

## 參、彈性學習課程計畫(校訂課程)

112 學年度嘉義縣義竹國民中學七年級第一、二學期彈性學習課程 桌球 教學計畫表 設計者：呂琬琳

### 一、課程四類規範(一類請填一張)

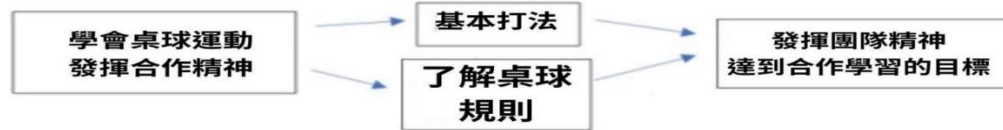
1. 統整性課程 (主題 專題 議題探究)
2. 社團活動與技藝課程 (社團活動 技藝課程)
3. 其他類課程  
本土語文/新住民語文 服務學習 戶外教育 班際或校際交流 自治活動 班級輔導  
學生自主學習 領域補救教學

### 二、本課程每週學習節數：2

### 三、課程設計理念：

1. 使學生了解桌球的基本規則。
2. 使學生學會基本打法。
3. 利用對練熟悉基本打法。
4. 利用分組練習使學生發揮團隊精神，達到合作學習目標。
5. 利用縣賽讓孩子學到更佳的戰術和態度。

### 四、課程目標：



五、本學期課程內涵：

第一學期

週次	單元/主題名稱	教學重點	學習目標	學習活動	評量方式	教學資源/自編自選教材或學習單
一	介紹課程	說明上課方式和應準備器材	讓學生了解課堂規範	學生可以了解	口頭問答	無
二	球感練習	了解桌球運動基礎原理和規則	了解桌球運動基礎原理和規則	兩人一組發球練習	教師示範、觀察 學生實作	無
三	發球練習、基本步伐	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合擊團隊戰術	了解桌球運動基礎原理和規則	練習對角發球，直線發球， 一對兩點發	教師示範、觀察 學生實作	無
四	發球練習、基本步伐	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合擊團隊戰術	學會正手發球 學會腳步的移動	練習發球 基本腳步	教師示範、觀察 學生實作	無
五	正手推球、規則講解	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合擊團隊戰術	講解正手推球要領，帶領學生操作	兩人一組練習	教師示範、觀察 學生實作	無
六	正手推球、規則講解	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合擊團隊戰術	教練示範正確動作，動作解析	兩人一組練習	教師示範、觀察 學生實作	無
七	正手擊球	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合擊團隊戰術	揮空拍練習 發球落點要求	兩人一組練習	教師示範、觀察 學生實作	影片
	正手擊球	4d-IV 發展適合個人專項運動技能	揮空拍練習	能用正拍對	教師示範、	

八		動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合擊團隊戰術	發球落點要求	打來回20球	觀察 學生實作	影片
九	反手推球、基本步伐	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合擊團隊戰術	學會反手推球	兩人一組練習	教師示範、 觀察 學生實作	無
十	反手推球、基本步伐	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合擊團隊戰術	學會反手推球	能用反拍對打來回20球	教師示範、 觀察 學生實作	無
十一	桌球規則講解	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合擊團隊戰術	能了解單雙打規則和計分方式	小組討論	教師示範、 觀察 學生實作	學習單
十二	正反手銜接、正手拉球	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合擊團隊戰術	學會推擋球 學會正手攻擊 學會步伐結合	能推擋10下	教師示範、 觀察 學生實作	無
十三	正反手銜接、正手拉球	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合擊團隊戰術	學會推擋球 學會正手攻擊 學會步伐結合	能推擋20下	教師示範、 觀察 學生實作	無
十四	正反手銜接、正手拉球	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合擊團隊戰術	學會推擋球 學會正手攻擊 學會步伐結合	能推擋20下	教師示範、 觀察 學生實作	無
十五	正反手銜接、正手拉球	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合擊團隊戰術	學會推擋球 學會正手攻擊 學會步伐結合	能推擋30下 自我挑戰	教師示範、 觀察 學生實作	無

十六	正反手銜接、 正手拉球	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合擊團隊戰術	學會推擋球 學會正手攻擊 學會步伐結合	能推擋30下 自我挑戰	教師示範、 觀察 學生實作	無
十七	模擬比賽	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合擊團隊戰術	應用所學的技术 尋求勝利	能積極的比賽	教師示範、 觀察 學生實作	無
十八	模擬比賽	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合擊團隊戰術	應用所學的技术 尋求勝利	能積極的比賽	教師示範、 觀察 學生實作	無
十九	模擬比賽	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合擊團隊戰術	應用所學的技术 尋求勝利	能積極的比賽 能學會當裁判	教師示範、 觀察 學生實作	無
二十	模擬比賽	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合擊團隊戰術	應用所學的技术 尋求勝利	能積極的比賽 能學會當裁判	教師示範、 觀察 學生實作	無

※身心障礙類學生：■無

有-智能障礙( )人、學習障礙( )人、情緒障礙( )人、自閉症( )人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生：■無

有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫)

