

年級	中高年級	課程設計者	李明聰	教學總節數 /學期(上/下)	40/下
年級 課程主題名稱	桌球社團		符合校訂 課程類型	<input type="checkbox"/> 第一類 <input checked="" type="checkbox"/> 第二類 <input type="checkbox"/> 第三類 <input type="checkbox"/> 第四類	
學校 願景	喜閱采風景 童心樂活山		與學校願 景呼應之 說明	藉由對桌球運動的興趣，提升身體體能及反應，進而培養團隊榮譽，積極進取，成為樂活好兒童。	
核心 素養	E-A1 具備良好生活的習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。		課程 目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能主動的吸收有關桌球的資訊，具備良好健康生活習慣。</li> <li>2. 透過團隊練習，學生能理解並尊重同儕，增進合群、互助、榮譽、守秩序的正確觀念，達成團體目標。</li> </ol>	

教學進度	單元名稱	教學活動	連結領域/議題	(領綱)學習表現	自訂學習內容	學習目標	表現任務 (評量內容)	教學資源	節數
第(1)週	認識桌球	活動一：影片介紹 教師透過影片、實物讓學生認識桌球運動。 活動二：規則導讀 讓學生了解桌球的基本規則及禮儀。	健體	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。	1. 網路影片教學。 2. 桌球禮儀及規則。	1. 會說出影片中介紹的桌球規則。 2. 說出對桌球比賽禮儀的理解。	1. 共同觀看影片後樂於分享自己了解的桌球基本規則。 2. 學生能根據自己的經驗，發表對運動比賽禮儀的認知。	國立教育資料館 桌球教學影片： <a href="https://www.youtube.com/watch?v=SGG8TBe07dg">https://www.youtube.com/watch?v=SGG8TBe07dg</a>	2
第(2)週、第(3)週	徒手接球	活動一：單人練習 1. 單手、換手、雙手接球練習。 2. 拍接球，站立、蹲姿接球練習。 活動二：雙人合作練習 1. 雙人傳接球，對牆擲球練習。 2. 雙人過網接球練習。	健體  綜合	3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 3c-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 2b-III-1 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。	1. 拋球動作 2. 接球動作 3. 團體合作的意義及重要性。 4. 團體活動的參與態度。	1. 了解桌球拋球的基本規則動作。 2. 認識球的重量以及空氣浮力，掌握球的反彈力。 3. 體會合作的重要。	1. 能親自練習拋球動作，掌握技巧要領。 2. 透過各項練習，檢討修正自己的動作。 3. 能確實遵守團體規範。	Youtube 影片： 桌球基礎球感： <a href="https://www.youtube.com/watch?v=8tE4CwrhzgI">https://www.youtube.com/watch?v=8tE4CwrhzgI</a>	4
第(4)週、第(6)週	平衡高手	藉由遊戲方式訓練球感 1. 球置拍面上方靜止不動，腳不走動，看可以靜止幾分鐘。 2. 球置拍面繞球桌走，球不落地。 3. 球置拍面向上拍球，正面連續向上擊球，球不落地。 4. 球置拍面向上拍球，一正一反向上連續擊球。 5. 分組向上擊球接力賽。 6. 持拍對牆連續擊球、推球、回擊不落地。 7. 球拍向下擊球，控制好球的彈跳。	健體  綜合	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。  1d-III-2 比較自己和他人運動技能的正確性。 2b-III-1 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	1. 執拍正確姿勢示範。 2. 團體合作的意義及重要性。 3. 團體活動的參與態度。	1. 手眼協調，掌握球和握拍的感覺。 2. 能正確的執拍掌控拍面，控制力道。 3. 了解、體驗球的彈跳力。 4. 大膽嘗試，不怕失敗的學習態度。 5. 體會合作的重要。	1. 透過趣味的團體遊戲，慢慢地體會手眼與球和球拍間的熟悉度。 2. 思考失敗的原因，用眼睛觀察他人成功的例子，學會不怕失敗的精神。 3. 經由分組合作練習，逐漸熟練擊球的手感及適切的掌握力道。	Youtube 影片： 桌球基本動作教學 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=gWF0h6X1h6U">https://www.youtube.com/watch?v=gWF0h6X1h6U</a> 洪雅慧： 《健康與體育領域之桌球教學》 <a href="https://drive.google.com/drive/folders/182YDnetFbp5Kz_0S_VuSEMTi65ZFHpVW">https://drive.google.com/drive/folders/182YDnetFbp5Kz_0S_VuSEMTi65ZFHpVW</a>	6

