臺南市立白河國民中學 114 學年度第一學期八年級(排球-體育專業領域)課程計畫

 										
課程名稱	Í	排球-體育專業	實施年級 (班級組別	八年	級	本學期共100節				
課程規範	Ĺ	◎□彈性學習課程	定專長領域 ■覺	Ē.	<u> </u>					
設計理念	;		綜合成效評量,可	以使學生在專項	體能表現、專項技	支術能力、小組綜合技術	「應用、團隊分組	對抗競賽及競技綜		
本教育階4 總綱核心素 或校訂素>	養	□體-J-A2 具備理無 □體-J-A3 具備善具 □體-J-B1 具備情点 □體-J-B2 具備善月 □體-J-B3 具備審員 □體-J-C1 具備生名	豐-J-A1 具備增進競技體能、技術與態度,展現自我運動潛能,探索自我價值與生命意義,並積極實踐。 豐-J-A2 具備理解競技運動的全貌,並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。 豐-J-A3 具備善用競技運動的各項資源,擬定運動計畫,有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 豐-J-B1 具備情意表達的能力,能以同理心與人溝通互動,並理解競技運動的基本概念,應用於日常生活中。 豐-J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體,以增進競技運動學習的素養,並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 豐-J-B3 具備審美與表現的能力,了解競技運動在美學上的特質與表現方式,以增進生活中豐富的美感體驗。 豐-J-C1 具備生活中有關競技運動的道德思辨與實踐能力及環境意識,並主動參與公益團體活動,關懷社會。 豐-J-C2 具備利他及合群的知能與態度,並在競技運動中培育相互合作及與人和諧互動的素養。							
課程目標	5	持續提升所有核心	素養及競技運動能			水準,發展戰術運用,	提升心理素質。			
				課程	星架構脈絡					
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		
1-2 週	10	基本動作&發球接 球	P-IV-1 理解並執 行網/牆性 球類 運動組合性體 能訓練處方 P-IV-2 理解並執 行陣地攻 守性 球類運動組合 性體能訓練	P-IV-A1 網/ 牆性球類運 動組合性體 能	熟練基本動作及接發球	高低手傳球基 本動作	實作、同儕互評	自編教材		

	NE-3-1	X.没	·未识以床任計重(國中制 		,			
3-4 週	10	防守 &攻擊	P-IV-2 理性 理好體能 P-用球肌敏合 P-行運能 理攻動訓了海速机力捷性IV-的組練解分度力韌 烈氣 熟性合 並对數線解 D-IV-的組練 整分度力韌 並報體	P-IV-A2期處 P-地類耐力的能 P-地類度敏定制V-A3期態 P-V 攻運力、組 IV 攻運、捷及網運運動 陣球肺 加配性 4性之調、體理運動 車球肺 力體 陣球速、穩控	防守及攻擊能確實到位	 防守-個人移位防守 專項攻擊-個人連續兩球 	實作、同儕互評	自編教材
5週	5	進攻%防守	P-IV-2 理解並執 行陣地攻 守住 球類運動練 P-IV-3 了解並 用守備/跑 好 取力、 取力、 取力、 取力、 取力、 取力、 取力、 取力、 取力、 取力、	P-IV-A2網/ 牆性球類運動 處P-IV-A3陣 地運動, 即一數與 類別 類別 類別 類別 別別 類別 別別 別別 別別 別別 別別 別別 別別	熟練進攻及防守	1、 小組搭配進攻 2、 防守-個人定 點	實作、同儕互評	自編教材

