

113 學年度嘉義縣義竹國民中學體育班八年級第一、二學期彈性學習課程排球社團教學計畫表(表十二之三)

設計者：楊禹中

教學者：楊禹中

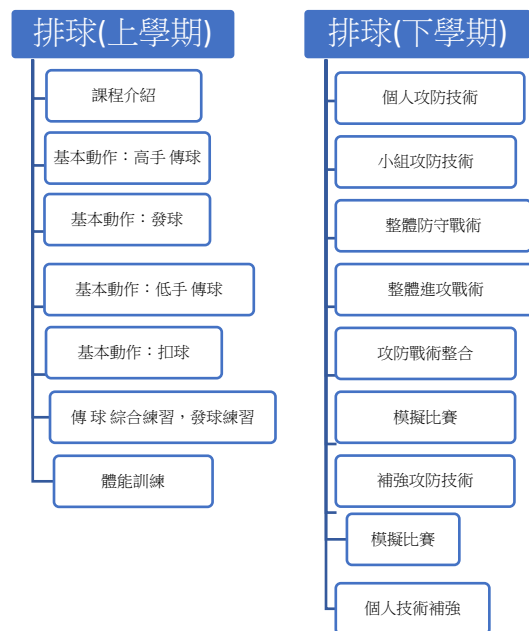
一、課程四類規範(一類請填一張)

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. 特殊需求領域課程 (體育專業課程)
4. 其他類課程

二、本課程每週學習節數/總節數：3 / 35

三、課程設計理念：透過實際練習及操作讓學生熟悉排球運動，進而增進對排球運動的喜愛。

四、課程目標：



五、本學期課程內涵

第一學期

| 教學進度/週次 | 單元/主題名稱 | 核心素養具體內涵 | 學習重點 | | 教學重點 (學習活動內容及實施方式) | 融入議題之內容重點 | 評量方式 | 教學資源/ 自編自選教材或學習單 |
|---------|---------------|--|--|-------------------|-----------------------|------------------|------|---------------------|
| | | | 學習表現 | 學習內容 | | | | |
| 第 1 週 | 課程介紹 | J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 | Ss-V-1 了解能量的轉換和身心素質與身體活動的關係 | 讓學生了解排球運動與身體素質的關係 | 講解 | 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 | 學習單 | 自編教材 |
| 第 2 週 | 基本動作： 高手傳球 | J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 | T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻 防戰術 | 讓學生學會高手傳球 | 實務操作 | 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 | 動作測驗 | 自編教材 |
| 第 3 週 | 高手傳球練習 | J-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主 | T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行 | 讓學生學會高手傳球 | 實務操作 | 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 | 動作測驗 | 自編教材 |

| | | | | | | | | |
|-------|------------|--|--|-----------|------|------------------|-----------------|------|
| | | 動學習與創新求變的素養。 | 組合性攻 防戰術 | | | | | |
| 第 4 週 | 高手傳球練習 | J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。 | T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 | 讓學生學會高手傳球 | 實務操作 | 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 | 測驗高手傳球對牆連續 50 次 | 自編教材 |
| 第 5 週 | 基本動作：發球(1) | J-B2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 | T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻 防戰術 | 讓學生學會高手發球 | 實務操作 | 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 | 動作測驗 | 自編教材 |
| 第 6 週 | 基本動作：發球(1) | J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力，欣賞各種藝術的風格和價值，並了解美感的特質、 | T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 | 讓學生學會高手發球 | 實務操作 | 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 | 動作測驗 | 自編教材 |

| | | | | | | | | |
|-------|---------------|--|---------------------------------------|-----------|------|---------------------|-----------------|------|
| | | 認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。 | | | | | | |
| 第 7 週 | 基本動作： 低手傳球 | J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。 | T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 | 讓學生學會低手傳球 | 實務操作 | 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 | 動作測驗 | 自編教材 |
| 第 8 週 | 低手傳球練習 | J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。 | T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 | 讓學生學會低手傳球 | 實務操作 | 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 | 動作測驗 | 自編教材 |
| 第 9 週 | 低手傳球練習 | J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。 | T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 | 讓學生學會低手傳球 | 實務操作 | 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 | 測驗低手傳球對牆連續 50 次 | 自編教材 |

| | | | | | | | | |
|--------|-------------|--|---------------------------------------|-----------|------|---------------------------------|----------|------|
| 第 10 週 | 基本動作：發球 (2) | J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。 | T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 | 讓學生學會低手發球 | 實務操作 | 涯 J4 了解自己的 人格特質 與價值 觀。 | 動作測 驗 | 自編教材 |
| 第 11 週 | 基本動作：發球 (2) | J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 | T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 | 讓學生學會低手發球 | 實務操作 | 涯 J4 了解自己的 人格特質 與價值 觀。 | 動作測 驗 | 自編教材 |
| 第 12 週 | 基本動作：扣球 | J-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。 | T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 | 讓學生學會扣球 | 實務操作 | 涯 J4 了解自己的 人格特質 與價值 觀。 | 動作測 驗 | 自編教材 |
| 第 13 週 | 傳球綜合練習， | J-C3 具備敏察和接納多元文 | T-IV-1 了解並執行網／牆性 | 讓學生綜合練習 | 實務操作 | 涯 J4 了解自己的 | 動作測 驗 | 自編教材 |

