

彈性學習課程計畫(校訂課程)

111學年度嘉義縣中埔國民中學七、八年級第一、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。

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-全明星 運動會 2.學習單
2-7週	墊出一道彩 虹	A1 身心素質 與自我精進	健體 3c-IV-1 表現 局部或全身性的	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	1. 以手機 擷錄，並回

		B1 符號運用與溝通表達 C2 人際關係與團隊合作	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。			臂用力將球向上墊高	饋予伙伴。 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。 健體 Ha-IV-1 網/	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

			牆性球類運動動作組合及團隊戰術。				
--	--	--	------------------	--	--	--	--

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	運動傷害急救 ep 15 教你認識跟扭傷息息相關的外踝韌帶 https://www.youtube.com/watch?v=Pbj0Ov97F8 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=wUxdBhoH1w
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，生以上手或低手方式擊向指定位置。	1. 運動表現檢核表 2. 同儕檢核與回饋
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。	扣球與防守	由師拋球讓學生扣球，防守同學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	分工合作	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。	綜合動作練習	1. 能做出發球、接發球、舉球、扣球及防守動作。 2. 能與同儕共同合作，並完成各分站任務。	同儕運動表現檢核表
19 週	渾身是勁	A1 身心素質與自我精進 B1 符號運用	健體 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	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	影像即錄與分析

20 週		與溝通表達 C2人際關係與 團隊合作	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。 健體 Ha-IV-1 網/ 牆性球類運動動 作組合及團隊戰 術。		氣排球分組對抗賽	爭取勝利。 2. 口頭分享 賽事得失。	
21 週					排球分組對抗賽		

※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：嚴孝謹

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。