

12 年國教素養導向教學方案教案設計

領域/科目	健康與體育		設計者	吳文輝
實施年級	三年級		教學節次	共四節，本次教學為第 <u>二</u> 節
單元名稱	球類運動(排球)			
設計依據				
學習重點	學習表現	認知(1c)： 1c-Ⅲ-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 1c-Ⅲ-3 了解身體活動對身體發展的關係。 技能(3c)： 3c-Ⅲ-1 在安全的前提下，習得並表現出穩定性、移動性及操作性之基本動作能力，且連結運用於專項的運動技能和因應不同的運動情境。 行為(4d)： 4d-Ⅲ-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。	核心素養	•A1 身心素質與自我精進： ◦健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 •A2 系統思考與解決問題： ◦健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 •B1 符號運用與溝通表達： ◦健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。
	學習內容	Ha-Ⅱ-1 網/牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。		
議題融入	實質內涵	建立安全意識；提升對環境的敏感度、警覺性與判斷力；防範事故傷害發生以確保生命安全。		
	所融入之學習重點	◦認知 (1c): 1c-Ⅲ-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。2 在球類運動教學中，融入運動安全的知識，例如熱身運動的重要性、正確的運動姿勢等等，以避免運動傷害。 ◦技能 (3c): 3c-Ⅲ-1 在安全的前提下，習得並表現出穩定性、移動性及操作性之基本動作能力，且連結運用於專項的運動技能和因應不同的運動情境。2 教導學生如何在安全的環境下進行球類運動，並學習正確的運動技巧，以降低運動風險。		

與其他領域/科目的連結	
教材來源	自編
教學設備/資源	排球
學習目標	
• 認知方面 ◦ 認識排球基本規則: 了解排球比賽的計分方式、輪轉規則、犯規等基本規則。 ◦ 認識排球基本動作: 了解並認識發球、接球、托球、攻擊等排球基本動作。 ◦ 了解運動安全的重要性: 認識運動安全知識，包含運動前的暖身、運動傷害的預防等。 • 技能方面 ◦ 練習排球基本動作: 練習發球、接球、托球等排球基本動作，並能初步做出正確姿勢。 ◦ 體驗簡易排球比賽: 進行分組比賽，體驗排球比賽的樂趣。 • 情意方面 ◦ 培養團隊合作精神: 學習與隊友溝通合作，共同完成比賽。 ◦ 建立運動習慣: 培養對排球運動的興趣，養成運動的習慣。 ◦ 展現運動家精神: 學習尊重對手、服從裁判，並學習面對輸贏的態度。	

教學活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
第一節課 (40 分鐘) 1.引起動機 ◦播放排球比賽影片，引發學生對排球的興趣。 ◦提問：影片中有哪些動作？排球比賽有什麼規則？	10 分鐘	
2.發展活動 ◦講解排球基本規則：計分方式、輪轉規則、犯規等。 ◦示範排球基本動作：發球、接球、托球。 ◦分組練習排球基本動作：教師巡迴指導，並強調運動安全。	25 分鐘	
3.總結活動 ◦複習排球基本規則和動作。 ◦提問：學習排球有哪些好處？如何安全地進行排球運動？ ◦引導學生分享學習心得。	5 分鐘	

第二節課 (40 分鐘) 1.引起動機 ◦複習排球基本動作：發球、接球、托球。 ◦進行簡單的排球遊戲，複習動作並提升學習興趣。 2.發展活動 ◦講解和示範攻擊動作：強調正確姿勢和安全。 ◦分組練習攻擊動作：教師巡迴指導，並強調運動安全。 ◦分組進行接球和攻擊練習：練習將球擊回對面場地。 3.總結活動 ◦引導學生分享練習心得：鼓勵學生互相觀察和學習。 ◦再次強調運動安全的注意事項。 第三節課 (40 分鐘) 1.引起動機 ◦進行簡易的排球暖身操：帶領學生活動筋骨，預防運動傷害。 ◦複習排球基本規則和動作。 2.發展活動 ◦分組進行簡易排球比賽：教師引導學生運用所學規則和動作進行比賽。 ◦比賽過程中，教師觀察學生的表現，並適時給予指導。 ◦強調團隊合作和運動家精神的重要性。 3.總結活動 ◦引導學生分享比賽心得：鼓勵學生分享團隊合作經驗。 ◦頒發獎勵：獎勵表現優良的個人和小組，提升學習動機。 第四節課 (40 分鐘) 1.引起動機 ◦回顧前幾節課的學習內容：排球規則、動作、運動安全等。 ◦播放排球比賽影片，展示高水平的排球技術。 2.發展活動 ◦分組進行排球趣味遊戲：設計與排球相關的遊戲，提升學習興趣。 ◦引導學生思考排球運動如何應用在生活中。 ◦討論排球運動對身心健康的好處。	5 分鐘 30 分鐘 5 分鐘 5 分鐘 30 分鐘 5 分鐘 5 分鐘 25 分鐘	
--	--	--

3.總結活動 ◦進行學習評量：以紙筆測驗或口頭問答的方式，評量學生對排球知識的掌握程度。 ◦引導學生分享學習心得：鼓勵學生表達對排球運動的喜愛和未來的學習目標。	10 分鐘	
教學評量 •觀察學生的參與度和練習狀況。 •評量學生對排球規則和動作的掌握程度。 •觀察學生在比賽中的團隊合作和運動家精神表現。		
試教成果：（非必要項目）		
參考資料：（若有請列出） 12 年國民基本教育課程綱要(健康與體育)		
附錄：		