



創意教案-橄欖球最佳拍檔



基隆八斗高中

全校人數574人

教案提供: 田忠義 教練

目的

1. 了解橄欖球規則
2. 增加對橄欖球的興趣。
3. 快樂進行遊戲，奔跑能力、鍛練體力。

由來

藉由傳球的遊戲，讓學生學習多樣化的傳球方式與橄欖球技巧，提高參與活動興趣。

人數

1. 每組5-10人
2. 分兩組競賽

教具

1. 橄欖球五顆
2. 碰撞墊、標誌筒
3. 哨子

規則

5人一組，1人當傳球者，3人做爭邊線球動作，1人拿碰撞墊，以接力方式完成



圖一
1人做傳球的動作



圖二
3人輪流接球，
包括舉人接球。



圖三
最後一人接球，
衝向碰撞墊
完成按地達陣動作。