

健康與體育領域四上教案

領域/科目	健康與體育	設計者	鄭凱文	
實施年級	四上	教學時間	40分鐘	
主題名稱	貳、揪團來運動			
單元名稱	十、歡樂棒球			
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。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2d-II-3 參與並欣賞多元性身體活動。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。	總綱與領綱之核心素養	健體-E-C2 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、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。
	學習內容	Hd-II-1 守備/跑分性球類運動相關的拋接球、傳接球、擊球、踢球、跑動踩壘之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 Cb-II-4 社區運動活動空間與場域。		
融入議題與其實質內涵				
與其他領域/科目的連結	無			
教材來源	南一版健康與體育四上主題貳單元十			
教學設備/資源	樂樂棒球器材：擊球座、球棒、球、呼拉圈、小圓錐、壘包、呼拉圈。			
學習目標				
1. 能了解樂樂棒球的簡易規則並進行比賽，能描述自己或同學動作技能的正確性。 2. 能努力練習並與他人合作，討論戰術、分配任務，學會溝通與合作等生活技能。 3. 能做出樂樂棒球的基本動作，如傳接球、打擊及跑壘等動作，並應用於比賽中。 4. 了解守備跑分性運動的基本攻防概念與人、球、空間三者的關係，並利用課餘時間邀請同學或家人進行棒壘球的運動。				
教學活動設計				
教學活動內容及實施方式			時間	評量方式
【活動 1：球不漏接】 (一)準備活動			80	能認真參與活動並實作表現

1.確實做好伸展操，尤其加強肩部、髖部、手腕腳踝的繞環、背脊、體側、腿部的伸展等。

2.由教師帶隊慢跑，從本壘出發、繞過一壘、二壘後回到本壘，完成三趟。

(二)發展活動

1.接球方式

(1)接平飛球：雙手置於胸前接球，注視來球，做好準備接球動作。

(2)接滾地球：雙腳一前一後蹲下，手掌貼地，掌心向上準備接球。

(3)接高飛球：雙手高舉過頭接球，注視來球，做好準備接球動作。

2.全班分成數組，每組分成兩縱隊，面對面排列於投擲線後方，以平飛球、滾地球或高飛球方式傳至對面後，慢跑回後排。

3.教師提問並請學童發表

(1)在比賽過程中，有哪些同學的滾地球接得特別好？請學童示範。

(2)接滾地球的動作有什麼重要性？對比賽有什麼影響？

(3)除了接滾地球之外，還有什麼是防守的時候會遇到的問題？

4.壘間傳球練習

(1)全班分成四組，分別利用傳球及跑壘的方式，比一比哪一組最快到達本壘。

(2)每組學童平均分散在三壘包，每個壘包約1至2人。

(3)依逆時針方向由本壘開始，依序傳向一壘、二壘，再傳回本壘。

(三)綜合活動：攻占堡壘

1.分成傳球及跑壘兩大組，分別利用傳球及跑壘的方式，比一比哪一組最快到達本壘。

能認真參與活動
並實作表現

- 2.跑壘者(橘色壘包)及傳球者(白色壘包)各3人,分別站在壘包上。
- 3.跑壘者以球接力、傳球者以傳球的方式,由本壘依序經過1→2壘包,再回本壘。
- 4.傳球失誤時,由接球者撿球,並回到原傳接球位置(壘包)後,再繼續傳球。
- 5.比一比,看誰先到達本壘。
- 6.結束後,針對進行比賽的優缺點做討論,再返回比賽。

(四)歸納總結：小組發表與回饋

- 1.比賽時要注意哪些安全事項,避免發生碰撞。
- 2.繞壘的動作有什麼重要性?有什麼技巧?
- 3.請學童發表課程收穫與心得。
- 4.教師回饋並複習本次課程的重點：守備及跑壘的動作要領。
- 5.自省時間：學童自評努力與合作等責任的達成度。
- 6.鼓勵學童將努力與合作的責任融入生活,並利用課餘時間邀請親朋好友一起進行傳接球運動。

～第一至二節結束/共2節～