

彰化縣三春國民小學 113 學年度公開課授課教案

領域/科目		健康與體育領域（翰林版第 2 冊）		教學者	卜立行
實施年級		一年級		教學時間	40 分鐘
單元名稱		第七單元 球類運動樂趣多 活動 2 百發百中			
核心素養		總綱	A1 身心素質與自我精進 C1 道德實踐與公民意識		
		領綱	1. 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。 2. 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。		
學習重點	學習表現	1. 1c-1-1 認識身體活動的基本動作。 2. 2c-1-1 表現尊重的團體互動行為。 3. 3c-1-1 表現基本動作與模仿的能力。		總綱核心素養項目	A 自主行動 ■ A1 身心素質與自我精進 □ A2 系統思考與解決問題 □ A3 規劃執行與創新應變 B 溝通互動 □ B1 符號運用與溝通表達 □ B2 科技資訊與媒體素養 □ B3 藝術涵養與美感素養 C 社會參與 ■ C1 道德實踐與公民意識 □ C2 人際關係與團隊合作 □ C3 多元文化與國際理解
	學習內容	Hc-1-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。			
教材來源		翰林版第 2 冊			
教學設備/資源		樂樂棒球 6 顆、躲避球 6 顆、籃子 2 個。			

學習目標	1. 能運用雙、單手做出大球拋球動作。 2. 能單手做出拋小球動作。 3. 能與同學合作，進行練習與遊戲。 4. 能理解並遵守運動規範。		
教學活動設計			
教學活動內容及實施方式		時間	評量方式
活動 2：百發百中 一、暖身活動： 教師帶領學生進行四肢、腰部及關節等部位的伸展動作生活中曾有玩球的經驗。 二、先備經驗： 教師詢問學生，生活中曾有玩球經驗，並說明整個活動的流程與注意事項。 二、練習拋大球動作-躲避球： 1. 教師示範雙手拋球動作，並請學生依序做練習。 2. 教師示範單手拋球動作(以慣用右手為例)：左腳適當跨出，左手浮球、右手持球向後擺盪，再往前拋出。請學生兩兩一組，散開練習。 3. 引導學生發表哪個動作較易控制力道？哪個動作球可以拋得比較遠？為什麼？ 三、進行我是神射手遊戲 1. 教師講解遊戲規則： (1) 全班分成兩隊 (2) 各隊輪流拋球，每人拋球後，將球從籃子裡撿出，然後交給下一個同學。 (3) 男女分組比賽，每人拋進一球得一分。 (4) 全部輪完後，總分高的隊伍獲勝。 (5) 拉遠距離，再比依次。 四、歸納總結 1. 教師請學生說出現在遊戲中的感想。 2. 教師針對活動中學生參與及表現提出優缺點。		5 分鐘 <	