

三、嘉義縣朴子國小 113 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 11-3)

年級	高年級	年級課程主題名稱	排球社團	課程設計者	葉明宗	總節數/ 學期 (上/下)	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 *是否融入 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 均未融入 <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	健康 快樂 鄉土 數位	與學校願景呼應之說明	一、培養健康身心、健全體魄，鍛鍊良好的運動能力。 二、學習排球專業技能，享受打排球的樂趣。 三、銜接學區國中的排球訓練，打造朴子排球的專業團隊。 四、適當應用網路，學習排球專門課程，觀摩國際比賽。				
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-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 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。	課程目標	一、從運動社團的團隊活動中，培養學生具備良好的生活習慣，促進身心健全發展。 二、從不斷的個人動作學習，引導認知「健康賦權」與「運動參與」的歷程，逐步認識個人特質，發展生命潛能。 三、促進及培養個人實踐健康生活與終身運動的習慣，透過體驗與實踐處理日常生活的問題。 四、從練習與比賽的得失分中，探討成敗的關鍵，具備探索問題的思考能力。 五、透過分組練習與團隊競賽歷程，具備理解他人感受，樂於與他人互動，培養與團隊成員合作之素養。				

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	排球基本介紹與低手傳球	健康與體育 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。	1. 排球基礎規則 2. 排球場地規格 3. 暖身動作練習 4. 低手傳球動作解說 5. 低手傳球的各種練習策略	1. 透過觀看影片認識排球基本規則。 2. 透過影片認識排球的室內場地。 3. 能認識暖身運動的操作策略。 4. 認識排球低手傳球功能，準確做到準備姿勢及基本動作，並積極參與練習。 5. 上課時遵守課堂規範。	1. 能了解並遵守排球運動規則。 2. 能正確說出排球用具、設備以及場地 3. 能正確意識如何預防運動傷害。 4. 能正確做出低手傳球基本姿勢，分解及聯合動作步驟。 5. 能確實遵守排球運動團體規範。	1. 教學環境認識及上課規則說明。 2. 觀看影片認識排球室內場地以及基本規則。 3. 介紹暖身動作以及實際操作。 4. 認識運動傷害的發生原因以及避免方法。 5. 講解與示範排球準備姿勢及步法移動，學生實際操作。 6. 講解與示範低手傳球動作要領，學生實際操作。 7. 整理活動及緩和運動。	自編教材 排球 影片：排球基本規則介紹 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=iQzfUsRhqvA">https://www.youtube.com/watch?v=iQzfUsRhqvA</a> 影片：排球低手擊球教學 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=zXkCycV2G7A">https://www.youtube.com/watch?v=zXkCycV2G7A</a>	8
第(5)週 - 第(8)週	高手傳球	健康與體育 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。	1. 高手傳球的動作解說與示範 2. 高手傳球的各種練習策略	1. 認識排球高手傳球功能，準確做到基本動作，並積極參與練習。 2. 能表現排球運動穩定的身體控制和協調能力。 3. 能比較自己與他人排球動作技巧的優缺點，並修正成更好的動作。 4. 上課時遵守課堂規範。	1. 能正確做出高手傳球與接球的姿勢與動作。 2. 能正確做出高手傳球分解及聯合動作步驟。 3. 能比較自己與他人排球動作技巧的優缺點，並修正成更好的動作。 4. 能確實遵守排球運動團體規範。	1. 觀看影片了解高手傳球的要領與重點。 2. 暖身動作與敏捷力訓練。 3. 講解與示範高手傳球準備姿勢及基本動作，學生實際操作。 4. 操作各項高手傳球練習方法，並進行個人動作的糾正與調整。 5. 講解與示範左右移動後的高手傳球動作要領，學生實際操作。 6. 整理活動及緩和運動。	自編教材 排球 影片：排球高手擊球教學 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=G7pXQKUzdp4">https://www.youtube.com/watch?v=G7pXQKUzdp4</a>	8

