

嘉義縣秀林國小 109 學年度校訂課程教學內容規劃表-上下學期

|              |  |       |                    |  |                   |               |
|--------------|--|-------|--------------------|--|-------------------|---------------|
| 年級           | 中年級  | 課程設計者 | 蔡佳宏                |  | 教學總節數<br>/學期(上/下) | 80 節<br>上/下學期 |
| 年級<br>課程主題名稱 | 中年級/桌球社團   |       | 符合校訂<br>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<br>願景     | 活潑、創新、關懷情<br>好學、實用、國際觀   |       | 與學校願<br>景呼應之<br>說明 | 一、透過體能陶冶與健康行為促進身心健康活潑發展。<br>二、分析評估學生身心特質與體適能條件，規劃適宜的運動計畫以<br>培養學生創新的態度。<br>三、藉由運動實踐之態度，養成終身實用的運動習慣，增進體適能，<br>形塑健康生活型態。         |                   |               |
| 總綱<br>核心素養   | E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健<br>全發展，並認識個人特質，發展生命潛<br>能。<br>E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過<br>體驗與實踐處理日常生活問題。<br>E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，<br>並與團隊成員合作之素養。 |       | 課程<br>目標           | 一、認識桌球比賽規則，發展運動與保健的潛能。<br>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<br>題。<br>三、在桌球活動中，積極參與、公平競爭、團隊合作，促進身心健<br>康發展。                         |                   |               |

| 教學<br>進度 | 單元名稱 | 教學活動 | 連結領<br>域/議題 | (領綱)學習表現 | 自訂<br>學習內容 | 學習目標 | 表現任務(評量<br>內容) | 教學資源 | 節<br>數 |
|----------|------|------|-------------|----------|------------|------|----------------|------|--------|
| 上學期      |      |      |             |          |            |      |                |      |        |

|                              |  |  |              |  |   |  |  |                                       |          |
|------------------------------|--|--|--------------|--|---|--|--|---------------------------------------|----------|
| <p>第 1 週<br/>-<br/>第 2 週</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 桌球比賽規則(單打、雙打)。</li> <li>2. 握拍、揮拍方法的講解與練習。</li> <li>3. 運動傷害預防。</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 利用白板講解桌球規則。</li> <li>2. 實際以球拍練習刀板的握拍方式並練習揮拍。</li> <li>3. 運用影片認識運動傷害及處理、預防方式。</li> </ol>  | <p>健康與體育</p> | <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1a-II-1 認識身心健基本概念與意義。</p> <p>1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。</p>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 桌球比賽規則</li> <li>2. 球拍的握拍方法及揮拍的方式</li> <li>3. 運動傷害、處置及預防知識</li> </ol>                | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識並遵守桌球比賽規則、場地規劃。</li> <li>2. 認識運動傷害及處置、防護知識、以維護自身與他人安全。</li> </ol>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能說出桌球比賽規則與場地規劃。</li> <li>2. 能做出正確的握拍與揮拍動作。</li> <li>3. 完成「運動傷害及防護」任務單。</li> <li>4. 能演示在日生活中預防及處理運動傷害的方式。</li> </ol>          | <p>中華民國桌球規則</p> <p>中華民國桌球協會基本訓練教材</p> | <p>4</p> |
| <p>第 3 週<br/>-<br/>第 5 週</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識正手攻球的分解動作。</li> <li>2. 單次正手攻球。</li> <li>3. 連續正手攻球。</li> </ol>          | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 運用教學影片認識正手攻球分解動作。</li> <li>2. 透過講解、示範等方式，指導學生正手攻球的動作步驟。</li> <li>3. 藉由單次正手攻球，串連正手攻球的分解動作。</li> <li>4. 練習從單次正手攻球逐漸邁進連續正手攻球。</li> <li>5. 鼓勵學生每天至少利用一節下課</li> </ol> | <p>健康與體育</p> | <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。</p> <p>2b-II-1 遵守健康的生活規範。</p> <p>4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 正手攻球分解動作</li> <li>2. 串連正手攻球的分解動作</li> <li>3. 從單次到連續正手攻球</li> <li>4. 健身運動</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識、描述正手攻球分解動作。</li> <li>2. 能做出正手攻球的連續動作。</li> <li>3. 能做出從單次正手攻球到連續正手攻球。</li> <li>4. 培養並落實每日健身運動的習慣。</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能說出正手攻球的分解動作步驟。</li> <li>2. 能做出單次正手攻球。</li> <li>3. 能從單次正手攻球邁進到連續正手攻球。</li> <li>4. 能利用每天至少一節下課時間到桌球教室打球，建立規律運動的習慣。</li> </ol> | <p>中華民國桌球規則</p> <p>中華民國桌球協會基本訓練教材</p> | <p>6</p> |
|                              |  |  |              | <p>綜合活</p>   | <p>1b-II-1 選擇合宜的學</p>   |  |  |                                       |          |

