

臺南市立鹽水區仁光國民小學 113 學年度第一學期四年級彈性學習課程計畫-**社團活動與技藝課程**

社團活動或技藝課程名稱	球類運動	實施年級	四	教學節數	本學期共(38)節	社團編號	一
彈性學習課程規範	2. ■社團活動與技藝課程 (<input checked="" type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程)						
總綱或領綱核心素養	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。						
課程目標	認識三人制棒球運動，熟練傳接球、守備、打擊，在活動過程中培養合群的態度，養成規律運動與健康生活的習慣，並學會維持良好人際關係的方法。						
課程架構脈絡							
教學期程	節數	單元或課程名稱	學習內容	學習目標	學習評量 (評量方式)	備註	
第一週 ~ 第二週	2	三人制棒球 初體驗	1. 認識三人制棒球的場地 2. 認識三人制棒球的比賽規則 3. 認識三人制棒球與正規棒球的異同	1. 能正確說出三人制棒球的場地大小及規則 2. 能分辨三人制棒球與正規棒球的差異	1. 口頭評量 -說明場地與相關規則 2. 心得發表	1. 播放 p. p. t 介紹場地及相關規則 2. 播放比賽影片	
第三週	2	傳接球+跑壘 遊戲篇	1. 熟練傳接球的技巧 2. 傳球&接球遊戲 3. 跑壘遊戲	1. 能明瞭傳球的方式 2. 能明瞭接球的方式 3. 能明瞭跑壘的方式	實作評量- 傳、接、跑壘		
第四週 ~ 第五週	2	滾地球+轉接 球篇	1. 滾地球的接傳 2. 直線轉接球	1. 能明瞭滾地球的接傳方式 2. 能明瞭直線轉接球對守備的重要性	實作評量- 滾地球守備與直線轉接		
第六週	2	滾地球+棒球 遊戲篇	1. 熟練滾地球的接傳技巧 2. 滾地球&直線轉接球遊戲	1. 能熟練滾地球的接傳 2. 能熟練直線轉接球	實作評量- 滾地球接傳		
第七週	2	高飛球+跑壘 篇	1. 高飛球的接球 2. 熟練跑壘的技巧	1. 能明瞭高飛球的接球方式 2. 能精熟跑壘的判斷	實作評量- 高飛球守備		

第八週	2	綜合守備篇	1. 熟練滾地球的接傳技巧 2. 熟練高飛球的接球技巧 3. 熟練直線轉接球的技巧	1. 能熟練滾地球的接傳 2. 能熟練高飛球的接球 3. 能熟練直線轉接球	實作評量- 滾地球及高 飛球綜合守 備
第九週	2	打擊篇(一)	1. 握棒及空揮棒 2. T 座擊球	1. 能明瞭握棒及揮擊的方式 2. 能明瞭打擊的方式	實作評量- 打擊姿勢熟 練
第十週	2	打擊篇(二)	1. T 座擊球 2. 拋球揮擊	能熟練揮棒的要領	實作評量- 擊球精準度
第十一週	2	打擊篇(三)	投球揮擊	能熟練擊球要領	實作評量- 擊球精準度
第十二週	2	投手篇(一)	1. 投手的投球姿勢 2. 短→中二階段距離的控球	1. 能明瞭投手投球的姿勢 2. 能明瞭控球的方式	實作評量- 投手姿勢熟 練
第十三週	2	投手篇(二)	1. 投手的投球姿勢 2. 中→長二階段距離 的控球	1. 能固定投手投球的姿勢 2. 能熟練控球要領	實作評量- 控球精準度
第十四週	2	投打守的循環 (一)	守備&實戰打擊	能明瞭投打守對比賽的重要性	實作評量- 投打對決
第十五週	2	投打守的循環 (二)	守備&實戰打擊	能熟練投打守要領	實作評量- 投打對決
第十六週	2	分組對抗(一)	實戰演練	透過分組對抗體會三人制棒球的 趣味性	實作評量- LIVE BP
第十七週	2	分組對抗(二)	實戰演練	透過分組對抗建立對三人制棒球的 興趣	實作評量- LIVE BP

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第十八週	2	分組對抗(三)	實戰演練	透過分組對抗培養團隊合作與運動家的精神	實作評量- L I V E B P	
第十九週	2	分組對抗(四)	實戰演練	透過分組對抗熟練比賽的環節	實作評量- L I V E B P	
第二十週	2	成果驗收(一)	投打守+跑壘的循環	促進健康的知識、態度與技能，培養團隊認同感。	實作評量- L I V E B P	
第二十一週 ~ 第二十二週	2	成果驗收(四)	實戰演練	養成規律運動的習慣	體育成果 發表會	組隊參賽