教學進度	單元名稱	教學活動	連結領域/議題	(領綱)學習表現	自訂學習內容	學習目標	表現任務 (評量內容)	教學資源	節數
		8. 兩人一組，面對面站立，互相把球打給對方，球在中間落地一次。 9. 兩人一組，面對面站立，互相擊球給對方，球在中間不落地，可連續打出幾球。							
第(7)週，第(8)週	桌球正手拍的站位及擊球	活動一：影片教學 以網路教學示範吸引學生學習。 活動二：親自示範 老師示範正手拍站位，擊球方法及要領解說。 老師利用多球讓學生進行擊球練習，請學生練習，個別指導、糾正。	健體	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-III-1 了解運動技能的要素與要領。 1d-III-2 比較自己和他人運動技能的正確性。	1. 正手拍站位的位置。 2. 揮拍擊球的協調性。 3. 團體活動的參與態度。	運用正確的執拍加上站位能準確的觸及球。	1. 透過影片教學加上觀察老師的動作、分析講解，能應用在實際動作上。 2. 經由多球練習，加上自己的反思、檢討站位及揮拍要領，使自己的動作更熟悉。	Youtube 影片： 正手拍基本站位 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=k1CkjQ7UJ3o">https://www.youtube.com/watch?v=k1CkjQ7UJ3o</a>	4
第(9)週，第(10)週	桌球反手拍的站位及擊球	活動一：影片教學 透過網路教學示範引起學生學習效法的動力。 活動二：親自示範 老師示範反手拍站位，擊球方法及要領說明。 老師利用多球讓學生進行擊球練習，請學生練習，個別指導、糾正。	健體	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-III-1 了解運動技能的要素與要領。 1d-III-2 比較自己和他人運動技能的正確性。	1. 反手拍擊球動作分解 2. 團體活動的參與態度	1. 演練並表現反手拍擊球動作要領 2. 遵守團體規範，學習相互尊重的風度。	1. 透過影片教學以及同儕討論反手擊球要領，順利完成回球練習的任務。 2. 經由遵守團體規範，體會相互尊重，共同學習的樂趣。	Youtube 影片： 反手拍 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=FvyFJUxbytM">https://www.youtube.com/watch?v=FvyFJUxbytM</a>	4
第(11)週，第(12)週	正手發球   擊罐高手	1. 透過老師講解、說明，示範演練等方式，指導學生正手球發球動作。 2. 在對桌桌面的底線擺上9個鋁罐，輪流上場擊罐 3. 藉由老師與同儕加油，歡呼激勵學習動力。	健體	1d-III-1 了解運動技能的要素與要領。 1d-III-2 比較自己和他人運動技能的正確性。 2c-III-表現同理心、正向溝通的團隊精神。	1. 正手發球擊球的示範演示。 2. 專注學習，互相分享心得。	1. 模仿運用並表現正手發球的技巧。 2. 重視並發展團隊精神。	1. 藉由影片教學技巧，自己親身模仿學習，專心練習。 2. 經由發球擊中鋁罐遊戲，分組競賽，培養榮譽心，熟練技能。	Youtube 影片： 正手發球 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=ledb329xmpo">https://www.youtube.com/watch?v=ledb329xmpo</a>	4

