

臺南市公(私)立新市區新市國中學 114 學年度第二學期九年級多元社團辦理一覽總表

社團編號	社團活動名稱	社團教學總節數	是否跨年級實施	預計實施方式
1	桌遊社	18	是 ☐ 否 ☒	☐ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
2	排球社	18	是 ☐ 否 ☒	☐ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
3	電影賞析社	18	是 ☐ 否 ☒	☐ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
4	健康促進社	18	是 ☐ 否 ☒	☐ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
5	閱讀社	18	是 ☐ 否 ☒	☐ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
6	籃球社	18	是 ☐ 否 ☒	☐ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
7	路跑社	18	是 ☐ 否 ☒	☐ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
8	排球社	18	是 ☐ 否 ☒	☐ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
9			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
10			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
11			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
12			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節

臺南市公(私)立新市區新市國中學 114 學年度第二學期九年級彈性學習 **多元社團** 課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	桌遊社	實施年級	九	教學節數	本學期共(18) 節	社團編號	1
彈性學習課程規範	2. ■社團活動與技藝課程(■社團活動□技藝課程)						
總綱或領綱核心素養	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。 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 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。						
課程目標	發展友善的互動知能與態度，建立良好的人際關係，與健康的情感表達和互動，培養 團體合作與服務領導的素養，開發及管理各項資源，發揮未來想像，經營與創新生活， 並能省思生活美學議題，提升生活品質，展現生活美感。						
課程架構脈絡							
教學期程	節數	單元或課程名稱	學習內容	學習目標	學習評量(評量方式)	備註	
第一週	1	認識桌遊	課程說明及桌遊類型簡介	了解課程進行方式。 了解桌遊的種類。	□頭回饋 活動心得		
第二週	2	卡牌桌遊(一)	誰是牛頭王	培養規則理解能力。 培養數理、抽象推理能力。	□頭回饋 活動心得		
第三週	3	卡牌桌遊(二)	誰是牛頭王	培養規則理解能力。 培養數理、抽象推理能力。	□頭回饋 活動心得		
第四週	4	卡牌桌遊(三)	誰是牛頭王	培養規則理解能力。 培養數理、抽象推理能力。	□頭回饋 活動心得		
第五週	5	卡牌桌遊(四)	誰是牛頭王	培養規則理解能力。 培養數理、抽象推理能力。	□頭回饋 活動心得		

第六週	6	新市桌遊王 (一)	誰是牛頭王	培養數理、抽象推理能力。 培養壓力管理能力	口頭回饋 活動心得	冠軍：合作社禮券 50 元 亞軍：合作社禮券 30 元
第七週	7	派對桌遊(一)	超級犀牛	培養規則理解能力。 培養觀察、手眼協調能力。	口頭回饋 活動心得	
第八週	8	派對桌遊(二)	超級犀牛	培養規則理解能力。 培養觀察、手眼協調能力。	口頭回饋 活動心得	
第九週	9	派對桌遊(三)	超級犀牛	培養規則理解能力。 培養觀察、手眼協調能力。	口頭回饋 活動心得	
第十週	10	派對桌遊(四)	超級犀牛	培養規則理解能力。 培養觀察、手眼協調能力。	口頭回饋 活動心得	
第十一週	11	新市桌遊王 (二)	超級犀牛	培養觀察、手眼協調能力。 培養壓力管理能力	口頭回饋 活動心得	冠軍：合作社禮券 50 元 亞軍：合作社禮券 30 元
第十二週	12	派對桌遊(五)	故事骰	培養規則理解能力。 培養口語表達、像想能力	口頭回饋 活動心得	
第十三週	13	派對桌遊(六)	故事骰	培養規則理解能力。 培養口語表達、像想能力	口頭回饋 活動心得	
第十四週	14	派對桌遊(七)	故事骰	培養規則理解能力。 培養口語表達、像想能力	口頭回饋 活動心得	

總綱或領綱核心素養	健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。
課程目標	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。

