比賽才會更有勝算。 (二)教師提問：足球賽時，當來球為彈地球，你會用什麼方式將球停下呢？例如：足底停球、足內側停球。 (三)教師說明「足停彈地球」活動規則： 1. 2 人一組，一人用手拋球，另一人用腳停球，再踢傳回去。 2. 5 分鐘後，兩人角色互換練習。 (四)重點歸納：練習腳停彈地球。	10'	1. 操作：練習「趣味足球賽」活動的進攻和防守策略。 評量原則：能根據進攻和防守策略調整進行方式，完成「趣味足球賽」活動。 2. 發表：分享在活動中觀察到的進攻和防守策略。 評量原則：能清楚說明「趣味足球賽」活動的進攻和防守策略。
《活動 13》踢傳球得分 (一)教師說明：進行足球賽時合作踢傳球，能加快進攻的節奏、防止對手搶到球，以增加得分的機會。 (二)教師布置 8 組「踢傳球得分」活動場地，一組活動空間擺放 2 個相同顏色的圓盤，間距 2 公尺，作為球門。距離球門 5 公尺擺放 2 個圓盤，與球門形成三角形。 (三)教師說明「踢傳球得分」活動規則： 1. 3 人一組，第一、二人分別站在圓盤旁，為踢傳球者，踢傳球者其中 1 人足底持球，第三人站在	10'	3. 運動撲滿：練習盤球、足內側踢傳球、足外側踢傳球、停球，完成運動撲滿設定的課後運動實踐。 評量原則：能完成指定的運動實踐事宜，並如實記錄。

球門前擔任守門員。 2. 第一人踢傳球，第二人用腳停球後，把球踢向球門。 3. 守門員阻擋球進球門（可以用手擋球）。 4. 踢傳3球後，交換角色練習。 5. 每人都擔任過守門員後，活動即結束。 (四)重點歸納：練習合作踢傳球與球門前防守。 《活動 14》趣味足球賽 (一)教師布置「趣味足球賽」活動場地，設置一個長方形場地，長 20 公尺、寬 10 公尺，也可運用球場場地線安排場地。擺放 2 個相同顏色的圓盤，間距 2 公尺，作為球門；在場地兩側寬邊各設置 1 個球門，2 個球門的圓盤顏色不同。 (二)教師說明「趣味足球賽」活動規則： 1. 3 人一組，一次 2 組在場上競賽，各組選擇 1 個目標球門。 2. 和組員合作踢傳球，把球踢進目標球門一次得 1 分。 3. 7 分鐘後，累積得分較高的組別獲勝。 (三)活動結束後，教師帶領學生討論以下問題： 1. 你們這組的得分策略是什麼？例如：合作踢傳球，讓球接近目標球門，有把握時再踢球射門；把球踢傳給沒有被防守的人，讓對手來不及反應。 2. 你們這組的防守策略是什麼？例如：1 人負責在球門前防守，另 2 人負責阻擋進攻者踢球，或嘗試取得控球權。 (四)運用討論的結果再次進行活動。 (五)重點歸納：運用足球攻防策略完成活動。	20'	
教學提醒	1. 教師布置活動場地時，應規畫適當的跑動空間與操作範圍，讓學生有充足的活動空間，既可達到運動效果，又能避免運動傷害。 2. 教師應注意學生是否遵守活動規則，隨時提醒學生運動安全的重要。	
網站資源	體育課程與教學資源網 https://sportsbox.sa.gov.tw/	
關鍵字	足球, 盤球, 踢球, 停球, 攻防	

單元名稱		第 2 課 壘上攻防	總節數	共 5 節，200 分鐘
設計依據				
學習重點	學習表現	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	Hd-Ⅱ-1 守備／跑分性球類運動相關的拋接球、傳接球、擊球、踢球、跑動踩壘之時間、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	品 E3 溝通合作與和諧人際關係。		
	所融入之學習重點	1. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。		
與其他領域/科目的連結				
摘要				
學習目標		1. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 2. 表現拋接球、傳接球、踢球、跑動踩壘的動作技能。 3. 運用合作與競爭策略完成守備跑分活動。 4. 課後持續練習，增進踢球、跑動踩壘的熟練度。		
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. 教師準備粉筆、12 顆足球、8 個呼拉圈、8 個巧拼（邊長 30 公分，兩種顏色）、數個圓盤。 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. 教師準備粉筆、2 顆足球、2 個圓盤、2 個大巧拼（邊長 60 公分，兩種顏色）。 4. 教師準備 3 枝不同顏色的粉筆、3 顆足球、樂樂棒球專用壘板（橘色、白色壘板）。 5. 教師準備第 181 頁「足壘小高手」學習單。		
教學活動內容及實施方式			時間	教學評量/備註
《活動 1》拋接球對決跑壘 (一)教師布置 4 組「拋接球對決跑壘」活動場地，每組活動場地用粉筆在地面標示起始線，距離起始線 10 公尺設置 1 個呼拉圈，呼拉圈中擺放 3 顆球；距離			20'	1. 操作：練習拋接球、傳接球、踢定位球、跑壘。 評量原則：能做出拋接球、傳接球、踢定位球、

