

領域/科目		健康與體育	設計者	郭宏照
實施年級		國小二年級	總節數	1
單元名稱		拋擲練習——一起來打怪		
核 心 素 養	總綱 核心素養	A1、身心素質與自我精進 B1、符號運用與溝通表達 C2、人際關係與團隊合作		
	領綱/科目 核心素養	健體 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展， -E-A1 並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活 -E-B1 中的運動、保健與人際溝通上。 健體 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、 -E-C2 公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。		
	呼應核心素養 之教學重點	分組遊戲：掌握要領，積極參與。 共同討論：集思廣益，共商策略。 返回遊戲：策略驗證，適時修正。 經驗分享：反思回饋，共同精進。		
(領綱) 學 習 重 點	(1)學習表現	1c- I -1 認識身體活動的基本動作。 2c- I -1 表現尊重的團體互動行為。 2c- I -2 表現認真參與的學習態度。 2d- I -1 專注觀賞他人的動作表現。 3c- I -2 表現安全的身體活動行為。 4c- I -2 選擇適合個人的身體活動。		
	(2)學習內容	Bc- I -1 各項暖身伸展動作。 Hc- I -1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量 及準確性控球動作。		
	(3)學習目標	一、能嘗試拋、擲的動作。 二、能用心觀摩，汲取他人的優點。 三、能適時修正個人拋、擲的動作。 四、能勇於分享並尊重同儕分享。 五、能在玩球的過程中，認識自己身體活動能力並選擇適合自己的運動。		
議題 融入	無			
教具 設備	一、樂樂棒球 25 顆、引導步伐軟墊 8 條、大紙箱 2 個(各貼有 4 面可愛小怪物圖案)。 二、哨子、馬表、課桌 2 張。			

教學活動內容及實施方式	時間	備 註
第一節：《拋擲練習——一起來打怪》 一、課前準備 (一) 教師：教具設備與場地配置。 (二) 學生：預先分 2 組——男生、女生。 二、暖身活動/引起動機 (一)暖身操 (二)分組列隊——男生、女生。 (三)提問：當同學站在黃線後，要如何以球精準的擊中紙箱上的怪物？ 三、主要內容 / 活動 (一) 分組遊戲 1. 「一起來打怪」規則與要領介紹。 (1)每人 1 顆球；紙箱立面較大者朝前並置於課桌上。 (2)拋、擲球者每次一位，請站於黃色引導步伐軟墊後；未輪到的同學依序站於藍色引導步伐軟墊後。 (3)只要擊中紙箱，包含投進、擦邊、正擊，皆算得分。 (4)完成拋、擲者，請自行撿球並列隊於後。 (5)撿球後回隊伍時，請留意行進路線。 (6)每局時間 5 分鐘，最後總計團隊得分。 2. 學生就規則不解之處提問，教師釋疑。 3. 正式比賽： (1)依規則進行並計分。 (2)未輪到的同學可觀摩其他同學的動作。 (3)計分公告。 (二) 共同討論 1. 教師提問，學生思索後分享： (1)你覺得要如何丟球，較容易擊中怪物？ (2)哪位同學的丟球方式值得你學習？為什麼？ (3)拋、擲球的分別？ (4)如何讓同一隊中丟球的總次數增加？ (三) 返回比賽	5 分 4 分 6 分 4 分	口頭評量 專心聆聽 活動評量 口頭評量

教學活動內容及實施方式		時間	備 註
1. 展開新賽局，重新體驗拋、擲，及時修正力道與動作。 2. 賽局時間、方式等均與初次比賽相同。 3. 共計比賽 3 局。 (四) 經驗分享		16 分	活動評量 用心觀摩
1. 共同檢視計分總表。 2. 請學生分享獲勝的可能原因。 3. 雖落敗，但亦能分享改善之道。		3 分	參與討論
四、總結活動 (一)統整並回饋上課內容： 1. 表揚表現佳的學童，並請他們示範。 2. 鼓勵學童發揮專注力，認真體驗不同的丟球方式，以強化手眼動作協調等。 (二)器材整理與復舊。		2 分	用心觀摩 專心聆聽
評 量	一、口頭評量。 二、分組活動評量。		
參考資料	一、十二年國民基本教育課程綱要——健康與體育領域		