<p>第 (9) 週 - 第 (12) 週</p>	<p>傳球技術綜合應用 與期中測驗</p>	<p>健康與體育 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 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。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p>	<p>1. 傳球綜合技術的解說與示範。 2. 傳球綜合技術的各種練習策略。 3. 期中測驗-低手高手傳球綜合應用</p>	<p>1. 認識排球傳球高低手綜合技術，準確做到基本動作，並積極參與練習。 2. 能表現排球運動穩定的身體控制和協調能力。 3. 能比較自己與他人排球動作技巧的優缺點，並修正成更好的動作。 4. 上課時遵守課堂規範。</p>	<p>1. 能正確做出傳球高低手綜合技術的姿勢與動作。 2. 能正確做出高手傳球分解及聯合動作步驟。 3. 能比較自己與他人排球動作技巧的優缺點，並修正成更好的動作。 4. 能確實遵守排球運動團體規範。 5. 期中測驗能夠達到合格的標準。</p>	<p>1. 暖身動作與敏捷力訓練。 2. 講解與示範傳球高低手綜合技術基本動作，學生實際操作。 3. 操作各項傳球高低手綜合技術練習方法，並進行個人動作的糾正與調整。 4. 配合左右快速移動步法，實施傳球低手綜合技術，學生實際操作。 5. 進行期中測驗-低手高手傳球綜合應用。 6. 整理活動及緩和運動。</p>	<p>自編教材 排球</p>	<p>8</p>
<p>第 (13) 週 - 第 (16) 週</p>	<p>低手發球與接發球</p>	<p>健康與體育 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p>	<p>1. 低手發球與接發球的動作解說與示範 2. 低手發球與接發球的各種練習策略 3. 增強低手發球強度與準確度的練習方法</p>	<p>1. 認識排球低手發球的功能，準確做到低手發球與接發球的基本動作，並積極參與練習。 2. 能表現排球運動穩定的身體控制和協調能力。 3. 能比較自己與他人排球動作技巧的優缺點，並修正成更好的動作。 4. 上課時遵守課堂規範。</p>	<p>1. 能正確做出低手發球與接發球的姿勢與動作。 2. 能正確做出低手發球與接發球的分解及聯合動作步驟。 3. 能比較自己與他人排球動作技巧的優缺點，並修正成更好的動作。 4. 能確實遵守排球運動團體規範。</p>	<p>1. 觀看影片了解低手發球的要領與重點。 2. 暖身動作與敏捷力訓練。 3. 講解與示範低手發球準備姿勢及基本動作，學生實際操作。 4. 操作各項低手發球練習方法，並進行個人動作的糾正與調整。 5. 加強低手發球準確度的各種練習方式。 6. 團隊比賽練習。 7. 整理活動及緩和運動。</p>	<p>自編教材 排球 影片：排球低手發球教學 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=XxW50awFsUk">https://www.youtube.com/watch?v=XxW50awFsUk</a></p>	<p>8</p>

<p>第 (17) 週 - 第 (20) 週</p>	<p>與 期 末 測 驗</p> <p>團 隊 比 賽 基 本 觀 念</p>	<p>健康與體育</p> <p>1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。</p> <p>2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範</p> <p>2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。</p> <p>3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。</p> <p>3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略</p>	<p>1. 排球比賽球員分工與個別技術介紹</p> <p>2. 不同位置球員的小組配合練習</p> <p>3. 期末測驗-團隊比賽</p>	<p>1. 排球比賽位置分配與球員專項分工。</p> <p>2. 排球比賽不同位置的專項技術介紹以及小組練習。</p> <p>3. 排球比賽不同位置的組合動作與團隊練習</p> <p>4. 能表現排球運動穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>5. 能比較自己與他人排球動作技巧的優缺點，並修正成更好的動作。</p> <p>6. 上課時遵守課堂規範。</p>	<p>1. 能正確做出各個比賽位置的姿勢與動作。</p> <p>2. 能理解各個比賽位置的主要功能，並完成團隊配合。</p> <p>3. 能比較自己與他人排球動作技巧的優缺點，並修正成更好的動作。</p> <p>4. 能確實遵守排球運動團體規範。</p> <p>5. 期末測驗能夠達到合格的標準。</p>	<p>1. 暖身動作與敏捷力訓練。</p> <p>2. 講解與示範各個比賽位置的姿勢與動作，學生實際操作。</p> <p>3. 進行不同位置專項動作的小組練習。</p> <p>4. 組合不同位置的專項動作，進行團隊比賽練習。</p> <p>5. 針對個人動作的缺點與錯誤，進行糾正與調整。</p> <p>6. 進行期末測驗-團隊比賽。</p> <p>7. 整理活動及緩和運動。</p>	<p>自編教材 排球</p>	<p>8</p>
<p>教材來源</p>	<p><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)</p>							
<p>本主題是否 融入資訊科 技教學內容</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/>無 融入資訊科技教學內容</p> <p><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)</p>							
<p>特教需求學 生課程調整</p>	<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有-學習障礙(9)人</p> <p>※資賦優異學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有-一般智能資優優異(1)人</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <p>1. 課程內容不須調整。</p> <p>2. 簡化排球技巧指導語，以利吸收理解。</p> <p>3. 鼓勵學生多練習，增進排球技巧。</p> <p style="text-align: right;">特教老師姓名：黃慧華、王贊喻</p> <p style="text-align: right;">普教老師姓名：葉明宗</p>							