|                     |   |   |       |  |   |  |  |                            |  |
|---------------------|---|---|-------|--|---|--|--|----------------------------|--|
|                     |   | 時間，去桌球教室打桌球，以養成規律運動的習慣，並於下次上課分享達成的情形。   | 動     | 習方法，落實學習行動。  |   |  |  |                            |  |
| 第 6 週<br>-<br>第 8 週 | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識正手拉球的分解動作。</li> <li>2. 單次正手拉球。</li> <li>3. 連續正手拉球。</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 透過示範、訓練、演練等方式,指導學生正手拉球的動作步驟。</li> <li>2. 藉由單次正手拉球,串連正手拉球的分解動作。</li> <li>3. 練習從單次正手拉球逐漸邁進連續正手拉球。</li> <li>4. 分享每日至少一節下課到桌球教室打球的情形及想法。</li> </ol> | 健康與體育 | <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。</p> <p>2b-II-1 遵守健康的生活規範。</p> <p>4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 正手拉球分解動作</li> <li>2. 串連正手拉球的分解動作</li> <li>3. 從單次到連續正手拉球</li> <li>4. 健身運動</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識、描述正手拉球分解動作。</li> <li>2. 能做出正手拉球的連續動作。</li> <li>3. 能做出從單次正手拉球到連續正手拉球。</li> <li>4. 培養並落實每日健身運動的習慣。</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能說出正手拉球的分解動作步驟。</li> <li>2. 能做出單次正手拉球。</li> <li>3. 能從單次正手拉球邁進到連續正手拉球。</li> <li>4. 能分享每日至少一節下課到桌球教室打球的情形及想法。</li> </ol> | 中華民國桌球規則<br>中華民國桌球協會基本訓練教材 |  |
|                     |   |   | 綜合活動  | 1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。  |   |  |  |                            |  |

|                       |   |   |       |   |   |  |  |                            |   |
|-----------------------|---|---|-------|---|---|--|--|----------------------------|---|
| 第 9 週<br>-<br>第 11 週  | 1. 認識反手撥球的分解動作。<br>2. 單次反手撥球。<br>3. 連續反手撥球。 | 1. 透過示範、訓練、演練等方式,指導學生反手撥球的動作步驟。<br>2. 藉由單次反手撥球,串連反手撥球的分解動作。<br>3. 練習從單次反手撥球逐漸邁進連續反手撥球。<br>4. 分享每日至少一節下課到桌球教室打球的情形及想法。 | 健康與體育 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。<br>2b-II-1 遵守健康的生活規範。<br>4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 | 1. 反手撥球分解動作<br>2. 串連反手撥球的分解動作<br>3. 從單次到連續反手撥球<br>4. 健身運動 | 1. 認識、描述反手撥球分解動作。<br>2. 能做出反手拉球的連續動作。<br>3. 能做出從單次反手拉球到連續反手撥球。<br>4. 培養並落實每日健身運動的習慣。 | 1. 能說出反手撥球的分解動作步驟。<br>2. 能做出單次反手撥球。<br>3. 能從單次反手邁進到連續反手撥球。<br>4. 能分享每日至少一節下課到桌球教室打球的情形及想法。 | 中華民國桌球規則<br>中華民國桌球協會基本訓練教材 | 6 |
|                       | 綜合活動  | 1b-II-1 選擇合宜的學習方法,落實學習行動。   |       |   |   |  |  |                            |   |
| 第 12 週<br>-<br>第 14 週 | 1. 步法練習。<br>2. 步法配合不定向正手連續拉球。               | 1. 透過示範、訓練、演練等方式,指導學生左右、前後的移動方式。<br>2. 練習判斷球的位置,配合步法做出連續拉球。<br>3. 分享每日至少一節下課到桌球教室打球的情形及想法。                            | 健康與體育 | 3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。<br>2b-II-1 遵守健康的生活規範。<br>4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。  | 1. 步法的分解動作。<br>2. 步法配合正手拉球。                               | 1. 能做出前後、左右的移動動作。<br>2. 能做出步法結合正手拉球的連續動作。<br>3. 培養並落實每日健身運動的習慣。                      | 1. 能做出左右、前後的移動方式。<br>2. 能判斷球的位置,配合步法做出連續拉球。<br>3. 能分享每日至少一節下課到桌球教室打球的情形及想法。                | 中華民國桌球規則<br>中華民國桌球協會基本訓練教材 | 6 |
|                       | 綜合活動  | 1b-II-1 選擇合宜的學習方法,落實學習行動。   |       |   |   |  |  |                            |   |

