

114 學年度嘉義縣義竹國民中學體育班七年級第一、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：1. 啟發生命潛能 2. 陶養生活知能 3. 促進生涯發展 4. 涵育公民責任 5. 提升運動競技

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。	Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能，了解自我與他人，提升網 / 牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等	Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧	講解	涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	學習單	自編教材
第 2 週		J-A2 具備理解	T-IV-1 了解並	讓學生學會	實務操作	涯 J3 覺	動作測	自編教

	基本動作：高手傳球	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。	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	高手傳球		察自己的能力與興趣。	驗	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 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	J-B2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並	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

	(1)	察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。	組合性攻 防戰術					
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、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 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		J-C2 具備利他	T-IV-1 了解並	讓學生學會低手	實務操作	涯 J4 了	動作測	自編教

	低手傳球練習	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。	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	傳球		解自己的人格特質與價值觀。	驗	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 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 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	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 解自己的人格特質與價值觀。	動作測驗	自編教材

		略處理解決生活及生命議題。						
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，發球練習，扣球練習	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 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	J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能	T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技	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	動作測驗	自編教材

	習，發球練習，扣球練習	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。	術訓練，執行組合性攻防戰術			觀。		
第 16 週	傳球綜合練習，發球練習，扣球練習	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 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。	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	P-IV-1 理解並執行網／牆性	讓學生增進體能	實務操作	涯 J13 培養生涯	動作測驗	自編教材

		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。	球類運動組合性體能訓練處方			規劃及執行的能力。		
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，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。	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 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	P-IV-1 理解並	讓學生增進體能	實務操作	涯 J13	動作測	自編教

週		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。	執行網／牆性球類運動組合性體能訓練處方			培養生涯規劃及執行的能力。	驗	材
---	--	--------------------------------	---------------------	--	--	---------------	---	---

第二學期

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	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，關懷生命倫理議題與生態環境。	T-IV-BI 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 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-BI 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-BI 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		J-C3 具備敏察	T-IV-BI 網／牆	雙人攔網	實務操作	涯 J3 覺	動作	自編教

週	整體防守戰術	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。	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			察自己的能力與興趣。	測驗	材
第 7 週	整體進攻戰術	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-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	掩護進攻	實務操作	涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。	動作測驗	自編教材
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、移位與過渡等組合性技術	掩護進攻	實務操作	涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。	動作測驗	自編教材
第 9 週		J-B2 具備善用	T-IV-B1 網／牆	攻防轉換	實務操作	涯 J4 了	動作	自編教

週	攻防戰術整合	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。	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。	測驗	材
第 10 週	攻防戰術整合	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-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 解自己的人格特質與價值觀。	動作測驗	自編教材
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，	T-IV-B1 網／牆性球類運動之發、接發、傳	增加實戰經驗	實務操作	涯 J4 解自己的人格特質與價值	分組比賽	自編教材

		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。	接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術			觀。		
第 13 週	補強攻防技術	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，關懷生命倫理議題與生態環境。	T-IV-BI 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 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-BI 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		J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及	Ta-IV-CI 網／牆性球類運動個人組合性戰術 Ps-IV-DI 網／牆	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

	檢討比賽	與人和諧互動的素養。	性球類運動之組合性運動 心理技巧					
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，並尊重與欣賞差異。	T-IV-BI 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 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-BI 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	T-IV-BI 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

		議題。						
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

