## 參、彈性學習課程計畫(校訂課程)

112 學年度嘉義縣義竹國民中學 八 年級第 一、二 學期彈性學習課程 排球 教學計畫表 設計者: 楊禹中 (表十三之一)

- 一、課程四類規範(一類請填一張)
  - 1. □統整性課程 (□主題 □專題 □議題探究)
  - 2. ■社團活動與技藝課程(■社團活動 □技藝課程)
  - 3. □其他類課程
    - □本土語文/新住民語文□服務學習□户外教育□班際或校際交流□自治活動□班級輔導□學生自主學習□領域補救教學
- 二、本課程每週學習節數:3
- 三、課程設計理念:透過實際練習及操作讓學生熟悉排球運動,進而增進對排球運動的喜愛。
- 四、課程架構:(請參閱本縣課程計畫平台公告範例)



## 五、本學期課程內涵如下:

## 第一學期

教學進度	單元/主 題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題) 學習表現	學習目標	教學重點	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學
第 1 週	課程介紹	J-A1 具備發展、 具份的與題用探自 動與與用索 , 對於 與 的 與 的 與 的 與 的 與 的 , , , , , , , , , ,	Ss-V-1 了解能量的轉換和身心素質與身體活動的關係	讓學生了解排球運動與身體素質的 關係	講解	學習單	自編教材
第 2 週	基本動作:高手球	J-A2 具備理 開發 開發 開發 開發 開題 開題 開題 開題 開題 開題 開題 開題 開題 開題 開題 開題 開題	T-IV-1 了解並執行網/牆性 球類運動組合性 技術訓練,執行 組合性攻 防戰 術	讓學生學會 高手傳球	實務操作	動作測驗	自編教材
第3週	高手傳球練習	J-A3 具備善用資源以擬執 計畫, 並發揮主動學習與創新求變的素養。	T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練,執行組合性攻防	讓學生學會 高手傳球	實務操作	動作測驗	自編教材

第 4 週	高手傳球練習	J-B1 具備養 具備表養 以溝理學, 是 以溝理學 與 基 解 基 用 動 理 五 數 基 用 里 五 數 里 五 數 里 五 數 里 五 五 五 五 五 五 五 五 五 五	T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練,執行組合性攻防戰術	譲學生學會 高手傳球	實務操作	測驗高手 傳球 對 牆連續 50 次	自編教材
第 5 週	基本動 作:發 球 (1)	J-B2 具備無 具備訊 以 以 以 大 以 大 以 大 大 以 大 大 大 大 大 大 大 大 大	T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練,執行組合性攻 防戰術	讓學生學會 高手發球	實務操作	動作測驗	自編教材
第 6 週	基本動 作:發 球 (1)	J-B3 展能力藝價美認式的感具的表欣的,術值感知,豐體俱一現賞風並特表進性。	T-IV-1 了解並執行網/牆性 球類運動組合性 技術訓練,執行 組合性攻防戰術	譲學生學會高手發球	實務操作	動作測驗	自編教材

第7週	基本動作:低手 傳球	J-C1 思力素念識與動倫態養踐民治意動體生團懷題。 養踐民治意動體生與 道能主觀懷題。	T-IV-1 了解並執行網/牆性 球類運動組合性 技術訓練,執行 組合性攻防戰術	讓學生學會低手傳球	實務操作	動作測驗	自編教材
第8週	低手傳球練習	J-C2 具備利他 與合群的知能 與態度,並培 育相互合作及 與人和諧互動 的素養。	T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練,執行組合性攻防戰術	讓學生學會低手傳球	實務操作	動作測驗	自編教材
第9週	低手傳球練習	J-C3 具備敏察 和接納多元,關 化的涵養,關 心本土與國際 事 與於賞差異。	T-IV-1 了解並 執行網/牆性 球類運動組合性 技術訓練,執行 組合性攻防戰術	讓學生學會低手傳球	實務操作	測驗低手 傳球 對牆 連續 50 次	自編教材
第 10 週	基本動 作:發 球	J-C1 培養道德 思辨與實踐能 力,具備民主 素養、法治觀 念與環境意 識,並主動參	T-IV-1 了解並執行網/牆性 球類運動組合性 技術訓練,執行 組合性攻防戰術	讓學生學會低手發球	實務操作	動作測驗	自編教材

