

教學實驗教案與心得記錄

壹、教學實驗基本資訊

- 一、教材類別與項目：競爭類型運動（網牆）
- 二、教材原始學習階段：第三學習階段
- 三、原始作者：黃志成（臺北市明湖國小）、葉仰道（新竹縣安興國小）
- 四、教學實驗學習階段：第三學習階段
- 五、教學者：謝育臻
- 六、實驗節次：共6節

貳、教學活動設計

領域/科目	健康與體育領域		教學者	謝育臻
實施年級	第三學習階段		總節數	6節
單元名稱	逗陣玩排球			
教材來源/參考	體育教材教法叢書、體育課好好玩			
教學資源/設備	軟式排球、角錐、戰術板、羽球筒、球網、球架			
學習重點	學習表現	1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 1d-III-3 了解比賽的進攻和防守策略。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。	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-III-1 排球運動基本運動及基礎戰術。		
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		

設計理念 與 核心素養 呼應說明	透過 PLAY 的教學步驟，由淺至深的技能引導，由遊戲活動到正規比賽的遷移，讓學生能喜歡隔網運動的相關學習，從不同格網運動的球感練習，利用學生喜歡實作、遊戲與競賽的喜好，培養團隊合作與溝通的精神（健體-E-C2），教師引導學生在學習情境的發現與問題，透過報告、討論與觀察，深化基礎動作概念（健體-E-B1），能讓學生喜歡體育、最後愛上體育。
學習目標	
1. 透過排球遊戲認識排球基本原理、比賽規則及禮儀規範（1c-III-1、2c-III-3、3c-III-1）。 2. 應用學習策略，並演練比賽中的進攻和防守策略，提高運動技能學習效能（1d-III-3、3c-III-1、3d-III-1、3d-III-3、Ha-III-1）。 3. 運用小組競賽、報告、討論與觀察任務，了解排球的基本動作操作原理，與同儕合作、思考與討論來解決學習任務（1d-III-3、2c-III-3、4d-III-1、Ha-III-1）。	

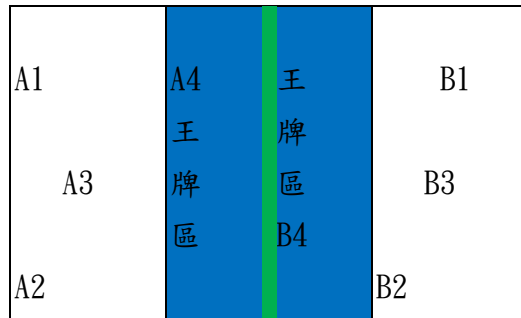
課程 大綱	節次	每節重點	教學實驗
	1	逗陣玩排球、發球	
	2	支援前線、高/低手傳球	
	3	王牌大進擊、攻防策略	
	4	樂樂排球（一）	
	5	樂樂排球（二）	
	6	樂樂排球（三）	

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 1 節	Play 策略 1. 人數：4-5 人一組（異質性分組） 2. 器材：軟式排球、角錐、戰術板、羽球筒、球網、球架 3. 場地範圍：可利用學校現有球場或角錐標示 3-4 個比賽場地，本節以羽球場為例。 （一）遊戲比賽 1. 熱身活動- （1）排球趴趴 GO-走跑繞場熱身活動：走跑場地 3 圈。 （2）快樂拋接球：二人隔網拋接球練習（高手、低手、背後）、四角傳球練習。 （3）發球練習（球座式發球）：學生複誦動作要領 ◇ 左腳在前，右腳在後 ◇ 膝蓋蹲低 ◇ 慣用手後拉往前揮 ◇ 手腕擊中球心 ◇ 拳頭指向擊球的目標 ☆備註：學生在遊戲場地內進行拋接球、傳接球、發球等活動，藉以遷移至「逗陣玩排球」遊戲。	具備規劃、實踐與檢討反省的素養，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）

2. 「逗陣玩排球」遊戲規則與禮儀

學生在有趣的遊戲中，以手拋球來進攻，以手接住球來防守。「每位隊員皆傳接球」的用意則是增加每位學生的參與度與運動量，並養成轉身接應球的習慣。最後由王牌在網前進攻，藉以引導學生思考進攻的戰術。

- (1) 發球：每隊、每人輪流發球，發球線後方發球。
- (2) 防守：以手接（發）球，每位隊員皆傳接球後，才可回球過網。
- (3) 進攻：每隊選一位王牌，在王牌區高手擲球過網。



