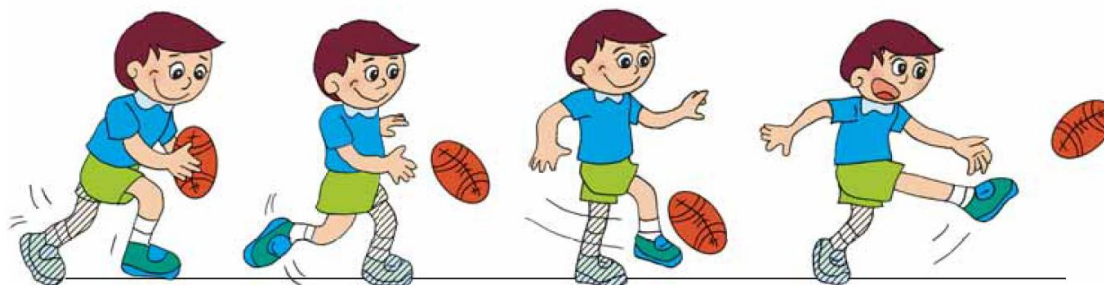




教育局體育組
2017/18 體育科基礎活動學習社群—課堂研究計劃
操控用具技能—踢空中球

學 校 名 稱 :	香港教育大學賽馬會小學		
結 伴 學 校 名 稱 :	新界婦孺福利會梁省德學校		
級 別 :	二年級	全 班 人 數 :	33 人
單 元 共 需 教 節 :	4 節	每 教 節 時 間 :	40 分鐘
單 元 主 題 :	操控用具技能—踢空中球		
學 生 已 有 知 識 :	學生已掌握 1. 踢定點球及腳運球動作技巧 2. 個人拋接豆袋動作技巧		
單 元 目 標 :	體育技能	學生能 1. 掌握原地踢空中球動作技巧 2. 原地以腳背將空中球踢向前方 3. 把空中球踢向不同的高度 4. 把空中球踢至又高又遠	
	健康及體適能	學生能透過體能活動，明白身體協調的重要	
	運動相關的價值觀和態度	學生能 1. 主動協助及鼓勵同學，並提示同學動作要點 2. 虛心接受同學的意見	

		3. 培養欣賞及讚賞別人的態度 4. 於活動中尊重他人，互相合作
	安全知識及實踐	學生能 1. 在踢球時注意空間的運用，避免碰撞 2. 注意安全，踢球時留意四周的同學
	活動知識	學生能 1. 認識一般空間的概念 2. 認識隔場區活動概念
	審美能力	學生能指出同學動作的優點及可改善之處
動作概念：	動力(力量)—強/弱	
	空間(範圍)—個人空間/一般空間；空間(伸展)—遠/近；空間(水平)—低/中/高	
	關係(對象)—與同伴/與用具；關係(組織)—個人/雙人/小組；關係(行動)—帶領/跟隨	



課堂目標及評估安排

重點 課節	第一節 (踢空中球的基本動作)	第二節 (互評)	第三節 (踢出不同水平高度的球)	第四節 (踢出又高又遠的球)
體育技能	<p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 掌握踢空中球的時間 2. 掌握踢空中球的動作技巧 	<p>學生能利用腳背向前踢空中球</p>	<p>學生能踢出中、高水平高度的空中球</p>	<p>學生能踢出又高又遠的空中球</p>
活動知識	<p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識踢空中球的時間要點 <ol style="list-style-type: none"> i. 雙手伸直持球，放球後使用腳背將球踢起 2. 掌握踢空中球的技巧： <ol style="list-style-type: none"> i. 前後腳站立，雙手持球，放手讓球掉下 ii. 球着地前，用腳背踢球 iii. 踢球後，腿向前作跟進 	<p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 說出踢空中球的動作要點（要點見前） 2. 以認真的態度作同儕互評 	<p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 說出把空中球踢出不同水平高度的要點 <ol style="list-style-type: none"> i. 踢球腳要向上踢 ii. 向上踢的幅度要影響踢球的高度 	<p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 說出把空中球踢出又高又遠的要點 <ol style="list-style-type: none"> i. 踢球腳後引的幅度會影響踢球的力度 ii. 踢球腳擺動的速度會影響踢球的力度
* 價值觀和態度	<ul style="list-style-type: none"> ● 尊重他人 ● 承擔精神 ● 責任感 	<ul style="list-style-type: none"> ● 尊重他人 ● 承擔精神 ● 責任感 	<ul style="list-style-type: none"> ● 尊重他人 ● 承擔精神 ● 責任感 	<ul style="list-style-type: none"> ● 尊重他人 ● 承擔精神 ● 責任感
# 共通能力	<ul style="list-style-type: none"> ● 溝通能力 ● 協作能力 	<ul style="list-style-type: none"> ● 溝通能力 ● 協作能力 	<ul style="list-style-type: none"> ● 溝通能力 ● 協作能力 	<ul style="list-style-type: none"> ● 溝通能力 ● 協作能力

