

競爭類型運動（守備/跑分性球類運動）

編撰成員：陳中淋、林哲瑋、黃志成、鄧貴安、林章榜

壹、課程設計理念

「台灣棒球大聯盟教案」基於十二年國教的理念與內涵，發展符合國小至高中五個學習階段的核心素養、學習表現以及學習內容的守備/跑分性球類運動教材。依據學生的起點行為與近側發展區，解構各項運動的元素並加以重新組合，引導學生結合運動的情境以及生活的經驗，開啟自主行動、溝通互動和社會參與的優質學習歷程。Bunker 與 Thorpe 於 1986 年以遊戲/比賽 (game)、運動賞識 (game appreciation)、理解戰術 (tactical awareness)、做適當決定 (making appropriate decision)、技能執行 (skill execution)、比賽表現 (performance) 等六個概念，提出了理解式球類教學模式 (Teaching Games for Understanding)，如圖 1 所示。

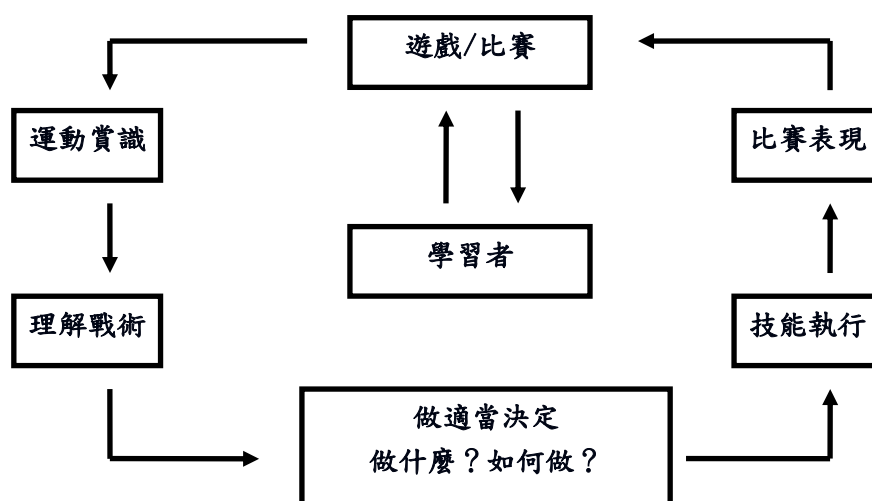


圖 1. 理解式球類教學模式。資料來源：”The curriculum model”. Bunker, D., & Thorpe, R., 1986). In R. Thorpe, D. Bunker, & L. Almond (Eds.), *Rethinking games teaching* (pp. 8). Loughborough, England: University of Technology.

掌慶維 (2017) 提出的 PLAY 球類教學模組，包含遊戲比賽 (Play games)、小組討論戰術焦點 (Learning focus)、返回比賽評估 (Assessing) 與反思分享 (Yes, we got it!) 等教學元素。美國伊利諾大學教授 Hellison 於 1980 初期開始推行個人與社會責任模式 (Teaching Personality and Social Responsibility) 的概念，其實施架構是由關懷時間 (Relational time)、認知對話 (Awareness talk)、身體活動 (Physical activity plan)、小組討論 (Group meeting) 與自省時間 (Self-reflection time) 等五個步驟所組成 (Hellison, 2011)。

「台灣棒球大聯盟教案」融合理解式球類教學模式、個人與社會責任模式、PLAY 球類教學模組的精神，採用關懷時間、認知對話、身體活動、討論分享、自我省思的教學步驟，藉由手壘球、排壘球、樂樂棒球、網棒球與慢速壘球等遊戲或比賽，引導學生思考、討論與發表守備/跑分性球類運動比賽的戰術與品德，學生在情境化的活動，自主或團隊演練比賽的攻防技能，並養成尊重、努力與合作、自我導向、幫助與領導的個人與社會責任。在教學的過程，教師引導學生依據個人身體條件，以選擇並規劃適性化的練習及動作執行策略，解決比賽情境中的問題。營造同學間友善互動的環境，體驗良好的社群關係，學習到人我間的生活技能。促使學生創造未來美好的社會氛圍及健

康生活習慣，希望能給予其課後延伸性的運動，達成終身運動的終極目標，台灣棒球大聯盟課程架構如圖 2 所示。

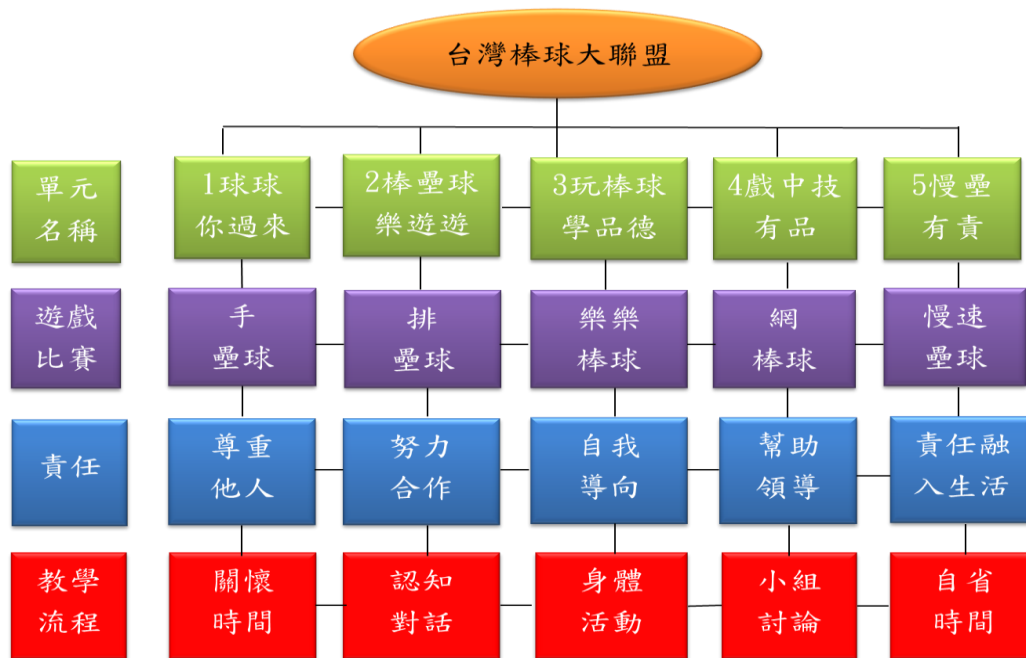


圖 2 課程架構圖

第一學習階段「球球你過來」是透過遊戲式體驗與比賽活動，逐步建立孩子對棒球運動的基本認識與球感的建立。從拋接、跑壘到徒手打擊等遊戲活動都是以簡易拋、接、擲、傳之手眼動作協調、力量及準確的控制為目標而設計。在簡易的守備/跑分性球類運動的技能練習與遊戲中，融入每位學生皆碰觸球的遊戲規則，引導學生培養尊重他人權利與感受的責任，藉由身體活動的自我探索進而思考如何連結到日常的健康生活問題，並試著透過體驗與實踐，與家人共同建立起生活中運動的好習慣。

第二階段學習階段「棒壘球樂遊遊」是先消除棒壘球技能的限制，以每位學生的先備能力-「拋接球」為出發點，進行好玩有趣的遊戲，課程的進行以「PLAY」教學模式為主軸，讓學生有充足的時間與能力，來思考並執行攻防戰術，再循序漸進地將棒壘球規則與技能融入簡易的遊戲中，進而提升學生的棒壘球比賽表現。本階段將自我決定的規則融入技能練習與球類遊戲中，用以引導學生努力與合作的責任行為，鼓勵學生在課後進行排壘球遊戲，並在生活中實踐努力與合作的品德。

第三學習階段「玩棒球學責任」教學活動是將個人與社會責任模式融入理解式球類教學模式，以第三階段學生的先備運動能力「排壘球」遊戲為出發點。在學生初步了解遊戲規則與體驗運動樂趣以及成就感後，進行小組討論攻防戰術以及情境化、策略性的技能練習，再返回遊戲中應用與實踐，希冀能提升學生運動比賽表現。全人教育是世界共通的理念，體育在排山倒海的教育改革浪潮中應與時俱進，除了要精進運動技能、知識與習慣的教學效果，更要運用責任模式提升孩童的品德修養，邁向身、心、靈健全的發展。本階段將目標設定的教學策略融入技能練習、球類遊戲以及運動實踐記錄表中，用以引導學生自我導向的責任行為，鼓勵學生在課後進行樂樂棒球運動，並在生活中展現自我導向的責任行為。

第四學習階段「戲說場中技」旨在引起學生動機為出發點；應用理解式球類教學法設計修正式壘球比賽引導學生燃發學習是有意義的，產生認知和理解戰術戰略的深入學習。教學過程中；先將壘球比賽解構成戰術策略元素，安排修正式比賽情境給予學生經由體驗的過程逐步解決問題，再修改不同的比賽方式層疊最終趨近至正式比賽情境中。情意而言；以 TPSR 為基底，本階段鎖定在第

三階段自我導向目標，給予孩子自我選擇的機會自主的學習，更進階的設訂目標產生正向獨立決斷力，更採用互惠式教學的策略，引導學生培養幫助與領導的責任意識與行為，終將幫助與領導的責任遷移至生活之中，並能實踐規律的網棒球運動。

第五學習階段「慢速有責」是在體育課進行正規的慢速壘球比賽，事。一般而言，一所學校能設置或布置一個接近標準的比賽場地已經很不容易了，但顯然不足以使所有學生有足夠的參與機會。本教材主要是降低正式比賽的複雜性，期能以小規模比賽，始能更迅速的幫助學生掌握比賽戰術的本質。此外，打擊和守備的比賽，有一些學生在比賽過程中，整節課都沒有碰到球，他們得到的可能只是一次打擊的機會。本教材修改正規比賽形式，讓學生擁有更多的參與和更多的得分機會，期能更有助於認知、技能、情意的學習和行為的改變。本階段亦採用互惠式教學的策略，引導學生領導與幫助同學進行熱身活動、技能練習以及慢壘比賽中，相互評量慢速壘球比賽表現，鼓勵學生在課後進行慢速壘球運動，在生活中展現個人與社會責任的行為，採用策略解決生活中的問題。

三、核心任務之發展

依據上述的教材分析結果，本教案共規劃五個階段的「核心任務」(core task)，不同階段的核心任務係由入門到進階來規劃，以維持並呈現學習內容的進展。雖然五個核心任務階段可以直接對應十二年國教的五個「學習階段」，但是當教師發現該階段的教案難度太高時，可以退回更初階的核心任務來選擇並發展教材，或者更為初階但適合自己學生的教案來進行試教。本教案之核心任務如下。

類別	競爭類型運動—守備/跑分性球類運動				
階段	第一學習階段	第二學習階段	第三學習階段	第四學習階段	第五學習階段
核心任務	Link 連結階段	Introduction 導入階段	Development 發展階段	Intermediate 中間階段	Advanced 高階階段
	1. 模仿老師動作進行熱身活動。 2. 在活動與生活中尊重同學參與的權利。 3. 在練習中展現個人技能。 4. 知道如何進行簡單的遊戲比賽。 5. 課餘時間進行簡單的遊戲。	1. 自我努力並與同學合作進行熱身活動。 2. 在活動與生活中展現團隊合作的精神。 3. 展現排壘球遊戲的戰術與技能。 4. 說出排壘球遊戲的技能要領與戰術。 5. 課餘時間進行排壘球遊戲。	1. 自我進行有效的樂樂棒球熱身活動。 2. 在活動與生活中展現自我決定以及執行目標的責任。 3. 展現樂樂棒球遊戲的戰術與技能。 4. 說出樂樂棒球遊戲的技能要領與戰術。 5. 課餘時間進行樂樂棒球遊戲。	1. 領導同學進行網棒球熱身活動。 2. 在活動與生活中實踐領導與幫助的品德。 3. 展現網棒球比賽的戰術與技能。 4. 說出網棒球比賽的技能要領與戰術。 5. 課餘時間進行網棒球比賽。	1. 領導與幫助同學進行熱身活動與技能練習。 2. 在活動與生活中展現個人與社會責任行為。 3. 展現慢速壘球比賽的戰術與技能。 4. 說出慢速壘球比賽的技能要領與戰術。 5. 課餘時間進行慢速壘球比賽。
主要教材	主要教材 1. 跑壘、拋接球。 2. 尊重他人責任。 原理/概念 1. 手眼協調、力量及準確的控制。 2. 全員參與活動。	主要教材 1. 排壘球遊戲。 2. 努力與合作責任。 原理/概念 1. 時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 2. 自我決定。	主要教材 1. 樂樂棒球遊戲。 2. 自我導向責任。 原理/概念 1. 基本動作及基礎戰術。 2. 目標設定與執行。	主要教材 1. 網棒球比賽。 2. 領導與幫助責任。 原理/概念 1. 動作組合及團隊戰術。 2. 互惠式學習。	主要教材 1. 慢速壘球比賽。 2. 責任融入生活。 原理/概念 1. 綜合技術與戰術。 2. 學習遷移生活。

四、教學提醒: 略

貳、素養導向教材示例

一、課程大綱

依據上述之整體設計理念，本教案對應十二年國教課綱學習重點（學習內容、學習表現）之後，所具體規劃的「學習目標」與「課程大綱」如下表所示。


競爭類型運動—守備/跑分性球類運動					
階段	第一學習階段	第二學習階段	第三學習階段	第四學習階段	第五學習階段
單元	球球你過來	棒壘球樂遊遊	玩棒球學責任	戲中技有品	慢壘有責
	(教案代碼 Hd-I)	(教案代碼 Hd-II)	(教案代碼 Hd-III)	(教案代碼 Hd-IV)	(教案代碼 Hd-V)
學習目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解不同球類的特性，掌握傳、接、投、擲等身體活動基本元素。 2. 表現尊重的團體互動行為以及認真參與的學習態度。 3. 在遊戲互動中能欣賞他人的表現，並反思自己能如何做到更好。 4. 藉由基本傳接投擲與跑壘遊戲的學習，選擇適合自己的身體活動，並能與家人一起進行活動。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解棒壘球運動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. 能做出棒壘球的基本動作，如傳接球、打擊及跑壘等動作。 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。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解樂樂棒球跑壘、傳接球與打擊的正確動作、練習方法、基本規則與戰術。 2. 表現尊重、努力與合作以及自我導向的態度與行為。 3. 表現跑壘、傳接球與打擊的正確動作，並能執行樂樂棒球的攻防戰術。 4. 藉由樂樂棒球遊戲學習，養成規律運動習慣。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能理解棒壘球賽的戰術戰略，展現於課堂修正式的比賽中。 2. 表現自我導向的個人與社會責任行為。 3. 能在比賽情境中應用戰術戰略解決問題。 4. 經由棒壘球比賽課程，養成規律運動習慣。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過練習以分析慢速壘球運動技能原理，藉由修正式比賽評估慢速壘球運動比賽的攻防策略。 2. 透過比賽活動引導學生遵守運動規範，展現良好道德情操體會運動與社會之間的互動關係。 3. 透過練習和經驗使能表現全身性的身體控制能力以及熟練慢速壘球運動技能，因應不同的慢速壘球比賽情境，展現個人的運動潛能，熟練慢速壘球運動技術的學習與比賽策略。應用系統思考與後設分析能力，解決慢速壘球運動情境中的問題。 4. 發展個人之慢速壘球專項技能

競爭類型運動－守備/跑分性球類運動					
階段	第一學習階段	第二學習階段	第三學習階段	第四學習階段	第五學習階段
課程大綱	帶著球球一起走	火車快飛	齊心戮力	網棒球－左、右推打與觸擊能力	慢速壘球－封殺與觸殺
	你拋我接過3關	攻防總動員	操之在我	網棒球－右半場推打與觸擊攻守策略	慢速壘球－夾殺
	壘包衝衝衝	一脈相傳1	0人在壘樂樂棒球遊戲	網棒球－左半場推打與觸擊攻守策略	慢速壘球－五人制比賽
	樂樂跑壘大賽	一脈相傳2	1壘有人樂樂棒球遊戲	網棒球－全場推打與觸擊攻守策略	慢速壘球－左半側比賽
	炸彈來了！	攻佔堡壘	3壘有人樂樂棒球遊戲	網棒球－選擇自己的守備位置	慢速壘球－右半側比賽
	大風吹！炸彈飛	樂樂排壘球	樂樂棒球遊戲	網棒球－擊遠攻守	慢速壘球－友善投手比賽
		棒打彈力球		網棒球－正式比賽	慢速壘球－正式比賽
成員	陳中淋 (新北市中信國小) 黃志成 (臺北市明湖國小)	林哲瑋 (宜蘭縣中山國小) 黃志成 (臺北市明湖國小)	黃志成 (臺北市明湖國小)	鄧貴安 (新北市文山國中) 黃志成 (臺北市明湖國小)	林章榜 (臺中市明道中學) 黃志成 (臺北市明湖國小)
頁碼	P.6	P.19	P.34	P.48	P.54

二、第一學習階段教學示例：球球你過來 (教案代碼 Hd-I)

領域/科目		健康與體育領域	設計者	陳中淋、黃志成
實施年級		第一學習階段	總節數	6 節
單元名稱		球球你過來		
教材來源/參考		自編		
教學資源/設備		氣球、角錐、音樂光碟、彈性皮球、羽球網		
學習重點	學習表現	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	領綱 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。 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。 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。
	學習內容	Hd-I-1 守備/跑分性相關的簡易拋、 接、擲、傳之手眼動作協調、力量及 準確的控制。		
議題融入	實質內涵	略		
設計理念 與核心素 養呼應說 明		透過遊戲式體驗與比賽活動，逐步建立孩子對棒球運動的基本認識與球感的建立。從拋接、跑壘到徒手打擊等遊戲活動都是以簡易拋、接、擲、傳之手眼動作協調、力量及準確的控制為目標而設計。讓學生藉由身體活動的自我探索進而思考如何連結到日常的健康生活問題（健體-E-A2），引導學生在遊戲中能團隊合作（健體-E-C2），小組討論簡易的遊戲的策略（健體-E-B1），並試著透過體驗與實踐，與家人共同建立起生活中運動的好習慣。		
學習目標				
5. 了解不同球類的特性，掌握傳、接、投、擲等身體活動基本元素。(Hd-I-1、1c-I-1、1d-I-1) 6. 表現尊重的團體互動行為以及認真參與的學習態度。(Hd-I-1、2c-I-1、2c-I-2) 7. 在遊戲互動中能欣賞他人的表現，並反思自己能如何做到更好。(Hd-I-1、3c-I-1、3d-I-1) 8. 藉由基本傳接投擲與跑壘遊戲的學習，選擇適合自己的身體活動，並能與家人一起進行活動。(Hd-I-1、4c-I-2、4d-I-1)				

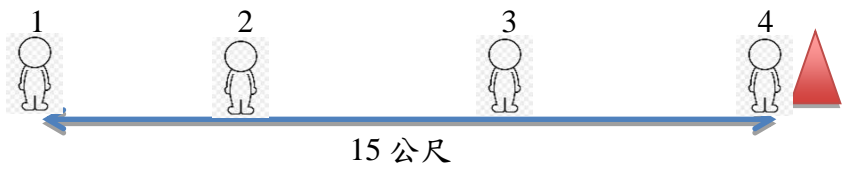
課程大綱	節次	每節重點
	1	帶著球球一起走：能掌握氣球的特性並完成拋接。
	2	你拋我接過3關：能了解拋、傳球的力量、方向與距離的交互影響。
	3	壘包衝衝衝：能運用拋接球的不同策略與跑壘時技巧。
	4	樂樂跑壘大賽：能掌握跑壘時繞壘的速度感、方向與技巧。
	5	炸彈來了！：能掌握用徒手打擊的技巧。
	6	大風吹！炸彈飛：能運用打擊與跑壘的技巧。