- (4) 得分：球落地 2 次以上、球出界等。
- (5) 時間：6-8 分鐘。
- (6) 禮儀：敬禮握手、創意隊呼、服從裁判。
- (7) 網子高度：約 130~140 公分。
- (8) 運動員宣誓：我們熱愛運動，比賽前後會敬禮握手，有精神地隊呼，服從裁判的判決。遇到問題會理性的溝通，或是請教老師。

☆遊戲規則設計與講解注意事項：

教師可以制訂 5 項左右的簡易遊戲規則，講解規則時也應簡明扼要。在學生體驗遊戲後，老師再適時地釐清與補充遊戲規則。

3. 「逗陣玩排球」遊戲變化

教師可依據學生的能力與教學時間的多寡，來進行由易而難的排球遊戲，逗陣玩排球遊戲變化有以下三種：

(1) 簡單：背水一戰

王牌回球時，採用向後拋球的方式，此遊戲是模擬前排隊員向後轉，支援接應隊友的傳球。


(2) 適中：默契百分百

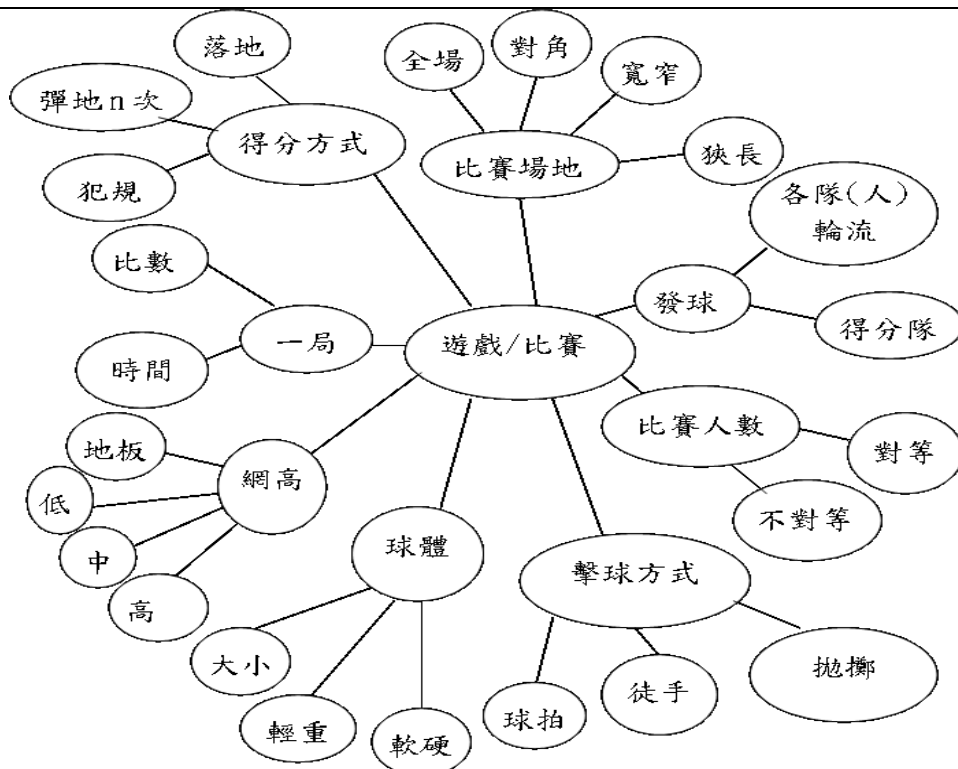
接發球的 A1 同學將球拋到場外定點，A2 同學移位接球後，背向場地傳球，A3 同學接球，王牌再回球過網。此遊戲是模擬比賽時移位支援接球的情境。

