宜蘭縣五結鄉學進國民小學 教學活動設計單

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **領域/科目** | 健康與體育/體育 | **設計者** | 蕭于鈞 |
| **實施年級** | 四年級 | **總節數** | 共1節，40分鐘 |
| **單元名稱** | 排球基本功 |
| **設計依據** |
| **學習****重點** | **學習表現** | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策 略。3c-II-1 表現聯合性動作技能。3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 | **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、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。 |
| **學習內容** | Hb-II-1 攻守入侵性運動相關的拍球、拋接球、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 |
| **議題****融入** | **實質內涵** | 品E3溝通合作與和諧人際關係。 |
| **所融入之學習重點** |  |
| **與其他領域/****科目的連結** |  |
| **教材來源** | 自編。 |
| **教學設備/資源** | 排球20顆、哨子。 |
| **學習目標** |
| 1.能認識排球的基本規則。2.能以低手擊球、接球、發球及將球傳回對方場地。3.能發揮團隊合作的精神。 |
| **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 暖身操：體育股長帶領學生做暖身運動，防止運 動傷害產生。二、發展活動1、低手傳球（碰球）動作講解--手部動作(手勢握法) 兩手開掌，雙手相疊互握，雙手保持伸直狀態且平 整，雙手手腕稍往下壓(大拇指往下壓)。2、手部擊球部位介紹： 擊球位置在手腕5～15公分是最佳擊球位置。3、碰球動作講解--腳步姿勢： 預備姿勢：雙腳打開與肩同寬，前後腳站立，膝關 節微彎，保持重心可以移動。4、使用排球低手動作，向上墊球：4-1 學生朝上方自拋球後，待球落地，使用低手動作 向上墊球，單次即可。4-2 學生自拋球後，不待球落地，使用低手動作向上 墊球，單次即可。4-3 學生自拋球後，使用低手動作向上墊球，可連續 擊球。5、掌握時機(低手發球前導活動):5-1 兩人一組配一顆球，左手握左手，右手握拳，A學 生朝B學生拋球後，B學生待球落地彈跳後右手擊 球回A學生地面，A學生待球落地彈跳後回擊球。5-2 可連續與隊友進行來回擊球。三、總結歸納： 問題與討論1.用身體的哪個部位比較容易將球送到想要的位置? 為什麼?2.用什麼方式，比較容易接到對方發(擊)過來的球? 為什麼?3.教師總結重點，整理器材。---本節結束--- | 5分15分15分5分 | 做操的方式由體育股長在學生前方，帶領做操的動作。由孩子透過觀察、分析出排球碰球的常見動作以及動作姿勢規則（主要為低手傳球）。透過教師的引導，讓孩子透過觀察與模仿同儕動作，增進自我的能力。實作：能做出穩定控球能力、敏捷移動、建立默契。討論：能和同學討論並思考策略。觀察：能和同學合作進行活動。 |
| **參考資料：（若有請列出）**無。 |