

示例十六：雙手傳接球

| | | | |
|--------------------|--|---------------|------|
| 參與學校名稱： | 鳳溪廖潤琛紀念學校 | 全班人數： | 27人 |
| 啟導學校名稱： | 方樹福堂基金方樹泉小學 | 每教節時間： | 35分鐘 |
| 班別： | 二年級 | | |
| 單元共需教節： | 4 | | |
| 單元主題： | 操控用具技能 — 雙手傳接球 | | |
| 學生已有知識： | 學生已有拋接豆袋、垂直拋接膠環、單手拍球的經驗 | | |
| 單元目標： | <p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 掌握雙手胸前傳球的動作技巧 2. 原地以雙手傳球至約1.5米的目標 3. 以雙手穩接胸前來球 4. 掌握跑壘遊戲的活動概念 5. 運用雙手胸前傳接球的動作技巧於對抗遊戲和簡單的傳球走位活動中 <p>學生能透過跑步提高運動量和腿部力量</p> <p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 培養對運動的興趣並認真學習 2. 主動協助並提示同伴動作要點，幫助有需要的同學 3. 願意接受同學的意見，反思自己的動作表現，並作出改善 4. 培養學生尊重他人及勇於承擔的態度，並學習互相合作精神 | | |
| 健康及體適能 | | | |
| 運動相關的價值觀和態度 | | | |
| 安全知識及實踐 | <p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 注意周圍環境的安全，傳、接球時留意四周的同學 2. 注意個人空間及一般空間的運用，避免碰撞 | | |

示例十六：雙手傳接球

| | | |
|---------------------|--|--|
| <p>單元目標：</p> | <p>活動知識</p> <p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識雙手胸前傳球的動作要點及詞彙： <ol style="list-style-type: none"> i. 稍微前後腳，兩膝微屈 ii. 雙手持球置於胸前，瞄準目標 (對方胸前) iii. 撥動手腕 iv. 後腳踏前一步，將球用力推出 v. 傳球後，雙手手指指向目標 2. 認識接球的動作要點及詞彙： <ol style="list-style-type: none"> i. 兩膝微屈 ii. 眼望來球 iii. 張開雙手迎球 iv. 穩接來球，順勢將球收到胸前 3. 認識手部動作於傳、接球時方向配合的重要 4. 認識對抗遊戲的概念和玩法 | <p>傳球口訣：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 置胸前 2. 撥手腕 3. 踏前推 4. 指目標 |
| | <p>審美能力</p> <p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 了解控制和協調動作能使動作流暢和產生美感 2. 欣賞優美的表現 3. 指出動作及姿勢的優點及需改善的地方 | |
| <p>動作概念：</p> | <p>空間 (範圍) — 一個人空間/一般空間；空間 (路線) — 直線/曲線；空間 (水平) — 高/中/低</p> <p>空間 (方向) — 前/後、左/右、上/下、逆時針；動力 (時間) — 快/慢</p> <p>關係 (組織) — 一個人/雙人/小組；遊戲概念：對抗遊戲</p> | |