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第1節	<p>本節重點：能掌握氣球的特性並完成拋接。</p> <p>【準備活動】(7mins)</p> <p>一、確認人數，提醒場地環境的安全與集合口令等注意事項。</p> <p>二、認知對話：尊重老師，認真聆聽，舉手發言。尊重同學參與活動的權利。不會指責批評隊友與同學。遇到紛爭，能理性溝通、和平解決。</p> <p>三、暖身運動：模仿老師動作進行熱身活動。</p> <p>【發展活動】(26mins)</p> <p>一、身體活動1拍球不落地遊戲</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 環境：體操教室、音樂。 2. 人員：2人一組。 3. 規則： 每組發給1顆氣球，音樂開始後由持球員先將球往上拋，另一位組員需在氣球落地之前將球往上拍，然後換持球員接力將球往上拍，依此順序輪流進行。 <div style="display: flex; justify-content: space-around;">  </div> <p>二、小組討論1</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 請學生回想剛剛的活動，並思考當氣球快要落地時你會使用哪個身體部位來拍球讓球不落地？我們還可以使用身體的那些部 	<p>經由遊戲與團隊成員合作，藉由小組討論，學習與人互動並聆聽感受（健體-E-C2）。</p>

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
	<p>位來拍氣球？</p> <p>三、身體活動 2 再次進行拍球不落地遊戲 再進行一次拍球不落地的遊戲，但這次只能使用頭與膝蓋這兩個身體部位進行拍球。</p> <p>四、小組討論 2</p> <p>1. 拍球力量的大小與氣球降落的速度快慢有關嗎？</p> <p>五、身體活動 3：帶著球球一起走</p> <p>1. 環境：體操教室、音樂、角錐 2 個。</p> <p>2. 人員：2 人一組。</p> <p>3. 規則：每組發給 1 顆氣球，音樂開始後由持球員先將球往上拋，另一位組員需在氣球落地之前將球往上拍，然後換持球員接力將球往上拍，依此順序輪流進行，並在音樂結束前通過角錐所標示的終點。</p> <p>【綜合活動】（7mins）</p> <p>一、小組討論</p> <p>1. 學生當我們加上需往前行進的條件後，拍球力量的大小與如何影響氣球行進的方向？</p> <p>二、自省時間</p> <p>1. 學生自評尊重老師與同學的達成度。</p> <p>2. 學生評估是否能自己完成拋球及拍球前進的挑戰，如果學生自覺無法達成，請向其他同學尋求可能的改進方法。</p> <p>三、鼓勵學生將尊重責任融入生活，並利用課餘時間邀請親朋好友一起進行拍球運動。</p> <p>【課間活動】（上課期間與課餘時間）</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	<p>透過氣球拋接遊戲，探索身體活動的基本元素，討論與思考遊戲的策略，並與家人利用課餘時間期間進行簡易體育遊戲，增進全家人的健康（健體-E-A2）。</p>

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第 2 節	<p>本節重點：能了解拋、傳球的力量、方向與距離的交互影響。</p> <p>【準備活動】（7mins）</p> <p>一、確認人數，提醒場地環境的安全與集合口令等注意事項。</p> <p>二、認知對話：尊重老師，認真聆聽，舉手發言。尊重同學參與活動的權利。不會指責批評隊友與同學。遇到紛爭，能理性溝通、和平解決。</p> <p>三、暖身運動：模仿老師動作進行熱身活動。</p>	

教學活動內容及實施方式	學習重點暨核心素養呼應說明
<p>【發展活動】(27mins)</p> <p>一、身體活動 1 你拋我接過 3 關</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 環境：戶外運動場地、音樂。 2. 人員：2 人一組。 3. 規則： <ol style="list-style-type: none"> (1) 第 1 關(你拋我接) 每組發給 1 顆充氣球，音樂開始後由持球員先將球往上拋，另一位組員需在充氣球落地之前將球接住，然後換接球員將球上拋，另一位需在充氣球落地之前將球接住。每成功接球一次得 1 分。 (2) 第 2 關(大地之氣) 每組發給 1 顆充氣球，音樂開始後由持球員先將球往上拋，另一位組員需先蹲下摸地後，並在充氣球落地之前將球接住，然後換接球員將球上拋，規則相同。每成功接球一次得 1 分。 (3) 第 3 關(掌聲響起) 每組發給 1 顆充氣球，音樂開始後由持球員先將球往上拋，另一位組員需先拍手 3 次後，並在充氣球落地之前將球接住，然後換接球員將球上拋，規則相同。每成功接球一次得 1 分。 <p>統計得最高分的組別，給予口頭獎勵。</p> <p>二、小組討論 1</p> <p>請學生回想剛剛的活動，第 1 關的時候，拋球者所拋球高度跟其他 2 關拋球的高度會有不同嗎？如果有，想一想為什麼高度會不同？這樣高度的改變會造成什麼影響（有更充足時間接球）？</p> <p>三、身體活動 2：你拋我接過 3 關進階版。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 環境：同上 2. 人員：2 人一組。 3. 規則：同上，惟 2 人之間修改為間隔 5 公尺左右。 <p>四、小組討論 2</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 當 2 人之間的距離拉長後，原本關卡的難度對你們小組而言是否有了改變嗎？ 2. 引導學生思考改變的可能原因有哪些因素（時間、力量、控制）？ <p>五、身體活動 3—拋傳高爾夫。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 環境：戶外運動場、角錐。 2. 人員：4 人一組。 	<p>透過氣球拋接遊戲，探索身體活動的基本元素並思考與討論遊戲的策略（健體-E-A2）。</p> <p>經由遊戲與團隊成員合作，藉由小組討論，學習與人互動並聆聽感受（健體-E-C2）。</p>

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
	<p>3. 規則：</p>  <p>(1)請每組發給 1 顆充氣球，音樂開始後由 1 號持球員先將球往傳往 4 號。</p> <p>(2)每位組員之間的距離由小組自行決定。</p> <p>(3)音樂結束前所完成的總成功接球次數，即為該組總得分。</p> <p>五、小組討論 3</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 集合學生 2. 詢問學生小組成員每個人之間距離的安排是如何設定的？(依照傳球及接球能力分配) 3. 引導學生修訂策略，再進行一次遊戲。 <p>【綜合活動】(6mins)</p> <p>一、小組討論</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 引導學生說出在第 1 個遊戲與第 2 個遊戲之間你們運用哪些策略？ 2. 邀請學生觀察不同的組別有哪些不同的遊戲策略。 <p>二、自省時間</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生自評尊重老師與同學的達成度。 2. 學生評估是否能自己完成拋球及接球的動作，如果學生自覺無法達成，請向其他同學尋求可能的改進方法。 <p>三、鼓勵學生將尊重責任融入生活，並利用課餘時間邀請親朋好友一起進行拋接球等運動。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	<p>小組討論與分享遊戲策略，學習以同理心應增進人際間的溝通(健體-E-B1)。</p>

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
<p>第 3 節</p>	<p>本節重點：能運用拋接球的不同策略與跑壘時技巧。</p> <p>【準備活動】(7mins)</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、確認人數，提醒場地環境的安全與集合口令等注意事項。 二、認知對話：尊重老師，認真聆聽，舉手發言。尊重同學參與活動的權利。不會指責批評隊友與同學。遇到紛爭，能理性 	

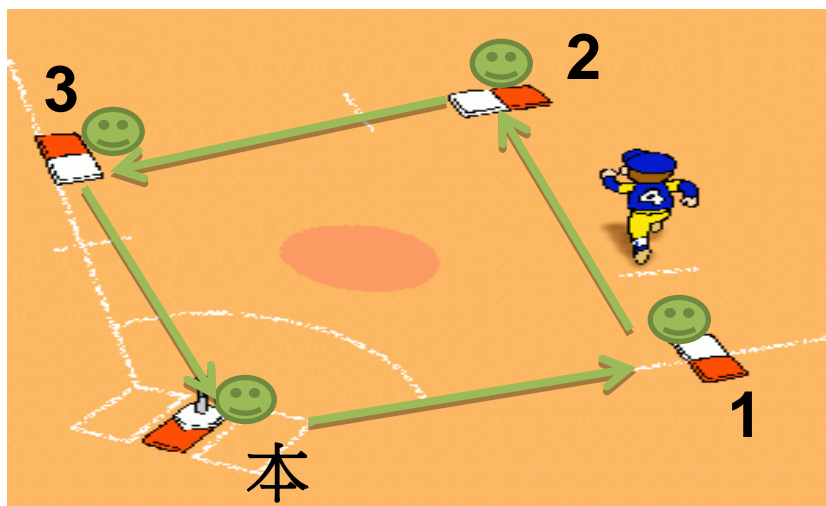
溝通、和平解決。

三、暖身運動：模仿老師動作進行熱身活動，跑壘熱身活動。

【發展活動】(27mins)

一、身體活動 1 壘包衝衝衝

1. 環境：戶外運動場地、壘包間距離約 8-10 公尺。
2. 人員：4 人一組。
3. 規則：



- (1) 小組內 4 個人各拿一顆彈力皮球站在 4 個壘包上就位。
- (2) 哨音開始後，每位小組成員先將手上的球往上拋，然後開始往箭頭指示方向開始跑壘並需接住該壘包的球。
- (3) 在皮球彈跳 3 次以內時將球接住並站在壘包上即可得到一分。
- (4) 統計得最高分的組別，給予口頭獎勵。

◇備註：教師應依據學生運動能力來調整各個壘包的距離。

二、小組討論 1

請學生回想剛剛的活動，為了讓同組成員能在規定彈跳次數內完成接球，你有哪些方法可以幫助他？想一想，跑壘時眼睛應該注意哪些地方(例如皮球掉落的位置？跑步的姿勢？)

三、身體活動 2 再進行一次遊戲

1. 環境：同上。
2. 人員：4 人一組。
3. 規則：同上，但往上拋球規定修改為不限定拋球方向，亦即可往上拋或往前拋。

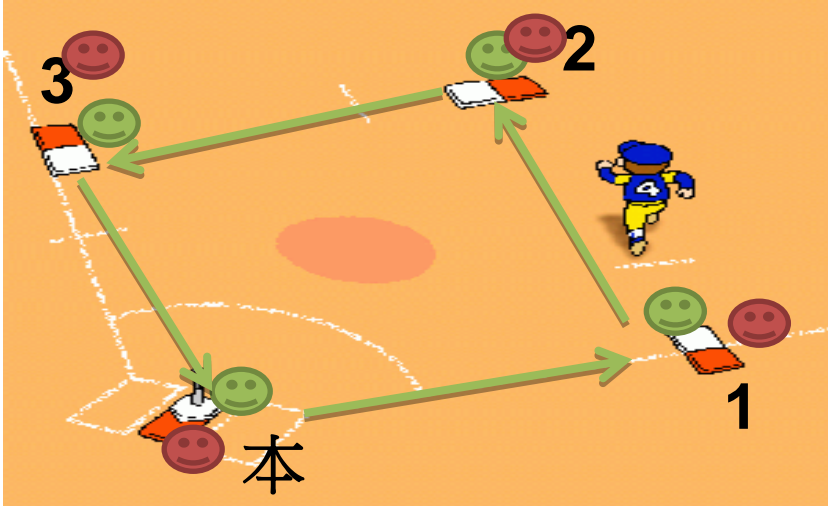
四、小組討論 2

1. 第 2 次進行遊戲後，小組分享拋球策略是否有效達成目標。
2. 引導學生思考在跑壘過程中，身體的姿勢會有哪些變化？

五、身體活動 3：跑壘的衝刺技巧

經由跑壘遊戲，探索身體活動的基本元素並思考與討論遊戲的策略(健體-E-A2)。

經由遊戲與團隊成員合作，藉由小組討論，學習與人互動並聆聽感受(健體-E-C2)。

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
<p>1. 環境：戶外運動場。</p> <p>2. 人員：4人一組。</p> <p>3. 規則：同上，另安排下一組4位成員分別站在4個壘包班上擔任壘審，確認跑壘者是否確實以踩過壘包，並觀察跑壘者的身體姿勢（重心是否太高或太低）、進壘前是否減速？。</p> 		
<p>【綜合活動】(6mins)</p> <p>一、小組討論</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 從不同的跑壘者身上觀察到哪些不同的跑壘方法或技巧？ 2. 從第1次到第2次的跑壘遊戲中，所學習到的跑壘技巧有哪些？ <p>二、自省時間</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生自評尊重老師與同學的達成度。 2. 學生評估自己跑壘技巧與知識概念，如果學生自覺無法達成，請向其他同學尋求可能的改進方法。 <p>三、鼓勵學生將尊重責任融入生活，並利用課餘時間邀請親朋好友一起進行跑壘等運動。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>		

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
<p>第4節</p>	<p>本節重點：能掌握跑壘時繞壘的速度感、方向與技巧。</p> <p>【準備活動】(7mins)</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、確認人數，提醒場地環境的安全與集合口令等注意事項。 二、認知對話：尊重老師，認真聆聽，舉手發言。尊重同學參與 	

教學活動內容及實施方式

學習重點暨核心素養 呼應說明

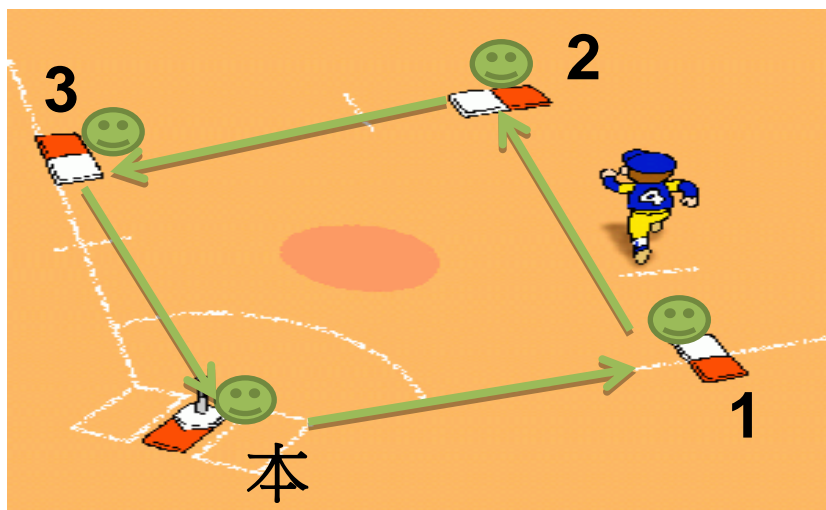
活動的權利。不會指責批評隊友與同學。遇到紛爭，能理性溝通、和平解決。

三、暖身運動：模仿老師動作進行熱身活動，跑壘熱身活動。

【發展活動】(27mins)

一、身體活動 1—樂樂跑壘大賽

1. 環境：戶外運動場地、音樂(約 30 秒)。
2. 人員：4 人一組。
3. 規則：



- (1) 音樂開始前，小組內 4 個人各站在 4 個壘包上就位。
- (2) 音樂開始後，每位小組成員開始往箭頭指示方向開始循環跑壘，直到音樂停止結束。
- (3) 計算任一成員通過本壘板時得一分。
- (4) 統計得最高分的組別，給予口頭獎勵。

二、小組討論

請學生回想剛剛的活動，遇到要繞過壘包時你可以怎麼做讓自己更快繞過壘包？跑壘時的方向會形成一條直線嗎？想一想，繞過壘包時是左腳踩到壘包比較流暢還是右腳？為什麼？(以外側腳踩壘包行進路線較短)。

三、身體活動 2 再進行一次遊戲，確認自己在繞壘時是左腳或右腳繞壘，哪一個速度快。

1. 環境：同上。
2. 人員：2 人一組。
3. 規則：同上

四、小組討論 2

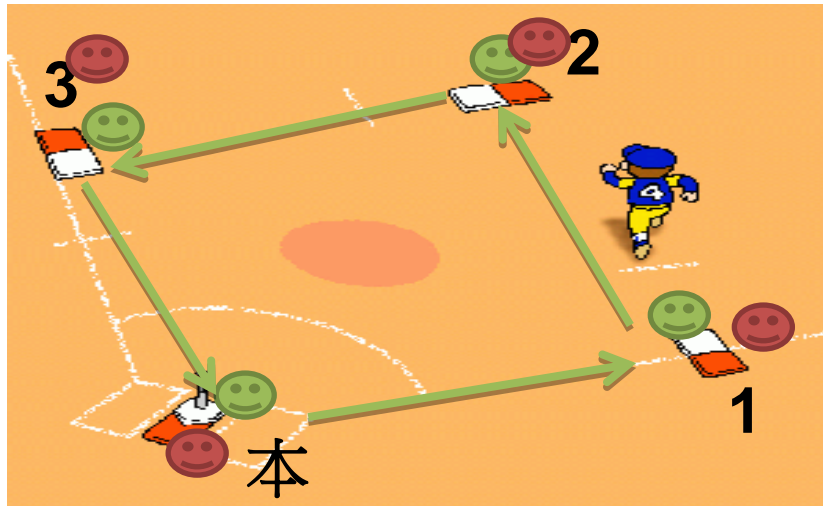
1. 詢問學生第 2 次進行遊戲後，小組討論出來的身體結果。
2. 引導學生思考如果左右腳繞壘的速度會有差異，可能是那些原因造成的？在進行跑壘遊戲的過程中，身體的姿勢會有哪些變化？(以外側腳踩壘包行進路線較短)

透過樂樂跑壘遊戲，探索身體活動的基本元素並思考與討論遊戲的策略(健體-E-A2)。

經由遊戲與團隊成員合作，藉由小組討論，學習與人互動並聆聽感受(健體-E-C2)。

五、身體活動 3 跑壘的全身技巧

1. 環境：戶外運動場、
2. 人員：4 人一組。
3. 規則：同上，另安排下一組 4 位成員分別站在 4 個壘包班上擔任壘審，確認跑壘者是否確實以踩過壘包，並觀察跑壘者的身體姿勢(重心微微向左傾)、進壘前是否減速？。



【綜合活動】(6mins)

一、小組討論

1. 從不同的跑壘者身上觀察到哪些不同的跑壘方法或技巧？
2. 從第 1 次到第 3 次的跑壘遊戲中，所學習到的跑壘技巧有哪些？

二、自省時間

1. 學生自評尊重老師與同學的達成度。
2. 學生評估自己跑壘技巧與知識概念，如果學生自覺無法達成，請向其他同學尋求可能的改進方法。

三、鼓勵學生將尊重責任融入生活，並利用課餘時間邀請親朋好友一起進行跑壘等運動。

【課間活動】(上課期間與課餘時間)

