

嘉義縣 朴子國小 111 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	三、四年級		年級課程 主題名稱	排球社團	課程 設計者	蔡馨羽	總節數/學期 (上)	40/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 <input type="checkbox"/> 本土語文/臺灣手語/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學							
學校 願景	知書 健康 護鄉土			與學校願景呼應之說明	充實排球基礎能力，創造健康新生活。			
總綱 核心 素養	E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以 <b>促進</b> 身心健全發展，並認識個人特質， <b>發展</b> 運動與保健的潛能。 E-C2 <b>具備</b> 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。			課程 目標	1. 「自發」層面，以學生為主體，透過自主練習引導學生「健康賦權」與「運動參與」的歷程， <b>促進</b> 及培養個人實踐健康生活與終身運動的習慣。 2. 「互動」層面是 <b>具備</b> 與群體溝通的能力，透過分組練習、競賽的歷程，有效與他人互動，達到健康安適與運動遊憩的目的。 3. 「共好」層面是透過分組練習，組內優學者對初學者的指導，對外分組競賽， <b>發展</b> 潛能，達到球藝精進的目的，進而享受運動樂趣。			
教學 進度	單元 名稱	<b>連結領域(議題)/ 學習表現</b>	<b>自訂 學習內容</b>	<b>學習目標</b>	<b>表現任務 (評量內容)</b>	<b>學習活動 (教學活動)</b>	<b>教學資源</b>	<b>節數</b>
第(1) 週 - 第(2) 週	低手 基礎 練習	健體 1d-II-1 <b>認識</b> 動作技能概念與動作練習的策略 2c-II-1 <b>遵守</b> 上課規範和運動比賽規則 3c-II-1表現聯合性動作技能	每人能低手連續3下10次。	1. 透過完成指令學會排球低手動作。 2. 針對運動表現，由三個優學者選定各組組員。	能在課程結束前50%的人完成低手三關挑戰。	低手每個人打一顆接住，接住10顆；進階到連續兩顆接住十次，最後連續三顆接住滿十次，共三關。	每人一顆排球	4

第(3)週 - 第(4)週	高手基礎練習	健體 1d-II-1認識動作技能概念與動作練習的策略 2c-II-1遵守上課規範和運動比賽規則 3c-II-1表現聯合性動作技能	每人能高手連續3下10次。	1. 透過完成指令學會排球高手動作。 2. 透過比賽瞭解每個人需輪流發球的規則。	能在課程結束前50%的人完成高手三關挑戰。	1. 低手過完三關，下一節開始變成低手累積打滿100下。 2. 高手每個人推一顆接住，接住10顆；進階到連續兩顆接住十次，最後連續三顆接住滿十次。	每人一顆排球	4
第(5)週 - 第(6)週	低、高手綜合練習	健體 2c-II-1遵守上課規範和運動比賽規則 2c-II-2表現增進團隊合作、友善的互動行為 3c-II-1表現聯合性動作技能 3d-II-1運用動作技能的練習策略	每人能20分內完成高低手交替累積200下。	1. 透過完成指令順利交替排球低手與高手動作。 2. 透過比賽瞭解得分可連續發球的規則。	1. 能在課程結束前50%的人完成20分鐘內150下低手，50下高低手交替。	1. 高手過完三關，下一節開始變成低手累積打滿100下。 2. 低、高手都過完三關時，前150下低手，最後50下低、高手交	每人一顆排球	4
第(7)週 - 第(8)週	低、高手擊球過網練習	健體 2c-II-1遵守上課規範和運動比賽規則 2c-II-2表現增進團隊合作、友善的互動行為 3c-II-1表現聯合性動作技能 3d-II-1運用動作技能的練習策略	每一組能累計成功高低手各擊球過網30顆。	1. 測試低手能連續幾下，能力最佳三人為隊長進行選人分組 2. 能在模擬比賽中順利做到低手與高手的擊球過網。 3. 透過比賽瞭解最多可三球再將球擊過網的規則。	1. 能在課程結束前50%的人15分鐘內完成200下上下手組合。 2. 能在課程結束前50%的人每人可順利高低手各擊球過網3顆以上。 3. 能在課程結束前50%的人低手能連續5顆。	1. 前150下低手，最後50下低、高手交換。 2. 教師分組丟球讓小朋友以高手和低手擊球過網。 3. 第一次測試低手可以連續幾下。	1. 每人一顆排球 2. 架好排球網	4