3. 困難：發球高手

☆班級經營注意事項

學童在遊戲比賽中，常因得失分與勝負發生爭執與責怪的現象。老師

	<p>應引導學生有問題與爭執時，要請老師協助解決或是判定為公正球等。老師也應常公開讚美能熱心助人的孩子，以發揮見賢思齊的效果，並營造互助合作的氣氛。</p> <p>(二) 戰術討論</p> <p>在比賽前、中、後進行戰術討論目的是為了促進學生對遊戲戰術的思考並增進學生溝通互動與發表的能力，老師應巡視各組引導學童討論，可幫助釐清疑惑，並且適時提問引發同學思考。</p> <p>1. 師生問答：</p> <p>當我們發球的時候，應該將球發到哪些位置可以增加我們得分的機會？</p> <p>參考答案：空位、角落、兩個人中間、弱邊、近身、後場等</p> <p>2. 小組討論：</p> <p>請各隊圍成一個圓圈，拿著戰術板，討論王牌進攻時較容易得分的位置；當我們防守的時候，如何分配位置，防守時要注意什麼？</p> <p>(三) 返回比賽</p> <p>學生返回原先的比賽，或是進行較複雜的挑戰性比賽。教師從旁觀察學生是否能落實剛剛討論的戰術，是否能提升比賽表現。</p> <p>(四) 討論分享</p> <p>在討論分享中，讓學童有機會能與不同組別的隊員分享其成功經驗，包括比賽戰術、團隊合作、相互指導的方式等。藉由簡易性的遊戲比賽，找到解決遊戲問題情境的方法，更能增進排球比賽表現。</p> <p>1. 進攻戰術：假動作、空位、角落、快速球。</p> <p>2. 防守戰術：分配位置、移位接球、轉身面向球、喊我來（喊聲接球）。</p> <p>本節課相關影片介紹： https://www.youtube.com/watch?time_continue=1&v=pL3USX0sSrY</p>	 <p>影片連結QRcode</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 2~4 節	<p>承第一節模組，網/牆性球類遊戲有許多種形式與變化。老師在設計遊戲時，可以依據得分方式、一局（時間或比數）、網子高度、球體、擊球方式、比賽人數、發球、場地形式等元素加以修改。針對國小中年級或初學學生，可進行支援前線、翻轉吧！排球、王牌大進擊、樂樂排球等遊戲。</p>	<p>具備規劃、實踐與檢討反省的素養，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>



網/牆性球類遊戲設計概念構圖

(資料來源：黃志成 (2018) 。翻轉吧！體育！網/牆性球類教學模組。107 年教育部體育署體育教學模組種子教師增能研習手冊。)

(一)「支援前線」排球遊戲 (教學節數 1~2 節)

教師循序漸進地將高手傳球、低手傳球等元素融入排球遊戲中，教師可在比賽進行中暫時中止遊戲，請兩隊學生討論比賽的戰術，遊戲規則如下：

1. 第一人→高手或低手傳球
2. 第二人→以手接球
3. 第三人→王牌區以手接球再舉球
4. 王 牌→低手傳球過網 (輪流當王牌)
5. 網子高度:約 140~150 公分。
6. 排球直徑約 25 公分。

(二)「翻轉吧！排球」(教學節數 1~2 節)

引導學生支援接應的觀念，培養低手向後傳球過網的技能，遊戲規則如下：

1. 第一人→高手或低手傳球
2. 第二人→以手接球
3. 第三人→中場區以手接球再舉球
4. 王 牌→低手向後傳球過網
5. 網子高度約 140~150 公分
6. 排球直徑約 25 公分。

	<p>(三) 王牌大進擊 (教學節數約 2 節)</p> <p>王牌大進擊主要引導學生建立前排舉球與高手擊球的進攻意識，只有 1 位學生能以手接球，其餘學生必須進行 3 次以上的傳球或擊球，讓遊戲更有挑戰性，遊戲規則如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 第一人→高手或低手傳球 2. 第二人→以手接球 3. 第三人→以手接球再舉球 4. 王 牌→高手擊球或傳球過網 	
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 5~6 節	<p>(四) 樂樂排球 (教學節數 2-3 節)</p> <p>樂樂排球遊戲提高排球技能層次的要求，但也設計排球能彈地 1 次以及不限制擊球次數的簡易規則，讓學生在好玩刺激的遊戲中，提升排球比賽表現，享受運動的樂趣與成就感，遊戲規則如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 採高、低手傳球或擊球方式 2. 可直接或落地 1 次後再擊球 3. 擊球次數不限 4. 網子高度：150-160 公分 	<p>具備規劃、實踐與檢討反省的素養，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>
補充說明		學習重點暨核心素養呼應說明
第 4 節	<p>三、教師提問策略</p> <p>老師提問的策略應由聚斂性問題、發散性問題，乃至於高層次的評價性問題。設計問題時，教師應考量空間、時間、力量、關係四個要素。除小組討論外，教師也可以依據 7 何法 (7W) 提出問題，例如：</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>具備規劃、實踐與檢討反省的素養，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>