課程架構脈絡

教學期程	節數	單元或課程名稱	學習內容	學習目標	學習評量(評量方式)	備註
第一週	1	認識場地及規則	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	場地認識、規則介紹	觀察、實作、學習單	
第二週	2	基本動作介紹	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。	認識排球知識、及場地安全	觀察、實作、學習單	
第三週	3	低手傳接球	1c-IV-3 了解身體發展與動作發	低手傳接球	觀察、實作、學習單	
第四週	4	低手傳接球	1c-IV-3 了解身體發展與動作發	低手傳接球	觀察、實作、學習單	
第五週	5	高低手傳接球	1d-IV-1 了解各項運動技能原	高低手傳接球	觀察、實作、學習單	

第六週	6	雙人低手傳球	1d-IV-1 了解各項運動技能原	雙人低手傳球	觀察、實作、學習單	
第七週	7	多人高低手傳球應用	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	多人高低手傳球應用	觀察、實作、學習單	
第八週	8	低手發球	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	低手發球動作要領	觀察、實作、學習單	
第九週	9	低手發球	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	低手發球過網	觀察、實作、學習單	
第十週	10	高手發球	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	高手發球動作要領	觀察、實作、學習單	
第十一週	11	高手發球	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	高手發球動作要領	觀察、實作、學習單	
第十二週	12	發球、高低手傳接球應用	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	發球、高低手傳接球應用	觀察、實作、學習單	
第十三週	13	發球、高低手傳接球應用	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	發球、高低手傳接球應用	觀察、實作、學習單	
第十四週	14	修正式比賽	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	修正式比賽	觀察、實作、學習單	
第十五週	15	修正式比賽	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	修正式比賽	觀察、實作、學習單	
第十六週	16	修正式比賽	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作	修正式比賽	觀察、實作、學習單	

			組合及團隊戰術。			
第十七週	17	裁判動作實作	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作 組合及團隊戰術。	裁判動作實作	觀察、實作、學習單	
第十八週	18	分組對抗	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作 組合及團隊戰術。	了解比賽規則並實際應用參賽 學習當裁判	觀察、實作、學習單	

臺南市公(私)立新市區新市國中學 114 學年度第二學期九年級彈性學習 **多元社團** 課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	電影賞析社	實施年級	九	教學節數	本學期共 (18)節	社團 編號	3
彈性學習課程 規範	2. ■ 社團活動與技藝課程(■ 社團活動 □ 技藝課程)						
總綱或領綱核 心素養	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。 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。						
課程目標	一、啟發生命潛能：啟迪學習的動機，培養好奇心、探索力、思考力、判斷力與行動力。 二、陶養生活知能：培養基本知能，在生活中能融會各領域所學，統整運用。 三、促進生涯發展：導引適性發展、盡展所長，且學會如何學習，陶冶終身學習的意願與能力。 四、涵育公民責任：厚植民主素養、法治觀念、人權理念、道德勇氣、社區/部落意識、國家認同與國際理 解，並學會自我負責。						
課程架構脈絡							
教學期 程	節數	單元或 課程名 稱	學習內容	學習目標	學習評量(評量 方式)	備註	

第一週	1	心靈捕手	正向人際關係與衝突解決能力的建立。	探索自我潛能、自我價值與生命意義，培育合宜的人生觀。	共同討論	
第二週	2	心靈捕手	需要走出舒適圈嗎？	探索自我潛能、自我價值與生命意義，培育合宜的人生觀。	共同討論	
第三週	3	心靈捕手	坐而言不如起而行	探索自我潛能、自我價值與生命意義，培育合宜的人生觀。	共同討論	
第四週	4	心靈捕手	未來職業想像	探索自我潛能、自我價值與生命意義，培育合宜的人生觀。	心得報告	
第五週	5	阿甘正傳	只有第一名才值得追尋嗎？	探索自我潛能、自我價值與生命意義，培育合宜的人生觀。	共同討論	
第六週	6	阿甘正傳	接受體制和對抗體制	探索自我潛能、自我價值與生命意義，培育合宜的人生觀。	共同討論	
第七週	7	阿甘正傳	學習計畫的規劃與執行。	探索自我潛能、自我價值與生命意義，培育合宜的人生觀。	共同討論	
第八週	8	阿甘正傳	成功的定義	探索自我潛能、自我價值與生命意義，培育合宜的人生觀。	心得報告	
第九週	9	中央車站	寫信的溫度	反省自己或社會的價值觀、偏見與歧視，並探究其緣由。	共同討論	

