

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

教案


<p>項目/單元名稱</p>	<p>跳出框架 男女合作無間</p>	<p>設計者</p>	<p>周蘭芳 李浩文 李纘瀛</p>
<p>教學對象</p>	<p>國中二年級學生</p>	<p>教學節數</p>	<p>五節</p>
<p>融入議題</p>	<p>性別平等教育</p>	<p>教學資源</p>	<p>合球、橄欖球、簡報</p>
<p>設計理念</p>	<p>透過『傳球鬼抓人』、『籃合球遊戲』引起學生參與合球及橄欖球的興趣，並讓學生體認到性別間合作的重要，並對合球、橄欖球規則、特性的介紹，知道如何玩這兩項運動，並藉由參與運動中，增加性別間的互動、了解，進一步能和諧互動、團隊合作，並減少性別間的刻板印象，跳出性別框架，勇於嘗試。</p>		
<p>教學目標</p>	<p>能力指標</p>	<p>教學目標</p>	
	<p>(一) 2-2-5 學習溝通協調的能力，促進性別和諧的互動 (二) 2-3-2 學習性別間的互動與合作 (三) 2-3-5 學習性別團隊合作，積極參與活動 (四) 3-4-1 展現自我而不受性別限制 (五) 3-4-4 建立性別平等與尊重的互動模式</p>	<p>(一) 設計男女共同參與之活動，增加男女之間的互動，並設定目標要完成，並從旁觀察及指導，希望能加強性別之間良好的溝通協調。 (二) 透過男女合作的遊戲，如傳球鬼抓人、合球投籃、帶式橄欖球賽等，遊戲中提高女生參與機率及得分分數，讓男女生了解自己都是團隊重要的一部分，所以積極參與活動，並了解『性別合作』的必要及重要。 (三) 透過合球遊戲中，如合球投籃，設計女生得分較高的特性，希望提高男女生互助合作，及女生出手投籃的機會，以及橄欖球遊戲中，如帶式橄欖球賽，女生只能防守女生的規定，增加女生持球往得分區進攻的意圖，積極參與活動。 (四) 介紹合球運動，瞭解性別合作的重要，以及橄欖球運動，了解其特性，在學生參與遊戲及活動，告訴性別合作以及不受性別刻板印象或性別歧視的重要，且不管任何性別，可以展現自我，不被性別框架給限制。 (五) 從課程中性別間的不斷互動及合作，讓性別間可以努力去建立平等與尊重的課堂上互動模式，進一步，希望能將課堂上所學的性別平等精神，於平常的生活中落實、實踐。</p>	

節次	教學活動流程	教學目的	教學時間評量	教學資源
第一節	一、準備活動 籃球場 2 圈熱身加全身伸展操		5	
	二、發展活動： 遊戲-傳球鬼抓人 (1) (一) 抽籤分組-男女平均分成黃、綠兩隊。 (二) 隊呼-各隊要產生一組加油詞，簡短有力即可。 (三) 遊戲規則： 1. 場地範圍：半個籃球場(15 公尺*14 公尺)。 2. 比賽方式：黃、綠兩隊，每隊在進攻時間內，攻方要以傳球的方式，以『手』碰到守方肩膀(規定碰肩膀)，守方即出局。 3. 傳球方式：攻方持球者可走『3』步再傳球，傳接球的順 男生→女生→男生 ，男女合作傳球，在規定範圍內，持球碰人(守方的肩膀)。 4. 輸贏判定方式：時間結束前，計算守方共多少人出局，隊以出局人數『少』的那一隊獲勝。守方如跑出界外，亦算出局，攻方如果傳球掉球，守方不算出局。 (四) 試玩一兩隊各 2 分鐘，使用合球。	1. 能為隊友加油，營造良好的團隊氣氛。 2. 了解遊戲規則。 3. 可以有不錯的傳接球能力。 4. 瞭解性別間合作的重要性	20	合球、號碼衣
	三、主要活動： 遊戲-傳球鬼抓人 (2) (一) 加油隊呼時間 (二) 兩隊各 5 分鐘，使用橄欖球。 (三) 遊戲、輸贏判定方式同 傳球鬼抓人 (1)	1. 能為隊友加油，營造良好的團隊氣氛。 2. 了解遊戲規則。 3. 可以有不錯的傳接球能力。 4. 瞭解性別間合作的重要性。	15	橄欖球、號碼衣
四、綜合活動-心得分享		5	學習單	
第二節	一、準備活動 (一) 合球介紹--規則、特性介紹 合球是主張「男女混合」的團體球類運動，鼓勵	1. 透過對合球、橄欖球規則、特	15	合球、

