

領域/科目		健康與體育		設計者	陳麗珍	
實施年級		三		總節數	共 2 節，80 分鐘	
單元名稱		單元八 一起來打球 活動一 傳球達陣				
設計依據						
學習重點	學習表現	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。		核心素養	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	
	學習內容	Hb-II-1 攻守入侵性運動相關的拍球、拋接球、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。				
議題融入	實質內涵					
	所融入之學習重點					
與其他領域/科目的連結						
教材來源		翰林三上健康與體育課本				
教學設備/資源		教用版電子教科書				
學習目標						
1. 能正確的用雙手傳接地板球，並控制球的力道與方向。 2. 在遊戲過程中，能運用所學的技能，並思考不同的策略，表現合作的精神。 3. 觀察同學的動作並進行反思。						
教學活動設計						
教學活動內容及實施方式					時間	備註
第一節 熱身活動					5 分	實作：能控制傳球的力道、方向與位置。
● 教師帶領學生進行伸展熱身。						
雙手傳接地板球動作					15 分	討論：能與同學討論遊戲策略及方法。
● 雙手持球於胸腹之間，兩肘自然彎曲於體側，身體成基本站立姿勢，眼注視傳球目標。傳球時，後腳蹬地發力，身體重心前移，兩臂前伸，兩手腕隨之旋內，拇指用力下壓，食、中指用力撥球將球向地板傳出。球出手後，兩手略向外翻。						
● 彈地的距離原則上約在傳球者與接球者距離靠接球者的四分之三						

處，球彈跳高度約在腰部與下巴。 ● 兩人一組，進行雙手地板傳接球。 ● 越傳越遠：利用呼拉圈作為傳球反彈區，接球者慢慢往後移動，傳球者練習傳球的力量和準確性。	10 分	觀察：能和同學合作進行活動。
進行接球轉身傳球練習 ● 練習規則： 1 三人一組排成一線。 2 中間同學接球後轉身傳給另一位同學，以軸心腳（左腳或右腳）往後轉身。	8 分	
動作策略討論 ● 引導學生討論： 1 是否流暢伸展手臂並使用手腕讓球旋轉？ 2 球落地點及彈跳高度（判斷出手力道、球的彈性）。 3 轉身的方向是否會有影響？（慣用手方向是否較快）。 ● 再進行一次轉身傳球練習（可變成四人一排或五人一排）。 ● 集合全班，共同發表感想，是否有進步？	7 分	
綜合活動 教師綜合結論，並進行緩和運動。	5 分	
第二節 熱身活動 ● 教師帶領學生進行伸展熱身。	5 分	
進行「球來運轉」遊戲 ● 遊戲規則： 1 每五位同學一組，分別站在中間及外面四個位置的呼拉圈裡。 2 外圍四個呼拉圈與中間呼拉圈間隔約5 ~8 公尺。 3 中間同學依序和外面四個同學完成地板傳接球後，再換另一位同學到中間呼拉圈內。 4 全組同學都要輪完，最先完成組別獲勝。	15 分	

進行「傳球達陣」遊戲 ● 遊戲規則： 1 學生男、女生混合分成數組。 2 以一個彈地的地板傳接球方式，接球者不能持球移動，每個人都至少要完成一次傳接球，每人間隔至少5 ~ 8 公尺。 3 哪組能夠最快傳球到終點就獲勝。 ● 分組討論：如何進行？用什麼策略？怎麼分配順序可以將球很快傳到指定位置？ ● 再進行一次比賽，驗收討論成果。	15 分	
綜合活動 ● 教師綜合結論，並進行緩和運動。	5 分	