

教育部體育署
學校體育課程與教學QPE發展計畫

110年 全國體育教師
增能研習

學校體育課程與教學 QPE發展計畫

守備跑分棒壘球-國小組

輔導教授

陳昭宇老師

劉佳鎮老師

揮動信心

擊出健康



教育部體育署
學校體育課程與教學OPE發展計畫
110年全國體育教師
增能研習

國小小組成員



新竹市龍山國小
楊政基 老師



彰化縣東山國小
許弘欣 老師



彰化縣民生國小
陳小玲 老師

110年 全國體育教師 增能研習

中華成棒代表隊奧運最佳成績（年度、地點、名次）

在校內你教過守備跑分棒壘球嗎？

YES（請比0） or NO（請比X）

在校內有公告禁止從事棒壘活動嗎？（課後）

YES（請比0） or NO（請比X）

沒教過守備跑分或公告禁止從
請選擇

一、怕受傷

二、沒場地

三、沒有脈絡化的課程設計

四、其他

棒球是國球？



教育部體育署
學校體育課程與教學OPE發展計畫

110年 全國體育教師
增能研習

核心任務架構之 分期學習目標

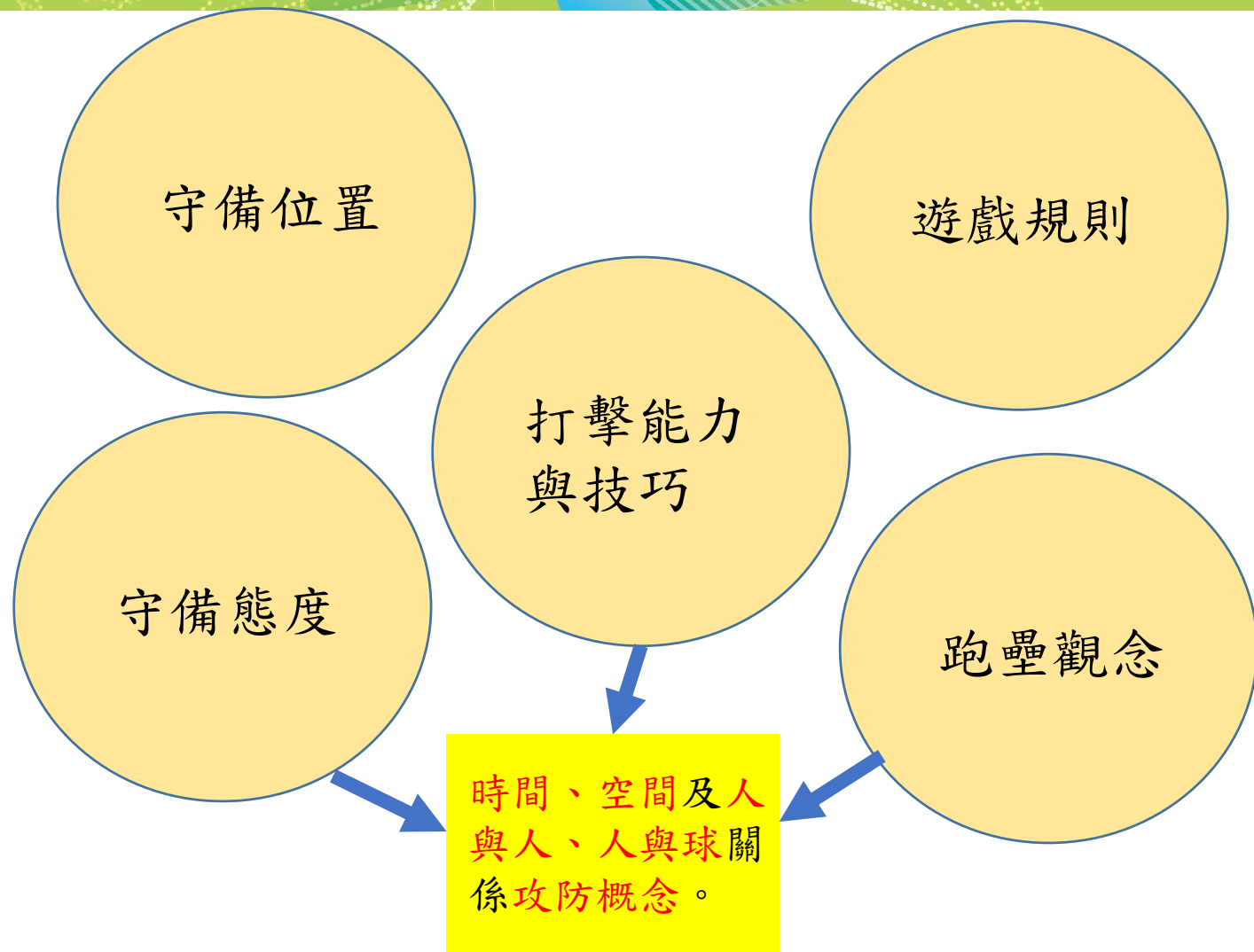


教育部體育署
學校體育課程與教學QPE發展計畫一

110年全國體育教師增能研習

核心任務架構:

入門期 Introduction
能在遊戲或修改式守備/跑分比賽中判斷守備位置、壘上跑者，並將球拍/打擊至有利(空檔、弱點)自己攻佔壘包或得分的位置。



教育部體育署
學校體育課程與教學OPE發展計畫

110年 全國體育教師
增能研習

單元學習目標 核心問題設定



教育部體育署
學校體育課程與教學QPE發展計畫

110年全國體育教師增能研習

教材核心問題

規劃守備跑分性棒壘球打擊遊戲

- 一、如何擊出能夠**安全上壘**的球？
怎麼擊球才能**穿越**防守隊員？
擊球在什麼方位或落點，可以**提升防守隊員的困難度**？
- 二、如何將球**擊出**到自己**預期**的**位置**。
- 三、擊球的位置如何**有效地**讓自己**攻站壘包**或讓團隊**得分**。
- 四、遊戲比賽中如何與同學**合作**，**展現團隊合作**的精神。
- 五、**展現**守備跑分性棒壘球打擊遊戲的**戰術與技能**。
- 六、**分享**守備跑分性棒壘球打擊遊戲的**策略**。



教育部體育署
學校體育課程與教學QPE發展計畫

110年全國體育教師增能研習

核心素養

學習重點

學習內容

學習表現