COII雲帆行	阳守	区识线重股月址股月等为	未視以床任計畫(國中制)			1
			合性訓練	的組合性體				
			P-IV-4 熟悉並執	能				
			行標的性 球類	P-IV-A4 陣				
			運動組合性體	地攻守性球				
			能訓練	類運 動之速				
				度、協調、				
				敏 捷、穩				
				定及身體控				
				制				
6 週	5	第一次術科測驗					實作、同儕互 評	自編教材
				P-IV-A2 網/	能熟悉各種不		實作、同儕互	自編教材
				牆性球類運	同狀況的進攻		評	
			 P-IV-2 理解並執	動體 能運動	模式			
			行陣地攻 守性	處方				
			球類運動組合	P-IV-A3 陣				
			性體能訓練	地攻守性球				
			P-IV-3 了解並運	類運 動心肺				
			用守備/跑 分性	耐力、肌				
5 0	1-		球類運動速度、	力、 肌耐力		1、 修正球-網		
7-9 週	15	進攻技術連結	肌力、肌耐力、	的組合性體		邊、開網球		
			敏捷 及柔韌組	能		2、接發球進攻		
			合性訓練	P-IV-A4 陣				
			P-IV-4 熟悉並執	地攻守性球				
			行標的性 球類	類運 動之速				
			運動組合性體	度、協調、				
			能訓練	敏捷、穩				
				定及身體控				
				制				

 	7,7,0,1,1	~ ^ ^ ^ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~	宋 (7) (3) (4) (4) (4) (4) (4)	PIN JIM PRICE IN III	,			
10-11 週	10	攔網&攻擊	P-IV-2 可類性 P-I T 理	P-IV-A2 類形力的能P-地類度敏定制V-A2 類能 A3 性動,肌合 A4 性動調、體網運動 陣球肺 力體 陣球速、穩控網運動	欄網及攻擊能 確實完成	1. 攔網-定位、 步伐、移位 2、攻擊-個人時 間差、平球攻 擊後排攻擊	實作、同儕互評	自編教材
12 週	5	攻防訓練	P-IV-2 理解並執 行陣地攻 守性 球類運動組 性體能訓練 P-IV-3 了解並運 用守備/跑 分度 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、	P-IV-A2網/ 牆性球類運動 處方 P-IV-A3陣 地攻運動、 大 中立等性球類力、 別所 大 別所 大	基本攻防及聯防訓練熟練	 基本攻、防演練 三人聯防訓練 	實作、同儕互評	自編教材

			合性訓練 P-IV-4 熟悉並執 行標的性 球類 運動組合性體 能訓練	的能 P-IV-A4 度 敏 定制合 性運 、 捷 身				
13 週	5	第二次術科測驗		D_ I V_ A 9 4回 /	勃缅拉派北口		實作、同儕互 評	自編教材
14~15 週	10	接發球&隊型	P-IV-2 理性 理解是 TV-2 理性 理解是 TV-3 有 理解的是 TV-4 的 是,是 TV-4 的 是 T	P-IV-M型型	熟練接發球及隊形演練	 接發球-到位率、對抗 隊型演練 	實作、同儕互評	自編教材

			一大(只久)小生口 里(図 丁利	制				
16-17 週	10	隊型 &攻擊	P-IV-2 理好 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	P-IV-A2 類形力的能P-地類度敏定制V-A2 類能 A3 性如,肌合 A4 性動調、體網運動 陣球肺 力體 陣球速、穩控制運動 中球肺力體 陣球速、穩控	熟練接發球進攻隊形	 接發球進攻隊型訓練 專項攻擊-個人連續兩球 	實作、同儕互評	自編教材
18-19 週	10	接發球&欄網	P-IV-2 理解並執 行陣地攻 守性 球類運動組合 性體能訓練 P-IV-3 了解並運 用守備/跑 分性 球類運動速度、 肌力、肌耐力、	P-IV-A2網/ 牆性球類運 動體 能運動 處方 P-IV-A3 陣 地攻守性球 類一、肌	熟練接發球及 雙人攔網	 接發球-到位率、連續發球 個人定點、雙人 默契攔網 	實作、同儕互評	自編教材

		敏捷 及柔韌組 合性訓練 P-IV-4 熟悉並執	力、 肌耐力 的組合性體 能			
		行標的性 球類 運動組合性體	P-IV-A4 陣			
		能訓練	地攻守性球 類運 動之速			
			度、協調、敏捷、穩			
			定及身體控制			
20 週	第三次術科測驗				實作、同儕互評	自編教材
21 週	休業式					

