

中學組教材 (球類)

主持人：國立高雄師範大學 鄭漢吾教授

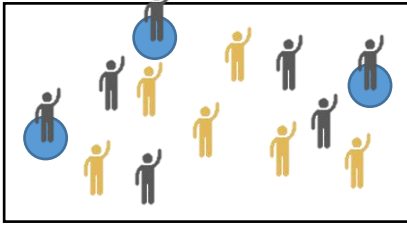
分享者：新北市板橋高中 楊幸鈞教師

高雄市岡山國中 鍾開雲教師

第五學習階段 (高中)

領域/科目		健康與體育領域		設計者	楊幸鈞	
實施年級		第五學習階段		總節數	4 節	
單元名稱		球類戰術策略應用				
學習重點	學習表現	<p>1d-V-2 評估運動比賽的各項策略。</p> <p>2c-V-1 遵守運動規範，展現良好道德情操，並運用於生活當中。</p> <p>2c-V-2 展現包容異己，溝通協調的適切人際互動技巧。</p> <p>3c-V-3 因應不同的運動情境，展現精進與超越個人潛能。</p> <p>3d-V-1 熟練運動技術的學習與比賽策略。</p> <p>3d-V-2 應用系統思考與後設分析能力，解決各種運動情境的問題。</p> <p>4d-V-1 完善發展適合個人之專項運動技能。</p>		領綱核心素養	<p>健體-U-A2 A2</p> <p>具備系統思考、分析與探索體育健康的素養，深化後設思考，並積極面對挑戰，以解決人生中各種體育與健康問題。</p> <p>健體-U-A3 A3</p> <p>具備規劃、實踐與檢討反省的素養，並以創新的態度與作為，因應新的體育與健康情境或問題。</p> <p>健體-U-C2 C2</p> <p>具備於體育活動和健康生活中，發展適切人際互動關係的素養，並展現包容異己、溝通協調及團隊合作的精神與行動。</p>	
	學習內容	Hb-V-1 攻守入侵性運動技術綜合應用及團隊戰術。				
議題融入	實質內涵	性別平等、生涯發展、人權教育				

課程大綱	節次	每節重點
	1	傳球達陣—熟悉場地及比賽基本模式
	2	我是不倒翁—不對等的得分區域規劃，發展人數超載進攻策略。
	3	人人皆是不倒翁—發展球、人的順暢流動。
	4	傳球 Me to We—個人進攻認知發展已逐漸成熟，能選擇適當位置得分。

