

嘉義縣梅山國小 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	劉啟鳳 教練		教學總節數 / 學期(上/下)	上學期(18 節) 下學期(18 節)
年級 課程主題名稱	梅山國小桌球社		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	<p>推動<b>品格</b>紮根、<b>品質</b>為本、<b>品味</b>永續之<b>三品教育</b>，建置樂活<b>LOHAS</b>梅山</p>		與學校願 景呼應之 說明	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 透過學習桌球的過程，培養孩子不怕困難，有耐心及毅力，擁有運動家精神的好品格。</li> <li>2. 藉由桌球的學習，了解桌球的比賽規則、歷史發展及未來走向，加深加廣，提升健體學習領域的品質。</li> <li>3. 幫助學生發現自己的天賦，培養學生發展桌球專長，養成一生受用的運動習慣，提升自己生活的品味。</li> </ol>		
總綱 核心素養	<p>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。</p> <p>E-B3 具備藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，培養生活環境中的美感體驗。</p> <p>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。</p>		課程 目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 規劃學生從基本練習→技巧熟練→團體比賽，讓學生具備打桌球的技能，從中感受桌球的樂趣，發現自己的天賦，培養學生的第二專長。</li> <li>2. 桌球技巧細膩多變化，透過桌球課程的學習，促進學生眼、耳、口等感官的發展，手腳的協調，並提升專注力。</li> <li>3. 透過雙打團體課程，讓學生體驗團隊合作默契的重要性，具備合群互助之精神。</li> </ol>		

上學期

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(2)週	一、桌球介紹	一桌教練 1 對 1 個別加強指導，另 2 桌分組練習	語文	1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-Ⅱ-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。	握拍方法的講解與揮拍練習	1. 認識桌球的握拍與揮拍並做出正確的動作。 2. 遵守上課秩序並專注聆聽。 3. 運用正確的握拍，進行多次的揮拍練習，直至熟練。	1. 能說出及示範出正確的握拍與揮拍。 2. 能聽從教練的指令做動作，有良好的學習態度。 3. 能正確的握拍及揮拍。	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=gWF0h6Xlh6U">https://www.youtube.com/watch?v=gWF0h6Xlh6U</a>	2
第(3)週- 第(6)週	二、反手推拍	一桌教練 1 對 1 個別加強指導，另 2 桌分組練習	數學	3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	反手拍推打練習	1. 運用反手拍推打練習，每個小朋友連續 20 下。 2. 提高反手拍推打等能力技巧。	1. 能連續反手拍推打 20 下以上。 2. 能說出反手拍推打的要訣。	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=1O2BpWDj6oY">https://www.youtube.com/watch?v=1O2BpWDj6oY</a>	4
第(7)週- 第(10)週	三、正手推拍	一桌教練 1 對 1 個別加強指導，另 2 桌分組練習	數學	3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	正手拍推打練習	1. 運用正手拍推打練習，每個小朋友連續 20 下。 2. 提高正手拍推打等能力技巧。	1. 能連續正手拍推打 20 下以上。 2. 能說出正手拍推打的要訣。	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=vQtWCMj-3Ac">https://www.youtube.com/watch?v=vQtWCMj-3Ac</a>	4



<b>本主題是否融入資訊科技教學內容</b>	<input type="checkbox"/> 無 融入資訊科技教學內容 <input checked="" type="checkbox"/> 有 融入資訊科技教學內容 共( 1 )節 (以連結資訊科技議題為主)
<b>特教需求學生課程調整</b>	<p>※身心障礙類學生：■無 <input type="checkbox"/>有-智能障礙( )人、學習障礙( )人、情緒障礙( )人、自閉症( )人、( /人數)</p> <p>※資賦優異學生：■無 <input type="checkbox"/>有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <p>1.</p> <p>2.</p> <p style="text-align: right;">特教老師簽名：</p> <p style="text-align: right;">普教老師簽名：</p>

