

# 臺南市關廟區深坑國小 110 學年度第二學期體育領域雙語教學教案

## 一、課程架構

單元名稱	學習目標	學習內容 (含教學單元和教學主題)	學科英語單字
熱血躲避球	1. 認識躲避球單手肩上傳球、閃躲動作要領。 2. 團體合作完成活動，並與同學友善互動。 3. 表現躲避球單手肩上傳球和攻擊的動作。 4. 練習觀察球的動向並閃躲，運用躲避球防守策略完成活動。	1. 擊牆高手 2. 命中寶特瓶 3. 打電話遊戲 4. 單手擊地傳球 5. 單手肩上傳球 6. 快閃通行 7. 閃躲基本動作 8. 閃躲練習 9. 方陣躲避球 10. 閃躲高手 11. 護旗防衛戰	dodgeball 躲避球 hold 持 target 目標 attack 攻擊 twist 扭轉 hit 擊 start line 起點 finish line 終點 dodge 躲 outfield 外場 field 內場 flag 旗子

## 二、單元設計

### (一) 單元架構

單元名稱	單元主題	單元活動
躲避球	熱血躲避球	1. 擊牆高手 2. 命中寶特瓶 3. 打電話遊戲 4. 單手擊地傳球 5. 單手肩上傳球 6. 快閃通行 7. 閃躲基本動作 8. 閃躲練習 9. 方陣躲避球 10. 閃躲高手 11. 護旗防衛戰

### (二) (每個單元)教學設計/教案

單元名稱	熱血躲避球	教學設計者	深坑雙語教學團隊
學習對象	四年級下學期	學習節次	8 節課 (320 分鐘)
學習內容	Hb-II-1 陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。		

學習表現	<p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。</p>
學習目標	<p>1.認識躲避球單手肩上傳球、閃躲動作要領。</p> <p>2.團體合作完成活動，並與同學友善互動。</p> <p>3.表現躲避球單手肩上傳球和攻擊的動作。</p> <p>4.練習觀察球的動向並閃躲，運用躲避球防守策略完成活動。</p>
教學方法	講述、示範、練習、提問、樂趣化教學
教學資源	躲避球、寶特瓶、旗子、角錐
學科英語詞彙	dodgeball / hold / target / attack / twist / hit / start line / finish line / dodge / outfield / field / flag
學科英語句型 (視教材內容)	<p>本單元句型</p> <p>Get one dodgeball.</p> <p>Hold the ball.</p> <p>One step forward.</p> <p>Look at the target.</p> <p>Attack and throw.</p> <p>Hold the ball above your shoulder with your right hand.</p> <p>Stand sideways.</p> <p>Twist and throw the ball forward.</p> <p>Run from the start line to the finish line.</p> <p>Don't get hit.</p> <p>You face the ball, squat, jump and dodge.</p> <p>Team A is in the outfield.</p> <p>Team B can dodge or catch the ball in the field.</p> <p>暖身操作操口令步驟 Warm-up</p> <p>Turn your head.</p> <p>Move your arm forward. / Move your arm backward.</p> <p>Roll your hip. / Change the side.</p> <p>Roll your knees. / Change the side.</p> <p>Rotate your wrist and ankle. / Change the side.</p> <p>Take one step forward. / Change the side.</p> <p>Stretch up.</p>

<p>Touch your toes.</p> <p>Do jumping jacks.</p> <p>課室英語</p> <p>Line up. / Attention. / Put your hands forward. / Put down your hands. / Make two lines.</p> <p>Eyes center. / Spread out. / Get back to the center. / Squat down. / Take turns.</p> <p>Let's do the warm-up. / Does everyone feel alright? / Let's run two laps.</p> <p>Walk in place. / Take 5 sips. / Class dismissed.</p>
---

<p>教學主題三：熱血躲避球</p>	<p>教學 資源</p>	<p>評量</p>
--------------------	------------------	-----------

<p>第一節</p>		
<p>一、準備活動 (10分)</p> <p>1. 教師集合學生、點名，並詢問及瞭解學生身體狀況。</p> <p>T: Does everyone feel alright?</p> <p>2. 暖身操後，請學生跑走操場3圈後，第4圈運球跑或運球走。</p> <p>T: Let's do the warm-up.</p> <p>T: Let's run or walk three laps, and then dribble the last lap.</p> <p>二、發展活動 (25分)</p> <p>1. 擊牆高手 Let's bounce the wall.</p> <p>在牆上畫出紅色框框指定範圍，全班分成兩排進行。</p> <p>擲準方式：</p> <p>(1) 單手持球</p> <p>(2) 單腳往前跨一步</p> <p>(3) 眼睛注視目標</p> <p>(4) 身體重心往前</p> <p>(5) 對準目標將球投出。</p> <p>T: Get one dodgeball.</p> <p>Hold the ball.</p> <p>Take one step forward.</p> <p>Look at the target.</p>	<p>躲避 球</p>	<p>實作 評量</p>
	<p>寶特 瓶</p>	



Attack and throw.

