

嘉義縣社口國小 109 學年度彈性學習課程計畫(校訂課程)表

| 年級           | 中年級  | 課程設計者 | 棒球社團教師             | 教學總節數<br>/學期(上/下)   | 40 節/上學期 |
|--------------|--|-------|--------------------|---|----------|
| 年級<br>課程主題名稱 | 棒球社團   |       | 符合校訂<br>課程類型       | <input type="checkbox"/> 第一類 <input checked="" type="checkbox"/> 第二類 <input type="checkbox"/> 第三類 <input type="checkbox"/> 第四類                      |          |
| 學校願景         | <b>聲形友藝 社口美力</b><br>健康活力好小子 智慧科學生活家<br>創意美力小玩家 國際關懷小達人   |       | 與學校願<br>景呼應之<br>說明 | 藉由分析評估學生身心特質與體適能條件，規劃適合的棒球運動計畫，發揮學生潛能，達成社口校本健康活力好小子的目標；在學習、體驗、競賽的過程中，能發揮團隊合作精神，達成關懷他人、培養運動家精神，並能發揮創意、運用學習策略積極爭取團隊榮耀，促進身心健康發展                        |          |
| 核心素養         | E-A1 具備良好的生活習慣， <b>促進</b> 身心健全 <b>發展</b> ，並 <b>認識</b> 個人特質， <b>發展</b> 生命潛能。<br>E-A2 具備 <b>探索</b> 問題的思考能力，並透過體驗與實踐 <b>處理</b> 日常生活問題。<br>E-C2 <b>具備理解</b> 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               | 一、 <b>認識</b> 棒球比賽規則， <b>發展</b> 運動與保健的潛能。<br>二、 <b>探索</b> 並熟練各項技術動作與技能策略， <b>處理</b> 棒球運動中各項問題。<br>三、在團隊合作棒球練習中，養成 <b>理解</b> 他人感受並積極參與、公平競爭，促進身心健康發展。 |          |

| 教學進度                | 教學重點   | 連結領域            | 學習表現   | 自編學習內容  | 教學目標<br>(學習目標)   | 評量方式  | 教學資源                     | 節數 |
|---------------------|--|-----------------|--|---|--|---|--------------------------|----|
| 第(1)週<br>-<br>第(2)週 | 1. 利用白板講解棒球規則。<br>2. 在棒球場地實際體驗與測量壘包位置及壘間距離。<br>3. 影片觀看-認識運動傷害及處理、預防方式,並演示運動傷害防護方法。                                     | 健康與體育           | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。                                | 1. 講解棒球比賽規則及場地規劃                              | 1. 聆聽並認識棒球比賽規則、場地規劃。                                       | 1. 能安靜聆聽並說出棒球比賽規則與場地規劃。   | 白板、壘包、<br><br>運動傷害防護相關影片 | 4  |
|                     |  | 語文<br><br>健康與體育 | 1-II-1 聆聽時能讓對方充分表達意見<br><br>1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。      | 2. 觀看運動傷害處理的相關影片<br><br>3. 在運動傷害過程中體驗、處置及預防知識 | 2. 能專注聆聽觀看-運動傷害與防護的影片<br><br>3. 認識運動傷害及處置、防護知識,以維護自身與他人安全。 | 2. 專心觀看影片。<br><br>3. 能演示在日常生活預防及處理運動傷害的方式。                              |                          |    |
| 第(3)週<br>-<br>第(4)週 | 1. 上肢訓練教學-運用影片認識投手投球、野手接球等分解動作。<br>2. 透過示範方式,指導學生投手投球、野手接球技巧。<br><br>3. 藉由講解、示範等方式,瞭解裝備(手套、球棒)整理的流程與要點。<br>4. 教師說明團體規範 | 健康與體育           | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br><br>1d-II-2 敘述自己或他人動作技能的正確性 | 1. 認識投手投球、野手接球等分解動作。<br>2. 教師示範並指導學生投球技巧。     | 1. 認識、描述並探索投手投球、野手接球。<br>2 敘述、演示投手投球、野球接球技巧。               | 1. 能說出基本的投手、野手接球的分解動作<br>2. 能演示基本的投手、野手接球的分解動作<br><br>3. 能說出裝備整理的流程與要點。 | 棒球裝備                     | 4  |
|                     |  | 綜合活動            | 1b-II-1 選擇合宜的學習方法,落實學習行動。                                | 3. 能專心聆聽教師講解,學會整理裝備的方法                        | 3. 選擇適宜的整理裝備方法。  |   |                          |    |
|                     |  | 語文              | 1-II-1 聆聽時能讓對方充分表達意見。                                    | 4. 團體規範說明。                                    | 4. 聆聽團體的規範並表達自己想法  | 4. 能說出團體規範的內容。  |                          |    |

