

教育部體育署體育教學模組-第三階段標的性球類運動

《進入類型》

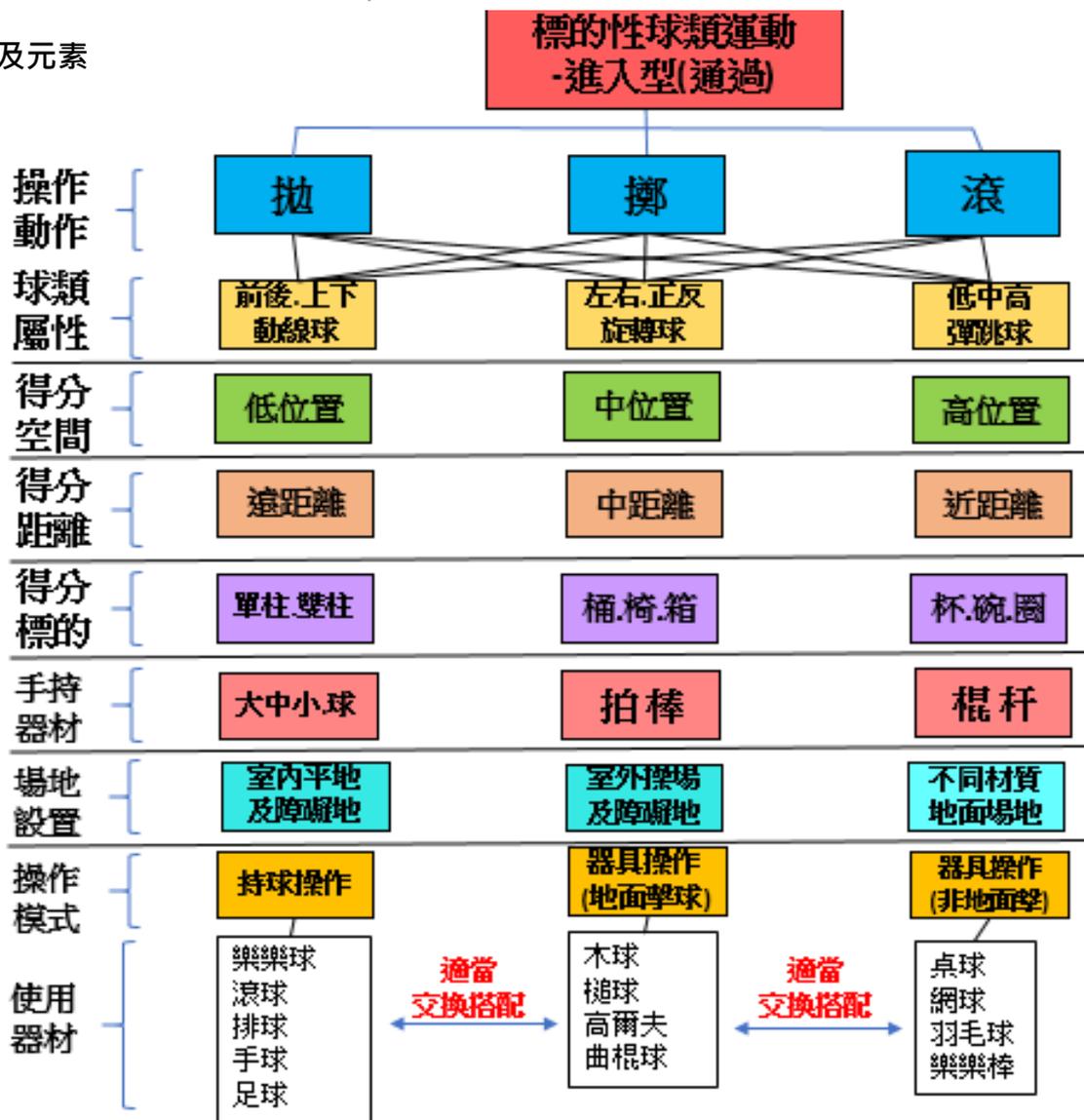
李國隆 蔡立偉 簡城銘

一、教學設計理念

本課程設計結合教學模組架構四步驟「PLAY」，從遊戲競爭中逐步建構學生連結標的球類運動性屬性，從自然愉悅的快樂情境中與同儕間互動學習，體驗與自我探究的歷程，從舊經驗中連結新知識成為學習經驗的循環，並活用於生活情境中勇敢面對並解決問題，促進學習者對於千變萬化情境引起挑戰之動機，在競爭互動中建立起正向之體育學習態度，進而培育有群性、有品格的終身學習者。