2. 命中寶特瓶 Let's target the bottle.

全班分成兩排進行，並在各排頭前方放置3至5個寶特瓶。

- (1) 單手持球
- (2) 單腳往前跨一步
- (3) 眼睛注視目標
- (4) 身體重心往前
- (5) 對準目標將球投出。



T: Get one dodgeball.

Hold the ball.

Take one step forward.

Look at the target.

Attack and throw.

三、綜合活動 (5分)

1. 請同學分享發表動作要領。
2. 教師予以鼓勵，並統整歸納重點。

~~第1節結束~~

第2節

一、準備活動 (10')

1. 教師集合學生、點名，並詢問及瞭解學生身體狀況。

T: Does everyone feel alright?

2. 暖身操後，請學生跑走操場3圈後，第4圈運球跑或運球走。

T: Let's do the warm-up.

T: Let's run or walk three laps, and then dribble the fourth lap.

二、發展活動 (25')

1. 複習-擊牆高手 Let's bounce the ball against the wall.

在牆上畫出紅色框框指定範圍，全班分成兩排進行。

躲避  
球

實作  
評量

擲準方式：

- (1) 單手持球
- (2) 單腳往前跨一步
- (3) 眼睛注視目標
- (4) 身體重心往前
- (5) 對準目標將球投出。
- (6) 適當練習後，每人投出 10 球，針對命中率進行評量。



T: Get one dodgeball.

Hold the ball.

Take one step forward.

Look at the target.

Attack and throw.

## 2. 打電話遊戲 Make a phone call.

- (1) 全班一人為接線生，其餘的人各扮演數字 1 至 9。
- (2) 接線生說出一串電話號碼，依此電話號碼傳球給各對應數字的同學。
- (3) 完成後，換其他人當接線生。



T: Everyone has one number.

The leader says numbers.

Throw the ball to your classmates with those numbers.

## 三、綜合活動 (5')

1. 請同學分享發表動作要領。
2. 教師予以鼓勵，並統整歸納重點。

~~第 2 節結束~~

## 第 3 節

### 一、準備活動 (10')

1. 教師集合學生、點名，並詢問及瞭解學生身體狀況。

T: Does everyone feel alright?

2. 暖身操後，請學生跑走操場3圈後，第4圈運球跑或運球走。

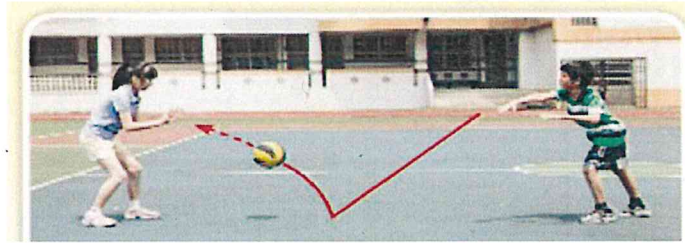
T: Let's do the warm-up.

T: Let's run or walk three laps, and then dribble the fourth lap.

## 二、發展活動 (25')

1. 單手擊地傳球

- (1) 兩人一組。
- (2) 單手持球。
- (3) 單腳向前跨一步。
- (4) 側身預備。
- (5) 扭腰擊地傳球。



T: Two students in a group.

Hold the ball with your right hand.

Stand sideways.

Twist and throw the ball forward.

2. 單手肩上傳球

- (1) 兩人一組
- (2) 單手持球高於肩膀
- (3) 單腳向前跨一步
- (4) 側身預備
- (5) 扭腰向前擲球。



T: Two students in a group.

Hold the ball above your shoulder with your right hand.

Stand sideways.

Twist and throw the ball forward.

## 三、綜合活動 (5')

1. 請同學分享發表動作要領。
2. 教師予以鼓勵，並統整歸納重點。

躲避  
球

實作  
評量

第4節

一、準備活動 (10')

1. 教師集合學生、點名，並詢問及瞭解學生身體狀況。

T: Does everyone feel alright?