第(9)週 - 第(12)週	分組發球綜合練習	健體 2c-II-1遵守上課規範和運動比賽規則 2c-II-2表現增進團隊合作、友善的互動行為 3c-II-1表現聯合性動作技能 3d-II-1運用動作技能的練習策略	分組每個人能發球過網8次機會。	1. 精熟交替排球低手與高手動作。 2. 透過完成指令學會發球。 3. 透過比賽瞭解回擊球和發球觸網過仍算成功，但人觸網則算對方得分的規則。	1. 能在課程結束前75%的人15分鐘內完成200下上下手組合。 2. 能在課程結束前75%的人高低手各擊球過網3顆以上。 3. 能在課程結束前50%的人在規定位置發球過網3顆以上。	1. 前150下低手，最後50下低、高手交換。 2. 用力將球拍向地板，回彈球輔以一個高手一個低手算一組，共需完成30組。 3. 分組每人依規定位置低手發球8顆。	1. 每人一顆排球 2. 架好排球網	8

第(13)週 - 第(16)週	分組練習、分組比賽	健體 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為 3c-II-1 表現聯合性動作技能 3d-II-1 運用動作技能的練習策略	能順利完成比賽。	1. 能將所學技巧運用在實際比賽中。 2. 透過比賽瞭解發球不管是發球的人或比賽的人踩線都算對方得分的規則。	1. 能聽哨聲流暢地完成比賽。	1. 前10分鐘個人低、高手練習。 2. 接下來10分鐘分組低、高手發球過網分組練習。 3. 分組比賽。	1. 每人一顆排球 2. 架好排球網 3. 計分板	8
第(17)週 - 第(20)週	分組網前處理球	健體 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為 3c-II-1 表現聯合性動作技能 3d-II-1 運用動作技能的練習策略	每個人低手連續10下以上達2/3，發球過網可達1/2。	1. 能將所學技巧運用在實際比賽中。 2. 透過完成指令學會處理網前球。 3. 透過比賽瞭解發完球後，即使球出界仍可將球打到對界去的規則。	1. 每人能處理網前球三種各10顆 2. 能順利完成比賽	1. 前10分鐘個人低、高手練習。 2. 接下來十分鐘3人一組處理網前球(含吊小球、攔網補小球) 3. 分組比賽 4. 第二次測試低手可以連續幾下。	1. 每人一顆排球 2. 架好排球網 3. 計分板	8
教材來源	<input type="checkbox"/> 選用教材 ( ) <input checked="" type="checkbox"/> 自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)							
本主題是否融入資訊科技教學內容	<input checked="" type="checkbox"/> 無 融入資訊科技教學內容 <input type="checkbox"/> 有 融入資訊科技教學內容 共( )節 (以連結資訊科技議題為主)							
特教需求 學生課程調整	<p>【三、四年級】</p> <p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有 學習障礙(8)人</p> <p>※資賦優異學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有一般智能資優生(1)人</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 課程內容不須調整。</li> <li>2. 簡化排球技巧指導語，以利吸收理解。</li> <li>3. 鼓勵學生多練習，增進排球技巧。</li> </ol> <p style="text-align: right;">特教老師姓名：黃慧華、王贊喻 普教老師姓名：蔡馨羽</p>							

嘉義縣 朴子國小 111 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	三、四年級	年級課程 主題名稱	排球社團	課程 設計者	蔡馨羽	總節數/學期 (上)	40/下學期	