二、教學架構及元素



三、教學單元設計：

主題/ 次主題	H.競爭類型運動/ c.標的性球類運動-進入型	設計者 -學校	李國隆-臺南市龍崎國小 蔡立偉-屏東縣加祿國小 簡城銘-高雄市文華國小
核心素養	健體-E-C1 道德實踐與公民意識 健體-E-C2 人際關係與團隊合作		
學習內容	Hc-III-1 標的性球類運動基本動作及基礎戰術		
學習表現	1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。 4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。		
學習目標	一、能了解各項球類屬性對動作表現的差異，透愉悅活動表現積極參與的態度，並提升遵守規則的觀念。(Hc-III-1. 1c-III-3. 2c-III-3.健體-E-C1) 二、表現出各種球類運動技能，在練習與活動中發揮進攻戰術策略解決比賽問題，進而提升團隊合作精神。(Hc-III-1. 3c-III-2. 3d-III-2.健體-E-C2) 三、學習各項動作進行自我練習與運用，並規劃時程促進身體動作之協調性。 (Hc-III-1. 4c-III-3)		

活動內容及實施方式



活動一 誰羽爭鋒

場地：1.教室 2.室內空間 3.活動中心

器材：羽球及碗、杯

進入標的:球進入碗杯或開口設備

學習概念:透過教室內不同高低擺放及遠中近距離投球，學習不同空間使用不同力量的球感

活動設計： 運動強度:尚可

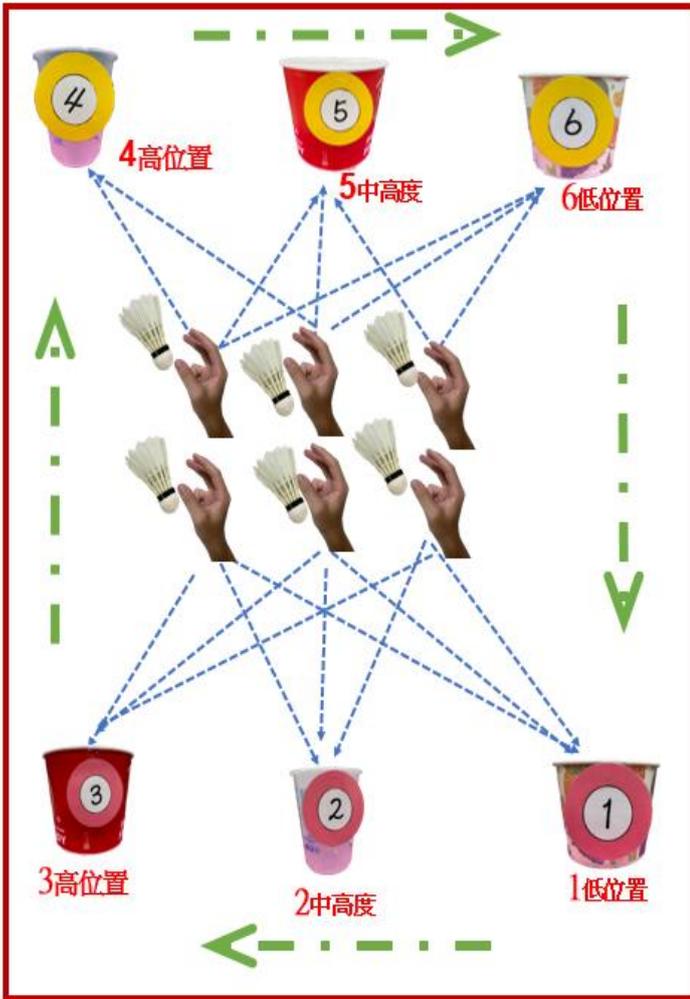
1. 人:分成 3 人一隊(共 18 人)1 人 2 球
2. 事:隊員依序接力投球(1-2-3-1-2-3...輪流投球)
3. 時:教師同時吹哨音同時出發投球
4. 地: 站別輪流順序(1-2-3-4-5-6-1...順序投球)
5. 物:擺放位置為 6 個站，成 W 圖形放置
6. 賽制:不限任何投擲姿勢和拋物線
7. 獲勝:羽球入杯碗次數多或限時內投入多球

教師提問(個人小組團隊):

1. What:什麼樣投球方式比較容易得分?
2. Why: 為什麼棒次順序會影響團隊成績?
3. Hwo: 如何克服低中高擺放遠中近距離投球?

延伸變化:

- 1.改變投擲方向(上中下.高低.碗杯開口向側邊)
- 2.放置物高度改變(配合教室設備低中高擺放)