課堂目標及評估安排

| 重點 | 第一節 | 第二節 | 第三節 | 第四節 |
|-----------------|---|--|--|--|
| 體育技能 | <p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 掌握雙手胸前傳球的動作技巧 原地以雙手胸前傳球至約2米遠的目標 | <p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 展示雙手胸前傳球的動作技巧 原地以雙手胸前傳球至約2米遠的目標區域 | <p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 原地以雙手傳球至約2米距離的同伴 以雙手穩接來球 運用雙手胸前傳接球的動作技巧於簡單的傳球走位活動中 | <p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 以雙手穩接來球 運用雙手胸前傳接球的動作技巧於對抗遊戲(隊長球遊戲)中 |
| 活動知識 | <p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 認識雙手胸前傳球的動作要點及詞彙： <ol style="list-style-type: none"> 稍微前後腳，兩膝微屈 雙手持球置於胸前，瞄準目標(對方胸前) 撥動手腕 後腳踏前一步，用力傳球 傳球後，雙手手指指向目標 認識手部動作於傳球時與方向配合的重要 | <p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 認識雙手胸前傳球的動作要點及詞彙(要點見前) 認識手部動作於傳球時的方向配合的重要 | <p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 認識雙手胸前傳球的動作要點及詞彙(要點見前) 認識雙手接球的動作要點及詞彙： <ol style="list-style-type: none"> 兩膝微屈 眼望來球 張開雙手迎球 穩接來球，順勢將球收到胸前 認識手部動作於傳、接球時與方向配合的重要 | <p>學生能</p> <ol style="list-style-type: none"> 認識雙手胸前傳球的動作要點及詞彙(要點見前) 認識雙手接球的動作要點及詞彙(要點見前) 認識對抗遊戲的概念和玩法 |
| * 價值觀和態度 | <ul style="list-style-type: none"> 尊重他人 承擔精神 | <ul style="list-style-type: none"> 關愛 誠信 責任感 | <ul style="list-style-type: none"> 關愛 尊重他人 | <ul style="list-style-type: none"> 關愛 堅毅 尊重他人 |

課堂目標及評估安排

| 重點 | 第一節 | 第二節 | 第三節 | 第四節 |
|--------|---|---|---|---|
| # 共通能力 | <ul style="list-style-type: none"> 溝通能力 協作能力 明辨性思考能力 | <ul style="list-style-type: none"> 溝通能力 協作能力 明辨性思考能力 | <ul style="list-style-type: none"> 溝通能力 協作能力 明辨性思考能力 | <ul style="list-style-type: none"> 溝通能力 協作能力 明辨性思考能力 |
| 評估方法 | <ul style="list-style-type: none"> 教師觀察 提問 | <ul style="list-style-type: none"> 教師觀察 提問 同儕互評 | <ul style="list-style-type: none"> 教師觀察 提問 | <ul style="list-style-type: none"> 教師觀察 提問 |

* 價值觀和態度包括：堅毅、尊重他人、責任感、國民身份認同、承擔精神、關愛、誠信

共通能力包括：協作能力、明辨性思考能力、解決問題能力、溝通能力、運用資訊科技能力、自我管理能力和、創造力、數學能力、自學能力

課堂活動安排

| 課節 重點 | 第一節 (胸前傳球) | 第二節 (同儕互評) | 第三節 (胸前傳球) | 第四節 (跑壘遊戲) |
|--|---|--|---|---|
| <p>猴子摘椰子</p> <ol style="list-style-type: none"> 所有學生變成森林內的猴子，在場內空間隨意跑動，聽到哨子聲作急停，作一個不同水平的猴子造型 情境：猴子看見椰樹上滿滿的椰子，打算摘下來傳給其他猴子同伴 <ul style="list-style-type: none"> 當聽哨子聲作急停，並原地做出摘椰子的動作（跳躍動作） <p>引入活動</p> | <p>自由跑 + 急停</p> <p>於空間自由跑步，當聽到哨子聲：</p> <ol style="list-style-type: none"> 急停 (前後腳、兩膝微屈)： 急停 + *作勢作胸前傳球 <p>*備註：</p> <ul style="list-style-type: none"> 重溫傳球要訣 動作要連貫 | <p>跟隨活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 二人一組，A作帶領者，B作跟隨者，兩人前後相距約兩米，並自由於場內空間站好作準備 聽到哨子聲，兩人同步跑動，跟隨者B必須跟隨帶領者A的移動方法、路線和速度 (B必須在A的身後相距約兩米) 移動期間，當聽到哨子聲二人須同時急停，然後*作勢作胸前傳球。當再聽到哨子聲，再次移動 適時交換角色 <p>備註：</p> <ul style="list-style-type: none"> 重溫傳球要訣 動作要連貫 | <p>跟隨 + 傳接活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 二人一組，A作帶領者，雙手持球，B作跟隨者，兩人前後相距約兩米，並自由於場內空間站好作準備 聽到哨子聲，兩人同步跑動，跟隨者B必須跟隨帶領者A的移動方法、路線和速度 (B必須在A的身後相距約兩米) 移動期間，當聽到哨子聲二人須同時急停，A轉身，並以胸前傳球方式傳球予B；交換角色 <p>備註：</p> <ul style="list-style-type: none"> 重溫傳球及接球要訣 動作要連貫 | <p>對傳接力跑練習</p> <ol style="list-style-type: none"> 四人一組 (A、B、C、D)，每組取一個軟式排球 A、B及C、D (2對2) 分別站於球場左、右兩邊成一直線，並面向球場 |
| <p>胸前傳球練習</p> <ol style="list-style-type: none"> 教師及學生示範動作，並引入胸前傳球的動作要點： <ol style="list-style-type: none"> 稍微前後腳，兩膝微屈 雙手持球置於胸前，瞄准目標 (對方胸前) 撥動手腕 <p>主題發展</p> | <p>講解互評準則及分組練習</p> <ol style="list-style-type: none"> 派發評估表，並講述評估表要點及互評時注意事項 三人一組，填寫互評表的同伴姓名 (A評B、B評C、C評A) 教師以口訣與學生複習胸前傳接球之動作要點 | <p>胸前傳球練習</p> <ol style="list-style-type: none"> 兩人一組，每組取一個軟式排球 著兩位學生示範傳接動作，重溫傳球口訣 | <p>對傳接力跑練習</p> <ol style="list-style-type: none"> 四人一組 (A、B、C、D)，每組取一個軟式排球 A、B及C、D (2對2) 分別站於球場左、右兩邊成一直線，並面向球場 | |

