

106-107 年素養導向體育課程轉化與教學方法研發

組別：網/牆運動（排球）

組長：劉曜銘

壹、設計理念

國小階段藉由遊戲競賽，讓學童可以在遊戲中了解排球的基本規則、技巧學習；透過多方的自我體驗、參與，協助學生思考，從活動中發揮運動精神；擔任觀察者及參與者的角色互換，了解擊球的要領及方法；在過程中透過小組合作的競賽活動，讓學童體會團隊合作的精神。設計由淺入深的教學流程，讓學生容易上手！

貳、課程大綱（第一~三階段）

第一學習階段，4 節 + 第二學習階段，4 節 + 第三學習階段，6 節+ 第四學習階段，9 節+ 第五學習階段，9 節= 32 節。

| 類別 | 網/牆—排球 | | | | | |
|------|------------------------------|----------------|----------------------------------|-------------|-------------------|---------------------|
| 適用階段 | 第一階段 | | 第二階段 | | 第三階段 | |
| 單元名稱 | 「排」隊，向前看齊 | | 排排做 | | 逗陣玩排球 | |
| 主要目標 | 排球的基本原理與遊戲，並能透過思考與討論來解決學習任務。 | | 了解排球運動的簡易規則與禮儀，並展現團隊合作精神、互相關懷的態度 | | 了解排球的規則，展現團隊合作精神。 | |
| 課程大綱 | 1 | 球感練習-桌球 | 1 | 大力士 | 1 | 高/低手傳球 |
| | 2 | 球感練習-網球 | 2 | 一人拋接 | 2 | 發球/接發球 |
| | 3 | 神射手(拋接) | 3 | 二人拋夾 | 3 | 逗陣玩排球(規則與禮儀) |
| | 4 | 叫叫圓(走動式拋接) | 4 | 火車過山洞(空間概念) | 3 | 支援前線(高/低手傳球加入) |
| | 5 | 一條龍(戰術應用) | 5 | 井字排球 | 5 | 翻轉吧!排球(支援接應觀念) |
| | 6 | 旗海飄飄賽(隔網賽戰術應用) | 6 | 氣排球(認識規則) | 6 | 王牌大進擊(前排舉球與高手擊球的應用) |
| | | | 7 | 羽球隔網拋接 | 7 | 攻防策略應用 |

| | | | | | |
|------|------------------------------|------------------------------|--------------|------------------------------|---------|
| | | 8 | 氣排球(隔網賽戰術應用) | 8 | 戰術討論與分享 |
| | | 9 | 隔網運動總結 | | |
| 撰寫成員 | 謝玉姿(新竹市建功國小) 葉仰道(新竹縣安興國小) | 謝玉姿(新竹市建功國小) 葉仰道(新竹縣安興國小) | | 黃志成(臺北市明湖國小) 葉仰道(新竹縣安興國小) | |

參、第一階段教學案例

一、教學設計理念說明：

以學生的基本能力拋接球為出發點，活動中有遊戲，遊戲中有討論，討論中有檢核，讓學生充分的思考並執行戰術。讓學生了解排球運動的進行方式後，再循序漸進地將排球規則和技能融入簡易的遊戲中，進而提升學生的排球比賽表現。

二、學習目標：排球的基本原理與遊戲，並能透過思考與討論來解決學習任務。

- ◎認知：了解排球運動的簡易規則與禮儀。
- ◎情意：展現團隊合作的精神、互助關懷的態度。
- ◎技能：應用排球戰術和技能來進攻與防守。
- ◎行為：培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。

三、核心素養的展現：

本課程設計遵循十二年國民基本教育核心素養導向的概念。本教材之學習內容、學習表現，希望男、女生都能熟練排球之各種技巧運用於活動中，除了使學生能持續熟練各種技巧外，也融國際教育議題，也培養學生遵守運動規則制定的意義以養成遵理守法的態度，更盼能培養運動家的精神。

四、第一階段教學單元案例：

| | | | | |
|-------------|---------|--|--------|--|
| 領域/科目 | | 健康與體育領域 | 設計者 | 謝玉姿、葉仰道 |
| 實施年級 | | 第一學習階段 | 總節數 | 4節 |
| 單元名稱 | | 「排」隊，向前看齊 | | |
| 學習重點 | 學習表現 | 3c- I -1 <u>表現基礎與模仿性動作能力</u> | 領綱核心素養 | 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。 |
| | 學習內容 | Ha- I -1 <u>排球運動簡易的拋、接之手眼動作協調、力量及準確的控制</u> | | |
| 議題融入 | 實質內涵 | 人E3了解每個人需求的不同，並討論與遵守團隊的規則 | | |
| 教學活動內容及實施方式 | | | | 學習重點暨核心素養呼應說明 |
| 第 | Play 策略 | 學生操作個人桌 | | |

