

「大家一起來玩躲避球」觀議課資料

一、觀議課時間與地點

觀課：113 年 9 月 13 日 15：10 於躲避球場

議課：113 年 9 月 16 日 11：10 於校長室

二、授觀議課教師

授課教師：王銘聖主任

觀議課教師：葉璿雯校長、張瑀宸主任

三、課程內容概述

1. 課程以「新式躲避球」為主軸，重點包含基本規則講解、分組對抗練習及團隊合作策略的體驗。
2. 相較傳統躲避球，新式躲避球強調「分區防守」、「攻防輪替」與「非淘汰制」等元素，讓學生能持續參與，提升運動參與度與趣味性。

四、學生表現與反應

1. 學生普遍積極投入，氣氛熱烈。
2. 對於新規則適應快速，能展現良好團隊合作。
3. 在攻守策略上，學生能夠嘗試不同戰術，展現思考與臨場反應能力。
4. 課堂後，學生反映新式規則讓比賽更加公平且有趣。

五、教師教學策略觀察

1. 教師以示範與小組練習交替進行，幫助學生快速理解規則。
2. 適時給予個別指導與團隊鼓勵，提升學生參與意願。
3. 安排多樣化練習活動，讓學生在遊戲中自然熟悉新制。

六、心得與建議

1. 透過本次觀課，深刻感受到新式躲避球在促進學生運動興趣、培養合作精神及提升自信心方面具有明顯成效。
2. 建議未來可逐步導入不同年級，並加入更多變化規則（如限時進攻、防守得分等），以增強挑戰性與趣味性。



運動前的熱身比運動本身更加重要



熱身運動能夠促進血液的流動，讓血液均勻分布於肌肉中。



大多數學生已能掌握基本的躲避球規則與技巧



學生們展現出高度的參與熱情與競爭精神



整體氣氛活潑且有趣



躲避球是一項能激發學生肢體潛能與合作能力的好活動