起始線 20 公尺設置 1 個呼拉圈和 1 個巧拼（把巧拼當作壘板）。 (二)教師說明「拋接球對決跑壘」活動規則： 1. 3 人一隊，一次 2 隊在場上競賽，一隊為進攻方（紅隊），一隊為防守方（藍隊）。防守隊推派 1 人為接球者，站在距離起始線 20 公尺的呼拉圈內。 2. 哨音響起後，防守者跑向呼拉圈取球，進攻者向前跑壘。 3. 防守者取球後，拋給接球者。 4. 在接球者接到球前，進攻者跑到壘板就得 1 分。 5. 進攻隊每個人都跑壘後，攻守交換再比一場，累積得分較高的隊伍獲勝。 (三)教師請各組學生換人擔任接球者，再次進行活動。 (四)重點歸納：融入攻防概念，練習拋接球和跑壘。 《活動 2》踢球跑壘 (一)教師布置「踢球跑壘」活動場地，以圓盤設置一個扇形場地，在場地內一端放置 1 個巧拼（把巧拼當作壘板），場地外放置 1 個巧拼（與場地內的巧拼顏色不同）。 (二)教師說明「踢球跑壘」活動規則： 1. 3 人一隊，一次 2 隊在場上競賽，一隊為防守方（藍隊），其中一人擔任接捕手，站在場地內的壘板，其他人在防守區內分散站立；一隊為進攻方（紅隊），站在踢球區準備踢球。 2. 哨音響起後，進攻方向場地內踢球，接著跑壘。 3. 防守方接到球後，傳球給接捕手（接捕手須至少一隻腳踩壘）。 4. 在接捕手接到球前，進攻者跑到壘板就得分。 5. 5 分鐘後，攻守交換再比一場，累積得分較高的隊伍獲勝。 (三)活動結束後，教師帶領學生討論：進攻時把球踢向哪裡，球才不會很快就被接到呢？例如：將球踢向沒人防守的地方，而且要離接捕手遠一點；將球用力踢遠，使對手難接球。 (四)運用討論的結果再次進行活動。 (五)重點歸納：融入攻防概念，練習踢定位球、跑壘和傳接球。 《活動 3》踢球後防守 (一)教師布置「踢球後防守」活動場地，用粉筆標示紅隊起始線、藍隊起始線，兩條線相距 10 公尺。紅	20'	跑壘，完成攻防活動。 2. 發表：分享在活動中觀察到的進攻得分策略。 評量原則：能清楚表達「踢球跑壘」活動的進攻得分策略。 40' 1. 操作：練習踢滾動球、跑動接球防守。 評量原則：能在活動中熟
---	------------	--

