



19-20 年度 「體育學習領域照顧學生多樣性-特殊需要學生的學與教」專業學習社群
試教單元「欖球」增潤資料

靈實恩光學校
課節數目：8 節

	學習難點	調適策略	體育技能	健康及體適能	運動相關的價值觀和態度	安全知識及實踐	活動知識	審美能力
<p>1. 熱身活動 繞跑道行走半圈並蹲下取欖球，再行走半圈到另一區域放下欖球。</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - 學生對於熱身活動的投入感一般 - 初組學生的基礎手眼協調能力不足 - 學生重複作步行、蹲下的耐力不足 	<ul style="list-style-type: none"> - 透過跑圈活動，將主題內容滲入熱身活動 - 提供不同大小顏色的主題用品予學生選擇 	<p>雙手持球下進行移動</p>	<p>平衡、重心轉移、耐力</p> 	<p>認真進行熱身及練習</p>	<p>避免踏在色碟上導致失平衡</p>	<p>認識不同大小的欖球</p>	<p>動作美(持球移動時動作流暢)</p>
<p>2a. 球感練習(1) 學生於九宮格的兩方安</p>	<p>部份學生的手眼協調能力較</p>	<p>透過「九宮格」作為視</p>	<p>運用雙手接住來球/運用雙手</p>	<p>基礎手眼協調能力</p>	<p>認真進行練習</p>	<p>在正確的坐姿進行</p>	<p>辨認欖球的獨特外</p>	<p>動作美(自行完成動</p>

<p>坐，以雙手將小欖球或大欖球穿越中間的洞並由另一方學生接球。</p> 	<p>遜。</p>	<p>覺上的提示，吸引學生伸手觸球及雙手接球。</p>	<p>把欖球向前推出</p>			<p>活動，避免受傷。</p>	<p>型</p>	<p>作)</p>
<p>2b. 球感練習(2) 進行拋接球活動，嘗試在指定位置以雙手接住成人拋出的欖球，個別學生嘗試拋球(模擬傳球角色)。</p> 	<p>學生的空間概念仍需加強</p>	<p>透過形象化的拋接球路線</p>	<p>以雙手拋接欖球</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 反應 - 手眼協調 	<p>認真進行練習及挑戰自我</p>	<p>留意傳球路線，避免受傷。</p>	<p>認識不同力度和方向進行拋接球</p>	<p>動作美(展示愈加熟練的拋接球動作)</p>
<p>3. 持球達陣技術發展</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 學生需要具 	<ul style="list-style-type: none"> - 運用學生 	<ul style="list-style-type: none"> - 實踐「手+ 	<ul style="list-style-type: none"> - 身體動 	<p>願意透過練</p>	<p>留意場地</p>	<p>認識達陣</p>	<p>動作美(投</p>

<p>於操場跑道上學習持球向前行走，並於約 5-10 米外的彈床處進行「達陣」，要求學生彎腰將欖球按到彈床上。</p> 	<p>體並感興趣的目標作達陣</p> <ul style="list-style-type: none"> - 多數學生未能於快速移動中作重心轉移而需調適陣達位置的水平高度。 	<p>喜歡的彈床/厚墊作達陣點，並簡化學生陣達動作中的活動幅度，減低受傷機會。</p>	<p>欖球+地面」的達陣原則</p>  <p>初組作高度調適</p>	<p>作協調重心轉移</p> <ul style="list-style-type: none"> - 	<p>習改善動作</p>	<p>空間，避免受傷</p>	<p>的要求</p>	<p>入練習，享受完成)</p>
<p>4. 傳接+達陣應用活動 學童持球步行/快步走到「傳球點」並轉身向後把球放於木架上，再由另一學童步行較遠距離到「傳球點」接球，重覆數次後由最後一位學童於大軟墊上完成達陣。</p>	<p>學生較難理解合作/互相配合的概念</p>	<p>透過具體器材分拆步驟，協助學生參與。</p>	<p>持球走動、傳球、達陣的配合</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 手眼協調 - 步速(個別學生強調加快快速) 	<p>積極參與，勇於嘗試</p>	<p>留意場地空間及器具位置，避免受傷</p>	<p>認識欖球活動中合作達陣</p>	<p>氣氛美(團隊合作、互相支持)</p>



--	--	--	--	--	--	--	--	--