

教育部體育署 106-107 年體育課好好玩
十二年國教優質體育教材甄選計畫 作品說明書

參賽組別	<input checked="" type="checkbox"/> 小學組 <input type="checkbox"/> 中學組（含國中與高中、職）
作品名稱	球類遊戲(個人與社會責任模式融入理解式教學)
適用對象	中年級
作品用途	以體育遊戲的方式加強自身的運動能力，以展現自我的運動潛能。在與他人進行溝通、合作與討論如何進行攻守作為的學習模式下，透過教師適當的引導情境與不斷地提供思考、溝通的機會中，能有效的學到與他人互動，達成共識並產生共同行為與策略，以及培養學生具備解決問題的能力。
設計理念與構想	<p>藉由個人與社會責任模式(TPSR)融入理解式教學法(TGfU)，讓學生能在樂趣化、挑戰性的遊戲情境中，學習球類運動的戰術與技能；從簡化的運動比賽中，了解比賽規則、運動禮儀與團隊合作的精神，讓每位學生體驗成功的喜悅，感受體育課帶來的樂趣，進而培養終身運動的習慣。</p> <p>教學活動設計上從理解式教學法中，設計出標的性、網牆性、守備跑分性、侵入性等四種類型的球類遊戲競賽，是為讓學生體驗不同球類運動的樂趣化學習，遊戲的最後進行溝通討論與反思，培養思考及溝通能力。此外，亦能懂得尊重他人與團隊合作，並能達成主動學習遷移的效果。</p>
內容概述	<p>此次教學對象為中年級的學生，以 TPSR 融入理解式教學法，可說是一項頗富挑戰性的教學活動。於是在選擇教材上，我們以簡單的遊戲入門，在簡易的比賽之中逐一增加遊戲的複雜性與難度，來達到設定的學習重點。</p> <p>在遊戲的設計上，我們以趣味性及團隊合作為基礎目標，在不同的遊戲教學活動中，除了有趣之外更需要教師引導學生進行溝通討論，最後學生能反思並溝通表達，完成團隊的作戰策略，藉此提高學生的學習興趣，並且亦能達到增強體適能的教學成效。此外，也能將此能力遷移至其他生活決策表現上，以達成系統思考與解決問題、人際關係與團隊合作的核心素養能力之培養為目標。</p> <p>本教案希冀能拋磚引玉，教師在實際教課時仍可依學生的能力做適時調整。</p>

教育部體育署 106-107 年體育課好好玩
十二年國教優質體育教材甄選計畫 教案參考格式

領域/科目		健康與體育領域 /體育		
實施年級		小學三年級/第二學習階段	總節數	5 節課(每節40分鐘)
單元名稱		球類遊戲教學(個人與社會責任模式融入理解式教學)		
設計依據				
學習重點	學習表現	<p>1. 認知：c. 運動知識、d. 技能原理</p> <p>1c-Ⅱ-1 認識身體活動的基本動作技能。</p> <p>1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>2. 情意：c. 學習態度、d. 運動欣賞</p> <p>2c-Ⅱ-1 遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>2c-Ⅱ-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>2d-Ⅱ-2 表現觀賞者的角色和責任。</p> <p>3. 技能：c. 技能表現、d. 策略運用</p> <p>3c-Ⅱ-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>3d-Ⅱ-1 運用動作練習的學習策略。</p> <p>3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>4. 行為：c. 運動計畫、d. 運動實踐</p> <p>4c-Ⅱ-1 了解個人體適能與基本運動能力表現。</p> <p>4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的的身體活動。</p>		領網核心素養
	學習內容	<p>競爭型運動H</p> <p>a. 網/牆性 球類運動</p> <p>Ha-Ⅱ-1 網/牆性相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念</p> <p>b. 攻守入侵性 球類運動</p> <p>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</p> <p>c. 標的性 球類運動</p> <p>Hc-Ⅱ-1 標的性相關的拋球、擲球、滾球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念</p> <p>d. 守備跑分性 球類運動</p> <p>Hd-Ⅱ-1 守備/跑分性相關的拋接球、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</p>		
<p>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。</p> <p>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。</p> <p>健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。</p> <p>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，並與團隊成員合作，促進身心健康。</p>				