|                               |  |                            |  |  |  |   |             |          |
|-------------------------------|--|----------------------------|--|--|--|---|-------------|----------|
| <p>第(5)週<br/>-<br/>第(6)週</p>  | <p>1. 透過示範、分解動作等方式,指導學生傳接球、拋球等技巧。<br/>2. 透過訓練、演練方式,指導學生練習傳接球、拋球等技巧。<br/>3. 分組完成裝備整理。</p>       | <p>健康與體育<br/><br/>綜合活動</p> | <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br/>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。<br/>1b-II-1 選擇合宜的學習方法,落實學習行動。</p>                                     | <p>1. 示範傳接球、拋球等動作技能<br/>2. 練習傳接球、拋球等運動技巧<br/>3. 實作練習-整理裝備</p>                                | <p>1. 表現傳接球、拋球等技巧教學。<br/>2. 透過練習學會運用傳接球、拋球等技巧<br/>3. 選擇適宜的整理裝備方法,並落實合宜</p>                 | <p>1. 說出傳接球、拋球的技巧。<br/>2. 演示傳接球、拋球的基本動作<br/>3. 能依要求學會裝備整理。</p>          | <p>棒球裝備</p> | <p>4</p> |
| <p>第(7)週<br/>-<br/>第(8)週</p>  | <p>1. 競賽活動-藉由參與比賽投球、傳接球、拋球的活動,提升學生學習動機與默契培養。<br/>2. 複習、指導投手投球、野手接球技巧。<br/>3. 分組完成裝備整理。</p>     | <p>健康與體育<br/><br/>綜合活動</p> | <p>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。<br/>4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。<br/>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。<br/>1b-II-1 選擇合宜的學習方法,落實學習行動。</p> | <p>1. 運用競賽活動,提升高學習動機-投球、傳接球、拋球。<br/>2. 複習修正、指導投手投球、野手投球技巧。<br/>3. 團體規範教學,落實有條理整理裝備的運動習慣。</p> | <p>1. 運用競賽活動表現投手投球、野手接球、傳接球、拋球等技能。<br/>2 投手投球、野球接手等練習活動。<br/>3. 遵守團體規範,落實有條理整理裝備的運動習慣。</p> | <p>1. 能表現基本的投手投球、野手接球、傳接球、拋球動作。<br/>2. 表現正確的投球技巧<br/>3. 能依要求完成裝備整理。</p> | <p>棒球裝備</p> | <p>4</p> |
| <p>第(9)週<br/>-<br/>第(10)週</p> | <p>1. 透過示範、訓練、演練等方式,指導學生投手投球、野手接球、傳接球、拋球等守備、移動、跑位教學。<br/>2. 修正、指導正確投手投球、傳接球、拋球等守備、移動、跑位方式。</p> | <p>健康與體育<br/><br/>綜合活動</p> | <p>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。<br/>1b-II-1 選擇合宜的學習方法,落實學習行動。</p>  | <p>1. 示範與學生實際演練,學會練習的策略與技能<br/>2. 修正球員的運動技巧,指導球員選擇適宜的學習方法</p>                                | <p>1. 練習上課學習內容<br/>2. 落實投球、傳接球、拋球、守備、移動、跑位等運動技巧</p>  | <p>1. 傳接球、拋球等守備演練<br/>2. 檢核球員投球、傳接球、拋球等守備、移動、跑位等方式。</p>                 | <p>棒球裝備</p> | <p></p>  |