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 <input type="checkbox"/> 本土語文/臺灣手語/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學							
學校 願景	知書 健康 護鄉土		與學校願景呼應之說明	充實排球基礎能力，創造健康新生活。				
總綱 核心 素養	E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以 <b>促進</b> 身心健全發展，並認識個人特質， <b>發展</b> 運動與保健的潛能。 E-C2 <b>具備</b> 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。		課程 目標	1. 「自發」層面，以學生為主體，透過自主練習引導學生「健康賦權」與「運動參與」的歷程， <b>促進</b> 及培養個人實踐健康生活與終身運動的習慣。 2. 「互動」層面是 <b>具備</b> 與群體溝通的能力，透過分組練習、競賽的歷程，有效與他人互動，達到健康安適與運動遊憩的目的。 3. 「共好」層面是透過分組練習，組內優學者對初學者的指導，對外分組競賽， <b>發展</b> 潛能，達到球藝精進的目的，進而享受運動樂趣。				
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)	學習活動 (教學活動)	教學資源	節數
第(1) 週 - 第(4) 週	分組低、 高手及發球 基礎練習	2c-II-1遵守上課規範和運動比賽規則 2c-II-2表現增進團隊合作、友善的互動行為 3c-II-1表現聯合性動作技能 3d-II-1 運用動作技能的練習策略	透過低手、高手、發球練習以恢復球感	1. 可依據指令分組進行操作。 2. 透過比賽瞭解正式排球比賽一局25分的規則，如兩隊都達賽末點，則需連贏2分。 3. 比賽前需先列隊敬禮，13分時需交換場地繼續比賽。	1. 熟悉上課指令與流程 2. 能聽哨聲流暢的完成交換場地及比賽。 3. 能恢復上學期球感，每人連續擊球20下以上達1/3，每個人低手連續10下以上達2/3，發球過網達2/3。	1. 前10分鐘個人低、高手練習。 2. 測試低手可以連續幾下。 3. 最優3人為組長進行分組。 4. 分組隔網自攻擊線位置低手、高手擊球過網練習。 5. 每人十顆發球練習。 6. 分組比賽，沒有比賽的組需在一旁擔任線審。	1. 每人一顆排球 2. 架好190cm的排球網 3. 計分板	8

第(5)週 - 第(8)週	分組低、高手綜合基礎練習	2c-II-1遵守上課規範和運動比賽規則 2c-II-2表現增進團隊合作、友善的互動行為 3c-II-1表現聯合性動作技能 3d-II-1運用動作技能的練習策略	透過分組練習、競賽熟悉班級盃排球賽的比賽流程。	1. 透過完成指令學會排球高手動作。 2. 透過比賽瞭解排球比賽從列隊開始比賽到列隊完成比賽應有的禮儀。比賽前：請多指教、比賽後：謝謝指教、謝謝裁判。	1. 拋接球時需雙手伸直，膝蓋彎曲碰地，讓球掉到胸以下再接。 2. 球拍地板時的力度需讓球彈得比自己高。 3. 三人一組隔網自由練習時，一人吊球、一人攔網，一人補小球。 4. 班際盃排球賽時能將正確禮儀及比賽流程帶回各班進行教育。	1. 每人先拋接球30顆。 2. 每人低手150下，高低手交替30下。 3. 每人用力拍地板30下，彈起來的球需再進行一次高手和低手。 4. 完成個人基礎練習的可三人一組到網前隔網自由練習。 5. 約2/3的人完成個人練習後再進行分組練習高、低手擊球過網及發球。 6. 分組比賽，沒有比賽的組需在一旁擔任線審。	1. 每人一顆排球 2. 架好190cm的排球網 3. 計分板	8