核心素養 呼應說明		<p>藉由個人與社會責任模式(TPSR)融入理解式教學法(TGfU)，運用在各種球類遊戲的教學上，讓學生在學習各式球類技巧之前，除了瞭解動作的要領之外，能用趣味性的方式加強自身的運動能力，以展現自我的運動潛能。並且在與他人進行溝通、合作與討論如何進行攻守作為的學習模式下，透過教師適當的引導情境與不斷地提供思考、溝通的機會下，便能有效地學到與他人互動，達成共識並產生共同行為與策略，以及培養具備解決問題的能力，以達成健體-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，並與團隊成員合作，促進身心健康。</p> <p>此外，再以提供嘗試、體驗與創造遊戲規則的機會，將有助於學生選擇參與適當的身體活動，並期望能達到提升體適能，以達成健體-E-C2 在體育活動和健康生活中樂於與人互動，並與團隊成員合作，促進身心健康的基本能力。</p>
議題 融入	實質 內涵	<p>品德教育：品E3，溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>本教案在第一到五節課當中，在活動後藉由教師的導引方式讓學生思考，透過小組討論問題及活動反思進行分享回饋，以達成溝通合作及和諧的人際關係的品德教育。</p>
學習目標		
<ol style="list-style-type: none"> 1.能使用動態熱身來提升運動表現，並養成運動前暖身的習慣。 2.能以遊戲趣味的方式，培養遵守遊戲規則，並瞭解團隊合作的精神。 3.能以和諧的方式進行溝通討論，培養溝通的能力。 4.能理解各種不同的戰術策略運用於比賽當中。 		
教學設備 /資源		<p>活動器材： 抹布 1 條、籃球 2 顆、排球 2 顆、躲避球 2 顆、小皮球 12 顆、寶特瓶 20 瓶、地刷 2 支、小欄架 8 個（本教案簡稱小黃）、汽球 2 顆、步點 25 個、呼拉圈 4 個、羽球架兩組、橡皮筋數條、號碼衣 12 件、八開圖畫紙數張、彩色筆數支</p> <p>活動場地： 躲避球場(半場)、籃球場(半場)</p>
教學活動內容及實施方式		備註

