

課程名稱	「排」山倒海		教學年級	六年級	
教學領域	健康與體育		教材來源	12年國教素養導向體育教學轉化工作坊(單元名稱:進擊吧!排球)	
學習重點	學習表現	1c-III-1 了解動作技能要素和基本運動規範。 2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-3 透過體驗或實踐,解決練習和比賽的問題。			
	學習內容	Ha-III-1 網/牆性運動基本動作及基礎戰術。			
核心素養	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,並與團隊成員合作,促進身心健康。				
學習目標	1. 能了解低手擊球和高手托球技術要領,並將其練習成果應用於比賽之中。(1c-III-1、Ha-III-1) 2. 能藉由比賽將其所學之排球基本比賽規則應用於其中(裁判)。(3d-III-3、Ha-III-1) 3. 能與組員共同討論比賽策略與戰術,共同設計比賽形式、隊呼隊旗,並建立良好溝通,合作進行比賽。(2c-III-2、Ha-III-1)				
議題融入	實質內涵	品 E3 溝通合作與和諧人際關係			
教學準備					
教師準備	教材教具	排球			
	器材	哨子、投影機、紙張、記分板、碼表			
教學模式	運動教育模式				
學生能力	學生已有基本排球低手擊球、托球、低手發球之能力				
具體目標	教學活動			教學時間	備註
能做出拋接球與自拋自打的動作,並達到熱身效果。	壹、準備活動 一、各隊自主熱身(靜態+動態) 1. 由隊長決定熱身項目 二、排球球感練習 1. 上拋轉身接球 2. 上拋觸地接球 3. 自拋自打(一次彈地、一次擊球→連續不落地擊球)			8 分鐘	

<p>能了解低手擊球的技術要領，並透過小組練習將其動作表現出來。</p> <p>能與組員共同合作進行低手擊球比賽，並做好所分配之工作(裁判、計時、計分)。</p> <p>能與組員建立良好溝通，共同討論改進策略。</p>	<p>貳、發展活動</p> <p>【活動一】 低手擊球動作要領講解+示範(複習)</p> <p>【活動二】(附件一) 以 MOSSTON 練習式(作業卡)進行 各隊分開各自練習</p> <p>一、個人連續向上低手擊球 二、低手擊球練習(依照指定路線前進) 三、兩人互相低手擊球(彈地對墊)</p> <p>【活動三】 排球競賽—疏而不漏 講解低手擊球比賽規則</p> <p>一、每隊由一人拋球過網，隔網的隊友需將球擊回(輪流進行)。 二、當拋球的人接到隊友所回擊的球即得一分。(未接住球不予計分) 三、計時 90 秒，兩隊同時比賽增加競爭性。 四、五隊以單淘汰賽制進行比賽(抽籤決定種子隊、對戰組合) 五、未比賽隊伍負責當裁判、計時、計分工作。(工作人員) 第 1、2 組比賽時，第 3 組當工作人員 第 3、4 組比賽時，第 5 組當工作人員 第 5 組比賽時，第 1 組當工作人員</p> <p>參、綜合活動</p> <p>一、各隊賽後檢討(改進與策略運用) 二、老師講評 三、老師給予獲勝隊伍口頭鼓勵</p> <p>----- 第一節結束 -----</p>	<p>3 分鐘</p> <p>12 分鐘</p> <p>12 分鐘</p> <p>5 分鐘</p>	<p>記分板、碼表</p>
---	---	---	---------------

附件一 MOSSTON 練習式(作業卡)

排球低手擊球訓練-MOSSTON 練習式(作業卡)

班級：_____年 班 姓名：_____ 組別名稱：_____ 日期：____/____/____

活動名稱：排球—低手擊球練習(地點：室外排球場)

活動說明		
1. 個人低手擊球越網(1人將球拋過網，1人將球擊回，每人3球)	2. 個人低手擊球(一次擊球一次落地)，依照箭頭指定路線前進。	3. 兩人低手擊球(彈地對墊)
 ↑ 影片 QR code		 ↑ 影片 QR code(影片中第8秒處開始)

請同學依照下列所列舉的項目，(完成 ✓)。

作業內容	執行結果	教師回饋
1. 我能低手擊球越網3次	<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成	
2. 我能低手擊球越網並讓同學成功接到3次	<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成	
3. 我獨立完成低手擊球(1次擊球、一次落地)連續8下	<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成	
4. 我有依照老師所指定的路線前進3趟	<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成	
5. 我有移動位置，接住對方所擊出的球3次	<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成	
6. 我與同伴完成低手擊球(彈地對墊)連續5下	<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成	

班上哪位同學的低手擊球練習最認真?為什麼你這樣認為?