嘉義縣 梅山 國小 112 學年度校訂課程教學內容規劃表

-(上/下學期，各一份。若為同一個課程主題則可合為一份)

<table>
<tr><td>年級</td><td>中年級</td><td>年級課程
主題名稱</td><td colspan="2">軟式網球</td><td>課程
設計者</td><td>簡榮志</td><td>總節數
/學期
(上/下)</td><td>42/上學期</td></tr>
<tr><td>符合
彈性課
程類型</td><td colspan="8">☐第一類 統整性探究課程 ☐主題 ☐專題 ☐議題 *是否融入 ☐生命教育 ☐安全教育 ☐戶外教育 ☐均未融入(供統計用，並非一定要融入)
需跨領域，以主題/專題/議題的類型，進行統整性探究設計；且不得僅為部定課程單一領域或同一領域下科目之間的重複學習。
☑第二類 ☑社團課程 ☐技藝課程
☐第四類 其他 ☐本土語文/臺灣手語/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</td></tr>
<tr><td>學校
願景</td><td colspan="2">推動品格紮根、品質為本、品味永續之三品教育，建置樂活 LOHAS 梅山</td><td>與學校願景呼應之說明</td><td colspan="5">一、健康:
培養孩子健康樂活的身心靈腦，肯定自我、樂觀進取的習性，每位孩子都能擁有健康的身體、敏知敏覺的知能，大家都能快快樂樂充滿歡笑，讓心中充滿正向能量。
二、品格:
親師生具備「熱誠」「積極」於學校及社區事務。親師生均懂「孝順」、會「感恩」‘能「以身作則」，對於依據原則所做的「選擇」能負「責任」，並能發揮「群育」‘「真誠關懷」。
三、終身學習:
培育學生喜歡運動、專注、獨立思考、合作的態度。成就具有領導力，國際觀、服務力他的情懷，養成有智慧的終身學習的好國民。</td></tr>
</table>

總綱核心素養	E-A1 具備良好的生活習慣，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	一、培養運動技能，具備良好的生活習慣，以促進身心健全發展。 二、認識個人特質，健全身心，發展生命潛能。 三、了解軟式網球運動的技術與基本知識。 四、促進運動體能均衡發展。 五、培養樂於與人互動，具備理解他人感受，擁有與團隊和諧相處、合作之素養。

教學進度	單元名稱	連結領域(議題)/學習表現	自訂學習內容	學習目標	表現任務（評量內容）	教學活動（學習活動）	教學資源	節數
第（1）週－第（4）週	握拍方法與基本動作教學	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2c-II-2 透過身體活動，練習探索運動潛能與表現正確的身體活 動。 3c-II-2 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	軟式網球的起源、球拍與球介紹。 基本握拍方法。 基本動作調整。	能認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性，並知道軟式網球的起源、球拍與球介紹。 能探索運動潛能與表現正確的身體活動並練習握拍方法並隨時修正。	學生能了解軟式網球的起源、球拍與球。 學生能學會基本握拍方法。 學生能熟悉軟式網球的基本動作。	講解軟式網球起源。 軟式網球拍與軟式網球介紹。 基本握拍教學。 基本動作教學與調整。	軟式網球拍 軟式網球	8節
第（5）週	球感與協調性訓練教學	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康	增加手腕對球的控制能力。	認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性，並能練習增加	增加對球的敏感度。 增加學生整體的協調性。	用球拍向下拍球。 用球拍向上拍球。	軟式網球拍 軟式網球	8節

第（8）週		維護的重要性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	增加腳步的協調性。	手腕對球的控制能力。 表現增進團隊合作、友善的互動行為，能培養並練習增加腳步的協調性。		拍球走路、跑步、繞圈。		
第（9）週－第（12）週	基本定點正手拍擊球教學	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活 動。 4d-II-1 培養	正手拍擊球動作講解。 分組定點擊球與送球。	認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性，並能做好正手拍擊球動作。 表現增進團隊合作、友善的互動行為，能了解分組定點擊球與送球。	正手拍動作確實。 正手拍擊球動作協調。 擊球時打中球拍甜蜜點。	原地揮空拍(正手拍)。 兩人一組，一人丟球，一人定點正拍擊球，每人 10 顆輪流丟球。	軟式網球拍 軟式網球	8節

