

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
二	2/16 2/20	一、擊球我最行	安全停看聽、拍擊百分百	1-2-2 應用肢體發展之能力，從事適當的身體活動。 3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。 3-2-3 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。 5-2-5 探討不同運動情境中的傷害預防及其處理。	1.能認真學習並注意自身與他人的安全。 2.能透過觸球與接球遊戲，熟悉球感。 3.能說出揮擊球的動作要領。 4.能選擇揮擊球的方式與練習場地。 5.能依據球的位置，做出觸球或接球的動作。 6.能做出揮擊球的動作。 7.能與同伴合作，和諧的完成動作。 8.能遵守遊戲規則，服從規定。	<p>【活動一】準備好了嗎</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.全班分組討論「造成棒球揮棒之運動傷害的可能原因」。 2.教師歸納討論重點，並視兒童討論情形適時補充。 3.教師歸納：跳繩不但能促進心肺耐力，而且玩法富變化、趣味性高，可鼓勵兒童利用課餘進行跳繩運動，但跳繩時應注意自己及他人的安全。 <p>【活動二】運動傷害處理</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.請兒童發表棒球揮棒時可能會發生哪些運動傷害。 2.複習上學期的扭傷處理步驟，教師強調扭傷冰敷的原則：冰敷 15 分鐘，休息 5 分鐘的方式交替進行，以免凍傷。 3.教師歸納：腳踝扭傷的處理原則是休息和冰敷；膝關節疼痛除了休息和冰敷之外，還要看醫師做進一步的檢查，以對症治療。 <p>【活動三】親親大球</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.兒童持一般樂樂棒球與沙灘球，在限定的場地範圍，自由的拍擊球，體驗擊打這兩種球時，有什麼不同的感受。 2.2人一組，一人拋球，另一人在球不落落地前以身體不同的部位擊球。 <p>【活動四】球兒抱抱</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.兩人一組，1人拋球，1人移動位置，讓球落入雙手圍成的圓圈中。 2.教師指導拋球者將球以拋物線擲出，而接球者要配合球的落點移動身體。 <p>【活動五】報數球</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.6~8人一組，依序編號，進行報數球活動。 2.為了增進兒童的體能及增加活動的趣味性，各組可自行決定接球前的動作。 <p>【活動六】發球看我</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.教師帶領兒童進行暖身活動。 2.教師說明低手發球的動作要領。 3.請兒童依據自己將球揮擊出的距離記錄下來，至少應超過12公尺。 <p>【活動七】落地得分</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.6~8人一組，進行揮擊球的遊戲，發球的地點約距離橡皮筋線6~9公尺。 2.教師強調，藉由活動練習控制發球的力量與方向。 <p>【活動八】你我好夥伴</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.教師指導學生利用【活動五】的遊戲，觀察並瞭解同學的動作，動作正確者應給予鼓勵，如需改進者，應提醒同學要領。 2.教師歸納：了解發球活動之動作要領，並懂得如何觀察，且與同學分享或指導其改進。 	3	1.小白板或書面紙。 2.請兒童課前上網或查閱書籍，蒐集棒球揮棒運動對健康有益的資料，以及棒球揮棒可能的運動傷害。 3.樂趣化棒球（或海灘球）、一般排球約 20 顆。 4.畫線筒。 5.呼拉圈數個。 6.橡皮筋 3~5 條、支撐架 4~6 個。	1.提問回答 2.教師觀察 3.操作學習 4.共同討論	【性別平等教育】 2-2-2 尊重兩性在溝通的過程中平等的表達機會。 2-2-5 學習溝通協調的能力，促進兩性和諧的互動。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題
三	2/23 2/27	一、擊球我最行	挑戰全壘打	3-1-3 表現操作運動器材的能力。 3-1-4 表現聯合性的基本運動能力。	1.表現操作球的能力並做出徒手擊球的動作技能。 2.能結合跑壘與打擊的動作技能。 3.遊戲或比賽時，不做違反安全或故意犯規的行為。	<p>【活動一】擊球暖身操</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.場地安排如課本，利用場地做跑壘的慢跑暖身活動。 2.教師指導兒童做暖身活動。 <p>【活動二】手掌擊球</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.指導兒童用手擊球的動作要領。 2.擊球時，身體需配合做轉身動作，增加擊球的力量。 3.全班分兩組，面相對，取適當的距離，一組打擊、一組撿球，輪流交換。 <p>【活動三】擊球過關</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.場地安排同【活動一】。 2.教師指導並示範，兒童站在本壘，用力擊沙灘球，讓沙灘球飛出去。 3.教師觀察沙灘球的落點，如超過 3 公尺線為過關，若未超過則重來；指導兒童輪流試擊。 	3	1. 沙灘球若干。 2. 樂樂棒球組	1.操作學習 2.學生發表 3.教師觀察		二、欣賞、表現與創新

