

臺中市 112 學年度國民中小學推動雙語教學計畫  
雙語課程教案設計  
The Design of Bilingual Lesson Plan

學校名稱 School	長億國小	課程名稱 Course	排球小子
單元名稱 Unit	靈活雙手	學科領域 Domain/ Subject	健康與體育
教材來源 Teaching Material	南一	教案設計者 Designer	翁峻浩
實施年級 Grade	四	本單元共 4 節 The Total Number of Sessions in this Unit	
教學設計理念 Rationale for Instructional Design	期待孩子可以透過教材示範及遊戲中學會低手擊接球，並表現出學習精神，及不斷練習、改善以求進步。		
學科核心素養 對應內容 Contents Corresponding to the Domain/Subject Core Competences	總綱 General Guidelines	A1 身心素質與自我精進 B1 符號運用與溝通表達 C2 人際關係與團隊合作	
	領綱 Domain/Subject Guidelines	<b>健體</b> 健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 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、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康 <b>英語</b> 英-E-A1 具備認真專注的特質及良好的學習習慣，嘗試運用基本的學習策略，強化個人英語文能力。 英-E-A2 具備理解簡易英語文訊息的能力，能運用基本邏輯思考策略提升學習效能。	
	校本素養指標 School-based Competences	None Applicable.	
學科學習重點 Learning Focus	學習表現 Learning Performance	<b>健體</b> 1c-II-1、1d-II-1、2c-II-3、3c-II-1、3c-II-2 3d-II-1 <b>英語</b> 1-III-6、1-III-9、2-III-7	

	<b>學習內容</b> <b>Learning Contents</b>	健體 Ha-II-1 英語 B-III-2
<b>學生準備度</b> <b>Students' Readiness</b>	學科準備度 Readiness of Domain/Subject 1. 學生已具備基本的運動能力及先備知識，能在教師的指導下進行動作的學習，並能夠與同學互助合作共同完成任務。 2. 學生已經學會基本的暖身伸展動作，以及簡易的拋、接、擲、傳的動作協調、力量及準確性的控球動作。	
	英語準備度 Readiness of English 1. 學生能聽懂老師使用的課室英語。 Ss understand the classroom English that the teacher uses. 2. 學生能聽懂老師使用關於身體部位的單字 Ss know the words about the body parts.	
<b>單元學習目標</b> <b>Learning Objectives</b>	<b>健體</b> 第一節：能完成單手連續擊球 第二節：能完成雙手控球的動作 第三節：正確完成低手接擊球動作 第四節：能自拋自接低手擊球動作、能完成你拋我接低手擊球動作	
<b>中／英文</b> <b>使用時機</b> <b>Timing for Using Chinese/ English</b>	<b>教師 Teacher</b>	<b>學生 Students</b>
	<b>When</b> *Greeting *Line up *Hands up/down *Warm up *Everyone do what I do *Ready?Go *Everyone must follow the whistle to _____. *Giving Feedback(ex.Good job!) *Let's give him a big hand *Any Question? See you next time. <b>Where</b> *Sports area	<b>When</b> *Counting number(One、Two、Three、Four、Five、Six、Seven、Eight、Nine、Ten) *Answering questions <b>Where</b> Sports area
<b>教學方法</b> <b>Teaching Methods</b>	講述教學法、合作學習教學法、討論教學法、示範教學法	
<b>教學策略</b> <b>Teaching Strategies</b>	互動式提問、競賽元素融入、強化互動合作、獎勵機制	
<b>教學資源及輔助器材</b> <b>Teaching Resources and</b>	排球、角錐、碼表、哨子	