三、嘉義縣朴子國小 113 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 11-3)

年級	高年級	年級課程主題名稱	排球社團	課程設計者	葉明宗	總節數/ 學期 (上/下)	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 *是否融入 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 均未融入 <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	健康 快樂 鄉土 數位	與學校願景呼應之說明	一、培養健康身心、健全體魄，鍛鍊良好的運動能力。 二、學習排球專業技能，享受打排球的樂趣。 三、銜接學區國中的排球訓練，打造朴子排球的專業團隊。 四、適當應用網路，學習排球專門課程，觀摩國際比賽。				
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-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 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。	課程目標	一、從運動社團的團隊活動中，培養學生具備良好的生活習慣，促進身心健全發展。 二、從不斷的個人動作學習，引導認知「健康賦權」與「運動參與」的歷程，逐步認識個人特質，發展生命潛能。 三、促進及培養個人實踐健康生活與終身運動的習慣，透過體驗與實踐處理日常生活的問題。 四、從練習與比賽的得失分中，探討成敗的關鍵，具備探索問題的思考能力。 五、透過分組練習與團隊競賽歷程，具備理解他人感受，樂於與他人互動，培養與團隊成員合作之素養。				

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	高低手傳球小組與團隊配合	健康與體育 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 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。 3c-III-1 表現穩定身體控制和協調能力。	1. 高低手傳球的小組訓練與跑位練習 2. 高低手傳球的小組與跑位練習	1. 認識排球高低手傳球的使用時機，加強傳球準確度，並積極參與練習。 2. 能表現排球運動穩定的身體控制和協調能力。 3. 能比較自己與他人排球動作技巧的優缺點，並修正成更好的動作。 4. 上課時遵守課堂規範。	1. 能正確做出高低手傳球的動作，並將球傳到準確的位置。 2. 在小组與團隊傳球練習中，能夠快速跑位並準確傳球。 3. 能比較自己與他人排球動作技巧的優缺點，並修正成更好的動作。 4. 能確實遵守排球運動團體規範。	1. 暖身動作與敏捷力訓練。 2. 講解與示範高低手傳球時機，小組與團隊跑位方式，學生實際操作。 3. 應用傳球準確度訓練器材，增加高低手傳球的準確度，學生實際操作。 4. 團隊組合的高低手傳球活動與遊戲。 5. 整理活動及緩和運動。	自編教材 排球 傳球準確度訓練器材	8
第(5)週 - 第(8)週	高手發球	健康與體育 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。	1. 高手發球的動作解說與示範 2. 高手發球的各種練習策略 3. 增強高手發球強度與準確度的練習方法	1. 認識排球高手發球的功能，準確做到高手發球的基本動作，並積極參與練習。 2. 能表現排球運動穩定的身體控制和協調能力。 3. 能比較自己與他人排球動作技巧的優缺點，並修正成更好的動作。 4. 上課時遵守課堂規範。	1. 能正確做出高手發球的姿勢與動作。 2. 能正確做出高手發球的聯合動作步驟以及達到足夠的準確度。 3. 能比較自己與他人排球動作技巧的優缺點，並修正成更好的動作。 4. 能確實遵守排球運動團體規範。	1. 觀看影片了解高手發球的要領與重點。 2. 暖身動作與敏捷力訓練。 3. 講解與示範高手發球準備姿勢及基本動作，學生實際操作。 4. 操作各項高手發球練習方法，並進行個人動作的糾正與調整。 5. 加強高手發球準確度的各種練習方式。 6. 團隊比賽練習。 7. 整理活動及緩和運動。	自編教材 排球 影片：排球高手發球教學 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=XxW50awFsUk">https://www.youtube.com/watch?v=XxW50awFsUk</a>	8