| | | | | | | | | |
|--------|------------------|--|---------------------------------------|---------|------|---------------------|------|------|
| | 發球練習，扣球練習 | 化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。 | 球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 | | | 人格特質與價值觀。 | | |
| 第 14 週 | 傳球綜合練習，發球練習，扣球練習 | J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 | T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 | 讓學生綜合練習 | 實務操作 | 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 | 動作測驗 | 自編教材 |
| 第 15 週 | 傳球綜合練習，發球練習，扣球練習 | J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力，欣賞各種藝術的風格和價值，並了解美感的特質、認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。 | T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 | 讓學生綜合練習 | 實務操作 | 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 | 動作測驗 | 自編教材 |
| 第 16 週 | 傳球綜合練習，發球練習 | J-B2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學 | T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性 | 讓學生綜合練習 | 實務操作 | 涯 J13 培養生涯規劃及執 | 動作測驗 | 自編教材 |

| | | | | | | | | |
|--------|------------------|--|-------------------------------|---------|------|---------------------|------|------|
| | 練習，扣球練習 | 習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 | 技術訓練，執行組合性攻防戰術 | | | 行的能力。 | | |
| 第 17 週 | 傳球綜合練習，發球練習，扣球練習 | J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 | T-V-3 精熟並執行接力動作 | 讓學生綜合練習 | 實務操作 | 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 | 動作測驗 | 自編教材 |
| 第 18 週 | 體能訓練 | J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 | P-IV-1 理解並執行網／牆性球類運動組合性體能訓練處方 | 讓學生增進體能 | 實務操作 | 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 | 動作測驗 | 自編教材 |
| 第 19 週 | 體能訓練 | J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動， | P-IV-1 理解並執行網／牆性球類運動組合性體能訓練處方 | 讓學生增進體能 | 實務操作 | 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 | 動作測驗 | 自編教材 |

| | | | | | | | | |
|-----------|------|--|---|---------|------|------------------------------------|----------|------|
| | | 並理解數理、 美學等基本概 念，應用於日 常生活中。 | | | | | | |
| 第 20 週 | 體能訓練 | J-C1 培養道德 思辨與實踐能 力，具備民主 素養、法治觀 念與環境意 識，並主動參 與公益團體活 動，關懷生命 倫理議題與生 態環境。 | P-IV-1 理解並 執行網／牆性 球類運動組合性 體能 訓練處方 | 讓學生增進體能 | 實務操作 | 涯 J13 培養生涯 規劃及執 行的能 力。 | 動作測 驗 | 自編教材 |
| 第 21 週 | 體能訓練 | J-C3 具備敏察 和接納多元文 化的涵養，關 心本土與國際 事務，並尊重 與欣賞差異。 | P-IV-1 理解並 執行網／牆性 球類運動組合性 體能 訓練處方 | 讓學生增進體能 | 實務操作 | 涯 J13 培養生涯 規劃及執 行的能 力。 | 動作測 驗 | 自編教材 |

第二學期

| 教學 | 單元/主題 | 核心素養具體 | 學習重點 | 教學重點 | 融入議題 | 評量方 | 教學資源/ |
|----|-------|--------|------|------|------|-----|-------|
|----|-------|--------|------|------|------|-----|-------|

| 進度/ 週次 | 名稱 | 內涵 | 學習表現 | 學習內容 | (學習活動內容及實施方 式) | 之內容重 點 | 式 | 自編自選 教材或學 習單 |
|-----------|------------|--|--|---------|-------------------|------------------------------|----------|--------------------|
| 第 1 週 | 個人攻防 技術 | J-C2 具備利他 與合群的知能 與態度，並培 育相互合作及 與人和諧互動 的素養。 | T-IV-B1 網／牆 性球類運動之 發、接發、傳接、 舉、殺、抽、挑、 擊、攔、切、移 位與過渡等組合 性技 術 | 學會跳躍扣球 | 實務操作 | 涯 J3 覺 察自己的 能力與興 趣。 | 動作測 驗 | 自編教材 |
| 第 2 週 | 個人攻防 技術 | J-C3 具備敏察 和接納多元文 化的涵養，關 心本土與國際 事務，並尊重 與欣賞差異。 | T-IV-B1 網／牆 性 球類運動之發、 接發、傳接、舉、 殺、抽、挑、擊、 攔、切、移位與 過渡等組合性技 術 | 學會跳躍扣球 | 實務操作 | 涯 J3 覺 察自己的 能力與興 趣。 | 動作測 驗 | 自編教材 |
| 第 3 週 | 小組攻防 技術 | J-C1 培養道德 思辨與實踐能 力，具備民主 素養、法治觀 念與環境意 識，並主動參 與公益團體活 動，關懷生命 | T-IV-B1 網／牆 性球類運動之 發、接發、傳接、 舉、殺、抽、挑、 擊、攔、切、移 位與過渡等組 合性技 術 | 學會A 式快攻 | 實務操作 | 涯 J3 覺 察自己的 能力與興 趣。 | 動作測 驗 | 自編教材 |