<b>Aids</b>						
<b>評量方法 Assessment Methods</b>		1. 學生能遵守運動規則並認真參與比賽。 2. 學生能依照老師指示完成指定動作。				
<b>評量規準 Rubrics</b>	得分	1	2	3	4	5
	第一節	能以前肢任一部位完成連續擊球 3 次以內	能以前肢任一部位完成連續擊球 3~5 次	能以前肢任一部位完成連續擊球 5~7 次	能以前肢任一部位完成連續擊球 7~9 次	能以前肢任一部位完成連續擊球 9 次以上
	第二節	完成排球溜滑梯來回 3 次以內	完成排球溜滑梯來回 4 次以內	能完成排球溜滑梯來回 5 次以上	能完成排球溜滑梯來回 5 次以上且能完成擊高停球 1 次	能完成排球溜滑梯來回 5 次以上且能完成擊高停球 1 次以上
	第三節	低手擊球動作經指導後能做正確，但無法在球落地反彈後將球順利擊出	低手擊球動作正確，但無法在球落地反彈後將球順利擊出	低手擊球動作正確，僅能在球落地反彈後將球擊出 1 次	低手擊球動作正確，能在球落地反彈後將球擊出 1~3 次	低手擊球動作正確，能在球落地反彈後順利將球擊出 3 次以上
	第四節	低手擊球動作正確，但無法完成自拋自擊。	低手擊球動作正確，能完成自拋自擊 1~2 次	低手擊球動作正確，能完成自拋自擊 3~5 次	低手擊球動作正確，能完成自拋自擊 6~8 次	低手擊球動作正確，能完成自拋自擊 9 次以上
<b>議題融入 Issues Integrated</b>		品 E3 溝通合作與和諧人際關係				
<b>教學流程 Teaching Procedures</b>						
第一節	準備階段 Preparation stage					時間 Time

	<p>1. Greeting  T: Good morning/afternoon, everyone.  Ss: Good morning teacher.</p> <p>2. 提醒上課注意事項：水壺、場地、衣著、帽子、專注(兩聲短哨要摸頭，一聲短哨手放下)</p> <p>3. 暖身  T:  (1) Please Line up.  (2) Hands up、Hands down.  (3) Neck Stretch、Shoulder Circle、Hip Circle、Leg Stretch、Knee Circle、Wrist&amp;Ankle Circle、Jumping Jack。</p> <p>Ss: One、Two、Three、Four、Five、Six、Seven、Eight、Nine、Ten。</p> <p>T: Now you can take a break for a minute.</p>	10mins
	<p style="text-align: center;"><b>發展階段 Development stage</b></p> <p>1. 集合分組  T: Now please take a volleyball and move to the baseline .  T: Everyone line up based on your number and keep a safe distance. Hands up、Hands down.</p> <p>2. 擊球挑戰  (1) 複習手的部位的單字：palm、wrist、fist、forearm  (2) 利用手的不同部位練習連續擊球，以球離手且不落地為原則，連續越多次越好，並請另一位同學協助計算；在過程中盡量讓自己的腳不要移動，練習用手穩定控制球。  T: Everyone must follow the whistle to hit the ball.  T: First, everyone use your palm(手掌) to hit the ball. Ready?Go!  T: Next, everyone use your wrist(手腕) to hit the ball. Ready?Go!  T: Next, everyone use your fist(拳頭) to hit the ball. Ready?Go!  T: Next, everyone use your forearm(前臂) to hit the ball. Ready?Go!  (3) 過程中可以多給予表現優秀的孩子口頭鼓勵。  (4) 自由練習：Everyone can try to hit the ball by any body part, must keep safety</p>	25mins





