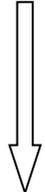


教案格式

| 項目 | 排 球 | 教材難易度 | <input type="checkbox"/> 簡單(低) | <input checked="" type="checkbox"/> 普通(中) | <input type="checkbox"/> 挑戰(高) |
|------|--|-------|--------------------------------|---|--------------------------------|
| 單元名稱 | 躲 避 排 球 賽 | 階段 | 高中一至三年級(上學期) | 時間 | 200 分鐘(四節) |
| 參考資源 | 1. 誣謗 2. 育達文化 3. 網路資訊 | | | 人 數 | 40-42 人 |
| 單元目標 | <p>1. 「認知」</p> <p>1-1 認識排球場地之規劃</p> <p>1-2 瞭解排球基本規則</p> <p>1-3 瞭解各技能操作時機</p> <p>2. 「情意」</p> <p>2-1 透過 Mosston 互惠式教學法使同學間互相學習與指導</p> <p>2-2 藉由遊戲活動使同學間培養合作態度與團隊默契</p> <p>3. 「技能」</p> <p>3-1 可做出排球低手發球技能</p> <p>3-2 可做出排球低手接發球技能</p> <p>3-3 可做出排球肩上發球技能</p> <p>3-4 可做出排球托球技能</p> <p>3-5 可做出排球扣球技能與攻擊步</p> <p>4. 「先備經驗」</p> <p>(一年級)</p> <p>1. 躲避球</p> <p>2. 排球低手接、傳、發球</p> <p>(二年級)</p> <p>1. 排球肩上發球</p> <p>(三年級)</p> <p>1. 排球基本技能(接、發、扣球)</p> | | | | |
| 教學資源 | 1. 排球 2. 白板 3. 籃球場 4. 躲避球場 5. 排球場地圖 | | | | |

| | | | | | |
|-----|---|-----|--|--|-----|
| 10' | <p>2. 互惠練習</p> <p>(集合說明發球動作)</p> | 2-1 | <p>3.1 三人互惠練習</p> <p>2.1.1 一人拋球，一人擊球，一人動作回饋</p> <p>2-1</p> <p>3.2 三人擊球練習</p> <p>2.2.1 三人一組(向上拋球，球落地彈起後再擊球)</p> <p>2.2.2 三人一組 互相拋球擊球</p> <p>(集合發球動作教學)</p> | | |
| 10' | 3. 發球 | 3-1 | <p>3.1 低手發球動作複習</p> <p>3.2 肩上發球動作教學</p> <p>3.2.1 對牆近距離發球練習</p> <p>3.2.2 三人三角肩上發球練習</p>  <p>http://web.ntpu.edu.tw/~sunday/volleyball_classroom.htm#第二講-接發球</p> | <p>教師示範</p> <p>對牆力道的掌控</p> <p>三人互惠</p> <p>肩上發球</p> | 排球 |
| 15' | <p>4. 隔網擊球</p>  <p>【綜合活動】</p> <p>1. 教師動作指導回饋</p> <p>1'</p> <p>2. 精彩動作欣賞</p> <p>1'</p> <p>3. 發球規則介紹</p> <p>1'</p> <p>4. 收操與收器材</p> <p>『第一節課結束』</p> | 2-2 | <p>4.1 小組間 隔網擊球練習</p> <p>4.1.1 低手發球(後端線)加低手傳接球</p> <p>4.1.2 肩上發球(攻擊線與後端線間)加低手傳接球</p> <p>【綜合活動】</p> <p>1. 教師動作指導回饋</p> <p>2. 精彩動作欣賞</p> <p>3. 發球規則介紹</p> <p>4. 收操與收器材</p> <p>『第一節課結束』</p> | <p>肩上發球</p> <p>慢慢加大</p> <p>發球距離</p> | 排球場 |

