



教育局體育組
2016/17 體育科基礎活動學習社群—課堂研究計劃
單元教學計劃

參與學校名稱：	農圃道官立小學		
啟導學校名稱：	培正小學		
班 別：	三年級	全 班 人 數：	25 人
單元共需教節：	4	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 1. 學習踢定點球及運球的技巧 2. 掌握簡單的個人向前拋接豆袋的技巧		
單 元 目 標：	體育技能	學生能 1. 掌握原地踢空中球的動作技巧 2. 原地以腳背將球踢至約 3-4 米遠目標區域 3. 原地以腳背將球踢向前方，球越過約 2-3 米高目標區域	
	健康及體適能	學生能透過體能活動，明白身體協調性的重要	
	運動相關的價值觀和態度	學生能 1. 主動協助並提示同伴動作要點，幫助有需要的同學。 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，互相合作及勇於承擔	

	安全知識及實踐	學生能 1. 注意踢球時空間的運用，避免碰撞 2. 注意周圍環境的安全，踢球時留意四周的同學
	活動知識	學生能 1. 認識踢空中球的動作要點及詞彙 2. 認識個人及一般空間的概念 3. 認識隔場區遊戲概念及玩法
	審美能力	學生能指出同學動作及姿勢的優點及可改善之處
動作概念：	空間（範圍）：個人空間／一般空間；空間（方向）—左／右、上／下；空間（伸展）—遠／近	
	關係（組織）：個人／雙人／小組；關係（行動）—遠／近；動力（力量）—強／弱	



操控用具技能— 踢空中球

課堂目標及評估安排

重點 \ 課節	第一節	第二節	第三節	第四節
體育技能	學生能 1. 掌握踢空中球的時間 2. 用腳背踢彈地空中球	學生能 1. 掌握踢空中球的動作技巧 2. 原地以腳背踢球至約 3-4 米遠目標區域 3. 於遊戲中運用腳背把球踢向對方場區	學生能 1. 掌握踢空中球的動作技巧 2. 以正確態度為同伴評估	學生能 1. 流暢地展示踢空中球的動作技巧 2. 原地以腳背踢球至約 2-3 米高目標區域 3. 於遊戲中運用腳背把球踢向對方場區
活動知識	學生能 1. 認識踢空中球的時間要點 <ul style="list-style-type: none"> ● 眼望來球，球一彈地，約到足踝的位置，便用腳背踢起 2. 掌握踢彈地空中球的技巧 <ul style="list-style-type: none"> ● 前後腳站立，雙手持球伸直，從胸前垂直放下球（不加任何力量） ● 當球觸地彈起時，用腳背踢球 	學生能 1. 說出踢空中球的動作要點及詞彙 <ul style="list-style-type: none"> ● 前後腳站立，雙手持球伸直，從胸前垂直放下球 ● 踢球腳後引，當球觸地彈起時或當球在空中時，用腳背踢球，將球踢向前方 ● 踢球後，腿伸直繼續向前擺動 ● 動作流暢 2. 認識將球踢向前的腳部動作與高度的關係 3. 認識把球踢至更遠的地方時，需要有後引動作	學生能 1. 描述踢空中球的動作要點及詞彙（要點見前） 2. 描述將球踢向前的腳部動作與高度的關係	學生能 1. 描述踢空中球的動作要點及詞彙（要點見前） 2. 描述將球踢向前的腳部動作與高度的關係
*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 ● 誠信 ● 關愛 	<ul style="list-style-type: none"> ● 尊重他人 ● 誠信 ● 關愛

# 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 ● 明辨性思考能力 	<ul style="list-style-type: none"> ● 溝通能力 ● 協作能力 ● 審美能力 	<ul style="list-style-type: none"> ● 溝通能力 ● 協作能力
評估方法	<ul style="list-style-type: none"> ● 課堂觀察 ● 提問 	<ul style="list-style-type: none"> ● 課堂觀察 ● 提問 ● 同儕互評 	<ul style="list-style-type: none"> ● 課堂觀察 ● 提問 	<ul style="list-style-type: none"> ● 課堂觀察 ● 提問