課堂活動安排

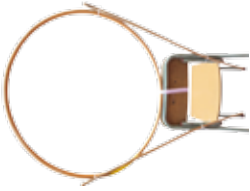
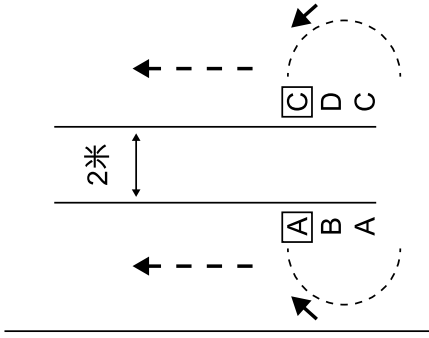
| 課節 重點 | 第一節 (胸前傳球) | 第二節 (同儕互評) | 第三節 (胸前傳接球) | 第四節 (跑壘遊戲) |
|--|---|---|---|---------------|
| <p>iv. 後腳踏前一步，將球用力推出</p> <p>v. 傳球後，雙手手指指向目標</p> <div data-bbox="475 1563 722 1809" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>傳球口訣：</p> <ol style="list-style-type: none"> 置胸前 撥手腕 踏前推 指目標 </div> <p>(1) 作胸前傳球前，準備動作： <ul style="list-style-type: none"> • 稍微前後腳，兩膝微曲 • 雙手持球置於胸前，瞄準目標 </p> <p>(2) 身體配合可增加傳球力量： <ul style="list-style-type: none"> • 快速撥動手腕 • 後腳踏前一步，用力傳球 </p> <p>(3) 手部跟進動作成功將球傳至目標： <ul style="list-style-type: none"> • 雙手指向傳球方向的目标 </p> <p>2. 三人一組，每個學生一個小膠球</p> <p>3. A、B、C排成直行，三人站於場的一邊，面向球場</p> | <div data-bbox="295 1131 542 1377" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>傳球口訣：</p> <ol style="list-style-type: none"> 置胸前 撥手腕 踏前推 指目標 </div> <p>4. 教師提問： (1) 作胸前傳球前，我們應怎樣作準備？ <ul style="list-style-type: none"> • 稍微前後腳，兩膝微曲 • 雙手持球置於胸前，瞄準目標 </p> <p>(2) 身體怎樣配合可增加傳球力量？ <ul style="list-style-type: none"> • 快速撥動手腕 • 後腳踏前一步，用力傳球 </p> <p>(3) 怎樣可準確地傳到球？ <ul style="list-style-type: none"> • 瞄準對方胸前傳球 • 手指傳球後指向目標 </p> <p>5. 教師示範動作，與學生一同檢視動作表現，並講解評分準則</p> <p>6. 教師著一至兩位學生示範，一同檢視並評價示範者的動作表現，並一同評分</p> | <div data-bbox="295 712 542 958" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>傳球口訣：</p> <ol style="list-style-type: none"> 置胸前 撥手腕 踏前推 指目標 </div> <p>3. 教師引導學生檢視傳球同學的動作表現，提出改善方法</p> <p>教師提問： (1) 作胸前傳球前，我們應怎樣作準備？(答案見前)</p> <p>(2) 身體怎樣配合可增加傳球力量？(答案見前)</p> <p>(3) 怎樣可準確地成功傳球？(答案見前)</p> <p>4. 引入接球動作要點？</p> <p>提問： (1) 我們怎樣可以穩接來球？ (2) 你們知道手、眼部動作有那些地方需要配合？</p> <p>接球動作要點：</p> <ol style="list-style-type: none"> 兩膝微屈 眼望來球 張開雙手迎球 穩接來球，順勢將球收到胸前 | <p>3. A傳球給C，並於傳球後跑往對面D的身後；C接球，將球再瞄準傳至B，並於傳球後跑往對面。如此類推</p> <div data-bbox="491 246 1021 560" style="text-align: center;"> </div> | |