第十週	10	中央車站	青少年身心發展歷程與調適。	探索自我潛能、自我價值與生命意義，培育合宜的人生觀。	共同討論	
第十一週	11	中央車站	陪伴的意義	探索自我潛能、自我價值與生命意義，培育合宜的人生觀。	共同討論	
第十二週	12	中央車站	貧窮及富有的界線	探索自我潛能、自我價值與生命意義，培育合宜的人生觀。	心得報告	
第十三週	13	辛德勒的名單	戰爭與和平	反省自己或社會的價值觀、偏見與歧視，並探究其緣由。	共同討論	
第十四週	14	辛德勒的名單	不平等種族主義	反省自己或社會的價值觀、偏見與歧視，並探究其緣由。	共同討論	
第十五週	15	辛德勒的名單	什麼人的是值得被救	反省自己或社會的價值觀、偏見與歧視，並探究其緣由。	共同討論	
第十六週	16	辛德勒的名單	善心一瞬間	反省自己或社會的價值觀、偏見與歧視，並探究其緣由。	心得報告	
第十七週	17	星際大戰	生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。	探索自我潛能、自我價值與生命意義，培育合宜的人生觀。	共同討論	
第十八週	18	星際大戰	自我生涯探索與統整。	探索自我潛能、自我價值與生命意義，培育合宜的人生觀。	共同討論	

臺南市公(私)立新市區新市國中學 114 學年度第二學期九年級彈性學習 **多元社團** 課程計畫

社團活動 或技藝課 程名稱		健康促進社	實施年級	九	教 學 節 數	本學期共 (18)節	社 團 編 號	4
彈性學習 課程規範		2. ■社團活動與技藝課程 (■社團活動 □技藝課程)						
總綱或領 綱核心素 養		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。 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。						
課程目標		一、啟發生命潛能：啟迪學習的動機，培養好奇心、探索力、思考力、判斷力與行動力。 二、陶養生活知能：培養基本知能，在生活中能融會各領域所學，統整運用。 三、促進生涯發展：導引適性發展、盡展所長，且學會如何學習，陶冶終身學習的意願與能力。 涵育公民責任：厚植民主素養、法治觀念、人權理念、道德勇氣、社區/部落意識、國家認同與國際理 解，並學會自我負責。						
課程架構脈絡								
教學 期程	節 數	單元或課程名稱	學習內容	學習 目標	學習評量(評 量方式)	備註		
第一 週	1	視力保健課程	培養獨立生活的自我照護能力。	共同 討論				
第二 週	2	視力保健專題演講。	培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能, 增進健康與體育的素養。	共同 討論				
第三 週	3	張貼視力保健新知說明 與思考視力保健標語	培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能, 增進健康與體育的素養。	共同 討論				

第四週	4	介紹護眼食物及介紹視力保健營養素	培養獨立生活的自我照護能力。	心得報告		
第五週	5	宣導護眼六大招式 說明：宣導視力保健三大政策	培養獨立生活的自我照護能力。	共同討論		
第六週	6	口腔衛生教育	培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。	共同討論		
第七週	7	口腔衛生知識及正確刷牙方法	培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。	共同討論		
第八週	8	口腔衛生態度	培養獨立生活的自我照護能力。	心得報告		
第九週	9	口腔衛生自我效能及口腔保健知識	培養獨立生活的自我照護能力。	共同討論		
第十週	10	口腔衛生習慣及潔牙記錄	培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。	共同討論		
第十一週	11	健康體位百寶箱：透過「健康想一想」引導你思考對健康體位的想法	培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。	共同討論		
第十二週	12	健康體位生活家 以生活情境的引導與說明，讓你學習如何運用重要的生活技能	培養獨立生活的自我照護能力。	心得報告		
第十三週	13	健康體位練功坊 配合「健康體位特攻隊」主	培養獨立生活的自我照護能力。	共同討論		

