

嘉義縣大林鎮平林國民小學 109 學年度校訂課程教學內容規劃表(上、下學期分別設計)

年級	中年級	課程設計者	劉尤雅		學期/教學總節數	■第一學期 □第二學期 共 40 節				
年級課程主題名稱	桌球社(初階)		符合校訂課程類型		□第一類 ■第二類 □第三類 □第四類					
學校願景	「幸福平林 未來學校」:陪孩子創造美好的學習經驗,培養孩子符應未來生活與發展的素養,營造親師生都洋溢幸福感的校園。 兒童圖像:健康力、品格力、美感力、創新力、國際力		與學校願景呼應之說明		一、透過能陶冶與健康行為促進身心健康發展。 二、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					
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、認識桌球比賽規則,透過桌球運動促進身心健康發展,並認識個人特質 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、在桌球活動中,培養與團隊成員合作之素養。					
教學進度	單元名稱	教學活動	連結領域/議題	學習表現(領綱)	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	1. 認識桌球場地及桌球運動基本規則 2. 認識不同桌球拍的握拍方式	1. 認識球場、球拍、球 (認識球場)包含場地使用介紹、場地安全,以及場地維護。 2. 認識不同桌球拍的握拍方式及其使用特點	健康與體育	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略 1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念	1. 桌球基本知識介紹 2. 桌球場地安全介紹 3. 運動傷害、處置及預防知識 4. 不同種類桌球拍簡介並說明其使用的特點	1. 認識並遵守桌球教室場地使用規則 2. 認識桌球拍的不同形式 3. 認識桌球皮的不同處 4. 認識運動傷害及處置防護知識、以維護自身與他人安全	1. 能說出桌球教室使用規則 2. 能說出桌球拍的不同 3. 能演示在日常生活中預防及處理運動傷害的方式	球拍 球桌	4	
第(3)週   第(4)週	1. 認識不同膠皮 2. 球感練習	1. 了解反膠、生膠、正膠膠皮的不同 2. 球感(抓、丟交互、停球於拍上繞場)練習	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 網/牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念	1. 桌球球皮介紹 2. 球感練習	1. 認識桌球皮的不同處 2. 藉由拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球等活動培養學生的球感	1. 能說出球皮不同的特性 2. 能透過練習增加學生的球感	球拍 球桌	4	
第(5)週   第(6)週	1. 認識反手推打擊球分解動作 2. 揮反手空拍	1. 透過講解、示範等方式,指導學生反手推球擊球動作 2. 藉由揮空拍,固定反手擊球動作	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. 反手拍推球分解動作 2. 反手拍推球揮空拍練習	1. 認識反手推球分解動作的概念與動作練習策略 2. 藉由揮空拍,固定反手擊球動作並能描述自己或他人動作技能的正確性	1. 能說出桌球反手推球分解動作步驟 2. 能描述自己或他人反手揮拍的正確性,並揮出正確的反手拍擊球動作	球拍 球桌	4	
第(7)週   第(8)週	1. 反手推打多球練習 2. 分組進行多球練習	1. 透過講解、示範等方式,指導學生反手推球擊球動作 2. 分組進行反手推球多球練習	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 1b-II-1 選擇合宜的學習方法,落實學習行動	1. 反手拍推球分解動作示範,練習反手推球動作 2. 分組練習反手推球	1. 認識反手推球分解動作的概念與動作練習策略 2. 藉由分組多球練習,讓學生能落實學習行動	1. 能做出桌球反手推球動作 2. 能藉由球練習落實學習行動	球拍 球桌	4	
第(9)週   第(10)週	1. 反手推打連續性練習 2. 分組進行連續性練習	1. 透過講解、示範等方式,指導學生反手連續擊球動作 2. 分組進行反手連續性練習	健康與體育	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略	1. 反手拍推球連續動作示範,練習反手推球動作	1. 認識反手推球連續動作的概念與動作練習策略	1. 能做出桌球反手連續推球動作 2. 能藉由球練習落實學習行動	球拍 球桌	4	

			綜合	1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動	2. 分組練習反手推球	2. 藉由分組多球練習，讓學生能落實學習行動			
第(11)週   第(12)週	1. 認識正手推打擊球分解動作 2. 正手揮空拍練習	1. 透過講解、示範等方式，指導學生正手推球擊球動作 2. 藉由揮空拍，固定正手擊球動作	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. 正手揮拍分解動作 2. 正手拍推球揮空拍練習	1. 認識正手揮拍分解動作的概念與動作練習策略 2. 藉由揮空拍，固定正手擊球動作並能描述自己或他人動作的正確性	1. 能說出桌球正手揮拍分解動作步驟 2. 能描述自己或他人正手揮拍的正確性，並揮出正確的反手拍擊球動作	球拍 球桌	4