<p>二 節</p>	<p>合作精神、培養全面的能力（陳祐正，1998）。世界運動史上唯一男女共同成隊之球類運動項目，它提供了男女兩性一個觀摩學習、互相了解、互相體諒、互相接納及共同肩負比賽結果的機會（中華民國大專院校體育總會合球委員會，1991）</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>（男女合作 合球運動） （英式橄欖球照面）</p> <p>（二）英式橄欖球介紹--特性、規則介紹</p> <p>橄欖球孕育著有勇氣、忠誠、紀律、運動家風度以及團隊精神等無數的社會情懷，教練、隊長、球員、裁判等，須共同努力遵循規則與精神的字面條文來進行比賽，橄欖球為了爭取球的占有，必須施加強烈的身體壓力給對方，但卻被謹慎的要求不可故意或惡意的傷害對方（IRB, 2008），所以被視為陽剛性運動項目。</p>	<p>性的介紹，知道如何玩這兩項運動，並藉由參與運動中，增加性別間的互動、了解，進一步能和諧互動、團隊合作，並減少性別間的刻板印象，跳出性別框架。</p>		<p>橄欖球 Ppt 簡報</p>
	<p>二、發展活動-英式橄欖球、合球基本動作教學</p> <p>（一）老師示範講解：橄欖球傳球、接球</p> <p>（二）老師示範講解：合球傳接、投籃。</p>  <p>（橄欖球教學）</p>	<p>1. 能有不錯的橄欖球、合球的基本動作能力</p>	<p>15</p>	<p>合球、橄欖球</p>
	<p>三、主要活動：『合球』投籃進球比賽</p> <p>（一）比賽方式；分組競賽，每組為3男2女，在距離合球柱4公尺處，定點投籃，單、雙手皆可，每人輪流投2顆球，即換人，投進算分。</p> <p>（二）計分方式：男生投進算一分，女生投進算兩分</p>	<p>1. 藉由比賽，提高學生投籃動機，及能力</p>	<p>10</p>	<p>合球、合球柱</p>
	<p>四、 綜合活動</p> <p>（一）獎勵方式：給你按個”讚”</p> <p>得分高分組，接受其他組組員的按讚！（道具及掌聲）</p>		<p>5</p>	<p>學習單</p>

	<p>合作無間組，接受其他組組員的按讚！（道具及掌聲）</p>  <p>（按讚道具）</p> <p>（二）學習單</p>			
<p>第 三 節</p>	<p>一、準備活動 籃球場 2 圈熱身加全身伸展操</p>		5	
	<p>二、發展活動-基本動作練習</p> <p>（一）5 人一組（男女生混合）練習合球傳接球，傳球距離 5 公尺。</p> <p>（二）5 人一組（男女生混合）分組，練習合球投籃，投籃距離合球柱 4 公尺。</p> <p>（三）合球正方形的 4-0 傳球，傳球順序是： 男生→女生→男生→女生，以合球柱為圓心，球往左傳，人往右側跑，4 人即在場中會成順時針跑位。分組練習 4-0 傳球。</p>  <p>（三）加入另一組 2 男 2 女，當成防守者，防守者可以抄球。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 複習合球基本動作。 2. 讓學生認識合球 4-0 傳球。 3. 讓學生認識合球 4-0 傳球及加防守者。 	20	合球 合球柱 號碼衣
	<p>三、主要活動：『籃』『合』球比賽</p> <p>（一）比賽範圍：籃球場半場大小（14 公尺*15 公尺）。</p> <p>（二）參加人數：黃、綠兩隊，各派出 2 男 2 女參與比賽。</p> <p>（三）比賽規則：先問同學是否會玩『籃球』，從籃球的玩法及規則概念中，強調『不可自己運球上籃』，要用傳球，『順時針』方向跑位的方式，傳球給其他隊友，接到球的隊友，可以像『籃球』玩法一樣投籃，沒有『合球』規則的防守位置的規定，藉者同學了解籃球而『導入』合</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 藉籃球規則導入合球的玩法，讓學生較容易了解。 2. 藉由女生得分較高，提高女生比賽參與動機。 	15	合球 合球柱 號碼衣