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-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、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。

Hd-II-1 守備/跑分性球類運動相關的拋接球、傳接球、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。



教育部體育署
學校體育課程與教學QPE發展計畫一

110年全國體育教師增能研習

認知

1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。

1d-Ⅱ-2 描述自己或他人運動技能的正確性。

情意

2c-Ⅱ-1 遵守上課規範和運動比賽規則。

2c-Ⅱ-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。

2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。

技能

3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。

3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。

行為

4c-Ⅱ-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。

4d-Ⅱ-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。

4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。



教育部體育署
學校體育課程與教學QPE發展計畫一

110年全國體育教師增能研習

學習目標

能夠了解自己個人能力，選擇合適的方式跟器材進行練習，且可以和隊友配合完成任務。(2c-Ⅱ-2、4c-Ⅱ-2、Hd-Ⅱ-1)

進行擊球動作，控制擊球方向，並且養成積極防守的觀念。(Hd-Ⅱ-1，2c-Ⅱ-2)

強化控制不同擊球方向，並且熟悉棒球守備位置概念。(Hd-Ⅱ-1，3d-Ⅱ-1)

強化擊球時間與空間概念，引導攻擊策略方向，並且熟悉棒球守備位置概念。(Hd-Ⅱ-1，4d-Ⅱ-2)