活動二 百發百中

場地：1.活動中心 2.室內空間 3.操場

器材：樂樂棒球、椅子

進入標的:球進入椅背或椅腳

學習概念:擺放隨手可得椅子，投擲出不同位置及不同設備的球，產生不同的思考進入模式

活動設計： 運動強度:中等

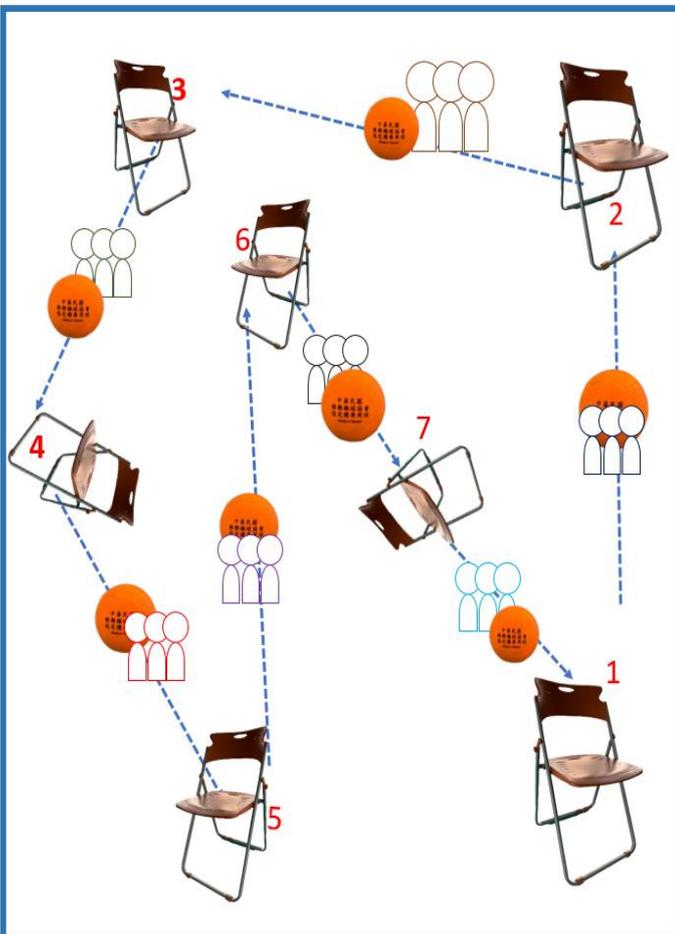
1. 人:分成 3 人一隊(共 21 人)1 隊 1 球
2. 事:隊員依序接力投球(1-2-3-1-2-3..輪流投球)
3. 時:教師同時吹哨音各站同時出發投球。
4. 地: 投擲站順序(1-2-3-4-5-6-7-1..順序投球)
5. 物:擺放位置成 7 個站，為 CV 圖形放置
6. 賽制:球投 5 秒後可選停球，球碰他人+2 次
7. 獲勝:投球總數少或限時完成 7 站不計次數

教師提問(個人小組團隊):

1. What:什麼角度投擲比較容易進入開口?
2. Why:引導投擲位置會容易成功嗎?為什麼?
3. Hwo:如何使用 5 秒停球配合投擲團隊策略?

延伸變化:

- 1.改變投擲方向(拋擲方式)
- 2.放置物高度改變(配合空間做低中高擺放)



活動三 圓桌武士

場地：1.室內空間 2.穿堂走廊 3.活動中心

器材：桌球、水桶

進入標的:球進入水桶

學習概念:隨手可得水桶，加上桌球器具的拍打，思考球拍與球的質量打擊力道的不同施力

活動設計：

運動強度:中等

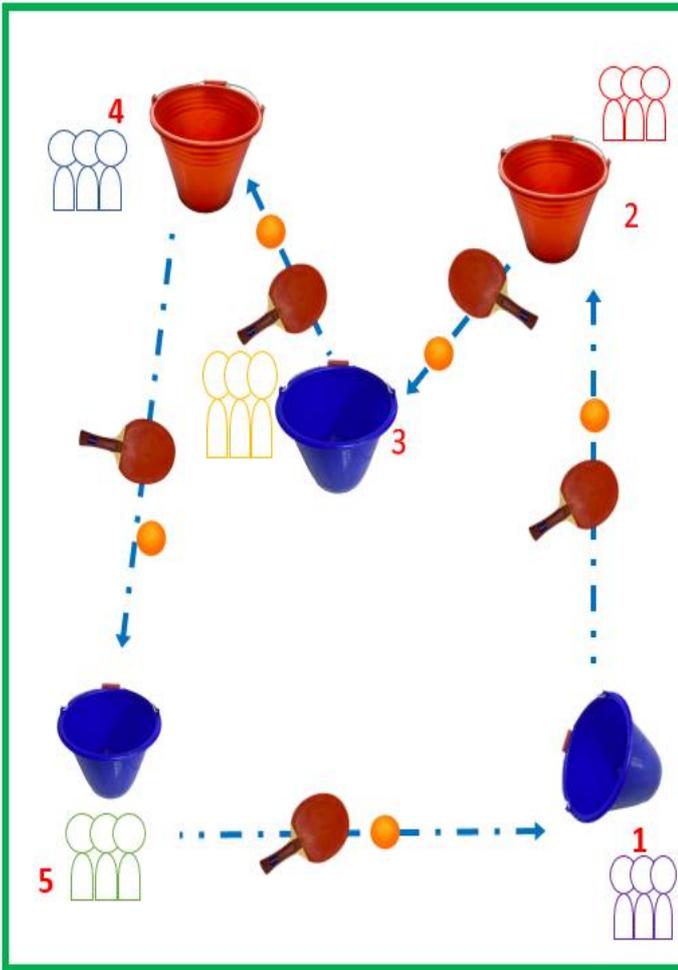
1. 人: 分成 3 人一隊(共 15 人)1 隊 1 球及拍
2. 事:每一隊採取接力投球(1-2-3-1-2...順序)
3. 時:教師同時吹哨音同時開始 15 人出發
4. 地: 每一隊起點也是終點(第 1 隊是第 1 站)
5. 物: 拍球輪流順序(1-2-3-4-5-1..順序拍球)
6. 賽制: 球跳 5 下可選停球，球碰他人+2 次
7. 獲勝:拍球總數少或 3 分鐘內完成 5 站