特教老師簽名：

普教老師簽名：呂琬琳

註1：請分別列出第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表

註2：社團活動及技藝課程每學期至少規劃4個以上的單元活動

第二學期

週次	單元/主題名稱	教學重點	學習目標	學習活動	評量方式	教學資源/自編自選教材或學習單
一	介紹課程	說明上課方式和應準備器材	讓學生了解課堂規範	學生可以了解	口頭問答	無
二	球感練習	了解桌球運動基礎原理和規則	了解桌球運動基礎原理和規則	兩人一組發球練習	教師示範、觀察學生實作	無
三	反手切球基本功	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合擊團隊戰術	1、球感的練習。 2、能作出基本步伐與基本動作。 3、能以反拍將球切過球網。	分組餵球連續擊球10次	教師示範、觀察學生實作	無
四	反手切球基本功	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合擊團隊戰術	1、球感的練習。 2、能作出基本步伐與基本動作。 3、能以反拍將球切過球網。	兩人一組練習	教師示範、觀察學生實作	無
五	反手切球	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合擊團隊戰術	1. 教練示範 2 動作要領說明 3、學會反手切球 握拍與揮拍動作。 4、能連續以反拍切球對打十球。	分組餵球連續擊球10	教師示範、觀察學生實作	無
六	反手切球	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作	1、球感的練習。 2、學會反手切球握拍與揮拍動作。	兩人一組練習	教師示範、觀察學生實作	無

		組合擊團隊戰術	3、能連續以反拍切球對打十球			
七	發倒旋球	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作 組合擊團隊戰術	1. 球感的練習。 2. 學會反手切球。 3、學會正確正手 右側旋轉發球動作。 4、能連續以正手 右側旋轉發球過網。	分組餵球 連續擊球10	教師示範、 觀察 學生實作	影片
八	發倒旋球	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作 組合擊團隊戰術	1. 球感的練習。 2. 學會反手切球。 3、學會正確正手 右側旋轉發球動作。 4、能連續以正手右側旋轉發球過網。	兩人一組練習	教師示範、 觀察 學生實作	影片
九	發側旋球	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作 組合擊團隊戰術	1. 球感的練習。 2. 學會反手切球。 3、學會正確正手 右側旋轉發球動作。 4、能連續以正手 右側旋轉發球過網。	兩人一組練習	教師示範、 觀察 學生實作	無
十	發側旋球 不定點	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作 組合擊團隊戰術	能連續以正手 右側旋轉發球過網二十球。	兩人一組練習	教師示範、 觀察 學生實作	無
十一	正下旋球抽球	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作	能以正拍接下旋球將球抽過球網。 學會基本動作 與步	能以正拍接下旋球將球抽過球網。	教師示範、 觀察 學生實作	無

		組合擊團隊戰術	法移動。			
十二	正下旋球抽球	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作 組合擊團隊戰術	能以正拍接下旋球將球抽過球網。 學會基本動作 與步法移動。	學會能以正拍接下旋球將球抽過球網5球。	教師示範、觀察 學生實作	無
十三	正下旋球抽球	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作 組合擊團隊戰術	能以正拍接下旋球將球抽過球網。 學會基本動作 與步法移動。	學會能以正拍接下旋球將球抽過球網十球。	教師示範、觀察 學生實作	無
十四	正下旋球抽球	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作 組合擊團隊戰術	能以正拍接下旋球將球抽過球網。 學會基本動作 與步法移動。	學會能以正拍接下旋球將球抽過球網十球。	教師示範、觀察 學生實作	無
十五	反手切球正拍下旋	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作 組合擊團隊戰術	學會能以正拍接下旋球將球抽過球網二十球。學會正確握拍揮拍動作。	學會能以正拍與反拍接下旋球。	教師示範、觀察 學生實作	無
十六	正手拉下旋球	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作 組合擊團隊戰術	學會能以正拍與反拍接下旋球。學會正確握拍揮拍動作。	學會能以正拍與反拍接下旋球。	教師示範、觀察 學生實作	無
十七	模擬比賽	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作 組合擊團隊戰術	學習欣賞別人的優點。能熟練上述各種基本動作。能擔任裁判之工作。	分組排名賽	教師示範、觀察 學生實作	無
十八	模擬比賽	4d-IV 發展適合個人專項運動技能 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作 組合擊團隊戰術	學習欣賞別人的優點。能熟練上述各種基本動作。能擔任裁判之工作。	分組排名賽	教師示範、觀察 學生實作	無
十九	模擬比賽	4d-IV 發展適合個人專項運動技能	學習欣賞別人的優點。能熟練上述各	分組排名賽	教師示範、觀察	無

		Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作 組合擊團隊戰術	種基本動作。能擔任裁判之工作。		學生實作	
二十	模擬比賽	4d-IV 發展適合個人專項運動 技能 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作 組合擊團隊戰術	學習欣賞別人的優點。能熟練上述各種基本動作。能擔任裁判之工作。	分組排名賽	教師示範、 觀察 學生實作	無

※身心障礙類學生：■無

有-智能障礙( )人、學習障礙( )人、情緒障礙( )人、自閉症( )人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生：■無

有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫)：

- 1.
- 2.

特教老師簽名：

普教老師簽名：呂琬琳

註 1：請分別列出第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表

註 2：社團活動及技藝課程每學期至少規劃4個以上的單元活動