第一節：我是神射手（標的性）

一、準備活動（10分鐘）

(一)老師：點名、確認學生狀況

(二)學生：靜態熱身操

動態熱身操：布布驚心

① 規則說明：

② (1) 挑出一位學生擔任魔鬼，在背後的褲頭夾著一條抹布徒手抓人

③ (2) 被抓到的學生則出局，到場外做十下開合跳後，即可到回到場上繼續遊戲。

④ (3) 其餘學生想辦法抽走魔鬼的抹布，如魔鬼的抹布被抽走，代表死亡。

⑤ (4) 魔鬼死亡則換抽走抹布的當鬼，再重新開始新的一輪。

遊戲活動示範：



二、發展活動（25分鐘）

【活動一】保齡球遊戲

全班分為兩組進行活動

⑥ (一)在指定地點擺放數瓶水瓶，距離起點約 5~10 公尺，可依據學生能力作調整。

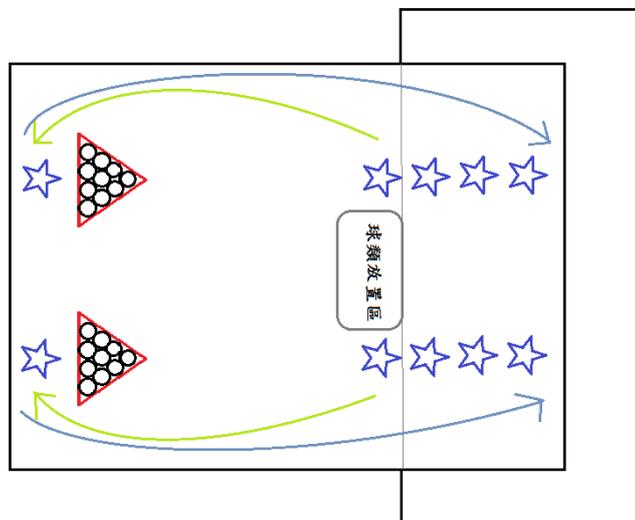
⑦ (二)從起點投擲各式球類(籃球、排球、躲避球、小皮球)。

⑧ (三)一次一人，可投擲 2 次，然後計算寶特瓶倒了幾瓶，表示該組別當次的分數。

⑨ (四)小組分數合計需剛好達成 50 瓶及完成遊戲，並全組大喊完成。

教師提問：分析投擲方式有什麼問題？還有一次機會的話要如何改變策略？

遊戲活動示意圖：



教學重點：學生能藉由暖身操活動，達成提高體適能與基本運動能力的身體活動。

教學重點：瓶子不可放太緊密，依照瓶子擊倒數評估學生瞄準目標的能力。教師提問引導學生思考。（品 E3，溝通合作與和諧人際關係。）

【活動二】推槌球

規則說明：

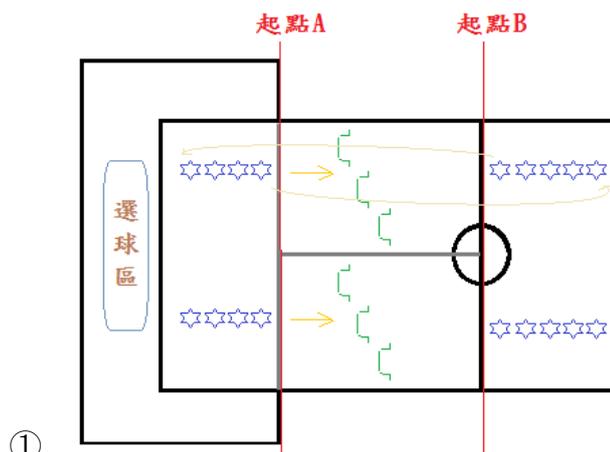
- (一)將小黃放在固定地點，不同地點得分數不同（離起點愈近，分數愈低）
- (二)從起點A開始進行，學生可在選球區選擇一種球。
- (三)用地刷以推球或槌球方式，使球順利通過欄架(小黃)下方，滾到起點B之前不可出界，且中途不可弄倒小黃。再換對面同組從起點B折返進行。
- (四)只能選擇場內其中一個小黃為目標，順利通過小黃即得到上面標示的分數。
- (五)計時8分鐘後，整組分數累積加起來為總分。

教師提問：推球或槌球的方式有何問題？如果還有一次機會會運用什麼策略增加得分？(分析隊員有何優勢或是劣勢、棒次的安排)

遊戲活動動作示意圖：

場地規劃與流程示意圖

┌ 小欄架 ☆ 學生



三、綜合活動 (5 分鐘)

賽後小組回饋討論及分享發表：

1. 這個遊戲最重要的是要擁有什麼能力？
2. 遊戲當中使用的球和道具，可以改用什麼東西來玩呢？

第二節：汽排球（網牆性）

一、準備活動 (10 分鐘)

- (一)老師：點名、確認學生狀況
- (二)學生：靜態熱身操

動態熱身操：布布驚心

規則說明：

- (1)挑出一位學生擔任魔鬼，在背後的褲頭夾著一條抹布徒手抓人
- (2)被抓到的學生則出局，到場外做十下開合跳後，即可到回到場上繼續遊戲。
- (3)其餘學生想辦法抽走魔鬼的抹布，如魔鬼的抹布被抽走，代表死亡。
- (4)魔鬼死亡則換抽走抹布的當鬼，再重新開始新的一輪。

二、發展活動 (25 分鐘)

【活動一】傳球練習

兩兩練習：傳球、擊球、拍球和接球等各種方式（可用拍打等方式）

【活動二】排球遊戲（使用汽球、小皮球或沙灘排球）

全班依S型能力分組，分為四組，兩個場地可同時進行遊戲

教學重點:使用器增加控制球的難易度。

教師提問引導學生思考。
(品E3, 溝通合作與和諧人際關係。)

小組回饋分享
(品E3, 溝通合作與和諧人際關係。)

教學重點:學生能藉由暖身操活動,達成提高體適能與基本運動能力的身體活動。

教學重點:
老師須同時看兩個場地活動,可請學生協助擔任裁判。

教學重點:學生能團結合作。

規則說明：

- (一)猜拳決定誰先進攻，進攻方必須從端線後方發球。
- (二)藉由傳球的方式將球擊過網，不可持球移動，且球不可中途落地。準備攻擊過網時，可移動最多三步。
- (三)個人擊球只能一次，團隊擊球不能超過五次，且用身體任何部位拍打擊球讓球過網，成功落地在有效得分區則得一分。
- (四)若個人擊球連續兩次、團隊擊球超過五次和出界，則交換球權須從端線出發。
- (五)比賽時間 10 分鐘，最後結算分數後，最高分的組別為獲勝。