	<p>球玩法，減少困難度。</p> <p>(四) 計分方式：一律採投籃方式，除非球被守方碰到(即籃球運動中的”蓋火鍋”)，投進算分，男生投進1分，女生投進2分</p>			
	<p>三、綜合活動</p> <p>(一) 獎勵方式：給你按個”讚”</p> <p>(二) 學習單</p>		5	學習單
第 四 節	<p>一、準備活動</p> <p>籃球場2圈熱身加全身伸展操</p>		5	
	<p>二、發展活動</p> <p>(一) 籃球場地內(28公尺*15公尺)，7人一排橄欖球傳球，男女生間隔站位(男生、女生、男生)，模擬7人制比賽傳法。</p>	1. 了解帶式7人制橄欖球站法。	5	橄欖球、號碼衣
	<p>二、主要活動：『帶式』橄欖球遊戲</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>(帶式橄欖球道具) (帶式7人制照片)</p> <p>(一) 比賽方式：4男3女參加，男、女站成一直線，站位方式為『男生、女生、男生』的間隔方式，攻守兩方皆站成一線，相互面對面，持球攻方往得分區前進『達陣』。</p> <p>(二) 『帶式』規則：男、女生腰間掛『帶子』，守方拉到男、女生的帶子，需拉著帶子高喊『Teg』，被拉到者必須以腳點球重新發球，進攻隊共有三次點球重發球的機會，次數超過三次，即攻守交換。</p> <p>(三) 傳球、跑位方式：比賽中男、女生的站位間隔順序，不要『亂掉』來進行比賽，傳球順序原則一樣，如男生→女生→男生→女生，『橄欖球』不可前傳，只能側傳或後傳</p> <p>(四) 輸贏判定方式：以7人制比賽方式，攻方如果三次進攻機會內，持球跑超過得分線，即『達陣』得</p>	<p>1. 介紹帶式橄欖球道具。</p> <p>2. 了解帶式7人制橄欖球規則。</p> <p>3. 跳出性別限制的框架。</p> <p>4. 瞭解性別合作的重要。</p>	25	帶式橄欖球道具、橄欖球、號碼衣

	5分。最後攻守方，得分高低判定勝負。			
	<p>四、綜合活動</p> <p>(一) 獎勵方式：給你按個”讚”</p> <p>(二) 學習單</p>		10	學習單
第 五 節	<p>一、準備活動</p> <p>40公尺*40公尺的場地內慢跑加全身伸展操</p>		5	
	<p>三、發展活動：傳球鬼抓人(3)</p> <p>(一) 同傳球鬼抓人(2)，提升學生動機。</p>	1. 提升學生動機、加強傳接球能力及性別合作。	10	橄欖球、號碼衣
	<p>三、主要活動：7人制橄欖球模擬比賽</p>  <p>(一) 比賽方式：4男3女參加，男、女站成一直線，站位方式為『男生、女生、男生』的間隔方式，攻守兩方皆站成一線，相互面對面，持球攻方往得分區前進『達陣』。</p> <p>(二) 攻守轉換：進攻隊持球往得分區前進，共有三次點球重發球的機會，如被守方摸到身體，次數超過三次，即攻守交換。</p> <p>(三) 跑位方式：比賽中男、女生的進攻間隔順序，盡量遵守『男生、女生、男生』來進行比賽，讓男女生有一樣的進攻機會。</p> <p>(四) 傳球方式：『橄欖球』不可前傳，只能側傳或後傳，進攻傳球順序盡量遵守原則，男生→女生→男生→女生，</p> <p>(五) 輸贏判定方式：以7人制比賽方式，攻方如果三次進攻機會內，持球跑超過得分線，即『達陣』得5分。最後攻守方，得分高低判定勝負。</p>	<p>1. 了解7人制橄欖球規則。</p> <p>2. 跳出性別限制的框架。</p> <p>3. 瞭解性別合作的重要。</p>	25	橄欖球、號碼衣

	四、綜合活動 (一) 獎勵方式：給你按個”讚” (二) 學習單		5	學習單

附件：5 張學習單

學習單

第一節

班級： 座號： 姓名：

1、再說明一次，『傳球鬼抓人』遊戲的規則？（三條）

2、這個遊戲會獲勝，原因（因素是什麼）？寫出 4 種

（傳接球能力、體力、積極、合作、小組進攻、戰術…其他）

3、參考性別平等教育議題分段能力指標，你覺得『傳球鬼抓人』有

做到哪些能力指標？寫出（數字）

參考能力指標

- （一）1-2-2 瞭解性別在團體中均扮演重要的角色
- （二）1-2-3 重視團隊中不同性別的貢獻
- （三）2-2-2 尊重性別在溝通的過程中平等的表達機會
- （四）2-2-4 學習在團體中性別共同合作以解決問題
- （五）2-2-5 學習溝通協調的能力，促進性別和諧的互動
- （六）2-2-5 學習溝通協調的能力，促進性別和諧的互動
- （七）2-3-2 學習性別間的互動與合作
- （八）2-3-5 學習性別團隊合作，積極參與活動
- （九）3-4-1 展現自我而不受性別限制
- （十）3-4-4 建立性別平等與尊重的互動模式