關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。

小組討論與分享遊戲策略，學習以同理心應增進人際間的溝通(健體-E-B1)。

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第 5 節	<p style="text-align: center;">本節重點：能掌握用徒手打擊的技巧。</p> <p>【準備活動】(7mins)</p> <p>一、確認人數，提醒場地環境的安全與集合口令等注意事項。</p> <p>二、認知對話：尊重老師，認真聆聽，舉手發言。尊重同學參與活動的權利。不會指責批評隊友與同學。遇到紛爭，能理性溝通、和平解決。</p> <p>三、暖身運動：暖身操、拋接球熱身活動。</p> <p>【發展活動】(27mins)</p> <p>一、身體活動 1 炸彈來了。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 環境：戶外運動場地、音樂(約 30 秒)、彈性皮球 20 顆、羽球網。 2. 人員：2 人一組。 3. 規則： <ol style="list-style-type: none"> (1)將全部人員與充氣球分成 2 組，各分散在球網的兩邊。 (2)音樂開始後，持球者可用拋、丟、滾等方式讓球落在對面的場地(從網子的上方或下方通過皆可)。音樂停止後，場地內球數量較少為獲勝方。 (3)提醒學生撿球時要注意安全，避免碰撞。 (4)獲勝隊伍給予口頭獎勵。 <p>二、小組討論</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 請學生回想剛剛的活動，在使用拋、丟、滾等技巧時，會使用到身體哪些部位的力量？(例如腳會往下蹲、手臂會由後往前、腰部會旋轉、手腕會用到力量等等)邀請幾位同學做示範。除了拋、丟、滾之外，還可以用哪些方式讓球落在對方的場地？(如拍打) 2. 歸納學生所提出的看法後給予總結，並揭示今日上課主題為打擊技巧的練習。 <p>三、身體活動 2 清除炸彈 I</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 環境：同上 2. 人員：2 人一組。 3. 規則：與炸彈來了相同，但規定持球者僅能以用手拍擊的方式將皮球擊過網(從網子的上方或下方通過皆可)。 <p>四、小組討論 2</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 引導學生思考，球彈跳在哪個高度(以身體部位為參考依據，如肩膀以上、腰部、膝蓋等)的位置最適合拍擊？為什麼？ <p>五、身體活動 3 清除炸彈 II</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 歸納並總結學生發表的結論，再進行一次相同的遊戲。 	<p>透過炸彈超人遊戲，探索身體活動的基本元素並思考與討論遊戲的策略(健體-E-A2)。</p> <p>經由遊戲與團隊成員合作，藉由小組討論，學習與人互動並聆聽感受(健體-E-C2)。</p>

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
<p>【綜合活動】(6mins)</p> <p>一、小組討論</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 詢問學生可以運用哪些策略，讓自己的隊伍有機會獲勝？(如小組成員位置的配置、力量大跟力量小的成員可以怎麼安排等等) 2. 請學生說出從第 1 次到第 3 次的遊戲中，所學習到的打擊技巧有哪些？ <p>二、自省時間</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生自評尊重老師與同學的達成度。 2. 學生評估自己的打擊技巧與知識概念，如果學生自覺無法達成，請向其他同學尋求可能的改進方法。 <p>三、鼓勵學生將尊重責任融入生活，並利用課餘時間邀請親朋好友一起進行打擊等運動。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>		

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
<p style="text-align: center;">本節重點：能運用打擊與跑壘的技巧。</p> <p>【準備活動】(7mins)</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、確認人數，提醒場地環境的安全與集合口令等注意事項。 二、認知對話：尊重老師，認真聆聽，舉手發言。尊重同學參與活動的權利。不會指責批評隊友與同學。遇到紛爭，能理性溝通、和平解決。 三、暖身運動：暖身操、跑壘、拋接球等熱身活動。 <p>【發展活動】(27mins)</p> <p>一、身體活動 1 大風吹、炸彈飛</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 環境：戶外運動場地、音樂(約 30 秒)、彈性皮球 20 顆 2. 人員：4 人一組。 3. 規則： <ol style="list-style-type: none"> (1) 進攻組(藍色笑臉) 5 人集中在投手板圓圈中，其中 1 人持球。防守組(綠色笑臉) 5 人可任意散布在場中準備接球。 (2) 持球者喊出「大風吹炸彈飛」時，可用拋、丟、滾等方式將球往任意方向擲出。擲出的同一時間，同組成員需跑上任一壘包。當球被防守組任一成員接到時，進攻組需停止 	<p>透過打擊與跑壘的綜合活動，並思考與討論遊戲的策略(健體-E-A2)。</p>	

動作，一個壘包只能站一個人，壘包上有幾人就代表進攻組所得到的分數。(攻守交換)

(3)提醒學生撿球時要注意安全，避免碰撞。

(4)獲勝隊伍給予口頭獎勵。



二、小組討論 1

1. 請學生回想剛剛的活動，如果再進行一次相同的遊戲，你們會有哪些策略？(例如拋球者會不會往無人防守的地方拋球？防守者會不會分散位置？跑壘者是否需分配壘包等)
2. 歸納學生所提出的看法後給予總結，並揭示今日上課主題為打擊與跑壘的綜合練習。

三、身體活動 2 簡易球賽 I

1. 環境：同上
2. 人員：4 人一組。
3. 規則：



- (1)進攻組 3 人各站上 1.2.3 壘，另 1 人於打擊區，準備以手臂擊球。
- (2)防守組 1 人為捕手，其餘三人於場中防守。
- (3)打擊者擊出球後，跑壘員開始啟動，每回到本壘得 1 分，在球尚未回傳給捕手前可循環跑壘。
- (4)打擊者擊出球後，防守者將球回傳至捕手時，教師吹響哨音，跑壘員需立即停止跑壘。換下一位成員進行打擊。

經由遊戲與團隊成員合作，藉由小組討論，學習與人互動並聆聽感受 (健體-E-C2)。

教學活動內容及實施方式	學習重點暨核心素養呼應說明
<p>四、小組討論 2</p> <p>1. 引導學生思考，如果再進行一次相同的遊戲，你們會有哪些策略？(例如拋球者會不會往無人防守的地方擊球？防守者會不會分散位置？跑壘者得繞壘動作是否確實？)</p> <p>五、身體活動 3 簡易球賽 II</p> <p>1. 歸納並總結學生發表的結論，再進行一次相同的遊戲。</p> <p>【綜合活動】(6mins)</p> <p>一、小組討論</p> <p>1. 引導學生說出從 2 次的遊戲過程中，所運用到的打擊與跑壘策略有哪些？</p> <p>二、自省時間</p> <p>1. 學生自評尊重老師與同學的達成度。</p> <p>2. 學生自己是否能掌握進攻或防守時不同的運動策略與所使用的技巧，如果學生自覺無法達成，請向其他同學尋求可能的改進方法。</p> <p>三、鼓勵學生將尊重責任融入生活，並利用課餘時間邀請親朋好友一起進行簡易球賽等運動。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	<p>小組討論與分享遊戲策略，學習以同理心應增進人際間的溝通(健體-E-B1)。</p>

三、第二學習階段教學示例：棒壘球樂遊遊 (教案代碼 Hd-II)

領域/科目		健康與體育領域	設計者	林哲瑋、黃志成
實施年級		第二學習階段	總節數	6 節
單元名稱		棒壘球樂遊遊		
教材來源/參考		自編、體育教材資源網		
教學資源/設備		角錐、躲避球或排球、大呼拉圈、小白板、打擊座、彈力球		
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。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	領綱 核心 素養	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。 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。 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。 健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。 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。
	學習內容	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		
議題融入	實質內涵	略		
設計理念與核心素養呼應說明		透過運動 PLAY 教學模式的活動設計，學生在參與比賽遊戲的過程與情境中，由學生自己或與他人合作的方式，同時與對手進行競爭，運用思考、理解、溝通、技能、戰術和策略 (健體-E-A2)，能夠進行分組練習、任務分工、戰術策略的討論與執行，以解決活動中所遭遇的問題 (健體-E-B1)，並養成尊重、努力與合作等個人與社會責任行為 (健體-E-C2)。在比賽過程中，學生依據自己能力來決定進攻與防守的方式，覺察個人的努力程度與決定將會影響到小組的成績 (健體-E-A1)，發現表現優異的行為，能欣賞並讚美同學，達到見賢思齊、提升自我的能		

力(健體-E-B3)，並能利用課餘時間進行棒壘球相關的運動。

學習目標

5. 了解棒壘球運動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(Hd-II-1、1d-II-2)。
6. 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(Hd-II-1、2c-II-2)。
7. 能做出棒壘球的基本動作，如傳接球、打擊及跑壘等動作(Hd-II-1、3d-II-2)。
8. 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(Hd-II-1、4d-II-2)。

課程大綱	節次	每節重點
	1	火車快飛：跑壘(團體衝一壘)、傳接球練習、認識簡易遊戲規則
	2	攻防總動員：跑壘(團體衝一壘)、熟練接滾地球、防守移位
	3	一脈相傳 1：一壘手的任務、封殺的概念
	4	一脈相傳 2：迅速的傳接球
	5	攻佔堡壘：捕手的任務、接殺的概念、繞壘技巧、跑壘數的選擇
	6	樂樂排壘球：打擊動作要領(以手擊球)、內外野概念
	7	棒打彈力球：打擊動作要領(持棒打擊)

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第 1 節	<p>本節重點：跑壘(團體衝一壘)、傳接球練習、認識簡易遊戲規則</p> <p>【準備活動】(15mins)</p> <p>一、器材準備：大角錐*15，躲避球(或排球)*15、大呼拉圈*8。</p> <p>二、認知對話：尊重老師，認真聆聽，舉手發言。尊重同學參與活動的權利。不會指責批評隊友與同學。遇到紛爭，能理性溝通、和平解決。</p> <p>三、暖身運動：模仿老師動作進行熱身活動。</p> <p>1. 個人：大關節轉動、原地開合跳、小碎步、高抬腿跑。</p> <p>2. 兩人合作：兩人一組，一人在前、一人在後，後方同學手搭前一位的肩膀或腰部，兩人一起向前跑到目標角錐處(約 8 公尺)，回程用走的，來回 2 趟。</p> <p>四、分組遊戲：</p> <p>1. 全班在指定範圍內不限方向隨機跑動，教師吹哨後說出數字，學生依老師說出的數字，找到正確的人數後蹲下，最後蹲下的人或小組必須原地開合跳 5 下。</p> <p>2. 建議數字從 2 開始至 4 結束，每次分組後重新打散，直到每 4 人一組後結束遊戲，若有落單者，則由老師指定組別。</p> <p>五、火車快飛：</p> <p>1. 利用前面遊戲的分組，每組(4~5 人)排成一排，A、B 角錐</p>	

教學活動內容及實施方式

學習重點暨核心素
養呼應說明

相距約 8 公尺，整組一起由 A 角錐快速跑向 B 角錐，回程用走的回到起點，來回 2 次。

2. 進行比賽：全班共有 6 組，教師抽籤進行兩隊 PK 賽，每次由兩隊同時進行比賽。

3. 比賽結束後引導學生討論：

- (1) 每個人的速度不一樣，個人的速度對整組會有什麼影響？速度落後的同學如果進步了，對整組同學有何幫助？
- (2) 一定有速度落後的同學，如何幫助這些同學？
- (3) 如果同學始終無法進步，有沒有其他的方法可以幫助小組？例如前後順序等。



學生經由比賽了解彼此的個別差異，透過討論使學生了解個人努力程度對小組的貢獻，並利用個人能力或策略來幫助夥伴，以促進小組整體的提升（健體-E-C2）。

【發展活動】(20mins)

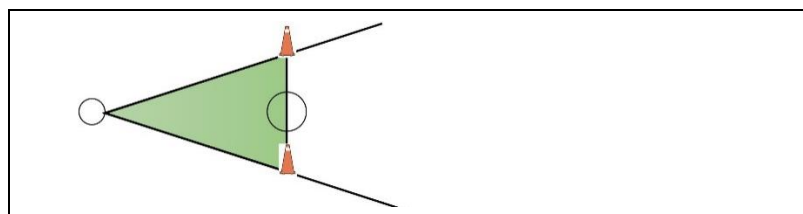
一、身體活動 1 遊戲比賽

(一) 教師提示學生要利用剛才的團體衝壘方式來進行比賽，並講解比賽規則。規則如下：

1. 分組：四至五人一組，全班分為六組，兩組相互比賽。

2. 場地：

- (1) 三個比賽場地，每個場地有本壘與一壘、二壘。本壘放置一個呼拉圈作為打擊區，一、二壘位置各放一個大角錐作為壘包。
- (2) 本壘和一壘、本壘和二壘之間地上畫直線，並繼續延伸至一二壘後方，兩條線所夾的範圍內即為界內有效區（簡稱界內），範圍以外即為界外無效區（簡稱界外）。
- (3) 一壘和二壘之間地上畫一直線，直線上中間位置放一個大型呼拉圈，作為投手圈。



3. 進攻：

- (1) 先決定棒次順序，進攻時於本壘（呼拉圈）後方依照棒次排成一排。
- (2) 進攻時，打擊者站在打擊區內手持躲避球以低手拋滾地球方式滾出，滾出的球必須在界內，界外球則記好球一次，

教學活動內容及實施方式

學習重點暨核心素
養呼應說明

累計三顆好球即為出局。

(3)跑壘：打擊者滾出球後，全組隊員一起出發跑向一壘方向的右側角錐。

(4)完成進攻後，進攻方全部再回到本壘後方排隊，由下一棒次的選手擔任打擊任務。

(5)全隊選手都打擊完畢後，攻守互換。

4.防守：

(1)防守選手不限制守備位置，但必須全部站在一二壘兩個壘包連線後方。

(2)進攻方的球滾出後，防守選手無論有無接到球，都必須跑進投手圈內（以大型呼拉圈的範圍作為投手圈）。

(3)接到球的防守選手可以自行帶球或是以傳球方式將球傳進投手圈內。

(4)所有防守選手及球都進投手圈內時，立即大聲喊「停」，進攻隊則停止跑壘

5. 得分：防守方在喊「停」之前，成功跑向一壘的跑壘員，每一位人次計得分一分；防守方喊「停」後，即停止計分。

6. 攻守交換時機：攻方所有球員皆滾球進攻後，統計該局得分，並進行攻守交換。

(二)實際進行比賽，各隊皆完成一局的進攻後，比賽結束，統計各隊得分並集合學生。



【綜合活動】(5mins)

一、小組討論

(一)教師引導學生討論以下問題並進行發表：

1. 在比賽過程中，發現了哪些規則上的問題或場地上的問題？有沒有更好的規則或方法可以解決？
2. 在比賽中有沒有發現表現特別優秀的同學？請說明理由。
3. 比賽中有沒有覺得哪一個動作比較難？容易失誤？
4. 滾地球要怎麼接？有什麼方法才不會漏接？

(二)老師歸納學生的討論內容，指導學生接滾地球的動作要領，並提示下一節課將進行動作練習。

二、自省時間：學生自評努力與合作等責任的達成度。

三、鼓勵學生將尊重責任融入生活，並利用課餘時間，邀請親朋好

學生能提出比賽中遇到有關規則、場地或技能上的問題，嘗試提出解決的方法，並願意透過練習來提升個人技術（健體-E-A2）。

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
	友一起進行簡易棒壘球等運動。	
	<p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第 2 節	<p>本節重點：跑壘(團體衝一壘)、熟練接滾地球、防守移位</p> <p>【準備活動】(10mins)</p> <p>一、器材準備：大角錐*8，躲避球(或排球)*15、大呼拉圈*8、小白板*6。</p> <p>二、認知對話：尊重老師，認真聆聽，舉手發言。尊重同學參與活動的權利。不會指責批評隊友與同學。遇到紛爭，能理性溝通、和平解決。</p> <p>三、暖身運動：模仿老師動作進行熱身活動。</p> <p>(一)動態熱身。</p> <p>1. 個人：大關節轉動、原地開合跳、小碎步、高抬腿跑。</p> <p>2. 小組：團體衝壘跑三趟(壘間距離約8公尺)。</p> <p>(二)接滾地球練習：</p> <p>1. 老師示範講解接滾地球的動作要領。</p> <p>2. 二人一組以躲避球或軟排球進行傳接球練習，甲以低手拋滾地球方式拋給乙，乙接球後傳平飛球給甲。3分鐘後兩人交換任務。</p>	
	 <p>【發展活動】(20mins)</p> <p>一、身體活動1 遊戲比賽</p> <p>(一)教師複習比賽規則。</p> <p>(二)學生實際進行比賽。各隊皆完成一局的進攻後，比賽結束，統計各隊得分並集合學生。</p> <p>二、小組討論</p> <p>(一)教師提問並請學生發表：</p> <p>1. 在比賽過程中，有哪些同學的滾地球接得特別好？(請學生</p>	<p>在比賽過程中，發現表現優異的行為，能欣賞並讚美同學，達到見賢思齊、提升自我的能力(健體-E-B3)。</p>

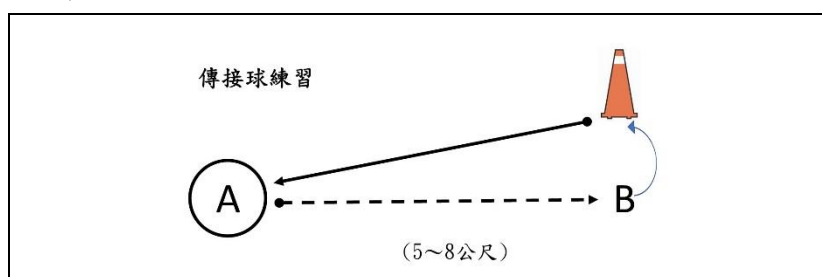
教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
<p>示範)。</p> <p>2. 接滾地球的動作有什麼重要性？對比賽有什麼影響？</p> <p>3. 除了接滾地球之外，還有什麼是防守的時候會遇到的問題？。(教師提示：譬如防守的人站的位置？應該怎麼分配位置？)</p> <p>(二)教師發給學生小白板，引導學生討論：防守時，守備位置的站法。(學生討論並畫在小白板上，先不發表)</p>  <p>三、身體活動 2 返回比賽</p> <p>(一)再次進行比賽(各一局)。</p> <p>(二)鼓勵學生在比賽過程中實際執行小組所討論的防守策略。</p> <p>【綜合活動】(5mins)</p> <p>一、小組討論與發表</p> <p>(一)請各組分享自己的防守策略，及策略執行的狀況。</p> <p>(二)請學生討論執行策略的成敗原因。</p> <p>(三)請學生發表課程收穫與心得。</p> <p>(四)教師回饋並複習本次課程重點：接滾地球動作、快速衝向一壘。</p> <p>二、自省時間：學生自評努力與合作等責任的達成度。</p> <p>三、鼓勵學生將尊重責任融入生活，並利用課餘時間，邀請親朋好友一起進行簡易棒壘球等運動。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	<p>學生能針對比賽中遇到有關防守位置的問題進行討論，提出防守的策略，並在比賽中實際執行(健體-E-A2)。</p>	

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
<p>第 3 節</p>	<p>本節重點：一壘手的任務、封殺的概念</p> <p>【準備活動】(10mins)</p> <p>一、器材準備：大角錐*12，小角錐*30，躲避球*15，大呼拉圈*12</p> <p>二、認知對話：根據任務確實的練習。樂於學習新的技術，勇敢面對挑戰，努力參與活動。與他人和睦相處，發揮團隊合作的精神。</p> <p>三、熱身活動：自我努力並與同學合作進行熱身活動</p>	

