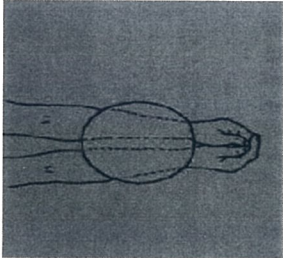


桃園市平鎮區祥安國民小學113學年度公開授課活動

領域/科目	健康與體育/體育	教學者	黃郁丰
任教年級	第二階段/中年級	教學時間	一節 40 分鐘
教學單元	網/牆性類運動-排球低手接球		
設計理念	<p>低手接球是排球運動中重要的基本動作之一，由於動作簡單易學是初學者入門排球所須優先學習的基本動作。低手接球的用途極為廣泛，主要用於接發球、接扣球，亦有用於做修正球。可見低手接球在比賽中的重要性及廣泛性。</p> <p>在本節排球課中，先對低手接球的手型及準備姿勢做說明。透過教材的輔助及遊戲的策略來著手幫助學習，也能夠學習如何與隊友合作，讓原先枯燥乏味的基本動作要領學習下，達到有效的學習並且樂於學習，為本堂課的首要目標。</p>		
設計依據			
學習重點	學習表現	<p>1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>2c-Ⅱ-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p>	<p>領綱核心素養</p> <p>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。</p> <p>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。</p>
	學習內容	Ha-Ⅱ-1 網/牆性類運動基本動作及基礎戰術。	
教材設備	號碼衣、椅子、三角錐、哨子，排球，樂樂棒球、接力棒		
學習目標	透過輔助教材引導學生學習排球低手接球的基本動作技巧，用最適當的方式施力，並將球送往目標處。課程中的遊戲與比賽，培養競爭與合作精神，並在互動中學習溝通與團隊合作能力。		

教師教學活動流程與評量	時間	評量
一、準備活動		
(一)熱身活動及分組：_	2分	
1. 了解學生出缺席及身體狀況。		
2. 學生熱身活動及分組	8分	學生能夠確實熱身
(1) <u>低手持球動作接力熱身：</u>		
分兩組，以低手接球的手部動作，將排球放置圖片中手腕處約十公分面積上，手臂打直，不彎曲也不夾球，人跑動的方式往前繞過椅子回來將球交給第二個人出發。		
		
二、發展活動		
(一)主題講解與示範：	2分	
1. 低手接球時雙腳打開與肩膀同寬，同時屈膝身體重心落於前腳掌上，以利隨時啟動移位，接球位置就如熱身的持球位置。		學生能專注傾聽教師講解，並且能聽從教師之口令且正確操作動作技能。
(二) <u>定點低手拋接球集點數：</u>	8分	
1. 教師運用體育器材，讓學生能夠明確知道接球位置。(器材：樂樂棒球、小型版三角錐)		實作：學生能正確做出低手接球動作
2. 6人一組(異質性分組)，分四組，6人輪動拋接球。相距約5公尺。		
3. 拋球者由下往上，將球以拋物線的軌跡，拋向對方。接球者前手臂處夾三角錐接樂樂棒球。		
4. 集點方式：		小組競賽
(1)時間5分鐘，過程中接球者球體一次入三角錐裡可得一分，連擊方式入袋不算。		團隊合作
(2)接球者無論有沒有接到球，都將換到拋球者位置，執行拋球給下一位同學。		

<p>(三)討論：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 老師提出問題，學生回答。 <ol style="list-style-type: none"> (1)排球低手接球重心位置？ (2)低手接球最佳的接球位置？ (3)拋接低手球如何掌握得分要領？ 	5分	老師提問 學生回答
<p>(四)定點低手拋接球尋字卡遊戲：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 球體改為排球執行遊戲。時間5分鐘 2. 6人一組(異質性分組)，分四組，相距約5公尺，拋球者站在指定線上，接球者坐在教學椅，雙手握接力棒用排球低手接球動作，準備起身接球。拋球者由下往上，將球以拋物線的軌跡，拋向隊友。 3. 接球者將球送回拋球者手上後，確認不落地接到球，都將球放會指定線上，拋球者轉身到後方桌上找教學字卡，回來貼於紙本上。 4. 不論拋球者有沒有接到球，都將球放會指定線上，換接球者拋球，接拋球以輪動的方式進行。 5. 最後教學答案相符合的，可得一分。 6. 成績與前一次活動相加，加總最高為贏家。 	8分	小組競賽 團隊合作 實作：學生能正確做出低手接球動作
<p style="text-align: center;">三、綜合活動</p> <ol style="list-style-type: none"> (一)優秀同學示範，並討論其優缺點。 (二)教師講評。 (三)點名並請同學清點器材、整理場地。 	7	師生討論

觀課者： _____

★分組情形：學生背心號碼和姓名

第一組 背心顏色 (綠隊)	1. 劉睿凡	4. 曾雯淇
	2. 劉宥均	5. 周芸蓁
	3. 林杰逸	6. 魏語卉

第三組 背心顏色 (黃隊)	1. 楊秉叡	4. 廖妍雅
	2. 陳治羽	5. 林品彤
	3. 湯叡彬	6. 徐蕾

第二組 背心顏色 (紅隊)	1. 羅皓	4. 陳沐晞
	2. 林品宸	5. 楊紫晴
	3. 涂禾豐	6. 宋芝嫻

第四組 背心顏色 (藍隊)	1. 鄧宇宸	4. 吳苡彤
	2. 黃宇豪	5. 詹悅嫣
	3. 黃育咸	6. 陳宥蕎

★學習觀察指標
A 低手接球的正確位置和方向感。
B 能積極地參與課程活動。
C 能同理他人與同學正向溝通及討論。
D 主動表達及分享。

★較需觀注之學生		
組別	姓名	行為簡述
二	宋芝嫻	注意力不集中，動作技能弱。
三	湯叡彬	理解力較差，人際關係較差，注意力不集中。

觀察對象： 外觀(全班) 內觀(組別)

學生代號 (號碼衣)	教學歷程活動紀錄(勾選及質性文字摘要)
	A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/>
	A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/>
	A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/>

	A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/>
	A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/>
	A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/>

觀課收穫及心得

(可針對教學者優點、學生學習狀況及在觀課過程中的收穫等方面簡述)

--

背心顏色 _____ 隊名： _____

第一階段分數 _____ + 第二階段分數 _____

排球低手接球

常用於接發球，接扣球，接攔回球，修正球



手部動作

- 1.手掌交握
- 2.大拇指併攏
- 3.手臂打直
- 4.肩膀抬起夾緊
- 5.擊球位置於手腕向上10-20公分處
- 6.上半身保持前傾，重心略低

腳步動作

- 1.左右腳擇一趨前，站出前後腳
- 2.雙腳左右間的寬度比肩寬更寬一些
- 3.膝蓋微彎並且保持彈性，讓雙腳可隨時移動。
- 4.送球時，手臂固定住不揮動
- 5.利用大腿站起的力量來送球。

