

## 三上 健康與體育領域 單元八教案

領域/科目	健康與體育		設計者	張藏晏
實施年級	三上		教學時間	40 分鐘
主題名稱	貳、運動真快樂			
單元名稱	八、一起來玩球-傳接球高手			
<b>設計依據</b>				
學習重點	學習表現	1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 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。 4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	總綱與領綱之核心素養	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。
	學習內容	Hb-II-1 陣地攻守性球類運動相關的拍球、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。		
與其他領域/科目的連結	無			
教材來源	南一版，健康與體育三上主題貳單元八			
教學設備/資源	籃球			
<b>學習目標</b>				
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能熟知傳接球的動作要領，並於活動中正確應用。</li> <li>2. 能主動參與傳接球活動，增進身體基本運動能力，養成運動習慣。</li> <li>3. 能運用遊戲的合作和競爭策略，學會籃球的各種技巧。</li> <li>4. 能熟知運球的動作要領，並於活動中正確應用。</li> <li>5. 能主動參與傳接球與運球活動，增進身體基本運動能力，養成運動習慣。</li> <li>6. 能在遊戲及活動中遵守上課規則及比賽規範。</li> </ol>				
<b>教學活動設計</b>				
教學活動內容及實施方式			時間	評量方式
活動 1：傳接球高手				

<p><b>【準備活動】</b></p> <p>※引起動機</p> <p>1. 熱身活動：進行多種傳接球所需要的軟身操並慢跑操場一圈。</p> <p>2. 復習活動：進行本節課所需之先備知識及加強肢體緩身動作，包含拋球練習、左右手撥球練習、持球繞身體練習等。</p>	10	實作評量
<p><b>【發展活動】</b></p> <p>1. 不同距離的傳球</p> <p>拋出問題：在球場上，因應不同距離傳球的方式會一樣嗎？當你的傳球方式改變後，會發生什麼變化呢？</p> <p>(1)兩人一組做傳球練習，距離由近到遠。</p> <p>(2)教師講解示範不同距離的傳球動作後，讓學童分組練習。</p> <p>①近距離，約 2 公尺：可選擇拋接的方式。</p> <p>②中距離，約 4 公尺：可使用雙手胸前或地板傳球比較穩定。</p> <p>③遠距離，約 6 公尺：可選擇單手傳球，或雙手過頭傳球</p> <p>(3)教師巡堂於各組間，適時給予指導與修正</p>	20	實作評量
<p><b>【總結活動】</b></p> <p>1. 教師統整今日教學重點：並請表現不錯的同学出來示範，給與口頭鼓勵，並拋出問題，請同學們一起回答並統整。</p> <p>①在球場上傳球時，因距離的改變，傳球的方式也會改變？</p> <p>②在不同距離的傳球動作中，自己有什麼改變？</p> <p>③你發現了嗎？傳球時除了手臂的力量，還需要運用到哪些力量？</p> <p>2. 指導學生整理教具，並做好歸位的動作。</p>	10	實作評量
<p>參考資料   南一版健體三上教師手冊</p>		