

嘉義縣 國小 109 學年度校訂課程教學內容規劃表-上/下學期(各一張)

| | | | | | |
|--------------|--|-------|------------|--|----------|
| 年級 | 中年級 | 課程設計者 | 涂馨心 | 教學總節數/學期(上/下) | 40 節/下學期 |
| 年級 課程主題名稱 | 中年級/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 | 健康有品 科技創新 人文扎根 宏觀國際 | | 與學校願景呼應之說明 | 一、透過體能活動與健康行為促進身心健康發展。 二、分析評估學生身心特質與體適能條件，規劃適合的運動計畫，發揮潛能。 三、藉由運動實踐之態度，養成終身學習的運動習慣，增進體適能，形塑健康生活型態。 | |
| 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-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 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、了解(學會)桌球必備的一般認知及技術認知，發展運動與保健的潛能。 二、探索並熟練各項技術動作與技能策略，處理桌球運動中各項問題。 三、在桌球運動中，積極參與、公平競爭、團隊合作，促進身心健康發展。 四、在桌球運動中培養運動精神與運動道德。 | |

| 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 - 第(4)週 | 1. 認識桌球 (1. 握拍法 2. 膠皮介紹 3. 4. 球拍特性) 2. 場地及設備 (體驗與測量球桌距離) 3. 棒球比賽規則 4. 運動傷害預防 | 1. 利用黑板講解桌球規則。 2. 在練習場地實際體驗與測量球桌距離。 3. 運用影片認識運動傷害及處理、預防方式。 | 健康與體育 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 | 1. 桌球規則 2. 場地規劃 3. 運動傷害、處置及預防知識 | 1. 認識並遵守桌球比賽規則、場地規劃。 2. 認識運動傷害及處置、防護知識，以維護自身與他人安全。 | 1. 能說出桌球比賽規則、場地規劃。 2. 能演示在日常生活中預防及處理運動傷害的方式。 | 蔡明樞 (1991): 乒乓球基本技術與訓練, 台灣·珠海出版社 | 8 |
| 第(5)週 - 第(9)週 | 1. 前導技術 (球感練習) 2. 分解動作解說 3. 正手平擊發球 4. 整理裝備 5. 瞭解團體規範 | 1. 運用教學影片及老師示範練習球感及分解動作。 2. 透過講解、示範等方式, 指導學生正手平擊發球動作步驟。 3. 藉由講解、示範等方式, 瞭解裝備整理的流程與要點。 | 健康與體育 綜合 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 1b-II-1 選擇合宜的學習方法, 落實學習行動。 | 1. 分解動作解說 2. 正手平擊發球 3. 整理裝備 4. 團體規範 | 1. 認識、描述並探索球感練習分解動作。 2. 選擇適宜的整理裝備的方法。 3. 遵守團體規範。 | 1. 能說出基本的球感練習分解動作步驟。 2. 能說出裝備整理的流程與要點。 3. 能遵守團體規範。 | 蔡明樞 (1991): 乒乓球基本技術與訓練, 台灣·珠海出版社 | 10 |

| | | | | | | | | | |
|-----------------------|---|---|-------|--|--|------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|---|
| 第(10)週 - 第(12)週 | 1. 前導技術(球感練習)投球分解動作練習 | 1. 運用教學影片及老師示範練習球感及分解動作。 | 健康與體育 | 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 | 1. 分解動作解說 2. 正手平擊球 3. 整理裝備 4. 團體規範 | 1. 認識、描述並探索球感練習分解動作。 2. 遵守團體規範。 | 1. 能說出基本的球感練習分解動作步驟。 2. 能遵守團體規範。 | 蔡明樞 (1991): 乒乓球基本技術與訓練, 台灣·珠海出版社 | 6 |
| | 2. 分解動作解說 3. 正手平擊球 | 2. 透過講解、示範等方式, 指導學生正手平擊球動作及步驟。 | 綜合 | 1b-II-1 選擇合宜的學習方法, 落實學習行動。 | | | | | |
| 第(13)週 - 第(15)週 | 1. 前導技術(球感練習) 2. 分解動作解說 3. 正手發下旋球 | 1. 運用教學影片及老師示範練習球感及分解動作。 2. 透過講解、示範等方式, 指導學生正手發下旋球動作及步驟。 | 健康與體育 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 | 1. 分解動作解說 2. 正手發下旋球 3. 整理裝備 4. 團體規範 | 1. 認識、描述並探索球感練習分解動作。 2. 遵守團體規範。 | 1. 能說出基本的球感練習分解動作步驟。 2. 能遵守團體規範。 | 蔡明樞 (1991): 乒乓球基本技術與訓練, 台灣·珠海出版社 | 6 |
| 第(16)週 - 第(18)週 | 1. 前導技術(球感練習) 2. 分解動作解說 3. 反手推擋 4. 團隊精神、球場禮儀 | 1. 運用教學影片及老師示範練習球感及分解動作。 2. 透過講解、示範等方式, 指導學生反手推擋動作及步驟。 3. 藉由教練與同儕間互動, 展 | 健康與體育 | 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 | 1. 分解動作解說 2. 反手推擋 3. 整理裝備 4. 團體規範 | 1. 認識、描述並探索球感練習分解動作。 2. 遵守團體規範。 | 1. 能說出基本的球感練習分解動作步驟。 2. 能遵守團體規範。 | 蔡明樞 (1991): 乒乓球基本技術與訓練, 台灣·珠海出版社 | 6 |
| | | | 綜合 | 2b-II-1 體會團隊合作的意義, 並能關懷團隊的成員。 2b-II-2 參加團體活動, 遵守紀律、重視榮譽感, 並展現負責的態度。 | | | | | |

| | |
|--|-------------------|
| | <p>特教老師簽名：林曉婷</p> |
|--|-------------------|

普教老師簽名：涂馨心