2. 暖身操後，請學生跑走操場3圈後，第4圈運球跑或運球走。

T: Let's do the warm-up.

T: Let's run or walk three laps, and then dribble the fourth lap.

二、發展活動 (25分)

1. 複習-單手肩上傳球

(1) 兩人一組

(2) 單手持球高於肩膀

(3) 單腳向前跨一步

(4) 側身預備

(5) 扭腰向前擲球。



T: Two students in a group.

Hold the ball above your shoulder with your right hand.

Stand sideways.

Twist and throw the ball forward.

2. 快閃通行

(1) 全班分成兩組，一組為傳球組 A，另一組為挑戰組 B。

(2) 傳球組在「神秘空間」的兩端，連續互相傳接球。

神秘空間為長十公尺、寬六公尺的距離。

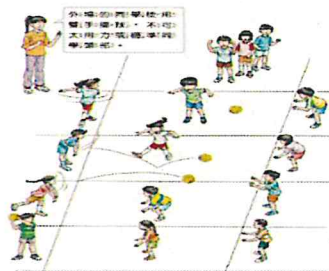
(3) 挑戰組從起點跑向終點，通過「神秘空間」而不被球碰到就成功。

(4) 兩組角色互換，再次練習。

T: Make two groups.

Team A passes and catches the ball.

Team B runs from the start line to the finish line.



躲避  
球

實作  
評量

Don't get hit.

### 三、綜合活動 (5 分)

1. 請同學分享發表動作要領。
2. 教師予以鼓勵，並統整歸納重點。

~~第4節結束~~

## 第5節

### 一、準備活動 (10')

1. 教師集合學生、點名，並詢問及瞭解學生身體狀況。

T: Does everyone feel alright?

2. 暖身操後，請學生跑走操場3圈後，第4圈運球跑或運球走。

T: Let's do the warm-up.

T: Let's run or walk three laps, and then dribble the fourth lap.

### 二、發展活動 (25 分)

1. 閃躲基本動作

(1) 急蹲

(2) 快速跳起

(3) 左右側躲：以一腳為圓心，另一腳向後轉90度。



2. 閃躲練習

(1) 預備姿勢：正面看球，膝關節微彎

(2) 判斷來球方向，做出閃躲動作

(3) 如果來球在左邊，迅速向右侧跳；

如果來球在右邊，迅速向左侧跳。



(4) 閃躲後，立刻恢復預備姿勢。

T: How do you dodge the ball?

You face the ball, squat, jump and dodge.

### 三、綜合活動 (5 分)

1. 請同學分享發表動作要領。
2. 教師予以鼓勵，並統整歸納重點。

實作  
評量

躲避  
球



第6節

一、準備活動 (10')

1. 教師集合學生、點名，並詢問及瞭解學生身體狀況。

T: Does everyone feel alright?

2. 暖身操後，請學生跑走操場3圈後，第4圈運球跑或運球走。

T: Let's do the warm-up.

T: Let's run or walk three laps, and then dribble the fourth lap.

二、發展活動 (25 分)



1. 複習-閃躲練習

(1) 預備姿勢：正面看球，膝關節微彎

(2) 判斷來球方向，做出閃躲動作

(3) 如果來球在左邊，迅速向右側跳；

如果來球在右邊，迅速向左側跳。

(4) 閃躲後，立刻恢復預備姿勢。

(5) 適當練習後，每人閃躲 10 球，針對閃躲姿勢和敏捷度進行評量。

T: How do you dodge the ball?

You face the ball, squat, jump and dodge.

2. 方陣躲避球-場地為長十公尺、寬六公尺的方陣

(1) 全班分成兩組，一組為進攻組 A，另一組為防守組 B。

(2) 進攻組在場外負責攻擊。

(3) 防守組在場內閃躲或接球，被球擊中則出局離開場內。

(4) 5 分鐘後，場內剩下的人數為防守組的得分。

(5) 攻守交換再進行一次比賽，得分高的組別獲勝。

T: Make two groups.

Team A attacks, and Team B dodges the ball.

Team A is in the outfield.

Team B can dodge or catch the ball in the field.



躲避  
球

實作  
評量

Whoever gets hit is out.

Five minutes later, see how many players stay in the field.

Switch your roles, play the game again.

The team has more people staying in the field, the team wins.

