

## 南臺科技大學 106 學年度第 2 學期課程資訊

課程代碼	04N03P03
課程中文名稱	體育生活：排球(C)
課程英文名稱	Physical Education：Volleyball
學分數	3.0
必選修	自選必修
開課班級	夜四技高服二甲 夜四技工管二甲夜四技國企二甲夜四技企管二甲夜四技財 金二甲夜四技資管二甲夜四技英語二甲夜四技行流二甲夜四技日語二甲
任課教師	林政達
上課教室(時間)	週二第 12 節() 週二第 13 節() 週二第 14 節()
課程時數	3
實習時數	0
授課語言 1	華語
授課語言 2	
輔導考照 1	
輔導考照 2	
課程概述	1 本學期課程除了延續上學期基本技巧練習外 開始組比賽 借由比賽作規則 講解及裁判練習 2 加強發球技術
先修科目或預備 能力	
課程學習目標與 核心能力之對應	※編號，中文課程學習目標，英文課程學習目標，對應系指標 ----- 1.建立排球運動基礎觀念與體適能，瞭解運動與健康人生的關係。 ，--，1 建 構健康生活 2.透過排球運動，提升個人體能與運動傷害的預防，進而養成終身運動習慣。 ， --，2 永續健康照護 3.熟練個人基本動作與發展動作技巧，培養學生對排球運動的興趣及豐富休閒 生活。 ，--，3 休閒技能養成 4.應用排球技能，學習挑戰自我與耐力性，認知排球運動價值健全人格發展。 ， --，4 尊重生命價值 5.以球會友，藉由排球運動達到人際關係的協和及良好的社會適應能力。 ，--， 5 真誠關懷社會 6.瞭解比賽規則，進而有比賽能力，陶冶性情並能欣賞排球運動之美。 ，--，6 運動藝術欣賞

	<p>7.透過排球比賽的緊張與刺激性,達到抗壓能力及自我情緒管理的學習,瞭解個體與團隊之間的關係與影響。 , -- , 7 優質情緒管理</p> <p>8.培養學生從排球運動中學習並發揮團隊合作精神,能遵守規則及公平競爭精神 , -- , 8 強化團體意識</p>
中文課程大綱	<p>1_3 周</p> <p>1 複習發球技巧 2 3 人跑動傳球練習 3 分組比賽 4 規則講解</p> <p>4_7 周</p> <p>1 基本隊形講解 2 六人制排球比賽特性講解 3 分組比賽 4 規則講解 5 裁判法簡介</p> <p>8_9 周</p> <p>1 期中考 對牆壁擊反彈球(每球 2 分)</p> <p>10_12 周</p> <p>1 分組比賽 2 基本裁判手勢 3 裁判執法練習 4 規則講解</p> <p>13_15 周</p> <p>1 扣球基本步法 2 扣球動作分析 3 扣球型態介紹 4 分組比賽</p> <p>16_17 周</p> <p>1 期末考 隔網 2 人攻擊線後對傳(每球 2 分)</p>

	2 比賽成績(20%)  18 周  1 學科筆試
英/日文課程大綱	
課程進度表	一 建構學生四技二年級選修興趣選項課程的基本認識及心理準備 二 建構學生修習體育生活課程的學習態度 三 建構學生基本休閒生活的技巧 四 養成學生運動一生 一生運動的良好習慣 五 建構學生良好團體意識特質的養成
教學方式與評量方法	※課程學習目標，教學方式，評量方式 ----- 建立排球運動基礎觀念與體適能，瞭解運動與健康人生的關係。 ， 課堂講授，筆試 透過排球運動,提升個人體能與運動傷害的預防,進而養成終身運動習慣。 ， 實作演練，筆試 熟練個人基本動作與發展動作技巧,培養學生對排球運動的興趣及豐富休閒生活。 ， 實作演練，實作 應用排球技能,學習挑戰自我與耐力性,認知排球運動價值健全人格發展。 ， 實作演練，實作 以球會友,藉由排球運動達到人際關係的協和及良好的社會適應能力。 ， 實作演練，實作 瞭解比賽規則,進而有比賽能力,陶冶性情並能欣賞排球運動之美。 ， 分組討論，實作 透過排球比賽的緊張與刺激性,達到抗壓能力及自我情緒管理的學習,瞭解個體與團隊之間的關係與影響。 ， 分組討論，實作 培養學生從排球運動中學習並發揮團隊合作精神,能遵守規則及公平競爭精神，分組討論，實作
指定用書	書名： 作者： 書局： 年份： ISBN： 版本：
參考書籍	中華民國排球規則
教學軟體	無
課程規範	1.穿著運動服.運動褲.運動鞋.運動襪.上課.

- |  |   |
|--|---|
|  | <ol style="list-style-type: none"><li>2.上課不遲到.不無故缺席.</li><li>3.遵守上課規定</li></ol> |
|--|---|