

健康與體育領域四上第九單元教案

領域/科目	健康與體育	設計者	張藏晏
實施年級	四上	教學時間	40分鐘
主題名稱	貳、揪團來運動		
單元名稱	九、排球小子		
設計依據			
學習重點	學習表現	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	總綱與領綱之核心素養
	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。	
融入議題與其實質內涵	• 品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。		
與其他領域/科目的連結	無		
教材來源	• 南一版健康與體育四上主題貳單元九		
教學設備/資源	操場或體育場館、排球、哨子		
學習目標			
1. 能了解排球運動需要的基本動作能力。 2. 能和同學合作完成你拋我接低手擊球、左右連續接擊球動作。 3. 能完成單手連續擊球、低手擊球（擊反彈球、對強擊球）、自拋自接低手擊球動作。 4. 能和他人合作展現排球技巧，並完成遊戲。			
教學活動設計			
教學活動內容及實施方式			時間
			評量方式

活動1：靈活雙手（建議節次：第一節）

一、【準備活動】

※引起動機

(一)熱身活動：體育股長整隊並帶操進行球類運動所需要的軟身操並慢跑操場二圈。

(二)復習活動：進行本節課所需之先備知識及加強肢體緩身動作，特別是手肘、手腕、腰及腳踝等。

二、【發展活動】

(一)球感訓練：

• 歡樂擊球大體驗

1. 運用單手不同的部位練習球不落地的擊球活動，連續次數越多越好。

(1)用手心擊球：球上拋後，一手向上張開手掌，用手心連續往上拍擊。

(2)用手腕擊球：球上拋後，一手向上，用手腕連續往上擊球。

(3)用前手臂內側擊球：球上拋後，用前手臂部位連續向上擊球。

(4)用拳頭擊球：球上拋後，伸出一手握拳，用拳頭部位連續往上擊球。

(5)可以嘗試其他不同部位的擊球。

(二)連續擊球活動：

• 連續擊球大進擊

(1) 2人一組，請學童試試看用不同部位連續擊球，相互記錄30秒內擊球最多次數及部位。

第一次	用 () 擊 () 次
第二次	用 () 擊 () 次
第三次	用 () 擊 () 次

(2) 老師巡視組間，並適時給予學生指導和鼓勵。

三、【總結活動】

(一)標竿學習：教師統整今日教學重點 並請表現不錯的同學出來示範，給與口頭鼓勵，拋出問題，請同學們一起回答統整並給予回饋，達到示範教學的目的。

(二)教具歸位與整理：請體育股長收操放鬆，並請同學整理教具將場地器材歸位。

～第一節結束/共5節～

10

能認真參與活動、實作評量

20

能認真參與活動、實作評量

10

能認真參與活動、實作評量