|                       |   |       |                           |                         |  |                              |      |   |
|-----------------------|---|-------|---------------------------|-------------------------|--|------------------------------|------|---|
|                       | 3. 省思與分享，最後由教練歸納學習重點                                    | 語文    | 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。 | 3. 省思與回饋活動              | 3. 透過討論活動檢視自己需要修正的部分，並樂於提供自己的看法        | 3 分享自己的學習心得                  |      |   |
| 第(11)週<br>-<br>第(12)週 | 1. 透過個人測驗、小組競賽等方式，評量學生投手投球、野手接球、傳接球、拋球等動作能力與需要再調整修正的部分。 | 健康與體育 | 4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。 | 1. 評量-投手投球、野手接球、傳接、拋球動作 | 1. 藉由投手投球、野手接球、傳接球、拋球等測驗評量，了解個人各種能力表現。 | 1. 能表現基本的投手投球、野手接球、傳接球、拋球動作。 | 棒球裝備 | 4 |
|                       | 2. 分組練習-一對一傳接球。   |       | 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。      | 2. 分組練習                 | 2. 運用擺臂正確及熟練技巧表現。                      | 2. 評量傳接球的準度與速度               |      |   |
|                       | 3. 分組完成裝備整理。  | 綜合活動  | 1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。 | 3. 整理裝備                 | 3. 遵守團體規範，落實有條理整理裝備的運動習慣。              | 3. 能依要求完成裝備整理。               |      |   |

|                                |   |   |   |   |  |   |             |          |
|--------------------------------|---|---|---|---|--|---|-------------|----------|
| <p>第(13)週<br/>-<br/>第(14)週</p> | <p>1. 運用教學影片認識<b>握棒姿勢</b>、打擊站姿、揮棒分解等動作。</p> <p>2. 透過講解、示範等方式，指導學生握棒姿勢、打擊站姿、揮棒分解等動作步驟。</p> <p>3. 實際演練打擊動作，並從旁指導。</p> | <p>語文<br/><br/>健康與體育</p>                  | <p>1-II-2 具備<b>聆聽</b>不同媒材的基本能力。<br/>1d-II-1 <b>認識</b>動作技能概念與動作練習的策略。<br/>1d-II-2 <b>描述</b>自己或他人動作技能的正確性。<br/><br/>3c-II-1 <b>表現</b>聯合性動作技能。</p> | <p>1. 教學影片-握棒姿勢、打擊站姿、揮棒分解等動作</p> <p>2. 揮棒分解動作。</p> <p>3. 打擊動作教學</p>         | <p>1. 專心<b>聆聽</b>影片教學，<b>認識</b>並描述握棒姿勢與打擊站姿。</p> <p>2. <b>描述</b>正確的握棒姿勢、打擊站姿、揮棒分解動作</p> <p>3. 模仿、<b>運用</b>並<b>表現</b>握棒姿勢、打擊站姿、揮棒分解等練習策略。</p> | <p>1. 能專心聆聽影片並評估學生對打擊動作的理解程度</p> <p>2. 能說出正確的握棒姿勢、打擊站姿。</p> <p>3. 能正確演示的打擊技巧。</p> | <p>棒球裝備</p> | <p>4</p> |
| <p>第(15)週<br/>-<br/>第(16)週</p> | <p>1. 透過個人測驗、小組競賽等方式，評量學生對於單項棒球技巧的程度。</p> <p>2. 透過分組競賽，增進球員之間的凝聚力及良性競爭。</p> <p>3 藉由觀察分組競賽成績，擇選守備位置球員。</p>           | <p>健康與體育<br/><br/>健康與體育<br/><br/>綜合活動</p> | <p>3c-II-1 <b>表現</b>聯合性動作技能。</p> <p>3b-II-2 能於<b>引導</b>下，<b>表現</b>基本的人際<b>溝通互動</b>技能。</p> <p>2b-II-1 <b>體會</b>團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。</p>            | <p>1. 單項技巧評量，分組競賽。</p> <p>2. 吸收別人的優點，改善自己球技的缺點。</p> <p>3. 分組競賽，找球員的守備位置</p> | <p>1. 參與競賽活動，表現學習成果。</p> <p>2. <b>引導</b>球員參與活動表現團隊合作的精神</p> <p>3. 每位球員都能<b>體會</b>團隊合作的精神</p>   | <p>1. 運用正確及熟練技巧表現</p> <p>2. 學習團隊競技運動合作，才能獲勝的精神</p> <p>3. 找球員的守備位置</p>             | <p>棒球裝備</p> | <p>4</p> |

