

大嘉國小 凌政勛

領域/科目	健康與體育		設計者	凌政勛
實施年級	六年級		教學節次	共_1_節，本次教學為第__1__節
單元名稱	高手過招			
設計依據				
學習重點	學習表現	認知 c. 運動知識 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 d. 技能原理 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 情意 c. 體育學習態度 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 技能 c. 技能表現 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。	核心素養	A 自主行動： 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。 C 社會參與： C2 人際關係與團隊合作 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和 健康生活中樂於 與人互動、公平競爭，並與團隊成員 合作，促進身心健康。
	學習內容	H.競爭類型運動 a. 網/牆性球類 運動 Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。		
議題融入	實質內涵	性別平等教育: 以分組競賽時，每個組別都要有不同性別，以此來建立學生性別的差異和平等觀念。		
	所融入之學習重點			
與其他領域/科目的連結		無		
教材來源		參考資料 體育課程 優質體育教材甄選 https://sportsbox.sa.gov.tw/MaterialDetail/105-106%E5%84%AA%E8%B3%AA%E9%AB%94%E8%82%B2%E6%95%99%E6%9D%90%E6%95%99%E5%85%B7-%E6%8E%92%E7%90%83-%E9%AB%98%E6%89%8B%E9%81%8E%E6%8B%9B-project=L3R2VFW8S2VBHTJ4&parent=V5U2WERWKT6MC5PC		
教學設備/資源		操場、排球 15 顆、角錐 10 個、哨子一個		
學習目標				
1. 指導學生高手傳球技能。 2. 能將高手傳球實際運用在排球活動當中。 3. 能觀察和欣賞其他同學的動作技巧。				

教學活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
一、準備活動: 1. 集合整隊集合點名 2. 詢問現場學生是否有不舒服。 ● 熱身: 1. 團體慢跑兩圈操場 二、發展活動 ● 引起動機 舉例排球舉球員的功能以及重要性。 三、主要活動 ● 講解高手動作 1. 準備姿勢:面對球網,兩腳自然開立,托球於身前。 2. 手型:當來球接近額前時,開始蹬地、伸膝、屈肘、兩手微張、從額前上方迎球。 3. 擊球:擊球點在額前上方約一球距離處。 4. 擊球點:當手觸球時,兩手應自然張開成半球形,手腕稍後仰,兩拇指相對成「一」字,使手指與球體吻合,接觸球的面積比較大,可增加傳球的準確性。用食指和大拇指形成一個三角形,從這個三角形中,可看到飛來的球,屈肘雙臂自然成八字形。 5. 用力:主要靠手指手腕的力量,以及球的彈力等配合身體蹬地的力量將球傳出,而手指及手腕必須掌握來球緩衝之時機,以控制方向和力量。 ● 分組練習 1. 兩個人一組練習,採取上下高低的位置。 2. 站立學生用球拋給坐在地上同學的額頭前方。 3. 地上同學以高手的方式回傳給站立的同學。 4. 每人練習 10 顆交換練習,共 3 組。 四、綜合活動(快遞傳送) 1. 四人排一路坐在地板,最後一位同學持球。 2. 最後一位同學跑到路隊最前方,拋給第一位同學,以高手傳球的方式,回傳給同學。 3. 第一位同學拿到球之後,球傳給最後一位同學,以此類推,團體接力的方式往終點前進。 五、結束活動 1. 各組針對高手技巧學習單討論。 2. 預告下次上課內容。 3. 喊口令解散。	6 3 5 10 8 8	利用觀察法作為評量,瞭解同學的技能學習歷程及觀察小組投入學習的情況(技能、情意、認知語體適能評量。 評量的標準 1.托球的流暢性 2.能模仿與觀察其他同學的動作 3.與其他人溝通 以學習單的方式達成互相討論、欣賞等目標的評量。
試教成果:(非必要項目)		

排球上手托球課程學習單

班級：_____

組別：_____

小組成員：_____

● 問題與討論

一、 排球上手托球的動作要領？

二、 上手托球常犯的錯誤會有哪些？

三、 團體托球不落地挑戰的活動中，如何做次數可以比較高？
