

體 育 教 學－「東園好棒」 校 本 課 程 簡 案 2

單元名稱	東園好棒 2~傳接球		設計教師	蔣其安	人數	28 人
日期	109 年 12 月 1 日		時間	40 分鐘	地點	教室、操場
教材來源	自編（傳接球）		教學方法	教師：講述、示範、個別指導 學生：小組練習、遊戲活動		
教學資源	軟式棒球、硬式棒球、樂樂棒球、影片、交通錐、打擊網、軟鋁棒					
教材研究	<p>1. 本校擁有歷史悠久的棒球隊及棒球場，擁有如此得天獨厚的師資與設施設備，促使本校思考校本棒球課程的可行性。</p> <p>2. 透過講解，基本動作練習、簡易分組比賽，體驗比賽的規則與進行方式，培養公平競爭的精神。</p>					
學生起點 行為分析	<p>1. 教材適用於棒球初學者</p> <p>2. 依學生能力調適教材難易及份量</p>					
教學目標	基本能力		分段能力指標			
<p>1. 認知目標</p> <p>1-1 瞭解傳接球動作要領</p> <p>1-2 藉由組合動作練習，體驗學習的效果</p> <p>1-3 了解棒球規則、棒球內容、棒球名人堂相關勵志故事。</p> <p>2. 技能目標</p> <p>2-1 學會棒球打擊、守備、跑壘預備動作</p> <p>2-2 學會棒球打擊、守備、跑壘基本技術</p> <p>3. 情意目標</p> <p>3-1 增進運動的樂趣</p> <p>3-2 培養合作的精神</p>	<p>一、了解自我與發展潛能</p> <p>二、欣賞、表現與創作</p> <p>三、尊重、關懷與團隊合作</p>		<p>1-3-1 了解個人運動潛能及動作發展的差異性，並充分發展</p> <p>3-1-2 結合身體動作以操作設備</p> <p>3-1-1 表現簡單的全身性活動</p> <p>3-1-4 結合一系列的基本動作，表現出簡單的動作技能</p>			
能力指標	教學過程	教學設計內容				時間
1-3-1	<p>準備活動</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>引起動機</p> <p style="text-align: center;">↓</p>	<p>1.場地器材準備：於上課前準備妥當</p> <p>2.集合點名：詢問是否有身體不適學生</p> <p>3.暖身運動：</p> <p>①靜態做操-大肌肉關節的伸展操</p> <p>②動態做操-田徑場慢跑 1 圈</p> <p>4.引起動機：播放棒球比賽的影片，傳接球、接高飛球，接滾地球。</p> <p>5.</p> <p>1 上手傳球練習：左腳向前一小步、重心移至左腳</p> <p>2 接球練習：來球在腰部以上，指尖朝上接球；指尖朝下接住腰部以下之來球；以近似跪姿接滾地球。</p>				5 分
3-1-1	上手傳球、接					15 分
						10 分

<p>3-1-2 3-1-1 3-1-4</p>	<p>球、滾地球</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p style="text-align: center;">高飛球</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p style="text-align: center;">舉手分享</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p style="text-align: center;">講評、檢討 整隊解散</p>	<p>3 滾地球練習：雙手拋球，儘讓球一次彈跳後，再將其接住。</p> <p>6.高飛球練習：向上拋超過頭頂小飛球，雙手接球練習。</p> <p>7.舉手分享：</p> <p>1 集合同學，並給予回饋</p> <p>2 總結今天上課內容，並預告下次上課內容</p> <p>3 清點器材、歡呼下課</p>	<p>8 分</p> <p>2 分</p>
----------------------------------	--	---	-----------------------