|                                |   |   |              |  |  |  |  |                                    |          |
|--------------------------------|---|---|--------------|--|--|--|--|------------------------------------|----------|
| <p>第 15 週<br/>-<br/>第 17 週</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>步法配合不定向反手撥球。</li> <li>步法結合正反手揮拍。</li> </ol>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>練習判斷球的位置配合步法做出連續撥球。</li> <li>練習判斷球的位置，做出適宜的連續正手、反手揮拍。</li> <li>分享每日至少一節下課到桌球教室打球的情形及想法。</li> </ol> | <p>健康與體育</p> | <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br/>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。<br/>2b-II-1 遵守健康的生活規範。<br/>4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>步法配合反手撥球。</li> <li>步法結合正反手揮拍。</li> </ol>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>能做出步法結合反手撥球的連續動作。</li> <li>能做出步法結合正反手揮拍。</li> <li>培養並落實每日健身運動的習慣。</li> </ol>                                    | <ol style="list-style-type: none"> <li>能判斷球的位置配合步法做出連續撥球。</li> <li>能判斷球的位置，做出適宜的連續正手、反手揮拍。</li> <li>能分享每日至少一節下課到桌球教室打球的情形及想法。</li> </ol> |                                    | <p>6</p> |
| <p>第 18 週<br/>-<br/>第 20 週</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>連續攻球動作評量。</li> <li>連續拉球動作評量。</li> <li>拉續撥球動作評量。</li> <li>步法動作結合正反手評量。</li> <li>整理球具及場地訓練。</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>透過個人測驗、小組競賽等方式，評量學生連續攻球、連續拉球、連續撥球、步法結合正反手揮拍等動作能力與需要再調整修正的部分。</li> <li>分組完成球具、場地整理。</li> </ol>      | <p>健康與體育</p> | <p>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。<br/>2b-II-1 遵守健康的生活規範。<br/>4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現</p>                           | <ol style="list-style-type: none"> <li>正手攻球動作評量</li> <li>正手拉球動作評量</li> <li>反手撥球動作評量</li> <li>步法結合正反手揮拍動作評量。</li> <li>整理球具及場地。</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>藉由正手攻球、正手拉球、反手撥球、步法結合正反手揮拍等測驗評量，了解個人各種能力表現。</li> <li>運用正確及熟練技巧表現。</li> <li>遵守團體規範，落實有條理整理球具及場地的運動習慣。</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>能表現基本的正手攻球、正手拉球、反手撥球的動作</li> <li>能依要求完成球具及場地整理。</li> </ol>  | <p>中華民國桌球規則<br/>中華民國桌球協會基本訓練教材</p> | <p>6</p> |
| <p>下學期</p>                     |   |   |              |  |  |  |  |                                    |          |