主題發展

課堂活動安排

| 課節 重點 | 第一節 (胸前傳球) | 第二節 (同儕互評) | 第三節 (胸前傳接球) | 第四節 (跑壘遊戲) |
|---|--|--|---|---|
| <p>4. 教師著猴子雙手持椰子(球)，A、B、C輪流嘗試將椰子傳至對岸</p> <p>註：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 猴子A先傳椰子，B作猴子的老師(觀察者給予猴子A意見)。A於傳球後排到最後， • B上前，C則作猴子老師(觀察者給予猴子B意見) • 如此類推 • 當三人也完成，依教師指示，慢慢走至對岸拾椰子，然後再開始 <p>照顧學習者多樣性</p> <ul style="list-style-type: none"> • 能力佳者可增加傳球距離，相反可縮短傳球距離 | <p>7. 三人一組，每組一座「藤圈座」(圖示見前)，分組練習傳球入圈</p> <p>(當A進行傳球，B扮演小老師的角色，評價A的動作，並加以提示及鼓勵，以幫助A掌握動作，C則在圈的另一邊拾球)</p> | <p>5. 兩人相隔約2米對視而站，進行對傳練習，互相鼓勵提示，以協作形式進行(如：A接胸前球後，B扮演小老師的角色，評價同伴的動作，並加以提示及鼓勵，以幫助同伴掌握動作)，完成後互換角色</p> <p>照顧學習者多樣性：增強距離練習</p> <p>著學生按個人的學習進展情況及能力，適當地調節傳接球的距離(如傳接連續5次，球不著地，便可增加一大步距離)</p> <p>* 提示：當傳球的距離增加，傳球的力度要相對地增加</p> | <p>傳球大前進</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 兩小組合併為一大組(A、B、C、D四人) 2. A與B、C與D肩並肩，AB組與CD組面對面站，相距約2米 3. A將球傳給C後，迅速走到B的另一旁 4. C接球後，將球傳給B，再迅速走到D的另一旁 5. 如此類推，沿路線前進 | <p>隊長球遊戲</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 全班分為6組，約4-5人一組 2. 全場分為三個場區，每場區內兩組進行隊長球比賽，其中一組戴上色帶，以茲識別 3. 每場區的底線擺放兩個「龍門圈」 4. 相方於指定時間內進行比賽，比賽規則如下： |
| <p>傳椰子大測試</p> <p>(標準傳球入藤圈遊戲)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 三人一組，每組猴子(學生)兩個小膠球 2. A、B、C排成直行，三人站於場的一邊，面向球場 3. 於場中間放置「藤圈座」(見圖示) | <p>同儕互評 — 瞄準傳球入藤圈</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 3人一組，每組一個小膠球 2. A作傳球，B為A評分，C則在圈的另一邊拾球 3. 每人傳球3次機會 4. 角色交換 | <p>傳球大前進</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 兩小組合併為一大組(A、B、C、D四人) 2. A與B、C與D肩並肩，AB組與CD組面對面站，相距約2米 3. A將球傳給C後，迅速走到B的另一旁 4. C接球後，將球傳給B，再迅速走到D的另一旁 5. 如此類推，沿路線前進 | <p>隊長球遊戲</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 全班分為6組，約4-5人一組 2. 全場分為三個場區，每場區內兩組進行隊長球比賽，其中一組戴上色帶，以茲識別 3. 每場區的底線擺放兩個「龍門圈」 4. 相方於指定時間內進行比賽，比賽規則如下： | |

