

彰化縣文昌國小 113 學年度公開授課教案

領域/科目	健康與體育		設計者	柯宏松
實施年級	五上		教學時間	40分鐘
主題名稱	體育			
單元名稱	棒棒好球			
設計依據				
學習重點	學習表現	1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。		總綱與領綱之核心素養
	學習內容	Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。 Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。		
融入議題與其實質內涵	• 人權教育 人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。			
教材來源	• 南一版健康與體育五上主題貳單元九			
教學設備/資源	平坦安全的場地、壘包、軟球、哨子、寶物（如軟球、標誌盤……）、呼拉圈、圓錐。			
學習目標				
1. 能了解棒球運動的傳球、接球及跑壘的要領。 2. 能做出傳接球及跑壘動作的控制協調能力。 3. 學童能解決練習時所面臨的問題。 4. 能比較動作要領與他人的正確性。 5. 能表現出勇於挑戰、積極投入的態度。 6. 能展現出打擊、投與接的動作技能執行的控制協調能力。 7. 學童能解決練習時所面臨的問題。				
教學活動設計				
教學活動內容及實施方式			時間	評量方式

<p>【活動 1：球球傳輸帶】</p> <p>一、重點</p> <p>(一)能練習不同軌跡、水平高低的傳接球。</p> <p>(二)能學會跑壘、傳接防守的技巧。</p> <p>(三)能與同組伙伴，進行練習、討論、返回練習，最後進行分享。</p> <p>二、活動</p> <p>(一)準備活動</p> <p>1.熱身活動：教師於活動前帶學童做暖身運動，進行肢體動作的伸展。</p> <p>(二)發展活動</p> <p>1.傳接一起來：棒球是一項守備跑分性的運動，擁有協調、俐落的傳接能力是很重要的，一起來練習傳接功夫。</p> <p>(1)平飛球傳球要領</p> <p>①擲球者眼睛直視對方的頭至胸前位置。</p> <p>②擲球的手往眼睛直視的位置，運用上肩水平投出。</p> <p>(2)高飛球傳球要領</p> <p>①擲球者眼睛直視對方的頭至胸前位置。</p> <p>②擲球的手往眼睛直視的位置，運用上肩往上約 45 度投出。</p> <p>(3)接球要領</p> <p>①接球時膝蓋微彎，雙腳前後步，身體移動時雙手呈打開狀手腕互碰。</p> <p>②眼睛直視來球，移動身體重心去接住來球，而非伸長手去接球。</p> <p>2.球球搬運工</p> <p>(1)學會傳接的動作後，我們來模擬傳接後跑動，就像正式比賽一樣。</p> <p>(2)傳接、輪轉的遊戲方式。</p> <p>①場地布置：起點、終點各放一個呼拉圈，終點的呼拉圈裡放置物品。</p> <p>②A 生在終點一腳站在呼拉圈內，B 生傳球給 A 生，A 生成功接到球後，在呼拉圈裡取一個物品回到起點，將球交給下一個伙伴 C 生，再將戰利品擺放在起點的呼拉圈後歸隊。</p> <p>③下一輪，B 生移動至終點，換 C 傳球。若 A、B 傳接球失敗，則 A 直接撿球歸隊，一樣換 C 上場。</p> <p>(3)分兩組競賽，最快拿完寶物得分。</p> <p>(4)進階玩法，由近至遠擺放物品，規則同上，但接球地點在物品側後方，需依序拾取物品。</p>	<p>5</p> <p>30</p>	<p>能確實做好暖身運動</p> <p>能實作表現</p> <p>能認真參與活動並實作表現</p>
---	--------------------	---

<p>3.進行問題討論與分享</p> <p>(1)進行折返跑壘、傳接球，要留意哪些傳接動作，才能讓傳接更順暢？</p> <p>(2)你認為目前傳接的棒次安排如何？需要調整嗎？（速度、個別程度）</p> <p>4.奪得先機：學會了傳接，還要靠流暢的動作串接在一起，比賽時，跑動傳球一氣呵成才有機會成功使對手出局，將學童分成進攻防守兩組練習傳接、跑壘。</p> <p>(1) 場地布置：在場地的終點放置兩個壘包，在防守方的中間放置一個放球的地點。</p> <p>(2) 跑壘防守練習說明</p> <p>① 進攻及防守 A 各站在一邊的起跑線前，防守 B 在終點一腳踩住壘包，哨音響起後，進攻及防守 A 同時起跑。</p> <p>② A 跑到中間處撿起球傳給終點的 B，而進攻方直接跑到終點上壘（學童能依據自己熟悉的高飛球傳球，或平飛球傳球方式進行傳球）。</p> <p>③ 比比看，是傳球的速度快？還是跑壘的速度快呢？成功上壘則得分。</p> <p>④ 攻守交換，教師總結，說明防守時傳球的重要性。</p> <p>(三)綜合活動</p> <p>1.教師做本節學習的總結論，預告下次上課內容。</p> <p>2.教師給予表現較好的學童鼓勵。</p> <p>3.教師鼓勵學童利用課間時間多練習。</p> <p>4.整理場地，器材歸定位。</p>	5	能認真參與活動 並實作表現
<p>參考資料 · 南一版健體五上教師手冊</p>		

113學年度彰化縣文昌國小

表 3、教學觀察（公開授課）－觀察後回饋會談紀錄表

授課教師：柯宏松 任教年級：五 任教領域/科目：健體/體育

回饋人員：林師

教學單元：棒棒好球

教學節次：共6節，本次教學為第1節

回饋會談日期：113年11月22日 地點：文昌國小五年甲班教室

請依據觀察工具之紀錄分析內容，與授課教師討論後填寫：

一、教與學之優點及特色

1. 學生在練習後掌握技巧。
2. 根據練習的內容設計不同的小比賽活動關卡，讓學生在比賽中熟練技巧。
3. 學生分組練習時教師於各組間走動巡視，指導動作有誤學生，學生能馬上更正錯誤。
4. 能夠及時對學生表現結果予以評量，並對學生操作的優缺點說明。
5. 是學生情況適時調整練習時間及教學模式。
6. 以遊戲方式進行評量增加趣味性，學生參與興趣濃厚。
7. 師生默契良好互動佳，學生能迅速了解教師指令並進行操作。

二、教與學待調整或改變之處

1. 班上有特殊學生動作較遲緩，礙於人數及時間僅能分兩組教學，該組學生的比賽結果總是落後，雖學生沒有抱怨但若能有效技術性處理該生造成的落差或許兩組競爭性會較佳。

三、回饋人員的學習與收穫：

1. 教師課堂規範清晰，教學說明亦淺顯易懂，更透過多元活動評量，更引導學生由活動中發現問題並解決，綜合提問創新思考探討發表自己的心得。
2. 能注意技巧錯誤同學並提醒改善。
3. 教師營造溫暖的學習氣氛，有效及有溫度的師生互動。

四、教學照片



