

## 嘉義縣義竹國小 110 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	高年級	年級課程 主題名稱	排球社團	課程 設計者	張芳萍	總節數 /學期 (上/下)	42/上學期
符合 彈性課 程類型	<input type="checkbox"/> 第一類 統整性探究課程 <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題 <input checked="" type="checkbox"/> 第二類 <input checked="" type="checkbox"/> 社團課程 <input type="checkbox"/> 技藝課程 <input type="checkbox"/> 第四類 其他						
學校 願景	卓越、感恩		與學校願景呼 應之說明	1. 培養主動學習的態度、學習動手做的能力，厚植國家競爭力。 2. 培養生涯教育觀、自我實現能力。 3. 推展生命教育、培養團隊精神、與人共事、和諧相處之能力。			
總綱 核心素 養	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-C1 具備個人生活道德的知識與是非判斷的能力，理解並遵守社會道德規範，培養公民意識，關懷生態環境。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。 E-C3 具備理解與關心本土與國際事務的素養，並認識與包容文化的多元性。		課程 目標	1. 具備良好的生活習慣，認識身體活動的動作技能。 2. 遵守上課規範和運動比賽規則，促進身心健全發展。 3. 理解並遵守社會道德規範，表現增進團隊合作、友善的互動行為。 4. 能於引導下，培養公民意識，表現基本的人際溝通互動技能。 5. 了解個人體適能與基本運動能力表現，發展生命潛能。			

教學進度	單元名稱	連結領域(議題)/學習表現	自訂學習內容	學習目標	表現任務 (評量內容)	教學活動 (學習活動)	教學資源	節數
第(1)週-第(2)週	基本體能、協調性、敏捷度訓練	<p style="text-align: center;">健康與體育</p> 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。	1. 透過基本體能練習，進而學會協調性、敏捷度。 2. 體適能活動。	1. 了解運動技能要素和基本運動規範，透過基本體能練習，進而學會協調性、敏捷度，並且不害怕倒退跑。 2. 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現，展現主動參與、樂於嘗試的學習態度。	1. 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。 2. 明瞭折返跑遊戲的動作要領。 3. 明瞭安全的練習方法。 4. 分享主動參與、樂於嘗試的學習態度。	<p>活動:折返跑遊戲</p> 1. 將學生平均分成四組(依能力、性別混合編組)，賦予各組學生編號，若各組學生人數無法相同，人數較少組別可指定一名學生代表兩個編號。 2. 中間方格放置 7 件寶物(建議以泡棉材質或其他無傷害性物質代替)，各組前方中間位置畫定一個寶物放置處(搶回寶物放置處)，各組寶物放置處與中間寶物放置處距離儘量相同。 3. 教師隨機指定一個編號學生出來搶寶物，其餘學生坐在原地。每次只能搶一個寶物，違規者以棄權論。除了搶中間的寶物外，也可搶別組的寶物，同樣每次只能搶一個寶物。搶回的寶物必須放入各組的指定位置，未放入者不算數。 4. 寶物搶奪過程中，未參與的學生不得離位或碰觸寶物，亦不得阻攔別人搶該組寶物，違者以棄權論。先搶回三件寶物者判定獲勝，教師吹哨示意比賽停止。獲勝隊伍獲得積分一分，累積最多積分隊伍為優勝。教師繼續隨機指定一個編號學生出來搶寶物，以不重複為原則，讓每個學生都能參與遊戲。	<p style="text-align: center;"><u>教材資源中心</u> <u>—國小體育科</u> <u>網站</u></p>	4 節