教學進度	單元名稱	教學活動	連結領域/議題	(領綱)學習表現	自訂學習內容	學習目標	表現任務(評量內容)	教學資源	節數
第(13)週、第(14)週	反手發球   擊罐高手	1. 透過老師講解、說明，示範演練等方式，指導學生反手球發球動作。 2. 在對桌桌面的底線擺上9個鋁罐，輪流上場擊罐 3. 藉由老師與同儕加油，歡呼激勵學習動力。	健體	1d-III-1 了解運動技能的要素與要領 1d-III-2 比較自己和他人運動技能的正確性。 2c-III-表現同理心、正向溝通的團隊精神。	1. 反手發擊球的示範演示。 2. 專注學習，互相分享心得。	1. 模仿運用並表現反手發球的技巧。 2. 重視並發展團隊精神。	1. 藉由影片教學技巧，自己親身模仿學習，專心練習。 2. 經由發球擊中鋁罐遊戲，分組競賽，培養榮譽心，熟練技能。	Youtube 影片： 反手發球 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=unxN8cbi3xI">https://www.youtube.com/watch?v=unxN8cbi3xI</a>	4
第(15)週、第(17)週	正手拍連續動作及重心轉換	1. 透過影片講解示範帶領學生進行揮拍連續動作練習。 2. 揮拍時配合糾正調整學生重心轉換。 3. 老師以多球餵給學生熟練連續揮拍擊球。 4. 藉由同儕互相觀摩，展現運動精神。	健體	3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3b-III-1 獨立演練大部分的自我調適技能。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2c-II-3 表現增進團隊合作、友善的互動行為。	1. 正手揮拍技巧 2. 團體活動的參與態度	1. 模仿運用並表現正手揮拍連續動作的協調性。 2. 體會專注觀察主動參與；學習守紀律負責任的好習慣。	1. 回想教學影片中的教學動作，檢視自身的基本動作，進而修正自身的缺點，正確的連續揮拍。 2. 熟練正確的揮拍，保持身體協調，準確的回擊五球，與同儕互相加油勉勵，提升自己的技能。	Youtube 影片： 正手連續撥球 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=7A4DAY4kutg">https://www.youtube.com/watch?v=7A4DAY4kutg</a>	6
第(18)週、第(20)週	反手拍連續動作及重心轉換	1. 透過影片講解示範帶領學生進行揮拍連續動作練習。 2. 揮拍時配合糾正調整學生重心轉換。 3. 老師以多球餵給學生熟練連續揮拍擊球。 4. 藉由同儕互相觀摩，展現運動精神。	健體	3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3b-III-1 獨立演練大部分的自我調適技能。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2c-II-3 表現增進團隊合作、友善的互動行為。	1. 反手揮拍技巧 2. 團體活動的參與態度	1. 模仿運用並表現反手揮拍連續動作的協調性。 2. 體會專注觀察主動參與；學習守紀律負責任的好習慣。	1. 回想教學影片中的教學動作，檢視自身的基本動作，進而修正自身的缺點，正確的連續揮拍。 2. 熟練正確的揮拍，保持身體協調，準確的回擊五球，與同儕互相加油勉勵，提升自己的技能。	Youtube 影片： 反手連續撥球 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=FvyFJUxbyM">https://www.youtube.com/watch?v=FvyFJUxbyM</a>	6

教材來源

選用教科書 ( )

自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)

本主題是否融入資

無 融入資訊科技教學內容

有 融入資訊科技教學內容 共( 8 )節 (以連結資訊科技議題為主)

教學進度	單元名稱	教學活動	連結領域/議題	(領綱)學習表現	自訂學習內容	學習目標	表現任務 (評量內容)	教學資源	節數
<b>訊科技教學內容</b>									
<b>特教需求學生課程調整</b>		<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有-學習障礙(2)人、情緒障礙(1)人</p> <p>※資賦優異學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有-<u>(一般智能優異 1 人)</u></p>							
		<p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <p>◎身心障礙學生</p> <p>五年級學障個案：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 盡量提供個別化的動作分解教學，並且給予時間反覆演練。</li> <li>2. 建議給予分散式的教學，採用多單元活動設計方式進行小步驟的教學，每項活動盡量不超過 10~15 分鐘。</li> <li>3. 建議可以用合作學習方式，讓個案部分參與活動及部分舞曲的動作表現，並於團隊中提供小天使，給予口語提示、叮嚀步驟。</li> <li>4. 多安排學生練習表現的機會，適度給予讚美與回饋。</li> <li>5. 採取實作評量，降低其完成動作的標準。</li> </ol> <p>三年級情障個案：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 三年級個案容易衝動且與同儕產生情緒衝突，建議技巧性分組、減少肢體碰撞</li> <li>2. 在競賽活動中，教學者需注意個案的情緒狀況，若有引發點時，則需技巧性避免上場或是讓其冷靜休息降低肢體衝突。</li> <li>3. 多安排學生個別練習表現的機會，適度給予讚美與回饋。</li> <li>4. 可以加強其個別化學習的難度，讓其將專注在自我挑戰的部分，減少注意與同儕的較勁和衝突。</li> </ol> <p>◎資賦優異學生</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 可讓學生分享自己/家人/曾聽過之桌球選手，並增加說明/介紹台灣桌球運動的地位。</li> <li>2. 小組練習/競賽時，需考慮教學內容/學習效果使用同質性分組或異質性分組。</li> </ol> <p style="text-align: center;">特教老師簽名：賴亭妤 蘇亦楣 普教老師簽名：</p>							