

單元主題：足球

	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
球感						
<p>1. 開貨車 每人一個足球，於場地中以教師指示的位置進行盤帶，尋找個人空間。</p>	<p>1. 能掌握人與球之間的關係 2. 能掌握以不同的腳部分控制皮球 3. 能接收指示後，利用合適的身體部份或方法進行指示。</p>	<p>1. 以跑動形式設計活動，提升活動量及心肺耐力 2. 以一人一球形式設計活動，提升學生觸球的機會，發展身體協調能力。</p>	<p>1. 願意接受教師或同學的提示，改善表現。 2. 自發完成老師安排的練習內容。</p>	<p>1. 注意個人空間及一般空間，留意場地中同學的安全距離。 2. 明白進行活動前，應先進行腿步伸展。</p>	<p>1. 能認識不同的訓練球感方法。 A. 雙腳鞋底或輪流踏上足球 B. 雙腳腳內側觸球 C. 利用鞋底拍球 D. 拋高球控球</p>	<p>1. 能欣賞人與球之間的關係 2. 能以適當的詞彙形容動作美。</p>
<p>2. 開貨車 II 進展：避開人群，到不同的雪糕筒進行不同的球感動作，如「補給」（雙腳鞋底或輪流踏上足球）或「清洗」（雙腳腳內側觸球）等等。</p>						
<p>3. 開貨車 III 進展：二人盤帶到雪糕筒匯合，以身體型態猜包剪探，負方跟隨勝方進行球感動作。</p>						

	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
傳接球 P.1						
<p>1. 開貨車 四人一組，分兩邊（起點和終點），起點學生把球傳出後，跑到終點，並把貨物（色碟或雪糕筒）運到終點。終點學生接球後傳回起點。 *所有貨物必須由起點出發 *教師可按組別能力調整距離，處理學習差異</p>	<p>1. 能掌握定點傳球（腳內側）的動作技巧 2. 能掌握以鞋底或腳內側控停來球 3. 能控制踢球的力和方向</p>	<p>1. 以跑動形式設計活動，增加運動量，鍛鍊心肺功能 2. 透過傳球、控球活動，提升眼、腳及身體協調能力和相關肌肉發展</p>	<p>1. 從小組活動中展現合作精神 2. 努力練習，展示堅毅的精神</p>	<p>1. 注意個人空間及一般空間，留意場地中同學的安全距離。 2. 預留緩衝空間</p>	<p>1. 認識定點傳球的動作要點及詞彙： a.重心腳踏在球側 b.踢球腿「後引」 c.以腳內側或腳背觸球，接觸點為球之中部 d.鎖緊腳較 e.踢球後，腿伸直向前跟進擺動 f.動作連貫</p>	<p>1. 動作美：展示流暢的動作。 2. 能以學習的活動知識和詞彙進行自評及提醒同學改善動作。</p>
<p>2. 運物資 全班八組從八個方向盤帶到中圈取障礙物，然後把球傳回起點，組員接球後即可出發。 *教師可按組別能力調整距離或加入障礙物，處理學習差異。</p>						

	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
傳接球 P.2						
<p><u>3. 傳球過河</u></p> <p>四人一組，以兩邊底線作起點，防守者於中線以橫併步進行遮擋。持球者傳球穿過防守者至另一邊底線。</p> <p>如被防守者攔截，則取回球後帶回底線，完成三次球感動作後繼續傳球。</p>						

	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
盤球 P.1						
<p>1. 開貨車 四人一組，分兩邊（起點和終點），起點學生把球盤帶到終點，並把貨物（色碟或雪糕筒）運到終點。 終點學生接球後盤帶回起點。 *所有貨物必須由起點出發 *教師可按組別能力調整距離，處理學習差異</p>	<p>1. 能掌握腳面、腳內側及腳外側盤球及停球的動作技巧 2. 能控制人與球的距離和盤帶方向</p>	<p>1. 透過盤帶及無球跑動提升心肺耐力及相關肌肉發展 2. 透過盤帶及無球跑動，提升身體協調及反應能力</p>	<p>1. 從小組活動中展現合作精神 2. 努力練習，展示堅毅的精神 3. 透過逐步提升的目標，增加挑戰性，提升自信心及自我要求</p>	<p>1. 注意個人空間及一般空間，留意場地中同學的安全距離。 2. 預留緩衝空間</p>	<p>1. 認識盤帶的動作要點及詞彙： A. 降低中心 B. 以最接近目標方向的腳的部份觸球 C. 接觸面為球的中間部分 D. 觸球後順勢向目標方向加速 E. 雙手保持平衡</p>	<p>1. 動作美：展示流暢的動作 2. 動作美：能留意人與球之間的關係及情境應用 3. 能以學習的活動知識和詞彙進行自評及提醒同學改善動作。</p>
<p>2. 運物資 全班八組從八個方向盤帶到中圈取障礙物，然後把球帶回起點，組員接球後即可出發。 進展：可加入雪糕筒提升盤帶難度 *教師可按組別能力調整距離，處理學習差異</p>						

	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
盤球 P.2						
<p>3. 盤球過河</p> <p>四人一組，以兩邊底線作起點，防守者於中線以橫併步進行遮擋。持球者需避開防守者盤帶至另一邊底線。如被防守者攔截，則取回球後完成三次球感動作後繼續盤帶。</p>						

	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
小型比賽						
1. 四人隊長球 四人一組，分為兩隊，二人為場區球員，二人為隊長站於底線，場區球員於限時內把球傳到得分區的隊長，並防守自己身後得分區的隊長。 *可加入難度調整學習差異，如隊長可橫移步移動接球。	1. 能於小型比賽中應用盤球或傳球技巧 2. 能因應比賽不同的情境，作出判斷及應用技巧	1. 透過小型比賽讓學生驗比賽下的運動體能需求。	1. 尊重團隊各成員的角色，積極做好本份 2. 遵守規則，公平競技 3. 互相合作，展現體育精神	1. 留意空間運用，以免受傷 2. 注意於對抗性比賽中的碰撞，學會保護自己	1. 認識攻守空間概念 2. 明白於比賽中不同場境中的選擇和決定 3. 明白不同的選擇及決定能配合不同的體育技能	1. 能欣賞比賽中的選擇、決定和技巧應用 2. 能以適當的詞彙進行提場或提醒，協助同學改善表現
2. 小型比賽 四人一組分兩隊，於兩邊底線設置兩個雪糕筒，以射球或盤帶的形式推倒得分區的雪糕筒為得分。						