### 三、綜合活動 (5 分)

1. 請同學分享發表動作要領。
2. 教師予以鼓勵，並統整歸納重點。

~~第 6 節結束~~

## 第 7 節

### 一、準備活動 (10')

1. 教師集合學生、點名，並詢問及瞭解學生身體狀況。

T: Does everyone feel alright?

2. 暖身操後，請學生跑走操場3圈後，第4圈運球跑或運球走。

T: Let's do the warm-up.

T: Let's run or walk three laps, and then dribble the fourth lap.

### 二、發展活動 (25 分)

#### 1. 複習-閃躲練習

(1) 預備姿勢：正面看球，膝關節微彎

(2) 判斷來球方向，做出閃躲動作

(3) 如果來球在左邊，迅速向右側跳；

如果來球在右邊，迅速向左側跳。

(4) 閃躲後，立刻恢復預備姿勢。



T: How do you dodge the ball?

You face the ball, squat, jump and dodge.

#### 2. 閃躲高手

(1) 全班分成兩組，一組為進攻組 A，另一組為防守組 B。

(2) 進攻組一人當組長，組長於場地中央圓圈持球，其他組員站於場外。

(3) 防守組在場內閃躲或接球，被球擊中則出局離開場內。

躲避  
球

實作  
評量

- (4) 進攻組組長傳球給組員，組員間可相互傳球。防守組在場中自由移動。
- (5) 進攻組在認為可攻擊的時候喊「停」，選擇一位防守組的人攻擊。
- (6) 防守組聽到「停」的口令時，不能再移動。防守組可在原地閃躲或接球，被球擊中者出局。
- (7) 進攻組每次進攻時，都要由組長發球給組員後進行。
- (8) 進攻組擊球 5 球後，場內剩下的人數為防守組的得分。
- (9) 攻守交換再進行一次比賽，得分高的組別獲勝。

T: Make two groups.

Team A attacks, and Team B dodges the ball.

Team A is in the outfield.

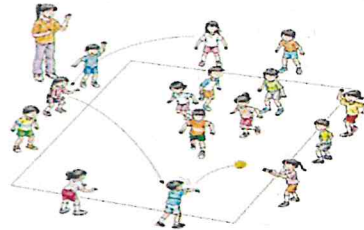
Team B can dodge or catch the ball in the field.

Whoever gets hit is out.

Five attacks later, see how many players stay in the field.

Switch your roles, play the game again.

The team has more people staying in the field, the team wins.



### 三、綜合活動 (5 分)

1. 請同學分享發表動作要領。
2. 教師予以鼓勵，並統整歸納重點。

~~ 第 7 節結束 ~~

## 第 8 節

### 一、準備活動 (10')

1. 教師集合學生、點名，並詢問及瞭解學生身體狀況。

T: Does everyone feel alright?

2. 暖身操後，請學生跑走操場 3 圈後，第 4 圈運球跑或運球走。

T: Let's do the warm-up.

T: Let's run or walk three laps, and then dribble the fourth lap.

### 二、發展活動 (25 分)

躲避  
球、  
實作  
評量

### 1. 複習-閃躲練習

- (1) 預備姿勢：正面看球，膝關節微彎
- (2) 判斷來球方向，做出閃躲動作
- (3) 如果來球在左邊，迅速向右側跳；  
如果來球在右邊，迅速向左側跳。
- (4) 閃躲後，立刻恢復預備姿勢。



T: How do you dodge the ball?

You face the ball, squat, jump and dodge.

### 2. 護旗防衛戰

- (1) 全班分成兩組，一組為進攻組 A，另一組為防守組 B。
- (2) 進攻組在場外負責攻擊，旗子和人都是目標。旗子插在三角錐上，只能攻擊三角錐上的旗子，不能攻擊三角錐。
- (3) 防守組閃躲或接球，同時也要保護旗子不被球擊中，被球擊中者出局。
- (4) 進攻組擊球 5 球後，場內剩下的人數為防守組的得分。若旗子未倒，  
可再得 3 分。
- (5) 攻守交換再進行一次比賽，得分高的組別獲勝。

T: Make two groups.

Team A attacks Team B and their flag.

Team B can dodge or catch the ball and protect the flag.

Whoever gets hit is out.

Five attacks later, see how many players stay in the field.

Switch your roles, play the game again.

The team has more people staying in the field, the team wins.

### 三、綜合活動 (5 分)

1. 請同學分享發表動作要領。
2. 教師予以鼓勵，並統整歸納重點。

~~第 8 節結束~~