		規律運動的習慣並分享身體活動的益處。						
第（13）週－第（16）週	基本定點反手拍擊球教學	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活 動。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	反手拍擊球動作講解。 分組定點擊球與送球。	能認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性，練習反手拍擊球動作準確揮擊到球。 能表現增進團隊合作、友善的互動行為，並做到分組定點擊球與送球。	反手拍動作確實。 反手拍擊球動作協調。 擊球時打中球拍甜蜜點。	原地揮空拍(反手拍)。 兩人一組，一人丟球，一人定點反拍擊球，每人 10 顆輪流丟球。	軟式網球拍 軟式網球	8節
第（17）週－第（21）週	低手發球動作教學	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。	分組低手發球練習。	認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性，練習分組練習低手發球。	可以球不落地就擊到球。 發球動作確實。	低手發球動作調整。 分成兩組，每人兩顆輪流低手發球。	軟式網球拍 軟式網球	8節

		3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活 動。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。						
教材來源		☐選用教材（　　）　　☑自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)						
課程目標		一、培養運動技能，具備良好的生活運動習慣，以促進身心健全發展。 二、認識個人特質，健全身心，發展生命潛能。 三、了解軟式網球運動的技術與基本知識。 四、促進運動體能均衡發展。 五、培養樂於與人互動，具備理解他人感受，擁有與團隊和諧相處、合作之素養。 六、培養終身運動的習慣。 七、學習互助合作精神。						
本主題是否融入資訊科技教學內容		☑無　**融入資訊科技教學內容** ☐**有　融入資訊科技教學內容　共(　　)節（以連結資訊科技議題為主）**						

特教需求學生 **課程調整**	**※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、(/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)：**無 特教老師簽名： 普教老師簽名：簡榮志

*各校可視需求自行增減表格

填表說明:

(1)依照年級或班群填寫。

(2)分成上下學期，每個課程主題填寫一份，例如: 一年級校訂課程每週 3 節，共開社區文化課程 1 節、社團 1 節、世界好好玩 1 節三種課程，每種課程寫一份，共須填寫 3 份。

嘉義縣 梅山 國小 112 學年度校訂課程教學內容規劃表

-(上/下學期，各一份。若為同一個課程主題則可合為一份)

<table>
<tr><td>年級</td><td>中年級</td><td>年級課程
主題名稱</td><td colspan="2">軟式網球</td><td>課程
設計者</td><td>簡榮志</td><td>總節數
/學期
(上/下)</td><td>40/下學期</td></tr>
<tr><td>符合
彈性課
程類型</td><td colspan="8">☐第一類 統整性探究課程 ☐主題 ☐專題 ☐議題
☑第二類 ☑社團課程 ☐技藝課程
☐第四類 其他</td></tr>
<tr><td>學校
願景</td><td colspan="2">推動品格紮根、品質為本、品味永續之三品教育，建置樂活 LOHAS 梅山</td><td>與學校願景呼應之說明</td><td colspan="5">一、健康:
培養孩子健康樂活的身心靈腦，肯定自我、樂觀進取的習性，每位孩子都能擁有健康的身體、敏知敏覺的知能，大家都能快快樂樂充滿歡笑，讓心中充滿正向能量。
二、品格:
親師生具備「熱誠」「積極」於學校及社區事務。親師生均懂「孝順」、會「感恩」‘能「以身作則」，對於依據原則所做的「選擇」能負「責任」，並能發揮「群育」‘「真誠關懷」。
三、終身學習:
培育學生喜歡運動、專注、獨立思考、合作的態度。成就具有領導力，國際觀、服務力他的情懷，養成有智慧的終身學習的好國民。</td></tr>
</table>

總綱核心素養	E-A1 具備良好的生活習慣，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	一、培養運動技能，具備良好的生活運動習慣，以促進身心健全發展。 二、認識個人特質，健全身心，發展生命潛能。 三、了解軟式網球運動的技術與基本知識。 四、促進運動體能均衡發展。 五、培養樂於與人互動，具備理解他人感受，擁有與團隊和諧相處、合作之素養。