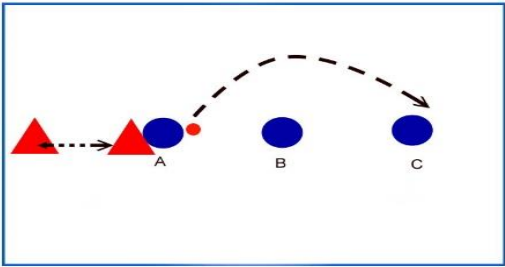
*價值觀和態度包括：堅毅、尊重他人、責任感、國民身分認同、承擔精神、關愛、誠信

#共通能力包括：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

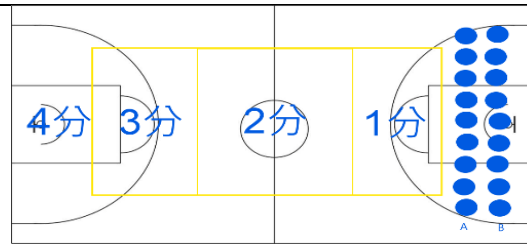
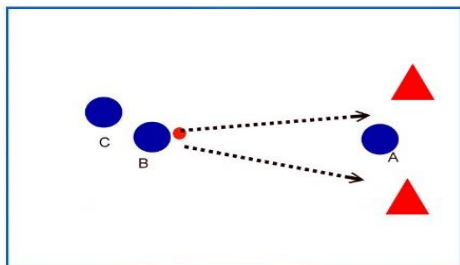
用具操空技能—踢空中球

課堂活動安排

課節 重點	第一節 (用腳背踢彈地空中球)	第二節 (用腳背踢空中球至 3-4 米遠目標區域)	第三節 (同儕互評)	第四節 (用腳背踢空中球至 2-3 米高目標區域)
引入活動	<p>數字組合：</p> <ol style="list-style-type: none"> 學生自由於空間跑步，聞哨子聲停下來 教師說出數字，學生按數量要求組合 進行腳部伸展動作 	<p>自由跑</p> <ol style="list-style-type: none"> 學生自由於空間跑步，聞哨子聲原地停下來，並模仿教師做熱身動作 進行腳部伸展動作 	<p>控球熱身遊戲</p> <ol style="list-style-type: none"> 二人一組(A B)，每組一個足球 A 先以腳運球方式自由跑動，B 跟隨 教師吹哨子後，A 把球踏停，並把球踢給 B，由 B 繼續以腳運球方式自由跑動，A 跟隨 	<p>魔術師</p> <ol style="list-style-type: none"> 教師先委派 5 人掛上色帶，成為魔術師 魔術師可追逐其他同學 若某同學被魔術師碰到時，同學必須停下來，不能走動 其他未被觸碰的同學則可以替他解除魔咒，只要用手輕觸他一下，他便可以再次移動 <p>備註：追逐時，不能用手推撞同學，以免發生危險</p>
主題發展	<p>(一)腳背踢彈地空中球</p> <ol style="list-style-type: none"> 二人一組(AB)，每組取一個軟排球 A 先用腳背踢彈地空中球練習，B 在旁觀察，並提示 A 的動作要點 每人嘗試 5 次，然後交換角色 <p>踢彈地空中球的動作要點：</p> <ol style="list-style-type: none"> 前後腳站立，雙手持球伸直，從胸前垂直放下球（不加任何力量） 當球觸地彈起時，用腳背踢球 	<p>對牆練習(不彈地、後引及鎖腳踝)</p> <ol style="list-style-type: none"> 二人一組(AB)，前後站立，面向牆壁，與牆壁相距約 3 米 A 同學雙手持球，垂直向下放球，當放下球時，用腳背踢球的後下方，將球踢向前方(指定的牆壁範圍)，然後接回或拾回球(注意安全，避免被球擊中) AB 輪流嘗試練習 	<p>同儕互評 - 球能踢得起</p> <ol style="list-style-type: none"> 二人一組(AB)，派發互評表，講述互評須注意的事項、動作要點及評估時的態度， <ol style="list-style-type: none"> 雙手伸直放球 有後引動作 用腳背把球踢向前 教師請一位學生作示範，着全班同學作小老師一起評價同學的動作 教師以提問引導學生反思，並著學生根據動作要點，指出值得欣 	<p>(一)對牆練習(踢得高)</p> <ol style="list-style-type: none"> 三人一組(ABC)，排成一條直行，面向牆壁站立，與牆壁相距約 3 米 牆上有一界線，同學踢空中球時必須超越此界線 A 踢球，B 拾球，C 觀察 A 的動作，輪流練習 <p>照顧學習者多樣性：</p> <p>能力高的學生</p> <ol style="list-style-type: none"> 可以增加距離至 4 米 可以提高踢球的高度