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2堂	<p>【我是不倒翁】</p> <p>一、 熱身(10min)</p> <p>二、 小組競賽(16min)</p> <p>(一) 全場籃球場擺設三組以圓盤圍成的圈。(如圖所示)</p> <p>(二) 圈中站立進攻方三人負責接球(將背帶綁於手腕上以示區別),不可離開位置。</p> <p>(三) 場中進攻4位 V.S. 防守7位。</p> <p>(四) 進攻將球傳給圈內的隊友並接住,即得1分。</p> <p>(五) 4分鐘之後攻守交換。</p>  <p>三、 小組討論(3min)</p> <p>Q: 如何製造某一位不倒翁可以完全沒有人守,又能順利得分?</p> <p>Q: 在圈圈內的同學如果球接不住怎麼辦?</p> <p>四、 再次比賽-隨機改變進攻防守(16min)</p> <p>4分鐘內,老師隨機吹哨立即攻守交換,增加比賽難度,提高防守積極性。</p> <p>五、 反思分享(5min)</p> <p>戰術發展完成會是誰讓低成就者擔任圈內的接球者,使得低成就者能獲得得分的成就感,但同時須帶領學生思考的是,如何造成比賽中某一方人數超載的原則,以提高另一邊得分的機會,藉此同時發展小組內人際互動及戰術策略。</p>	<p>突破以往得分的框架,發展戰術策略。(3c-V-3)同時分配不同角色於比賽中,使每人都能參與,並各司其職。(健體-U-C2 C2, 4d-V-1)</p> <p>以低成就同學為中心,在傳接球時產出最適當的方法避免失誤。(2c-V-2, 4d-V-1)</p>
第3堂	<p>【人人皆是不倒翁】</p> <p>一、 熱身(10min)</p> <p>二、 小組競賽(16min)</p> <p>(一) 場地擺設及規則如第2堂。</p> <p>(二) 凡抄到球成為進攻隊,該隊任一人皆可進入圈內得分。</p> <p>(三) 4分鐘後換隊比賽。</p> <p>三、 小組討論(3min)</p> <p>請問一直待在圈內等球傳進來比較容易得分,還是隨機進入比較容易?</p> <p>請問進攻要如何發展戰術讓小組較容易得分?</p> <p>四、 再次比賽-天使來了(16min)</p> <p>每隊增加一名天使,防守時可手持棒子打進攻,凡被打到者須原定開合跳兩下方可繼續進攻。</p> <p>五、 反思分享(5min)</p> <p>增加天使角色後,會增加進攻困難度,也提高防守強度,在高複雜性的比賽中,原本設定的小組戰術還是依然有用嗎?為什麼?如果得分率因此降低了,有什麼改變戰術的方法可以提高得分率?</p>	<p>學生需有更流暢的進攻策略,並且小組中每人持球次數應逐漸趨於均衡。(健體-U-C2 C2)</p> <p>天使角色可促進進攻方的流動性,避免停留在原地,也加強防守積極態度。(3c-V-3, 2c-V-1)</p>

第四學習階段 (國中)

領域/科目	健康與體育領域		設計者	鍾開雲
實施年級	第四學習階段		總節數	9 節
單元名稱	排球玩很大			
學習重點	學習表現	<p>1c-IV-1 <u>了解各項運動基礎原理和規則。</u></p> <p>1d-IV-1 <u>了解各項運動技能原理。</u></p> <p>1d-IV-2 <u>反思自己的運動技能。</u></p> <p>1d-IV-3 <u>應用運動比賽的各項策略。</u></p> <p>2c-IV-2 <u>表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</u></p> <p>2c-IV-3 <u>表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</u></p> <p>3c-IV-1 <u>表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。</u></p> <p>3d-IV-2 <u>運用運動比賽中的各種策略。</u></p> <p>3d-IV-3 <u>應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</u></p> <p>4c-IV-3 <u>規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</u></p>	領綱核心素養	<p>健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。</p> <p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>
	學習內容	Ha-IV-1 <u>網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</u>		
議題融入	實質內涵	略		

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第二節	<p style="text-align: center;">本節重點：攻城掠地—低手傳接球</p> <p>人數:30 人 器材:排球場、哨子、排球 15 顆、巧拼 20 片、角標 30 個、碼錶</p> <p>◎準備活動(12 分鐘):</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、器材準備、場地規劃。 二、暖身集合點名。 三、提示今日課程內容—複習低手傳接球。 四、複習排球低手傳接球：如第一節課二人世界 III。若有能力較強的組別，可以做進階版(雙人低手傳接球練習)。 <p>◎攻城掠地(採用 PLAY 教學策略)(30 分鐘)</p> <p style="border: 1px solid black; padding: 2px;">一、P：遊戲比賽</p> <p>遊戲規則：</p> <ol style="list-style-type: none"> (一)全班分成二隊，15 人一隊(採單雙數號分組)。 (二)各隊先將巧拼(土地)與圓盤角標(城堡)平均鋪於敵隊場地 	<p>藉由複習排球低手傳接球，讓學生自由選擇難度(初級版、進階版)以展現自我運動潛能並積極實踐。(健體-J-A1)</p> <p>藉由「攻城掠地」遊戲，讓學生展現團隊合作精神，表現利他合群的態度。(2c-IV-2)</p>