		● 明辨性思考能力		
評估方法	<ul style="list-style-type: none"> ● 教師觀察 ● 提問 	<ul style="list-style-type: none"> ● 教師觀察 ● 提問 ● 同儕互評 	<ul style="list-style-type: none"> ● 教師觀察 ● 提問 	<ul style="list-style-type: none"> ● 教師觀察 ● 提問
用具	<ul style="list-style-type: none"> ● 軟式排球 8 個 ● 膠球 8 個 ● 欖球 8 個 	<ul style="list-style-type: none"> ● 軟式排球 8 個 ● 怪獸圖卡 6 組 ● 同儕互評表 	<ul style="list-style-type: none"> ● 軟式排球 6-8 個 ● 橡筋繩 1 條 	<ul style="list-style-type: none"> ● 軟式排球 16 個

*價值觀和態度:堅毅、尊重他人、責任感、國民身份認同、承擔精神、關愛、誠信

#共通能力:協作能力、明辨性思考能力、解決問題能力、溝通能力、運用資訊科技能力、自我管理能力和創造力、數學能力、自學能力

課堂活動安排

課節 重點	第一節 (教授踢空中球技巧)	第二節 (互評踢空中球技巧)	第三節 (踢出不同水平高度的 空中球)	第四節 (踢出又高又遠的空中球)
引入活動	<p>數字組合</p> <ol style="list-style-type: none"> 學生於指定空間內自由跑步，聞哨子聲後隨即停下 按教師說出數字，學生按數字要求組合 進行腳部伸展動作 	<p>一二三走空位</p> <ol style="list-style-type: none"> 學生於指定範圍內自由跑動 教師說出指令「一二三走空位一停」時，學生便停下 學生按教師要求進行腳部伸展動作 教師需預先解釋清楚「空位」的定義，成功的學生得1分 	<p>水平造型</p> <ol style="list-style-type: none"> 學生兩人一組，以帶領和跟隨方法作跑跳步 當停頓時，跟隨教師要求二人合作做不同水平動作造型，然後轉換帶領者 完成後，進行腳部伸展動作 	<p>鏡子移動</p> <ol style="list-style-type: none"> 學生排兩行站好，兩行相隔3至4個人位 學生跟隨教師指示橫移作併步練習 完成後，進行腳部伸展動作 <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> <p style="text-align: center;">A B A B A B A B A B A B X</p> </div> <p>AB：學生 X：教師</p>

主題發展

活動一：腳背踢空中球

1. 四人一組，每組取一個軟式排球，站在距離牆壁約2米處準備
2. 每人輪流用腳背對牆踢空中球練習
3. 教師請同學展示並帶出動作要點
 - i. 前後腳站立，雙手持球，放手讓球掉下
 - ii. 球着地前，用腳背踢球
 - iii. 踢球後，腿向前作跟進

照顧學生多樣性：

如學生未能直接踢球，可讓他們待球彈地1-2次後才把球踢出(只提示未能做到的學生)

活動一：腳踢不同大小的球

- 第一級：軟排球
- 第二級：海棉欖球
- 第三級：膠球

活動一：踢球打怪獸

1. 二人一組(AB)，每組取一個軟式排球，及一組怪獸圖卡，站在距離牆壁約2米處準備
2. 教師指示學生在牆上掛上不同怪獸圖卡
3. A先用腳背以空中球踢向牆上怪獸圖卡。踢中怪獸圖卡，便可獲得該圖卡上的分數，B在旁觀察，提示動作要點及負責計分
4. A將球踢出後，B拾球交給A
5. 限時內得分較高的學生為勝