|                              |   |  |              |   |   |  |  |                                    |          |
|------------------------------|---|--|--------------|---|---|--|--|------------------------------------|----------|
| <p>第 1 週<br/>-<br/>第 2 週</p> | <p>1. 認識正手發球握拍及站姿。<br/>2. 認識正手發球分解動作。</p>           | <p>1. 運用教學影片認識正手握拍及站姿、正手發球分解等動作。<br/>2. 透過講解、示範等方式,指導學生正手發球握拍姿勢、正手發球分解等動作步驟。</p> | <p>健康與體育</p> | <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br/>1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。</p>   | <p>1. 正手發球握拍姿勢。<br/>2. 正手發球站姿。<br/>3. 正手發球分解動作。</p> | <p>1. 認識並描述正手發球的握拍及站姿。<br/>2. 認識並探索正手發球的解動作。</p>             | <p>1. 能說出正確的握拍及站姿。<br/>2. 能說出基本的正手發球分解動作步驟。</p>            | <p>中華民國桌球規則<br/>中華民國桌球協會基本訓練教材</p> | <p>4</p> |
| <p>第 3 週<br/>-<br/>第 4 週</p> | <p>1. 正手發球拋球練習。<br/>2. 正手發球連續動作練習。</p>              | <p>1. 透過示範、訓練、演練等方式,指導學生拋球動作。<br/>2. 藉由練習將拋球動作與發球動作結合,並將球發出。</p>                 | <p>健康與體育</p> | <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br/>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。</p>  | <p>1. 正手發球拋球方式。<br/>2. 拋球結合正手發球動作。</p>              | <p>1. 模仿、運用並表現拋球動作、發球姿勢、及兩者結合等練習策略。<br/>2. 能做出正手發球的連續動作。</p> | <p>1. 能做出完整的正手發球。</p>                                      | <p>中華民國桌球規則<br/>中華民國桌球協會基本訓練教材</p> | <p>4</p> |
| <p>第 5 週<br/>-<br/>第 7 週</p> | <p>1. 認識削球的分解動作。<br/>2. 單次正手削球。<br/>3. 控制削球的落點。</p> | <p>1. 透過示範、訓練、演練等方式,指導學生削球的動作步驟。<br/>2. 從削球分解動作,串連成削球連續動作。<br/>3. 練習控制削球的落點。</p> | <p>健康與體育</p> | <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br/>1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。<br/>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br/>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。</p> | <p>1. 削球分解動作。<br/>2. 削球的連續動作串連。<br/>3. 控制削球的落點。</p> | <p>1. 認識、描述削球分解動作。<br/>2. 能做出削球的連續動作。<br/>3. 能做出控制削球的落點。</p> | <p>1. 能說出削球的分解動作步驟。<br/>2. 能做出削球的連續動。<br/>3. 能控制削球的落點。</p> | <p>中華民國桌球規則<br/>中華民國桌球協會基本訓練教材</p> | <p>6</p> |

|                       |   |  |       |  |  |   |  |                            |   |
|-----------------------|---|--|-------|--|--|---|--|----------------------------|---|
|                       |   |  | 綜合活動  | 1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。  |  |   |  |                            |   |
| 第 8 週<br>-<br>第 9 週   | 1. 判斷對手發下旋球。<br>2. 認識正手拉下旋球的分解動作。<br>3. 單次正手拉下旋球。<br>4. 連續正手拉下旋球。 | 1. 透過示範、訓練、演練等方式，指導學生判斷對手發下旋球。<br>2. 透過示範、訓練、演練等方式，指導學生正手拉下旋球的動作步驟。<br>3. 藉由單次正手拉下旋球，串連正手拉下旋球的分解動作。<br>4. 練習從單次正手拉下旋球逐漸邁進連續正手拉下旋球。 | 健康與體育 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>3d-II-1 運動作技能的練習策略。 | 1. 判斷對手發下旋球的方式。<br>2. 正手拉下旋球分解動作。<br>3. 串連正手拉下旋球的分解動作。<br>4. 從單次到連續正手拉下旋球。 | 1. 認識、描述對手發下旋球的方式。<br>2. 認識、描述正手拉下旋球的分解動作。<br>3. 能做出正手拉下旋球的連續動作。<br>4. 能做出從單次正手拉下旋球到連續正手拉下旋球。 | 1. 能說出判斷對手發下旋球的方式。<br>2. 能說出正手拉下旋球的分解動作步驟。<br>3. 能做出單次正手拉下旋球。<br>5. 能從單次正手拉下旋球邁進到連續正手拉下旋球。 | 中華民國桌球規則<br>中華民國桌球協會基本訓練教材 | 4 |
|                       |   |  | 綜合活動  | 1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。  |  |   |  |                            |   |
| 第 10 週<br>-<br>第 11 週 | 1. 認識反手拉下旋球的分解動作。<br>2. 單次反手拉下旋球。<br>3. 連續反手拉下旋球。                 | 1. 透過示範、訓練、演練等方式，指導學生反手拉下旋球的動作步驟。<br>2. 藉由單次反手拉下旋球，串連反手拉下旋球的分解   | 健康與體育 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。                        | 1. 反手拉下旋球分解動作。<br>2. 串連反手拉下旋球的分解動作。  | 1. 認識、描述反手拉下旋球的分解動作。<br>2. 能做出反手拉下旋球的連續動作。<br>3. 能做出從單次反手拉下旋球到連續反手拉下旋球。                       | 1. 能說出反手拉下旋球的分解動作步驟。<br>2. 能做出單次正手拉下旋球。  | 中華民國桌球規則<br>中華民國桌球協會基本訓練教材 | 4 |