教師提問(個人小組團隊):

1. What:什麼拍擊較成功，還有其他拍球項目嗎?
2. Why: 為什麼要引導拍擊位置?棒次順序重要嗎?
3. Hwo: 如何配合彈球 5 下停球方式取勝?

延伸變化:

- 1.改變投擲方向(逆時針)
- 2.放置物高度改變(配合空間設備擺放)



活動四 足智多謀

場地：1.大空間 2.活動中心 3.操場

器材：足球、交通錐、呼拉圈

進入標的:球進入呼啦圈或開口設備

學習概念:透過高爾夫球概念，於操場實行 9 站半賽程足球比賽，地上呼拉圈為進入洞概念

活動設計

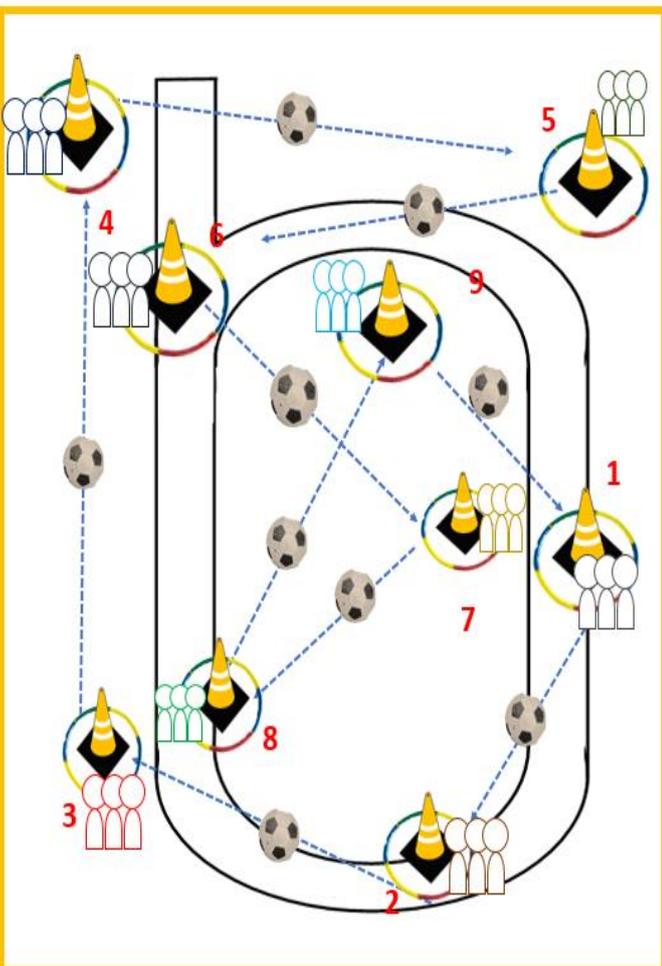
運動強度:強度

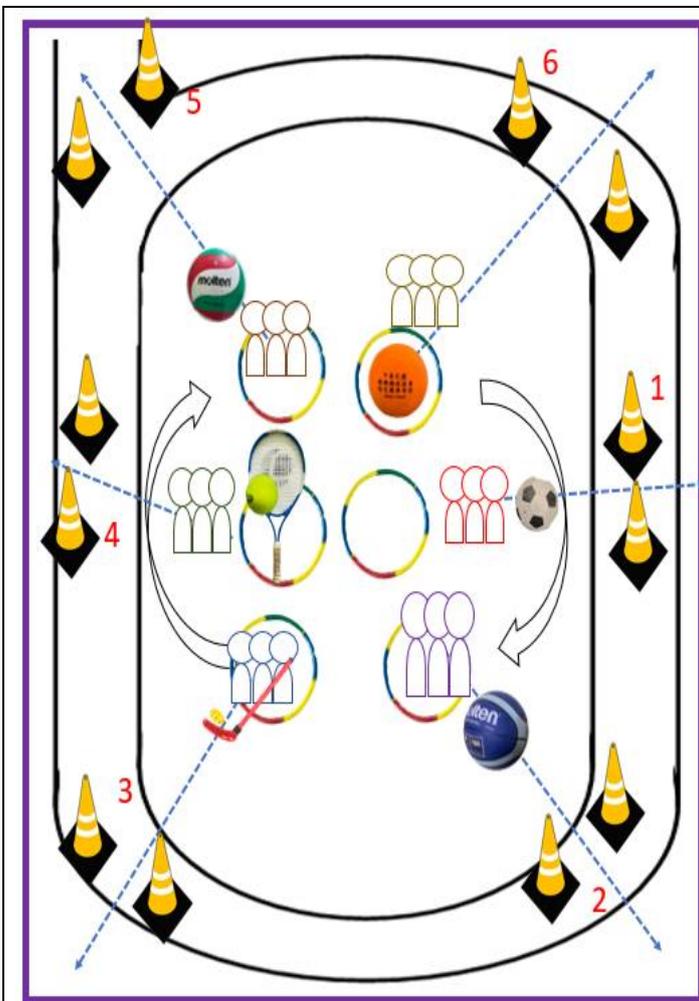
1. 人: 分成 3 人一隊(共 27 人)1 隊 1 球
2. 事:每一隊員採取接力踢球(1-2-3-1-2...順序)
3. 時:教師同時吹哨音同時開始 27 人出發
4. 地: 每一隊起點也是終點(第 1 隊是第 1 站)
5. 物: 擺放 1-5 站 C.6-8 站 S.9-1 為 1 稱 CS1 圖
6. 循環:踢球順序為(1-2-3-4-5-6-7-8-9-1...順序踢)
7. 賽制:踢球 5 秒後可選停球，球碰他人+2 次
8. 獲勝:踢球總次數少或 5 分鐘內完成站別最多

