

臺南市立六甲國民中學 111 學年度第一學期九年級(體育專業領域)課程計畫

課程名稱	排球	實施年級 (班級組別)	九年級	教學 節數	本學期共(126)節			
課程規範	<input checked="" type="checkbox"/> 領域學習課程-部定專長領域 <input type="checkbox"/> 藝術才能班部定專長領域 <input checked="" type="checkbox"/> 體育班部定體育專業 <input checked="" type="checkbox"/> 彈性學習課程-特殊需求領域課程 專業課程： <input type="checkbox"/> 藝術才能班校訂專長領域 <input checked="" type="checkbox"/> 體育班校訂體育專業							
設計理念	提倡體育道德、建立運動知識、提升運動技能。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-A1 具備增進競技運動的知能與態度，並展現自我潛能，探索自我價值與生命意義且積極實踐。 J-A2 具備理解競技運動全貌，且做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略處理與解決各項問題。 J-A3 具備善用周邊資源以擬定競技運動計畫，且有效執行，並發揮主動學習與創新求變的能力。 J-C2 具備利他與合群的知能與態度，透過競技運動培育相互合作及與人和諧互動的素養。							
課程目標	1.探索自我與身體活動，了解實現自我的含意。 2.養成規律運動的習慣以促進健康。 3.經由個人與團體活動，建立積極正向與互助合作的生活態度。 4.培養遵守共同規範，並尊重他人的態度，積極實踐安全生活。							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量 評量方式	自編自選教材 或學習單 使用教具或器材
第一週 8/30~9/2	6	排球運動之認識	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	認識排球	排球規則介紹	1.觀察 2.課前準備 3.實作及表現 4.分組討論	自編
第二週 9/5~9/9	6	低手技術動作解析	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	習練排球基礎動作	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

第三週 9/12~9/16	6	高手技術動作解析	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	習練排球基礎動作	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第四週 9/19~9/23	6	發球技術動作解析	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	習練排球基礎動作	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第五週 9/26~9/30	6	移位傳球技術動作訓練	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	習練排球基礎動作	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第六週(一段) 10/3~10/7	6	第一次段考						
第七週 10/10~10/14	6	接發球技術動作訓練	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	習練排球基礎動作	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第八週 10/17~10/21	6	接發球技術動作訓練	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	習練排球基礎動作	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

第九週 10/24~10/28	6	扣球技術動作解析與訓練	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	習練排球基礎動作	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第十週 10/31~11/4	6	扣球技術動作解析與訓練	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	習練排球基礎動作	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第十一週 11/7~11/11	6	舉球技術動作解析與訓練	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	習練排球基礎動作	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第十二週 11/14~11/18	6	進階傳球訓練	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	習練排球進階動作	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第十三週 11/21~11/25	6	進階傳球訓練	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	習練排球進階動作	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第十四週 (二段) 11/28~12/2	6	第二次段考						

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

第十五週 12/5~12/9	6	攔網技術動作解析	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	習練排球基礎動作	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第十六週 12/12~12/16	6	攔網技術動作解析	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	習練排球基礎動作	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第十七週 12/19~12/23	6	基礎技術串聯訓練	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	排球動作應用	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第十八週 12/26~12/30	6	接扣球技術與動作解析	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	習練排球基礎動作	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第十九週 1/2~1/6	6	接扣球技術與動作解析	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	習練排球基礎動作	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第二十週 1/9~1/13	6	接扣球技術與動作解析	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團	習練排球基礎動作	暖身 -基本動作訓練 -動作講解	1.觀察 2.實作及表現	自編

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

			隊戰術		-動作練習 -體能訓練		
第二十一週 (三段) 1/16~1/20	6	第三次段考					

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

臺南市立六甲國民中學 111 學年度第二學期九年級(體育專業領域)課程計畫

課程名稱	排球	實施年級 (班級組別)	九年級	教學 節數	本學期共(108)節			
課程規範	<p>◎<input checked="" type="checkbox"/>領域學習課程-部定專長領域 <input type="checkbox"/>藝術才能班部定專長領域 <input checked="" type="checkbox"/>體育班部定體育專業</p> <p>◎<input checked="" type="checkbox"/>彈性學習課程-特殊需求領域課程 專業課程：<input type="checkbox"/>藝術才能班校訂專長領域 <input checked="" type="checkbox"/>體育班校訂體育專業</p>							
設計理念	提倡體育道德、建立運動知識、提升運動技能。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	<p>J-A1 具備增進競技運動的知能與態度，並展現自我潛能，探索自我價值與生命意義且積極實踐。</p> <p>J-A2 具備理解競技運動全貌，且做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略處理與解決各項問題。</p> <p>J-A3 具備善用周邊資源以擬定競技運動計畫，且有效執行，並發揮主動學習與創新求變的能力。</p> <p>J-C2 具備利他與合群的知能與態度，透過競技運動培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>							
課程目標	<p>1.探索自我與身體活動，了解實現自我的含意。</p> <p>2.養成規律運動的習慣以促進健康。</p> <p>3.經由個人與團體活動，建立積極正向與互助合作的生活態度。</p> <p>4.培養遵守共同規範，並尊重他人的態度，積極實踐安全生活。</p>							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量 評量方式	自編自選教材 或學習單 使用教具或器材
第一週 2/13~2/17	6	進階扣球訓練	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	排球動作應用	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現 3.課前準備 4.紀錄	自編
第二週 2/20~2/24	6	舉球搭配技術解析	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團	排球動作應用	暖身 -基本動作訓練 -動作講解	1.觀察 2.實作及表現	自編

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

				隊戰術		-動作練習 -體能訓練		
第三週 2/27~3/3	6	傳舉搭配訓練	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	排球動作應用	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第四週 3/6~3/10	6	防守技術之動作解析	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	排球動作應用	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第五週 3/13~3/17	6	防守搭配組合進攻	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	排球動作應用	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第六週 3/20~3/24	6	防守補位、跟進之解析與訓練	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	排球動作應用	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第七週(一段) 3/27~3/31	6	第一次段考						
第八週 4/3~4/7	6	進攻戰術訓練	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	排球動作應用	暖身 -基本動作訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

			策略	作組合及團隊戰術		-動作講解 -動作練習 -體能訓練		
第九週 4/10~4/14	6	進階攔網訓練	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	排球動作應用	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第十週 4/17~4/21	6	進階攻擊技術解析	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	排球動作應用	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第十一週 (三年級二段) 4/24~4/28	6	三年級第二次段考						
第十二週 5/1~5/5	6	專位防守訓練	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	排球動作應用	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第十三週 5/8~5/12	6	串聯進攻訓練	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	排球動作應用	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第十四週	6							

5/15~5/19 (二段)		一、二年級第二次段考						
第十五週 5/22~5/26	6	防守強度訓練	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	排球動作應用	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第十六週 5/29~6/2	6	攻擊專位訓練	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	排球動作應用	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第十七週 6/5~6/9	6	發球破防解析	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	排球動作應用	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編
第十八週 6/12~6/16 (畢業)	6	發球破防解析	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術	排球動作應用	暖身 -基本動作訓練 -動作講解 -動作練習 -體能訓練	1.觀察 2.實作及表現	自編

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。