- (一)動態熱身。動態熱身：開合跳、小碎步跑、原地高抬腿跑。
 (二)小組衝刺跑：每組學生(4~5人)排成一排，A、B角錐相距約8公尺，整組一起由A角錐快速跑向B角錐，回程用走的回到起點，來回3次。

四、傳接球練習

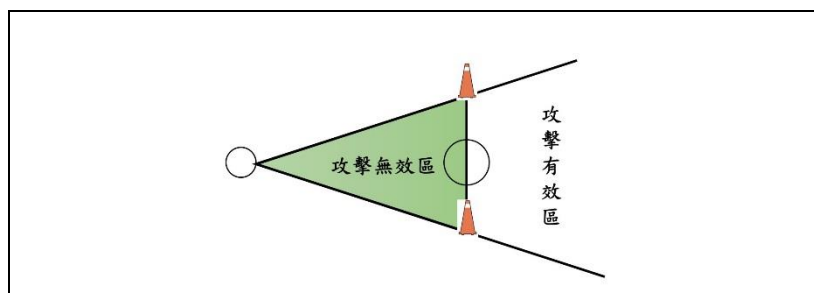
1. 二人一組，相距約5~8公尺，以躲避球進行傳接球練習。
2. 甲至少一腳站在呼拉圈內，以投擲滾地球方式傳球給乙。
3. 乙身旁距離1公尺處放置一個大角錐。乙移動位置接到滾地球後必須以一腳踩踏角錐後，在傳平飛球給甲，甲必須站在呼拉圈內接球。
4. 二分鐘後甲乙兩人交換任務。教師提醒：甲是站在呼拉圈內傳球與接球，乙是先接球後才踩踏角錐、踩踏角錐後再傳球。



【發展活動】(27mins)

一、身體活動1 遊戲比賽

- (一)教師講解比賽規則後進行分組比賽。規則如下：
1. 分組：四~五人一組，全班分為六組，兩組相互比賽。
 2. 場地：三個比賽場地，每個場地有本壘與一壘、二壘，以大角錐作為壘包。除了界內及界外區之外，本壘與一、二壘所包圍的三角形區域為攻擊無效區。



3. 進攻：

- (1)先決定棒次順序，進攻時於本壘後方依照棒次排成一排。
- (2)進攻時，打擊者手持躲避球以投擲滾地球方式將球擲出，滾出的球必須在攻擊有效區內，超出有效區或停在攻擊無效區則記好球一次，累計三顆好球即為出局。
- (3)跑壘：打擊者擲球後，全組隊員一起出發跑向一壘方向的角錐。

教學活動內容及實施方式

學習重點暨核心素養
呼應說明

(4)完成進攻後，進攻方全部再回到本壘後方排隊，由下一棒次的選手擔任打擊任務。

(5)全隊選手都打擊完畢後，攻守互換。

4. 防守：

(1)防守選手不限制守備位置，但必須全部站在一二壘兩個壘包連線後方。

(2)防守員接到球後必須將球傳給每一位防守員，傳球的同時喊出數字，最後一位接到球後必須踩踏一壘角錐並喊「停」。

5. 得分：防守方在喊「停」之前，成功跑向一壘的跑壘員，每一位人次計得分一分；防守方喊「停」後，即停止計分。

6. 攻守交換時機：攻方所有球員皆滾球進攻後，統計該局得分，並進行攻守交換。

(二)各隊皆完成 1 局的進攻後，比賽結束，統計各隊得分並集合學生。

二、小組討論

(一)教師引導學生討論：

1. 棒次如何安排才能增加小組跑壘的速度？

2. 哪一種攻擊的方法可以增加得分的機會？(投擲的方向？滾地球或平飛球)

3. 一壘手需要哪一種能力？什麼人適合擔任一壘手？

4. 接到球後，傳球的順序如何安排，才能增加傳球的速度？

(二)發給每組學生小白板，分組進行討論，將結果寫下或畫下來，暫時不發表。

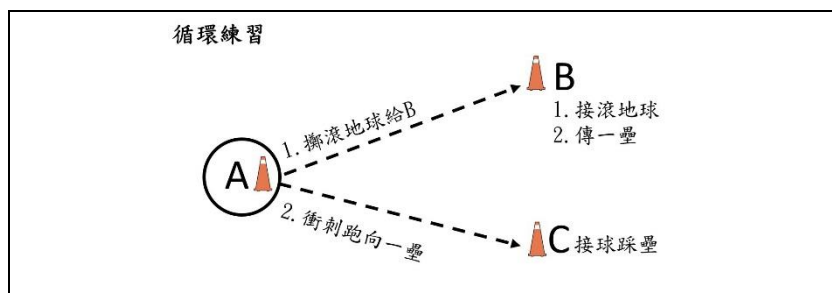
三、身體活動 2 技能演練

(一)小組練習時間：針對討論的結果，進行練習與實驗，以修正討論結果。

(二)循環練習：

1. 每一組分為 ABC 三個位置，A 負責投擲滾地球給 B 接著跑向一壘；B 負責接球後傳球給 C；C 必須一腳踩踏角錐接球，接球後再傳給 A，若 B 球傳歪了，C 可以離開角錐先接球後再踩踏角錐。

2. 每人輪流至 ABC 三個位置練習，循環順序 A→C→B→A。



欣賞彼此的優點，找出最適合擔任一壘手的人選。能運用文字符號或圖像和同學進行溝通與討論(健體-E-B1)。

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
<p>【綜合活動】(3mins)</p> <p>一、自省時間：學生自評努力與合作等責任的達成度。</p> <p>二、鼓勵學生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簡易棒壘球等運動。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>		

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
<p style="text-align: center;">本節重點：迅速準確的傳接球對於防守的重要性。</p> <p>【準備活動】(10mins)</p> <p>一、器材準備：大角錐*12，小角錐*30，躲避球*15，大呼拉圈*12。</p> <p>二、認知對話：根據任務確實的練習。樂於學習新的技術，勇敢面對挑戰，努力參與活動。與他人和睦相處，發揮團隊合作的精神。</p> <p>三、熱身活動：自我努力並與同學合作進行熱身活動動態熱身。開合跳、小碎步跑、原地高抬腿跑、衝刺跑。</p> <p>四、循環練習活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 每一組分為 ABC 三個位置，A 負責投擲滾地球給 B 接著跑向一壘；B 負責接球後傳球給 C；C 必須一腳踩踏角錐接球，接球後再傳給 A，若 B 球傳歪了，C 可以離開角錐先接球後再踩踏角錐。 每人輪流至 ABC 三個位置練習，循環順序 A→C→B→A。 <p>【發展活動】(25mins)</p> <p>一、身體活動 1 遊戲比賽</p> <ol style="list-style-type: none"> 教師複習比賽規則。 小組討論上次的策略與防守任務分配。 全班分成六組，其中四組進行比賽，二組擔任裁判和紀錄員。 實際操作與比賽。 	<p>將練習的成果與討論的策略在比賽過程中實地運用(健體-E-A2)。</p>	
<p>第 4 節</p>		

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
<p>【綜合活動】(5mins)</p> <p>一、小組討論與分享</p> <p>(一)請各組分享自己的防守策略，及策略執行的狀況。</p> <p>(二)請學生討論執行策略的成敗原因。</p> <p>(三)請學生發表課程收穫與心得。</p> <p>(四)教師回饋並複習本次課程重點：傳接球、一壘的任務與防守動作、封殺的概念。</p> <p>二、自省時間：學生自評努力與合作等責任的達成度。</p> <p>三、鼓勵學生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簡易棒壘球等運動。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>		

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
<p>本節重點：捕手的任務、接殺的概念、繞壘技巧、跑壘數的選擇</p> <p>【準備活動】(8mins)</p> <p>一、器材準備：大角錐*15，躲避球*15。</p> <p>二、認知對話：根據任務確實的練習。樂於學習新的技術，勇敢面對挑戰，努力參與活動。與他人和睦相處，發揮團隊合作的精神。</p> <p>三、熱身活動：自我努力並與同學合作進行熱身活動動態熱身。</p> <p>(一)壘間慢跑：全班學生排在本壘後方，老師帶隊慢跑，由本壘出發、繞過一壘、二壘後回到本壘，完成三趟。</p> <p>(二)壘間傳球練習：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 全班分成三大組(每組約8人)，分別在三個場地進行練習。 2. 每組學生平均分散在三個壘包，每個壘包約1~2人。 3. 依順時針方向由本壘開始，依序傳向一壘、二壘，再傳回本壘。 <p>【發展活動】(27mins)</p> <p>一、身體活動1 遊戲比賽</p> <p>(一)教師講解比賽規則後進行分組比賽。規則如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 分組：四~五人一組，全班分為六組，兩組相互比賽。 2. 場地：三個比賽場地，每個場地有本壘、一壘與二壘，以大角錐作為壘包。 3. 進攻： 	<p>第5節</p>	

教學活動內容及實施方式

學習重點暨核心素養呼應說明

- (1)先決定棒次順序。
- (2)進攻時，打擊者手持躲避球以投擲方式將球擲出，滾地或飛球都可以。擲出的球必須在界內有效區內，超出有效區或未滾進有效區則記好球一次，累計三顆好球即為出局。
- (3)進攻方每位選手都打擊完畢後，攻守互換。

4. 跑壘：

- (1)打擊者擲球後，由該位打擊者跑壘。一次只有一位跑壘，其餘隊友在場邊加油觀戰。
- (2)跑壘時可以選擇衝一壘、繞一壘衝本壘。

5. 防守：

- (1)防守選手有人擔任捕手、一壘手，其餘不限制守備位置，站在一二壘兩個壘包連線後方。
- (2)防守員接到球後必須將球傳給捕手或一壘手完成封殺，阻止對方得分。
- (3)飛球在落地前接殺，該位打擊者直接出局。

6. 得分：跑壘時，可以選擇衝向一壘得 1 分，或繞一壘回本壘得 2 分。

7. 攻守交換時機：攻方所有球員皆完成進攻後，統計該局得分，並進行攻守交換。

- (二)各隊皆完成兩局的進攻後，比賽結束，統計各隊得分並集合學生。

二、小組討論與發表

- (一)提問與發表：教師提問請學生直接回答

1. 跑壘時要怎麼選擇衝一壘還是回本壘？
2. 繞壘的動作有什麼重要性？有什麼技巧？
3. 比賽時有哪些同學跑回本壘得到二分？他們是怎麼做的？
4. 本次比賽的防守員有一壘手及本壘，他們各有什麼功能？哪些人適合擔任？

- (二)問題與討論：引導學生討論以下問題，並將結果寫或畫在小白板上，暫時不發表。

1. 進攻時，如何增加自己得分的機會
2. 防守時，如何阻止對方得分？(守備位置安排、防守員接到球後如何處理？)

三、身體活動 2 返回比賽

- (一)再次進行比賽。
- (二)鼓勵學生在比賽過程中實際執行戰術。

【綜合活動】(5mins)

一、反思與回饋

學生依據自己的速度、球的落點及防守員的處理來決定攻一壘或本壘，個人的努力程度與決定將會影響到小組的成績。(健體-E-A1)。

教學活動內容及實施方式	學習重點暨核心素養呼應說明
<p>(一)請各組學生分享小組防守與進攻的戰術，及戰術執行的狀況。</p> <p>(二)請學生分析戰術執行的成敗原因。</p> <p>(三)請學生發表課程收穫與心得</p> <p>(四)教師回饋並複習本次課程的重點：繞壘時機與動作、補手的任務與動作、飛球接殺出局的概念。</p> <p>二、自省時間：學生自評努力與合作等責任的達成度。</p> <p>三、鼓勵學生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簡易棒壘球等運動。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	

教學活動內容及實施方式	學習重點暨核心素養呼應說明
<p>本節重點：打擊動作要領(以手擊球)、內外野概念</p> <p>【準備活動】(10mins)</p> <p>一、器材準備：打擊座*4。</p> <p>二、認知對話：根據任務確實的練習。樂於學習新的技術，勇敢面對挑戰，努力參與活動。與他人和睦相處，發揮團隊合作的精神。</p> <p>三、熱身活動：自我努力並與同學合作進行熱身活動。</p> <p>全班學生排在本壘後方，老師帶隊慢跑，由本壘出發、繞過一壘、二壘後回到本壘，完成三趟。</p> <p>四、練習活動</p> <p>(一)繞壘練習：全班平分五組，在起點和終點各擺設一個大角錐，學生於起點角錐後方排隊，吹哨後一排一位學生出發繞過終點角錐後折返，下一位學生與返回隊友擊掌後接著出發。</p> <div data-bbox="261 1615 1137 1928" data-label="Diagram"> </div> <p>(二)打擊分解動作練習：教師帶領學生進行排球低手發球(掌根擊發球)口訣及動作練習(強調側身轉腰的動作要領)。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 左腳在前右腳在後(右手打擊者)。 2. 身體面向球柱、眼睛看球。 	

教學活動內容及實施方式

學習重點暨核心素養呼應說明

3. 右手伸直向後。

4. 由後向前揮擊。

(三) 接發球練習：全班分成五組，利用上面的隊形與場地，每組一位站在終點角錐處等待接球，其餘學生排在角錐後方，第一人將球置於角錐上方（或打擊柱），以排球低手發球方式進行打擊，打擊後則前往終點處準備接下一位打出來的球。

【發展活動】(25mins)

一、身體活動 1 排壘球遊戲

(一) 教師講解比賽規則後進行分組比賽。規則如下：

1. 分組：六～八人一組，全班分為四組，兩組相互比賽。

2. 場地：三個比賽場地，每個場地有本壘、一壘與二壘，以大角錐作為壘包。

3. 進攻：

(1) 先決定棒次順序。

(2) 進攻時，將球置於打擊柱上方，打擊者以低手發球方式擊球。擊出的球必須在界內有效區內，超出有效區或未滾進有效區則記好球一次，累計三顆好球即為出局。

4. 跑壘

(1) 打擊者擊球後，由該位打擊者跑壘。一次只有一位跑壘，其餘隊友在場邊加油觀戰。

(2) 跑壘時可以根據自己的速度與球的落點，選擇衝向一壘、二壘或是本壘。

5. 得分：跑壘時，成功攻上一壘得 1 分，攻上二壘得 2 分，回本壘得 3 分。通過一壘後企圖攻二壘，若失敗則得 1 分。通過一、二壘後企圖攻本壘，若失敗則得 2 分。

6. 防守：

(1) 守備位置分別為一壘手、二壘手、捕手、投手各一人，其餘為外野手，除捕手外，其他防守員必須站在一二壘連線後方。

(2) 防守員接到球後必須根據跑壘員的位置，將球傳給一壘手、二壘手或捕手完成封殺，阻止對方得分。

(3) 飛球在落地前接殺，該位打擊者直接出局。

7. 攻守交換時機：攻方所有球員皆完成進攻後，統計該局得分，並進行攻守交換。

(二) 各隊皆完成兩局的進攻後，比賽結束，統計各隊得分並集合學生。

二、小組討論

(一) 提問與回答：

1. 比賽中哪些同學的球打得特別遠？他是如何做到的？(請學生示範)

學生依據自己的速度、球的落點及防守員的處理來決定攻一壘或本壘，個人的努力程度與決定將會影響到小組的成績。(健體-E-A1)。

能運用文字符號或圖像和同學進行溝通與討論(健體E-B1)。

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
	<p>2. 高飛球的接法和滾地球的接法有什麼差別？（請學生示範）</p> <p>3. 如何有效防守？（內野與外野的守備安排、防守員接到球後如何處理？）</p> <p>（二）小組討論（不發表）：</p> <p>1. 外野和內野要怎麼站？怎麼分配位置與範圍？</p> <p>2. 發給每組學生戰術圖，分組進行戰術討論，暫時不發表。</p> <p>三、身體活動 2 返回排壘球比賽</p> <p>（一）再次進行比賽。</p> <p>（二）鼓勵學生在比賽過程中實際執行戰術。</p> <p>【綜合活動】（5mins）</p> <p>一、小組討論與發表</p> <p>（一）請各組學生分享小組防守與進攻的戰術，及戰術執行的狀況。</p> <p>（二）請學生分析戰術執行的成敗原因。</p> <p>（三）請學生發表課程收穫與心得</p> <p>（四）教師回饋並複習本次課程的重點：內外野的守備位置與範圍、打擊動作要領</p> <p>二、自省時間：學生自評努力與合作等責任的達成度。</p> <p>三、鼓勵學生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簡易棒壘球等運動。</p> <p>【課間活動】（上課期間與課餘時間）</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第 7 節	<p style="text-align: center;">本節重點：打擊動作要領(持棒打擊)</p> <p>【準備活動】（10mins）</p> <p>一、器材準備：大角錐*15，彈力球*15，打擊座*4</p> <p>二、認知對話：根據任務確實的練習。樂於學習新的技術，勇敢面對挑戰，努力參與活動。與他人和睦相處，發揮團隊合作的精神。</p> <p>三、熱身活動：自我努力並與同學合作進行熱身活動</p> <p>（一）壘間慢跑：全班學生排在本壘後方，老師帶隊慢跑，由本壘出發、繞過一壘、二壘後回到本壘，完成三趟。</p> <p>（二）傳接球練習：二人一組進行傳接球練習。</p> <p>四、練習活動</p> <p>（一）打擊動作練習：教師帶領學生進持棒打擊分解動作練習。</p>	

教學活動內容及實施方式	學習重點暨核心素養呼應說明
<p>1. 調整球的高度(與腰同高)。</p> <p>2. 雙腳打開與肩同寬，身體面向球柱。</p> <p>3. 右手在上左手在下拳頭緊靠(右手打擊者)。</p> <p>4. 雙手伸直與球棒成一直線。</p> <p>5. 身體和球保持適當距離。</p> <p>6. 手肘彎曲腰部向後旋轉。</p> <p>7. 球棒斜置於右肩上方。</p> <p>8. 重心放低膝蓋微彎。</p> <p>9. 轉腰手臂伸直試瞄與擊球。</p> <p>(二)打擊練習：全班分成四大組，每組由一人負責打擊彈力球，其餘學生分別站於內野與外野接球，並將球回傳給打擊者。每人擊5球後交換。</p> <p>【發展活動】(25mins)</p> <p>一、身體活動 1 遊戲比賽</p> <p>(一)教師複習比賽規則後進行分組比賽。</p> <p>(二)除了打擊方式改為持棒打擊，其餘規則不變。</p> <p>(三)各隊皆完成兩局的進攻後，比賽結束，統計各隊得分並集合學生。</p> <p>二、小組討論</p> <p>(一)教師提問學生回答：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 哪些同學擊出的球比較遠？請學生示範。 2. 持棒擊球的方式和手臂擊球的方式有哪些異同？ 3. 有什麼方法可以協助打不到球的同學？ <p>(二)小組討論與個別指導：小組自行討論並複習打擊動作要領，由較為熟練的同學指導進度較為落後的同學。</p> <p>三、身體活動 2 返回比賽 (Assessing)</p> <p>(一)再次進行比賽。</p> <p>(二)鼓勵學生在比賽過程中實際執行戰術。</p> <p>【綜合活動】(5mins)</p> <p>一、小組發表與回饋</p> <ol style="list-style-type: none"> (一)請各組學生分享小組防守與進攻的戰術，及戰術執行的狀況。 (二)請學生分析戰術執行的成敗原因。 (三)請學生發表課程收穫與心得。 (四)教師回饋並複習本次課程的重點：持棒打擊的動作要領。 <p>二、自省時間：學生自評努力與合作等責任的達成度。</p> <p>三、鼓勵學生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簡易棒壘球等運動。</p>	<p>能欣賞並讚美打擊能力優秀的同學，(健體-E-B3)。</p> <p>同組夥伴互相鼓勵與指導，協助落後的同學。(健體-E-C2)。</p>