| | | |
|---------------------------|---|--|
| <p>1 節</p> | <p>器材：桌球拍、桌球、小皮球、廣告旗、球籃</p> <p>(一)遊戲比賽</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.球感練習 1-每人持桌球拍，將球放在桌球拍上，10 秒桌球不落地。 2.球感練習 2-每人持網球一顆，拋接網球 10 次不落地。 3.熱身活動-兩人徒手拋接球、走動式拋接球。 4.神射手-兩人一組，手拿廣告旗飛盤。 <p>(1)一隊 6-8 人，排成一列距離 3m 放置球籃，每一組有 5 顆小皮球，最快將 5 顆球拋進球籃中獲勝！</p> <p>(2)一隊 6-8 人，排成一列距離 5m 放置球籃，每一組有 5 顆小皮球，最快將 5 顆球拋進球籃中獲勝！</p> <p>(3)一隊 6-8 人，排成一列距離 7m 放置球籃，每一組有 5 顆小皮球，最快將 5 顆球拋進球籃中獲勝！。</p> <p>*低年級的學生得失心重，常常有輸球就責怪隊友，老師須在比賽前多多宣導運動家精神及多讚美自己隊友，營造發揮團隊精神、互助合作的氛圍。</p> <p>(二)戰術討論</p> <p>在比賽前、中、後進行戰術討論是為了促進學生對遊戲戰術的思考並增加同組的溝通、表達能力，因為低年級對於思考、述說的脈絡較不清楚，故老師應巡視各組引導學生。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 師生問答： <ul style="list-style-type: none"> 要怎樣方式球才會拋進球籃中？ 參考答案：記好自己的名稱、代號、兩個人默契要好手要伸直、瞄準。 2. 小組討論： <p>請各隊圍成一個圓圈，拿著戰術板，討論怎樣的方式可以最快得分？要注意什麼？</p> <p>(三)返回比賽</p> <p>學生返回神射手的比賽，老師從旁觀察學生使否落實剛剛討論的戰術，是否提升比賽表現。</p> <p>(四)討論分享</p> <p>在討論分享中，學生可以藉由互動對話 的討論過程，提出質疑、釐清概念的學習活動。藉由簡易性的遊戲比賽，找到解決遊戲問題情境的方法，並增加排球興趣及比賽表現。</p> | <p>球置拍面穩定性、個人網球拋接、個人小皮球拋接及兩人廣告旗飛盤合作拋球。</p> <p>引導學生學習以同理心與他人溝通並解決問題。 (健體-E-C2)</p> |
| <p>教學活動內容及實施方式</p> | | <p>學習重點暨核心素養呼應說明</p> |
| <p>第 2 節</p> | <p>Play 策略</p> <p>器材：排球、廣告旗飛盤</p> <p>(一) 遊戲比賽</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.熱身活動-將之前上的 1 次課程當熱身活動。 | <p>學生間團隊成員合作操作團體排球拋接球。</p> |

(1)二人網前拋接-手拿廣告旗飛盤互相拋接。

2. 叫叫圓~4 隊圍圓，二人一組叫組別名稱(顏色、序號、組號等)球網中間上拋，叫到的組別接到球後再叫其他組，以此類推。(先叫名稱再拋球)



(1)一隊 6-8 人，圍成圓圈，組員自己安排距離，先練習順時針著輪流接球，每一次拋球需要將球拋在圓心，下一個人往圓心接球。一組指定一人喊名稱，以免錯亂！

(2)兩隊併成一個圓，組員自己安排距離，組別名稱(紅 1、藍 4)叫到的組別往圓心接球，每漏接一球，對方就贏一分，得 5 分後換組對抗。

(3)4 隊併成一個圓，組員自己安排距離，組別名稱(紅 1、藍 4)叫到的組別往圓心接球，每漏接一球，對方就贏一分，得 5 分後即獲勝。

*低年級的學生得失心重，常常有輸球就責怪隊友，老師須在比賽前多多宣導運動家精神及多讚美自己隊友，營造發揮團隊精神、互助合作的氛圍。

(二)戰術討論

在比賽前、中、後進行戰術討論是為了促進學生對遊戲戰術的思考並增加同組的溝通、表達能力，因為低年級對於思考、述說的脈絡較不清楚，故老師應巡視各組引導學生。

1. 師生問答：

要怎樣進行才能最快得分？

參考答案：記好自己的名稱、代號、兩個人默契要好。

2. 小組討論：

請各隊圍成一個圓圈，拿著戰術板，討論怎樣的方式可以最快得分？要注意什麼？

(三)返回比賽

學生返回叫叫圓的比賽，老師從旁觀察學生使否落實剛剛討論的戰術，是否提升比賽表現。

(四)討論分享

讓學生在有互動經驗活動下，建構自己的知識、情意、技能及行為，並找到解決問題情境的方法，並增加排球運動興趣。

學習與人正向互動，並以同理心與他人溝通並解決問題。(健體-E-C2)