(13)週   第(14)週	1. 正手揮球多球練習 2. 分組進行多球練習	1. 透過講解、示範等方式，指導學生正手揮拍擊球動作 2. 分組進行正手多球練習	健康與體育	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略	1. 正手拍揮拍球分解動作示範，練習反手推球動作 2. 分組練習正手揮拍	1. 認識正手揮拍分解動作的概念與動作練習策略 2. 藉由分組多球練習，讓學生能落實學習行動	1. 能做出桌球正手揮拍動作 2. 能藉由練習落實學習行動	球拍 球桌	4
第(15)週   第(16)週	1. 正手揮拍連續性練習 2. 分組進行連續性練習	1. 透過講解、示範等方式，指導學生正手連續擊球動作 2. 分組進行正手連續性練習	健康與體育	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略	1. 正手揮拍連續動作示範，練習反手推球動作 2. 分組練習正手擊球	1. 認識正手揮拍連續動作的概念與動作練習策略 2. 藉由分組多球練習，讓學生能落實學習行動	1. 能做出桌球正手揮拍連續動作 2. 能藉由練習落實學習行動	球拍 球桌	4
第(17)週   第(18)週	1. 認識發球方法 2. 發球動作練習	1. 透過講解、示範等方式，指導學生發球動作練習。 2. 分組進行發球練習	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. 正手擊球分解動作 2. 分組團隊規範	1. 認識發球分解動作 2. 能藉由分組練習後，描述自己或他人動作技能的正確性	1. 能做出發球的動作 2. 能描述自己或他人發球動作的正確性	球拍 球桌	4
第(19)週   第(20)週	1. 結合正反手及發球，進行實戰練習	1. 透過演練、熟悉、競賽等方式，指導學生發球、正反手擊球等動作技能 2. 分組完成比賽及計分	健康與體育	3c-II-1 表現聯合性動作技能	1. 動作結合要點 2. 團隊規範	1. 能結合發球及正反手動作，表現聯合動作技能 2. 比賽時能遵守紀律，重視榮譽感	1. 能做出結合動作 2. 比賽時能遵守紀律，重視榮譽感	球拍 球桌	4
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)							

嘉義縣大林鎮平林國民小學 109 學年度校訂課程教學內容規劃表(上、下學期分別設計)

年級	中年級	課程設計者	劉尤雅		學期/教學總節數	□第一學期 ■第二學期 共 40 節				
年級課程主題名稱	桌球社(初階)		符合校訂課程類型		□第一類 ■第二類 □第三類 □第四類					
學校願景	「幸福平林 未來學校」:陪孩子創造美好的學習經驗,培養孩子符應未來生活與發展的素養,營造親師生都洋溢幸福感的校園。 兒童圖像:健康力、品格力、美感力、創新力、國際力		與學校願景呼應之說明		三、 透過能陶冶與健康行為促進身心健康發展。 四、 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					
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		四、認識桌球比賽規則,透過桌球運動促進身心健康發展,並認識個人特質 五、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 六、在桌球活動中,培養與團隊成員合作之素養。					
教學進度	單元名稱	教學活動	連結領域/議題	學習表現(領綱)	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	1. 認識反手切球 2. 反手切球揮空拍練習	1. 透過講解、示範等方式,指導學生反手切球擊球動作 2. 藉由揮空拍,固定反手切球動作	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	3. 反手拍切球分解動作 4. 反手切球揮空拍練習	3. 認識反手切球分解動作概念與動作練習策略 4. 藉由揮空拍,固定反手切球動作並能描述自己或他人動作的正確性	3. 能說出桌球反手切球分解動作步驟 4. 能描述自己或他人反手切球作的正確性,並揮出正確的反手拍切球動作	球拍 球桌	4	
第(3)週   第(4)週	3. 反手切球多球練習 4. 分組進行多球練習	1. 透過講解、示範等方式,指導學生反手切球擊球動作 2. 分組進行反手切球多球練習	健康與體育	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略	3. 反手拍切球分解動作示範,練習反手推球動作 4. 分組練習反手切球	1. 認識反手切球分解動作概念與動作練習策略 2. 藉由分組多球練習,讓學生能落實學習行動	1. 能做出桌球反手切球動作 2. 能藉由球練習落實學習行動	球拍 球桌	4	
第(5)週   第(6)週	1. 反手切打連續性練習 2. 分組進行連續性練習	1. 透過講解、示範等方式,指導學生反手切球連續擊球動作 2. 分組進行反手切球連續性練習	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  1b-II-1 選擇合宜的學習方法,落實學習行動	1. 反手拍切球連續動作示範,練習反手推球動作 2. 分組練習反手切球	1. 認識反手切球連續動作概念與動作練習策略 2. 藉由分組多球練習,讓學生能落實學習行動	1. 能做出桌球反手連續切球動作 2. 能藉由球練習落實學習行動	球拍 球桌	4	
第(7)週   第(8)週	1. 認識正手切球分解動作 2. 正手切球揮空拍練習	1. 透過講解、示範等方式,指導學生正手切球擊球動作 2. 藉由揮空拍,固定正手切球擊球動作	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	3. 正手切球分解動作 4. 正手切球揮空拍練習	3. 認識正手切球分解動作概念與動作練習策略 4. 藉由揮空拍,固定正手切球動作並能描述自己或他人動作的正確性	3. 能說出桌球正手切球分解動作步驟 4. 能描述自己或他人正手切球的正確性,並揮出正確的反手切球擊球動作	球拍 球桌	4	

