

臺南市公立六甲國民小學 113 學年度第一學期六年級 (體育專業領域)課程計畫

| 課程名稱 | 排球專訓 | 實施年級 (班級組別) | 六年級 | 教學 節數 | 本學期共(80)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 type="checkbox"/> 體育班校訂體育專業 | | | | | | | |
| 設計理念 | 專項術科為排球運動，給予學生競技體能基本的認知後，開始實施術科訓練，並在實施中加深對於安全、防護的基本認知，培養學生具備運動習慣及安全防護與道德規範。 | | | | | | | |
| 本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養 | E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 E-C2 具備同理他人感受，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. 充實排球專項運動知能，建構完整的排球運動概念。 2. 提升排球運動技能，積極參與排球運動訓練與比賽。 3. 培養運動競技精神，表現良好運動風度，豐富運動員生命價值。 | | | | | | | |
| 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 1-5 週 | 16 | 熱愛排球運動 | 3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 2c-III-1 表現基本運動精神和道 | Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 Fa-III-3 維持良好人際關係的溝通技巧與策略。 | 1. 能熟悉排球規則及排球正確動作技能。 | 1. 排球規則解說及手勢動作。 | 1. 實作-能說出排球規則上哪些是動作上的犯規及位置輪轉錯誤。 | 自編自選教材 |

| | | | 德規範。 | | | | | |
|-----------|----|------|---|--|---|--|------------------------|--------|
| 第 6-10 週 | 20 | 低手傳球 | 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 | Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。 | 1. 能兩人低手對傳球。 | 1. 進行圓盤側併步及交叉步移位訓練。 2. 進行雙人三角錐左右移位傳球訓練。 | 2. 實作-能兩人低手對傳球 50 下。 | 自編自選教材 |
| 第 11-16 週 | 24 | 肩上發球 | 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 | Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。 | 1. 能把球發到指定目標區域。 | 1. 進行強調手掌心擊球及身體面向過網角度訓練。 2. 定點發球到目標三角錐區域練習。 | 1. 實作-能發到指定區域連續成功 4 次。 | 自編自選教材 |
| 第 17-22 週 | 20 | 接發球 | 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 | Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。 | 1. 能接球時肩膀下壓動作及腳撐開回推。 2. 能移位把球接往舉球員定位點。 | 2. 進行兩人小組三角錐八字移位接球訓練。 3. 進行三人小組移位把球接往定點收球員。 | 1. 能移位成功連續接發球 5 次。 | 自編自選教材 |

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)

臺南市公立六甲國民小學 113 學年度第二學期六年級 (體育專業領域)課程計畫

| | | | | | | | | |
|--------------------------|---|----------------|---|--|-------------|---------------------------------------|--|---------------------------|
| 課程名稱 | 排球專訓 | 實施年級 (班級組別) | 六年級 | 教學 節數 | 本學期共(74)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 type="checkbox"/> 體育班校訂體育專業 | | | | | | | |
| 設計理念 | 專項術科為排球運動，給予學生競技體能基本的認知後，開始實施術科訓練，並在實施中加深對於安全、防護的基本認知，培養學生具備運動習慣及安全防护與道德規範。 | | | | | | | |
| 本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養 | E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 E-C2 具備同理他人感受，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. 充實排球專項運動知能，建構完整的排球運動概念。 2. 提升排球運動技能，積極參與排球運動訓練與比賽。 3. 培養運動競技精神，表現良好運動風度，豐富運動員生命價值。 | | | | | | | |
| 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 1-4 週 | 16 | 上手傳球 | 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 | Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。 | 2. 能對牆上手托球。 | 1. 進行收併腳屈膝動作練習。 2. 進行托球一上一前節奏轉換練習。 | 1. 實作-能對牆成功連續擊球 30 次。 2. 實作-成功連續定位點 2 號舉球 5 次 | 自編自選教材 |
| 第 5-9 週 | 20 | 定位攻擊扣球 | 1c-III-1 了解運 | Ha-III-1 網/ | 1. 能三步踏併 | 1. 進行原地拋球站立 | 1. 實作-能成 | 自編自選教材 |

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)

| | | | | | | | | |
|-----------|----|--------|--|--|---|--|--|--------|
| | | | <p>動技能要素和基本運動規範。</p> <p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。</p> | <p>牆性球類運動基本動作及基礎戰術。</p> <p>Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。</p> | <p>跳躍攻擊步伐。</p> <p>2. 能熟悉引臂及步伐動作。</p> | <p>扣地板訓練。</p> <p>2. 進行口訣腳部引導練習。</p> <p>3. 進行三人小組中間定位 2 號跳躍扣球。</p> | <p>功連續扣球 5 次。</p> <p>2. 實作-能雙人配合攻擊成功 3 次。</p> | |
| 第 10-16 週 | 24 | 區域定位防守 | <p>1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。</p> <p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。</p> | <p>Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。</p> <p>Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。</p> | <p>1. 能判斷對方號碼球做出防守位置及移位接扣。</p> <p>2. 能熟悉三人聯防防守。</p> | <p>1. 進行趨前接小球練習。</p> <p>2. 進行後排單邊連續兩顆定位防守訓練。</p> <p>3. 進行後排三人接扣聯防訓及移位判斷訓練。</p> | <p>1. 實作-能成功接趨前小球 6 次。</p> <p>2. 實作-後排區域聯防成功 10 次。</p> | 自編自選教材 |
| 第 17-20 週 | 14 | 分組比賽 | <p>1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。</p> <p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。</p> | <p>Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。</p> <p>Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。</p> <p>Fa-III-3 維持良好人際</p> | <p>1. 能熟悉排球比賽規及各項排球技巧組合運用。</p> | <p>1. 進行接發球再攻擊練習。</p> <p>2. 進行防守再進攻練習。</p> <p>3. 進行分組綜合練習。</p> | <p>1. 實作-能做出各項位置的任務及後續動作。</p> <p>2. 實作-能熟悉比賽當中跑位及判斷動作。</p> | 自編自選教材 |

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)

| | | | | | | | | |
|--|--|--|--|-------------|--|--|--|--|
| | | | | 關係的溝通技巧與策略。 | | | | |
|--|--|--|--|-------------|--|--|--|--|

◎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。