

足球-球感練習

一、教學設計理念

足球運動包括體適能的培育、團隊合作的涵養、文化教育的薰陶，培養表情達意、解決問題的能力，冀能陶冶性情、啟發心智，加強自主行動、溝通互動與社會參與的核心素養，奠定適性發展、終身學習的基礎。其課程設計重點如下：

- 1、建立與球互動的成就感
- 2、培養孩子喜歡動的動能
- 3、認識足球相關的
- 4、安排豐富有趣的足球遊戲
- 5、將技巧融入成遊戲式的引導

二、教學教案

領域/科目	體育		設計者	陳容專	
實施年級	四年級		總節數	共__1__節，_40_分鐘	
課程名稱	足球-球感練習				
地點	南州國小操場				
設計依據					
	學習表現	1c- II -1 認識身體活動的基本動作技能。 2c- II -2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3d- II -2 運用遊戲的合作和競爭策略。	核心素養	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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	
	學習內容	Bc- II -1 暖身、活動部位伸展目的的理解。 Cb- II -1 安全規則的遵守、運動促進發展的相關知識。 Hb- II -1 攻守入侵性運動相關的拍球、拋接球、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。			
議題融入	實質內涵	1. 生涯發展 ：培養互助合作的工作態度。 ◎本教案鼓勵學生以團隊合作方式達成活動目標，並且於過程中安排小組討論分享，期望透過互助的精神建立合作的態度。			
	所融入之學習重點	人際關係與團隊合作			
其他領域連結	綜合領域				
教材來源	<input checked="" type="checkbox"/> 教師自編				
教學設備/資源	足球、哨子、角錐、呼拉圈、飛盤、籃子				
學習目標					

1. 認識足球基本動作要領
2. 學生能團隊合作完成活動，並與同學友善互動。
3. 學生能運用合作與競爭策略完成足球活動。

教學活動設計		
教學流程	教學說明及注意事項	教學設備/資源
<p>一、準備活動：(7分鐘)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 點名:確保學生出席情況。 2. 詢問學生身體狀況，是否適合進行體育活動。 3. 進行安全宣導 4. 暖身(熱身跑步+暖身操) <p>二、引起動機：(3分鐘)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 說明「足球」運動。 2. 說明學習「足球」之重要性。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 詢問班長班上的學生人數，確保學生出席狀況。 2. 排除身心狀況不適合之學生，並妥善安置其動向。 3. 告知上課安全相關注意事項(若不慎在練習過程中失去平衡，以保護身體為第一選擇)。 4. 集合并引導學生(熱身跑步+暖身操) <p>▲1 師:請問同學足球起源於哪個國家? 答:<u>中國</u>，國際足球協會公開確認足球運動起源於2300年前的戰國時期當時的足球叫作「蹴方义、鞠以口ノ」。 *備註:蹴=踢、鞠=球。 後來流傳到英國。雖然英國不是起源國家，但因發展得很好，以至於世界各地迅速的響應發展。</p> <p>▲2 問:那為什麼要學習「足球」呢? 答:有三個重要因素。 (1)<u>肺活量</u>:由於足球場的十分寬廣，練習過程中來回折返跑能訓練到肺活量。 (2)<u>協調性</u>:什麼是協調性呢?就是正確並有節奏的使用身體；許多運動都需要活動腳部，若學好足球，其他運動就能輕易上手。 (3)<u>團隊合作</u>:學習如何信任隊友，完成球場上的各項任務，比方說:傳球以及防守。</p>	<p>哨子</p> <p>哨子、足球</p>

<p>三、發展活動：(20 分鐘)</p> <p>1. 抬腿跑-前進(6 分鐘) (來回共兩趟)</p> <p>2. 腳夾球-原地前後跳 10 下(6 分鐘) (共兩次)</p> <p>3. 腳夾球-前進跳(8 分鐘) (來回共兩趟)</p>	<p>1. 利用全班座號分成奇數列與偶數列，奇數列在前、偶數列在後。接著教師示範動作 抬腿跑-前進，後由學生操作(來回共兩趟) ◎學生操作前告知需注意之技巧： (1)速度勿太快，否則將導致動作不標準。 (2)操作時膝蓋需抬高至肚子前面。</p> <p>2. 先由教師示範動作 腳夾球-原地前後跳，後由學生進行操作。 (一列一次 10 下，共兩次)</p> <p>3. 先由教師示範動作 腳夾球-前進跳，後由學生進行操作。 (一列一趟，來回共兩趟)</p>	<p>足球、哨子、角錐</p>
<p>四、綜合活動(10 分鐘)：</p> <p>1. 足球九宮格(8 分鐘)</p> <p>2. 討論與分享(2 分鐘)</p>	<p>1. 利用全班座號分成奇數隊與偶數隊，接著各隊採接力方式；一次以一名學生腳夾球-前進跳，跳至標的物後將足球放置籃子中，方可開始擺飛盤，進行九宮格競賽，擺完飛盤後即可抱球折返，使下位同學出發。 *備註： 九宮格競賽似圈圈又又連線遊戲，每隊有三個飛盤，若前三位學生將飛盤擺完無法達成連線，第四位學生開始則為移動飛盤，以連線為目標。</p> <p>2-1. 集合學生並請學生分享遊戲相關技巧或心得 ◎技巧部分由教師引導答案： (1):須將球擺放在靠近腳跟較為平坦地方，讓球不容易掉出。 (2):團隊在比賽過程中可以多互相提醒同學，以最快方式取得勝</p>	<p>足球、哨子、角錐、呼拉圈、飛盤、籃子</p>

<p>課程結束</p>	<p>利。</p> <p>◎心得部分由學生自由發揮。</p> <p>2-2 詢問在遊戲過程中是否有學習到先前教師所提到的三大要素：肺活量、協調性、團隊合作，若有的話，是發生在過程的哪個環節？</p> <ol style="list-style-type: none">1. 肺活量：腳夾球-前進跳及折返跑的過程中。2. 協調性：腳夾球-前進跳的過程當中，需要腳以及身體的配合。3. 團隊合作：九宮格競賽需要大家互相合作，以最快的方式取得連線來贏的比賽。	
-------------	--	--