	(2)	與公益團體活 動,關懷生命 倫理議題與生 態環境。					
第 11 週	基本動 作:發 球 (2)	J-A2 具備理 具備類 類分, 類 類 類 類 的 所 題 形 的 所 題 所 題 的 的 用 題 の 的 の 的 用 題 の 的 の 的 用 題 ろ の 的 の 的 の 的 の 的 の 的 の の の と の と の と の と	T-IV-1 了解並 執行網/牆性 球類運動組合性 技術訓練,執行 組合性攻防戰術	讓學生學會低手發球	實務操作	動作測驗	自編教材
第 12 週	基本動 作:扣 球	J-A3 具備善用資源,有類與 有數學 對學的素養。	T-IV-1 了解並 執行網/牆性 球類運動組合性 技術訓練,執行 組合性攻防戰術	讓學生學會扣球	實務操作	動作測驗	自編教材
第 13 週	傳綜習 球習 扣習 報練發	J-C3 具備敏察 和接納多元文 化的涵養,關 心本土與國際 事務,並尊重 與欣賞差異。	T-IV-1 了解並 執行網/牆性 球類運動組合性 技術訓練,執行 組合性攻防戰術	讓學生綜合練習	實務操作	動作測驗	自編教材
第 14 週	傳球綜合	J-A1 具備良 好的身心發展 知能與態度,	T-IV-1 了解並 執行網/牆性 球類運動組合性	譲學生綜合 練習	實務操作	動作測驗	自編教材

的豐富性與美感體驗。  J-B2 具備善用	性 合 執 方戰	實務操作	動作測驗動作測驗	自編教自編教

	球練習,扣球練習	能、探索人性、自我價值與生命意義、 積極實踐。 J-A2 具備理	P-IV-1 理 解 並	<b></b>	實務操作	動作測驗	4 16 th
第 18 週	體能訓練	J-A2 解並與能的決議 開發所運略活 與能 所進 與 與 的 與 與 的 是 是 主 的 的 用 處 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	中 1V-1 理解业 執行網/牆性 球類運動組合性 體能 訓練處方	讓學生增進體能	頁 7分 4米 7F	野刀个手次以骨效	自編教材
第 19 週	體能訓練	J-B1 具備表達能人並美念開展開業。 其時期期期期期期期期期期期期期期期期期期期期期期期期期期期期期期期期期期期期	P-IV-1 理解並執行網/網/網 執行網/網 球類運動組合性體能 訓練處方	讓學生增進體能	實務操作	動作測驗	自編教材
第 20 週	體能訓練	J-C1 培養道德 思辨具備民 大 大 大 大 大 大 大 大 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、	P-IV-1 理解並執行網/牆性 球類運動組合性 體能 訓練處方	讓學生增進體能	實務操作	動作測驗	自編教材

		動,關懷生命 倫理議題與生 態環境。					
第 21 週	體能訓練	J-C3 具備敏察 和接納多元,關 化的涵養,關 心本土與國尊重 與於賞差異。	P-IV-1 理解並執行網/ 牆性 球類運動組合 性體能 訓練處 方	讓學生增進體能	實務操作	動作測驗	自編教材

※身心障礙類學生:□無

□有-智能障礙()人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症( )人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生:□無

□有-(自行填入類型/人數,如一般智能資優優異2人)

※課程調整建議(特教老師填寫):

1.

2.