### 下學期

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	一、複習	一桌教練 1 對 1 個別加強指導，另 2 桌分組練習	數學	1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-Ⅱ-1 遵守上課規範和運動比賽規則。	上學期基本動作講解與複習	1. 上學期基本動作講解與複習。 2. 能遵守上課的公約，依照教練指示行動。 3. 懂得比賽規則並確實遵守。	1. 能牢記各種基本動作與姿勢還原 2. 能遵守桌球課與教練的約定，良好的學習態度。		1
第(2)週-第(6)週	二、上旋球	一桌教練 1 對 1 個別加強指導，另 2 桌分組練習	數學	1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 3a-Ⅱ-1 演練基本的健康技能。	乒乓球旋轉講解與發上旋球練習	1. 認識上旋球。 2. 說出乒乓球旋轉技巧特色。 3. 每個小朋友能演練運用上旋球，連續 20 下。	1. 能說出上旋球的特性與方法。 2. 能正確打出上旋球。	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=A3xlv1FVy00">https://www.youtube.com/watch?v=A3xlv1FVy00</a>	5
第(7)週-第(10)週	三、擊球與戰術應用	一桌教練 1 對 1 個別加強指導，另 2 桌分組練習	數學	2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3b-Ⅱ-1	各種斜線、反斜線、直線擊球變化練習	1. 主動參與，練習桌球 3 個定點的擊球，勇於嘗試各種戰術。 2. 透過模仿學習，活用各種斜線、反斜線、直線擊球變化。	1. 能準確打出桌球 3 個定點的擊球。 2. 在對打中，能運用各種斜線、	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=R6numIQ_s8U">https://www.youtube.com/watch?v=R6numIQ_s8U</a>	4

				透過模仿學習，表現基本的自我調適技能			反斜線、直線擊球的變化。		
第(11)週	四、桌球的規則與禮儀	一桌教練 1 對 1 個別加強指導，另 2 桌分組練習	語文	2c-Ⅱ-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 3b-Ⅱ-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。	乒乓球各種基本規則講解及綜合複習	1. 能遵守乒乓球各種基本規則。 2. 打桌球時，能綜合各種學過的技巧並表現出來。 3. 與隊友打桌球時，能有禮貌及保持風範。	1. 能遵守比賽規則。 2. 能綜合各種學過的技巧並表現出來。 3. 對打時，能說出至少 2 次「鼓勵、加油」的話。	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=-BlJpbDjtjAA">https://www.youtube.com/watch?v=-BlJpbDjtjAA</a>	1
第(12)週 - 第(13)週	五、接發球	一桌教練 1 對 1 個別加強指導，另 2 桌分組練習	數學	1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。	接發球講解與練習	1. 認識接發球並說出接發球的注意事項。 2. 練習接發球。 3. 每個小朋友能準確與控制好上旋、下切球的接發球。	1. 能清楚說出乒乓球旋轉之概念與方法。 2. 每個小朋友能準確與控制好上旋、下切球的接發球。	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=F1_FPFFICSA">https://www.youtube.com/watch?v=F1_FPFFICSA</a>	2
第(14)週 - 第(15)週	六、弧圈球	一桌教練 1 對 1 個別加強指導，另 2 桌分組練習	數學	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。	弧圈球介紹與練習	1. 認識弧圈球。 2. 練習弧圈球的動作與旋轉。	1. 能清楚說出弧圈球旋轉之概念與方法。 2. 能打出弧圈球正確姿勢與動作 5 下。	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=pc0fXFyYqoo">https://www.youtube.com/watch?v=pc0fXFyYqoo</a>	2
第(16)週 - 第(18)週	七、模擬賽	一桌教練 1 對 1 個別加強指導，另 2 桌分組練習	語文	2c-Ⅱ-2 表現增進團隊合作、友善的互動行	單打對抗模擬比賽暨綜合複習	1. 透過單打對抗模擬賽，表現團隊合作、互助的精神，增加學習的趣味。 2. 透過模擬賽，讓小朋友互相模仿學習，增進自己技巧的提升。 3. 參與模擬賽，提高自己的體適能。	1. 能說出為隊友比賽之話語至少 2 句。 2. 能針對模擬賽，寫出自己在	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=GHHivjraOvw">https://www.youtube.com/watch?v=GHHivjraOvw</a>	3

				為。 3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。 4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。			這次比賽中的優缺點分析。		
教材來源	<input type="checkbox"/> 選用教科書 ( ) <input checked="" type="checkbox"/> 自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)								
本主題是否融入資訊科技教學內容	<input checked="" type="checkbox"/> 無 融入資訊科技教學內容 <input type="checkbox"/> 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	<p>※身心障礙類學生：<input checked="" type="checkbox"/>無 <input type="checkbox"/>有-智能障礙( )人、學習障礙( )人、情緒障礙( )人、自閉症( )人、( /人數)</p> <p>※資賦優異學生：<input checked="" type="checkbox"/>無 <input type="checkbox"/>有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <p>1.</p> <p>2.</p> <p style="text-align: right;">特教老師簽名：</p> <p style="text-align: right;">普教老師簽名：</p>								

**\*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。