						5. 場地宜乾淨、平坦、寬敞，室內、室外皆宜。各組寶物放置處與中間寶物放置處距離宜 3 公尺以上。寶物搶奪過程中，可要求各組代表學生彼此不得有肢體碰觸，以維安全，違者雙雙以棄權論。故意碰觸他人者，除棄權論外，暫停遊戲權利一次。		
第(3)週 - 第(4)週	低手傳球練習	健康與體育 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。	1. 透過球感練習，進而學會低手傳球。 2. 體適能活動。	1. 了解運動技能要素和基本運動規範，透過球感練習，進而學會低手傳球，並且不害怕使用低手傳球。 2. 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現，展現主動參與、樂於嘗試的學習態度。	1. 擊球時能否做到手腕下壓、手肘伸直、肩膀內收。 2. 擊球位置正確與否。	活動：低手傳球 1. 說明排球低手傳球時手的握法。 2. 兩人一顆球練習原地「自拋-自打-雙手接住球」。 3. 當同學能做到上列動作連續十球，即可練習低手對空打。	<a href="#">教材資源中心</a> <a href="#">—國小體育科</a> <a href="#">網站</a>	4 節
				1. 了解運動技能要素和基本運動規範，透過球感練習，進而學會高手傳球		活動一：動作示範及說明 1. 說明高手傳球所包含的四要素 (1)腳步姿勢：雙腳分立，一足前一足後，膝蓋微彎。 (2)手部姿勢：兩手的拇指與食指略成三角形，手腕微後仰，以拇指、食指與中指的一、二指節觸球。 (3)擊球點：在額前上方約一顆球的距離，手觸球時，手臂彎曲，兩肘適當分開。 (4)擊球：藉手腕的力量，配合蹬直小腿的力量將球傳出。 2. 示範完整高手傳球動作		

<p>第(5)週 - 第(8)週</p>	<p>高手傳球練習</p>	<p>健康與體育 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。</p>	<p>1. 透過球感練習，進而學會高手傳球。 2. 運動安全規則。 3. 運動賽會。 4. 體適能活動。</p>	<p>，並且不害怕使用高手傳球。 2. 參與高手傳球練習，比較自己或他人運動技能的正確性，並遵守安全規則。 3. 表現積極參與、接受挑戰高手傳球基本的自我技能的學習態度，為即將到來的運動賽會做準備。 4. 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現，展現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p>	<p>1. 高手傳球時能否做到傳球四要素。 2. 高手傳球基本動作正確與否。</p>	<p>活動二:球感練習 1. 將學生分成4排，若多一位可與老師一同操作。 2. 單數排坐下，雙手舉高準備接球。 3. 雙數排轉向面對單數排，每人拿一球。 4. 雙數排學生雙手持球向下施壓，單數排學生利用手腕的力量將球送出。 5. 教師隨時口頭交換排數。 活動三:向下傳球練習 1. 學生以站姿向下做雙手傳球動作。 2. 教師隨時口頭交換排數。 活動四:雙人單邊拋接傳練習 1. 學生面對面距離 3 公尺。 2. 單數排學生拿球用雙手由下往上丟出拋物線給雙數排。 3. 教師隨時口頭交換排數。 活動五:雙人雙邊傳接球練習 1. 學生面對面距離 3 公尺。 2. 雙人互相傳接。</p>	<p><a href="#">教材資源中心</a> <a href="#">—國小體育科</a> <a href="#">網站</a></p>	<p>8 節</p>
<p>第(9)週 - 第(10)週</p>	<p>發球練習</p>	<p>健康與體育 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。</p>	<p>1. 運動安全規則。 2. 運動賽會。</p>	<p>1. 參與高手發球練習，比較自己或他人運動技能的正確性，並遵守安全規則。 2. 表現積極參與、接受挑戰高手發球基本的自我技能的學習態度，為即將到來的</p>	<p>1. 表現積極參與、接受挑戰高手發球基本的自我技能的學習態度。 2. 學會高手發球的動作，為即將到來的運動賽會做準備。</p>	<p>活動:高手發球 1. 持球 左(右)腳在前，右(左)腳在後，左(右)手托球。 2. 拋球 高度至少 16cm，球的上升與落下路線需穩定。</p>	<p><a href="#">教材資源中心</a> <a href="#">—國小體育科</a> <a href="#">網站</a></p>	<p>4 節</p>

