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。 | | | | | | | |