	<p>2. 低手接擊球姿勢練習</p> <p><b>教師示範</b></p> <p>T:Everyone do what I do</p> <p>(1)預備姿勢教學：雙腳張開比肩膀稍寬，屈膝重心前傾，腳跟微提起，兩手屈肘，手掌置於腰部兩側。</p> <p>(2)準備擊球姿勢：眼睛直視來球方向並屈膝保持靈活度；手臂拇指伸直併攏，手指虛握，手腕下壓。</p> <p>(3)擊球：兩手臂向前向上擺出，讓球落於兩手腕以上約 10-15 公分位置；擊球後繼續前擺至胸前，並注意手腕前壓、手肘伸直。</p> <p>(4)留意那些孩子的動作做得比較標準，下課前給予公開鼓勵。</p> <p>1. 實作練習</p> <p>T:Now please line up <b>based on</b> your number.</p> <p>(1)按照座號兩人一組，一人擊球，另一人將球放置在他雙手上方適當之擊球點，聽到哨聲後放球，讓擊球者能順勢向上擊球，每 3 球交換工作。</p> <p>T:Everyone must follow the whistle to hit the ball.</p> <p>(2)彈地練習，一人擊球，另一人聽到哨聲後將球彈地讓擊球者能適時移動位置，在球落地反彈後以低手擊球姿勢擊出，然後交換。</p> <p>T:Everyone must follow the whistle to hit the ball.</p> <p style="text-align: center;"><b>總結階段 Summary stage</b></p> <p>1. 給予動作標準及表現較好的同學公開鼓勵。</p> <p>T:Let's give him a big hand.</p> <p>2. 口頭複習低手接擊球姿勢，提升擊球穩定性與準確度。</p> <p>3. 課程結束。Any Question?See you next time</p> <p style="text-align: center;"><b>第三節結束 End of the first session</b></p>	5 mins
<p style="text-align: center;"><b>第四節</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>準備階段 Preparation stage</b></p> <p>1. Greeting</p> <p>T: Good morning/afternoon, everyone.</p> <p>Ss: Good morning teacher.</p> <p>2. 提醒上課注意事項：水壺、場地、衣著、帽子、專注(兩聲短哨要摸頭，一聲短哨手放下)</p> <p>3. 暖身</p> <p>T:</p>	10mins

(1)Please Line up.  
 (2)Hands up、Hands down.  
 (3)Neck Stretch、Shoulder Circle、Hip Circle、Leg Stretch、Knee Circle、Wrist&Ankle Circle、Jumping Jack。  
 Ss:One、Two、Three、Four、Five、Six、Seven、Eight、Nine、Ten。  
 T:Now you can take a break for a minute.

### 發展階段 Development stage

#### 1. 集合

T: Now please take a volleyball and move to the baseline .

T:Please keep a safe distance. Hands up、Hands down.

#### 2. 自拋自擊

教師示範

T:Everyone do what I do.

(1)拋球→併手→擊球

(2)提醒擊球手勢：眼睛直視來球方向並屈膝保持靈活度；手臂拇指伸直併攏，手指虛握，手腕下壓。

(3)擊球：兩手臂向前向上擺出，讓球落於兩手腕以上約10-15公分位置；擊球後繼續前擺至胸前，並注意手腕前壓、手肘伸直。

(4)留意那些孩子的動作做得比較標準，下課前給予公開鼓勵。

#### 3. 你拋我接

T:Everyone line up based on your number and keep a safe distance. Hands up、Hands down. (No.1-7、8-14、15-21、22-28)

(1)教師選出四位自拋自擊練習表現不錯的同學擔任拋球者，並將班上按照座號分成四組。

(2)由教師先示範拋球者將球拋給擊球者，擊球者則在角錐前準備擊球，且盡量將球回擊到拋球者的位置；擊完球後繞道隊伍最後方。

(3)能穩定將球回擊給拋球者的隊伍越多者獲勝。

### 總結階段 Summary stage

#### 1. 給予動作標準及表現較好的同學多鼓勵

T:Let's give him a big hand.

25mins

5 mins

	<p>2. 口頭複習低手接擊球姿勢，提升擊球穩定性與準確度。</p> <p>3. 課程結束。Any Question?See you next time</p> <p style="text-align: center;"><b>第四節結束 End of the first session</b></p>	
<p><b>參考資料</b> References</p>	<p>影片【牛排】EP. 1. 低手擊球教學</p>	