活動一：踢空中球練習一

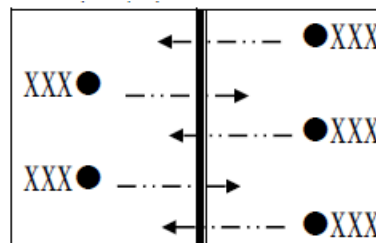
- 向前方踢出中水平高度(膝蓋至肩膊的高度)的空中球
1. 二人一組，在兩邊端線等候
 2. 中間隔着中水平高度的橡筋繩
 3. 每人輪流踢空中球，能越過橡筋繩到對面場區便得1分
 4. 教師視乎學生的能力作出停頓，針對重點作出回饋
 - i. 球下降至小腿位置
 - ii. 踢球腳前送低於腰的高度

場地安排：

X：學生

----->：踢球方向

●：軟排球 10 至 12 個



活動一：踢又高又遠的空中球練習

1. 4人一組(ABCD)在一邊端線排隊
2. 在兩端隊前置一條中水平高度的橡皮繩
3. A按哨子聲輪流踢出空中球，如未能越過第一條橡皮繩，得1分。能越過第一條橡皮繩，得2分。能越過第二條橡皮繩，得3分
4. B則在旁觀察、回饋及拾球，拾球後，AB交換角色
5. CD在後方作猜拳遊戲，勝方做2次開合跳，負方做10次踏球練習
6. 學生輪流活動，至活動完結，累積最高分一組為勝
7. 教師視乎學生能力作出停頓，針對重點作出回饋

照顧學生多樣性:

教師在第一個練習時觀察學生的能力來決定讓學生踢第一或第二級的球

如學生能連續踢出三球空中球，便安排升級

活動二：同儕互評

1. 二人一組(AB)，每組取一個軟式排球及兩張互評表
2. 教師講述互評注意事項、動作要點及評估態度
 - i. 雙手伸直放球
 - ii. 有後引動作
 - iii. 用腳背把球踢向前
3. 教師請一位學生作示範，要求全班作小老師一起評價同學的動作
4. 教師引導學生根據動作要點，指出同學值得欣賞及可改善之處
5. 提示學生進行互評的時候需注意的地方
 - i. 專注組員動作
 - ii. 尊重組員表現
 - iii. 給予適切的鼓勵及回饋

活動二：踢空中球練習二

- 向前方踢出高水平高度(肩膀或以上的高度)的空中球
1. 三人一組，設置跟練習相同
 2. 中間隔着高水平的橡筋繩
 3. 每人輪流踢空中球，能越過橡筋繩得1分。踢完球後能接回踢出的空中球加1分
 4. 教師視乎學生的能力作出停頓，針對重點作出回饋
 - i. 球下降至大腿位置
 - ii. 踢球腳前送至腰的高度

- i. 踢球腳要有後引
 - ii. 擺動踢球腳的速度
 - iii. 球下降至大腿的高度踢球
8. 教師鼓勵學生自我挑戰，按自己能力盡力做好，為小組作出貢獻

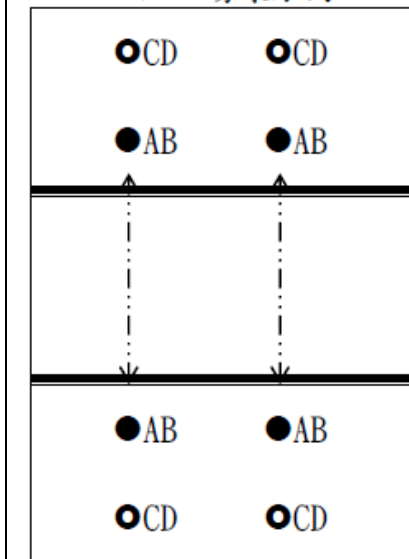
場地運用

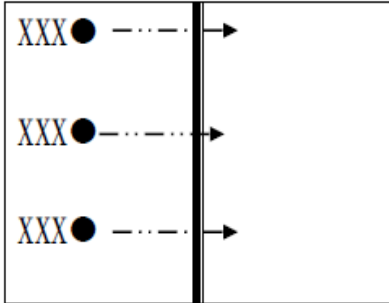
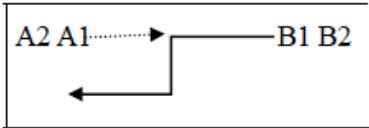
ABCD：學生