教師提問引導思考。

教師提問:拍球與擊球的方式有何問題?如果還有一次機會會運用什麼策略增加得分?(分析隊員有何優勢或是劣勢和安排位置)

遊戲器材介紹和活動過程示範圖：



根據班上孩子的身高，可用橡皮筋作為網子方便調整網子高度。



比賽前雙方須列隊握手



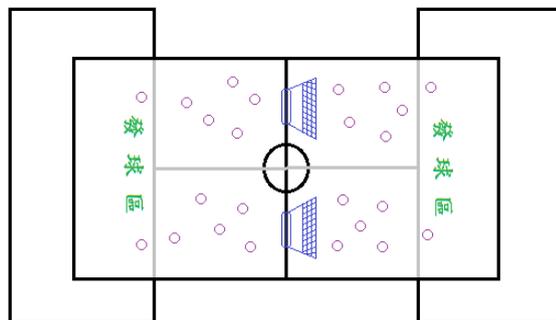
改變器材:使用軟式骰子當作球



改變器材:使用汽球

教學重點:網子高度可以學生身高做不同的調整。亦可使用不同器材增加活動的難易性。

場地示意圖



三、綜合活動 (5 分鐘)

賽後小組回饋討論及分享發表：

- 1. 這個遊戲最重要的是要擁有什麼能力?力氣的大小會影響得分嗎?
- 2. 還有一次機會的話，要如何改變策略?(分析隊員有何優勢或是劣勢，計劃策略)

小組回饋分享 (品 E3，溝通合作與和諧人際關係。)

第三節：丟了再跑（跑分/守備性）

一、準備活動（10分鐘）

(一)老師：點名、確認學生狀況

(二)學生：靜態熱身操

動態熱身操：布布驚心

規則說明：

- (1) 挑出一位學生擔任魔鬼，在背後的褲頭夾著一條抹布徒手抓人
- (2) 被抓到的學生則出局，到場外做十下開合跳後，即可到回到場上繼續遊戲。
- (3) 其餘學生想辦法抽走魔鬼的抹布，如魔鬼的抹布被抽走，代表死亡。
- (4) 魔鬼死亡則換抽走抹布的當鬼，再重新開始新的一輪。

二、發展活動（25分鐘）

【活動一】練習擲遠球

兩兩練習：用小皮球擲遠、與傳接球（依學生能力使用小皮球或壘球）

【活動二】擲遠跑壘遊戲（遊戲規則似棒壘球－簡化版）

全班依S型能力分組，分為兩組進行遊戲

規則說明：

- (一) 進攻方手投擲球後可跑壘，經過一、二、三壘跑回本壘可得一分。
- (二) 若球在飛行中被守備方接到則算接殺出局，不計算出局人數，進攻方全數投擲完畢後，兩隊交換進攻防守。
- (三) 防守者接到落地後的球時，跑壘者則須停止前進停在該壘上。
- (四) 壘上跑者不可盜壘或滑壘等動作。
- (五) 比賽節數按照學生實際狀況調整(至少兩節)，最後進行分數結算。

遊戲動作示範圖：



本壘開始投擲



丟了就往一壘衝吧!!!