課程目標		學生能透過閱讀白話文本，掌握寫作與再創作的技巧，並應用於改寫、創作當中，有助於開展豐富自己的想像力。閱讀文言則能了解古代神話世界與歷代神話的演變，能畫出或創作出屬於自己的神話故事。				
課程架構脈絡						
教學期程	節數	單元或課程名稱	學習內容	學習目標	學習評量(評量方式)	備註
第一週	1	趣閱讀	文本導讀與分析	透過簡單問答及學習單方式讓學生能夠漸進式理解。	學習單	
第二週	2	趣閱讀	議題討論	透過討論引導學生從不同面向思考，產出不同論點，培養學生思考問題的能力及達到道德發展的提升。	學習單	
第三週	3	趣閱讀	小組改寫文本結局	藉由分組活動進行改寫，激發學生想像並深入體會故事主角的處境遭遇。	學習單	
第四週	4	趣閱讀	小組改寫文本結局	藉由分組活動進行改寫，激發學生想像並深入體會故事主角的處境遭遇。	學習單	
第五週	5	趣閱讀	小組成果發表	學生能以清晰的語言表達其意念，以及仔細聆聽與評析他人的發表。	上台發表	
第六週	6	趣閱讀	小組成果發表	學生能以清晰的語言表達其意念，以及仔細聆聽與評析他人的發表。	上台發表	
第七週	7	優游神話世界	神話故事導讀	學生能認識文本的內容，並閱讀文本。	北冥有魚 學習單	
第八週	8	優游神話世界	神話故事導讀	學生能認識文本的內容，並閱讀文本。	北冥有魚 學習單	
第九週	9	優游神話世界	山海經介紹	透過資料收集整理，引導學生檢索與摘要文本關鍵內容之能力。	學習單	
第十週	10	優游神話世界	山海經介紹	透過資料收集整理，引導學生檢索與摘要文本關鍵內容之能力。	學習單	
第十一週	11	優游神話世界	山海經延伸閱讀	能認識古典文學與現代文學以及文化創意產業之脈絡連結，並提出分享。	學習單	

課程架構脈絡

教學 期程	節 數	單元或 課程名 稱	學習內容	學習目標	學習評量(評量 方式)	備註
第一 週	1	基本動作 1	運球、投籃練習	基本動作熟練 J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力	分組練習	
第二 週	2	基本動作 1	移動運球、投籃練習	基本動作熟練 J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力	分組練習	
第三 週	3	基本動作 1	跑動運球、1.3.5 公尺投籃練習	基本動作熟練 J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力	分組練習	
第四 週	4	基本動作 1	傳接運球、定點投籃練習	基本動作熟練 J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力	分組練習	
第五 週	5	基本動作 1	跑位交叉運球、罰球線投籃練習	基本動作熟練 J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力	分組練習	
第六 週	6	基本動作 3	基本動作 1、2 練習 3 對 3 鬥牛練習	基本動作熟練 實戰對練 J-B3 具備了解美感的特質、認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。	分組練習 經驗分享	
第七 週	7	基本動作 3	基本動作 1、2 練習 3 對 3 鬥牛練習	基本動作熟練 實戰對練 J-B3 具備了解美感的特質、認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。	分組練習 經驗分享	

第八週	8	基本動作 3	基本動作 1、2 練習 3 對 3 鬥牛練習	基本動作熟練 實戰對練 J-B3 具備了解美感的特質、 認知與表現方式，增進生活的 豐富性與美感體驗。	分組練習 經驗 分享	
第九週	9	基本動作 3	基本動作 1、2 練習 3 對 3 鬥牛練習	基本動作熟練 實戰對練 J-B3 具備了解美感的特質、 認知與表現方式，增進生活的 豐富性與美感體驗。	分組練習 經驗 分享	
第十週	10	基本動作 3	基本動作 1、2 練習 3 對 3 鬥牛練習	基本動作熟練 實戰對練 J-B3 具備了解美感的特質、 認知與表現方式，增進生活的 豐富性與美感體驗。	分組練習 經驗 分享	
第十一週	11	綜合團練	基本動作 1、2 練習 5 對 5 全場練習、 2-3 聯防技巧	基本動作熟練 團體對練累積 經驗 J-B3 具備了解美感的特質、 認知與表現方式，增進生活的 豐富性與美感體驗。	分組練習 經驗 分享	
第十二週	12	綜合團練	基本動作 1、2 練習 5 對 5 全場練習、 2-3 聯防技巧	基本動作熟練 團體對練累積 經驗 J-B3 具備了解美感的特質、 認知與表現方式，增進生活的 豐富性與美感體驗。	分組練習 經驗 分享	
第十三週	13	綜合團練	基本動作 1、2 練習 5 對 5 全場練習、 2-3 聯防技巧	基本動作熟練 團體對練累積 經驗 J-B3 具備了解美感的特質、 認知與表現方式，增進生活的 豐富性與美感體驗。	分組練習 經驗 分享	