|                                |  |                                    |   |  |   |   |             |          |
|--------------------------------|--|------------------------------------|---|--|---|---|-------------|----------|
| <p>第(17)週<br/>-<br/>第(18)週</p> | <p>1. 藉由隊長或同儕共同討論隊呼內容，並由教練帶領精神隊呼，激勵團隊士氣。</p> <p>2. 賽前分組準備-投手投球、野手傳球；打擊練習</p> <p>3. 透過校外友誼賽，驗收學習成果。</p> <p>4 友誼賽賽後檢討</p>            | <p>健康與體育</p> <p>綜合活動</p>           | <p>4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。</p> <p>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。</p> <p>2b-II-1 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。</p> <p>2b-II-2 參加團體活動，遵守紀律、重視榮譽感，並展現負責的態度。</p> | <p>1. 討論與隊呼練習</p> <p>2. 賽前分組準備</p> <p>3. 校外交流友誼賽</p> <p>4. 針對友誼賽作檢討與改進</p>                 | <p>1. 了解隊呼對團隊的重要性並能積極參與</p> <p>2. 進行分組練習，觀察學生的動作技能與運用策略</p> <p>3. 積極參與活動體會團隊合作的意義，成員間能互相關懷。</p> <p>4. 重視並展現團隊精神的隊呼，展現進退合宜的球場禮儀。</p> | <p>1. 能帶動或主動參與團隊隊呼。</p> <p>2. 能遵守團體規範</p> <p>3. 積極參與競賽並展現合誼球場禮儀</p> <p>4. 能提出建議、說出比賽的收穫</p> | <p>棒球裝備</p> | <p>4</p> |
| <p>第(19)週<br/>-<br/>第(20)週</p> | <p>1. 跑壘技巧練習-訓練、演練、熟悉等方式，指導學生跑壘技巧。</p> <p>2. 團隊精神-隊呼、專注觀察、球場禮儀，藉由隊長或同儕帶領精神隊呼，激勵團隊士氣。</p> <p>3. 藉由同儕間與團隊互動，展現運動道德、運動精神與運動文化之價值。</p> | <p>健康與體育</p> <p>語文</p> <p>綜合活動</p> | <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。</p> <p>2-II-1 用清晰語音、適當語速和音量說話</p> <p>2b-II-2 參加團體活動，遵守紀律、重視榮譽感，並展現負責的態度。</p>              | <p>1. 經由不斷演練跑熟悉跑壘技巧</p> <p>2. 用的適當的音量，帶領或參與隊呼，展現團隊合作精神</p> <p>3. 展現團隊精神-投入隊呼，重視團隊榮譽的態度</p> | <p>1. 模仿、運用並表現跑壘技巧的練習策略。</p> <p>2. 團隊精神-隊呼說話時能專注觀察，注意球場禮儀。</p> <p>3. 體會團隊合作等互動行為的意義並展現團隊精神。</p>                                     | <p>1. 能表現基本的跑壘動作。</p> <p>2. 能投入團隊活動-隊呼等</p> <p>3. 能帶動或主動參與團隊隊呼。</p>                         | <p>棒球裝備</p> | <p>4</p> |

|                 |   |      |                           |                 |                      |                      |  |  |
|-----------------|---|------|---------------------------|-----------------|----------------------|----------------------|--|--|
|                 | 4. 綜合檢討-共同討論與學習心得分享。  | 人權議題 | 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權益 | 4. 展現進退合宜的球場禮儀。 | 4. 展現運動家精神，學會尊重個別差異。 | 4. 能說出與展現球場禮儀及運動家精神。 |  |  |
| 教材來源            | <input type="checkbox"/> 選用教科書 ( ) <input checked="" type="checkbox"/> 自編教材 (請按單元條列敘明於教學資源中)  |      |                           |                 |                      |                      |  |  |
| 本主題是否融入資訊科技教學內容 | <input checked="" type="checkbox"/> 無 融入資訊科技教學內容<br><input type="checkbox"/> 有 融入資訊科技教學內容 共( )節 (以連結資訊科技議題為主)   |      |                           |                 |                      |                      |  |  |
| 特教需求學生課程調整      | <p>※身心障礙類學生：<input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有-智能障礙( )人、學習障礙( )人、情緒障礙( )人、自閉症( )人、( /人數)</p> <p>※資賦優異學生：<input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)： 特教老師簽名：<br/> 普教老師簽名：咏秋雲</p> |      |                           |                 |                      |                      |  |  |