教育部體育署
學校體育課程與教學QPE發展計畫

110年 全國體育教師
增能研習

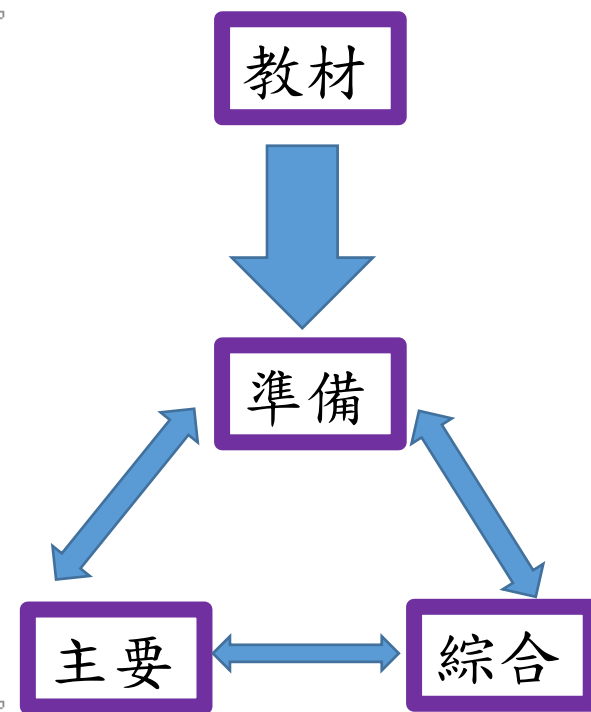
單元課程大綱



教育部體育署
學校體育課程與教學QPE發展計畫

110年全國體育教師增能研習

節次	第一節	第二節	第三節	第四節	第五節
每節重點	能在輔助的練習中以徒手打擊出強勁的滾地球並在活動中徒手全力揮擊成強勁滾地球，順利穿越防守者。	能在轉動身體的拋球擲遠練習中，展現力量由下肢通過軀幹至上肢，增加擊球力量及距離。	練習擊球動作，擊出不同擊球方向，明瞭棒球守備位置並在活動中善用時間與空間概念，擊出強勁平飛球在無人守備的有效位置。	了解樂樂棒球打擊的簡易規則，積極參與守備跑分性樂樂棒球打擊、跑壘、傳接球等基本攻防遊戲比賽，展現自我打擊能力，創造團隊得分機會。	展現自我規劃、分享與修正棒壘遊戲規則討論並執行各式棒壘團隊戰術。
使用教學活動	準一 主一	準二 主二	準三 主三 主四	準四 主五 主六	綜一