隊起始線外側擺放 1 個紅色圓盤、1 個藍色大巧拼（把大巧拼當作壘板），兩者相距 6 公尺；藍隊起始線外側擺放 1 個藍色圓盤、1 個紅色大巧拼，兩者相距 6 公尺。紅色圓盤與紅色大巧拼相對，藍色圓盤與藍色大巧拼相對。 (二)教師說明「踢球後防守」活動規則： 1. 4 人一隊，一次 2 隊在場上競賽，紅隊和藍隊各推派 1 人擔任滾球手，分別站在各隊壘板的右後方，並手持 1 顆球，其他隊員各自站在各隊的起始線後、圓盤旁。 2. 哨音響起後，紅隊和藍隊的滾球手分別滾出球，紅隊滾球手滾向紅隊踢球者，藍隊滾球手滾向藍隊踢球者。 3. 藍隊踢球者把球踢向藍色壘板，紅隊踢球者把球踢向紅色壘板，若球通過壘板得 1 分，沒有通過壘板則不得分。 4. 踢出球後，踢球者跑向對方踢出的球，在球停下前接到球也能得 1 分。 5. 每個人都當過滾球手和踢球者後，累積得分較高的隊伍獲勝。 (三)教師提醒： 1. 滾球手滾出球後立刻向後退，避免影響踢球者接球。 2. 滾球出手時的高度越貼地，比較容易滾得好，球較能穩定直行。 (四)活動結束後，教師請學生和同學討論並解決進行活動時發現的問題，例如：滾球手怎麼滾球，才能讓球穩定向前滾？用哪一種踢球方式可以踢得比較好？ (五)運用討論的結果再次進行活動。 (六)重點歸納：練習踢滾動球，踢球後跑動接球練防守。		練踢滾動球、跑動接球防守。 2. 發表：討論在活動中發現的問題。 評量原則：能和同學討論並解決在活動中發現的問題。
《活動 4》同色危機 (一)教師布置「同色危機」活動場地，以樂樂棒球專用壘板（橘色／白色壘板）設置本壘、一壘、二壘、三壘，各壘間距 15 公尺。一壘、二壘、三壘壘板前後 5 公尺各以相同顏色的粉筆畫線，代表「跑壘線區」，3 個跑壘線區的顏色不同。距離本壘 9 公尺前方用粉筆畫橫線，為滾球手位置。 (二)教師說明「同色危機」活動規則： 1. 4 人一隊，一次 2 隊在場上競賽，進攻方（紅隊）1 人在本壘壘板前方準備踢球，其他人分別	40'	1. 操作：練習積極推進跑壘和壘板分流制的概念。 評量原則 (1)能在活動中積極推進跑壘。 (2)當進攻方時踩橘色壘板，當防守方時踩白色壘板。 2. 發表：分享在活動中觀察到的進攻和防守策略。

站在一壘、二壘、三壘的橘色壘板；防守方（藍隊）在場地內分散站立，防守方派 1 人擔任滾球手，站在滾球手位置。 - 滾球手向本壘滾球。進攻者踢球後，壘上每個跑者立即跑向下一壘（須踩橘色壘板）。須留意，兩個跑者不能停留在相同顏色的跑壘線。 - 防守者接到球後將球傳向一壘；在一壘的防守者須一腳踩在白色壘板接球。 - 一壘防守者接到球前，如果進攻方的跑者都到達下一壘，進攻方得 1 分。 - 進攻方每個人都當過踢球者後，攻守交換再比一場，最後累積得分較高的隊伍獲勝。 （三）活動結束後，教師帶領學生討論： - 進攻時怎麼做，才不會和隊友停留在相同顏色的跑壘線？例如：注意踢球者，球一踢出就快速跑壘。 - 當你是進攻方時，你有哪些進攻的方法呢？例如：踢球者踢球後，快速跑壘；將球踢向沒人防守的地方；將球用力踢遠，使對手難接球。 - 當你是防守方時，你有哪些防守的方法呢？例如：分散站在各個區域防守；快速跑動接球，準確傳出。 （四）運用討論的結果再次進行活動。 （五）重點歸納：學習積極推進跑壘和壘板分流制的概念。 《活動 5》防守到位 （一）教師布置「防守到位」活動場地，以樂樂棒球專用壘板（橘色／白色壘板）設置本壘、一壘、二壘、三壘，各壘間距 15 公尺。以本壘為圓心，距離本壘 5 公尺前方用粉筆畫弧線，與場地線連成一個扇形，為好球區。距離本壘 9 公尺前方用粉筆畫橫線，為滾球手位置。 （二）教師說明「防守到位」活動規則： 5 人一隊，一次 2 隊在場上競賽，防守方（藍隊）在場地分散站立，防守方派 1 人擔任滾球手，站在滾球手位置；進攻方（紅隊）1 人在本壘壘板前準備踢球，其他人在場外預備。 - 防守方滾球手把球滾進「好球區」，進攻方踢球者有 3 次機會將球踢進場地範圍，3 次內未踢出球，則踢球者出局。 - 進攻方踢球者踢出球後，跑向一壘並踩橘色壘板上壘，一次只能前進 1 壘。進攻方繼續踢球進	評量原則：能清楚說明「同色危機」活動的進攻和防守策略。 40' - 操作：練習傳球防守的策略。 評量原則：能做出不同壘上情境的傳球防守策略。 - 發表：討論不同壘上情境的傳球防守策略。 評量原則：能和同學討論出不同壘上情境的最佳傳球防守策略。
---	--

