

國小健康與體育領域一上（第一冊）第七單元活動二教案

領域/科目		健康與體育-體育	設計者	施岑欣
實施年級		一上	教學時間	40 分鐘
單元名稱		第七單元大球小球真好玩 活動二傳球遊戲		
設計依據				
學習重點	學習表現	3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。		
	學習內容	Hc-I-1 標的性球類運動相關的簡易傳、接球之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。		
總綱與領綱之核心素養		健體-E-A1 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，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。		
議題融入與其實質內涵		【安全教育】 安 E9 學習相互尊重的精神。。		
與其他領域/科目的連結		綜合課程		
教材來源		翰林版一上健康與體育教學手冊第七單元		
教學資源/設備		平坦安全的場地、軟球		
學習目標				
能與同學互相合作完成傳球、接球的動作與遊戲。				

學習活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	評量方式
<p>【引起動機】</p> <p>一、教師帶領學生暖身</p> <p>1-1 教師點名並帶領學童至跑道。</p> <p>1-2 教師指導學生放置水壺、整隊、詢問學生有沒有身體不舒服的情況。</p> <p>1-3 教師帶領學生進行暖身操。</p> <p>(1)各關節靜態操(頸部、肩部、腰部、膝關節、腳踝)。</p> <p>(2)動態暖身操(開合跳)。</p> <p>1-4 教師提醒學生注意安全。</p> <p>【發展活動】</p> <p>二、教師在跑道上講解抓球的手勢。</p> <p>2-1 教師請學生依照單號雙號分兩排，並請前一排學生蹲下，以讓後排得以看見教師的示範。</p> <p>2-2 教師說明本次課程主題為傳球，並示範接球方式</p> <p>(1)用手指抓球，而非手掌。</p> <p>(2)五指微開，像球的形狀。</p> <p>(3)雙手在胸前以適當的力量掌握住球。</p> <p>2-3 教師引導學生做出拿球的正確姿勢。</p> <p>2-4 教師給予學生反饋。</p> <p>三、教師引導學生練習趣味傳接球。</p> <p>3-1 教師提醒學生雙腳打開與肩膀同寬，並示範舉手拿球從頭頂傳球。</p> <p>3-2 教師將球交給排頭，引導學生頭頂傳球。</p> <p>3-3 教師示範向下從跨下傳球。</p> <p>3-4 教師引導學生向下從跨下傳球。</p> <p>3-5 兩組競賽看誰傳球最快。</p> <p>3-6 教師提醒學生喝水一分鐘。</p> <p>四、教師示範教學與指導學生彈地傳接球。</p> <p>4-1 教師說明接下來要練習彈地傳接球，並示範彈地傳接球的方</p>	<p>10min</p> <p>5min</p> <p>12min</p> <p>10min</p>	<p>實作評量：認真走路、水壺能放置指定位置、能找到做操位置。</p> <p>實作評量：認真聆聽、抓球姿勢確實。</p> <p>實作評量：姿勢正確並與同學互相合作。</p> <p>實作評量：姿勢正確並與同學互相合作。</p>

<p>法：面向要傳球的隊友，將球持在胸前，雙肘微向外，伸臂向外推球時，向前跨出一步，球向兩人的中間呼拉圈丟。</p> <p>4-2 教師說明接球方法：胸前接球，接球瞬間手臂順勢收回胸前，以緩衝球的衝擊力。</p> <p>4-3 教師講解完，請學生實作並給予回饋。</p> <p>4-4 教師發下軟球，先讓單號傳球、雙號接球，再讓雙號傳球、單號接球。</p> <p>4-5 教師引導學生來回多次練習。</p> <p>五、教師提醒學生運動後的注意事項</p> <p>6-1 教師說明下次上課會講解拋接球。</p> <p>6-2 教師詢問學生是否有不舒服或受傷，以及下課後的三件事：洗手、喝水、上廁所。</p> <p>6-3 教師給予學生回饋。</p>	<p>3min</p>	<p>口語評量：針對老師問題回答。</p>
---	-------------	-----------------------