課堂活動安排

| 課節 重點 | 第一節 (胸前傳球) | 第二節 (同儕互評) | 第三節 (胸前傳接球) | 第四節 (跑壘遊戲) |
|--|--|--|---|---------------|
| <p>應用活動</p>  <ul style="list-style-type: none"> 4. 距離：學生與「藤圈座」的距離約2米並於對面底線放置大量豆袋/膠環 5. 猴子A先傳球，B、C單手拍球 <ul style="list-style-type: none"> • 成功入大圈：A於傳球後跑往拾球，再直跑至對面邊線，分左右兩邊返回C身後，中途拾一個豆袋回基地 (1個豆袋為1分) 6. 當A拾球時，B上前，C則繼續拍球。如此類推 7. 教師按每組能力，適時加強難度—備滿10個豆袋，可換細圈在大圈內 <ul style="list-style-type: none"> • 成功入細圈：中途拾一個豆袋回基地 8. 最高分三隊為「椰子神偷」 | <p>評估準則： 動作要點</p> <ol style="list-style-type: none"> i. 稍微前後腳，兩膝微屈 ii. 雙手持球置於胸前，瞄準目標 (對方胸前) iii. 撥動手腕 iv. 後腳踏前一步，用力傳球 v. 傳球後，雙手手指指向目標 vi. 成功傳球入圈 |  <p>6. 若時間許可，可安排分組比賽</p> | <ul style="list-style-type: none"> • 持球者不可持球走動，必須於3秒內把球傳出 • 沒有持球者可隨意走動，攔截對方。惟不得拍打對方手持著的球 • 必須以胸前傳球方式傳球 • 成功將球入圈者得1分 • 最高分的一隊為勝 | |
| <p>整理活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 手和腳部伸展動作 2. 提問及總結要點 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 手和腳部伸展動作 2. 提問及總結要點 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 手和腳部伸展動作 2. 提問及總結要點 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 手和腳部伸展動作 2. 提問及總結要點 | |

(同儕互評表)

操控用具技能 — 雙人傳接球

(被評者) 姓名：_____ (自己)

班別：_____

(評估者) 姓名：_____ (同學)

日期：_____

| 評估項目及準則 | 學生表現* | | |
|--------------------|---|---|---|
| | 做得非常好 | 做得好 | 繼續努力 |
| 雙手胸前傳球的動作要點 | | | |
| 1. 稍微前後腳，兩膝微曲 |  |  |  |
| 2. 雙手持球置於胸前，瞄準目標 |  |  |  |
| 3. 撥動手腕 |  |  |  |
| 4. 後腳踏前一步，將球用力推出 |  |  |  |
| 5. 傳球後，雙手手指指向目標 |  |  |  |
| 效能 | 少有失手 (4/5次以上成功) | 偶有失手 (2/5次以上成功) | 常有失手 (1/5次或少於 1/5次成功) |
| 6. 成功傳球至目標 (入圈) |  |  |  |

* 備註：請圈出適用者。



持球手勢