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養 呼應說明
	<p>【課間活動】（上課期間與課餘時間）</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	

四、第三學習階段教學示例：玩棒球學責任(教案代碼 Hd-III)

領域/科目		健康與體育領域	設計者	黃志成
實施年級		第三學習階段	節數	6 節
單元名稱		玩棒球學責任		
教材來源/參考		自編、體育教材資源網		
教學資源/設備		品德故事與責任海報、樂樂棒球、彈力球、打擊座、球棒、角錐、戰術討論板、動作標準卡、樂樂棒球運動實踐記錄表		
學習重點	學習表現	1c-III-1 了解動作技能要素和基本運動規範。 2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範。 3d-III-2 演練比賽中的防守和進攻策略。 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。	領綱 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。 健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知識，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。
	學習內容	Hd-III-1 守備/跑分性運動基本動作及基礎戰術		
議題融入	實質內涵	略		
設計理念與核心素養呼應說明		「玩棒球學責任」教學活動是以每位學生先備知能為出發點，亦即學生已經具備守備/跑分性遊戲的規則、戰術、團隊合作以及運動技能的知識與能力（健體-E-C1），進行延伸性的樂樂棒球的比賽，引導學生思考、討論並執行進攻與防守的戰術（健體-E-A2、健體-E-B1），循序漸進地將樂樂棒球的規則與進階技能融入簡易的遊戲中，提升學生的比賽表現，養成規律運動的習慣（健體-E-A3）。達到展現系統思考與解決問題、符號運用與溝通表達、道德實踐與公民意識、人際關係與團隊合作等核心素養。		
學習目標				
5. 了解樂樂棒球跑壘、傳接球與打擊的正確動作、練習方法、基本規則與戰術 (Hd-III-1、1c-III-1)。				
6. 表現尊重、努力與合作以及自我導向的態度與行為 (Hd-III-1、2c-III-1)。				
7. 表現跑壘、傳接球與打擊的正確動作，並能執行樂樂棒球的攻防戰術 (Hd-III-1、3d-III-2)。				

8. 藉由樂樂棒球遊戲學習，養成規律運動習慣 (Hd-III-1、4d-III-1)。

課程大綱	節次	每節重點
	1	齊心戮力：長打跑壘、助跑肩上傳球等技能、努力與合作等責任，擬定運動計畫。
	2	操之在我：樂樂棒球打擊技能，努力與合作等責任，擬定並執行運動計畫。
	3	0 人在壘樂樂棒球遊戲：樂樂棒球 0 人在壘遊戲規則、禮儀、戰術與技能，實踐努力與合作責任。
	4	1 壘有人樂樂棒球遊戲：樂樂棒球 1 壘有人遊戲規則、戰術與技能，執行運動計畫。
	5	3 壘有人樂樂棒球遊戲：樂樂棒球 3 壘有人遊戲戰術與技能，自我導向等責任，執行運動計畫。
	6	樂樂棒球遊戲：樂樂棒球遊戲戰術與技能、分享責任與運動實踐的經驗。


教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第 1 節	<p>本節重點：長打跑壘、助跑肩上傳球等技能、努力與合作等責任，擬定運動計畫。</p> <p>【準備活動】(10mins)</p> <p>一、認知對話：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 品德小故事介紹與討論：女壘亞錦賽—中華隊季軍晉級世錦賽。 2. 「努力與合作」責任簡介 <p>☆根據任務確實的練習。 ☆樂於學習新的技術，勇敢面對挑戰，努力參與活動。 ☆與他人和睦相處，發揮團隊合作的精神。</p> <p>二、熱身活動：自我努力並與同學合作進行熱身活動。</p> <p>【發展活動】(25mins)</p> <p>一、身體活動 1 跑壘練習</p> <p>(一)直線衝刺：擊出內場滾地球，全力直線衝刺衝過壘包。全班分成 4 組，分別列隊於本、1、2、3 壘，聽到哨音後，各組排頭全力直線衝刺衝過橘色壘包，而後排在該壘的排尾。</p>  <p>(二)長打跑壘：擊出外野平飛球或安打時，衝刺至界外區再曲線切入，腳踏壘包內角，繼續往 2 壘直線衝刺。全班分成 2</p>	<p>透過努力與合作的品德責任認知對話，達到學習表現健體 2c-III-1，核心素養健體-E-C1。</p> <p>經由樂樂棒球技能的介紹與演練，達到學習表現健體 1c-III-1、3d-III-2。</p>

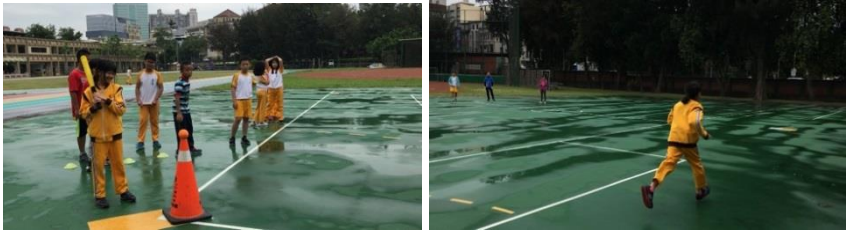
教學活動內容及實施方式	學習重點暨核心素養呼應說明
<p>組，分別站立於本壘與二壘，聽到哨音後，各組排頭進行長打跑壘。</p> <div data-bbox="256 304 1094 533" data-label="Image"> </div> <p>二、身體活動 2 傳接球練習</p> <p>(一)助跑肩上傳球練習：動作口訣-併併拉擲指，併步、併步、慣用手持球拉於肩後、向前揮擲、慣用手指向目標。各組 7 人以一個壘包練習，傳高飛球、平飛球、反彈球、滾地球等。</p> <p>(二)接球練習</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 高手接球：動作口訣移、站、曲、合、接，移動至接球位置、兩腳前後站立、兩臂曲於胸前、兩手拇指互相靠近、指尖向上接球。 2. 低手接球：動作口訣移、蹲、曲、合、接，移動至接球位置、分膝下蹲、兩臂曲於腿前、兩手小指互相靠近、指尖向下接球。 <p>【綜合活動】(5mins)</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、小組討論：小組防守位置的分配，依據自己傳接球的能力，分配與選擇適當的防守位置(主持人引導)。 二、揚善稱頌：公開稱讚並記錄能努力與合作的同學與隊伍。 三、自省時間：努力與合作自我評量 四、融入生活：鼓勵學生利用課餘時間進行樂樂棒球遊戲，在日常生活中做到努力與合作，並運用遊戲或學習策略。 <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	<p>藉由小組討論的方式，達到核心素養健體-E-B1。</p>

教學活動內容及實施方式	學習重點暨核心素養呼應說明
-------------	---------------

教學活動內容及實施方式	學習重點暨核心素養呼應說明
<p>本節重點：樂樂棒球打擊技能，努力與合作等責任，擬定並執行運動計畫。</p> <p>【準備活動】(7mins)</p> <p>一、認知對話：「努力與合作」責任宣誓</p> <p>☆根據任務確實的練習。</p> <p>☆樂於學習新的技術，勇敢面對挑戰，努力參與活動。</p> <p>☆與他人和睦相處，發揮團隊合作的精神。</p> <p>二、熱身活動：自我努力並與同學合作進行熱身活動。</p> <p>【發展活動】(26mins)</p> <p>一、身體活動 1 直線衝刺跑壘、長打跑壘。</p> <p>二、身體活動 2 傳接球練習。</p> <p>三、身體活動 3 打擊練習（操之在我標準卡如附件一）。</p> <p>（一）握棒動作：右手在上，左手在下，兩手上下接近，緊握球棒的細端（以慣用右手者為例）。</p> <p>（二）打擊動作：動作口訣一站拉揮擊收，兩足開立與肩寬同左腳對球，兩手將球棒拉舉至右肩後，揮動球棒以粗端擊球，揮棒收至左肩外側。</p> <p>（三）分組打擊練習：提醒站拉揮擊收「放」，強調打擊者放下球棒，預備者距離三公尺，維護運動安全，自己打擊自己撿球，增加運動量，可選擇適合自己能力的大小球。</p>  <p>【綜合活動】(7mins)</p> <p>一、小組討論：依據打擊練習的結果，設定自己適合的棒次，小組分配比賽的棒次。（主持人引導）</p> <p>二、揚善稱頌：公開稱讚並記錄能努力與合作的同學與隊伍，發揮典範學習的效果。</p> <p>三、自省時間：選擇自己合適的防守位置與打擊棒次自我評量</p> <p>四、融入生活：說明樂樂棒球運動實踐記錄表（如附件二），鼓勵學生利用課餘時間進行樂樂棒球技能練習並記錄練習時間與內容，在日常生活中做到努力與合作，並運用遊戲或學習策</p>	<p>透過努力與合作的品德責任認知對話，達到學習表現健體 2c-III-1，核心素養健體-E-C1。</p> <p>經由樂樂棒球技能的介紹與演練，達到學習表現健體 1c-III-1、3d-III-2。</p> <p>藉由小組討論的方式，達到核心素養健體-E-B1。</p> <p>經由運動實踐記錄表，達到核心素養健體-E-A3。</p>

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
	略。 【課間活動】 （上課期間與課餘時間） 關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。	

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第 3 節	<p>本節重點：樂樂棒球 0 人在壘遊戲規則、禮儀、戰術與技能，實踐努力與合作責任。</p> <p>【準備活動】（5mins）</p> <p>一、認知對話：運動宣誓「我會發揮團隊合作的精神，盡己之力參加比賽，爭取最高榮譽。」</p> <p>二、熱身活動：自我努力並與同學合作進行熱身活動。</p> <p>【發展活動】（28mins）</p> <p>一、身體活動 1：衝刺跑壘、長打跑壘、傳接球練習（教練引導）。</p> <p>二、身體活動 2：打擊練習（可選擇適合自己能力的大小球）。</p>  <p>三、身體活動 3：0 人在壘樂樂棒球遊戲</p> <p>（一）說明遊戲規則</p> <p>1. 打擊與跑壘：</p> <p>（1）每局打 1-8 棒一輪制；進攻隊須踩橘色壘包，守備隊踩白壘包。</p> <p>（2）打擊可選擇大球或小球，可試比但不可超過球，違者計好球 1 個。</p> <p>2. 防守：</p> <p>（1）投手不投球，直接站在投手板上防守也要下場打擊。</p> <p>（2）守備員一律以踩壘封殺出局。</p>	<p>透過努力與合作的品德責任認知對話，達到學習表現健體 2c-III-1、核心素養健體-E-C1。</p> <p>經由樂樂棒球技能的介紹與演練，達到學習表現健體 1c-III-1。</p> <p>。</p> <p>透過樂樂棒球遊戲的介紹與體驗，達到學習表現健體 3d-III-2。</p>

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
<p>3. 上壘與出局：</p> <p>(1) 上壘：在各壘包守備員接球踩壘前，跑壘員已踩壘則判為上壘。</p> <p>(2) 出局：3 好球判出局，含第 3 球打界外球</p> <p>4. 得分：跑 1 壘得 1 分，依此類推...，跑回本壘得 4 分。</p> <p>(二) 師生討論戰術、隊呼與敬禮握手（隊長引導）。</p> <p>(1) 0 人在壘，應該把球打向哪些位置以安全上壘？</p> <p>(2) 0 人在壘，守備隊接球後，應該把球傳向哪些壘包？</p> <p>(三) 進行樂樂棒球遊戲。</p>  <p>【綜合活動】(7mins)</p> <p>一、小組討論：討論與記錄進攻與防守的戰術（進攻與防守戰術討論表如附件三）。</p> <p>二、揚善稱頌：公開稱讚並記錄能努力與合作的同學與隊伍，發揮典範學習的效果。</p> <p>三、自省時間：努力與合作自我評量。</p> <p>四、融入生活：鼓勵學生利用課餘時間進行樂樂棒球技能練習，在日常生活中做到努力與合作，並運用遊戲或學習策略。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	<p>藉由師生討論與小組討論的方式，達到核心素養健體-E-A2。</p> <p>經由運動實踐記錄表，達到學習表現 4d-III-1、核心素養健體-E-A3。</p>	

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
<p>第 4 節</p> <p>本節重點：樂樂棒球 1 壘有人遊戲規則、戰術與技能，執行運動計畫。</p> <p>【準備活動】(5mins)</p> <p>一、認知對話：責任、運動與策略融入生活調查與分享</p> <p>二、自我進行有效的棒壘球熱身活動</p> <p>【發展活動】(28mins)</p> <p>一、身體活動 1：衝刺跑壘、長打跑壘、傳接球練習（教練引導）。</p>	<p>透過努力與合作品德責任認知與實踐對話，達到學習表現健體 2c-III-1、核心素養健體-E-C1。</p>	

教學活動內容及實施方式

學習重點暨核心素養呼應說明

二、身體活動 2：打擊練習（可選擇適合自己能力的大球或小球）
強調打擊者揮棒後應放下球棒，預備者距離 3 公尺，維護運動安全。

三、身體活動 3：1 壘有人樂樂棒球遊戲

（一）說明遊戲規則

1. 打擊與跑壘：

(1) 每局打 1-8 棒一輪制；進攻隊須踩橘色壘包，守備隊踩白壘包。

(2) 打擊可選擇大球或小球，不可採用犧牲觸擊，違者計好球一個繼續打擊。

2. 防守：

(1) 打擊者揮棒前，守備員不可超過投手板趨前防守。

(2) 守備員一律以踩壘封殺出局。

3. 上壘與出局：

(1) 上壘：在各壘包守備員接球踩壘前，跑壘員已踩壘則判為上壘。

(2) 出局：二好球後再揮空棒或擊成界外球，仍判三振出局。

4. 得分：跑 1 壘得 1 分，依此類推...，跑回本壘得 4 分。

（二）師生討論戰術、隊呼與敬禮握手（隊長引導）。

1. 1 壘有人，應該把球打向哪些位置來幫助隊友往 2 壘推進？

2. 1 壘有人，守備隊接球後，應該把球傳向哪些壘包？

（三）進行樂樂棒球遊戲。



【綜合活動】（7mins）

一、小組討論：討論與記錄進攻與防守的戰術（主持人引導）。

二、揚善稱頌：公開稱讚並記錄能努力與合作的同學與隊伍，發揮典範學習的效果。

三、自省時間：努力與合作自我評量。

四、融入生活：鼓勵學生利用課餘時間進行樂樂棒球練習與遊

經由樂樂棒球技能的介紹與演練，達到學習表現健體 1c-III-1。

透過樂樂棒球遊戲的介紹與體驗，達到學習表現健體 3d-III-2。

藉由師生討論與小組討論的方式，達到核心素養健體-E-A2。

經由運動實踐記錄表，達到學習表現 4d-III-1、核心素養健體-E-A3。

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
	<p>戲，在日常生活中做到努力與合作，並運用遊戲或學習策略。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間) 關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第 5 節	<p>本節重點：樂樂棒球 3 壘有人遊戲戰術與技能，自我導向等責任，執行運動計畫。</p> <p>【準備活動】(7mins) 一、認知對話：鈴木一郎故事與「自我導向」責任簡介。 ☆依據標準卡練習 ☆設定合適的難度與目標 ☆老師沒監督也能做好 ☆自我堅持，確實地執行</p>  <p>二、熱身活動：小組合作以及自我進行有效的棒壘球熱身活動。</p> <p>【發展活動】(26mins) 一、身體活動 1：跑壘練習、傳接球練習(教練引導)。 二、身體活動 2：打擊練習(可選擇適合自己能力的大球或小球)。 三、身體活動：3 壘有人樂樂棒球遊戲 (一)說明遊戲規則 1. 打擊與跑壘：打擊可選擇大球或小球，擊球進場未超過 5 公尺判界外球，計好球一個。 2. 防守：內野手不再抓跑壘員，將球傳回本壘或捕手時，壘上人員須回到已佔上之壘板，等下一棒揮擊後再前進。</p>	<p>透過自我導向的責任認知對話，達到學習表現健體 2c-III-1、核心素養健體 -E-C1。</p> <p>經由樂樂棒球技能的介紹與演練，達到學習表現健體 1c-III-1。</p> <p>透過樂樂棒球遊戲的介紹與體驗，達到學習表現健體 3d-III-2。</p>

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
	<p>3. 上壘與出局：守備員傳球出場外，所有跑壘員可加保送一個壘。</p> <p>4. 得分：跑1壘得1分，依此類推...，跑回本壘得4分。</p> <p>(二)師生討論戰術、隊呼與敬禮握手(隊長引導)</p> <p>1. 3壘有人，應該把球打向哪些位置以安全上壘或幫助隊友得分？</p> <p>2. 3壘有人，守備隊接球後，應該把球傳向哪些壘包？</p> <p>(三)進行樂樂棒球遊戲。</p> <p>【綜合活動】(7mins)</p> <p>一、小組討論：小組討論與記錄進攻與防守的戰術(主持人引導)。</p> <p>二、揚善稱頌：公開稱讚並記錄(學生裁判負責)能自我導向的同學與隊伍，發揮典範學習的效果。</p> <p>三、自省時間：設定目標並確實執行等自我導向自我評量</p> <p>四、融入生活：鼓勵學生利用課餘時間進行樂樂棒球技能練習與遊戲，在日常生活中做到目標設定，並運用遊戲或學習策略。</p> <p>五、收拾器材：各組器材管理同學。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	<p>藉由師生討論與小組討論的方式，達到核心素養健體-E-A2。</p> <p>經由運動實踐記錄表，達到學習表現4d-III-1、核心素養健體-E-A3。</p>

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第6節	<p>本節重點：樂樂棒球遊戲戰術與技能、分享責任與運動實踐的經驗。</p> <p>【準備活動】(5mins)</p> <p>一、認知對話：「自我導向」責任宣誓。</p> <p>☆依據標準卡練習 ☆設定合適的難度與目標</p> <p>☆老師沒監督也能做好 ☆自我堅持，確實地執行</p> <p>二、熱身活動：小組合作以及自我進行有效的棒壘球熱身活動。</p> <p>【發展活動】(28mins)</p> <p>一、身體活動1：跑壘練習、傳接球練習(教練引導)</p> <p>全場跑壘練習，衝刺跑壘2次與長打跑壘2次；傳接球練習，</p>	<p>透過自我導向的責任認知對話，達到學習表現健體 2c-III-1、核心素養健體-E-C1。</p> <p>經由樂樂棒球技能的介紹與演練，達到學習表現健體 1c-III-1</p>

