

建新國小體育教學設計

單元名稱：足球		實施年級：六年級上學期			
能力指標	具體目標	教 學 活 動	時間分配	教學資源	教學評量
3-1-1 3-2-1	加強對球的感覺	壹、教學前準備 一、教師準備：球、標示盤、哨子 二、學生準備：身著適合運動之服裝、球鞋 ～第一節～ 貳、準備活動 一、熱身活動 1.集合學生，確實清點班級人數。 2.瞭解學生身心狀況。 3.熱身活動 (1).慢跑操場一圈 (2).充份伸展頸、肩、肘、腕、髖、膝、踝關節及下肢肌群等伸展動作。 二、複習舊經驗 針對學生先前接觸過的足球課程進行觀念與動作之提醒，使學生回憶先前所學習到的動作。 參、發展活動 球感練習 1.背對背傳接球： 由教師講解動作，請學生兩人一組背對背站立，不同方向由左右、上下接球，其中一人雙手以垂直接球，一人雙手以左右接球。待學生熟練動作後，可藉由哨子或口令變換動作。 2.袋鼠後跳： 由教師示範動作，右腳踏球，左腳在地向後進行拉球，往後前進。待學生熟練後可左右腳交換練習。 <u>進階動作</u> ：可用標示盤讓學生進行 S 型後退。 3.後拉挑球： 單腳把球後拉挑起，用手接住。 <u>進階動作</u> ：後拉挑起後，以單腳或雙腳重	5' ~10'		學生充分熱身
			8'		學生能順利快速傳接球
			8'		能達成此動作，甚至可以快速完成。
			6'		能順利完成動作

4-1-3 4-1-4	加強頭頂球之技能	複挑球。 肆、綜合活動 複習今日的課程，同時針對較不熟練的學生指導。 ～第一節完～ ～第二節～ 壹、教學前準備 一、教師準備：球、標示盤、哨子 二、學生準備：身著適合運動之服裝、球鞋	8'		熟練動作
		貳、準備活動 一、熱身活動 1.集合學生，確實清點班級人數。 2.瞭解學生身心狀況。 3.熱身活動 (1).慢跑操場一圈 (2).充份伸展頸、肩、肘、腕、髖、膝、踝關節及下肢肌群等伸展動作。 4.加入前一節所教之球感或中低年級時所學習之球感練習內容，加強學生球感。	10'		作足熱身準備
		參、發展活動 傳球練習 1.頭頂傳球： <u>基礎練習</u>：兩人一組，一人手持球舉高，另一人練習頭頂動作。 <u>進階練習</u>：由教師講解動作，請學生兩人一組間隔約 2~3 公尺，一人以手將球拋高，另一人以頭頂回傳。一人頭頂數次後換另一人練習。 2.頭頂上網： 由教師示範動作，利用球門網上方，讓學生自行拋球頭頂，將球頂進網中。	10'		瞭解頭頂球之位置 熟練頭頂球之位置
		肆、綜合活動 分組競賽： 將學生分為兩組或數組集合至中場分別面向兩邊球門，讓學生依序輪流以手持球跑至球門前定點將球頂入球門網上方，最快完成之一組獲勝。 ～第二節完～ ～第三節～ 壹、教學前準備 一、教師準備：球、標示盤、哨子 二、學生準備：身著適合運動之服裝、球鞋	6'	6'	熟練頭頂球之動作
3-2-2	複習頂球技能		14'		複習頭頂球動作

3-3-1 3-3-4	加強盤 球技能	貳、準備活動 一、熱身活動 1.集合學生，確實清點班級人數。 2.瞭解學生身心狀況。 3.熱身活動 (1)慢跑操場一圈 (2)充份伸展頸、肩、肘、腕、髖、膝、 踝關節及下肢肌群等伸展動作。 4.加入第一節所教之球感或中低年級時所學 習之球感練習內容，加強學生球感。	10'		作足熱身準備
		參、發展活動 盤球換方向練習： 1.內側鉤球：球置於身前兩腳中央，利用左右 腳內側來回鉤球變換方向。 2.外側鉤球：球置於身前兩腳中央，利用左右 腳外側鉤球變換方向	16'		
	複習盤 球技能	肆、綜合活動 1.利用標示盤排列成一直線，讓學生藉由盤球 穿越標示盤之間的空格，練習內側鉤球及外 側鉤球變換方向。	6'		熟練結合盤球 與變換方向
		2.分組競賽，最快完成之一組獲勝。 ～第三節完～	8'		