

體育課好好玩 - 103 學年度教育部體育署優質體育教材教具甄選

作品說明書

參賽組別	<input type="checkbox"/> 教材設計組 <input checked="" type="checkbox"/> 教具設計組
作品名稱	飛盤神器
適用對象	國小中、高年級
作品用途	不受於天氣與場地的限制，可適用於每位教師製作，更適合學生在沒有夥伴的情況之下獨自練習飛盤的擲盤與接盤技巧。
設計理念與構想	<p>1. 「飛盤」，大家對它並不陌生，在公園及校園中是一種很常見的休閒運動，國小體育課也不再是躲避球、籃球的天下。飛盤也是個一但學會之後就能輕易帶著走的能力，放假與家人一起到公園練習，也能進階到飛盤躲避甚至進階到我國世大運重點項目的飛盤爭奪賽。</p> <p>2. 飛盤教學主要在訓練學生反應及協調能力，藉由飛盤的擲遠或擲準可訓練全身的肌肉達到運動的目的。</p> <p>3. 練習籃球技巧可以一個人投籃；想練習足球技巧可以一個人練習踢球，但想練習飛盤卻侷限於人數的限制一定要兩人以上。</p> <p>4. 本設計理念主要是打破一個人就不能練習飛盤的迷思，運用旋轉的慣性搭配軌道的設計，可供學生練習飛盤的自擲自接技巧，也可供教師作為輔助教材，幫助學習能力較慢的學生給予而外的練習，亦能供活動空間不足卻又要上飛盤課的體育教師使用，雨天也能將此教具搬進教室內進行教學，不受天候及空間的影響。</p> <p>5. 談到教學自然少不了教具。坊間有各式各樣的教具提供老師多元的選擇，但由於環保意識的提升，「資源再利用」幾乎成了全民運動；加上近期物價紛紛飆漲，各行各業生活大不易，如何才能節省荷包，又能讓孩子在學習中享受操作飛盤的樂趣。</p> <p>6. 飛盤為近期新興的休閒活動，當初發明的目的，是專門烤派用的錫盤，上面刻著：「福瑞斯比派 (FrisbiePies)」等字樣。這種點心，是美國「福瑞斯比麵包店」獨家製作的當年耶魯學生經常到福瑞斯比店買派吃完以後，他們拿起剩下空錫盤，頑皮地互向彼此身上砸去。沒想到，這樣的一場胡鬧，造成飛盤的誕生。此遊戲剛好給路過的毛里森一個靈感，1948 年毛里森製造了第一片塑膠飛盤</p>

<p>內容概述 (教具組請撰寫操作說明)</p>	<p>材料：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 大紙箱 X1 60X36X60 (坊間裝衛生紙的大紙箱) 2. 長條型廣告板 (依箱子做調整，箱子越深廣告板越長，方便做成 U 型軌道) 3. 透明膠帶、剪刀 <p><u>本教具製作簡單容易，教材方便取得，適用於每一位教師製作</u></p> <p>教具使用方式：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 本教具放置約離地大概 60~90 公分，依照學生身高做適當的調整。 2. 由於使用紙箱製作教具，所以在進行練習時須將紙箱固定，固定方法可 靠牆擺設亦可請學生輪流在後固定紙箱 3. 進行投擲時，須將飛盤擲進軌道兩側。 4. 提醒投擲者若為右撇子須將飛盤擲到軌道內的右側，左撇子則相反，擲進 軌道內的左側，飛盤才能順利旋轉出來並練習接盤 5. 教師可在軌道兩旁黏貼標誌物以方便學生練習瞄準 6. 提醒學生力道越大飛盤回來速度越快，要專心且注意，以免被飛盤打到
------------------------------	--