

幼兒閃避球

課程設計：Haywood SYH & Co.

課程主辦：Guo Sui United Association

課程簡介

玩者使用手來阻擋球接觸自己身體、

被球打中手部以外的、位置則要出局。

出局者可到場外的外圍作幫手、直至全都玩者出了場外止。

此遊戲訓練學員之反應能力及合作精神。

你閃我避，

打中你是我的目標！

Syllabus – 閃避球

Education Profile :

Student ages between (below 6)

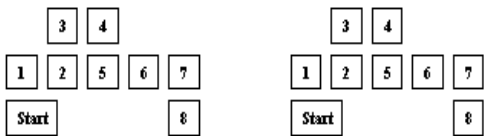
➤ Focusing area :

熱身，舒展運動及帶氧運動（跑步）練習、移動技巧、閃避技巧、防守技巧

➤ Game Playing : 分組對賽、分組鬥快

Lesson Plan – 英語課程練習 (器材: 閃避球、海綿球、指示 - 地庫、企鵝)		
Lesson	Detail	Time
1	熱身、舒展運動及帶氧運動 (跑步) 練習、移動技巧	1 hr
Part 1.1	進行熱身、舒展運動及帶氧運動 (跑步) 練習 (在跑道上必須先整齊先上步練習) ■ 分組: 4人一組、導師派記好組員名額、以該組員數目為組進行。 ■ 按 teaching skill 內之圖解、學習	20 mins
Part 1.2	CRA B Moving (若本課程時間增加、可於本段增加時間) ■ 按 teaching skill 內之步法練習 (最多只需 2 步橫移) ■ CRA B Moving 遊戲	10 mins 10 mins
Part 1.3	交叉 Moving (若本課程時間增加、可於本段增加時間) ■ 按 teaching skill 內之步法練習 (最多只需 2 步交叉步) ■ 交叉 Moving 遊戲	10 mins 10 mins
2	閃避技巧	1 hr
Part 1	進行熱身、舒展運動及帶氧運動 (跑步) 練習 ■ 練習左右側閃、上下跳步、側身一步閃移方 ■ 玩閃避遊戲	20 mins 10 mins 20 mins
3	防守技巧	1 hr
Part 1	進行熱身、舒展運動及帶氧運動 (跑步) 練習 ■ 練習左右側閃、雙手接球、擋球之方法、2 人一組互相向對方拋球、並接球。 ■ 玩閃避球 (練習規則及遊戲玩法: 2 人一組、兩組對賽進行)	20 mins 10 mins 20 mins

Lesson Plan – 英語課程練習 (器材: 閃避球、海綿球、指示 - 地庫、企鵝)		
Lesson	Detail	Time
1	熱身、舒展運動及帶氧運動 (跑步) 練習、移動技巧	1 hr
Part 1.1	進行熱身、舒展運動及帶氧運動 (跑步) 練習 (在跑道上必須先整齊先上步練習) ■ 分組: 4人一組、導師派記好組員名額、以該組員數目為組進行。 ■ 按 teaching skill 內之圖解、學習	20 mins
Part 1.2	CRA B Moving (若本課程時間增加、可於本段增加時間) ■ 按 teaching skill 內之步法練習 (最多只需 2 步橫移) ■ CRA B Moving 遊戲	10 mins 10 mins
Part 1.3	交叉 Moving (若本課程時間增加、可於本段增加時間) ■ 按 teaching skill 內之步法練習 (最多只需 2 步交叉步) ■ 交叉 Moving 遊戲	10 mins 10 mins
2	閃避技巧	1 hr
Part 1	進行熱身、舒展運動及帶氧運動 (跑步) 練習 ■ 練習左右側閃、上下跳步、側身一步閃移方 ■ 玩閃避遊戲	20 mins 10 mins 20 mins
3	防守技巧	1 hr
Part 1	進行熱身、舒展運動及帶氧運動 (跑步) 練習 ■ 練習左右側閃、雙手接球、擋球之方法、2 人一組互相向對方拋球、並接球。 ■ 玩閃避球 (練習規則及遊戲玩法: 2 人一組、兩組對賽進行)	20 mins 10 mins 20 mins

Teaching Skill – 英語課程練習	
2nd Topic	閃避技巧
閃避飛機	
- 將寫上號碼之咭紙 / 用粉筆於地上寫上、隨意放置在地上 - 學員用「橫移」、「前後」之步法、按號碼之次序、跑完該路線 - 學員分組比賽、第 1 個完成後第 2 個方可開始、4 人完成後比賽誰最快	
	
超人猜拳	
- A 和 B 均取彈筋 ball、由 A 先開始: 大家先講「閃閃超人變變變」、接著做出手勢 - 眼睛透光: 雙手兩隻手指、指向眼睛 - 十字死光: 雙手做出十字形 - 交叉死光: 雙手做出交叉形 - 當大家同時打出手勢時、A 做出的手勢、若 B 也做出該手勢、A 便可向 B 拋球。 - 拋中對方手以外之部位便勝出 - 做手勢時不相同、拋球不中均要將控制權轉移至對手 - 三回兩勝、勝出者可與其他勝出者比賽、直至得到冠軍為止 學員不可移動超過一步、於移動時其中一隻腳必須站於地上、可用手擋球、犯規者作敗。	
學員站立方法	