教師提問(個人小組團隊):

1. What:什麼踢球力量較容易讓球進入標的得分?
2. Why: 為什麼要和隊友合作，合作感情會更好?
3. Hwo:如何踢球 5 秒停球和不停球方式得分?

延伸變化:變換不同球類，進入目標物更換。





活動五 超越巔峰

場地：1.大空間 2.活動中心 3.操場

器材：足球、網球、籃球、排球、曲棍球、樂樂棒球、交通錐 12 支

進入標的:球通過雙柱及算過關

學習概念:運用每一項器具的操作特性，進行打擊或投擲，讓每一項器材同時融入標的性運動

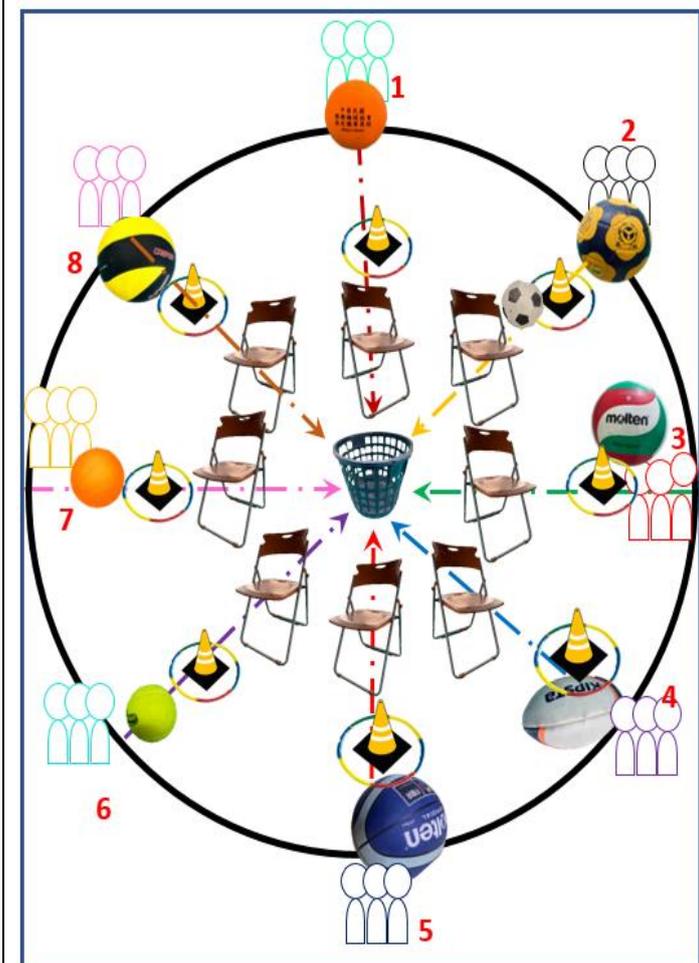
活動設計： 運動強度:中度

1. 人:一隊 3 人~5 人(共 18-30 人)每球投打 2 次
2. 事:每一隊員採取接力操作(1-2-3-1-2-3...順序)
3. 時:教師同時吹哨音同時 18 人開始出發
4. 地:每隊通過一關後再去下站拿器材動作
5. 物:擺放採放射光芒方式，進行輪流
6. 賽制: 投、擊出球須等到停住才可進行動作
7. 獲勝:成功次數多或限時每站進 3 球完成 6 站

教師提問(個人小組團隊):

