

香港四邑商工總會陳南昌紀念學校
教學計劃

授課日期：2019年4月11日（星期四）

時間：13:00至-14:00

教師：麥素琴

學生人數：男7 女3 共10人

班別：小六

場地：操場

單元：足球

用具：足球6個、籃5個、南昌人15個、膠圈3個、腳套10隻、腳板3隻、白長橈3張、色碟、雪糕筒、水馬1個、1/2軟排球5個、白板、飛碟及視覺提示卡

學生已有知識／技能／態度：

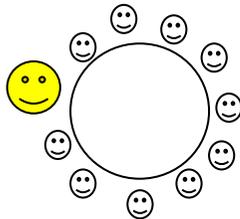
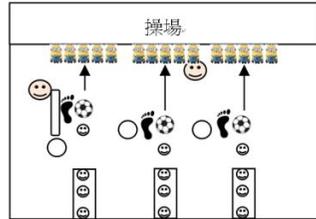
1. 知識：明白足球是用腳踢的。
2. 技能：能用腳把足球踢出。
3. 態度：大部分同學投入足球活動。

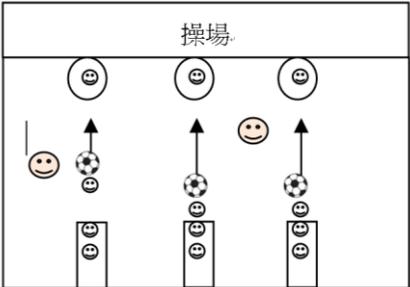
主題：足球—腳內側傳球

預期學習成果：技能：能運用腳內側傳球至目標(高：較遠目標；初：較近目標)

知識：說出/指出腳內側的位置。

態度：能於活動及練習時積極嘗試用腳內側傳球。

程序	時間	教學內容/活動	教學要點	理念/理據	圖解及組織
1. 熱身活動	10'	熱身及伸展活動 1.1 學生繞圈跑 1.2 學生跟隨老師進行熱身活動	<ul style="list-style-type: none"> ● 多做腰部及腳部伸展動作。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 提升學生身體溫度，增加柔韌度，減少受傷的機會。 	
2. 引入活動	10'	2.1 腳內側黏球 同學穿上貼有魔術貼的腳套，二人一組輪流用腳內側踢牆上的軟排球以黏出軟排球上的小膠球	<ul style="list-style-type: none"> ● 強調魔術貼碰球 ● 不斷重覆動作 	<ul style="list-style-type: none"> ● 利用視覺提示及重覆的動作讓學生掌握腳內側踢球的位置。 	
3. 技術發展	15'	2.2. 「南昌人傳球」 學生運用腳內側技巧進行傳球給南昌人練習	<ul style="list-style-type: none"> ● 強調用腳內側碰球 ● 留意重心腳擺放位置(放在顏色腳板上) ● 練習時高組距離加遠 	<ul style="list-style-type: none"> ● 讓學生感受腳內側傳球的動作要點及傳球方向。 	

程序	時間	教學內容/活動	教學要點	理念/理據	圖解及組織
4. 應用活動	15'	<p>傳給好朋友</p> <p>學生 4 人一組，1 人做好朋友站在指定色碟位置，學生在指定距離上進行腳內側傳球給好朋友，成功傳球得一分。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 重心腳站在足球旁 ● 向後拉腳 ● 腳內側觸球 ● 控制力度 	<ul style="list-style-type: none"> ● 傳球重點是要把球傳至目標人物前，把腳內側傳球技巧應用至實際環境上。 	 <p>The diagram shows a rectangular field labeled '操場' (Field). It is divided into three vertical lanes. Each lane contains a vertical rectangle at the bottom representing a goal, with a smiley face icon inside. Above each goal, there are three smiley face icons representing students. Arrows point from the ball (a soccer ball icon) inside each goal to the three students above it, illustrating the passing activity.</p>
5. 整理活動	10	<ul style="list-style-type: none"> ● 總結本課節重點及作回饋 ● 舒緩活動：頭至腳。 ● 收拾器材 	<ul style="list-style-type: none"> ● 放鬆手腰腳 ● 合作收拾用具 	<ul style="list-style-type: none"> ● 自評 ● 促進學生恢復 ● 培養學生的責任感 	