週				運動賽會做準備。		3. 擊球 右(左)手臂伸直，觸球時，手腕迅速向前推進。		
第 ( 11 ) 週 - 第 ( 12 ) 週	接發 球練 習	健康與體育 2d-III-3 分析並解釋多元性身體活動的特色。 3b-III-1 獨立演練大部份的自我調適技能。 3b-III-2 獨立演練大部份的人際溝通互動技能。	1. 學校運動空間與場域。 2. 運動基本技能。 3. 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。	1. 分析並解釋多元性身體活動的特色，利用學校運動空間與場域，表現接發球所需要的聯合性動作技能。 2. 獨立演練大部份的自我調適技能，探索運動潛能與表現正確的運動基本技能。 3. 獨立演練大部份的人際溝通互動技能，破除性別角色刻板現象，並與不同性別者之良好互動。	1. 分析並解釋多元性身體活動的特色。 2. 利用學校運動空間與場域，學會接發球基本動作。 3. 表現接發球所需要的聯合性動作技能。	活動:接發球 1. 身體半蹲，左右手交疊。 2. 手掌放於腰部以下，重心放低。 3. 面對球來的方向。 4. 依站起來的推力，向前將球反彈。 5. 擊球瞬間，手必須身伸直。	<a href="#">教材資源中心</a> <a href="#">—國小體育科</a> <a href="#">網站</a> 2021 年性別圖像	4 節
第 ( 13 ) 週 - 第 ( 14 ) 週	扣球 練習	健康與體育 2d-III-3 分析並解釋多元性身體活動的特色。 3b-III-1 獨立演練大部份的自我調適技能。 3b-III-2 獨立演練大部份的人際溝通互動技能。	1. 學校運動空間與場域。 2. 運動基本技能。 3. 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。	1. 分析並解釋多元性身體活動的特色，利用學校運動空間與場域，表現扣球所需要的聯合性動作技能。 2. 獨立演練大部份的自我調適技能，探索運動潛能與表現正確的運動基本技能。 3. 獨立演練大部份的人際溝通互動技能，破除性別角色刻板現象，並與不同性別者之良好互動。	獨立演練大部份的自我調適技能，探索運動潛能與表現正確的扣球基本技能： 1. 每人連續扣球 5 次並記錄成功次數。 2. 安排學生輪流擔任裁判工作。	活動:扣球 1. 徒手舉肘揮臂法:每人原地做右臂向前上方揮，同時肘關節上舉且左手掌前伸，揮右手掌擊左手掌。(左手同學則為反之) 2. 起跳接球：兩人相距約 3 至 4 公尺，一人將球拋起，另一人則起跳接球，在球未下墜前(即最高點)將球接住。每人連續起跳接球 10 次後，再交換練習。 3. 自拋自打練習：將球向上拋起後，舉臂扣擊球體後上方。 4. 巡視練習情形，並加以指導。若多數同學均出現相同錯誤，則集合糾正動作後再繼續練習。	<a href="#">教材資源中心</a> <a href="#">—國小體育科</a> <a href="#">網站</a> 2021 年性別圖像	4 節
						活動:擊球過網		