1. What:什麼樣投擲器具較容易得分?
2. Why:為什麼大家要遵守球停了才可以進行?
3. Hwo:團隊要如何進行成功策略取得勝利?

延伸變化:動線可改變、器具改變、人員改變



活動六 攻城略地

場地：1.大空間 2.活動中心 3.操場

器材：如圖，多元器材及設備

進入標的:球進入開口就算過關

學習概念:標的物擺設進行拋投滾，讓每一項器材同時融入運動的進入模式，理解拋投滾特性

活動設計： 運動強度:尚可

1. 人:一隊 3 人分 8 組(共 24 人)每站每人 2 球
2. 事:每一站棒次可重新排棒
3. 時:教師同時吹哨音同時開始出發
4. 地:每隊通過一關後再去下一站操作
5. 物:擺放採直線方式，進行輪流投擲
6. 賽制:拋擲滾採進入方式，入洞即可進行下站
7. 獲勝:成功次數多或限時每站進 3 球完成 8 站

教師提問(個人小組團隊):

1. What:什麼目標物及動作最難投入，說說看?
2. Why:不同棒次排序會影響成績為什麼?
3. Hwo:團隊要如何進行較快完成?

延伸變化:動線可改變、球類改變、器具改變

活動七 命中圈套

場地：1.學校校園 2.操場

器材：排球、呼拉圈、校樹及遊戲器材

進入標:球進入呼拉圈算過關。

學習概念:運用學校原有的設備進行呼拉圈投擲標的活動，讓學校環境變成標的目標

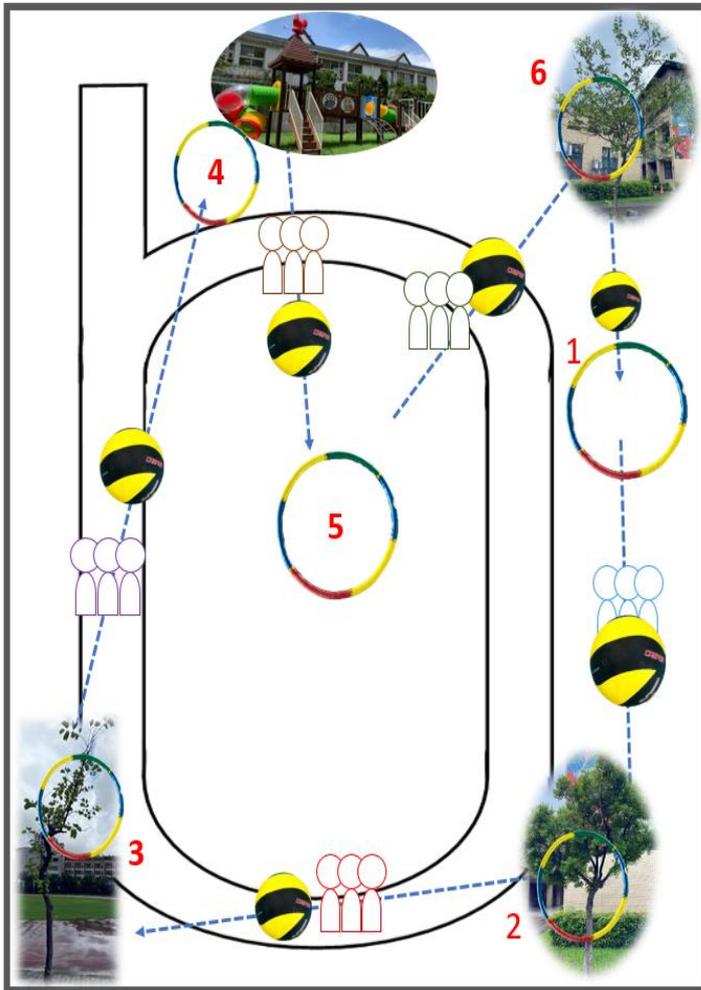
活動設計： 運動強度:中度

1. 人:分成一隊 3 人~5 人(共 18-30 人)
2. 事:每一隊員採取接力操作(1-2-3-4-5-1-2..順序)
3. 時:教師同時吹哨音同時開始出發
4. 地: 每一隊起點也是終點(第 1 隊是第 1 站)
5. 物: 投擲站順序(1-2-3-4-5-6-1-2-3..順序投球)
6. 賽制:投球 5 秒可選停球，球碰他人+2 次
7. 獲勝:投球總次數少或 5 分鐘內完成所有站

教師提問(個人小組團隊):