	<p>踢空中球的時間要點：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 眼望來球 2. 球一彈地，約到足踝的位置，使用腳背踢起 <p>(二)腳背踢彈地空中球，同學用手接回</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 二人一組(AB)，面對面站立，約相距2米 2. A先用腳背踢彈地空中球，B在對面準備接球 3. B同學嘗試在球著地前或在彈地一下後用手接住 4. AB輪流嘗試練習 <p>動作要點(見前)</p> <p>照顧學習者多樣性： 能力高的學生</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 可以增加兩人距離至3米 ● 可以提高踢球的高度 	<p>照顧學習者多樣性：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 如學生未能掌握，則可以着學生先彈地 2. 如學生已能熟練以上動作，則可以著學生站至4米，甚至更遠的距離，也可以著學生把球踢高至學校一樓的位置 <p>動作要點：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 前後腳站立，雙手持球伸直，從胸前垂直放下球 2. 踢球腳後引，當球觸地彈起時/當球在空中時，用腳背踢球，將球踢向前方 3. 踢球後，腿伸直繼續向前擺動 4. 動作流暢 <p>教師提問： 如何能踢得更遠？ (在踢球前，需作後引，其後同學需直腿向前擺動，有跟進動作。</p>	<p>賞及需改善之處</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. 每位學生做3次踢球，隨即讓對方評一評；然後交換角色，重複剛才的互評 	<p>(二)跑壘遊戲</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 三人一組(ABC)，排成一條直行，每人相距3米 2. A踢空中球跨越B的頭頂，踢向C同學的區域 3. A踢球後，便立刻跑壘(相距3米)，一個來回得一分 4. C同學需要盡快接回A踢來的球，然後踩回本壘(即A站立的位置)，以停止A同學不斷跑壘得分 5. 然後角色交換C→B、B→A及A→C  <p>● 為學生 ▲ 為標示筒 → 為踢球及跑動路徑</p>
<p>應用活動</p>	<p>彈地射門</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 三人一組(ABC)，每組取2個標誌筒作為龍門 2. A同學先守龍門；B同學用腳背踢彈地空中球形式射龍門；C同學拾球 3. 踢進龍門便得一分 4. B踢球後，C負責拾球 5. A同學如能成功防守B同學的射門，A同學只需到排隊的位置等 	<p>(一)誰踢得最遠(得分區)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 二人一組(AB)，前後站立，面向球場，同學用腳背將球向前踢出 2. 球場上分為1分、2分、3分及4分區域 3. 教師吹哨子，A先踢球，B留心A的動作是否正確，給予意見，然後把球拾回，拾球的學生需小心周遭環境。 4. 然後互換位置 	<p>你踢我追</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 六人一組，以排球場為起點線，第一位同學用踢空中球的方式，用力向前踢。然後排至隊尾 2. 第二位同學立刻向前跑動，追回第一位同學的空中球 3. 然後跑回起點，第二位同學把球踢出，然後排到隊尾，第三位同學向前跑動追球 4. 如此類推 	<p>跨越人群(三對三)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生以6人一組，各佔一個區域，再分作AB兩組，每組3人 2. 區域中間A組作防守球員排成一行，並舉行作攔截。另外一組(B組)必須以踢空中球的方法把球踢高，高度足以跨越中間同學的防守，把球踢至場區對面的隊友位置，隊友不用走動，得兩分 3. 若只能踢過防守區，未能對準隊友

