

體育教學單元設計

領域/科目	健康與體育 - 體育		設計者	梁凱傑
實施年級	五年級		總節數	共 1 節，40 分鐘
主題名稱	棒棒好球			
設計依據				
學習 重點	學習 表現	1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。	核 心 素 養	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。
		1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。		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。
		1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。		
		2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範。		
		2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。		
		3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。		
		3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。		
		3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。		
		4d-III-2 執行運動計畫，解決運動參與的阻礙。		

	學習 內容	Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。 Hd-III-1守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。		
議題 融入 說明	學習 主題	人權教育		
	實質 內涵	人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。		
與其他領域/ 科目的連結		無		
教材來源		南一版健康與體育五上主題二單元九		
教學設備/資源		平坦安全的場地、軟球、哨子、呼拉圈、圓錐、球籃		
主題學習目標				
1.能了解棒球運動的傳球及接球要領。 2.能做出傳接球的控制協調能力。 3.能解決練習時所面臨的問題。 4.能比較動作要領與他人的正確性。 5.能表現出勇於挑戰、積極投入的態度。				
教學活動內容及實施方式			時間	學習評量
熱身活動 (10 分鐘) 教師於活動前帶學生做暖身活動，進行肢體動作的伸展。 發展活動 (25 分鐘) 1. 棒球是一項守備跑分性的運動，擁有協調、俐落的傳接能力是很重要的，一起來練習傳接功夫。 (1)平飛球傳球要領				能確實做好暖身運動

①擲球者眼睛直視對方的頭至胸前位置。 ②擲球的手往眼睛直視的位置，運用上肩水平投出。 (2)高飛球傳球要領 ①擲球者眼睛直視對方的頭至胸前位置。 ②擲球的手往眼睛直視的位置，運用上肩往上約 45 度投出。 (3)接球要領 ①接球時膝蓋微彎，雙腳前後步，身體移動時雙手呈打開狀手腕互碰。 ②眼睛直視來球，移動身體重心去接住來球，而非伸長手去接球。 2. 學會傳接的動作後，我們來模擬傳接後跑動，就像正式比賽一樣。 (1)傳接、輪轉的遊戲方式。 ①場地布置：起點、終點各放一個呼拉圈，終點的呼拉圈裡放置寶物。 ②3 人一組，A 在終點一腳站在呼拉圈內，B 傳球給 A，A 成功接到球後，在呼拉圈裡取一個寶物回到起點，將球交給下一個伙伴 C，再將戰利品擺放在起點的呼拉圈後歸隊。 ③下一輪，B 移動至終點，換 C 傳球。		能認真參與活動並實作表現
--	--	---------------------

④若 A、B 傳接球失敗，則 A 直接撿球歸隊，一樣換 C 上場。

⑤各組競賽，看哪一組最快拿完寶物。

(2)每一組可安排 4 至 5 人，全班大約分為六組共同進行。

綜合活動 (5 分鐘)

1.教師做本節學習的總結論，預告下次上課內容。

2.教師給予表現較好的學童鼓勵。

3.教師鼓勵學童利用課間時間多練習。

4.整理場地，器材歸定位。