

南臺科技大學 107 學年度第 1 學期課程資訊

課程代碼	04D01303
課程中文名稱	排球(E)
課程英文名稱	Volleyball
學分數	1.0
必選修	選修
開課班級	高年級體育選修
任課教師	郭為民
上課教室(時間)	週三第 3 節() 週三第 4 節()
課程時數	2
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	<p>※編號，中文課程學習目標，英文課程學習目標，對應系指標 -----</p> <p>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</p> <p>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</p> <p>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</p> <p>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</p> <p>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</p> <p>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> <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</p>

	<p>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</p> <p>2 3 人跑動傳球練習</p> <p>3 分組比賽</p> <p>4 規則講解</p> <p>4_7 周</p> <p>1 基本隊形講解</p> <p>2 六人制排球比賽特性講解</p> <p>3 分組比賽</p> <p>4 規則講解</p> <p>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</p> <p>2 基本裁判手勢</p> <p>3 裁判執法練習</p> <p>4 規則講解</p> <p>13_15 周</p> <p>1 扣球基本步法</p> <p>2 扣球動作分析</p> <p>3 扣球型態介紹</p> <p>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> <p>2 比賽成績(20%)</p>

	18 周 1 學科筆試
英/日文課程大綱	
課程進度表	<p>第 1 週_</p> <p>1 課前講解:上課地點 方式 注意事項 考試項目 服裝要求</p> <p>2 場地器材介紹 課程特性說明</p> <p>第 2 週_</p> <p>1 學員分組 分配場地 時間配置 工作輪值 暖身操練習</p> <p>2 發球規則講解 動作分析</p> <p>3 第 3 週_</p> <p>1 發球練習</p> <p>2 低手傳接球動作講解</p> <p>3 個人低手傳接球練習 雙人傳接練習</p> <p>第 4 週_</p> <p>1 基本規則講解:排球運動之特性</p> <p>2 個人低手傳接球練習 雙人傳接練習</p> <p>第 5 週_</p> <p>1 基本規則講解:比賽人員輪轉方式 位置屬性與關係</p> <p>2 雙人傳接球練習</p> <p>3 發球練習</p> <p>第 6 週_ 1 裁判法簡介 排球比賽工作人員介紹</p> <p>_ 2 排球暖身操 靜態伸展</p> <p>_ 3 多人跑動傳球練習 上手傳接球動作講解</p> <p>_ 4 分組比賽</p> <p>第 7 週_ 1 裁判法簡介 常用裁判手勢練習</p> <p>2 發球綜合練習</p> <p>3 考試方式及注意事項說明</p> <p>第 8 週_ 期中測驗(發球)</p> <p>第 9 週_ 學校期中測驗</p> <p>第 10 週_</p> <p>1 分組跑動傳接球練習 比賽動序介紹</p> <p>2 雙人上手對傳練習</p> <p>3 分組比賽</p> <p>第 11 週_ 1 裁判法簡介 自由球員的功能及限制</p> <p>_ 2 上手傳接球練習 發球練習</p>

	<p>_3 基本隊形介紹 分組比賽</p> <p>第 12 週_1 裁判法簡介 視線員的職責 _2 半蹲網下低手傳球練習 _3 跑動上手傳球練習 分組比賽</p> <p>第 13 週_1 裁判法簡介 不同越位之情況說明 _2 發球與接發球練習 _3 比賽隊形說明 _4 分組比賽 賽後講評</p> <p>第 14 週_1 裁判法講解 比賽隊長的職責 _2 排球基本技術分類 _3 分組比賽 賽後講評</p> <p>第 15 週_1 發球練習 傳球綜合練習 _2 分組比賽 _3 期末考方式及注意事項說明</p> <p>第 16 週_ 期末考 對牆擊球 第 17 週_ 排球常識測驗</p> <p>※ 一 考試項目為發球(期中)、低手對牆擊球(期末)。 二 考試方式公布於 MY 數位平台公告區。</p>
<p>教學方式與評量方法</p>	<p>※課程學習目標，教學方式，評量方式</p> <p>-----</p> <p>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</p> <p>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。 ， 課堂講授，實作</p> <p>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。 ， 課堂講授，實作</p> <p>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。 ， 課堂講授，實作</p> <p>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。 ， 課堂講授，實作</p>

	<p>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。 , 實作演練 , 課堂展演</p> <p>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。 , 實作演練 , 課堂展演</p> <p>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 , 實作演練 , 課堂展演</p>
指定用書	<p>書名 :</p> <p>作者 :</p> <p>書局 :</p> <p>年份 :</p> <p>ISBN :</p> <p>版本 :</p>
參考書籍	
教學軟體	
課程規範	<p>上課注意事項:</p> <p>一、上課必須穿著體育服裝 (布鞋 運動長 短褲) 汗衫或運動服,嚴禁穿皮鞋、牛仔褲。</p> <p>二、身體不適或有特殊狀況者 在上課前請事先告知。</p> <p>三、平時成績佔學期成績 50%, 期中、期末術科各佔 20%, 學科筆試 10%。</p> <p>四、平時成績計算方式如下:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、全勤基本分數 90 分, 依上課表現優劣再行加、減分。 2、每一次缺課扣 15 分。未告知而擅離課堂視同缺課。※(除喪假或急症外, 其餘皆視同缺課) 3、每次遲到扣 4 分。 4、服裝不整每次扣 4 分。 5、請同學盡量別缺課。 <p>五、逢期中、期末或學科考試不得缺席, 不及格者不予補考。如有不可抗拒之事由, 請事先電話或 E_MAIL 請假, 否則視同缺考且不予補考。</p>