課程目標		使學生在認知上可以更瞭解馬拉松的比賽技巧及提升自己心肺能力及訓練技能。				
課程架構脈絡						
教學 期程	節 數	單元或課程 名稱	學習內容	學習目標	學習評量(評 量方式)	備註
第一週	1	三公里/五公里跑走測驗 (前測)	1. 熱身 2. 本學期課程說明 3. 測驗三公里/五公里 4. 收操	讓學生先瞭解自己起始能力在哪裡，進而去設計後面的課程目標 (新生：三公里，舊生：五公里)	實作測驗	
第二週	2	最大心跳率	1. 熱身 2. 講解何謂最大心跳率及如何測出自己的最大心跳	讓學生學習到自己的最大心跳率並可以實際用在練習上來判斷自己的運動強度	實作加紙筆	
第三週	3	配速跑	1. 熱身 2. 講解何謂配速跑 3. 一公里兩組，每組以 8 分速完成 4. 收操	讓學生瞭解配速跑的定義及重要性，並找出適合自己的配速	實作評量	
第四週	4	肌力訓練	1. 熱身 2. 肌力訓練：下肢肌群的練習 3. 收操	讓學生瞭解馬拉松除了心肺適能要好，肌力也要提升才能有更快的速度完成	實作評量	
第五週	5	間歇跑	1. 熱身 2. 金字塔間歇，中間休息兩分鐘 (300M-200M-100M-200M-300M) * 2 組 3. 收操	以間歇的方式使學生提生心肺適能	實作評量	
第六週	6	輕鬆跑	1. 熱身 2. 講解何謂輕鬆跑 3. 5000 公尺一組，輕鬆可以邊講話邊跑步的速度完成	讓學生瞭解輕鬆跑的定義及重要性，並能以輕鬆跑的速度完成五公里的距離	實作評量	

			4. 收操			
第七週	7	一公里測驗	新生：一公里測驗兩組，以七分速完成 舊生：兩公里測驗兩組，以六分半速完成 心跳率可以控制在 70%-90%間	主要讓學生可以了解自己目前能力及自己的配速能力	實作評量	
第八週	8	配速跑	1. 熱身 2. 一公里三組，每組以七分速完成 3. 收操	讓學生瞭解配速跑的定義及重要性，並找出適合自己的配速	實作評量	
第九週	9	肌力訓練	1. 熱身 2. 肌力訓練：下肢肌群＋核心肌群的練習 3. 收操	讓學生瞭解馬拉松除了心肺適能要好，肌力及核心也要提升才能有更快的速度完成及穩定度	實作評量	
第十週	10	間歇跑	1. 熱身 2. 追逐跑 5 圈共三組，中間休息三分鐘 3. 收操	以追逐跑間歇的方式使學生提生心肺適能	實作評量	
第十一週	11	輕鬆跑（校園）	1. 熱身 2. 5000 公尺一組，並繞校園跑 3. 收操	讓學生以輕鬆跑的速度跑在校園體驗在道路上路跑的感覺並完成五公里的距離	實作評量	
第十二週	12	放鬆課程	分組對抗樂樂棒，放鬆肌肉	讓學生瞭解適度的放鬆才能讓肌肉恢復避免過度訓練受傷	實作評量	
第十三週	13	配速跑	1. 熱身 2. 一公里三組，每組以六分速完成 3. 收操	讓學生瞭解配速跑的定義及重要性，並找出適合自己的配速	實作評量	

