



創意教案-藤球闖通關



台南市安順國小

全校人數：1250人

教案提供：黃俊榮主任、梁倉豪老師

目的

以「藤球」融合創意闖關元素，提升學童運動好習慣。每道關卡考驗學生敏捷度、協調性，以及團隊合作，使學童能從中培養運動家精神。

由來

依循本校特色運動-藤球運動，使學生藉由有趣闖關培養良好的運動習慣，增進學生健康體適能。

人數

以五人一小組為單位進行闖關

需求

- a. 跨欄障礙x10
- b. 呼拉圈x4
- c. 梯繩x2
- d. 簡易籃球組x2
- e. 九宮格x2
- f. 輪胎x12

規則

兩隊同時出發，每關卡派出一名隊員闖關，採計時賽制，最快抵達終點隊伍獲勝。

關卡1：鯉魚躍龍門

教具：跨欄10入，可用三角錐代替。

規則：

- (1) 取適當距離（約2~3步），放五只跨欄。
- (2) 各組需正面跨躍，腳踢及欄架，須回原點，重新出發，直到過關。



關卡2：環環相扣

教具：呼拉圈四入

規則：

- (1) 以四個呼拉圈，圍成一特定區域。
- (2) 以腳踢藤球入圈，球須靜止停留在圈內，才算過關。



關卡3：步步高升

教具：繩梯二組

規則：

- (1) 利用繩梯排列，進行花式跳躍。
- (2) 排列，跳躍型態，可進行變化。
- (3) 腳步出錯，回原點重跳，直到過關。



關卡4：撞牆期

教具：一堵堅固的牆面

- 規則：各組將藤球以腳踢方式，撞牆回接一次才算過關，若有漏接，須重來一次。



創意教案-藤球闖通關



台南市安順國小 全校人數：1250人 教案提供：黃俊榮主任、梁倉豪老師

規則

兩隊同時出發，每關卡派出一名隊員闖關，採計時賽制，最快抵達終點隊伍獲勝。

關卡5：藤球NBA

教具：籃球架一座

規則：

各組將藤球用頭頂方式，直接頂入籃框，才算過關。



關卡6：藤球大聯盟

教具：九宮格一座

規則：

- (1)騰空踢中九宮格任一數字。
- (2)結合數學領域，變化計分方式
如：加總分數須為五的倍數，才算過關。



關卡7：藤球保齡球

教具：加滿水寶特瓶

規則：

- (1)將寶特瓶排成倒三角形。
- (2)用落地踢的方式，踢擊瓶子
- (3)計分方式，可加以變化，
如：總分為奇數才過關。



關卡8：地鼠頂籃

教具：三個大小相同的塑膠籃。

規則：

- (1)將籃子排列成三角形。
- (2)用頭頂方式，將藤球頂入籃內，
球靜止停留在籃內，才算過關。



關卡9：藤球大車輪

教具：廢輪胎十入，可以呼啦圈代替。

規則：

- (1)將輪胎各五個排列成二行，
- (2)手持藤球跨越後，原地踢接二下，
若失誤須重新跳輪胎，直至過關。



注意：藤球可以樂樂棒球代替。