(一) 進攻

1. Where: 我們要把球發向哪些位置來得分?
2. Why: 我們為什麼要把球發向後場?
3. How: 我們要怎麼做才能把球成功地發到後場(動作要領)?

(二) 防守

4. Who: 誰來接發球?
5. What: 當隊友接球時, 我們應該做什麼來支援接應隊友?
6. Which: 你要移動到哪個位置來支援接應隊友?
7. When: 什麼時候回球過網?

四、技能練習活動

為了幫助學童在遊戲中有更好的比賽表現, 老師可以在遊戲前熱身時, 或是遊戲後, 進行相關的技能練習活動, 以循序漸進的方式, 提升同學們進攻與防守的運動技能。學生應該在類似排球遊戲的情境中進行技能練習活動, 大家都能擔任拋球、傳球與撿球等角色, 盡量利用學校的場地空間, 讓每位學生的練習量最大化。排球是以身體部位擊打球體、動作技較難的運動, 對於初學的國小孩童而言, 球體應該要輕、軟、大, 不但能輕鬆舒適地進行排球遊戲, 也能享受成功的喜悅。

(一) 百發百中: 低手發球練習

(二) 勇敢傳說: 低手、高手傳球練習

將球座置於端線附近, 甲學生低球或高手傳球給王牌區的乙同學。乙同學必須觀察甲同學的動作, 給予正向的回饋後, 再修正同學的動作。

(三) 翻山越嶺: 低手或高手傳球過網

1. 自拋自傳: 自己拋球彈地後, 低手傳球過網。
2. 你拋我傳: 甲同學在王牌區拋球給乙同學, 乙同學低手向前傳球給甲同學, 或是傳球過網。
3. 反轉排球: 甲同學在端線拋球給乙同學, 乙同學低手向後傳球過網。
4. 合作無間: 甲同學拋球過網給乙同學, 乙同學高手傳球過網給甲同學。

(四) 排球向前衝: 在王牌區, 甲同學拋舉球, 乙同學高手擊球過網。

(五) 左右逢源: 甲、乙同學在王牌區拋球, 丙同學左右移位向前傳球。

(六) 接龍大挑戰: 小組成員傳球接龍 10 次以上。

教學評量

教學評量可以採用實作評量的方式，當學生在遊戲比賽時，老師觀察、提問並紀錄學生的比賽表現與討論溝通的情形。例如「策略應用」是指學生能有意圖地發球至空位、後場或角落等位置。支援接應是指學生能轉身或迅速移動至適當的位置，成功地接應隊友的傳球。團隊合作是指能和隊友共同討論比賽的戰術，並鼓勵與協助隊友。教師也可以設計「逗陣玩排球學習單」來進行認知、情意與行為等多元化的評量。

(一) 排球比賽表現教師評量表

1. 策略應用：學生能有意圖地發球至空位、後場或角落等位置。
2. 支援接應：學生能轉身或迅速移動至適當的位置，成功地接應隊友的傳球。
3. 團隊合作：能和隊友共同討論比賽的戰術，並鼓勵與協助隊友。

第4節

學生		評量項目		技能	技能	情意	優點與建議
		策略應用	支援接應	團隊合作			
座號	姓名						
1	郭○○	5	4	5	能發到空位，能認真討論戰術，要移位接球。		
2	黃○○	5	5	3	能轉身接應隊友的傳球，要指導而非責怪隊友。		
3	劉○○	5	5	4	能發到角落，要服從裁判。		
4	林○○	4	4	5	能請老師協助解決問題，接發球時膝蓋要蹲低。		
5	陳○○	3	4	5	能鼓勵隊友，要思考發球的位置。		
6	李○○	5	5	5	能移位接應傳球、熱心指導同學、認真練習。		

非常優良：5分；優良：4分；已經做到：3分；有待改進：2分；努力改進：1分

參、教學實施自我檢核及教學省思

素養導向教學自我檢核指標						
符合程度					指標項目與內含	
符合					未安排	整合知識技能與態度（不僅教知識也要教技能與情意）
符合					未安排	情境化脈絡化的學習（不僅教結果也重視學習的歷程）
符合					未安排	學習歷程、方法與策略（不僅教抽象知識更重視情境學習）
符合					未安排	實踐力行的表現（不僅要在學校中，更要能落實於日常生活）

試教成果與教學提醒	