

國立水里商工 學年度 第 學期

(體育)科教學單元活動設計表

教學單元	排球-低手傳球	教師	盧英娟	人數	40人
教材來源	誦馨、自編	班級	高一	時間	50分
教學研究	<p>教學分析：1.以球為中心，全體朝一致的目標做動作，因此可培養團結一致，合作無間的美德。 2.本單元教材低手傳球動作，必須透過身體各部位協調，由雙手擊球來完成。</p> <p>學生經驗：學生皆具備基本運動能力</p> <p>教學方法：講述、示範、全部練習、觀摩、分段漸進教學法等配合，實施全體教學或分組教學</p> <p>聯絡與發展：告之學生可於課後練習及手腳配合練習</p>				
教學資源	排球場、球、哨子				
教學目標	單元目標		具體目標		
	<p>1、認知方面 了解低手傳球的動作要領與練習方法</p> <p>2、技能方面 學會低手傳球的動作要領與練習方法</p> <p>3、情意方面 對學習低手傳球動作發生興趣並認真練習</p> <p>4、欣賞方面 培養欣賞他人動作和表現自我的態度</p> <p>5、體適能方面 訓練協調、反應、敏捷、速度等能力。 鍛煉健康的身體</p> <p>6、健康（安全）方面 防止運動傷害的安全措施</p>		<p>1-1 能說出低手傳球的媮作要領。 1-2 能說出低手傳球的注意事項。 1-3 能說出低手傳球的功能。 1-4 能說出低手傳球的保護方法並使用。</p> <p>2-1 能做出低手傳球的媮作。 2-2 能保護同學的安全。</p> <p>3-1 對學習低手傳球動作產生興趣，並能認真學習 3-2 能對同學或教師提出的錯誤動作欣然接受並予改正及同儕間教學 4-1 能對同學或教師提出的錯誤動作欣然接受並改正</p> <p>5-1 增進各項體適能的能力 5-2 瞭解自己體能狀況，以增進學習效果 5-3 瞭解肩部的柔軟度對於身體的重要 6-1 能了解自身在運動時的身體狀況 6-2 在運動中能時時注意安全</p>		

教學目標	教學活動	時間	教學資源	教學評量
6-1	壹、準備活動 1.指導學生佈置場地、設備及器材。 2.集合整隊點名，檢查學生的服裝及裝備是否合宜，概述本節課教學內容及學習目標。 3.了解學生的身心狀況，若有不適者，可於一旁見習。 4.暖身活動 (1) 在教學場內做輕鬆慢跑。 (2) 膝關節繞環、弓箭步 (3) 伏地挺身 5.引起動機 提示本節課教學重點，並說明魚躍運動的基本動及運用有哪些類	8'	排球 6 個	是否注意聽講
1-1 2-1 3-1 1-2 2-2 2-3 3-2 5-1	貳、發展活動 一、動作示範及說明 老師先示範低手傳球的動作 二、分段講說 1.講解手部及腳的位置 三、分組練習 1.雙人組一人拋球、一人傳球練習或雙人對傳練習。 2.雙人隔網對傳練習。 3.多人同組傳球練習，以三角傳球、圍圈傳球、平行對列傳球、對列移動傳球練習。 4.練習的程序，由單人到雙人，由雙人到多人，由原地傳球到移動傳球，應循序漸進，在一個動作練習到一定程度後，再進行下一進度的練習。	12' 25'		能跟上教師動作及動作正確
1-3 4-1	參、綜合活動 一、欣賞與講評 說出同學的共同缺點，並強調改正的方法，以加深學生學習印象。 1.選出動作優良學生，在全班同學前示範，讓學生互相觀摩欣賞，並給了講評與鼓勵。 3.以問答方式複習上課內容。 二、整理活動 1.做簡易的靜態伸展運動。 程序：頭、肩、腰、腿、踝繞環。 2.集合整隊清點人數。	5'		能說出自身及同學的優缺點