	<p>內。</p> <p>(三)兩人為一組(落單者可3人)，輪流拋傳球搶巧拼(土地)和圓盤角標(城堡)，傳球成功者帶回巧拼或角標後互換位置，最後數量多者為勝。</p> <p>(四)手接版先玩一次，計時1分鐘。</p> <p>二、L：小組討論戰術焦點</p> <p>(一)學生提問規則。</p> <p>(二)概念引導:教師引導學生圍圈小組討論戰術。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 二人一組，是否需改變? 2. 低手擊球技能精熟組別是否先跑至最遠端擊球? 3. 低手接球的技巧? 4. 拋球者球的弧度、距離、位置、高度? 5. 擊球者球的弧度、距離、位置、高度、力量? <p>三、A：返回比賽評估</p> <p>(一)正式競賽，最後計算各隊攻城掠地之數量。</p> <p>(二)進行戰術驗證。</p> <p>(三)確認戰術或修正計畫。</p> <p>四、Y：反思分享</p> <p>(一)請獲勝隊伍分享為什麼能致勝?</p> <p>(二)請落敗隊伍分享為什麼會落敗?</p> <p>(三)二人小組搭配，技巧有哪些?</p> <p>(四)低手傳接球的要領?</p> <p>註:遊戲進階---巧拼(土地)2分和圓盤角標(城堡)1分，敵隊可自行設計擺放位置。</p> <p>◎結束活動(3分鐘)：</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、教師檢討與講評。 二、提示下次課程重點與相關事項。 三、歡呼解散、指導點收器材。 	<p>透過小組討論，引起團體思考對戰策略，培養問題解決能力和團隊合作默契。(3d-IV-3)</p> <p>表現積極正向的學習態度，執行小組討論的各種策略。(1d-IV-3、2c-IV-3、3d-IV-2)</p> <p>邀請獲勝隊伍分享致勝的關鍵、請落敗隊伍反思失敗原因。(1d-IV-2)</p>
教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第三節	<p style="text-align: center;">本節重點：薪火相傳—高手傳接球(托球)</p> <p>人數:30人</p> <p>器材:排球場、哨子、排球15顆、碼錶</p> <p>◎準備活動(12分鐘)：</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、器材準備、場地規劃。 二、暖身集合點名。 三、提示今日課程內容。 四、動態體適能:A. 全面啟動:運用排球場線做折返跑。B. 123木頭人:運用哨音引導學生先動腳再做低手動作，最後跑至網前雙腳垂直跳躍做封網動作。 <p>◎發展活動(30分鐘)：</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、二人世界(複習高手傳接球) 	

- (一)個人高手傳接球動作(不拿球)，弓箭步或與肩同寬，聽哨音一雙手屈肘置於額頭前方「御飯糰」(八字)、二手伸臂向上，10組。
- (二)二人世界 I:四排隊型，前後二人一組面對面，一人站立扶球一人坐著送球動作，同上步驟，10次後交換(同質性分組男生 V.S 男生、女生 V.S 女生)。
- (三)二人世界 II:同上步驟，站立者退後，送球者聽到哨音自拋後高手傳球出去給站立者；站立者接球後把球滾回給坐地者。
- (四)二人世界 III:同上述組別二人一組，隊型改成二排隊型，一人拋球一人高手托球給拋球者接住，先短距離1分鐘交換，再長距離1分鐘交換。

二、薪火相傳 (採用 PLAY 教學策略)

一、P：遊戲比賽

遊戲規則：

- (一)全班分成二隊，15人一隊(採單雙數號分組)。
- (二)全隊平均分至於排球網二側，兩兩隔網面對面，將球依序用高手托球方式將球從球柱甲端傳至乙端。
- (三)全隊每人每顆球只能觸球一次，觸球後球須過球網。
- (四)競賽期間球若落地或未符合資格，此球須重回甲端重新計算。
- (五)計時3分鐘，最後計算球數，球數多者獲勝。

二、L：小組討論戰術焦點

- (一)概念引導:教師喊暫停，引導學生圍圈小組討論戰術。
1. 怎樣比較容易得分致勝?
 2. 一開始上場 15 個人的站位?
 3. 技巧為何?
 4. 最後一位同學只接球? Who?

