

110 學年度嘉義縣中埔國民中學 七 年級 第一二 學期彈性學習課程 排球社 教學計畫表 設計者：嚴孝謹 (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 戶外教育 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：1

三、課程目標：

1. 能展現自己興趣多元能力，接納自我以促進個人成長。
2. 能體會參與團體活動的歷程，發揮個人正向影響。
3. 聆聽他人意見，並表達個人觀點。
4. 具同理心，並能相互學習與合作。
5. 能關懷生態環境與重視其他物種的生存權。

四、本學期課程內涵：

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 學習單
1 週	初次見面	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	健體 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 健體 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	了解排球的基本動作和規則。	認識排球基本動作及規則介紹	能寫出排球的基本動作與簡易規則。	1. 影片欣賞-排球少年 2. 學習單
2-7 週	墊出一道彩虹	A1 身心素質與自我精進 B1 符號運用與	健體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，	能表現身體控制能力，並發展排球運動技能。	低手擊球	小組任務：確實做好夾臂用力將球	1. 以手機擷錄，並回饋予伙伴。

		溝通表達 C2 人際關係與 團隊合作	發展專項運動技能。 健體 Ha-IV-1 網/ 牆性球類運動動作 組合及團隊戰術。			向上墊高	2. 運動表現檢 核表
9-12 週	美麗的拋物 線	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	健體 3c-IV-1 表 現局部或全身性 的身體控制能力， 發展專項運動技 能。 健體 Ha-IV-1 網/ 牆性球類運動動作 組合及團隊戰術。	能表現身體控制能力， 並發展排球運動技能。	上手擊球	小組任務： 做好手型， 並將球向上 托高。	1. 以手機擷 錄，並回饋予 伙伴。 2. 運動表現檢 核表
13-18 週	滴水不漏	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	健體 3d-IV-1 運 用運動技術的學 習策略。 健體 Ha-IV-1 網/ 牆性球類運動動作 組合及團隊戰術。	運用運動技術的學習 策略，完成排球運動動作 組合。	低手發球與接發球	1. 於 3m、6m 處將球發過 網 2. 由師餵 球，生以上 手或低手方 式擊向指定 位置。	1. 運動表現檢 核表 2. 同儕檢核與 回饋
19-21 週	分工合作， 排除萬難	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	健體 3d-IV-2 運 用運動比賽中的 各種策略。健體 2c-IV-2 表現利 他合群的態度， 與他人理性溝通 與和諧互動。	運用排球運動團隊戰 術與策略於比賽中，並 表現利他合群的態度。	排網球分組對抗賽	1. 能與同儕 共同合作完 成競賽，並 爭取勝利。 2. 口頭分享 賽事得失。	影像即錄與分 析

			健體 Ha-IV-1 網/牆性球類運動 動作組合及團隊 戰術。				
<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無</p> <p><input type="checkbox"/>有-智能障礙()人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症()人、<u>(自行填入類型/人數)</u></p> <p>※資賦優異學生：<input type="checkbox"/>無</p> <p><input type="checkbox"/>有- <u>(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</u></p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <p>1.</p> <p>2.</p> <p style="text-align: center;">特教老師簽名：(打字即可)</p> <p style="text-align: center;">普教老師簽名：嚴孝謹</p>							

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
1 週	小小運動防 護員	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	健體 1c-IV-了解各項運動基礎 原理和規則。 健體 Bc-IV-1 簡易運動傷害的 處理與風險。	了解排球運動規則 及簡易傷害處理。	貼紮與包紮	能對指關節 及踝關節進 行貼紮	運動傷害退散 ep 15 教你 認識跟扭傷息 息相關的外踝 韌帶 https://www. youtube.com/ watch?v=Pgbj o0y97F8 手指戳傷、吃 蘿蔔乾好痛怎 麼辦? 2 招手 指關節自我緩 和 康健陪 你練 https://www. youtube.com/ watch?v=wUxd BbojHLw
2-4 週	再來一顆好 球	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	健體 3c-IV-1 表現局部或全身 性的身體控制能力，發展專項運 動技能。 健體 Ha-IV-1 網/牆性球類運動 動作組合及團隊戰術。	運用運動技術的學 習策略，完成排球運 動動作組合。	發球與接發球	1. 於 3m、6m 處將球發過 網 2. 由師 餵 球，生以上 手或低手方	1. 運動表現檢 核表 2. 同儕檢核與 回饋

						式擊向指定位置。	
5-8週	流星拳	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	健體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 健體 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	能表現身體控制能力，並發展排球運動技能。	扣球	原地站立扣球能確實擊中手掌	1. 運動表現檢核表 2. 同儕檢核與回饋
9-12週	流星拳看招	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	健體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 健體 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	能表現身體控制能力，並發展排球運動技能。	接扣球	由師扣球，生以低手方式將球擊向指定區域。	1. 運動表現檢核表 2. 同儕檢核與回饋
13-15週	漂亮出擊	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	健體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 健體 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	運用運動技術的學習策略，完成排球運動動作組合。	舉球與扣球	小組合作：以上手擊球方式將球托高，扣球者將球扣過網。	1. 運動表現檢核表 2. 同儕檢核與回饋
16-18週	渾身是勁	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	健體 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 健體 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	運用運動技術的學習策略，完成棒球運動動作組合。	綜合動作練習	小組合作：以手機擷錄伙伴動作，並共同討論修正方式。	同儕運動表現檢核表
19-21週	渾身是勁	A1 身心素質與自我精進 B1 符號運用與溝通表達	健體 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 健體 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧	運用排球運動團隊戰術與策略於比賽中，並表現利他合群的态度。	氣排球分組對抗賽	1. 能與同儕共同合作完成競賽，並爭取勝利。	影像即錄與分析

	C2 人際關係與 團隊合作	互動。 健體 Ha-IV-1 網/牆性球類運動 動作組合及團隊戰術。			2. 口頭分享 賽事得失。	
<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無</p> <p><input type="checkbox"/>有-智能障礙()人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症()人、<u>(自行填入類型/人數)</u></p> <p>※資賦優異學生：<input type="checkbox"/>無</p> <p><input type="checkbox"/>有- <u>(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</u></p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <p>1.</p> <p>2.</p> <p style="text-align: center;">特教老師簽名：(打字即可)</p> <p style="text-align: center;">普教老師簽名：嚴孝謹</p>						

註：請分別列出第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。