

匡智屯門晨崗學校
體育科—單教節教案

授課日期： 2019年5月21日 星期 二 時間： 09:55 至 10:55 教師： 葉民健

學生人數：男 11 女 1 共 12 人 班別： 信(S2) 場地： 兩天操場


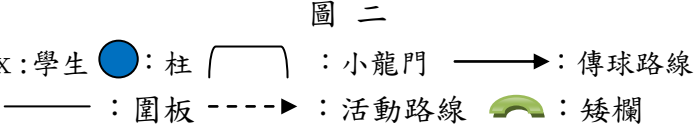
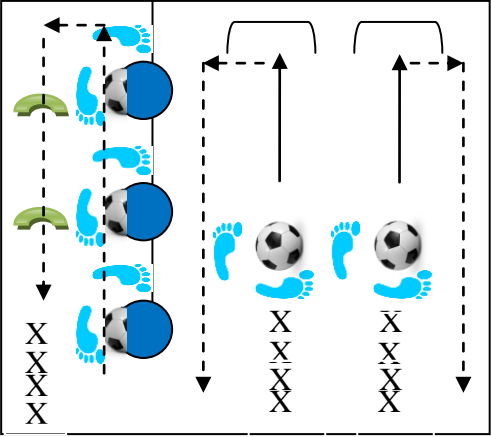
單元： 足球 教節： 2 用具： 足球15個、小龍門2個、貼紙、圍板3塊及視覺提示咭

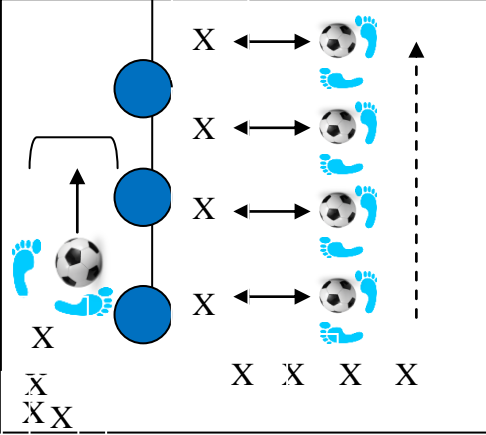
學生已有知識/技能 /態度： 1. 學生對腳內側傳球有初步的認識 2. 技能：腳尖傳球
3. 積極參與活動

主題： 腳內側傳球

預期學習成果 技能： 運用腳內側向指定目標傳球(高：重心腳指向+腳內側+踢球位置；初：腳內側+踢球位置)
認知： 說出/指出腳內側傳球的動作要點(重心腳指向+腳內側+踢球位置)
態度： 積極參與傳球活動

程序	時間	教學內容/活動	教學要點	理念/理據	圖解及組織
1. 引入活動	5' 5' (10')	熱身及伸展活動 學生於場地自由跑動，當聽到2下哨子聲時，按老師要求時做出各種伸展動作。 「老師話」 學生於場地自由盤球，當聽到2下哨子聲時，按老師要求時做出各種球感動作(如雙腳踏球、雙腳交替內側控球等)。	● 重點提及腳內側位置 ● 老師轉換站立位置，訓練學生的觀察力 ● 盤球時向空位帶球，避免與其他同學相撞。	◆ 活動身體個部分的肌肉，並讓學生重溫腳內側位置 ◆ 藉球感練習加強學生身體各部位控制足球的能力	O: 老師 X: 學生 圖一

程序	時間	教學內容/活動	教學要點	理念/理據	圖解及組織
2. 重溫腳內側踢球	10' (20')	<p>講解及示範腳內側踢球技巧。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生把足球圖示貼在自己的腳內側位置 2. 把另一足球圖示貼在足球上 3. 把箭嘴貼在重心腳鞋面 4. 老師示範正確的踢球姿勢及踢球位置，示範如何使用地上的腳板圖示 	<ul style="list-style-type: none"> ● 足球圖示貼在腳內側位置 ● 足球圖示貼在足球中央位置，避免過高或過低 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 重溫之前所學的技能 ◆ 視覺提示提醒學生正確的踢球位置 	
3. 技術發展	15' (35')	<p>高組：學生腳內側踢球</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生分成 2 小隊排成直線 2. 輪流把足球以腳內側踢球傳入球門 3. 完成後拾回足球交下一位同學，然後重新輪候 <p>初組：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生排隊輪流到柱子旁，在腳板圖示上站好，用腳內側踢球方式，對準足球上的圖示連續踢球 10 次，完成後移動至另一柱子重複以上動作，當第一位同學進行至第三個足球時，第二位同學可以開始活動。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 雙腳在腳板圖示上站好 ● 重心腳站穩，指向傳球方向 ● 拉後主力腳 ● 留意踢球位置 ● 留意力度控制 <p><u>安全指引：</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● 學生必須聽從指示進行活動 ● 重心腳與足球/雪糕筒相隔 1 隻腳掌位，按腳板圖示上站好，保持平衡 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 活動中按學生能力表現調整難度，例如調整傳球距離，以照顧學習差異 ◆ 異質分組，以照顧學習差異 ◆ 安排助教協助初組同學完成學習 	<p>圖二</p> <p>x: 學生 ●: 柱 [] : 小龍門 → : 傳球路線 —— : 圍板 - - - - : 活動路線 🌿 : 矮欄</p>   <p>圖三</p>

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' (50')	<p>初組 - 「入球皇者」</p> <ol style="list-style-type: none"> 學生輪流把足球以腳內側踢球傳入球門，成功傳入球門得貼紙一張(撞牆反彈入龍門不算) 完成後拾回足球交下一位同學，然後重新輪候，直至時間完結後點算貼紙數目，貼紙最多者勝出。 <p>高組 - 「傳球高手」</p> <p>同學分成兩組，一組有球，一組無球，有球者分站場中，無球者輪流走到不同有球者前方，有球者傳球給無球者，當球傳到另一端時，需用腳踏停足球。無球者停球後，以腳內側方式回傳給對方，成功傳球至有球者腳下者獲貼紙1張。所有無球者完成後，與有球者交換角色，直至所有學生完成後點算貼紙數目，貼紙最多者勝出。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 雙腳在腳板圖示上站好 ● 重心腳站穩，指向傳球方向 ● 拉後主力腳 ● 留意踢球位置 ● 留意力度控制 ● 傳球時須叫喚隊友姓名 <p><u>安全指引:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● 學生必須聽從指示進行活動 ● 重心腳與足球/雪糕筒相隔1隻腳掌站好，保持平衡 <p><u>調整:</u></p> <p>初組：調整龍門距離及踢球角度</p> <p>高組：調整距離、加入走位元素，抽離視覺提示，剩下腳內側足球及重心腳箭嘴</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 透過比賽提升學生參與動機，把練習內容透過應用活動實踐。 	<p>X:學生 O:柱 () :小龍門 → :傳球路線 -----> :傳球次序</p>  <p style="text-align: center;">圖 四</p>

程序	時間	教學內容/活動	教學要點	理念/理據	圖解及組織
5. 整理活動	5' (55')	伸展活動及課堂總結 <ul style="list-style-type: none"> ● 老師帶領伸展，並由表現較佳的同學作協助示範。 ● 老師向同學詢問課堂要點，請同學說出傳球的動作要點。 ● 老師給予回饋及總結 ● 學生分工收拾用具 	<ul style="list-style-type: none"> ● 放鬆身體各部分肌肉 ● 調整呼吸 ● 老師分配學生收拾用具 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 重溫課堂內容，評估學生是否已掌握腳內側傳球要點 ◆ 讚賞同學的努力和表現 	