

112 學年度第 二 學期 九 年級 健體 領域教學活動教案設計

單元名稱	排球-低手傳球	班 級	六年甲班	人 數	18 人	
教材來源	自 編	任課教師	林俊榮	時 間	40 鐘	
教材分析	1. 傳球是排球運動中的基本動作。 2. 能從排球低手傳球，享受排球其帶來的傳球樂趣。 3. 經由傳球訓練，可以連接手腳協調及力量來增加反應的控制。 4. 建立對排球運動產生興趣。					
教學方法	講述、示範、練習教學法					
場 地	勤學樓前廣場	器 材	哨子、排球、發泡排球			
教學來元	講述、練習、欣賞、分組練習	參 考 書 籍	翰林健康與體育			
教學目標	單 元 目 標		具 體 目 標			
	一、認知方面： 1. 了解低手傳接球使用時機。 2. 了解排球低手傳球的動作要領。		1-1 能說出低手傳球的使用時機。 1-2 能說出低手傳接球的動作要領。			
	二、技能方面： 1. 熟練低手傳接球的基本動作。 2. 熟練低手傳接球的方向及角度的控制。		2-1 能做出流暢的低手傳接球動作。 2-2 能控制傳球的的角度及力道。			
	三、情意方面： 1. 培養規矩、守秩序的習性。 2. 養成良好的運動習慣。 3. 培養對排球的興趣。		3-1 集合整隊時迅速，聽講安靜。 3-2 能有良好的運動習慣及興趣。 3-3 能欣賞他人的運動技巧及能給予 其它同學給予鼓勵與讚美。			
學習活動設計						
教學目標	教 學 流 程	教 學 要 點	教 具	時 間	評 量	備註
		壹、準備活動 一、課前準備 (一)教師： 1. 編製教案。 2. 複習低手傳球的動作。 (二)學生： 1. 穿著體育服裝。 2. 攜帶水壺 貳、課間準備 (一)集合、整隊、點名。 (二)暖身活動 1. 繞著中廊慢跑四圈	哨子 排球 發泡 排球	3' 10' (13') 5' (18')	集合迅速確實 共同遵守上課 規範及注意安 全 確實做好暖身	

		2. 暖身操 (三)引起動機: 如何學好低手傳球動作，才能讓排球可以玩起來排球這樣的運動 三、發展活動 (一)動作示範和說明- 低手傳球動作分析 說明: 1. 兩腳開立與肩同寬，一腳稍在前。 雙膝微屈，眼睛注視球。 2. 擊球時，雙臂向前夾緊，雙掌受互握，手腕下壓，雙臂向前伸展成直線。 3. 以手腕上方約 10 公分部分擊球。 4. 擊球的位置通常在腹上胸下。 5. 傳球時，配合蹬腿，利用提肩，抬腿向上送力量，將球傳出。 (二)學生分散各別做練習。 (三)動作好的學生示範。 參、綜合活動 1. 集合、整隊、點名、清點器材。 2. 討論與分享(學生提疑問) 老師說明與分享。 3. 預告下次上課內容。 4. 下課。		15(33') 7' (40)	運動 能說出 能正確的做出 能做出 學生能 了解動作要領 學生能 表現出優點 學生能 欣賞回饋 討論今天課程	
--	--	--	--	--------------------------------	---	--