教學活動內容及實施方式

學習重點暨核心素養呼應說明

平飛球 5 次、滾地球 5 次。

二、身體活動 2：打擊練習（可選擇適合自己能力的大球或小球）
每人練習 3 次，強調打擊者揮棒後應放下球棒。

三、身體活動 3：樂樂棒球比賽

（一）說明比賽規則：教育部樂樂棒球比賽規則。

1. 打擊與跑壘：每場打 2 局，每局打 1-8 棒一輪制。下一局開始前，上一局之跑壘員需回到原殘壘之壘位。

2. 防守：進攻隊衝壘須踩橘色安全壘板，守備隊踩白壘板。

3. 上壘與出局：守備員一律以踩壘封殺出局。

4. 得分：跑回本壘得 1 分。

5. 勝負判定：得分多的隊伍獲勝。

（二）小組討論戰術、隊呼與敬禮握手（隊長引導）。

（三）進行樂樂棒球比賽。

（四）小組討論與修改戰術（主持人引導）。

（五）返回樂樂棒球比賽。

【綜合活動】（7mins）

一、小組討論與發表：小組討論與記錄樂樂棒球比賽的攻防戰術，並以戰術板發表進攻戰術。



二、揚善稱頌：記錄比賽成績，公開稱讚並記錄能展現個人與社會責任的同學與隊伍，發揮典範學習的效果。

三、自省時間：自我導向自我評量

四、融入生活：鼓勵學生利用課餘時間進行樂樂棒球技能練習與遊戲，在日常生活中做到目標設定，並運用遊戲或學習策略。

五、收拾器材：各組器材管理同學。

【課間活動】（上課期間與課餘時間）

。

透過樂樂棒球比賽的介紹與體驗，達到學習表現健體 3d-III-2。

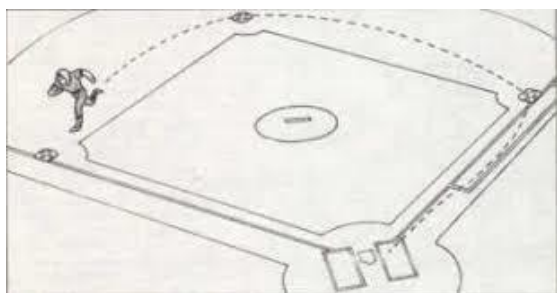
藉由小組討論與發表的方式，達到核心素養健體-E-A2。

經由運動實踐記錄表，達到學習表現 4d-III-1、核心素養健體-E-A3。

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養 呼應說明
	<p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	

跑壘動作要領

- 1.直線衝刺跑壘：滾衝
 - (1)滾：擊出內場滾地球
 - (2)衝：全力直線衝刺衝過壘包
- 2.長打跑壘：飛外曲內衝
 - (1)飛：擊出外野飛球或安打時
 - (2)外：衝刺至界外區
 - (3)曲：曲線切入
 - (4)內：腳踏壘包內角
 - (5)衝：繼續往下個壘包衝刺



傳球動作要領

- 3.肩上傳球：拉擲指
 - (1)拉：慣用手持球拉於肩後
 - (2)擲：向前揮擲
 - (3)指：慣用手指向目標
- 4.助跑肩上傳球：併併拉擲指
 - (1)併：併步
 - (2)併：併步
 - (3)拉：慣用手持球拉於肩後
 - (4)擲：向前揮擲
 - (5)指：慣用手指向目標



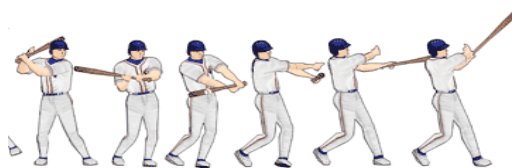
接球動作要領

- 5.高手接球：移站曲併接
 - (1)移：移動至接球位置
 - (2)站：兩腳前後站立
 - (3)曲：兩臂曲於胸前
 - (4)併：兩手拇指併龍
 - (5)接：指尖向上接球
- 6.低手接球：移蹲曲併接
 - (1)移：移動至接球位置
 - (2)蹲：分膝下蹲
 - (3)曲：兩臂曲於腿前
 - (4)併：兩手小指併龍
 - (5)接：指尖向下接球



打擊動作要領

- 7.握棒動作：
 - (1)慣用右手：右手在上，左手在下，兩手貼合，緊握細端。
 - (2)慣用左手：左手在上，右手在下，兩手貼合，緊握細端。
- 8.打擊動作：站拉揮擊收
 - (1)站：兩足與肩同寬，前腳對球
 - (2)拉：將球棒拉舉至右(左)肩後
 - (3)揮：揮動球棒
 - (4)擊：以粗端擊球
(滾地球：上方、飛球：中、下方)
 - (5)收：揮棒收至左(右)肩外側



附件二 樂樂棒球運動實踐記錄表

日期 項目(次數)	課餘時間樂樂棒球運動實踐記錄表 月 日 至 月 日																									
1.直線衝刺跑壘																										
2.長打跑壘																										
3.肩上傳球																										
4.助跑肩上傳球																										
5.高手接球																										
6.低手接球																										
7.打擊滾地球																										
8.打擊飛球																										
<p>自我評量</p> <p>☆依據標準卡練習</p> <p>☆設定合適的難度與目標</p> <p>☆老師沒監督也能做好</p> <p>☆自我堅持，確實地執行</p>	<input type="checkbox"/> 完全做到 <input type="checkbox"/> 已經做到 <input type="checkbox"/> 部分做到 <input type="checkbox"/> 很少做到	<input type="checkbox"/> 完全做到 <input type="checkbox"/> 已經做到 <input type="checkbox"/> 部分做到 <input type="checkbox"/> 很少做到	<input type="checkbox"/> 完全做到 <input type="checkbox"/> 已經做到 <input type="checkbox"/> 部分做到 <input type="checkbox"/> 很少做到	<input type="checkbox"/> 完全做到 <input type="checkbox"/> 已經做到 <input type="checkbox"/> 部分做到 <input type="checkbox"/> 很少做到	<input type="checkbox"/> 完全做到 <input type="checkbox"/> 已經做到 <input type="checkbox"/> 部分做到 <input type="checkbox"/> 很少做到																					
<p>自我目標</p> <p>設定與評估</p> <p>1.自己合適的跑壘、傳球、接球與打擊方式。</p> <p>2.自己合適的打擊棒次與防守位置。</p> <p>3.自己需要加強練習的動作。</p>																										

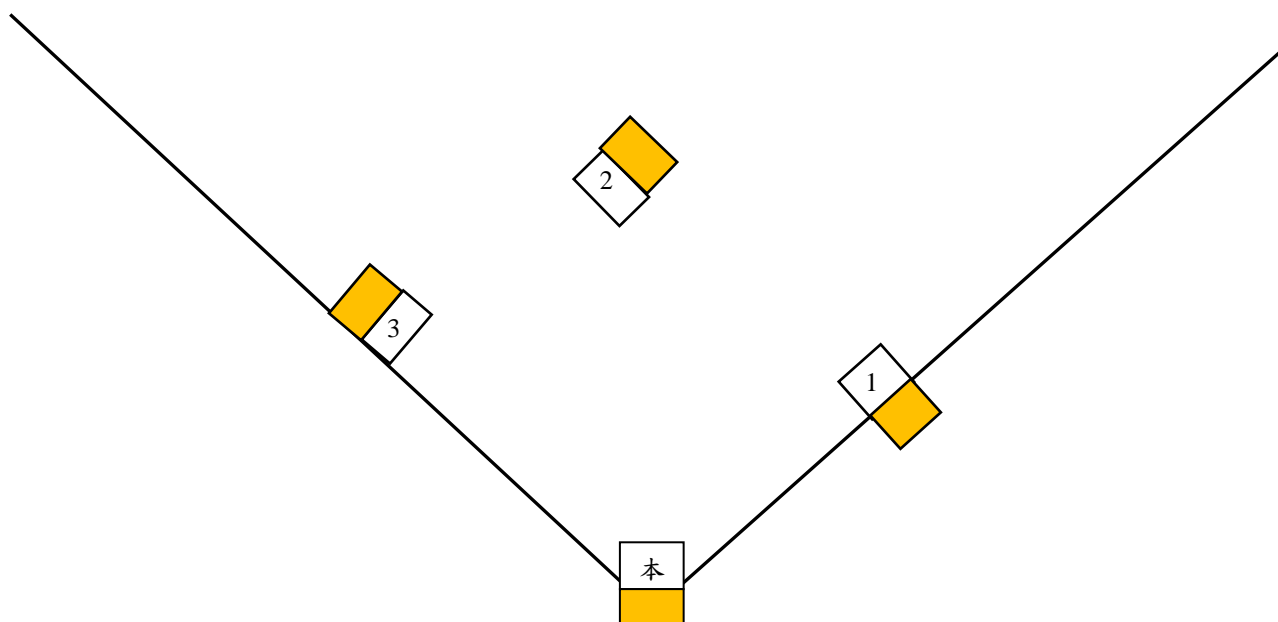
附件三 樂樂棒球進攻戰術討論表

班級：___年___班

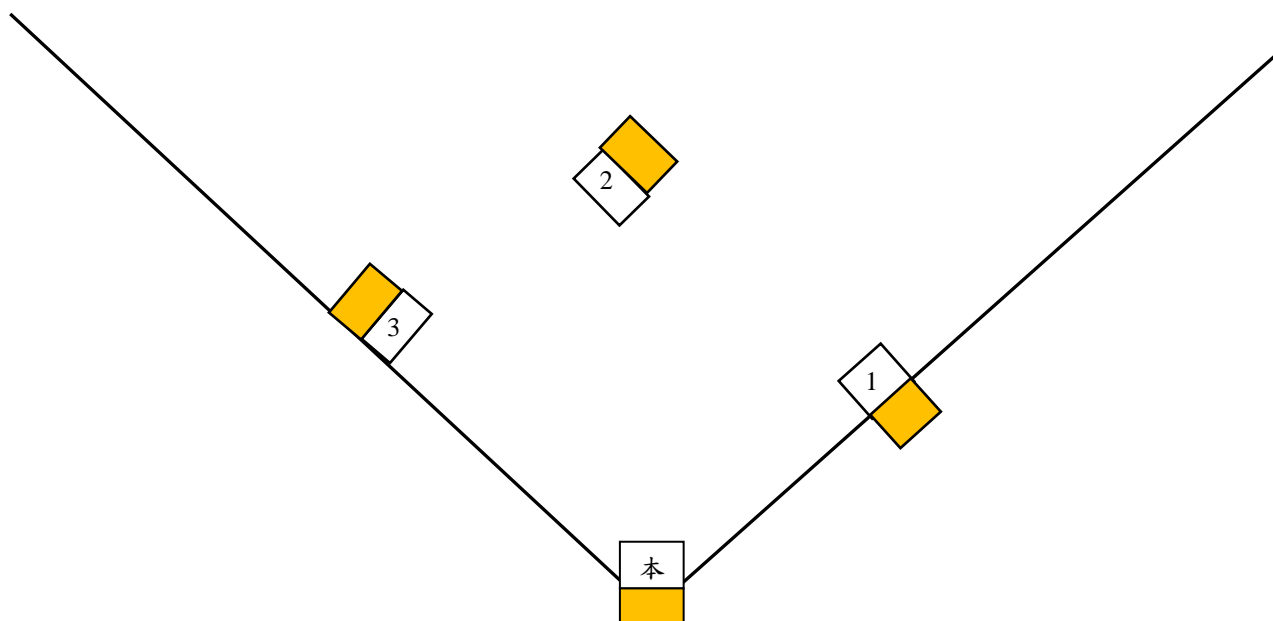
隊名：_____

打擊順序(座號)：

(一)0人在壘： 1.打擊方向或方式： 	(二)1壘有人： 1.打擊方向或方式： 2.跑壘：
(三)2壘有人： 1.打擊方向或方式： 2.跑壘：	(四)3壘有人： 1.打擊方向或方式： 2.跑壘：
(五)1、2壘有人： 1.打擊方向或方式： 2.跑壘：	(六)1、3壘有人： 1.打擊方向或方式： 2.跑壘：
(七)2、3壘有人： 1.打擊方向或方式： 2.跑壘：	(八)1、2、3壘有人： 1.打擊方向或方式： 2.跑壘：



(一)0 壘有人：	(二)1 壘有人：
(三)2 壘有人：	(四)3 壘有人：
(五)1、2 壘有人：	(六)1、3 壘有人：
(七)2、3 壘有人：	(八)1、2、3 人在壘：
(九)右打擊者：	(十)左打擊者：
(十一)短打擊者：	(十二)長打擊者：
討論題目：1.防守位置如何分配？ 2.接到球應該傳向哪些壘包？ 3.哪些人移位到壘包接球（支援接應）？ 4.移動到哪個位置來補位防守？	



五、第四學習階段教學示例：戲中技有品 (教案代碼 Hd-IV)

領域/科目		健康與體育領域	設計者	鄧貴安、黃志成
實施年級		第四學習階段	總節數	7 節
單元名稱		戲中技有品		
教材來源/參考		自編		
教學資源/設備		網球、球棒、壘包、戰術討論板		
學習重點	學習表現	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，發展運動參與方法。	領綱核心素養	健體-J-A2 具備理解體育情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育的問題。 健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育的基本概念，應用於日常生活中。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動中培育相互合作及與人和諧互動的素養。
	學習內容	Hd-IV-1 守備/跑分性運動動作組合及團隊戰術		
議題融入	實質內涵	品德教育 增進道德發展知能；了解品德核心價值與道德議題；養成知善、樂善與行善的品德素養。		
設計理念與核心素養呼應說明		經由棒壘球比賽情境中，首先引起學生動機能主動學習跑壘守備運動，表現出正確的認知及戰術應用(健體-J-A2)，過程中以分組比賽合作學習(人我間溝通表達的技能)(健體-J-C2)，展現出同學自我導向責任層級良好的互動(健體-J-B1)。		
學習目標				
5. 能理解棒壘球賽的戰術戰略，展現於課堂修正式的比賽中 (Hd-IV-1、1d-IV-3)。 6. 表現自我導向的個人與社會責任行為 (Hd-IV-1、2c-IV-1)。 7. 能在比賽情境中應用戰術戰略解決問題 (Hd-IV-1、3d-IV-3)。 8. 經由棒壘球比賽課程，養成規律運動習慣 (Hd-IV-1、4d-IV-2)。				

課程大綱	節次	每節重點
	1	網棒球—左、右推打與觸擊能力
	2	網棒球—右半場推、觸攻守策略
	3	網棒球—左半場推、觸攻守策略
	4	網棒球—推、觸攻守策略應用
	5	網棒球—選擇自己的守備位置
	6	網棒球—擊遠攻守

7 網棒球—正式比賽		
教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第1節	<p>本節重點：網棒球—左、右推打與觸擊能力</p> <p>【準備活動】(7mins)</p> <p>一、確認人數，提醒安全與衛生注意事項</p> <p>二、熱身運動：順著球場慢跑三圈，小組合作以及自我進行有效的棒壘球熱身活動。</p> <p>三、認知對話：能自主完成準備活動、發展比賽策略、能反思課堂表現。</p> <p>【發展活動】(32mins)</p> <p>一、身體活動1：拋打搶分遊戲</p> <p>(一)3人一組(投球1人、打擊1人、守備1人)</p> <p>(二)打擊者必須將球擊/點至右/左半邊防守者，再將球回傳投球者，計成功1次。</p> <p>(三)依序為擊右、擊左、點右、點左。</p> <p>(四)每人計時一分鐘，成功次數多者為勝。</p> <p>二、小組討論</p> <p>(一)如何才能將球打至左、右方？有何訣竅？</p> <p>(二)揮擊時，握棒的位置有差別嗎？</p> <p>(三)觸擊時，握棒的動作有差別嗎？</p> <p>三、身體活動2：返回拋打搶分遊戲</p> <p>【綜合活動】(6mins)</p> <p>一、小組討論：拋打搶分遊戲所使用的技能有那些？</p> <p>二、自省時間：設定目標並確實執行等自我導向自我評量。</p> <p>三、融入生活：鼓勵學生利用課餘時間進行網棒球技能練習與遊戲，在日常生活中做到目標設定，並運用遊戲或學習策略。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	<p>上課能自主集合點名及準備活動(2c-IV-1)。</p> <p>透過體育活動中培育相互合作及與人和諧互動的素養(健體-J-C2)。</p> <p>能運用適當的策略，處理與解決體育的問題(健體-J-A2)。</p>

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第2節	<p>本節重點：網棒球—右半場推、觸攻守策略</p> <p>【準備活動】(7mins)</p> <p>一、確認人數，提醒安全與衛生注意事項。</p> <p>二、熱身運動：順著球場慢跑三圈，小組合作以及自我進行有效的棒壘球熱身活動。</p> <p>三、認知對話：能自主完成準備活動、發展比賽策略、能反思課</p>	

教學活動內容及實施方式

學習重點暨核心素養
呼應說明

堂表現。

【發展活動】(32mins)

一、身體活動 1：右半場修正式比賽

- (一) 7人一組，分四隊（兩隊比賽，另兩隊記錄），進行右半邊比賽。
- (二) 球場：由本壘及二壘連線切為兩半，右半邊為合法區域，只要球擊至左半邊記好球乙次。
- (三) 防守者除了投手和捕手，其餘自由選擇守備位置。
- (四) 7人輪流進攻，球數由一好兩壞開始進行二局（第一局：進攻隊上二壘即得1分，第二局：從二壘有人開始，回本壘便得分。）
- (五) 防守者按正常比賽規則一律採封殺。
- (六) 得分多的隊伍獲勝。



二、小組討論

- (一) 打擊者應該使用何種打擊策略將球擊至右半邊？
 - (二) 投手應該使用何種投球策略使打擊者打向左半邊？
 - (三) 若知道打擊者想進攻右半邊，防守者應如何安排守備位置？
- #### 三、身體活動 2：返回右半邊修正式比賽。

【綜合活動】(6mins)

一、小組討論與發表：

- (一) 打擊者如何將隊友推進？
- (二) 壘上有跑者時，投手要如何阻止跑者推進？

二、自省時間：設定目標並確實執行等自我導向自我評量

三、融入生活：鼓勵學生利用課餘時間進行網棒球技能練習與遊戲，在日常生活中做到目標設定，並運用遊戲或學習策略。

【課間活動】(上課期間與課餘時間)

關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。

具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動（健體-J-B1）。

具備理解體育情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能（健體-J-A2）。

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第 3 節	<p style="text-align: center;">本節重點：網棒球—左半場推、觸攻守策略</p> <p>【準備活動】(7mins)</p> <p>一、確認人數，提醒安全與衛生注意事項。</p> <p>二、熱身運動：順著球場慢跑三圈，小組合作以及自我進行有效的棒壘球熱身活動。</p> <p>三、認知對話：能自主完成準備活動、發展比賽策略、能反思課堂表現。</p> <p>【發展活動】(32mins)</p> <p>一、身體活動1：左半場修正式比賽</p> <p>(一)7人一組，分四隊(兩隊比賽，另兩隊記錄)，進行左半邊比賽。</p> <p>(二)球場：由本壘及二壘連線切為兩半，左半邊為合法區域，只要球擊至右半邊記好球乙次。</p> <p>(三)防守者除了投手和捕手，其餘自由選擇守備位置。</p> <p>(四)7人輪流進攻，球數由一好兩壞開始進行二局(第一局：進攻隊上二壘即得1分，第二局：從二壘有人開始，回本壘便得分。)</p> <p>(五)防守者按正常比賽規則一律採封殺。</p> <p>(六)得分多的隊伍獲勝。</p> <p>二、小組討論與發表</p> <p>(一)打擊者應該使用何種打擊策略將球擊至左半邊？</p> <p>(二)投手應該使用何種投球策略使打擊者打向右半邊？</p> <p>(三)若知道打擊者想進攻左半邊，防守者應如何安排守備位置？</p> <p>三、身體活動2：返回左半邊修正式比賽。</p> <p>【綜合活動】(6mins)</p> <p>一、小組討論與發表：</p> <p>(一)打擊者如何幫助隊友推進？</p> <p>(二)壘上有跑者時，投手要如何阻止跑者推進？</p> <p>二、自省時間：設定目標並確實執行等自我導向自我評量</p> <p>三、融入生活：鼓勵學生利用課餘時間進行網棒球技能練習與遊戲，在日常生活中做到目標設定，並運用遊戲或學習策略。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	<p>體育活動中培育相互合作及與人和諧互動的素養(健體-J-C2)。</p> <p>具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動(健體-J-B1)。</p> <p>能獨立思考與分析的知能(健體-J-A2)。</p>