1. What:什麼高度最難投擲，什麼樣最好投擲?
2. Why:為什麼要引導同學投球位置?
3. Hwo:如何使用 5 秒停球策略獲得勝利?

延伸變化:器具改變、高度不同、設備不同



活動八 全面攻佔

場地：1.學校校園 2.操場

器材：高爾夫球推桿、角錐及圓盤框

進入標:球需進入鐵絲編圓形成的洞

學習概念:運用學校所有場地變成標的場，讓學生可以真正實現校園高爾夫球推桿障礙賽

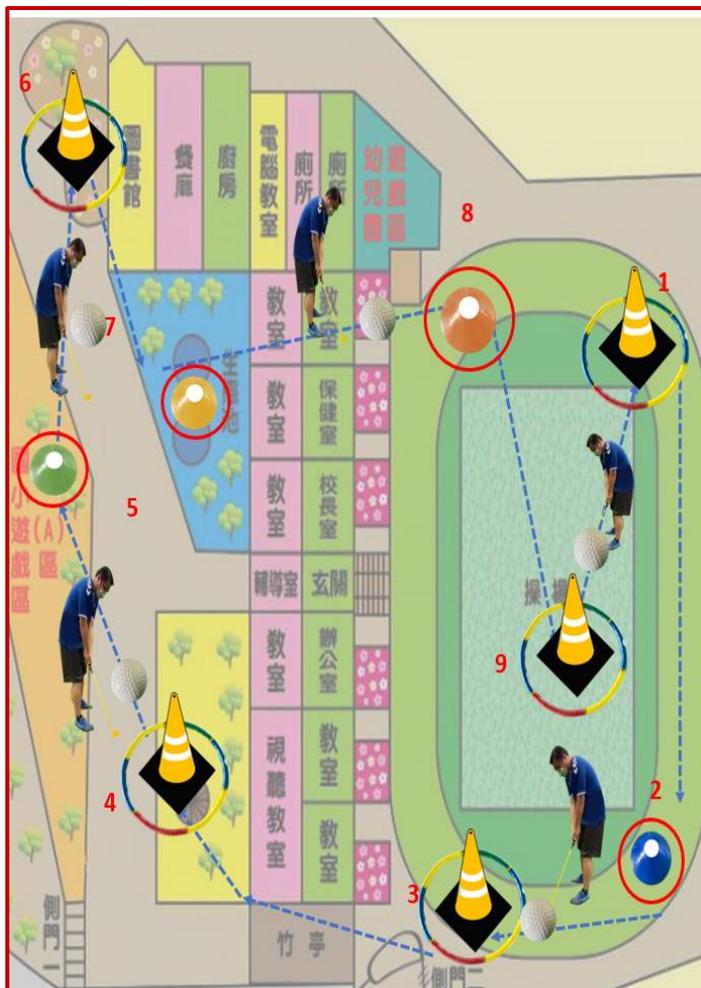
活動設計： 運動強度:中度

1. 人:一隊 3 人人(共 27 人)
2. 事:每一隊員採取接力操作(1-2-3-1-2-3..順序)
3. 時:教師同時吹哨音 27 人同時開始出發
4. 地: 打擊站別(1-2-3-4-5-6-8-9-1-2...順序打擊)
5. 物:球遇到障礙物在不得利可移動一大步
6. 賽制: 球靜止才可進行，球碰他人+2 次
7. 獲勝:總次數計算或限時完成 9 站

教師提問(個人小組團隊):

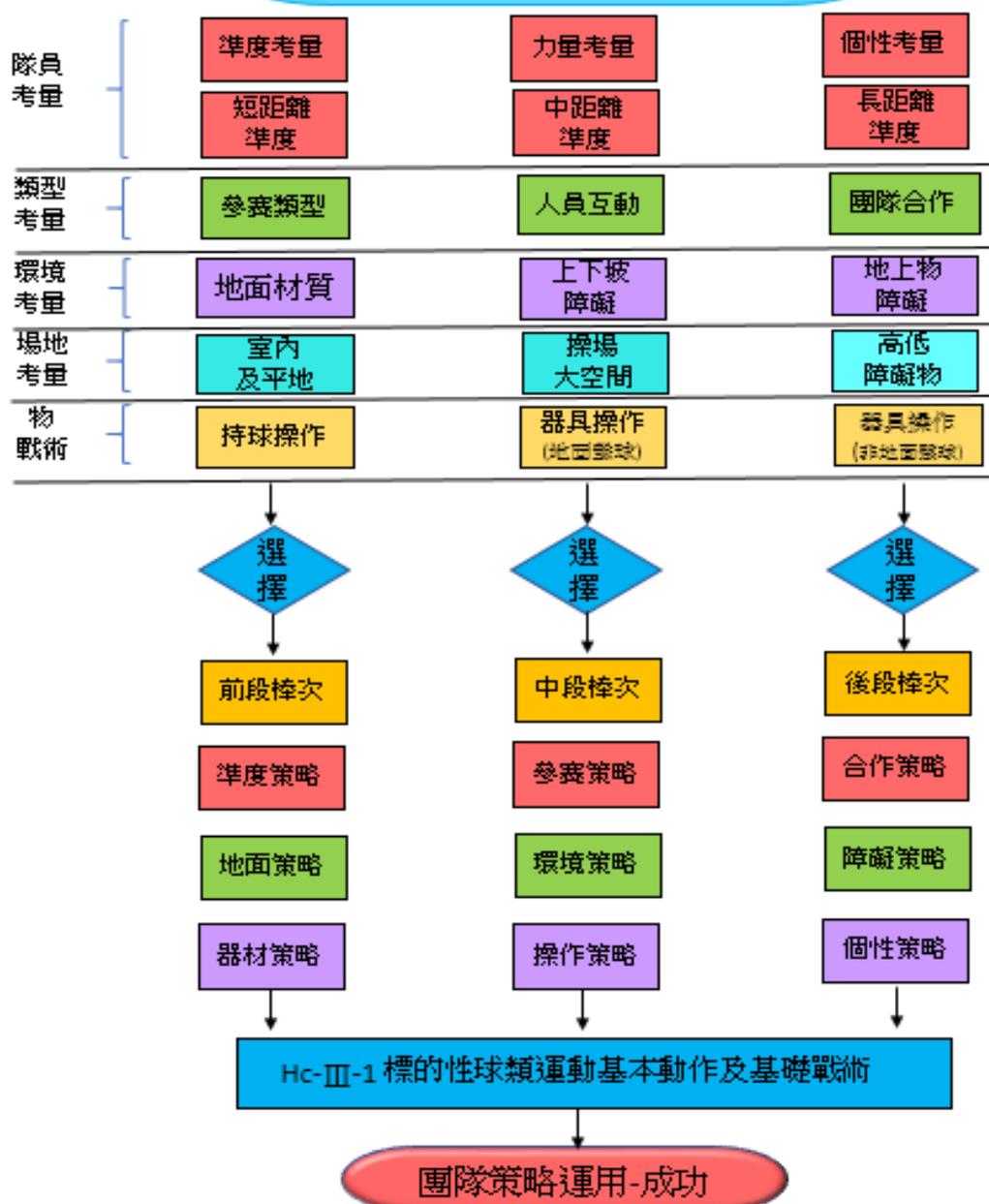
1. What:什麼是高爾夫球的比賽?
2. Why:為什麼要在全校打球運動量夠不夠?
3. Hwo: 如何合作和作弊情況下獲勝?

