

體育課好好玩 - 103 學年度教育部體育署優質體育教材甄選 作品說明書

參賽組別	<input type="checkbox"/> 教材設計組 <input type="checkbox"/> 教具設計組
作品名稱	光榮大檸檬
適用對象	國中 8、9 年級學生
作品用途	國中體育課程
設計理念與構想	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 融入品德教育行為準則『公平正義』與『性別教育』，營造打破性別差異，可公平參與課程的條件。</li> <li>2. 透過參與國球棒球的基本學習，理解體會大聯盟球星亮眼光環下，背後所付出的努力與辛苦。</li> <li>3. 期盼以正面陽光的挑戰自我課程設計，扭轉近年來職棒賭博的負面形象，還給學生對棒球清新、正向積極的運動印象。</li> </ol>
內容概述 (教具組請撰寫操作說明)	<p>課程一（兩節課）、我是陳偉殷。(投球準度，棒球術語：控球)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 透過投球動作的課程設計，讓學生體會與學習，要將球投中一定距離目標物，靠的絕非蠻力。</li> <li>2. 輔以有趣的課程參與，讓單調的投球練習變的有趣，讓女生也可以克服刻板印象的束縛(男生打棒球、女生打壘球)，盡情享受棒球運動的樂趣。</li> </ol> <p>課程二（兩節課）：守備魔術師。(內野守備，棒球術語：滾地球接傳)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 以實際操作的體會，增進學生瞭解內野守備動作的困難之處。</li> <li>2. 團隊跑壘模式，除樂認識棒球比賽跑壘規則外，也促進彼此合作互動關係，並達成足夠運動量。</li> </ol> <p>課程三（一節課）：網壘大競賽。(大檸檬比賽規則)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 打破性別差異印象，不分男女全員參與，以團隊跑壘結合擲(替代打擊)回傳球(守備)，讓學生瞭解棒球運動的攻防規則。</li> <li>2. 採長距離跑壘參與，以達到運動成效之運動量。過程中，男女彼此利用性別優劣勢，討論策略並實際呈現於競賽中。</li> </ol>

體育課好好玩 - 103 學年度教育部體育署優質體育教材甄選 教案參考格式

<b>項目/單元名稱</b>	光榮大檸檬	<b>設計者</b>	黃瀚揚
<b>教學對象</b>	國中 8、9 年級學生	<b>教學節數</b>	5
<b>融入議題</b>	1. 品德教育準則公平正義 2. 性別教育	<b>教學資源</b>	自製教具、網球、水桶等
<b>設計理念</b>	<p>1. 融入品德教育行為準則『公平正義』與『性別教育』，營造打破性別差異，可公平參與課程的條件。</p> <p>2. 透過參與國球棒球的基本學習，理解體會大聯盟球星亮眼光環下，背後所付出的努力與辛苦。</p> <p>3. 期盼以正面陽光的挑戰自我課程設計，扭轉近年來職棒賭博的負面形象，還給學生對棒球清新、正向積極的運動印象。</p>		
<b>教學目標</b>	<b>能力指標</b>	<b>教學目標</b>	
	<p>3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現</p> <p>6-3-6 建立快樂、健康的生活與生命觀，進而為自己的信念採取行動。</p> <p>3-4-4 參與公共事務，不受性別的限制。</p>	<p>1. 學會何謂投球動作與控球。</p> <p>2. 學會內野守備動作，滾地球接回傳。</p> <p>3. 理解跑壘概念與技巧。</p> <p>4. 理解性別差異並互相體諒與尊重</p>	

節次	教學活動流程	時間	教學資源	教學評量
第一節	<p>我是陳偉殷。(投球準度，棒球術語：控球)</p> <p>暖身+伸展操</p> <p>1. 擊中目標物： 分成4組，每人使用網球替代棒球投擲，將球投向所設定之目標柱。</p> <p>2. 命中紅心： 分成4組，每人需將網球沾粉筆灰投擲，將球投向所設定之目標物，每組投中投擲板越多處者則為獲勝。 (獲勝組，可挑戰獎勵9宮格)</p>	5 15 20 5	自製 投擲 板、網 球、粉 筆灰	觀察  小組 競賽
第二節	<p>我是陳偉殷。(投球準度，棒球術語：控球)</p> <p>暖身+伸展操</p> <p>1. 命中紅心： 分成4組，每人使用網球替代棒球投擲，將球投向所設定之目標板，未投中目標板，需以鴨子走路走回投擲處。</p> <p>2. 面對強打者： 分成4組，學生將沾有水的球，投向目標物，需從投球點到沾粉水處折返後方可投球，投中(水)球棒區面積最小的兩組，則表示通過。</p> <p>講解與檢討回饋</p>	5 15 20 5	自製 投擲 板、粉 筆、網 球、水 桶	觀察  小組 競賽
第三節	<p>守備魔術師。(內野守備，棒球術語：滾地球接傳)</p> <p>暖身+伸展操</p> <p>1. 滾地球接球練習(2人一組分接不同高度滾地球)</p> <p>2. 手忙腳亂：一人快速跑到中心區，以滾地球方式拋給隊友，隊友接球後，快速回傳，能順利接到球者算成功。所有成員於限定時間內重複操作。</p> <p>講解與檢討回饋</p>	5 15 20 5	網球 球桶 小圓 盤	觀察  小組 競賽

<p>第 四 節</p>	<p>守備魔術師。(內野守備，棒球術語：滾地球接傳) 暖身+伸展操 1. 你丟我傳：一人將球從頭頂高度後拋成滾地球後快速跑至壘包區，防守在接到球後，快速將球傳至壘包區，看誰先到壘包區者則為得分。 2. 腳比手快：兩組競賽（各擔任跑、守方一次），跑方將球至於頭頂高度放下（放手即跑壘），守方位於距3公尺處，球一落下便可向前接球，看球或人先至壘包處，以判斷成功上壘或封殺出局。 進階版：規則同上，多人跑壘，守方壘手接球後快速跑回本壘，攻方則需跑在壘手之前快速折返回本壘得分。 講解與檢討回饋</p>	<p>5 15 20 5</p>	<p>網球 粉筆</p>	<p>觀察 小組 競賽</p>
<p>第 五 節</p>	<p>網壘大競賽。(大檸檬比賽規則) 暖身+伸展操 以棒球場規格布置4個壘包，合併為2大組競賽，採棒球攻守兩方進行，攻方其中一人於打擊區將網球以投擲方式投出，攻方需全體跑壘，守方分隔於內外野守備，在接到球後快速將球傳回給封殺區捕手，在球回傳前跑回的人數即為分數，每局攻守各3次，共8局 進階版：攻方一人一球，於同上。(計分方式：比球快回本壘的人數-傳回本壘的球數=得分) ☆守備方人員可站立於壘包區，縮小攻方踏壘區域，增加攻方跑壘難度。</p>	<p>5 35 5</p>	<p>粉筆 網球</p>	<p>觀察 小組 競賽</p>

附件:學生上課實景



學生投向目標處實況



學生投向目標處實況



面像強打者操作實況



面像強打者操作實況



學生跑向沾水處補給



強打者投擲板



守備魔術師-練接滾地球



網壘大競賽計分版



擊中目標物成果



守備魔術師場地