嘉義縣社口國小 109 學年度彈性學習課程計畫(校訂課程)表

| 年級           | 中年級  | 課程設計者 | 棒球社團教師             | 教學總節數<br>/學期(上/下)  | 40 節/下學期 |
|--------------|--|-------|--------------------|--|----------|
| 年級<br>課程主題名稱 | 棒球社團   |       | 符合校訂<br>課程類型       | <input type="checkbox"/> 第一類 <input checked="" type="checkbox"/> 第二類 <input type="checkbox"/> 第三類 <input type="checkbox"/> 第四類                               |          |
| 學校願景         | <b>聲形友藝 社口美力</b><br>健康活力好小子 智慧科學生活家<br>創意美力小玩家 國際關懷小達人   |       | 與學校願<br>景呼應之<br>說明 | 藉由分析評估學生身心特質與體適能條件，規劃適合的棒球運動計畫，發揮學生潛能，達成社口校本健康活力好小子的目標；在學習、體驗、競賽的過程中，能發揮團隊合作精神，達成關懷他人、培養運動家精神，並能發揮創意、運用學習策略積極爭取團隊榮耀，促進身心健康發展                                 |          |
| 核心素養         | E-A1 具備良好的生活習慣， <b>促進</b> 身心健全 <b>發展</b> ，並 <b>認識</b> 個人特質， <b>發展</b> 生命潛能。<br>E-A2 具備 <b>探索</b> 問題的思考能力，並透過體驗與實踐 <b>處理</b> 日常生活問題。<br>E-C2 具備 <b>理解</b> 他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員 <b>合作</b> 之素養。 |       | 課程目標               | 一、 <b>認識</b> 棒球比賽規則， <b>發展</b> 運動與保健的潛能。<br>二、 <b>探索</b> 並熟練各項技術動作與技能策略， <b>處理</b> 棒球運動中各項問題。<br>三、在團隊 <b>合作</b> 棒球練習中，養成 <b>理解</b> 他人感受並積極參與、公平競爭，促進身心健康發展。 |          |



| 教學進度                | 教學重點   | 連結領域  | 學習表現  | 自編學習內容  | 教學目標<br>(學習目標)  | 評量方式   | 教學資源 | 節數 |
|---------------------|--|---|---|---|---|--|------|----|
| 第(1)週<br>-<br>第(4)週 | <p>一、棒球戰略指導-</p> <p>1. 棒球比賽規則重點說明及戰略指導。</p> <p>2. 提問與討論</p> <p>二、分組練習-</p> <p>1. 暖身活動。</p> <p>2. 投球練習。</p> <p>3. 內野手的守備練習</p> <p>4. 外野手的守備練習</p> <p>5. 打擊練習</p> <p>三、分組競賽-</p> <p>1. 隊呼練習。</p> <p>2. 透過比賽活動，提升學生的技巧。</p> <p>3. 綜合檢討。</p> | <p>語文</p> <p>健康與體育</p> <p>綜合活動</p> <p>健康與體育</p> | <p>1-II-1 聆聽時能讓對方充分表達意見</p> <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>2b-II-2 參加團體活動，遵守紀律、重視榮譽感，並展現負責的態度。</p> <p>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。</p> | <p>1. 複習棒球比賽規則及場地規劃</p> <p>2. 熟練投球與守備技巧</p> <p>3. 團體隊呼</p> <p>4. 棒球比賽</p> | <p>1. 專心聆聽棒球比賽規則複習。</p> <p>2. 透過投球、守備與打擊的動作練習，深入認識、探索打棒球的技巧。</p> <p>3. 展現團隊合作的精神。</p> <p>4. 運用基本棒球技巧及策略，爭取榮耀並透過競賽、討論，提升技巧</p> | <p>1. 能安靜聆聽並說出棒球比賽規則。</p> <p>2. 演示投球、守備與打擊的技巧。</p> <p>3. 參與隊呼活動</p> <p>4. 積極參與比賽</p> | 棒球裝備 | 8  |
| 第(5)週<br>-<br>第(8)週 | <p>一、準備活動-</p> <p>1. 暖身活動。</p> <p>2. 體能耐力訓練。</p> <p>二、分組練習-</p> <p>1. 觸擊與打帶跑練習</p> <p>2. 跑壘練習。</p> <p>3. 投手投球技巧練習</p> <p>4. 投捕的默契配合。</p>   | 健康與體育   | <p>1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。</p> <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p>   | <p>暖身及體能耐力訓練</p> <p>2. 透分組練習-學生熟練各項打棒球技巧。</p>                             | <p>1. 認識體能耐力訓練</p> <p>2 練習、熟練各項打棒球技巧及默契培養。</p>  | <p>1. 暖身活動及參與體能耐力訓練。</p> <p>2. 能演示觸擊與打帶跑手、跑壘的動作</p>                                  |      | 8  |