第(9)週 - 第(12)週	裁判工作練習	2c-II-1遵守上課規範和運動比賽規則 2c-II-2表現增進團隊合作、友善的互動行為 3c-II-1表現聯合性動作技能 3d-II-1運用動作技能的練習策略	透過分組輪流擔任裁判，熟悉排球賽的比賽流程及比賽規則。	1. 主審需鳴哨控制發球及判斷那邊得分；副審負責看主審手勢翻分數；線審以手勢往上及往下告知主審in/out ball。 2. 透過比賽瞭解接發球可單一動作二次擊球但不能持球的規則。	1. 15分鐘內完成200下上下手組合。 2. 每人可順利高低手各擊球過網3顆以上。 3. 每人可順利在規定位置發球過網1顆以上。	1. 每人低手150下，高低手交替30下。 2. 每人用力拍地板30下，彈起來的球需再進行一次高手和低手。 3. 完成個人基礎練習的可三人一組到網前隔網自由練習。 4. 約2/3的人完成個人練習後再進行分組練習高、低手擊球過網及發球。 5. 分組比賽，沒有比賽的組需負責主審、副審及線審的工作，老師擔任控委。	1. 每人一顆排球 2. 架好190cm的排球網 3. 電子哨 4. 計分板	8
第(13)週 - 第(16)週	高手發球練習	2c-II-1遵守上課規範和運動比賽規則 2c-II-2表現增進團隊合作、友善的互動行為 3c-II-1表現聯合性動作技能 3d-II-1運用動作技能的練習策略	老師餵球時能順利在球場中場位置擊球過網。	1. 能雙手甩臂至最高點，右手攻擊則跨左腳往前，並在頭上將球擊球過網。 2. 透過比賽瞭解哨聲未響直接發球需重發，但哨聲響起後球一拋起一定要擊球不能重拋的規則。 3. 透過比賽瞭解哨聲一響，8秒內一定要發球的規則。	1. 2/3的人擊球過網率達到1/2。 2. 1/3的人發球過網達1/5。	1. 每人低手150下，高低手交替30下。 2. 每人用力拍地板30下，彈起來的球需再進行一次高手和低手。 3. 完成個人基礎練習的三人一組到網前隔網自由練習。 4. 約2/3的人完成個人練習後再進行分組，一組老師餵球，一組攻擊方給球、撿球，一組防守方撿球。 5. 分組比賽，沒有比賽的組需負責主審、副審及線審的工作，老師擔任控委。	1. 每人一顆排球 2. 架好190cm的排球網 3. 電子哨 4. 計分板	8

第 (17) 週 - 第(20) 週	攻擊練習	2c-II-1遵守上課規範和運動比賽規則 2c-II-2表現增進團隊合作、友善的互動行為 3c-II-1表現聯合性動作技能 3d-II-1運用動作技能的練習策略	老師餵球時能順利跳躍，將球於高於頭頂位置擊球過網。	1. 能雙手交插放在小腹前，兩步擺臂甩手跳躍攻擊。 2. 透過擔任裁判學會裁判簡易手勢。 3. 透過比賽了解球隊喊暫停的手勢，及每場可以有兩次各30秒的暫停。	1. 一半的人兩步跳躍擊球過網率達一半。	1. 每人低手150下，高低手交替30下。 2. 每人用力拍地板30下，彈起來的球需再進行一次高手和低手。 3. 完成個人基礎練習的三人一組到網前隔網自由練習。 4. 約2/3的人完成個人練習後再進行分組，一組老師餵球，一組攻擊方給球、撿球，一組防守方攔網、撿球。 5. 分組比賽，沒有比賽的組需負責主審、副審及線審的工作，老師擔任控委。	1. 每人一顆排球 2. 架好190cm的排球網 3. 電子哨 4. 計分板	8
教材來源	<input type="checkbox"/> 選用教材 ( ) <input checked="" type="checkbox"/> 自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)							
本主題是否融入資訊科技教學內容	<input checked="" type="checkbox"/> 無 融入資訊科技教學內容 <input type="checkbox"/> 有 融入資訊科技教學內容 共( )節 (以連結資訊科技議題為主)							
特教需求 學生課程 調整	<p>【三、四年級】</p> <p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有 學習障礙(8)人</p> <p>※資賦優異學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有一般智能資優生(1)人</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 課程內容不須調整。</li> <li>2. 簡化排球技巧指導語，以利吸收理解。</li> <li>3. 鼓勵學生多練習，增進排球技巧。</li> </ol> <p style="text-align: right;">特教老師姓名：黃慧華、王贊喻 普教老師姓名：蔡馨羽</p>							