

溪湖國中三年級 健康與體育領域 教案設計

領域/科目	健康與體育		設計者	洪茂富
實施班級	902		教學節次	共_2_節
單元名稱	足球 足智多謀~足內側傳球			
設計依據				
學習重點	學習表現	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。	核心素養	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體 -J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。
	學習內容	能運用角內側精確傳球並搭配組合及團隊戰術。		
議題融入	實質內涵			
與其他領域/科目的連結		無		
教材來源		南一版健康與體育教材		
教學設備/資源		足球、角錐、顏色背心、球門、電腦、投影機		
學習目標				
<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識足球場上最常運用到的基本技巧。 2. 了解足球場上推進最快突破對方的方式。 3. 傳球技巧的運用。 4. 了解傳球品質的好壞。 5. 學習判斷最適合接應傳球的位置。 				
教學活動設計				
教學活動內容及實施方式			時間	備註
【暖身活動】 (1) 集合做靜態操，預備運動狀態。 (2) 動態跑動訓練：進行前進、後退、側向、交叉步、跨步走、單腳跳等動作，為下肢進行足夠的熱身預備。 (3) 分組訓練：放置兩個相距約 15 公尺的角錐，每次一人帶球向前，繞過角錐折返時傳球給下一個在角錐預備的人。			10 分鐘	

<p>【不可或缺：傳球】</p> <p>(1) 觀賞影片「世界足壇的神級配合進球」，引導學生對足球的配合進球有初步認識。</p> <p>(2) 問題討論：在影片中看到何種進球方式？有沒有華麗的個人動作？哪個進球讓你印象最深刻？你認為誰是得分的功臣？</p> <p>(3) 教師說明：鮮少有球員在沒隊友的協助下，獨自擺脫所有防守者完成得分。大部分得分機會是透過隊友空檔跑位，創造漂亮的進球機會。</p> <p>(4) 觀賞影片「Legendary Solo Goals」後，分組討論個人進攻及團隊配合的差異。</p> <p>(5) 總結：華麗的個人帶球突確實可讓觀眾看得熱血沸騰，但在足球場上沒有任何球員可個人帶球縱橫球場 90 分鐘，因為體能消耗快且失敗率高，所以大部分會利用球滾動速度比人體移動速度快的特性，進行突破。</p> <p>(6) 預告下堂課將於運動場地進行足內側傳球，盡量避免穿足底太高的鞋子。</p> <p style="text-align: center;">(第一節結束/共 4 節)</p>	35 分鐘	<p>教學提醒：</p> <p>1. 可隨機點幾位學生回答問題，引發學生看完影片後的回饋能力。</p> <p>2. 不設限分組討論的面向，若無方向教師可適時給予提示，如：推進速度、成功率、體能消耗程度、進球喜悅程度、執行困難度等。</p>
<p>【足內側傳球】</p> <p>(1) 說明足內側傳球腳步動作。</p> <p>(2) 練習腳步動作：兩人一組進行足內側輕觸擊腳，檢查腳尖是否有向上向外繃緊。</p> <p>(3) 分組練習傳球：兩人一球進行傳球練習，建議從相隔 5 公尺開始，再漸進增加至 10~15 公尺。</p> <p>(4) 教師視情況講解停球要領。</p> <p>(5) 教師講解球速過快及傳球過高該如何解決。</p>	20 分鐘	<p>教學提醒：</p> <p>依班級人數調整分組傳球練習人數，建議一組不超過六人。</p>
<p>【愛上體育課 — 百發百中】</p> <p>(1) 教師講解遊戲規則。</p> <p>(2) 此遊戲是讓學生練習將球準確傳至目標位置，考驗傳球的精準度。</p> <p>(3) 可以讓學生操作兩次，第一次結束後詢問學生傳球力道與準度哪個比較重要，教師再以基本動作的要點提醒如何提升準度。</p> <p>(4) 教師可在比賽中觀察是否有踢得很準的學生，於比賽後請該學生示範給大家看，並進行鼓勵。</p> <p style="text-align: center;">(第二節結束/共 2 節)</p>	25 分鐘	<p>教學提醒：</p> <p>依班級分組人數調整角錐數量。</p>
<p>參考資料：</p> <p>南一版健康與體育教材(第五冊)</p>		
<p>附錄：</p>		