[◎]教學期程請敘明週次起訖,如行列太多或不足,請自行增刪。

臺南市立白河國民中學 114 學年度第二學期八年級(排球-體育專業領域)課程計畫

課程名稱		排球-體育專業	實施年級 (班級組別	八年	数學 節數	本學期共 100 節				
課程規範		◎■領域學習課程○■藝術才能班<mark>部定</mark>◎□彈性學習課程專業課程: □藝	專長領域 ■體							
設計理念		經過課程的實施與綜 合訓練表現等,各方				技術能力、小組綜合技術	「應用、團隊分組	對抗競賽及競技綜		
本教育階科 總綱核心素 或校訂素者	養	□體-J-A2 具備理解 □體-J-A3 具備善用 □體-J-B1 具備情意 □體-J-B2 具備善用 □體-J-B3 具備審美 □體-J-C1 具備生活	體-J-A1 具備增進競技體能、技術與態度,展現自我運動潛能,探索自我價值與生命意義,並積極實踐。 體-J-A2 具備理解競技運動的全貌,並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。 體-J-A3 具備善用競技運動的各項資源,擬定運動計畫,有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 體-J-B1 具備情意表達的能力,能以同理心與人溝通互動,並理解競技運動的基本概念,應用於日常生活中。 體-J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體,以增進競技運動學習的素養,並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 體-J-B3 具備審美與表現的能力,了解競技運動在美學上的特質與表現方式,以增進生活中豐富的美感體驗。 體-J-C1 具備生活中有關競技運動的道德思辨與實踐能力及環境意識,並主動參與公益團體活動,關懷社會。 體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度,並在競技運動中培育相互合作及與人和諧互動的素養。							
課程目標		持續提升所有核心素	養及競技運動能力			水準,發展戰術運用,	提升心理素質。			
				課程 課程	架構脈絡			6 14 5 PP H 11		
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		
1-2 週	10	基本動作&發球接 5 球	P-IV-1 理解並執 行網/牆性 球類 運動組合性體 能訓練處方 P-IV-2 理解並執 行陣地攻 守性 球類運動組合 性體能訓練	P-IV-A1 網/ 牆性球類運 動組合性體 能	熟練基本動作 及接發球	高低手傳球基 本動作	實作、同儕互評	自編教材		

	1 ML TIV	不少旦胚月4110月日	·未识以床任司 重(國中和 	TOWN THAT THE LINE	,			
3-4 週	10	防守 &攻擊	P-IV-2 理性 理性 理性 理性 理性 是是 是是 是是 是是 是是 是是 是是 是是 是是 是是 是是 是是 是是	P-Hand P-Name P-地類耐力的能P-地類度敏定制 P-Name P-Nam	防守及攻擊能確實到位	 1、防守-個人移位防守 2、專項攻擊-個人連續兩球 	實作、同儕互評	自編教材
5-6 週	10	進攻%防守	P-IV-2 理解並執 行陣地攻 守性 球類運動練 P-IV-3 了解並 用守備/跑 好解 取力、服力、 取力、 取力、 取表 取力、 取表 取力、 取表 取力、 取表 取成 取成 取成 取成 取成 取成 取成 取成 取成 取成 取成 取成 取成	P-IV-A2網/ 牆性球類運動 處了P-IV-A3陣 地運動, 別一數型, 別一數型, 別一數型, 別一數型, 別一數型, 別一數型, 別一數型, 別一數型, 別一數型, 別一數型, 別一數型, 別一數型, 別一數型, 別一數型,	熟練進攻及防守	1、 小組搭配進攻 2、 防守-個人定 點	實作、同儕互評	自編教材

23.113			合性訓練 P-IV-4 熟悉並執 行標的性 球類 運動組合性體 能訓練	的能 P-IV-A4 陣地類 度 敏定 數 定 數 課 數 是 體				
7週	5	第一次術科考試					實作、同儕互評	自編教材
8-9 週	10	進攻技術連結	P-IV-2 理好性 P- IV-2 理好 性理能 P- IV-3 所	P-IV-M型质型的 P-IV-M型度 N 是 N 是 N 是 N 是 N 是 N 是 N 是 N 是 N 是 N	能熟悉各種不 同狀況的進 模式	1、 修正球-網 邊、開網球 2、 接發球進攻	實作、同儕互評	自編教材

			艺术 识线风化生叶 里(图 十利	制				
10-11 週	10	攔網&攻擊	P-IV-2 理好地理能 P-IV-2 理好 想 是 P-IV-2 理好 想 是 P-IV-3 是 是 P-IV-4 的 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	P-IV-A2 類形力的能 P-地類度敏定制V-A2 類能 A3 性型力、組 V-攻運、捷及網運運 陣球心肌耐性 4 性之調、體網運動 陣球肺力體 陣球速、穩控	欄網及攻擊能 確實完成	1. 攔網-定位、 步伐、移位 2、攻擊-個人時 間差、平球攻 擊後排攻擊	實作、同儕互評	自編教材
12 週	5	攻防訓練	P-IV-2 理解並執 行陣地攻 守性 球類運動組合 性體能訓練 P-IV-3 了解並運 用守備/跑 分性 球類運動速度、 肌力、肌耐力、	P-IV-A2 網/ 牆性球類運 動體 能運動 處方 P-IV-A3 陣 地攻守性球 類運 動心肺 耐力、肌	基本攻防及聯防訓練熟練	 基本攻、防演練 三人聯防訓練 	實作、同儕互評	自編教材

		区(中)《夏·厄·卢·贝·厄·卢·宁·	敏捷 及柔韌組合性訓練P-IV-4 熟悉並執行標的性 球類運動組合性體能訓練	力的能 P-IV-A4 性類度敏定制机性 P-IV-A4 性型、捷及时性之, 體控 中球速、 穩控				
13 週	5	第二次術科考試					實作、同儕互 評	自編教材
14-15 週	10	接發球&隊型	P-IV-2 理性 理解是 P-IV-2 理解 理能 理解是 P-IV-3 所 理解 的 理解 的 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	P-IV-A2 類形力的能 P-地類度敏V-A3 類似 A3 性型力、組 M/ 文運、捷網運動 陣球心肌耐性 降球之、穩/運動 中球肺力體 中球速、穩/	熟練接發球及隊形演練	 接發球-到位率、對抗 隊型演練 	實作、同儕互評	自編教材

16-17 週	10	隊型 &攻擊	P-IV-2 理解型型型型型型型型型型型型型型型型型型型型型型型型型型型型型型型型型型型型	定制 P-牆動處P-地類耐力的能P-地類度敏定制及 V-A2類能 A3性到、組 V-好運、捷及體 24類能 A3性动肌肌性 A4性動調、體體 網運動 陣球肺 力體 陣球速、穩控控	熟練接發球進攻隊形	 接發球進攻隊型 訓練 專項攻擊-個 人連續兩球 	實作、同儕互評	自編教材
18-19 週	10	接發球&攔網	P-IV-2 理解並執 行陣地攻 守性 球類運動組合 性體能訓練 P-IV-3 了解並運 用守備/跑 分性 球類運動速度、	P-IV-A2 網/ 牆性球類運 動體 能運動 處方 P-IV-A3 陣 地攻守性球 類運動心肺	熟練接發球及雙人攔網	 1、接發球-到位率、連續發球 2、個人定點、雙人默契攔網 	實作、同儕互評	自編教材

		肌力、肌耐力、	耐力、肌
		敏捷 及柔韌組	力、 肌耐力
		合性訓練	的組合性體
		P-IV-4 熟悉並執	
		行標的性 球類	
		運動組合性體	P-IV-A4 陣
		能訓練	地攻守性球
			類運 動之速
			度、協調、
			敏 捷、穩
			定及身體控
			制
00 12	「	1 + 1 b	
20 週	5 第三次術科	斗考試	
21 週	休業式	j	

[◎]教學期程請敘明週次起訖,如行列太多或不足,請自行增刪。