

彰化縣泰和國民小學 112 學年度上學期體育教案

教學領域	健康與體育-體育	教材版本	南一	
教學單元	球球傳輸帶	教學設計者	林宏諭	
適用年級	高年級	教學時間	40 分鐘	
教學目標	在棒球運動中，傳接球與跑壘動作可說是基本動作，透過球球傳輸帶這個單元，讓學生了解以下幾個重點： 1. 能了解棒球運動中的傳球，接球及跑壘的要領。 2. 能做出傳接球及跑壘動作的協調控制能力。 3. 學童能解決練習時所面臨的問題。			
相關能力指標	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。 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。			
教 學 活 動		教學器材	時間	注意事項
一、準備活動 1、集合、整隊、熱身 二、發展活動		哨子	10 分鐘	詢問班上是否有身體不適狀況。 提醒學生要確實做好暖身
平飛球傳球(兩人一組，老師先講解): 1、準備動作： (1)放置標誌錐，距離五公尺 (2)學生兩人一組拿一顆樂樂棒球，站至標誌錐後 2、傳球要領： (1)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。 3、接球要領： 接球時膝蓋微彎，雙腳前後步，身體移動時雙手成打開狀，手腕互碰，眼睛直視來球，移動身體的重心去接住來球，而不是只是伸長手去接。 4、教師巡視並引導動作		標誌錐、樂樂棒球、哨子	5 分鐘	球必須是水平投出
高飛球傳球(兩人一組，先聽老師講解) 1、準備動作： (1)放置標誌錐，距離十公尺 (2)學生兩人一組拿一顆樂樂棒球，站至標誌錐後 2、傳球要領：		標誌錐、樂樂棒球、哨子	5 分鐘	球必須往上約 45 度方向投出

(1)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： 接球時膝蓋微彎，雙腳前後步，身體移動時雙手成打開狀，手腕互碰，眼睛直視來球，移動身體的重心去接住來球，而不是只是伸長手去接。 4. 教師巡視並引導動作 三、綜合活動			
球球搬運工(七人一組，老師講解): 1. 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 2. 準備動作： (1)起點、終點各放置一個呼拉圈，終點的呼拉圈內放置七個標誌錐 3. 活動方式： (1) 七人一組，A 在終點一腳站呼拉圈內 B 傳球給 A，A 成功接到球後，在呼拉圈內取一個標誌錐回到起點，將球交給下一個夥伴 C，在將標誌錐擺放在起點呼拉圈後歸隊。 (2) 下一輪，B 移動至終點，換 C 傳球。 (3) 若 A、B 傳球失敗，則 A 直接撿球歸隊，一樣換 C 上場 (4) 各組競賽，看哪一組最快拿完標誌錐	呼拉圈、標誌錐、樂樂棒球、哨子	15分鐘	注意學生的傳接球姿勢，與跑動方向。
四、整理活動 1、在活動中老師所觀察到的問題，應教導學生改善目前的問題，(傳球姿勢、接球動作與跑動方向)，並說明基本動作練得好，對於日後分組比賽時會有很大的幫助。 課程結束		5分鐘	課程總結