攻，一個跑壘者跑回本壘即得 1 分。 4. 防守者在跑壘者（進攻方）上壘前接到球並踩白色壘板，則跑壘者出局。 5. 累計 3 人出局後，攻守交換再比一場，最後累積得分較高的隊伍獲勝。 （三）活動結束後，教師帶領學生討論：當你是防守者時，一、三壘有跑壘者，進攻方踢球者踢球後，你會怎麼傳球呢？教師整理學生回答並說明：防守時要傳向跑壘者下一個前進的壘，例如：一、三壘有人，可以傳向一壘讓進攻踢球者出局，或傳向二壘讓在一壘的進攻者出局，也可以傳向本壘讓在三壘的進攻者出局並阻止得分。 （四）教師設計不同壘上情境，例如：壘上無跑壘者；一壘有跑壘者；一、二壘有跑壘者；一、二、三壘有跑壘者，引導學生思考並演練傳球防守的策略。 （五）運用討論的結果再次進行活動。 （六）重點歸納：學習「好球」的概念，練習傳球防守的策略。 《活動 6》足壘小高手 （一）教師布置「足壘小高手」活動場地，以樂樂棒球專用壘板（橘色／白色壘板）設置本壘、一壘、二壘、三壘，各壘間距 15 公尺。以本壘為圓心，距離本壘 5 公尺前方用粉筆畫弧線，與場地線連成一個扇形，為好球區。距離本壘 9 公尺前方用粉筆畫橫線，為滾球手位置。 （二）教師說明「足壘小高手」活動規則： 1. 全班分為 3 隊，每回合一隊進攻，一隊防守，一隊計分。第一回合時，紅隊進攻，藍隊防守，黃隊計分。 2. 防守方滾球手把球滾進「好球區」，就是 1 好球；如果球沒有滾進「好球區」，則是 1 壞球。累計 3 好球，進攻方踢球者都沒有踢出，則踢球者出局；累計 4 壞球，則進攻方踢球者保送至一壘。 3. 進攻方踢球者踢出球後，跑向一壘並踩橘色壘板上壘，一次只能前進 1 個壘。進攻方繼續派員踢球進攻，壘上進攻者跑回本壘即得 1 分。 4. 防守者在進攻者上壘前接到球並踩白色壘板，則該跑壘者出局。 5. 累計 3 人出局後攻守交換。共進行三回合，第一回合：紅隊對藍隊，第二回合：藍隊對黃隊，第三回合：黃隊對紅隊，累積得分最高的隊伍獲	40'	1. 操作：練習「足壘小高手」活動進攻和防守策略。 評量原則：能根據進攻和防守策略調整進行方式，完成「足壘小高手」活動。 2. 發表：分享在活動中觀察到的進攻和防守策略。 評量原則：能清楚說明「足壘小高手」活動的進攻和防守策略。 3. 實作：完成「足壘小高手」學習單。 評量原則：能寫出「足壘小高手」活動的進攻和防守策略，完成學習單。 4. 運動撲滿：練習「踢球跑壘」活動，完成運動撲滿設定的課後運動實踐。 評量原則：能完成指定的運動實踐事宜。
--	------------	---

勝。 (三)活動結束後，教師帶領學生討論： 1.當你是進攻方時，你有哪些進攻的方法呢？例如：踢球前先判斷是好球還是壞球，再決定是否踢出；踢球時用足內側瞄準，才能踢得準；把球踢向沒人防守的區域，才能爭取跑壘的時間。 2.當你是防守方時，你有哪些防守的方法呢？例如：快速傳球到跑壘者的下一壘，才能使對手出局；接球後都先把球傳向一壘，快速累積出局人數；先往本壘或三壘傳球，截斷對手跑回本壘得分的機會。 (四)運用討論的結果再次進行活動。 (五)教師請學生在「足壘小高手」學習單寫下活動的進攻和防守策略。 (六)重點歸納：練習足壘球進攻和防守的策略。		
教學提醒	1.教師布置活動場地時，應規畫適當的跑動空間與操作範圍，讓學生有充足的活動空間，既可達到運動效果，又能避免運動傷害。 2.教師應注意學生是否遵守活動規則，隨時提醒學生運動安全的重要。 3.活動進行前，教師可帶領學生複習滾球動作。 4.本活動設計滿壘情境，帶領學生學習積極推進跑壘，學習壘板分流制的概念：進攻方踩橘色壘板，防守方踩白色壘板。 5.本活動帶領學生認識「好球」的概念，並設計壘上情境，引導學生思考傳球防守的策略。 6.本活動帶領學生認識「好球」與「壞球」的概念，並引導學生思考足壘球的進攻、防守策略。	
網站資源	體育課程與教學資源網 https://sportsbox. sa. gov. tw/	
關鍵字	樂樂棒球, 跑壘, 傳接球, 踢球, 攻防	