球若直接被防守者接住，則接殺出局



賽後小組討論作戰策略

教學重點:學生能藉由暖身操活動,達成提高體適能與基本運動能力的身體活動。

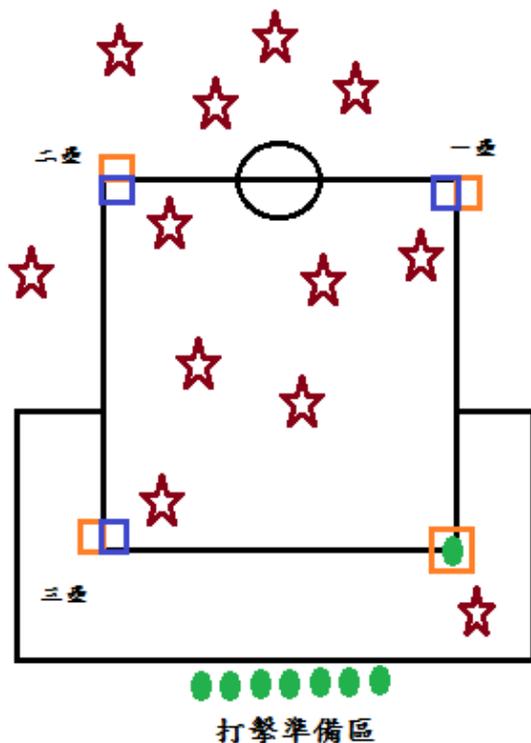
練習時學生可用不同的方式擲遠球。

教學重點:指導學生擲遠球的技巧避免受傷。學生在跑壘時要確實踏上壘。(可以照學生能力不同調整使用的球)

教學重點:學生能分工合作。

小組討論作戰策略(品E3,溝通合作與和諧人際關係。)

場地規劃圖



三、綜合活動（5分鐘）

小組回饋討論及分享發表：

1. 這個遊戲最重要的是要擁有什么能力？
2. 還有一次機會的話要如何改變策略？（分析隊員有何優勢或是劣勢，然後如何安排棒次）

第四節：君子好球（侵入性）

一、準備活動（10分鐘）

（一）老師：點名、確認學生狀況

（二）學生：靜態熱身操

動態熱身操：布布驚心

規則說明：

- （1）挑出一位學生擔任魔鬼，在背後的褲頭夾著一條抹布徒手抓人
- （2）被抓到的學生則出局，到場外做十下開合跳後，即可回到場上繼續遊戲。
- （3）其餘學生想辦法抽走魔鬼的抹布，如魔鬼的抹布被抽走，代表死亡。
- （4）魔鬼死亡則換抽走抹布的當鬼，再重新開始新的一輪。

二、發展活動（22分鐘）

【活動一】傳球遊戲—君子好球

全班依S型能力分組，一組人數約6~8人

規則說明：

- （一）進攻方須從起點開始發球（傳球），持球者不可移動只能傳球。
- （二）將球成功傳入得分區給隊友及成功得一分，成功得分則交換球權發球。
- （三）防守者不可和進攻者有肢體接觸和碰撞，只可用軀幹或四肢攔截進攻傳球。
- （四）若防守者成功攔截傳球，可從攔截成功處進行傳球進攻得分區，且不用從起點開始傳球。
- （五）場上的得分區內最多只能有一名同隊的隊員。

小組回饋分享
（品E3，溝通合作與和諧人際關係。）

教學重點：學生能藉由暖身操活動，達成提高體適能與基本運動能力的身體活動。

教學重點：學生能團結合作，並且尊重對手避免肢體碰撞。

(六)違反上述規則事項，判對方得分。最後進行分數結算。

(比賽時間約10分鐘，可按照學生實際狀況作調整。)

遊戲動作示範圖：



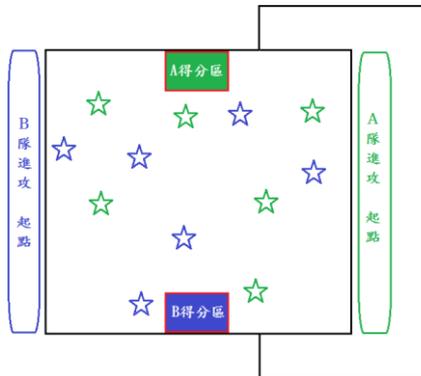
傳進得分區即可得分



使出長傳戰術

活動示意圖

☆ A隊 ☆ B隊



三、綜合活動 (8 分鐘)

小組回饋討論及分享發表：

1. 如何在這個活動當中獲勝呢？(分別討論進攻跟防守的方法)
2. 還有一次機會的話要如何改變策略？(分析隊員有何優勢或是劣勢)

第五節：步步為營 (綜合)

一、準備活動 (10 分鐘)

(一)老師：點名、確認學生狀況

(二)學生：靜態熱身操

動態熱身操：布布驚心

規則說明：

- (1) 挑出一位學生擔任魔鬼，在背後的褲頭夾著一條抹布徒手抓人
- (2) 被抓到的學生則出局，到場外做十下開合跳後，即可回到場上繼續遊戲。
- (3) 其餘學生想辦法抽走魔鬼的抹布，如魔鬼的抹布被抽走，代表死亡。
- (4) 魔鬼死亡則換抽走抹布的當鬼，再重新開始新的一輪。

