



體育課好好玩—排球教學活動設計

設計者：

老少咸宜的體育活動，自從 1895 年由美國人威廉·摩根創始以來，只要有適當的場地、球，便可以開始進行刺激的排球運動。而在國小階段，藉由遊戲競賽，讓學童可以在遊戲中了解排球的基本規則；透過多方的自我體驗，進而學會簡單的發球技巧；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、教師都可以「排」除萬難！ |



單元活動名稱	排除萬難	本單元節數	1	教材難易度	<input type="checkbox"/> 簡單(低) <input checked="" type="checkbox"/> 普通(中) <input type="checkbox"/> 挑戰(高)
年級	國小四年級	上課時間	40	教學資源	彈力球、角錐
教學目標	1. 認知：能認識排球的基本規則。 2. 技能：能以低手托球接球及將球傳回對方場地。 3. 情意：能發揮團隊合作的精神。			行為目標	1-1 能知道需將排球擊回對方場地。 1-2 能知道排球的得分方式。 1-3 能知道排球基本的擊球方式。 2-1 能利用雙手手腕以低手方式接球。 2-2 能利用雙手手腕以低手方式將球擊回。 3-1 能互相提醒球落下的方向。 3-2 接球的人能主動喊出聲音。 3-3 能發揮團隊互助的精神。
教材分析	<pre> graph TD A[表現全身性活動的能力] --> B[簡單的全 身活動] A --> C[操作運動設 備的能力] A --> D[舞蹈、 體操等] A --> E[遊戲] C --> F[飛盤] C --> G[排球] C --> H[其他球類] G --> I[空間移動] G --> J[肢體協調] G --> K[團隊合作] </pre>			環境分析	<pre> graph TD A(劃分兩區合 適的大小) --> B(地面平整 無凹凸) A --> C(學生分組 安排) </pre>

配合之行為目標	教學流程	教學資源	時間	身體功能訓練描述	活動調整方式
1-1 1-2 3-1 1-3 2-1 2-2 3-1 3-2	<p>一、準備活動：</p> <p>1. 暖身操：教師帶領學生做暖身運動，防止運動傷害產生。</p> <p>2. 器材安排</p> <p>二、發展活動：</p> <p>1. 排球擊球比賽：</p> <p>1-1 將學生分成四組，二組觀察及二組比賽，一組六個人，每組至少要有 3 位女生並將場地分成兩個區域，學生可以以身體各個部位擊球，只要能將球打進對方的場地且落地而不出界就算得一分，女生則得 2 分。球在任何一方場地的擊球次數不限。</p> <p>1-2 教師提問：</p> <p>師：剛才有用到身體哪些部位擊球？</p> <p>生：頭、肩膀、手臂、手跟腳。</p> <p>師：用哪個部位擊球比較容易控制球的方向，把球擊到對方的區域裡？</p> <p>生：手臂或手。</p> <p>師：那以手臂或手可以用什麼方式將球擊回呢？</p> <p>生：由下往上單手或雙手擊球，高手托球等。</p> <p>2. 教師簡短說明排球史及排球常用的四種技巧並以低手托球為教學目標。</p> <p>2-1 教師示範低手托球的技巧。</p> <p>2-2 讓學生兩兩互相練習。</p> <p>3. 低手托球比賽。</p> <p>3-1 學生分四組，二組觀察及二組比賽，一組六個人，每</p>	彈力球、角錐	5' 6' 4' 10' 10'	暖身 身體協調 手腕及手部肌肉運用	◎不設網 ◎以軟式排球或沙灘球代替

3-3	<p>組至少要有 3 位女生，並將場地分成兩個區域，來進行比賽。</p> <p>3-2 只限以低手托球技巧擊進對方場地並落地為得 1 分，擊出界者由對方得 1 分，女生擊進對方場地並落地為得 2 分。</p> <p>3-3 時間內得到最高分者獲勝。</p> <p>三、綜合活動：</p> <p>1. 問題與討論</p> <p>師：用身體的哪個部位比較容易將球送到想要的位置？為什麼？</p> <p>生：手腕。因為手腕最容易控制球的方向。</p> <p>師：用什麼方式，比較容易接到對方發過來的球？為什麼？</p> <p>生：低手托球。因為接球的角度比較容易掌握。</p> <p>2. 教師總結重點，整理器材。</p>		5'		
-----	--	--	----	--	--

教學省思

本教學法是採用 TGFU ([Teaching game for understanding](#)) 來設計教案，有別一般的傳統式教學法，兩種教學法都有各自的優缺點，而近幾年接觸 TGFU，讓我發現學生透過 TGFU 在學習上會主動去省思學習，而這是傳統式教學法沒有的部分，所教授的認知、情意、技能的學習保留時間也比傳統教學法來得長，當然最重要的是學生是有效學習、快樂的成長。在教案設計中除了降低比賽規則上的門檻之外，透過合作學習讓彼此之間互相關注以達到發揮團體精神的功效，讓平常討厭上體育課的學生們也慢慢喜歡上體育課了。未來希望持續設計各個適合學生的創意教案來提供給大家，讓學生能在學習中快樂並且不停的省思及激發學生的潛能。