特教老師簽名:(打字即可)

普教老師簽名:(打字即可)

第二學期

教學進度	單元/主題 名稱	總綱核心素養	連結領域(議題) 學習表現	學習目標	教學重點	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
第1週	個人攻防 技術	J-C2 具備利他 與合群的知能 與態度,並培 育相互合作及 與人和諧互動 的素養。	T-IV-B1 網/ 牆性球類類類 接、整、 接、擊、 機、切 移位與 機、切 等 組合性技術	學會跳躍扣球	實務操作	動作測驗	自編教材
第2週	個人攻防技術	J-C3 具備敏察 和接納多元,關 化的涵養國際 事務,並尊 與欣賞差異。	T-IV-Bl 網/ 牆性 球類運動之發、 接發、傳接、舉、 殺、抽、挑、擊、攔、 切、移位與過 等組合性技術	學會跳躍扣球	實務操作	動作測驗	自編教材
第3週	小組攻防 技術	J-C1 思力素念識與動倫態 培實備法境主團懷題 養踐民治意動體生與 道能主觀 懷題。	T-IV-Bl 網運發 網運發樂、 機運發樂、 機運發樂、 機過 類接發 機 類 類 類 類 類 類 類 類 類 類 類 類 的 的 的 的 的 的 的	學會A式快攻	實務操作	動作測驗	自編教材
第4週		J-A2 具備理	T-IV-B1 網/	學會A 式快攻	實務操作	動作測驗	自編教

	小組攻防 技術	解情獨介 與 數 表 數 表 數 表 數 表 數 表 數 第 本 数 数 数 数 数 数 数 数 数 数 数 数 数 数 数 数 数 数	牆性球 類 運動 建 數 運動 樓、舉、 緞、椒、椒、切、 粉、椒、 切、 粉、 切、 多 與 技 術				材
第 5 週	整體防守戰術	J-A3 具備善 用資源以頻整 計畫, 有發揮主 動學習與創 求變的素養。	T-IV-B1 網 牆性球 接、 類 類 類 級 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、	雙人攔網	實務操作	動作測驗	自編教材
第 6 週	整體防守戰術	J-C3 具備敏察 和接納多元,關 化的涵養,國際 事務, 實差 與於 實差異。	T-IV-B1 網/ 牆性球 選 選 選 選 接 發 来 。	雙人攔網	實務操作	動作測驗	自編教材
第7週	整體進攻戰術	J-A1 具備發度 大人工 人名 的能展、、性與人物。 人名 人名 的,我是 探 自 命 實 人。 人名 人。	T-IV-B1 網/牆性球類接級 接、舉、舉、報人 接、舉、報人 投、舉、報 , 以 等 。	掩護進攻	實務操作	動作測驗	自編教材

第8週	整體進攻	J-B3 具備製 具備要 具備 具体 具体 具体 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	T-IV-B1 網/牆 性球類運動之 接、舉、機 挑、學、 排、 切 渡 等 組性技 術	掩護進攻	實務操作	動作測驗	自編教材
第 9 週	攻防戰術 整合	J-B2 具備善用 具備訊進, 質性養 以 對素 思、體 等 以 對養 思、體 的 發 發 發 發 發 發 發 發 於 發 體 於 於 發 體 的 。 的 。 的 。 的 。 的 。 的 。 的 。 的 。 。 。 。	T-IV-B1 網/牆 性球類運動之傳 接、擊、攤、數 排、擊 , 排、擊 , 排 , 數 , 數 , 數 , 數 , 數 , 數 , 十 , 十 , 一 , 一 , 一 , 一 , 一 , 一 , 一 , 一	攻防轉換	實務操作	動作測驗	自編教材
第 10 週	攻防戰術 整合	J-A1 具備發度 現場 與 理	T-IV-BI 網 繼 是 性 球 接 發 、 整 、 機 、 整 、 機 、 、 整 、 機 、 、 数 、 、 数 、 、 数 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、	攻防轉換	實務操作	動作測驗	自編教材

