

彰化縣私立精誠高中健體領域公開觀議課教案

教學單元		排球-低手傳球	授課教師	黎彥廷
教學時間		50 分鐘	教學對象	102 班
教學研究	教學理念	講述低手傳球基本動作要領，與重要性，再藉由分組練習低手傳球。		
	教學目標	1. 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2. 4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。		
	教學方法	講述法、示範教學、分組練習法		
	評量方式	動作確實度、連續擊球顆數評量。		
教學活動	教學流程及內容設計		時間	教學資源
	一、準備活動 (一)檢視學生出席及身心狀態。 (二)器材與場地之準備。 (三)暖身操及加強熱身。 (四)引起動機:為甚麼要用低手擊球?		10 5	哨子
	二、主要活動 (一)低手傳球動作要領(口訣:蹲壓擊) 1. 準備動作:重心放低,雙手曲於腰間。 2. 蹲:雙腳打開約肩寬,前後腳站,運用雙膝力量將球向前上方擊出。 3. 壓:手腕下壓,手臂夾緊,肘關節伸直,肩膀內縮。 4. 擊:用腕關節上方 10-15 公分,運用膝關節彈性將球往上送。 (二)動作練習 低手對空擊球練習: 兩人一組,一人在進行個人低手對空擊球時另一人協助計算球數,兩人相互輪替,並互相指導、鼓勵。		10 15	排球
	三、結束活動 (一)點收器材、收操 (二)選出優秀同學再示範 (三)老師講評		5	哨子 排球

(四) 預告下次上課內容重點

(五) 解散

參考資料

彰化縣私立精誠高級中學

「學習共同體及授業研究」公開觀課紀錄表

110年 3月 15日

觀課科目:體育

授課教師:黎彥廷

觀課班級:102

授課內容:排球低手傳球

觀課日期:3/15

觀課教師:孫銘遠

觀課參考項目		紀錄內容(請以文字簡要描述)
全班學習氣氛	1. 是否有安心的學習環境?	學生確實認真聽講並實際模擬低手傳球動作。
	2. 是否有熱烈的學習氣氛?	
	3. 學生是否專注於學習的內容?	
學生學習歷程	1. 學生是否互相協助、討論和對話?	
	2. 學生是否主動回應老師的提問?	
	3. 學生是否主動提問?	提問低手傳球握法與國小的差異處。
	4. 學生是否能專注個人或團體的練習(如:學習單、分組活動等)?	兩人一組能給予隊友回饋並提點。
	5. 是否發現有特殊表現的學生? (如學習停滯、學習超前和學習具潛力的學生)	課堂最後請動作優異的同學示範,藉此再次提醒動作技巧。
學生學習結果	1. 學生學習是否有成效?	學生一開始無法掌握球點,與球接觸的感覺,進而下去提點,有漸漸抓到訣竅與落點。
	2. 學生是否有學習困難?	
	3. 學生的思考程度是否深化?	
	4. 學生是否樂於學習?	

議課

優點

講解與口訣明確且好記憶，在分組時讓大家都能有最大的練習時間與練習量，妥善運用器材與場地。

建議

基本動作熟練後能帶入遊戲，藉以增進成功的經驗與成就感。

觀課的心得與學習

在這次的觀課中有不一樣的口訣與教法印象深刻，進而可以發想低手傳球綜合活動等。