教學活動內容及實施方式

學習重點暨核心素養
呼應說明

本節重點：網棒球一推、觸攻守策略應用

【準備活動】(10mins)

- 一、確認人數，提醒安全與衛生注意事項。
- 二、順著球場慢跑三圈，領導同學進行網棒球熱身活動。
- 三、認知對話：
 1. 品德小故事介紹與討論：中華隊隊長陳金鋒：團結可以逆轉勝。
 2. 「幫助他人和領導行為」責任簡介。

【發展活動】(29mins)

- 一、身體活動 1：三局修正式比賽
 - (一)全班分成兩隊，進行比賽。
 - (二)第一局以正式壘球規則比賽。
 - (三)第二局進攻隊開始時一壘有跑者。
 - (四)第三局進攻隊開始時二壘有跑者。
 - (五)球數由一好球兩壞球開始。
 - (六)得分多的隊伍獲勝。
- 二、小組問題與發表
 - (一)打擊者如何將隊友推進？
 - (二)防守者要使用何種策略阻止攻勢？
- 三、身體活動 2：返回三局修正式比賽。



【綜合活動】(6mins)

- 一、小組討論與發表：
 - (一)打擊者需要什麼技巧，才能順利推進隊友？
 - (二)壘上有跑者時，投手要如何阻止跑者推進？
- 二、自省時間：能教導、支持與鼓勵隊友，能做出合理領導行為，能溝通與協調自我評量
- 三、融入生活：鼓勵學生利用課餘時間進行網棒球技能練習與遊戲，在日常生活中做到幫助他人與合理領導行為，並運用遊戲或學習策略。

在體育活動中培育相互合作及與人和諧互動的素養(健體-J-C2)。

具備理解體育情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能(健體-J-A2)。

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
	<p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
<p>本節重點：網棒球－選擇自己的守備位置</p>		
<p>【準備活動】(7mins)</p> <p>一、確認人數，提醒安全與衛生注意事項。</p> <p>二、順著球場慢跑三圈，領導同學進行網棒球熱身活動。</p> <p>三、認知對話：「幫助他人與領導行為」責任宣誓。</p> <p>☆教導隊友技能與戰術 ☆支持與鼓勵隊友</p> <p>☆做出合理的領導行為 ☆小組良好溝通與協商</p>	<p>具備利他及合群的知能與態度(健體-J-C2)。</p>	
<p>【發展活動】(32mins)</p> <p>一、身體活動 1：網棒球比賽(防守位置輪替)</p> <p>(一)全班分成兩隊比賽。</p> <p>(二)進行五局比賽。</p> <p>(三)防守方在攻方每換一個打擊者即進行守備輪替；順序為：捕手、投手、一壘手、二壘手、三壘手、游擊手、左外野手、中外野手、右外野手。</p> <p>(四)連續進攻五局失分少的隊伍獲勝。</p> <p>二、小組討論與發表</p> <p>(一)攻擊方會因防守陣容不同，設定進攻策略嗎？</p> <p>(二)防守方如何補防守備上的弱點？</p> <p>(三)說說看調度守備的考量為何？請說明原因。</p> <p>(四)同學們，能選出適合自己的守備位置嗎？</p>	<p>運用適當的策略，處理與解決體育的問題(健體-J-A2)。</p>	
<p>【綜合活動】(6mins)</p> <p>一、自省時間：能教導、支持與鼓勵隊友，能做出合理領導行為，能溝通與協調自我評量。</p> <p>二、融入生活：鼓勵學生利用課餘時間進行網棒球技能練習與遊戲，在日常生活中做到幫助他人與合理領導行為，並運用遊戲或學習策略。</p>	<p>理解體育的基本概念，應用於日常生活中(健體-J-B1)。</p>	
<p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>		

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第 6 節	<p style="text-align: center;">本節重點：網棒球—擊遠攻守</p> <p>【準備活動】(7mins)</p> <p>一、確認人數，提醒安全與衛生注意事項。 二、順著球場慢跑三圈，領導同學進行網棒球熱身活動。 三、認知對話：「幫助他人和領導行為」責任宣誓。</p> <p>【發展活動】(32mins)</p> <p>一、身體活動1：五局擊遠比賽</p> <p>(一)全班分成兩隊比賽，三出局攻守交換。 (二)打擊出去球的落點必須超越內野，未至外野記好球一次。 (三)守備隊設置投手、捕手、一壘、二壘、三壘，其餘為外野手。 (四)沒有觸殺、接殺規則，一率採用封殺。 (五)打擊出去防守方將球傳至壘包，跑者未達壘間一半可退回前一壘，超過一半則封殺出局。 (六)跑者在壘上不可離壘及盜壘。 (七)五局結束跑回本壘多的隊伍獲勝。</p> <p>二、小組討論與發表</p> <p>(一)進攻方要獲勝要用什麼策略？ (二)防守方要如何守備能快速的封殺？ (三)跑者怎麼才能準確判斷這種遊戲的跑壘方式？ (四)是否能夠對球場狀況做良好的判斷，並適時給予球隊建議？</p> <p>三、身體活動2：採用互惠式學習策略，進行打擊、跑壘、傳接球等技能練習。</p> <p>【綜合活動】(6mins)</p> <p>一、自省時間：能教導、支持與鼓勵隊友，能做出合理領導行為，能溝通與協調自我評量</p> <p>三、融入生活：鼓勵學生利用課餘時間進行網棒球技能練習與遊戲，在日常生活中做到幫助他人與合理領導行為，並運用遊戲或學習策略。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	<p>在體育活動中培育相互合作及與人和諧互動的素養(健體-J-C2)。</p> <p>具備理解體育情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能(健體-J-A2)。</p>

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第 7 節	<p style="text-align: center;">本節重點：網棒球—正式比賽</p> <p>【準備活動】(7mins)</p> <p>一、確認人數，提醒安全與衛生注意事項。 二、順著球場慢跑三圈，領導同學進行網棒球熱身活動。 三、認知對話：責任、運動與策略融入生活調查與分享。</p> <p>【發展活動】(32mins)</p> <p>一、身體活動 1：網棒球正式比賽</p> <p>(一)全班分成兩隊比賽。 (二)依壘球比賽規則競賽。 (三)五局結束跑回本壘多的隊伍獲勝。</p> <p>二、小組討論與發表</p> <p>(一)進攻方要獲勝要用什麼策略？ (二)防守方要如何守備呢？ (三)這次比賽進攻方有什麼成功的策略？ (四)防守方有何策略應用？ (五)同學們是否能夠對球場狀況做良好的判斷，並適時給予球隊提醒？</p> <p>三、身體活動 2：採用互惠式學習策略，進行打擊、跑壘、傳接球等技能練習。</p> <p>【綜合活動】(6mins)</p> <p>一、自省時間：能教導、支持與鼓勵隊友，能做出合理領導行為，能溝通與協調自我評量 二、融入生活：鼓勵學生利用課餘時間進行網棒球技能練習與遊戲，在日常生活中做到幫助他人與合理領導行為，並運用遊戲或學習策略。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	<p>運用適當的策略，處理與解決體育的問題(健體-J-A2)。</p> <p>理解體育的基本概念，應用於日常生活中(健體-J-B1)。</p>

六、第五學習階段教學示例：慢壘有責 (教案代碼 Hd-V)

領域/科目	健康與體育領域		設計者	林章榜、黃志成
實施年級	第五學習階段		總節數	7 節
單元名稱	慢壘有責			
教材來源/參考	自編			
教學資源/設備	慢速壘球器具、角錐、學習單、比賽表現記錄表			
學習重點	學習表現	<p>1d-V-1 分析各項運動技能原理。</p> <p>1d-V-2 評估運動比賽的各項策略。</p> <p>2c-V-1 遵守運動規範，展現良好道德情操，並運用於生活當中。</p> <p>2c-V-2 展現相互包容與適切的人際溝通互動之技巧。</p> <p>2d-V-3 體會運動與社會、歷史、文化之間的互動關係，並尊重其發展。</p> <p>3c-V-1 表現全身性的身體控制能力。</p> <p>3c-V-2 熟練專項運動技能、創作和展演的技巧。</p> <p>3c-V-3 因應不同的運動情境，展現與超越個人的運動潛能。</p> <p>3d-V-1 熟練運動技術的學習與比賽策略。</p> <p>3d-V-2 應用系統思考與後設分析能力，解決各種運動情境的問題。</p> <p>4d-V-1 完善發展適合個人之專項運動技能。</p>	領綱核心素養	<p>健體-U-A1 具備各項運動與身心健全的發展素養，實現個人運動與保健潛能，探索自我觀，肯定自我價值，有效規劃生涯，並透過自我精進與超越，追求健康與幸福的人生。</p> <p>健體-U-A2 具備系統思考、分析與探索體育與健康的素養，深化後設思考，並積極面對挑戰，以解決人生中各種體育與健康的問題。</p> <p>健體-U-B1 具備掌握健康訊息與肢體動作的能力，以進行與體育和健康有關的經驗、思想、價值與情意之表達，能以同理心與他人溝通並解決問題。</p> <p>健體-U-C2 具備於體育活動和健康生活中，發展適切人際互動關係的素養，並展現包容異己、溝通協調及團隊合作的精神與行動。</p>
	學習內容	Hd-V-1 守備/跑分性球類運動技術綜合應用及團隊綜合戰術。		
議題融入	實質內涵	略		
設計理念與核心素養呼應說明	<p>經由慢速壘球比賽情境中，具備慢速壘球運動與身心健全的發展素養，並透過自我精進與超越，追求健康與幸福的人生（健體-U-A1），從身體活動中學習掌握肢體動作的能力，以進行與體育有關的經驗、思想、價值與情意之表達，能以同理心與他人溝通並解決問題（健體-U-B1）。透過策略的思考使學生具備系統思考體育與健康的素養，深化後設思考，以解決人生中各種體育與健康的問題（健體-U-A2）。藉由團隊共同進行身體活動使能於體育活動中，發展適切人際互動關係的</p>			

素養，並展現包容異己、溝通協調及團隊合作的精神行動（健體-U-C2）。

學習目標

5. 透過練習以分析慢速壘球運動技能原理，藉由修正式比賽評估慢速壘球運動比賽的攻防策略（Hd-V-1、1d-V-1、1d-V-2）。
6. 透過比賽活動引導學生遵守運動規範，展現良好道德情操體會運動與社會之間的互動關係（Hd-V-1、2c-V-1、2d-V-3）。
7. 透過練習和經驗使能表現全身性的身體控制能力以及熟練慢速壘球運動技能，因應不同的慢速壘球比賽情境，展現個人的運動潛能，熟練慢速壘球運動技術的學習與比賽策略。應用系統思考與後設分析能力，解決慢速壘球運動情境中的問題（Hd-V-1、3c-V-1、3c-V-2、3c-V-3、3d-V-1、3d-V-2）。
8. 發展適合個人之慢速壘球專項技能（Hd-V-1、4d-V-1）。

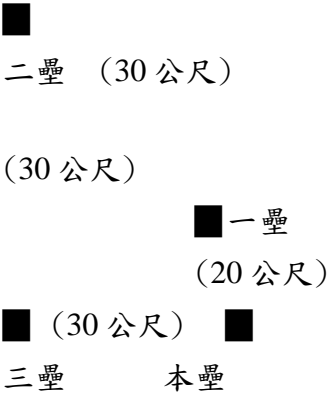
課程大綱	節次	每節重點
	1	慢速壘球：封殺與觸殺
	2	慢速壘球：夾殺
	3	慢速壘球：五人制比賽
	4	慢速壘球：左半側比賽
	5	慢速壘球：右半側比賽
	6	慢速壘球：友善投手比賽
	7	慢速壘球：正式比賽

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第1節	<p>本節重點：慢速壘球--封殺與觸殺</p> <p>【準備活動】(7mins)</p> <p>一、確認人數，提醒安全與衛生注意事項。</p> <p>二、順著壘包慢跑五圈，領導與幫助同學進行熱身活動與技能練習。</p> <p>三、認知對話：「幫助他人和領導行為」責任簡介。</p> <p>【發展活動】(33mins)</p> <p>一、身體活動1：無限制跑壘競賽</p> <p>(一)分成攻守兩方(組數依人數而定)。</p> <p>(二)基本規則同正規比賽。</p> <p>(三)基本規則雖同正規比賽，但投手由進攻方隊員擔任。</p> <p>(四)因投手由進攻方隊員擔任，好壞球從一好球開始，且無好壞球之分。也就是說，投手投出兩球，打擊者沒有將球打到有效區，則算三振。</p>	<p>具備慢速壘球運動與身心健全的發展素養，並透過自我精進與超越，追求健康與幸福的人生(健體-U-A1)。</p>



教學活動內容及實施方式	學習重點暨核心素養呼應說明
<p>(五)打擊者打擊出去後需立即依序一壘、二壘、三壘至本壘進行跑壘。</p> <p>(六)防守方只需將球送回本壘，若跑壘者比球還慢回到本壘，則為封殺。</p> <p>(七)三人出局後，即交換攻防，以得分多者為勝。</p> <p>二、身體活動 2：選擇進壘數競賽</p> <p>(一)分成攻守兩方(組數依人數而定)。</p> <p>(二)基本規則同正規比賽。</p> <p>(三)除基本規則同正規比賽外，投手亦由進攻方隊員擔任。依照慢速壘球規則，從一好球一壞球開始，且無好壞球之分。也就是說，投手投出兩球，打擊者沒有將球打到有效區，則算三振。</p> <p>(四)打擊者打擊出去後需立即依序一壘、二壘、三壘至本壘進行跑壘，但亦可停留在任何一個壘包。但至多只能分兩次回到本壘。也就是說，原有打擊者若判斷無法比球快回到本壘，則可選擇任何一個壘包停留，但必須在下一棒打擊後比防守的球更快回到本壘，否則以封殺處理(若下一棒被三振或被接殺出局除外)。</p> <p>(五)防守方只需將球送回本壘，若跑壘者在經過兩個棒次後，仍比球還慢回到本壘，則為封殺，或可觸殺跑壘者。</p> <p>(六)三人出局後，即交換攻防，以得分多的隊伍為勝。</p> <p>(七)學生互評或教師評量壘球比賽表現(記錄表如附件一)。</p> <p>三、身體活動 3：採用互惠式學習策略，進行打擊、跑壘、傳接球等技能練習。</p>  <p>【綜合活動】(10mins)</p> <p>一、收操</p> <p>二、小組討論</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.獲勝的條件與策略？ 2.擊球到那裡的位置較好？ 	<p>透過練習和經驗使能表現全身性的身體控制能力(3c-V-1)。</p> <p>因應不同的慢速壘球比賽情境，展現個人的運動潛能(3c-V-3)。</p> <p>熟練慢速壘球運動技術的學習與比賽策略</p>

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
	<p>3.投手有什麼可應用的策略？</p> <p>4.防守時要如何安排較好？</p> <p>5.團隊有什麼可應用策略呢？</p> <p>6.分享比賽中應用的戰術及回饋。</p> <p>三、自省時間：能教導、支持與鼓勵隊友，能做出合理領導行為，能溝通與協調自我評量</p> <p>四、融入生活：鼓勵學生利用課餘時間進行慢速壘球技能練習與遊戲，在日常生活中做到幫助他人與合理領導行為，並運用遊戲或學習策略。</p> <p>五、器材整理與場地回復、下次進度預告及歡呼解散。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	(3d-V-1)。

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第2節	<p>本節重點：慢速壘球--夾殺</p> <p>【準備活動】(7mins)</p> <p>一、確認人數，提醒安全與衛生注意事項。</p> <p>二、以壘間距離做折返跑 4 趟，領導與幫助同學進行熱身活動與技能練習。</p> <p>三、認知對話：「幫助他人與領導行為」責任宣誓</p> <p>☆教導隊友技能與戰術 ☆支持與鼓勵隊友</p> <p>☆做出合理的領導行為 ☆小組良好溝通與協商</p> <p>【發展活動】(33mins)</p> <p>一、身體活動 1：夾殺比賽</p> <p>(一)分成攻守兩方(組數依人數而定；約 5 人 1 組)站位如下圖(A 為守方；B 為攻方)：</p> <p>A5A4A3</p> <p>■A2 ▲ B1 ■A1</p> <p>二壘 一壘</p> <p>B2B3B4B5</p> <p>(二)A1 拿球，B1 說開始後，往二壘方向跑。</p> <p>(三)跑超過三角點(約 5 公尺處)，A1 和 A2 始可進行夾殺動作。</p> <p>A1 可追 B1 或傳球給 A2，B1 則盡可能往二壘跑。</p>	<p>透過團隊共同進行身體活動使能於體育活動中，發展適切人際互動關係的素養，並展現包容異己、溝通協調及團隊合作的精神行動(健體-U-C2)。</p> <p>透過練習和經驗使能表現全身性的身體控</p>

教學活動內容及實施方式	學習重點暨核心素養呼應說明
<p>(四)B1 (攻方) 若成功到達二壘則得 2 分、回到一壘得 1 分、被觸殺得 0 分。</p> <p>(五)B1 結束後換 B2, A1 排至 A5 後方, A2 至一壘, A3 至二壘, 餘依此類推。</p> <p>(六)攻方 5 位都完成後, 即交換攻防, 以得分多者為勝。</p> <p>二、身體活動 2: 夾殺實戰篇</p> <p>(一)分成攻守兩方(組數依人數而定)。</p> <p>(二)基本規則大致與正規比賽相同。</p> <p>(三)壘間距離除本壘到一壘不變外, 其餘(一到二壘、二到三壘、三到本壘)壘間距離從 20 公尺增加到 30 公尺(如下圖所示)。</p>  <p>二壘 (30 公尺)</p> <p>(30 公尺)</p> <p>一壘 (20 公尺)</p> <p>(30 公尺) 三壘 本壘</p> <p>(四)投手由進攻方隊員擔任, 好壞球從一好球開始, 且無好壞球之分。也就是說, 投手投出兩球, 打擊者沒有將球打到有效區, 則算三振。</p> <p>(五)在每一局或每一棒次開始之前, 可先安排一位攻方隊員站在二壘壘包上。也就是說, 只要有人打擊, 若二壘沒有攻方上壘, 就可先安排一位攻方隊員站在二壘壘包上。</p> <p>(六)出局數的計算方式以被判出局的方式作依據, 分別是被接殺出局及封殺算一人出局, 但被觸殺則只算 0.5 個出局數, 累計三人出局後, 即交換攻防, 以得分多者為勝。</p> <p>(七)學生互評或教師評量壘球比賽表現(記錄表如附件一)。</p> <p>三、身體活動 3: 採用互惠式學習策略, 進行打擊、跑壘、傳接球等技能練習。</p> <p>【綜合活動】(10mins)</p> <p>一、收操</p> <p>二、小組討論與分享</p> <p>(一)引導學生思考, 獲勝的條件與策略應用的關係?</p> <p>(二)擊球到那裡的位置較好?</p> <p>(三)跑壘有什麼策略應用呢?</p> <p>(四)防守時要如何安排較好?</p>	<p>制能力(3c-V-1)。</p> <p>透過練習和經驗使熟練慢速壘球運動技能(3c-V-2)。</p> <p>因應不同的慢速壘球比賽情境, 展現個人的運動潛能(3c-V-3)。</p> <p>熟練慢速壘球運動技術的學習與比賽策略(3d-V-1)。</p>