二、發展活動 (25 分鐘)

【活動一】(簡易)步步為營—競爭賽

規則說明：

- (一)全班分為四組，由四個出發點，小組依序輪流出發。
- (二)在場中央放置數個步點。
- (三)一人一次只能取一個步點，各組須先到中央取步點後放回自己的營圈內。
- (四)換人再出發取得步點，若中央處沒有步點時可至別組的營圈內取步點。

教學重點:學生能觀察並注意隊友的動向。

小組回饋分享 (品 E3, 溝通合作與和諧人際關係。)

教學重點:學生能藉由暖身操活動,達成提高體適能與基本運動能力的身體活動。

教學重點:步點要確實用放的不能用丟的。

(五)遊戲採計時方式，最後結算各組營圈內最多步點的勝利。

【活動二】(進階) 步步為營—協力賽

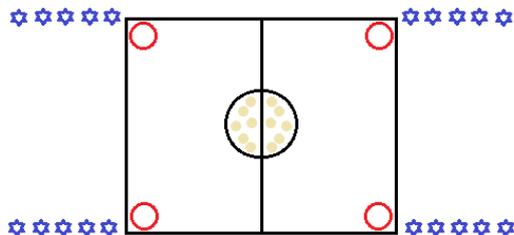
規則說明：

- (一)與簡易版(一)~(五)相同規則，取得步點。
- (二)各組營圈內最終的步點數量，改為抽籤決定。
- (三)在時間內完成圈內最終步點數的，小組需共同喊完成並蹲下及獲勝該局。
- (四)若沒有做完規則(三)，其他組仍可將取走該組的步點，該組仍繼續遊戲。
- (五)遊戲採計時方式，最後以各組皆完成最終步點數為目標。

教學重點:學生能團結合作幫助別人完成目標也使自己能順利完成。

遊戲活動過程示範圖：

- ★學生
- 步點
- 各組營圈



開始時須先拿場中央的



中央沒有步點時可以拿別組的

三、綜合活動(5分鐘)

小組回饋討論及分享發表：

1. 這個遊戲最重要的是要擁有什麼能力？跑的速度會影響輸贏嗎？
2. 還有一次機會的話要如何改變策略？(分析隊員有何優勢或是劣勢，然後安排棒次)

小組回饋分享(品E3,溝通合作與和諧人際關係。)

課程結束

試教成果或教學提醒

實施十二年國民基本教育後，老師除了要教學生知識外，還要教學生如何把知識轉化成能力，且具備批判的思維。因此，在教導比賽的進行時更重要的是要不斷的反思自己並且能與團隊進行溝通，才能達成有效的策略運用。

學生在分享回饋與討論的過程中，學生能主動參與活動，同儕間和諧溝通互動的能力培養，這樣的反思與討論更能使得老師能在教學上，能因應差異化與個別化作為調整課程的依據，並從共同討論中，建立起屬於我們自己的體育課活動。

課程試教結束後，學生都躍躍欲試，想再多挑戰幾次比賽，雖然剛開始活動時仍會有不適應遊戲規則的問題，但是從遊戲過程中學習模仿，溝通討論與合作，活動的最後都能達成學習內容與學習表現之成效，並能尊重與聆聽不同的意見。從一開始學生的想法很粗糙，到最後延宕出很多想法和策略，但在實際比賽操作上想的和做的有所落差，執行上的落差給學生有更多次想再修正的衝勁，經過數次的練習與習慣養成，漸漸的學會與組員溝通和合作，努力得分後的果實和討論的過程，都是學生豐碩的成果。

參考資料

- 一、教育部 (2015)。十二年國民基本教育課程總綱(草案)。作者：臺北市。
- 二、教育部 (2017)。十二年國民基本教育「健康與體育領域課程手冊(第六版)」。作者：臺北市。
- 三、教育部 (2017)。十二年國民基本教育「課程綱要議題融入說明」。作者：臺北市。
- 四、體育教材資源網 (<http://sportsbox.sa.gov.tw/>)。
- 五、作者自編教材。
- 六、中華民國樂樂棒球協會初級版規則簡介

教學成果照片



討論時間



課後仍持續想再討論



布布驚心的神秘小角落



網牆性不同器材的變化



跑分性丟了就跑



步步為營學生自創改編(多色步點)版

附錄

(所檢附之完整資料可陳列於此)