●：軟排球 8 個

●：小足球 8 個

----->：踢球方向



		<p>6. 每位學生踢球3次，隨即讓組員評估，然後交換角色</p>	<p>場地安排：</p> <p>X：學生</p> <p>-----> : 踢球方向</p> <p>●：軟排球 10 至 12 個</p> 	
<p>應用活動</p>	<p>壁球比賽</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 四人一組(ABCD)，每組取一個軟式排球 2. AB與CD對壘，A在指定距離內先向牆壁踢空中球，成功踢球者，可得1分；CD在球彈地第二下前能將球着，可得1分；沒彈地便將球接着，可得2分； 3. 接著到C向牆壁踢空中球，AB接球 4. 第二輪到B踢球，CD接球；D踢球，AB接球 	<p>踢球閃避比賽</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 四人分 AB 兩組相距 4 米對站 2. A1 用腳背向前踢空中球後上前攔截。B1 跑上前拾球，然後躲避 A1 隊員的攔截，並設法跑到踢球點 3. 二人交換組別，由 A2 及 B2 繼續遊戲 	<p>隔場區比賽</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 六人一組，3 人在兩邊端線相對排隊 2. 中間隔着一條高水平的橡筋繩 3. 每邊每人輪流踢空中球。踢球出界及不過網，對方得分 4. 接球的 3 人把著地的球接回(最多觸地一次)接着得 1 分，直接接回的得 2 分，未能接回，發球者便得分 	<p>拾球 run run run</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 六人一組，分 6 組 2. A 踢空中球，B 跑去拾回對方的球放回籐圈，而 A 踢球後馬上在指定的標誌筒上進行來回合併步 3. 接着 B 踢球及來回合併步，A 拾球 4. CDEF 輪流踢定點球。AB 完成後，輪到 CD 踢空中球，AB 排隊進行踢定點球

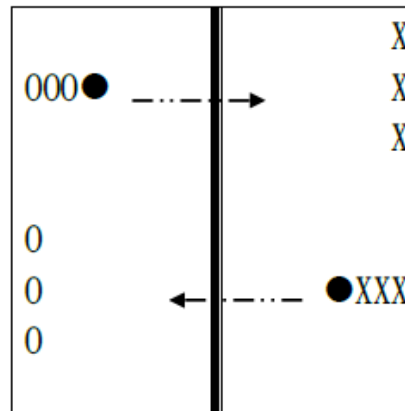
場地安排

OX：學生

◄-----►：來回跑

- - - - ->：踢球方向

●：軟排球 6 個



5. CD 完成踢空中球後又排隊踢定點球，輪到 EF 踢空中球，如此類推

場地安排

ABCD：學生

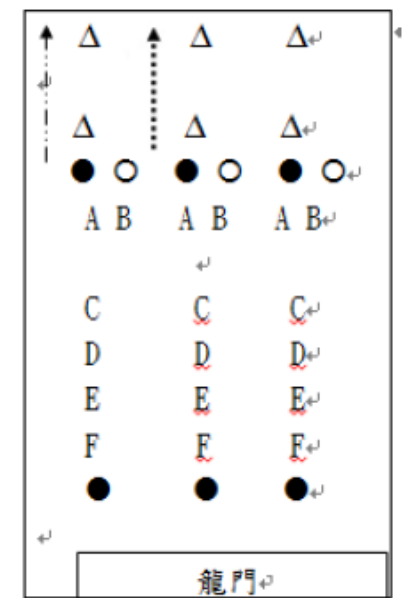
.....>：跑動路線

- - - - ->：踢球方向

●：軟排球 6 個

○：藤圈 6 個

△：標誌筒 12 個



<p>整理活動</p>	<p>舒緩活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 腳部伸展 2. 總結及提問： <ul style="list-style-type: none"> 踢空中球的動作要點是甚麼？ i. 前後腳站立，雙手持球，放手讓球掉下 ii. 球着地前，用腳背踢球 iii. 踢球後，腿向前跟進 	<p>舒緩活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 腳部伸展 2. 總結及提問： <ul style="list-style-type: none"> 當我們進行互評時有甚麼注意地方？ i. 專注組員動作 ii. 尊重組員表現 iii. 給予適切的鼓勵及回饋 	<p>舒緩活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 腳部伸展 2. 總結及提問： <ul style="list-style-type: none"> 要踢出不同水平的空中球需注意的地方？ i. 球下降位置(中水平：小腿；高水平：大腿) ii. 踢球腳前送高度(中水平高度：低於腰；高水平：腰) 	<p>舒緩活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 腳部伸展 2. 總結及提問： <ul style="list-style-type: none"> 要踢出又高又遠的空中球需注意的地方？ i. 踢球腳要有後引 ii. 擺動踢球腳的速度 iii. 球下降至大腿的高度踢球
-------------	--	---	--	---