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎備註可加註說明各社團以年段或班群實施現況、議題融入或教材設計說明，無則免填。

臺南市立鹽水區仁光國民小學 113 學年度第二學期四年級彈性學習課程計畫-**社團活動與技藝課程**

社團活動或技藝課程名稱	球類運動	實施年級	四	教學節數	本學期共(38)節	社團編號	一
彈性學習課程規範	2. 社團活動與技藝課程 (<input checked="" type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程)						
總綱或領綱核心素養	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。						
課程目標	認識巧固球運動，了解巧固球的動作要領、基本技巧，在活動過程中培養合群的態度，學會維持良好人際關係的方法，養成規律運動與健康生活的習慣。						
課程架構脈絡							
教學期程	節數	單元或課程名稱	學習內容	學習目標	學習評量 (評量方式)	備註	
第一週 ~ 第二週	2	巧固球初體驗	1. 認識巧固球的場 2. 認識巧固球的比賽規則 3. 認識巧固球單網&雙網的異同	1. 能正確說出巧固球的場地大小及規則 2. 能分辨巧固球單網與雙網的差異	1. 口頭評量-說明場地與相關規則 2. 課中觀察	1. 播放 p.p.t 介紹場地及相關規則 2. 比賽影片欣賞	
第三週	2	巧固球的體能篇	1. 折返跑、短距離衝刺 2. 原地彈跳、魚躍 3. 體能遊戲	透過簡單的體能訓練及遊戲，訓練學生的體能及敏捷性。	實作評量-綜合體能		
第四週	2	巧固球的傳球篇(一)	1. 傳球要領+傳球動作 2. 傳球時機+傳球位置	能明瞭巧固球的傳球方式	實作評量-傳球穩定度		
第五週	2	巧固球的傳球篇(二)	1. 傳球方向與速度 2. 綜合練習	能熟練巧固球的傳球	實作評量-傳球穩定度		
第六週	2	巧固球的接球篇(一)	1. 雙手接球 2. 單手接球	能明瞭巧固球單雙手的接球方式	實作評量-接球穩定度		

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第七週	2	巧固球的接球篇(二)	1. 頭部以上接球 2. 胸腹部位接球	能明瞭巧固球不同位置的接球方式	實作評量-接球穩定度	
第八週	2	巧固球的接球篇(三)	1. 膝蓋部位接球 2. 膝蓋以下接球	能熟練巧固球不同位置的接球	實作評量-接球穩定度	
第九週	2	巧固球的接球篇(四)	1. 身體側面接球(偏右) 2. 身體側面接球(偏左) 3. 綜合練習	能熟練不同高度、位置及角度的接球	實作評量-接球穩定度	
第十週	2	巧固球的傳接球篇	1. 三角三組傳接球練習法 2. 三角四組傳接球練習法	能明瞭三角傳球的方式與要領	實作評量-多角度接球穩定度	
第十一週 ~ 第十二週	2	巧固球的射網篇(一)	1. 個人射網 2. 二人或三人組合射網	能明瞭巧固球的射網方式	實作評量-接球穩定度	
第十三週	2	巧固球的射網篇(二)	1. 正面射網 2. 側面射網	能明瞭巧固球不同角度的射網方式	實作評量-射網穩定度	
第十四週	2	巧固球的射網篇(三)	1. 反方向射網 2. 側身射網	能熟練巧固球的射網	實作評量-步伐啟動與射網穩定度	
第十五週	2	巧固球的佔位與防守篇	1. 區域防守 2. 移位防守	能明瞭站位與防守的方式及要領	實作評量-防守轉換	
第十六週	2	巧固球的攻防移位篇(一)	半場隊型：三、二、一	能明瞭攻防移位的方式與要領	實作評量-攻防轉換	
第十七週	2	巧固球的攻防移位篇(二)	半場隊型：四、二	能熟練巧固球的攻防移位	實作評量-攻防轉換	
第十八週	2	分組對抗(一)	實戰演練	透過分組對抗培養團隊合作與運動家的精神	實作評量-小組比賽	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第十九週	2	分組對抗(二)	實戰演練	透過分組對抗熟練比賽的環節	實作評量- 小組比賽	
第二十週	2	成果驗收(一)	1. 接+傳+射網+移位防守的循環 2. 實戰演練	1. 促進健康的知識、態度與技能，培養團隊認同感。	實作評量- 小組比賽	
第二十一週 ~ 第二十二週	2	成果驗收(二)	1. 接+傳+射網+移位防守的循環 2. 實戰演練	1. 養成規律運動的習慣	體育成果 發表會	

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎備註可加註說明各社團以年段或班群實施現況、議題融入或教材設計說明，無則免填。