教學進度	單元名稱	連結領域(議題)/學習表現	自訂學習內容	學習目標	表現任務（評量內容）	教學活動（學習活動）	教學資源	節數
第（1）週－第（4）週	進階正拍擊球教學	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活 動。 4d-II-1 培養	正拍擊球配合腳步移動。 腳步隨球左右與前後移動。	認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性，並能做到正拍擊球配合腳步移動。 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動，並能練習腳步隨球左右與前後移動。	學生能隨球移動到位。 能有流暢的揮拍動作。 能瞭解拉拍時機並提早準備。	分組以不定落點的方式，讓學生移動到位擊球。 在練習中隨時指導糾正動作。	軟式網球拍 軟式網球	8節

		規律運動的習慣並分享身體活動的益處。						
第（5）週－第（8）週	進階反拍擊球教學	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活 動。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	反拍擊球配合腳步移動。 腳步隨球左右與前後移動。	認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性，並能做到反拍擊球配合腳步移動。 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處能，並做到腳步隨球左右與前後移動。	學生能隨球移動到位，並且能將球擊出去。 能正確的移動到擊球位子。	分組以不定落點的方式，讓學生移動到位擊球。 在練習中隨時指導糾正動作。	軟式網球拍 軟式網球	8節
第（9）週－第（12）週	前排擋球基本動作教學	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。	基本前排擋球動作教學。 壓與推的拍面控制學習。	認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性，並能專注學習前排擋球動作教學。 練習適當的出拍時間。 能練習壓與推的拍面	能熟悉基本站位和腳部的移位。 能判斷球的行進路線。	正面、正手邊、反手邊的循序練習。 在練習中隨時指導糾正動作。	軟式網球拍 軟式網球	8節

		3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活 動。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。		控制學習。				
第（13）週－第（16）週	比賽規則講解與實作	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活 動。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	軟式網球雙打與單打規則介紹。 介紹分數計算方式。	認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性，並能用心學習軟式網球雙打與單打規則介紹。 能學會分數計算方式。	學生能夠學習並了解完整比賽規則。 學生能夠自己計算分數。	以局為比賽單位，規則講解。 講解雙淘汰制的比賽辦法。 講解正式比賽規則與紀錄方法。	軟式網球拍 軟式網球	8節
第（17）週	模擬比賽	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康	決勝局規則說明。	認識健康技能和生活技能對健康維護的重	在比賽中發現問題並提出疑問。	以五局制規則練習分組比賽。 觀察比賽內容並記錄。	軟式網球拍 軟式網球	8節

第 （20） 週		維護的重要性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活 動。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	模擬比賽示範與解說。	要性，並能依決勝局規則操作。 能在過程中學習運動家精神。 能操作比賽的示範與解說。	藉由比賽了解個人擊球表現。 培養遵守規則與運動精神。	在比賽中學習運動禮儀與運動精神。		
教材來源		☐選用教材（　　）　　☑自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)						
課程目標		一、培養運動技能，具備良好的生活運動習慣，以促進身心健全發展。 二、認識個人特質，健全身心，發展生命潛能。 三、了解軟式網球運動的技術與基本知識。 四、促進運動體能均衡發展。 五、培養樂於與人互動，具備理解他人感受，擁有與團隊和諧相處、合作之素養。 六、培養終身運動的習慣。						

	七、學習互助合作精神。
本主題是否融入資訊科技教學內容	☑無 融入資訊科技教學內容 □有 融入資訊科技教學內容 共(　　)節（以連結資訊科技議題為主）
特教需求學生 課程調整	**※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、(/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：游晶文 普教老師簽名：簡榮志

*各校可視需求自行增減表格

填表說明:

(1)依照年級或班群填寫。

(2)分成上下學期，每個課程主題填寫一份，例如：一年級校訂課程每週 3 節，共開社區文化課程 1 節、社團 1 節、世界好好玩 1 節三種課程，每種課程寫一份，共須填寫 3 份。