

排球低手傳接球教學單元案例

領域/科目		健康與體育領域	設計者	李建宏
實施年級		國中二年級/第四學習階段	總節數	4 節課(每節 45 分鐘) 此為第 1 節課
單元名稱		排球低手傳接球-球不落地，永不放棄		
學習重點	學習表現	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。	領綱核心素養	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。
	學習內容	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。		
教學活動內容及實施方式			核心素養呼應說明	
第 1 節	<p>一、準備活動(10mins)</p> <p>(一)點名</p> <p>(二)詢問身心健康狀況</p> <p>(三)熱身</p> <p>(四)引起動機</p> <p>1. 以排球的運動精神-「球不落地，永不放棄」帶入主題。</p> <p>2. 提問:如何才能做到「球不落地，永不放棄」?</p> <p>3. 請學生回答作法。</p> <p>4. 帶入腳步隨時移動接球的觀念。</p> <p>5. 帶入規則。</p>	<p>一、準備活動</p> <p>學習內容</p> <p>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p> <p>學習表現</p> <p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>核心素養</p> <p>健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。</p>		

	<p>二、主要活動(30mins)</p> <p>(一)說明上課內容及規範</p> <p>(二)活動一：面對面你丟我接</p> <p>1. 不規定接球姿勢</p> <p>兩組相距 6 公尺，一組以雙手捧球置於膝蓋前方的方式向前將球拋起呈拋物線，另一組往前移動將球接住，勿讓球落地。</p> <p>※時刻提醒球不落地，永不放棄。</p> <p>2. 規定接球姿勢</p> <p>同上，只是接球規定以手心向上，在腰部以下將球接住，遷移排球低手接球的姿勢。</p> <p>※時刻提醒球不落地，永不放棄。</p> <p>3. 教師進行小回饋。</p> <p>(三)活動二：背對你丟我接</p> <p>1. 兩人距離一大步，接球者背對拋球者，拋球者仍以雙手捧球置於膝蓋前方的方式向前將球拋起呈拋物線，丟球時喊丟，接球聽到丟的聲音隨即往上往前看並移動接住球。</p> <p>※時刻提醒球不落地，永不放棄。</p> <p>2. 兩人距離一大步，接球者背對拋球者，拋球者仍以雙手捧球置於膝蓋前方的方式向前將球拋起呈拋物線，丟球時喊丟，接球聽到丟的聲音隨即往上往前看並移動且雙手要不停鼓掌拍手直到接住球。</p> <p>※時刻提醒球不落地，永不放棄。</p> <p>3. 教師進行小回饋。</p> <p>(四)反思分享</p> <p>1. 請學生示範。</p> <p>2. 請學生分享成功經驗。</p> <p>三、綜合活動(5mins)</p> <p>(一)收拾器材</p>	<p>二、主要活動</p> <p>學習內容</p> <p>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p> <p>學習表現</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。</p> <p>核心素養</p> <p>健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。</p> <p>三、綜合活動</p> <p>學習內容</p> <p>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p> <p>學習表現</p> <p>4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。</p>
--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>(二)統整回饋</p> <p>※提問：排球運動精神？</p> <p>(三)預告下節內容</p> <p>(四)鼓勵課後練習</p> <p>(五)衛生清潔提醒</p>	
--	--------------------------------------------------------------------------------------	--