| | | | | | |
|---|---|---|--|-------------------------------|--|
| <p>(5')</p> <p>(5')</p> <p>(15')</p> <p>(10')</p> <p>2'</p> <p>1'</p> <p>2'</p> | <p>(二年級)</p> <p>1. 托球動作複習</p> <p>2. 扣球動作教學</p> <p>3. 扣球練習</p> <p>4. 組合練習</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p style="text-align: center;">【綜合活動】</p> <p>1. 教師動作指導回饋</p> <p>2. 精彩動作</p> <p>3. 規則介紹</p> <p>4. 收操與收拾器材</p> <p style="text-align: center;">『第二節課結束』</p> | <p>(二年級)</p> <p>2-1</p> <p>1-3</p> <p>3-5</p> <p>2-1</p> <p>2-2</p> | <p>(二年級)</p> <p>1.1 雙人互惠托球動作複習</p> <p>1.1.1 教師示範與說明托球動作</p> <p>1.1.2 學生互惠托球練習</p> <p>2.1 扣球時機說明</p> <p>接受隊友作球且可攻擊與快攻時</p> <p>2.2 扣球動作教學</p> <p>2.3 扣球步伐教學(攻擊步)</p>  <p>http://web.ntpu.edu.tw/~sunday/volleyball_classroom.htm#第二講-接發球</p> <p>3.1 雙人互惠對牆擊扣球</p> <p>3.2 原地自拋自扣球練習(隔網)</p> <p>3.3 雙人隔網互拋互扣球練習</p> <p>4.1 組合練習(降低球網、兩面場地)</p> <p>五人一組，一面場地先進行托球與扣球練習，另一面場地則進行低手接扣球(托球不熟者可以拋球代替)</p> <p style="text-align: center;">【綜合活動】</p> <p>1. 教師動作指導回饋</p> <p>2. 精彩動作</p> <p>3. 規則介紹</p> <p>4. 收操與收拾器材</p> <p style="text-align: center;">『第二節課結束』</p> | <p>同儕互相回饋</p> <p>注意扣球手部動作</p> | |
|---|---|---|--|-------------------------------|--|

| | | | | | |
|---|---|--|--|--|--|
| <p>3' 6' 1' 5' 30' (5') (5') (25') 2' 1' 1'</p> | <p>『第三節課開始』 【準備活動】 1. 基本伸展活動 2. 雙人互拋、互擊球 3. 介紹今日課程 ↓ 【主要活動】 (一年級) 1. 基本規則介紹 2. 實戰經驗 (二年級) 1. 規則複習 2. 扣球練習 3. 6vs.6 競賽 ↓ 【綜合活動】 1. 教師動作指導回饋 2. 精彩動作 3. 規則介紹 4. 收操與收器材 『第三節課結束』</p> | <p>1-2 2-2 1-2 3-5 2-2</p> | <p>『第三節課開始』 【準備活動】 1.1 全身性伸展活動 2.1 雙人面對面互相拋接球 2.2 雙人面對面互相低手傳接球或托球 3.1 (一年級) 規則說明、6 vs.6 對抗賽 (降低網) 3.2. (二年級) 6 vs.6 對抗賽 (降低網) 【主要活動】 (一年級) 1.1. 發球規則 1.2 比分介紹 1.3 6 vs.6 位置介紹 1.4 擊球基本規則介紹 3.1 七組 6 vs.6 競賽 (比分15分) (女網高、肩上發球、未比賽隊伍學習擔任裁判) (二年級) 1.1 規則複習 2.1 原地扣球練習 2.2 教師(或學生)托球加扣球(輕跳扣球、攻擊步扣球) 3.1 小組六人對抗賽(需加入扣球) 【綜合活動】 1. 教師動作指導回饋 2. 精彩動作 3. 規則介紹 4. 收操與收器材 『第三節課結束』</p> | <p>每位上場學生在比賽過程中皆須主動接傳球 整場比賽過程中每位學生須至少一次扣球</p> | |
|---|---|--|--|--|--|

| | | | | | |
|------|---|--|---|--|--|
| 5' |  <p>【綜合活動】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 獎懲時間 2. 介紹下堂課程項目 3. 收操與收拾器材 『第四節課結束』 | | <ol style="list-style-type: none"> 2.2.1.2 傳球方式 <ul style="list-style-type: none"> ✓ 低手發球 ✓ 肩上發球 ✓ 單、雙手高拋擲傳球 2.2.1.3 得分方式 <ul style="list-style-type: none"> ✓ 對隊選手雙手或單手將球接起 ✓ 被攻擊球或傳球擊中而未處理好球 2.2.1.4 活球狀態 <ul style="list-style-type: none"> ✓ 使用低手或托球將球擊起，同隊選手或自己可以將球接起 2.2.1.5 比賽時間：一場 9 分鐘 <p>【綜合活動】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 獎懲時間 全勝隊伍接受全班鼓勵，負一場一圈操場 2. 介紹下堂課程項目 3. 收操與收拾器材 『第四節課結束』 | | |
| 修正原則 | <ol style="list-style-type: none"> 一、排球活動 <ol style="list-style-type: none"> 1. 部分孩子不敢直接傳接球，可允許等待球落地彈起後再擊球 2. 可修正三次以上傳球再擊球過網 3. 練習扣球可將網高降低 二、躲避排球 <ol style="list-style-type: none"> 1. 一年級：男生須雙手投擲攻擊 2. 二、三年級：男生須雙手投擲攻擊或經作球後再扣球攻擊 | | | | |