| | | | | | | | | |
|-------|--------|--|--|---------|------|------------------|------|------|
| | | 倫理議題與生態環境。 | | | | | | |
| 第 4 週 | 小組攻防技術 | J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 | T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 | 學會A 式快攻 | 實務操作 | 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 | 動作測驗 | 自編教材 |
| 第 5 週 | 整體防守戰術 | J-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。 | T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 | 雙人攔網 | 實務操作 | 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 | 動作測驗 | 自編教材 |
| 第 6 週 | 整體防守戰術 | J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。 | T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 | 雙人攔網 | 實務操作 | 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 | 動作測驗 | 自編教材 |
| 第 7 週 | 整體進攻 | J-A1 具備良好的身心發展知 | T-IV-B1 網/牆性球類運動之 | 掩護進攻 | 實務操作 | 涯 J4 了解自己的 | 動作測驗 | 自編教材 |

| | | | | | | | | |
|-------|--------|--|--|------|------|---------------------------------|----------|------|
| | 戰術 | 能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 | 發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 | | | 人格特質與價值觀。 | | |
| 第 8 週 | 整體進攻戰術 | J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力，欣賞各種藝術的風格和價值，並了解美感的特質、認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。 | T-IV-B1 網／牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組性技術 | 掩護進攻 | 實務操作 | 涯 J4 了解自己的 人格特質 與價值 觀。 | 動作測 驗 | 自編教材 |
| 第 9 週 | 攻防戰術整合 | J-B2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 | T-IV-B1 網／牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 | 攻防轉換 | 實務操作 | 涯 J4 了解自己的 人格特質 與價值 觀。 | 動作測 驗 | 自編教材 |
| 第 10 | | J-A1 具備良好 | T-IV-B1 網／牆 | 攻防轉換 | 實務操作 | 涯 J4 了 | 動作測 | 自編教材 |

| | | | | | | | | |
|--------|--------|--|--|--------|------|--------------------|------|------|
| 週 | 攻防戰術整合 | 的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 | 性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 | | | 解自己的人格特質與價值觀。 | 驗 | |
| 第 11 週 | 模擬比賽 | J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 | T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 | 增加實戰經驗 | 實務操作 | 涯 J4 解自己的人格特質與價值觀。 | 分組比賽 | 自編教材 |
| 第 12 週 | 模擬比賽 | J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。 | T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 | 增加實戰經驗 | 實務操作 | 涯 J4 解自己的人格特質與價值觀。 | 分組比賽 | 自編教材 |
| 第 13 週 | 補強攻防 | J-C1 培養道德思辨與實踐能 | T-IV-B1 網/牆性球類運動之 | 修正缺點 | 實務操作 | 涯 J4 解自己的 | 動作測驗 | 自編教材 |

| | | | | | | | | |
|--------|--------|---|---|------|------|---------------------|------|------|
| | 技術 | 力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。 | 發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 | | | 人格特質與價值觀。 | | |
| 第 14 週 | 補強攻防技術 | J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。 | T-IV-B1 網／牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 | 修正缺點 | 實務操作 | 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 | 動作測驗 | 自編教材 |
| 第 15 週 | 檢討比賽 | J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。 | Ta-IV-C1 網／牆性球類運動個人組合性戰術 Ps-IV-D1 網／牆性球類運動之組合性運動 心理技巧 | 修正缺點 | 實務操作 | 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 | 動作測驗 | 自編教材 |
| 第 16 週 | 個人技術補強 | J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重 | T-IV-B1 網／牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移 | 修正缺點 | 實務操作 | 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 | 動作測驗 | 自編教材 |

| | | | | | | | | |
|------------------|--------|--|--|--------|------|---------------------|------|------|
| | | 與欣賞差異。 | 位與過渡等組合性技術 | | | | | |
| 第 17 週 | 個人技術補強 | J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。 | T-IV-B1 網／牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 | 修正缺點 | 實務操作 | 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 | 動作測驗 | 自編教材 |
| 第 18 週 (畢業典禮) | 個人技術補強 | J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 | T-IV-B1 網／牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 | 修正缺點 | 實務操作 | 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 | 動作測驗 | 自編教材 |
| 第 19 週 | 模擬比賽 | J-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。 | Ta-IV-C1 網／牆性球類運動個人組合性戰術 Ps-IV-D1 網／牆性球類運動之組合性運動心理技巧 | 檢視修正缺點 | 實務操作 | 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 | 分組比賽 | 自編教材 |

| | | | | | | | | |
|-----------|------|---|--|--------|------|--------------------------------|------|------|
| 第 20 週 | 模擬比賽 | J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。 | Ta-IV-C1 網／牆 性球類運動個人組合性戰術 Ps-IV-D1 網／牆 性球類運動之組合性運動 心理技巧 | 檢視修正缺點 | 實務操作 | 涯 J13 培養生涯 規劃及執行 的能力。 | 分組比賽 | 自編教材 |
|-----------|------|---|--|--------|------|--------------------------------|------|------|