學習單

第二節

班級： 座號： 姓名：

1. 『合球』、『橄欖球』兩種運動項目，你對它們的特性及精神，印象深刻的
部分？

- 2、 參考性別平等教育議題分段能力指標，你覺得『合球、橄欖球』有
做到哪些能力指標？寫出（數字）

參考能力指標

- (一) 1-2-2 瞭解性別在團體中均扮演重要的角色
- (二) 1-2-3 重視團隊中不同性別的貢獻
- (三) 2-2-2 尊重性別在溝通的過程中平等的表達機會
- (四) 2-2-4 學習在團體中性別共同合作以解決問題
- (五) 2-2-5 學習溝通協調的能力，促進性別和諧的互動
- (六) 2-2-5 學習溝通協調的能力，促進性別和諧的互動
- (七) 2-3-2 學習性別間的互動與合作
- (八) 2-3-5 學習性別團隊合作，積極參與活動
- (九) 3-4-1 展現自我而不受性別限制
- (十) 3-4-4 建立性別平等與尊重的互動模式

學習單

第三節

班級： 座號： 姓名：

1. 先從籃球規則中，介紹合球規則，你覺得如何？

2. 你對『籃合球』的規則了解嗎？試者說出2個？

3. 計算你自己搶了幾顆球？出手投籃了幾次？

4. 參考性別平等教育議題分段能力指標，你覺得『合球、橄欖球』
有做到哪些能力指標？寫出（數字）

參考能力指標

- (一) 1-2-2 瞭解性別在團體中均扮演重要的角色
- (二) 1-2-3 重視團隊中不同性別的貢獻
- (三) 2-2-2 尊重性別在溝通的過程中平等的表達機會
- (四) 2-2-4 學習在團體中性別共同合作以解決問題
- (五) 2-2-5 學習溝通協調的能力，促進性別和諧的互動
- (六) 2-2-5 學習溝通協調的能力，促進性別和諧的互動
- (七) 2-3-2 學習性別間的互動與合作
- (八) 2-3-5 學習性別團隊合作，積極參與活動
- (九) 3-4-1 展現自我而不受性別限制
- (十) 3-4-4 建立性別平等與尊重的互動模式

學習單

第四節

班級： 座號： 姓名：

1. 你之前知道這個『帶式橄欖球』活動嗎？你覺得這活動的特性是什麼嗎？寫出 3 個

(合作、尊重、努力、公平、積極、努力、或其他)

2. 你覺得這個活動女生有不方便參加嗎，有或無？為什麼？

3. 參加完『帶式橄欖球』後，你有什麼感想？

4. 參考性別平等教育議題分段能力指標，你覺得『合球、橄欖球』有做到哪些能力指標？寫出（數字）

參考能力指標

- (一) 1-2-2 瞭解性別在團體中均扮演重要的角色
- (二) 1-2-3 重視團隊中不同性別的貢獻
- (三) 2-2-2 尊重性別在溝通的過程中平等的表達機會
- (四) 2-2-4 學習在團體中性別共同合作以解決問題
- (五) 2-2-5 學習溝通協調的能力，促進性別和諧的互動
- (六) 2-2-5 學習溝通協調的能力，促進性別和諧的互動
- (七) 2-3-2 學習性別間的互動與合作
- (八) 2-3-5 學習性別團隊合作，積極參與活動
- (九) 3-4-1 展現自我而不受性別限制
- (十) 3-4-4 建立性別平等與尊重的互動模式

學習單

第五節

班級： 座號： 姓名：

1. 上完 5 堂課，你對『性別平等』有進一步認識嗎？

2. 你會如何落實『性別平等』概念於運動場上？

3. 承上，進一步，你會如何落實『性別平等』概念於平日生活？

參考資料

1. 教育部（2008）國民中小學九年一貫課程綱要性別平等教育議題
2. 九年一貫[健康與體育]分段能力指標