教育部體育署
學校體育課程與教學QPE發展計畫

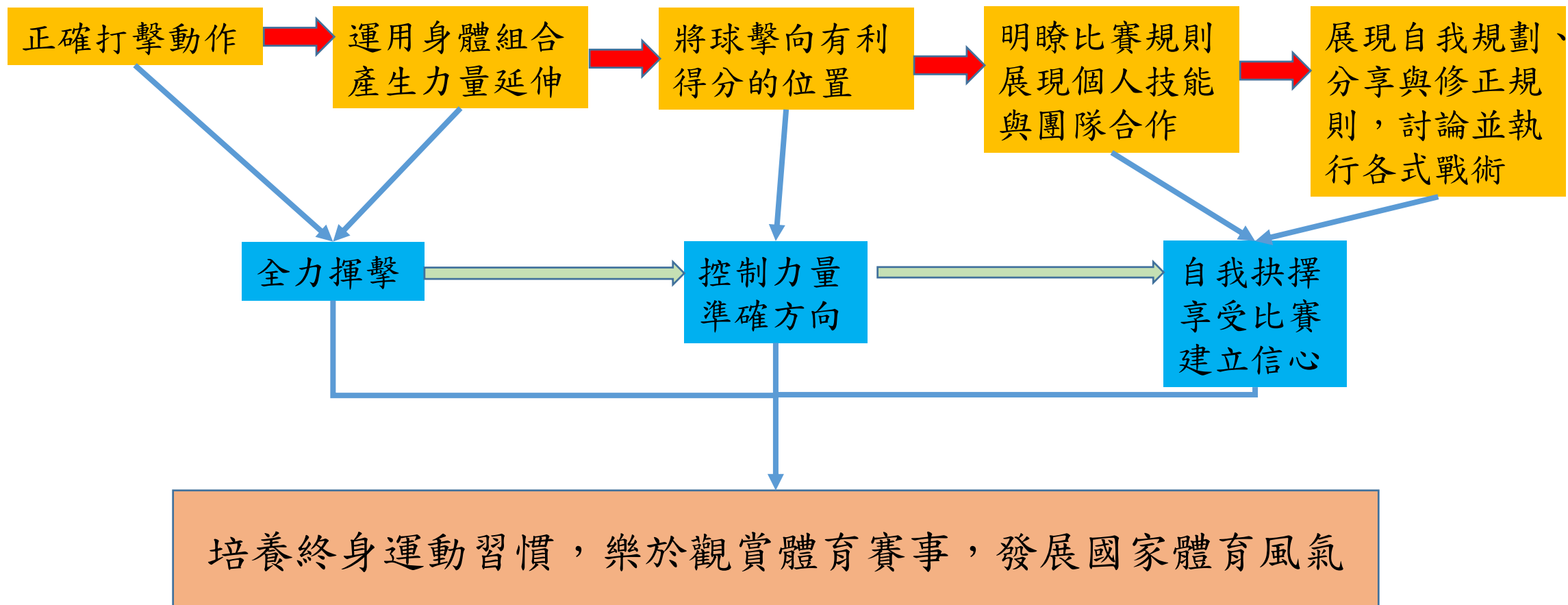
110年 全國體育教師
增能研習

課程設計理念與脈絡化



教育部體育署
學校體育課程與教學QPE發展計畫

110年全國體育教師增能研習



教育部體育署
學校體育課程與教學QPE發展計畫

110年 全國體育教師
增能研習

差異化活動安排



教育部體育署
學校體育課程與教學QPE發展計畫

110年全國體育教師增能研習

球的種類（由大至小）

塑膠壘球（空洞）—樂樂棒球—MIN BASEBALL用球



88mm 樂樂棒球





教育部體育署
學校體育課程與教學QPE發展計畫

110年全國體育教師增能研習

球棒的種類（由易至難）

徒手—羽（網）球拍—樂樂棒球棒—MINIBASEBALL球棒





教育部體育署
學校體育課程與教學QPE發展計畫

110年全國體育教師增能研習

打擊輔助的方式（由易至難）

攻擊方與守備方的距離

大交通椎—打擊座—自拋自打



準備活動三

教學活動與實施方式

學習目標：練習擊球動作，控制擊球方向

一、活動名稱：你接得住我

二、活動內容：

1. 二至六人一組
2. 擊球方一人，其餘輪流擔任防守方。二方距離約十公尺。
3. 擊球方自拋自打，擊向防守方。
4. 讓防守方有機會接住（摸到）球即得一分。
5. 讓所有防守方守備完成之後輪流擔任擊球方，若人數只有3人以下可擊球2-3次後輔流擔任擊球方。



<https://www.youtube.com/watch?v=BNygSXEjBRY>

110年全國體育教師 增能研習

教學活動與實施方式

三、教學/學習策略：

1. 此活動只在**熱身與複習**，教師宜評估學生的能力給予合適的器材，確保活動的流暢度。
2. 教師可利用此活動**觀察**學生的**能力**，以作為後續任務調整或分組之依據。
3. 在維持活動流暢度與秩序的前提下，教師可鼓勵學生**嘗試不同擊球軌跡**（滾地、平飛、高飛），以提升練習的效果，並提供教師評量的線索。

110年全國體育教師 增能研習

教學情境設定

1. **合作**：擊球方與防守方為合作關係，鼓勵各組**提高活動次數**（如：擊球與防守獲得的總分數）。
2. **溝通**：練習過程中鼓勵雙方互相提醒及相互打氣。

評量重點

無論是準備、主要或是綜合活動，設計得分情境只是規範並增加競賽的趣味性，觀察學生的自我能力表現才是重點（選擇、改變）

1. 能**準確**的將球擊向防守方。
2. 防守方能**積極**移動捕接來球。



教育部體育署
學校體育課程與教學QPE發展計畫一

110年全國體育教師增能研習

教學活動與實施方式

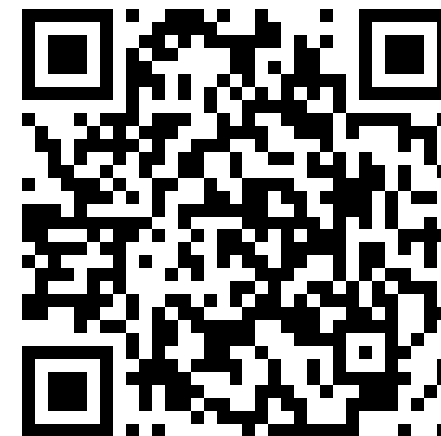
學習目標：擊出不同擊球方向 明瞭棒球守備位置

一、活動名稱：就愛擊中你

二、活動內容：

1. 六至九人一組（依班級人數及場地大小最多可分成四小組）
2. 一人擔任擊球方，其餘擔任**防守**方，依**內野守備位置**為主（不含投手），若防守方超過四人，第五人以上則擔任外野手
3. 共有三次的機會以自拋自打的方式，擊向防守方。
4. 擊球方在打擊前**必需說出要擊向那一位**防守員。
5. 擊球方**確實擊向**該防守員即得二分。
6. 防守方**摸到球**即得一分。
7. 所有人輪流擔任擊球員並於完成後統計分數。

