

# 第2章 排球

## 學習目標

1. 低手傳球手部動作。
2. 低手傳球移動步伐。
3. 低手發球基本動作。
4. 運用綜合練習活動，選擇比賽策略。

體育好讀



排球規則

小琳、阿康對於排球運動非常熱衷，一次觀賞國際賽事後，兩人互相討論著，「我時常都接不到對方的發球！」、「在低手發球時我沒辦法擊打到整個球體！」於是他們向老師請教。老師回答：「當我們在低手傳接球時，不能僅靠手部，更需要手腳的協調搭配才能將球傳到理想的位置。另外，在低手發球時，拋球的動作非常的關鍵，好的拋球才能夠以手擊打到球體，並將球發進有效的區域內喔！你們不妨想一想，在比賽時，該如何正確的將球接在手臂上對的位置？怎樣將球傳到自己設定的方向？在發球時，如何把球發到最長的距離，且球要落在有效區域呢？」