第 11 週	模擬比賽	J-A2 具備理 開大學 開大學 開大學 開大學 開大學 開大學 開大學 開大學 開大學 開大學	T-IV-B1 網/牆性球類選級 / 機數學 / 數學 /	増加實戰經驗	實務操作	分組比賽	自編教材
第 12 週	模擬比賽	J-B1 具備意 具備表 意以溝理學, 具體表 意以溝理等應 達 工 動理 五 數基 用 中 生 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大	T-IV-B1 網運 無性球 接、舉、 機大學、 機大學、 大學、 大學、 大學、 大學、 大學、 大學、 大學、	增加實戰經驗	實務操作	分組比賽	自編教材
第 13 週	補強攻防 技術	J-C1 思力素念識與動倫態 養踐民治意動體生與 人素與,公,理環 道能主觀懷題。 以關議 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 以 。 以 。	T-IV-B1 網/ 牆性球 接 類 接 類 接 類 接 類 般 、 粉 、 粉 、 粉 、 粉 、 粉 、 粉 、 粉 、 粉 、 粉 、	修正缺點	實務操作	動作測驗	自編教材

第 14 週	補強攻防 技術	J-C3 具備敏察 和接納多元 化的涵養國際 事務與 與於賞差異。	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、學、機大學、樹木製工學、排、學、相、對於學、相與與一個學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學	修正缺點	實務操作	動作測驗	自編教材
第 15 週	檢討比賽	J-C2 具備利他 與合群的知能 與態度,並培 育相互合作及 與人和諧互動 的素養。	Ta-IV-Cl 網 /牆性球類運 動個人組合性戰 術 Ps-IV-Dl 網 /牆性球類運動 之組合性運動 心理技巧	修正缺點	實務操作	動作測驗	自編教材
第 16 週	個人技術補強	J-C3 具備敏察 和接納多養納 和的涵養,關 內本土與 與 尊 與 於 賞 差 異 與 於 真	T-IV-B1 網/ 性球類接、網 接、舉 。 類發發 。 類發發 。 類 類 發 。 數 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。	修正缺點	實務操作	動作測驗	自編教材
第 17 週	個人技術補強	J-C1 培養道德 思辨與實踐能 力,具備民主 素養環境 念與環境意 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。	T-IV-B1 網/牆性球類運、網之發,學、報子發,與數學,對於學,對於學學,對於學學,對於學學,對於學學,對於學學,對於學學,對於學	修正缺點	實務操作	動作測驗	自編教材

第 18 週 (畢業典禮)	個人技術補強	動倫態 J-A2 境獨所 與能的決議 關環境 具全立的用處及生與 理外 美国的用處及生物 的用處及生物 的用處 人名 的 用 處 及生 與 建 與 華	T-IV-B1 網/牆 性球、類類 接、舉、 接、舉 整、 類 類 類 機 機 , 数 機 物 。 以 数 機 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。	修正缺點	實務操作	動作測驗	自編教材
第 19 週	模擬比賽	J-A3 具備善 用資源以有效 計畫,並發與創 動學的素養的素養。	Ta-IV-Cl 網 /牆性球類運動個人組合性戰 が Ps-IV-Dl網 /牆性球類運動 之組合性運動 心理技巧	檢視修正缺點	實務操作	分組比賽	自編教材
第 20 週	模擬比賽	J-C3 具備敏察 和接納多元文 化的涵養,關 心本土與國際 事務,並尊重 與欣賞差異。	Ta-IV-CI網 /牆 性球類運動個 人組合性戰術 Ps-IV-DI網/ 牆性球類運動之 組合性運動心 理技巧	檢視修正缺點	實務操作	分組比賽	自編教材

<sup>※</sup>身心障礙類學生:□無

□有-智能障礙()人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症( )人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生:□無

□有-(自行填入類型/人數,如一般智能資優優異2人)

※課程調整建議(特教老師填寫):

1.

2.

特教老師簽名:(打字即可)

普教老師簽名:(打字即可)

註:

1.請分別列出第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。

2.社團活動及技藝課程每學期至少規劃 4 個以上的單元活動。