延伸變化:1.改成不同運動器材；2.場地及站別位置可隨意擺放及變換隊形



四、策略運用思考及運用

標的性球類運動-團隊策略運用考量步驟表



個人表現影響因素



標的球類運動進入型~紀錄表

隊名：_____ 隊員：_____ 記錄者：_____

站別	1	2	3	4	5
次數					
站別	6	7	8	9	合 計
次數					

標的球類運動進入型~18 洞紀錄表

隊名：_____ 隊員：_____ 記錄者：_____

站別	1	2	3	4	5
推進次數					
站別	6	7	8	9	洞合計
推進次數					
站別	10	11	12	13	14
推進次數					
站別	15	16	17	18	洞合計
推進次數					

標的性球類運動-進入型 排定棒次考量因素

◎棒次順序不代表優秀程度，目標為團隊爭取最佳的勝利考量

給評分 1 分-還好、2 分-不錯、3 分-最好

評估內容	號	號	號
誰踢球最遠	分	分	分
誰踢球最準	分	分	分
誰踢球控制最好	分	分	分
引導表現最好	分	分	分
總分	分	分	分
棒次選擇考量	考量因素	全部通用	全部通用
第 一 棒	踢球遠	誰踢球控制最好	引導表現最好
第 二 棒	踢球遠、踢球準	誰踢球控制最好	引導表現最好
第 三 棒	踢球準	誰踢球控制最好	引導表現最好
	第一棒	第二棒	第三棒
排 序	號	號	號

標的性球類運動-進入型 (策略運用)學習單

班級：_____ 座號：_____ 姓名：_____

你覺得棒次排序可以考量那些因素?			
棒次順序	考量因素	考量因素	考量因素
第 1 棒			
第 2 棒			
第 3 棒			
寫入並打分數	第 1 棒	第 2 棒	第 3 棒
評估內容	號	號	號
	分	分	分
	分	分	分
	分	分	分
總 分	分	分	分

標的性球類運動-進入型 (我會改造)學習單

班級：_____ 座號：_____ 姓名：_____

一、我對於球投擲表現的感覺		
1.球的拋擲滾我最喜歡那一個動作，為什麼?	2.我覺得投擲時，那一種標的物擺放的低、中、高度最難得分?	3.我覺得投擲那一種遠、中、近距離最難投擲得分?
A:	A:	A:
二、對於標的物及使用物的改變		
4.標的物的器材我會改變運用那一種器材?	5.我想擺放成怎樣的高度?和怎樣的距離?	6.投擲的球或打擊的器具，我會改變成那一種用具?
A:	A:	A:
三、我想要如何合作表現會更讚		
7.誰表現最棒?為什麼?	8.我想和他合作?因為....	9.為什麼想和他合作引導或表現方式..
A:	A:	A:
四、我想怎樣改進會更棒		
10.球的部份我會怎樣改進更棒?	11.我最喜歡那一種場地?最不喜歡一種場地?為什麼?	12.我會如何克服不同的場地障礙，怎樣做會更好?
A:	A:	A:
五、我會這樣做更好玩		
13.球在進行中，我想改變怎樣的規則，更好玩?	14.覺得要如何排棒次，一定會成功!	15.我覺得還有一些團隊略可以運用，會更厲害!
A:	A:	A: