

## 高雄市莊敬國小 113 學年度六年級排球課程「莊敬第一排」

### 一、教學設計理念說明

排球為本校傳統運動項目，藉由排球運動融入校訂課程，以鍛鍊學生健康的體魄，培養孩童團隊合作及運動家精神，此外亦透過跑步及跳躍活動，加強學生的協調性和韻律性，期許孩童能養成定期運動的好習慣。本校體育班分別為排球隊及排球隊。招考能力修秀的學生，並啟發學生的興趣發展學生專長。藉由專業教練引導及團隊學習的方式，促進孩子對於體育技能的習得及競賽規則的了解，同時亦於表現任務難易度有所區隔讓學生能有效學習。排球課程在於從排球運動的起源及國際賽事的觀看，藉以說明排球運動規則，此外再透過趣味化的遊戲，藉以提升學生握拍、持球的熟悉度，再加上擊球及步伐的練習，最後以團隊合作與分組競賽的方式作綜整性能力的展現。

### 二、教學活動設計

|                        |                              |                                                                                                                    |                                                                                                                          |
|------------------------|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 領域名稱<br>(統整領域)         | 六年級排球<br>(上學期 22 週，下學期 17 週) | 設計者                                                                                                                | 體育團隊                                                                                                                     |
| 實施年級                   | 六年級                          | 總節數                                                                                                                | 234 節(上學期 22 週，下學期 17 週，每周六節)<br><br>2 節校訂課程(2)<br>(2)節專題研究)<br>4 節部定課程(4)<br>(1 節藝文)<br>(2 節綜合， 校訂課程國際力改上綜合)<br>(1 節體育) |
| 設計依據                   |                              |                                                                                                                    |                                                                                                                          |
| 核心素養                   |                              |                                                                                                                    |                                                                                                                          |
| 總綱核心素養                 |                              | 領綱核心素養                                                                                                             |                                                                                                                          |
| C 社會參與<br>C2 人際關係與團隊合作 |                              | 綜-E-C2<br>理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團體目標<br>健體-E-C2<br>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。 |                                                                                                                          |
| 概念架構                   |                              |                                                                                                                    |                                                                                                                          |

|                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div> <div>莊敬第一排</div> <div> <div>排球基本技能</div> <div>排球規則</div> <div>團隊合作精神</div> </div> </div>                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 學習目標                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 1. 能藉由排球賽事的觀摩及排球相關知識的認識，說出排球運動的規則及相關裝備。<br>2. 能透過排球基本技能的練習，能在分組對打中綜合使用習得的基本技能。<br>3. 透過分組練習，養成學生團隊合作的精神，成就終身運動習慣。 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 學習重點                                                                                                              | 學習表現                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 學習內容                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                                                                                   | <b>健體 P-III-1</b><br>認識並練習網/牆性球類運動體 能訓練處方<br><b>健體 T-III-1</b><br>認識網/牆性球類運動技術要領。<br><b>健體 Ta-III-1</b><br>知道、模仿並實施網/牆性球類 運動比賽的基 礎性攻防戰術<br><b>健體 Ta-III-5</b><br>認識並遵守競賽規則、指令與禮儀<br><b>健體 Ps-III-1</b><br>認識並操作基礎性運動心理技巧 模擬網/牆性 球類運動之實戰情況與技術，進而控制自我心理狀態，提升團隊合作態度與比賽成績等<br><b>綜 2b-III-1</b><br>參與各項活動，適 切表現自己在團體中的角色，協同合 作達成共同目標。 | <b>健體 P-III-A1</b><br>網/牆性球類運動基本柔軟度、肌（耐）力與心 肺耐力健體<br><b>P-III-A2</b> 網/牆性球類運動基本敏捷、協 調、瞬發 力與速度<br><b>健體 T-III-B1</b><br>網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術<br><b>健體 T-III-B2</b><br>網/牆性球類運動比賽之基本 性攻防實務技術<br><b>健體 Ta-III-C1</b><br>網/牆性球類運動之時間、空間 及人與人、人與 球關係攻防概念。<br><b>健體 Ta-III-C2</b><br>網/牆性球類運動基本規則與基礎性戰術。<br><b>健體 Ps-III-D1</b><br>網/牆性球類運動之基礎性運動心理技巧<br><b>健體 Ps-III-D2</b><br>基礎性運動心理技能模擬網/牆性球類運動之實 戰情況與技術<br><b>綜 Bb-III-3</b><br>團 隊 合 作 的 技 巧。 |
| 議題融入                                                                                                              | 所融入之學習重點                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 性別平等教育<br>安全教育<br>生涯規劃                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 教材來源                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 自編                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

|      |                 |
|------|-----------------|
| 教學資源 | 排球相關教學用品、影片、投影片 |
|------|-----------------|

## 二、每週課程進度表

### (一)上學期排球課程進度表

| 週次             | 課程主題                                                  | 節數                                  | 學習表現                                                                                     | 學習內容                                                                                               | 教材           | 評量重點         | 備註                                                                                                                                   |
|----------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 上學期<br>第 1-4 週 | 1. 排球運動裝備說明<br>2. 排球運動規則說明<br>3. 低手傳球 扣球<br>4. 排球發球練習 | 每週 4+2<br>(四週合計 24 節<br>部定 16，校訂 8) | <b>健體 P-III-1</b><br>認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方<br><b>健體 T-III-1</b><br>認識網/牆性球類運動技術要領。         | <b>健體 P-III-A1</b><br>網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力<br><b>健體 T-III-B2</b><br>網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術       | 輔助教材<br>自編教材 | 課堂觀察<br>實作評量 | 1. 關於教材、學習單、環境、設備、人力資源的提醒，或教學過程中的注意事項。<br>2. 每節課點名、登記分數說明安全、課程與評量(提醒重視並積極要求注意從事羽球運動時的安全)。<br>3. 每節課進行伸展操及分組活動。<br>4. 每節預留 5 分鐘進行綜合講評 |
| 上學期<br>第 5-8 週 | 1. 低手傳球腳步<br>2. 對牆跳躍扣球<br>3. 原地攔網<br>4. 移動攔網          | 每週 4+2<br>(四週合計 24 節<br>部定 16，校訂 8) | <b>健體 T-III-1</b><br>認識網/牆性球類運動技術要領。<br><b>健體 Ta-III-1</b><br>知道、模仿並實施網/牆性球類運動比賽的基礎性攻防戰術 | <b>健體 T-III-B2</b><br>網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術<br><b>健體 Ta-III-C1</b><br>網/牆性球類運動之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 |              |              |                                                                                                                                      |

|                  |                                          |                                              |                                                                                                       |                                                                                                                                                       |              |              |  |
|------------------|------------------------------------------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--|
| 上學期<br>第 9-12 週  | 1. 對牆扣球. 低手傳球<br>2. 雙人低手傳球<br>3. 防守接球    | 每週 4+2<br>(四週合計 24 節<br>部定 16，校訂 8)          | <b>健體 P-III-1</b><br>認識並練習網<br>/牆性球類運<br>動體 能訓練<br>處方<br><b>健體 T-III-1</b><br>認識網/牆性<br>球類運動技術<br>要領。 | <b>健體 P-III-A2</b><br>網/牆性球類<br>運動基本敏<br>捷、協 調、瞬<br>發 力與速度<br><b>健體 T-III-B1</b><br>網/牆性球類<br>運動之發、接<br>發、 傳接、<br>舉、殺、 抽、<br>挑、擊、攔、<br>切、移位等基<br>本性技術 | 輔助教材<br>自編教材 | 課堂觀察<br>實作評量 |  |
| 上學期<br>第 13-16 週 | 1. 跳躍扣球腳步練習<br>2. 對牆高手傳球<br>3. 6 人循環低手傳球 | 每週 4+2<br>(四週合計 24 節<br>，部定 16 節，校<br>訂 8 節) | <b>健體 Ta-III-1</b><br>知道、模仿並<br>實施網/牆性<br>球類 運動比<br>賽的基 礎性<br>攻防戰術                                    | <b>健體 Ta-III-C1</b><br>網/牆性球類<br>運動之時間、<br>空間 及人與<br>人、人與 球關<br>係攻防概念。<br><br><b>健體 Ta-III-C2</b><br>網/牆性球類<br>運動基本規則<br>與基礎性戰<br>術。                  | 輔助教材<br>自編教材 | 課堂觀察<br>實作評量 |  |

|                  |                               |                                              |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                             |              |              |  |
|------------------|-------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--|
| 上學期<br>第 17-22 週 | 1. 對牆發球<br>2. 對網發球<br>3. 隊形講解 | 每週 4+2<br>(五週合計 30 節，<br>部定 20 節，校訂<br>10 節) | <p><b>健體 Ps-III-1</b><br/>認識並操作基礎性運動心理技巧 模擬網/牆性 球類運動之實戰情況與技術，進而控制自我心理狀態，提升團隊 合作態度與比賽成績等</p> <p><b>健體 Ta-III-5</b><br/>認識並遵守競賽規則、指令與禮儀</p> <p><b>綜 2b-III-1</b><br/>參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。</p> | <p><b>健體 Ps-III-D1</b><br/>網/牆性球類運動之基礎性運動心理技巧</p> <p><b>健體 Ps-III-D2</b><br/>基礎性運動心理技能模擬網/牆 性球類運動之實 戰情況與技術</p> <p><b>健體 Ta-III-C2</b><br/>網/牆性球類運動基本規則與基礎性戰術</p> <p><b>綜 Bb-III-3</b><br/>團 隊 合 作的 技 巧。</p> | 輔助教材<br>自編教材 | 課堂觀察<br>實作評量 |  |
|------------------|-------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--|

(二)下學期排球課程進度表

| 週次             | 課程主題                                         | 節數                                          | 學習表現                                                                                                  | 學習內容                                                                                                                                                        | 教材           | 評量重點         | 備註                                                                                                                                                 |
|----------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 下學期<br>第 1-4 週 | 1. 雙人扣球<br>2. 雙人高手傳球<br>3. 對網定點發球<br>4. 移動接球 | 每週 4+2<br>(四週合計<br>24 節,部定 16 節,<br>校訂 8 節) | <b>健體 P-III-1</b><br>認識並練習網<br>/牆性球類運<br>動體 能訓練<br>處方<br><b>健體 T-III-1</b><br>認識網/牆性<br>球類運動技術<br>要領。 | <b>健體 P-III-A1</b><br>網/牆性球類<br>運動基本柔軟<br>度、肌(耐)<br>力與心 肺耐<br>力 <b>健體健體<br/>T-III-B1</b><br>網/牆性球類<br>運動之發、接<br>發、傳接、<br>舉、殺、抽、<br>挑、擊、攔、<br>切、移位等基<br>本性技術 | 輔助教材<br>自編教材 | 課堂觀察<br>實作評量 | 1. 關於教<br>材、學習<br>單、環境、設<br>備、人力 資源<br>的提醒,或教<br>學過 程中的注<br>意事項。<br>2. 每節課點<br>名、登記 分數<br>說明安全、課<br>程與 評量(提<br>醒重視並積極<br>要求注意從事<br>羽球運動 時的<br>安全)。 |
| 下學期<br>第 5-8 週 | 1. 定點防守<br>2. 位置防守<br>3. 扣球防守                | 每週 4+2<br>(四週合計<br>24 節,部定 16 節,<br>校訂 8 節) | <b>健體 P-III-1</b><br>認識並練習網<br>/牆性球類運<br>動體 能訓練<br>處方<br><b>健體 T-III-1</b><br>認識網/牆性<br>球類運動技術<br>要領。 | P-III-A2 網/牆<br>性球類運動基<br>本敏捷、協<br>調、瞬發 力與<br>速度<br><b>健體 T-III-B2</b><br>網/牆性球類<br>運動比賽之基<br>本 性攻防實<br>務技術                                                 |              |              | 3. 每節課進行<br>伸展操 及分組<br>活動。<br>4. 每節預留 5<br>分鐘進行綜合<br>講評                                                                                            |

|                  |                                          |                                             |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                               |              |              |  |
|------------------|------------------------------------------|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--|
| 下學期<br>第 9-12 週  | 1. 隊形練習<br>2. 跳躍扣球<br>3. 6 號位防守          | 每週 4+2<br>(四週合計<br>24 節，部定 16 節，<br>校訂 8 節) | <b>健體 P-III-1</b><br>認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方<br><b>健體 T-III-1</b><br>認識網/牆性球類運動技術要領。 | <b>健體 P-III-A1</b><br>網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力<br><b>健體 P-III-A2</b><br>網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br><b>健體 T-III-B1</b><br>網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術<br><b>健體 T-III-B2</b><br>網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術 | 輔助教材<br>自編教材 | 課堂觀察<br>實作評量 |  |
| 下學期<br>第 13-15 週 | 1. 移位扣球防守<br>2. 移位接發球防守<br>3. 1.5 位置房收接球 | 每週 4+2<br>(四週合計<br>24 節，部定 16 節，<br>校訂 8 節) | <b>健體 Ta-III-1</b><br>知道、模仿並實施網/牆性球類運動比賽的基礎性                                     | <b>健體 Ta-III-C1</b><br>網/牆性球類運動之時間、空間及人與人、人與球關                                                                                                                                                                | 輔助教材<br>自編教材 | 課堂觀察<br>實作評量 |  |



|                             |                                              |                                                 |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                             |                         |                         |  |
|-----------------------------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|--|
|                             |                                              |                                                 | <p>攻防戰術</p> <p><b>健體 Ta-III-5</b></p> <p>認識並遵守競賽規則、指令與禮儀</p>                                                                                  | <p>係攻防概念。</p> <p><b>健體 Ta-III-C2</b></p> <p>網/牆性球類運動基本規則與基础性戰術。</p>                                                                                         |                         |                         |  |
| <p>下學期</p> <p>第 16-17 週</p> | <p>1. 虛攻球練習</p> <p>2. 分組比賽</p> <p>3. 接發球</p> | <p>每週 4+2</p> <p>(四週合計 24 節，部定 16 節，校訂 8 節)</p> | <p><b>健體 Ta-III-5</b></p> <p>認識並遵守競賽規則、指令與禮儀</p> <p><b>健體 Ps-III-1</b></p> <p>認識並操作基础性運動心理技巧 模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術，進而控制自我心理狀態，提升團隊合作態度與比賽成績等</p> | <p><b>健體 Ps-III-D1</b></p> <p>網/牆性球類運動之基础性運動心理技巧</p> <p><b>健體 Ps-III-D2</b></p> <p>基础性運動心理技能模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術</p> <p><b>綜 Bb-III-3</b></p> <p>團隊合作的技巧。</p> | <p>輔助教材</p> <p>自編教材</p> | <p>課堂觀察</p> <p>實作評量</p> |  |

### 三、評量規劃：

| 教學重點、學習紀錄與評量方式對照表 |                                       |                                      |      |               |
|-------------------|---------------------------------------|--------------------------------------|------|---------------|
| 單元名稱              | 學習目標                                  | 表現任務                                 | 評量方式 | 學習紀錄/<br>評量工具 |
| 1. 排球規則說明         | 1 藉由排球賽事的觀摩及排球相關知識的認識，說出排球運動的規則及相關裝備。 | 認識球運動裝備<br>遵守排球運動規則                  | 實作   | 排球規則          |
| 2. 排球練習           | 2 能透過排球基本技能的練習，能在分組對打中綜合使用習得的基本技能。    | 對空擊球<br>前進擊球步伐練習<br>發高遠球<br>後退擊球步伐練習 | 實作   | 擊球率           |
| 3. 團隊精神           | 3 透過分組練習，養成學生團隊合作的精神，成就終身運動習慣。        | 單打分組比賽練                              | 實作   | 團隊合作          |

### 四、評量規準

| 評量規準        |                                                       |                                                          |                                                       |
|-------------|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| 主題          | 與你爭鋒                                                  |                                                          |                                                       |
| 評分等級        | A優秀                                                   | B良好                                                      | C基礎                                                   |
| 分數轉換        | 95-100                                                | 90-94                                                    | 85-89                                                 |
| 1. 排球基本技能應用 | 【進階組】 能於分組單打競賽中依實際賽況熟練地變換運用出5種排球基本技能迅速回擊。             | 【良好組】 能於分組單打競賽中正確地變換運用出3種排球基本技能                          | 【基礎組】 一半以上學生能在與教練引導對打中正確運用出二種排球基本技能                   |
| 2. 團隊精神的表現  | 【進階組】 90%學生能在分組競賽中積極表現出團隊合作與運動家精神。                    | 【良好組】 80%學生能在盡力分組競賽中實際表現團隊合作與運動家精神。                      | 【基礎組】 一半以上學生在分組競賽中表現出團隊合作與運動家精神。                      |
| 3. 觀賽態度的表現  | 【進階組】 90%學生能積極地參與並欣賞競賽活動、表現觀賞者的角色和責任，並深入地描述參與身體活動的感覺。 | 【良好組】 80%學生能適切地參與並欣賞多元性身體活動、表現觀賞者的角色和責任，並大致地描述參與身體活動的感覺。 | 【基礎組】 一半以上學生地參與並欣賞多元性身體活動、表現觀賞者的角色和責任，並部分地描述參與身體活動的感覺 |