三、A：返回比賽評估

- (一)進行戰術驗證。
- (二)確認戰術或修正計畫。

四、Y：反思分享

- (一)請獲勝隊伍分享為什麼能保持不敗之地?
- (二)高手托球的要領?
- (三)高手托球平時可如何練習，增加自身技術?

◎結束活動(3分鐘)：

- 一、教師檢討與講評。
- 二、提示下次課程重點與相關事項。
- 三、歡呼解散、指導點收器材。

藉由「薪火相傳」遊戲，讓學生展現團隊合作精神，表現利他合群的態度。(2c-IV-2)

透過小組討論，引起團體思考對戰策略，培養問題解決能力和團隊合作默契。(3d-IV-3)

表現積極正向的學習態度，執行小組討論的各種策略。(1d-IV-3、2c-IV-3、3d-IV-2)

邀請獲勝隊伍分享致勝的關鍵、透過學生具體說明高手托球技術要領與思考自身如何平時練習，增加技術。(1d-IV-2、4c-IV-3)

教學活動內容及實施方式		學習重點暨核心素養呼應說明
第九節	<p style="text-align: center;">本節重點：排球比一比—裁判手勢與規則</p> <p>人數:30 人 器材:排球場、哨子、排球 15 顆、碼錶、任務卡、手勢看板</p> <p>◎準備活動(10 分鐘):</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、器材準備、場地規劃。 二、暖身集合點名。 三、提示今日課程內容。 <p>◎排球比一比(33 分鐘)(採用個人與社會責任模式)</p> <p>一、選擇任務(如附件三)</p> <ol style="list-style-type: none"> (一)全班分成五組，六人一組(同第六節課分組)。 (二)教師準備五個學習任務，請隊長出列，猜拳依序抽任務。 (三)五個學習任務參考如下： <ol style="list-style-type: none"> 1.指示發球、越中線、四擊。 2.界內球、持球、公正球。 3.界外球、二連擊、輪轉錯誤。 4.觸球出界、越網擊球、暫停。 5.觸網/發球未過網、後排攻擊犯規、換場。 <p>二、任務分工</p> <ol style="list-style-type: none"> (一)教師引導小組圍圈分工合作。 <ol style="list-style-type: none"> 1.二人一小組，選一個裁判手勢。 2.一人負責比、一人負責說明。 <p>三、任務展現與說明</p> <ol style="list-style-type: none"> (一)各組展示說明前，教師先提示等下的分組遊戲與說明相關，需仔細聆聽。 (二)同學發表完後，回收任務小卡。 (三)教師依展示表現，排定 Matching Game 競賽優先順序。 <p>四、驗證時刻</p> <ol style="list-style-type: none"> (一)進行分組競賽---Matching Game 接力賽。 (二)競賽規則：每隊依據任務小卡上之裁判手勢和說明，依序配對黏貼至看板上，計時 5 分鐘。 (三)手勢和說明相符應的始得一分。 (四)分數最高組別為勝，每人可加平時成績 20 分。 (五)若同分數組別，則以完成時間最短秒數為勝。 <p>◎結束活動(2 分鐘):</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、教師檢討與講評。 二、提示下次課程重點與相關事項。 三、歡呼解散、指導點收器材。 	<p>運用「個人與社會責任模式」教學策略讓學生自行分配學習任務，讓人人皆有學習工作，培養個人負責任的態度完成小組工作。(1c-IV-1、2c-IV-2)</p> <p>藉由 Matching Game 競賽讓學生透過思考、小組討論自行設計排列接力順序，以完成目標期待。(1d-IV-3、2c-IV-2、2c-IV-3、3c-IV-2、3c-IV-3)</p>