第(9)週   第(10)週	3. 正手切球多球練習 4. 分組進行多球練習	1. 透過講解、示範等方式，指導學生正手切球擊球動作 2. 分組進行正手切球多球練習	健康與體育	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略	3. 正手切球分解動作示範，練習正手切球動作 4. 分組練習反手推球	1. 認識正手切球分解動作概念與動作練習策略 2. 藉由分組多球練習，讓學生能落實學習行動	1. 能做出桌球正手切球動作 2. 能藉由練習落實學習行動	球拍 球 球桌	4
			綜合	1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動					
第(11)週   第(12)週	1. 正手切球連續性練習 2. 分組進行連續性練習	1. 透過講解、示範等方式，指導學生正手切球連續擊球動作 2. 分組進行正手切球連續性練習	健康與體育	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略	1. 正手球切球連續動作示範，練習反手推球動作 2. 分組練習正手切球	1. 認識正手切球連續動作概念與動作練習策略 2. 藉由分組多球練習，讓學生能落實學習行動	1. 能做出桌球正手切球連續動作 2. 能藉由練習落實學習行動	球拍 球 球桌	4
			綜合	1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動					

(13)週   第(14)週	1. 認識左推右攻分解動作 2. 左推右攻揮空拍練習	1. 透過講解、示範等方式，指導學生左推右攻擊球動作 2. 藉由揮空拍，固定右推右攻擊球動作	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. 左推右攻球分解動作 2. 二正一反分解動作	1. 透過講解、示範等方式，讓學生表現出聯合性的動作技能 2. 運用動作技能性的練習策略，指導學生完成擊球動作	1. 能說出桌球左推右攻擊球分解動作步驟 2. 能流暢做出左推右攻揮空拍的動作	球拍 球 球桌	4
第(15)週   第(16)週	1. 左推右攻多球練習 2. 分組進行多球練習	1. 透過講解、示範等方式，指導學生左推右攻擊球動作 2. 分組進行左推右攻多球練習	健康與體育	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略	1. 左推右攻分解動作示範，練習左推右攻動作 2. 分組利用多球練習左推右攻	1. 認識左推右攻分解動作概念與動作練習策略 2. 藉由分組多球練習，讓學生能落實學習行動	1. 能做出桌球左推右攻動作 2. 能藉由練習落實學習行動	球拍 球 球桌	4
			綜合	1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動					
第(17)週   第(18)週	1. 左推右攻連續性練習 2. 分組進行連續性練習	1. 透過講解、示範等方式，指導學生左推右攻連續擊球動作 2. 分組進行左推右攻連續性練習	健康與體育	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略	1. 左推右攻分解動作示範，練習左推右攻動作 2. 分組練習左推右攻連續性	1. 認識左推右攻分解動作概念與動作練習策略 2. 藉由分組多球練習，讓學生能落實學習行動	1. 能做出桌球左推右攻連續動作 2. 能藉由練習落實學習行動	球拍 球 球桌	4
			綜合	1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動					
第(19)週   第(20)週	1. 結合左推右攻、切球及發球，進行實戰練習	3. 透過演練、熟悉、競賽等方式，指導學生發球、正反手、切球擊球等動作技能 4. 分組完成比賽及計分	健康與體育	3c-II-1 表現聯合性動作技能	3. 動作結合要點 4. 團隊規範	3. 能結合發球及正反手及切球動作，表現聯合動作技能 4. 比賽時能遵守紀律，重視榮譽感	3. 能做出結合動作 4. 比賽時能遵守紀律，重視榮譽感	球拍 球 球桌	4
			綜合	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					

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)	

<p>特教需求學生 課程調整</p>	<p><b>【學生尚未選修，俟學生選修後依特教需求學生進行課程調整】</b></p> <p>※身心障礙類學生：<input 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、(自行填入類型/人數)</p> <p>※資賦優異學生：<input 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)：  1.  特教老師簽名：葉佩芳 何幸黛</p> <p style="text-align: right;">普教老師簽名：劉尤雅</p>
------------------------	---