<p>第 (15) 週 - 第 (16) 週</p>	<p>隊形 演練</p>	<p>健康與體育 3b-III-1 獨立演練大部份的自我調適技能。 3b-III-2 獨立演練大部分的人際溝通互動技能。</p>	<p>1. 運動基本技能。 2. 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。</p>	<p>1. 獨立演練大部份的自我調適技能，探索運動潛能與表現正確的運動基本技能。 2. 獨立演練大部分的人際溝通互動技能，破除性別角色刻板現象，並與不同性別者之良好互動。</p>	<p>1. 瞭解排球規則-輪位的方式。 2. 讓不同性別學生在小組競賽過程中能有互動討論，研擬目標達成之策略。</p>	<p>1. 以高手發球的方式，進行擊球過網。分成男女混合二隊(A,B)，一隊各分成(甲,乙)組競賽，甲組進行高手發球時，乙組隊友需輪位並接住發球與回擊過網。 2. 甲組發球成功後，乙組接球並完成三次的回擊過網，得三分；二次回擊過網，得二分；一次回擊過網，得一分。甲組發球失敗，乙組即得三分。甲組同學發球二輪後，攻守交換，得分較多者則為獲勝。得分相同時，各組推派代表，進行個人驟死 PK 賽。 3. 勝利組別代表該隊，進行 A,B 二隊終極決賽，得分較多者則為獲勝。</p>	<p><a href="#">教材資源中心</a> <a href="#">—國小體育科</a> <a href="#">網站</a> 2021 年性別圖像</p>	<p>4 節</p>
<p>第 (17) 週 - 第 (18) 週</p>	<p>分組 比賽</p>	<p>健康與體育 3b-III-2 獨立演練大部分的人際溝通互動技能。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p>	<p>1. 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。 2. 自我價值提升的原則。 3. 瞭解小組合作的意義與重要性。</p>	<p>1. 獨立演練大部分的人際溝通互動技能，破除性別角色刻板現象，並與不同性別者之良好互動。 2. 能於引導下，表現基本的決策與批判技能，將自我價值提升。 3. 表現穩定的身體控制和協調能力，將小組合作價值提升。</p>	<p>能於引導下： 1. 表現基本的決策與批判技能。 2. 學會正式比賽規則。 3. 學會排球的各種標準動作。 4. 省思過程後分享給同學，將自我價值提升。</p>	<p>活動:六對六練習比賽 1. 全部的學生分為兩隊，每隊人數一樣多。 2. 先挑選六人為一隊下場，與正式比賽情境一樣。 3. 發生失誤的學生立刻輪換下場，女生換女生，男生換男生，場上保持開場時的隊形，藉此互相觀摩。</p>	<p><a href="#">教材資源中心</a> <a href="#">—國小體育科</a> <a href="#">網站</a> 2021 年性別圖像</p>	<p>4 節</p>
<p>第</p>			<p>1. 自我價值</p>	<p>1. 能於引導下，表現基本的</p>	<p>教師隨時巡視練習情形：</p>	<p>活動:小組合作 1. 說明示範接發球→舉球→扣球練習方式。</p>		

( 19 ) 週 - 第 ( 21 ) 週	期末 測驗	健康與體育 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。	提升的原則。 2. 瞭解小組合作的意義與重要性。	決策與批判技能，將自我價值提升。 2. 表現穩定的身體控制和協調能力，將小組合作價值提升。	1. 改正錯誤動作。 2. 給予學生的表現表達鼓勵。 3. 給予學生正確的動作表達肯定。	2. 練習接發球→舉球→扣球：將同學分為發球組、舉球組與扣球組等三組。每人輪流 5 次後換組練習，每人完成一個動作後，迅速移動至下一組。 3. 若有多數相同錯誤動作則停止練習，重新詳細說明與示範後再練習。	教材資源中心 —國小體育科 網站	6 節
<b>教材來源</b>		■自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)						
<b>本主題是否融入資訊科技教學內容</b>		■無 融入資訊科技教學內容						
<b>特教需求 學生 課程調整</b>		<p> <b>※身心障礙類學生：</b>■有一智能障礙(1)人、學習障礙(1)人、自閉症(1)人  <b>資源班學生：</b>○煌(五，智)、○涵(五，學)、○佑(六，自)         </p> <p>           1. 學習內容調整：課程內容提供學生結構化、可重複練習的模式。(○佑)                按照學生能力現況，降低難度或減少部分學習內容。(○煌、○涵)         </p> <p>           2. 學習評量調整：依據學習目標及學生表現調整評量標準。(共同)         </p> <p>           3. 學習環境調整：學生安排在容易專心的位置，如教師附近。(○煌)                有固定且明確的流程步驟指示，讓學生清楚知道要做什麼及如何完成。(共同)         </p> <p>           4. 學習歷程調整：透過合作學習，利用口語提醒、同儕示範、肢體協助等，引導學生共同學習完成任務，避免競爭學習模式。(共同)                強調各科上課規範的一致性，如維持坐在位置上、安靜專心聽講、舉手後發言。(○煌)                確定學生聽懂老師的指令，並將複雜指令簡化。(○煌)         </p> <p> <b>※資賦優異學生：</b>■無         </p> <p style="text-align: right;">           特教老師簽名：洪淑婷、陳香君         </p> <p style="text-align: right;">           普教老師簽名：張芳萍         </p>						