第十四週	14	肌力訓練	1. 熱身 2. 肌力訓練：下肢肌群＋核心肌群的練習 3. 收操	讓學生瞭解馬拉松除了心肺適能要好，肌力及核心也要提升才能有更快的速度完成及穩定度	實作評量	
第十五週	15	間歇跑	1. 熱身 2. 600 公尺三組，300 公尺三組 3. 收操	以追逐跑間歇的方式使學生提生心肺適能	實作評量	
第十六週	16	輕鬆跑（校園）	1. 熱身 2. 6000 公尺一組，並繞校園跑 3. 收操	讓學生以輕鬆跑的速度跑在校園體驗在道路上路跑的感覺並完成六公里的距離	實作評量	
第十七週	17	配速跑	1. 熱身 2. 一公里三組，每組以六分速完成收操	讓學生瞭解配速跑的定義及重要性，並找出適合自己的配速	實作評量	
第十八週	18	放鬆課程	分組對抗躲避球，放鬆肌肉	讓學生瞭解適度的放鬆才能讓肌肉恢復避免過度訓練受傷	實作評量	
		分享路跑心得	前一週請同學在家裡附近完成兩公里的路跑，並使用 App 的系統記錄起來，並在課堂上分享	讓學生學習在課堂外也能實用在任何時候	實作評量	
		三公里/五公里跑走測驗（後測）	三公里/五公里測驗，並比對與第一週測驗的差異。	讓學生看見自己的進步。	實作評量	
		模擬比賽	以校園為比賽場地，模擬馬拉松比賽環境，比賽為五公里。	體驗比賽感受	實作評量	

社團活動或技藝課程名稱		排球社	實施年級	九	教學節數	本學期共 (18)節	社團 編號	8
彈性學習課程規範		2. ■社團活動與技藝課程 (■社團活動 □技藝課程)						
總綱或領綱核心素養		健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並 理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健 康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。						
課程目標		1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。						
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元或課程名稱	學習內容	學習目標	學習評量(評量方式)	備註		
第一週	1	認識場地及規則	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	場地認識、規則介紹	觀察、實作、學習單			
第二週	2	基本動作介紹	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。	認識排球知識、及場地安全	觀察、實作、學習單			
第三週	3	低手傳接球	1c-IV-3 了解身體發展與動作發	低手傳接球	觀察、實作、學習單			

第四週	4	低手傳接球	1c-IV-3 了解身體發展與動作發	低手傳接球	觀察、實作、學習單	
第五週	5	高低手傳接球	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	高低手傳接球	觀察、實作、學習單	
第六週	6	雙人低手傳球	1d-IV-1 了解各項運動技能原	雙人低手傳球	觀察、實作、學習單	
第七週	7	多人高低手傳球應用	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	多人高低手傳球應用	觀察、實作、學習單	
第八週	8	低手發球	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	低手發球動作要領	觀察、實作、學習單	
第九週	9	低手發球	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	低手發球過網	觀察、實作、學習單	
第十週	10	高手發球	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	高手發球動作要領	觀察、實作、學習單	
第十一週	11	高手發球	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	高手發球動作要領	觀察、實作、學習單	
第十二週	12	發球、高低手傳接球應用	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	發球、高低手傳接球應用	觀察、實作、學習單	
第十三週	13	發球、高低手傳接球應用	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	發球、高低手傳接球應用	觀察、實作、學習單	
第十四週	14	修正式比賽	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	修正式比賽	觀察、實作、學習單	
第十五週	15	修正式比賽	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作	修正式比賽	觀察、實作、學習單	

			組合及團隊戰術。			
第十六週	16	修正式比賽	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作 組合及團隊戰術。	修正式比賽	觀察、實作、學習單	
第十七週	17	裁判動作實作	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作 組合及團隊戰術。	裁判動作實作	觀察、實作、學習單	
第十八週	18	分組對抗	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作 組合及團隊戰術。	了解比賽規則並實際應用參賽 學習當裁判	觀察、實作、學習單	