

領域/科目	健康與體育		設計者	
實施年級	三		總節數	共 2 節，80 分鐘
單元名稱	單元七 一起來 PLAY 活動二 射門大進擊			
設計依據				
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。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。	核心素養	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思治考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。
	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。		
議題融入	實質內涵			
	所融入之學習重點			
與其他領域/科目的連結				
教材來源		翰林三下健康與體育課本		
教學設備/資源		教用版電子教科書		
學習目標				
<ol style="list-style-type: none"> 1. 能運用腳足內側及足背進行強而有力的射門動作。 2. 討論過程相互合作、不謾罵批評，能友善互動。 3. 能思考策略，並運用於遊戲中。 				
教學活動設計				
教學活動內容及實施方式			時間	備註
第一節課			5 分	實作：能做

<p>熱身活動</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 教師帶領學生進行伸展熱身，加強腳踝、膝關節部位。 <p>足內側及足背移動射門練習</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 足內側射門： <ul style="list-style-type: none"> 1.眼睛盯著球，踏出支撐腳； 2.足內側接觸球中心，將球推出去； 3.腳充分向前擺動，眼睛看著飛出去的球。 ● 足背射門： <ul style="list-style-type: none"> 1.眼睛盯著球，踏出支撐腳； ● 2.腳背踢中球心； <ul style="list-style-type: none"> 3.像是把球順勢推出去，腳踢出去。 ● 分組練習：讓學生分組對著牆壁射門練習。 	15 分	<p>出強而有 力的射門 動作。</p> <p>討論:能和 同學討論 並思考遊 戲策略。</p> <p>觀察:能和 同學合作 進行活動。</p>
<p>複習足內側及足背移動射門</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 學生各自討論方法進行練習： <ul style="list-style-type: none"> 1.射門時身體前傾或後仰是否會造成球的角度高低不同？ ● 2.支撐腳離球太近或太遠是否會影響踢球？ 	15 分	
<p>綜合活動</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 教師綜合結論，並進行緩和運動。 	5 分	
<p>第二節課</p>		
<p>熱身活動</p>	5 分	

<ul style="list-style-type: none"> ● 教師帶領學生進行伸展熱身，加強腳踝、膝關節部位。 <p>進行「足球三宮格」遊戲</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 遊戲規則： <ol style="list-style-type: none"> 1.全班平均分成2 組站在標誌盤後，面向牆壁，標誌盤距離牆壁 5 ~ 8 公尺。 2.牆壁區分低、中、高三區域，每區域高1公尺，寬5 公尺。 3.踢球命中低、中、高區域，分別得1 分、2 分、3 分。 4.每組每人踢完2 球，總結得分，得分最高組別獲勝。 ● 分組討論：引導學生討論 <ol style="list-style-type: none"> (1)射門時身體前傾或後仰是否會造成球的角度高低不同？ (2)支撐腳離球太近或太遠是否會影響踢球？ 	15 分	
<p>進行「我是足球小將」遊戲</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 遊戲規則： <ol style="list-style-type: none"> 1. 男、女混合分成兩組，每組場地分A、B、C 三點，成等腰三角形排列，A、B 間隔5 公尺，A、B 點至C 點距離7 公尺，C 點至球門位置8 公尺。 2.A 點傳球至C 點，B 點人員跑至C 點接球射門。 3.A 點傳球後跑Z 字形繞障礙物至B 點後方。 4.C 點接球射門後，跑至球門撿球將球拿至A 點後方。 5.所有人員均須完成傳球、接球、射門及撿球回位動作。 	15 分	

<p>6.所有人完成後，以射进球門多者獲勝。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 分組討論：引導學生討論本活動所結合學過的技巧。 <ul style="list-style-type: none"> (1) Z 字跑位（默契配合）。 (2)空跑（啟動時機）。 (3)接球（接球瞬間力量是否有釋放力量）。 (4)射門（重心是否偏移？）。 ● 再進行一次比賽。 <p>綜合活動</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 教師綜合結論，並進行緩和運動。 	5 分	
<p>試教成果：(非必要項目)</p> <p><u>試教成果不是必要的項目，可視需要再列出。可包括學習歷程案例、教師教學心得、觀課者心得、學習者心得等。</u></p>		
<p>參考資料：(若有請列出)</p>		
<p>附錄：</p> <p><u>列出與此示案有關之補充說明。</u></p>		