|                               |   |                       |  |  |   |  |                      |
|-------------------------------|---|-----------------------|--|--|---|--|----------------------|
|                               | <p>5. 熟練傳接球技巧及連結的動作。</p> <p>6. 熟練守備與傳接球的動作。</p> <p>7. 熟練傳接球、打擊與跑壘的動作與技術。</p> <p>8. 捕手傳球、接球與擋球技巧。</p> <p>9. 分組競賽</p> <p>三、棒球的知識與規則研討</p> <p>1. 守備技術指導。</p> <p>2. 如何進行補位合作。</p> | <p>綜合活動</p> <p>語文</p> | <p>1- 1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。</p>  | <p>3. 透過競賽活動熟練技巧與策略應用</p> <p>4. 研討-棒球的知識與規則。</p>             | <p>3. 運用所學技巧並選擇適宜的策略，積極參與競賽。</p> <p>4. 能專心聆聽教練技術指導。</p>                           | <p>3. 參與競賽活動。</p> <p>4. 能說出守備、捕為何作的要點。</p>                                 | <p>棒球裝備</p>          |
| <p>第(9)週<br/>-<br/>第(12)週</p> | <p>一、準備活動-</p> <p>1. 暖身活動。</p> <p>2. 心肺耐力訓練。</p> <p>二、分組練習-</p> <p>1. 滑壘打帶跑練習。</p> <p>2. 長打跑壘、助跑肩上傳球。</p> <p>3. 零人在壘戰術與技能。</p> <p>4. 一壘有人戰術與技能。</p>                           | <p>健康與體育</p>          | <p>1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。</p> | <p>1. 暖身及心肺耐力訓練。</p> <p>2. 滑壘打帶跑動作、技能。</p> <p>3. 戰術與技能指導</p> | <p>1. 認識暖身及心肺耐力訓練。</p> <p>2. 表現滑壘打帶跑等作技能。</p> <p>3. 戰略技術指導，讓學生思考不同的狀況，需運用何種策略</p> | <p>1. 演示心肺耐力訓練</p> <p>2. 演示滑壘打帶跑、長打跑壘、助跑肩上傳球動作的技巧。</p> <p>3. 說出戰略教學的重點</p> | <p>棒球裝備</p> <p>4</p> |

|                                |  |                                       |  |   |  |   |      |   |
|--------------------------------|--|---------------------------------------|--|---|--|---|------|---|
|                                | <p>三、棒球的知識與規則研討-</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 高飛球接捕與判斷。</li> <li>2. 滾拋球接捕與判斷。</li> </ol>  | 綜合活動                                  | 1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。  | 4. 棒球知識及規則教學  | 4. 從規則的研討中，落實高飛球與滾地球的接捕判斷。   | 4. 演練高飛球與滾拋球的接捕                                     |      |   |
| <p>第(13)週<br/>-<br/>第(16)週</p> | <p>一、準備活動-</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 暖身活動。</li> <li>2. 敏捷性訓練。</li> <li>3. 綜合練習</li> </ol> <p>二、戰略指導與實作</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 三壘有人戰術與技能。</li> <li>2. 全壘打戰略與技能</li> <li>3. 分組對抗賽</li> </ol> <p>三、棒球的知識與規則研討-</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 假動作指導。</li> <li>2. 投打心理觀念指導。</li> </ol> | <p>健康與體育</p> <p>綜合活動</p> <p>健康與體育</p> | <p>1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。</p> <p>1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。</p> <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> | <p>1. 暖身及敏捷性訓練。</p> <p>2. 三壘有人及分組組對抗賽</p> <p>3. 假動作與投打的心理觀念指導</p> | <p>1. 認識暖身可以預防運動傷害、敏捷性的訓練活動。</p> <p>2. 選擇適宜的戰略並能靈活應用</p> <p>3. 認識假動作與投打的心理觀念指導</p> | <p>1. 參與敏捷性活動</p> <p>2. 參與分組對抗賽</p> <p>3. 發表與討論</p> | 棒球裝備 | 4 |
| <p>第(17)週<br/>-<br/>第(20)週</p> | <p>一、準備活動-</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 暖身活動。</li> <li>2. 體能綜合訓練。</li> <li>3. 間接跑。</li> </ol>   | 綜合活動                                  | 2b-II-2 參加團體活動，遵守紀律、重視榮譽感，並展現負責的態度。  | 1. 體能訓練活動   | 1. 參加體能綜合訓練活動，能展現積極的態度   | 1. 參與體能綜合訓練   | 棒球裝備 |   |