教學活動內容及實施方式

學習重點暨核心素養呼應說明

第 3 節

Play 策略

器材：排球、廣告旗飛盤、角錐

(一)遊戲比賽

1. 熱身活動-將之前上的 2 次課程當熱身活動。

學生間團隊成員合作操作排球拋接球。

| | | |
|---------------------------|---|---|
| | <p>(1)二人網前拋接-手拿校旗飛盤互相拋接。</p> <p>(2)叫叫圓~4 隊圍圓，二人一組叫組別(顏色、序號、組號等)球網中間上拋，叫到的組別接到球後再叫其他組，以此類推</p> <p>2. 一條龍~隔網比賽分 4 隊，球最快到達終點者獲勝(每組都必須接到球，不能跳組傳)-傳完球後要往前排隊</p>  <p>(1)一隊 6-8 人，起始點固定，組員自己安排距離，人不動球動，每個點都需接到球，球落地，原地撿起往前傳，最快到達終點者獲勝。</p> <p>(2)一次出發一組，下一組必須往前跑等待，球掉了，原地撿起往前傳，最快到達終點者獲勝。</p> <p>*低年級的學生得失心重，常常有輸球就責怪隊友，老師須在比賽前多多宣導運動家精神及多讚美自己隊友，營造發揮團隊精神、互助合作的氛圍。</p> <p>(二)戰術討論</p> <p>在比賽前、中、後進行戰術討論是為了促進學生對遊戲戰術的思考並增加同組的溝通、表達能力，因為低年級對於思考、述說的脈絡較不清楚，故老師應巡視各組引導學生。</p> <p>1. 師生問答：</p> <p>當我們要往前傳，甚麼方式最快抵達終點？</p> <p>參考答案：球不落地，每一組都可以接到球。</p> <p>2. 小組討論：</p> <p>請各隊圍成一個圓圈，拿著戰術板，討論怎樣的方式可以最快抵達終點？要注意什麼？</p> <p>(三)返回比賽</p> <p>學生返回一條龍的比賽，老師從旁觀察學生使否落實剛剛討論的戰術，是否提升比賽表現。</p> <p>(四)討論分享</p> <p>透過分享、討論和指引學生學習的方向；並採用增強原理，透過即時的獎賞或讚美，給予學生適時的回饋，更能增進學生的排球學習效果。</p> | <p>學習與人正向互動，並以同理心與他人溝通並解決問題。(健體-E-C2)</p> |
| <p>教學活動內容及實施方式</p> | | <p>學習重點暨核心素養呼應說明</p> |
| <p>第 4 節</p> | <p>Play 策略</p> <p>器材：排球、羽球場、球架、球網、廣告旗飛盤。</p> <p>(二) 遊戲比賽</p> <p>1. 熱身活動-將之前上的 3 次課程當熱身活動。</p> <p>(1)二人網前拋接-手拿廣告旗飛盤互相拋接。</p> <p>(2)叫叫圓~4 隊圍圓，二人一組叫組別(顏色、序號、組號等)球網中間上拋，叫到的組別接到球後再叫其他組，以此類推</p> | <p>學生間團隊成員合作操作排球拋接球。</p> |

(3)一條龍~分4隊，球最快到達終點者獲勝(每組都必須接到球，不能跳組傳)-傳完球後要往前排隊

2. 旗海飄飄賽~隔網比賽(場地大小不限，要規定界內、外線即可)



(1)得分5分換隊比賽，5 vs 5

(2)球在自己場內只能三次，第三次球就必須到對方場地。

(3)每一組在同一球中只能有一次接球機會。



(4)落地得分，每次不同發球組，發球位置不限制，但需一次就發到對方場地。

*低年級的學生得失心重，常常有輸球就責怪隊友，老師須在比賽前多多宣導運動家精神及多讚美自己隊友，營造發揮團隊精神、互助合作的氛圍。

學習與人正向互動，並以同理心與他人溝通並解決問題。(健體-E-C2)

(二)戰術討論

在比賽前、中、後進行戰術討論是為了促進學生對遊戲戰術的思考並增加同組的溝通、表達能力，因為低年級對於思考、述說的脈絡較不清楚，故老師應巡視各組引導學生。

1. 師生問答：

當我們發球的時候，應該要將球發在對方場地的什麼位置可以增加我們的得分機會？

參考答案：沒人的地方、兩組中間、較不會接球的那組等

2. 小組討論：

請各隊圍成一個圓圈，拿著戰術板，討論怎樣的進攻容易得分？防守時要注意什麼？

(三)返回比賽

學生返回旗海飄飄的比賽，老師從旁觀察學生是否落實剛剛討論的戰術，是否提升比賽表現。

(四)討論分享

在討論分享中，讓學生有機會能與不同隊的隊員分享獲勝、成功的經驗，包括比賽戰術、隊型排法、團隊合作等。藉由簡易性的遊戲比賽，找到解決遊戲問題情境的方法，並增加排球興趣及比賽表現。

1.進攻戰術：空位、平球、角落。

2.防守戰術：分配位置、移位接球，喊聲接球。