<p>第 (9) 週 - 第 (12) 週</p>	<p>扣球、接扣球技術 與期中測驗</p>	<p>健康與體育 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。</p>	<p>1. 站立扣球的動作解說與練習策略 2. 接扣球的動作要領 3. 期中測驗-發球與扣球</p>	<p>1. 認識排球扣球攻擊與接扣球的功能，準確做到扣球攻擊的手部基本動作，以及接扣球的動作要領，並積極參與練習。 2. 能表現排球運動穩定的身體控制和協調能力。 3. 能比較自己與他人排球動作技巧的優缺點，並修正成更好的動作。 4. 上課時遵守課堂規範。</p>	<p>1. 能正確做出扣球攻擊的手部動作與姿勢。 2. 能正確利用手掌包住球，增加擊球準確度。 3. 能準確做出短距離與長距離的站立擊球動作。 4. 能確實做到接扣球的動作。 5. 能比較自己與他人排球動作技巧的優缺點，並修正成更好的動作。 6. 能確實遵守排球運動團體規範。 7. 期中測驗能達到合格標準。</p>	<p>1. 觀看影片了解扣球攻擊的手部動作。 2. 暖身動作與敏捷力訓練。 3. 講解與示範扣球攻擊的手部動作，學生實際操作。 4. 操作各項扣球攻擊的練習方法，並進行個人動作的糾正與調整。 5. 進行短距離與長距離的扣球攻擊練習。 6. 進行接扣球練習。 7. 期中測驗-發球與扣球。 8. 整理活動及緩和運動。</p>	<p>自編教材 排球 影片：排球攻擊手腕練習 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=TzgPMTfyUbQ">https://www.youtube.com/watch?v=TzgPMTfyUbQ</a></p>	<p>8</p>
<p>第 (13) 週 - 第 (16) 週</p>	<p>助跑與跳躍扣球</p>	<p>健康與體育 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p>	<p>1. 排球攻擊助跑動作的解說與示範 2. 跳躍扣球的解說與示範</p>	<p>1. 認識排球攻擊助跑的功能與動作要領，並積極參與練習。 2. 認識排球跳躍扣球攻擊的功能與動作要領，並積極參與練習。 3. 能表現排球運動穩定的身體控制和協調能力。 4. 能比較自己與他人排球動作技巧的優缺點，並修正成更好的動作。 5. 上課時遵守課堂規範。</p>	<p>1. 能正確做出攻擊助跑，以及跳躍扣球的完整動作。 2. 跳躍攻擊能夠控制攻擊點的距離遠近，並增加擊球的準確度與強度。 3. 能比較自己與他人排球動作技巧的優缺點，並修正成更好的動作。 4. 能確實遵守排球運動團體規範。</p>	<p>1. 觀看影片了解助跑與跳躍扣球的要領與重點。 2. 暖身動作與敏捷力訓練。 3. 講解與示範助跑與跳躍扣球的準備姿勢及基本動作，學生實際操作。 4. 操作各項助跑與跳躍扣球的練習方法，並進行個人動作的糾正與調整。 5. 增加跳躍扣球準確度與強度的各種練習方式。 6. 團隊比賽練習。 7. 整理活動及緩和運動。</p>	<p>自編教材 排球 影片：排球攻擊教學 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=nxPLdUiwmu0&amp;t=328s">https://www.youtube.com/watch?v=nxPLdUiwmu0&amp;t=328s</a></p>	<p>8</p>

<p>第 (17) 週 - 第 (20) 週</p>	<p>隊形配合團隊練習 與期末測驗</p>	<p>健康與體育 2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略</p>	<p>1. 排球比賽攻擊隊形的類別與實作 2. 排球比賽防守隊形的類別與實作 3. 期末測驗-團隊比賽</p>	<p>1. 排球比賽攻擊隊形的說明與實際操作練習。 2. 排球比賽防守隊形的說明與實際操作練習。 3. 兩種隊形不斷變換的配合組織，加強團隊的防守力與得分效率。 4. 能表現排球運動穩定的身體控制和協調能力。 5. 能比較自己與他人排球動作技巧的優缺點，並修正成更好的動作。 6. 上課時遵守課堂規範。</p>	<p>1. 能正確跑位組織攻擊隊形與防守隊形，做出各個位置的正確動作。 2. 變換隊形時能夠流暢正確，發揮各個位置的功能，提升團隊的防守力與得分效率。 3. 能比較自己與他人排球動作技巧的優缺點，並修正成更好的動作。 4. 能確實遵守排球運動團體規範。 5. 期末測驗能夠達到合格的標準。</p>	<p>1. 暖身動作與敏捷力訓練。 2. 講解與示範攻擊隊形的各種類型，學生實際操作。 3. 講解與示範防守隊形的各種類型，學生實際操作。 4. 進行兩種隊形的交互變換練習，達到流暢正確的標準。 5. 進行團隊比賽練習，針對個人動作的缺點與錯誤，進行糾正與調整。 6. 期末測驗-團隊比賽。 7. 整理活動及緩和運動。</p>	<p>自編教材 排球</p>	<p>8</p>
<p>教材來源</p>	<p><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)</p>							
<p>本主題是否融入資訊科技教學內容</p>	<p><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)</p>							
<p>特教需求學生課程調整</p>	<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有-學習障礙(9)人 ※資賦優異學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有-一般智能資優優異(1)人 ※課程調整建議(特教老師填寫)： 1. 課程內容不須調整。 2. 簡化排球技巧指導語，以利吸收理解。 3. 鼓勵學生多練習，增進排球技巧。</p> <p style="text-align: right;">特教老師姓名：黃慧華、王贊喻 普教老師姓名：葉明宗</p>							