主要活動三



<https://www.youtube.com/watch?v=EoekteRJfSg>



教學活動與實施方式

三、教學/學習策略：

1. 教師宜評估學生的能力給予**合適的器材**，確保活動的流暢度。
2. 依學生的能力**引導**學生擊向同一、不同方位的守備方，進一步還可以鼓勵擊出**不同軌跡**的球（滾地、平飛、高飛）。
3. 鼓勵防守方**積極**地去接補擊向自己的球。
4. 參考提問句（1）如何擊出**不同方向**位置的球？
（2）如何擊出**不同軌道**的球？



教育部體育署
學校體育課程與教學QPE發展計畫一

110年全國體育教師增能研習

教學情境設定

探究：：鼓勵擊球方在三次的擊球機會中擊向不同的守備位置，藉以尋出球棒與球接觸的面向與角度。

評量重點

1. 能**準確**的將球擊向自己所要求防守員。
2. 防守方能**積極**移動並確實地捕接來球。



教育部體育署
學校體育課程與教學QPE發展計畫一

110年全國體育教師增能研習

教學活動與實施方式

學習目標：善用時間與空間概念

擊出強勁平飛球在無人守備的有效位置

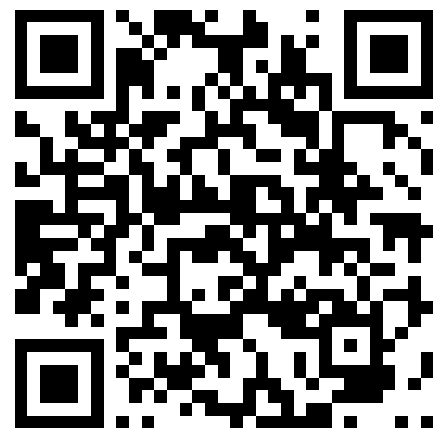
一、活動名稱：突破重圍

※使用樂樂棒球及樂樂球棒，並放置本、一、二、三壘的壘包

二、活動內容：

1. 以四至六人為一組將全班的小朋友分成二至四組
2. 一組擔任擊球方，每次一人輪流以自拋自打的方式擊出。
3. 防守方需有在本壘擔任捕手的角色，其餘防守員自由站位防守。
4. 擊球方擊出球一人後依序跑向一、二、三、本，在防守方未讓球通過本壘板前，每通過一個壘包得一分。
5. 防守方需將擊球方擊出的球，回傳給捕手，捕手能確實接捕球時，擔任防守方的組別各得二分，若將球漏至本壘板後面則得一分。
6. 每組每人輪流擔任擊球方各乙次後統計分數。

主要活動四



<https://www.youtube.com/watch?v=FqZmFIE-qaA>



教學活動與實施方式

三、教學/學習策略：

1. 教師宜評估學生的能力給予**合適的器材**，確保活動的流暢度。
2. 依學生的能力**引導**學生擊向守備方的空檔。
3. 鼓勵防守方積極地去接捕擊向球，並盡快的回傳捕手。
4. 參考提問句：
(1) **守備方的空檔**在那？
(2) 如何擊出**更強更遠**的球？
5. 小組討論及分享以下主題：
 - (1) 如何將球擊向自己所**想要的方向**？（小組討論後並分享）
 - (2) 要怎麼擊球才能在主要活動二—突破重圍中**獲得比較多的分數**？（小組討論後並分享）
 - (3) 從上述的活動中，**設計**出自己想玩的擊球**遊戲**活動（分組回家作業，下次上課中實踐）（導入綜合活動一）



教育部體育署
學校體育課程與教學QPE發展計畫一

110年全國體育教師增能研習

教學情境設定

挑戰：鼓勵擊球方尋找守備的空檔，並盡力地將球擊遠，奮力地通過壘包積極得分。

競賽：防守方積極的將球回傳給捕手防止擊球方繼續得分。

評量重點

1. 能將球擊向防守方的空檔。
2. 防守方能積極將球回傳給捕手。



教育部體育署
學校體育課程與教學QPE發展計畫一

110年全國體育教師增能研習

綜合活動一

教學活動與實施方式

1. 依主要活動四最後的分組作業
從上述的活動中，設計出自己想玩的擊球遊戲活動
(分組回家作業，下次上課中實踐)
2. 以各組討論出來的擊球遊戲活動依序讓各組以PLAY模式實施