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
<p>(五)團隊有什麼策略應用呢？</p> <p>(六)分享比賽中應用的戰術意義及回饋。</p> <p>三、自省時間：能教導、支持與鼓勵隊友，能做出合理領導行為，能溝通與協調自我評量</p> <p>四、融入生活：鼓勵學生利用課餘時間進行慢速壘球技能練習與遊戲，在日常生活中做到幫助他人與合理領導行為，並運用遊戲或學習策略。</p> <p>五、課後學習單說明</p> <p>(一)請你寫出戰術決定的優點和缺點？</p> <p>(二)請你寫出技能執行的優點和缺點？</p> <p>(三)請你寫出移位判斷的優點和缺點？</p> <p>(四)請你寫出比賽表現的優點和缺點？</p> <p>(五)請你寫出技能執行的優點和缺點？</p> <p>(六)請你寫出正向幫助他人與領導的行為？</p> <p>六、器材整理與場地回復、下次進度預告及歡呼解散。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>		

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
<p style="text-align: center;">本節重點：慢速壘球--五人制比賽</p> <p>【準備活動】(7mins)</p> <p>一、確認人數，提醒安全與衛生注意事項。</p> <p>二、順著壘包慢跑3圈，以壘間距離做折返跑4趟，領導與幫助同學進行熱身活動與技能練習。</p> <p>三、認知對話：責任、運動與策略融入生活調查與分享。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>	<p>第3節</p> <p>透過團隊共同進行身體活動使能於體育活動中，發展適切人際互動關係的素養，並展現包容異己、溝通協調及團隊合作的精神行動(健體-U-C2)。</p>	



【發展活動】(33mins)

一、身體活動 1：輕打練習

(一)分成若干組(組數依人數而定;約 5-7 人一組)站位如下圖所示:

A▲投
打▲B

F E D C▲守

(二)A 拿球輕拋投(約距 2-3 公尺處)、B 輕打、CDEF 輪流防守(不超內野距離),連續 10 球後交換。

(三)交換順序是,防守者到投手的位置、投手到打擊者的位置、打擊者到防守位置。

二、身體活動 2：五人制壘球賽

(一)分成攻守兩方(組數依人數而定;每組約 5-7 人)。

(二)基本規則大致與正規比賽相同,但包含本壘在內只有三個壘包(如下圖所示):

■ ■
二壘 一壘

■
本壘

(三)投手由進攻方隊員擔任,好壞球從一好球開始,且無好壞球之分。也就是說,投手投出兩球,打擊者沒有將球打到有效區,則算三振出局。

(四)其餘規則與正規比賽相同。

(五)學生互評或教師評量壘球比賽表現(記錄表如附件一)。

三、身體活動 3：採用互惠式學習策略,進行打擊、跑壘、傳接球等技能練習,演練移位判斷與補位配合等比賽技能。

【綜合活動】(10mins)

一、收操

二、小組討論與分享

(一)引導學生思考,獲勝的條件與策略應用的關係?

透過修正式比賽評估慢速壘球運動比賽的攻防策略(1d-V-2)。透過練習和經驗使能表現全身性的身體控制能力(3c-V-1)。透過練習和經驗使熟練慢速壘球運動技能(3c-V-2)。

熟練慢速壘球運動技術的學習與比賽策略(3d-V-1)。

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
	<p>(二)擊球到那裡的位置較好？</p> <p>(三)投手有什麼策略應用呢？</p> <p>(四)防守時要如何安排較好？</p> <p>(五)團隊有什麼策略應用呢？</p> <p>(六)分享比賽中應用的戰術意義及回饋。</p> <p>三、自省時間：能教導、支持與鼓勵隊友，能做出合理領導行為，能溝通與協調自我評量</p> <p>四、融入生活：鼓勵學生利用課餘時間進行慢速壘球技能練習與遊戲，在日常生活中做到幫助他人與合理領導行為，並運用遊戲或學習策略。</p> <p>五、課後學習單說明</p> <p>(一)請你寫出戰術決定的優點和缺點？</p> <p>(二)請你寫出技能執行的優點和缺點？</p> <p>(三)請你寫出移位判斷的優點和缺點？</p> <p>(四)請你寫出比賽表現的優點和缺點？</p> <p>(五)請你寫出技能執行的優點和缺點？</p> <p>(六)請你寫出表現出幫助他人與領導的行為？</p> <p>六、器材整理與場地回復、下次進度預告及歡呼解散。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第4節	<p>本節重點：慢速壘球--左半側比賽</p> <p>【準備活動】(12mins)</p> <p>一、確認人數，提醒安全與衛生注意事項。</p> <p>二、順著壘包慢跑3圈，以壘間距離做折返跑4趟，領導與幫助同學進行熱身活動與技能練習。</p> <p>三、認知對話：個人與社會責任行為轉化融入生活簡介</p> <p>☆自重敬人 ☆努力不懈 ☆互助合作 ☆獨立自主 ☆樂於助人</p> <p>四、傳接球練習</p> <p>(一)二人一組由近到遠進行傳接球練習。</p> <p>(二)所有橫向同學需平行緩慢後退，慢慢用力，以維安全。</p> <p>(三)可以任何方式傳接，但以不妨礙他人為原則。</p>	<p>透過團隊共同進行身體活動使能於體育活動中，發展適切人際互動關係的素養，並展現包容異己、溝通協調及團隊合作的精神行動(健體-U-C2)。</p> <p>透過比賽活動使遵守</p>

教學活動內容及實施方式

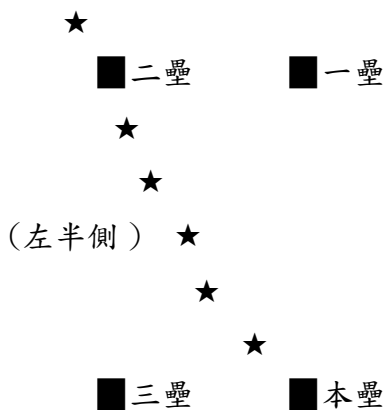
學習重點暨核心素養 呼應說明

【發展活動】(28mins)

一、身體活動 1：左半側比賽

(一)分成攻守兩方(組數依人數而定；每組約 5-7 人)。

(二)基本規則大致與正規比賽相同，但打擊者必須把球打至整個壘球場的左半側，否則視同界外(如下圖所示，星號的左側為界內)。



(三)除了只能將球打至左半側外，其餘規則與正規比賽相同。

(四)學生互評或教師評量壘球比賽表現(記錄表如附件一)。



二、身體活動 2：採用互惠式學習策略，進行各項技能練習，演練移位判斷與補位配合等比賽技能。

【綜合活動】(10mins)

一、收操

二、小組討論與分享

(一)引導學生思考，獲勝的條件與策略應用的關係？

(二)擊球到那裡的位置較好？

(三)投手有什麼策略應用呢？

(四)防守時要如何安排較好？

(五)團隊有什麼策略應用呢？

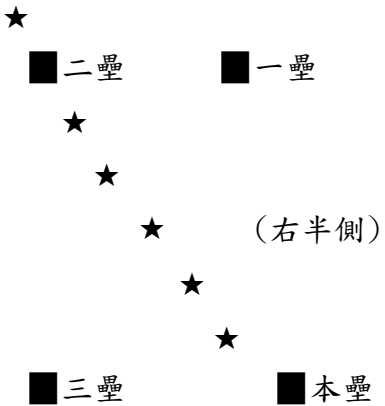
運動規範，展現良好道德情操(2c-V-1)。

透過練習以分析慢速壘球運動技能原理(1d-V-1)。

透過練習和經驗使熟練慢速壘球運動技能(3c-V-2)。

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
	<p>(六)分享比賽中應用的戰術意義及回饋。</p> <p>三、自省時間：能尊重他人的權利與感受、能努力與合作、能自我導向、能幫助隊友並合理領導行為自我評量。</p> <p>四、融入生活：鼓勵學生利用課餘時間進行慢速壘球技能練習與遊戲，在日常生活中展現個人與社會責任的行為，並運用遊戲或學習策略。</p> <p>五、課後學習單說明</p> <p>(一)請你寫出戰術決定的優點和缺點？</p> <p>(二)請你寫出技能執行的優點和缺點？</p> <p>(三)請你寫出移位判斷的優點和缺點？</p> <p>(四)請你寫出比賽表現的優點和缺點？</p> <p>(五)請你寫出技能執行的優點和缺點？</p> <p>(六)請你寫出在日常生活中展現個人與社會的行為？</p> <p>六、器材整理與場地回復、下次進度預告及歡呼解散。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第5節	<p>本節重點：慢速壘球--右半側比賽</p> <p>【準備活動】(12mins)</p> <p>一、確認人數，提醒安全與衛生注意事項。</p> <p>二、順著壘包慢跑3圈，領導與幫助同學進行熱身活動與技能練習。</p> <p>三、認知對話：「個人與社會責任行為轉化融入生活」責任宣誓。</p> <p>☆自重敬人 ☆努力不懈 ☆互助合作 ☆獨立自主 ☆樂於助人</p> <p>四、傳接球練習</p> <p>(一)二人一組由近到遠進行傳接球練習。</p> <p>(二)所有橫向同學需平行緩慢後退，慢慢用力，以維安全。</p> <p>(三)可以任何方式傳接，但以不妨礙他人為原則。</p> <p>【發展活動】(28mins)</p> <p>一、身體活動1：右半側比賽</p> <p>(一)分成攻守兩方(組數依人數而定；每組約5-7人)。</p> <p>(二)基本規則大致與正規比賽相同，但打擊者必須把球打至整個壘</p>	<p>從身體活動中學習掌握肢體動作的能力，以進行與體育有關的經驗、思想、價值與情意之表達，能以同理心與他人溝通並解決問題(健體-U-B1)。</p>

教學活動內容及實施方式	學習重點暨核心素養呼應說明
<p>球場的右半側（在本壘與二壘間，設一條假想線），否則視同界外（如下圖所示，星號的左側為界內）。</p>  <p>(三)除了只能將球打至右半側外，其餘規則與正規比賽相同。</p> <p>(四)學生互評或教師評量壘球比賽表現（記錄表如附件一）。</p> <p>二、身體活動 2：採用互惠式學習策略，進行各項技能練習，演練移位判斷與補位配合等比賽技能。</p> <p>【綜合活動】（10mins）</p> <p>一、收操</p> <p>二、小組討論與分享</p> <p>(一)引導學生思考，獲勝的條件與策略應用的關係？</p> <p>(二)擊球到那裡的位置較好？</p> <p>(三)投手有什麼策略應用呢？</p> <p>(四)防守時要如何安排較好？</p> <p>(五)團隊有什麼策略應用呢？</p> <p>(六)分享比賽中應用的戰術意義及回饋。</p> <p>三、自省時間：能尊重他人的權利與感受、能努力與合作、能自我導向、能幫助隊友並合理領導行為自我評量。</p> <p>四、融入生活：鼓勵學生利用課餘時間進行慢速壘球技能練習與遊戲，在日常生活中展現個人與社會責任的行為，並運用遊戲或學習策略。</p> <p>五、課後學習單說明</p> <p>(一)請你寫出戰術決定的優點和缺點？</p> <p>(二)請你寫出技能執行的優點和缺點？</p> <p>(三)請你寫出移位判斷的優點和缺點？</p> <p>(四)請你寫出比賽表現的優點和缺點？</p> <p>(五)請你寫出技能執行的優點和缺點？</p> <p>(六)請你寫出在日常生活中展現個人與社會的行為？</p>	<p>應用系統思考與後設分析能力，解決慢速壘球運動情境中的問題(3d-V-2)。</p> <p>熟練慢速壘球運動技術的學習與比賽策略(3d-V-1)。</p> <p>發展適合個人之慢速壘球專項技能(4d-V-1)。</p>

教學活動內容及實施方式	學習重點暨核心素養呼應說明
<p>六、器材整理與場地回復、下次進度預告及歡呼解散。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間) 關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	

教學活動內容及實施方式	學習重點暨核心素養呼應說明
<p style="text-align: center;">本節重點：慢速壘球--友善投手比賽</p> <p>【準備活動】(12mins)</p> <p>一、確認人數，提醒安全與衛生注意事項。</p> <p>二、順著壘包慢跑3圈，領導與幫助同學進行熱身活動與技能練習。</p> <p>三、認知對話：「個人與社會責任行為轉化融入生活」調查與分享 ☆自重敬人 ☆努力不懈 ☆互助合作 ☆獨立自主 ☆樂於助人</p> <p>四、傳接球練習</p> <p>(一)二人一組由近到遠進行傳接球練習。</p> <p>(二)所有橫向同學需平行緩慢後退，慢慢用力，以維安全。</p> <p>(三)可以任何方式傳接，但以不妨礙他人為原則。</p> <p>【發展活動】(28mins)</p> <p>一、身體活動1：友善投手壘球比賽</p> <p>(一)除了投手由攻擊對自己對派外，其餘規則與正規比賽相同。</p> <p>(二)使用友善的投手（打擊團隊成員擔任），讓這些比賽進行的更迅速。打擊隊自己派投手投球（投球距離沒有任何限制，但不參與防守）。</p> <p>(三)投手投出二球不論好壞球，打擊者若沒成功打擊出去，則判三振出局（慢速壘球從一好一壞開始）。</p> <p>(四)一旦球在比賽中，所有其他的壘球規則均適用（如跑壘、封殺、觸殺、和高飛球的規則）。</p> <p>(五)比賽進行局數和出局數等規則，教師可依實際情況可以自行調整決定，也可以有些不同的變化。</p> <p>(六)學生互評或教師評量壘球比賽表現（記錄表如附件一）。</p> <p>二、身體活動2：採用互惠式學習策略，進行各項技能練習，演練移位判斷與補位配合等比賽技能。</p>	<p>體會運動與社會之間的互動關係(2d-V-3)。</p> <p>因應不同的慢速壘球比賽情境，展現個人的運動潛能(3c-V-3)。</p> <p>熟練慢速壘球運動技術的學習與比賽策略(3d-V-1)。</p>

第
6
節

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
	<p>【綜合活動】(10mins)</p> <p>一、收操</p> <p>二、小組討論與分享</p> <p>(一)引導學生思考，獲勝的條件與策略應用的關係？</p> <p>(二)擊球到那裡的位置較好？</p> <p>(三)投手有什麼策略應用呢？</p> <p>(四)防守時要如何安排較好？</p> <p>(五)團隊有什麼策略應用呢？</p> <p>(六)分享比賽中應用的戰術意義及回饋。</p> <p>三、自省時間：能尊重他人的權利與感受、能努力與合作、能自我導向、能幫助隊友並合理領導行為自我評量。</p> <p>四、融入生活：鼓勵學生利用課餘時間進行慢速壘球技能練習與遊戲，在日常生活中展現個人與社會責任的行為，並運用遊戲或學習策略。</p> <p>五、課後學習單說明</p> <p>(一)請你寫出戰術決定的優點和缺點？</p> <p>(二)請你寫出技能執行的優點和缺點？</p> <p>(三)請你寫出移位判斷的優點和缺點？</p> <p>(四)請你寫出比賽表現的優點和缺點？</p> <p>(五)請你寫出技能執行的優點和缺點？</p> <p>(六)請你寫出在日常生活中展現個人與社會的行為？</p> <p>六、器材整理與場地回復、下次進度預告及歡呼解散。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	<p>透過策略的思考使學生具備系統思考體育與健康的素養，深化後設思考，以解決人生中各種體育與健康的問題(健體-U-A2)。</p> <p>發展適合個人之慢速壘球專項技能(4d-V-1)。</p>

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第7節	<p>本節重點：慢速壘球--正式比賽</p> <p>【準備活動】(12mins)</p> <p>一、確認人數，提醒安全與衛生注意事項。</p> <p>二、順著壘包慢跑3圈，以壘間距離做折返跑4趟，領導與幫助同學進行熱身活動與技能練習。</p> <p>三、認知對話：責任、運動與策略融入生活調查與分享</p> <p>四、傳接球練習</p>	<p>體會運動與社會之間的互動關係(2d-V-3)。</p>

教學活動內容及實施方式	學習重點暨核心素養呼應說明
<p>(一)二人一組由近到遠進行傳接球練習。</p> <p>(二)所有橫向同學需平行緩慢後退，慢慢用力，以維安全。</p> <p>(三)可以任何方式傳接，但以不妨礙他人為原則。</p> <p>【發展活動】(28mins)</p> <p>一、身體活動 1：正式壘球比賽</p> <p>(一)與正式比賽相同。</p> <p>(二)比賽進行局數和出局數等規則，教師可依實際情況可以自行調整決定，也可以有些不同的變化。</p> <p>(三)學生互評或教師評量壘球比賽表現(記錄表如附件一)</p> <p>【綜合活動】(10mins)</p> <p>一、收操</p> <p>二、小組討論與分享</p> <p>(一)引導學生思考，獲勝的條件與策略應用的關係？</p> <p>(二)擊球到那裡的位置較好？</p> <p>(三)投手有什麼策略應用呢？</p> <p>(四)防守時要如何安排較好？</p> <p>(五)團隊有什麼策略應用呢？</p> <p>(六)分享比賽中應用的戰術意義及回饋。</p> <p>三、自省時間：能尊重他人的權利與感受、能努力與合作、能自我導向、能幫助隊友並合理領導行為自我評量。</p> <p>四、融入生活：鼓勵學生利用課餘時間進行慢速壘球技能練習與遊戲，在日常生活中展現個人與社會責任的行為，並運用遊戲或學習策略。</p> <p>五、課後學習單說明</p> <p>(一)請你寫出戰術決定的優點和缺點？</p> <p>(二)請你寫出技能執行的優點和缺點？</p> <p>(三)請你寫出移位判斷的優點和缺點？</p> <p>(四)請你寫出比賽表現的優點和缺點？</p> <p>(五)請你寫出技能執行的優點和缺點？</p> <p>(六)請你寫出在日常生活中展現個人與社會的行為？</p> <p>六、器材整理與場地回復、下次進度預告及歡呼解散。</p> <p>【課間活動】(上課期間與課餘時間)</p> <p>關懷時間：一對一輪流對學生進行關懷談話，或針對上課有狀況的學生給予關心，以建立師生良好的互動關係。</p>	<p>透過技能學習與身體活動使學生具備運動與身心健全的發展素養(健體-U-A1)。</p> <p>熟練慢速壘球運動技術的學習與比賽策略(3d-V-1)。</p> <p>發展適合個人之慢速壘球專項技能(4d-V-1)。</p>

附件一 壘球比賽表現記錄表

學生		類別		技能執行		補位配合		移位判斷		比賽表現	
		姓名	座號	合適	不適合	合適	不適合	合適	不適合	合適	不適合