- 候。若 A 同學未能成功防守便需要在等候的位置做開合跳 10 次
6. 輪流練習，完成一次後，轉換次序
 7. 如此類推，哪一位同學能把球踢進龍門最多者，便勝出

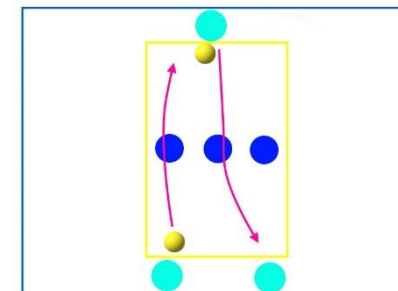


● 學生
黃線為排球場線段

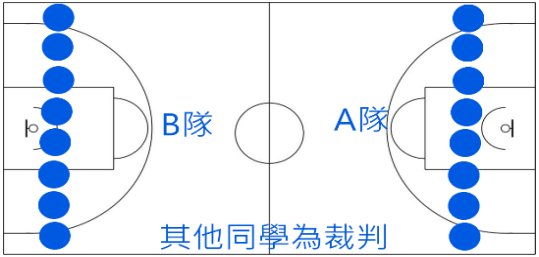
(二) 星球大戰

1. 全班分為三組 (約 6-8 人為一組)，於排球場上作戰
2. 其中兩組人站在排球場底線，在指定時間內(30 秒)把己方場地的球，用腳背踢空中球的方法，將球向前踢到敵方的陣地內
3. 餘下一組稱為獵犬組，負責俯身(留心周圍環境，避免被球踢中)拾球給兩方的同學，並且作裁判，看誰犯規沒有在底線踢空中球
4. 最後，雙方點算球的數量，數量最小的一方為勝
5. 如此類推，互換角色

- 的方向，只得一分
4. 若成功防守，則沒有分數，防守隊員必須把球交回進攻球員手中
 5. 聽到哨子聲後，攻守互換
 6. 踢球時，需留意隊友的位置



● 學生
● 海錦球
→ 傳球路徑

		 <p>● 學生</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 得分遊戲適合初階的學生進行 2. 星球大戰則較適合能力較高的學生進行 3. 教師可根據學生的熟練程度而選擇其中一種應用活動 		
<p>整理活動</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 舒緩活動 腳部伸展 2. 提問及總結要點 腳背踢彈地空中球的動作要點： <ol style="list-style-type: none"> a. 前後腳站立，雙手持球伸直，從胸前垂直放下球（不加任何力量） b. 當球觸地彈起時，用腳背踢球 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 舒緩活動 足踝鬆一鬆，前弓後直 2. 提問及總結要點 將空中球踢向前方時需注意甚麼地方？ <ol style="list-style-type: none"> a. 腳趾指着地下，即鎖緊足踝 b. 將踢球腳後引 c. 踢球後，腿伸直繼續向前擺動 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 舒緩活動 開合跳 2. 教師回饋學生互評情況 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 舒緩活動 腳步伸展 2. 提問及總結要點 怎樣才可將空中球踢得又高又遠？ <ol style="list-style-type: none"> a. 將踢球腳後引 b. 踢球後有跟進動作，腿伸直繼續向前擺動，腳尖指向目標