|                                |  |   |              |  |   |   |  |                                    |          |
|--------------------------------|--|---|--------------|--|---|---|--|------------------------------------|----------|
|                                |  | <p>動作。</p> <p>3. 練習從單次反手拉下旋球逐漸邁進連續反手拉下旋球。</p>   |              | <p>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。</p>  | <p>3. 從單次到連續反手拉下旋球。</p>   |   | <p>3. 能從單次正手拉下旋球邁進到連續正手拉下旋球。</p>   |                                    |          |
|                                |  |   | <p>綜合活動</p>  | <p>1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。</p>   |   |   |  |                                    |          |
| <p>第 12 週<br/>-<br/>第 14 週</p> | <p>1. 認識反手發球握拍及站姿。</p> <p>2. 認識反手發球分解動作。</p> <p>3. 反手發球拋球練習。</p> <p>4. 反手發球連續動作練習。</p> | <p>3. 運用教學影片認識反手握拍及站姿、反手發球分解等動作。</p> <p>4. 透過講解、示範等方式，指導學生反手發球握拍姿勢、反手發球分解等動作步驟。</p> <p>5. 透過示範、訓練、演練等方式，指導學生拋球動作。</p> <p>6. 藉由練習將拋球動作與發球動作結合，並將球發出。</p> | <p>健康與體育</p> | <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。</p> | <p>1. 反手發球握拍姿勢。</p> <p>2. 反手發球站姿。</p> <p>3. 反手發球分解動作。</p> <p>4. 反手發球拋球方式。</p> <p>5. 拋球結合反手發球動作。</p> | <p>1. 認識並描述反手發球的握拍及站姿。</p> <p>2. 認識並探索反手發球的解動作。</p> <p>3. 模仿、運用並表現拋球動作、發球姿勢、及兩者結合等練習策略。</p> <p>4. 能做出反手發球的連續動作。</p> | <p>1. 能說出正確的握拍及站姿。</p> <p>2. 能說出基本的反手發球分解動作步驟。</p> <p>3. 能做出完整的反手發球。</p> | <p>中華民國桌球規則<br/>中華民國桌球協會基本訓練教材</p> | <p>6</p> |
| <p>第 15 週<br/>-<br/>第 16 週</p> | <p>1. 認識正手短台撥球的分解動作。</p> <p>2. 單次正手短台</p>  | <p>1. 透過示範、訓練、演練等方式，指導學生正手短台撥球的動作步驟。</p>  | <p>健康與體育</p> | <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-II-2 描述自己或他</p>   | <p>1. 正手短台撥球分解動作。</p> <p>2. 串連正手</p>  | <p>1. 認識、描述正手短台撥球的分解動作。</p> <p>2. 能做出正手短台撥球的連續動作。</p>   | <p>1. 能說出正手短台撥球的分解動作步驟。</p>  | <p>中華民國桌球規則<br/>中華民國桌球協會</p>       | <p>4</p> |

|                       |   |  |                   |  |   |   |   |                            |   |
|-----------------------|---|--|-------------------|--|---|---|---|----------------------------|---|
| 週                     | 撥球。<br>3. 連續正手短台撥球。                               | 2. 藉由單次正手短台撥球，串連正手短台撥球的分解動作。<br>3. 練習從單次正手短台撥球逐漸邁進連續正手短台撥球。                                      | 綜合活動              | 人動作技能的正確性。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。<br><br>1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。  | 短台撥球的分解動作。<br>3. 從單次到連續正手短台撥球。                          | 3. 能做出從單次正手短台撥球到連續正手短台撥球。   | 4. 能做出單次正手短台撥球。<br>5. 能從單次正手短台撥球進到連續正手短台撥球。                         | 基本訓練教材                     |   |
| 第 17 週<br>-<br>第 18 週 | 1. 認識反手短台撥球的分解動作。<br>2. 單次反手短台撥球。<br>3. 連續反手短台撥球。 | 1. 透過示範、訓練、演練等方式，指導學生反手短台撥球的動作步驟。<br>2. 藉由單次反手短台撥球，串連反手短台撥球的分解動作。<br>3. 練習從單次反手短台撥球逐漸邁進連續反手短台撥球。 | 健康與體育<br><br>綜合活動 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。<br><br>1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。 | 1. 反手短台撥球分解動作。<br>2. 串連反手短台撥球的分解動作。<br>3. 從單次到連續反手短台撥球。 | 1. 認識、描述反手短台撥球的分解動作。<br>2. 能做出反手短台撥球的連續動作。<br>3. 能做出從單次反手短台撥球到連續反手短台撥球。 | 1. 能說出反手短台撥球的分解動作步驟。<br>2. 能做出單次反手短台撥球。<br>3. 能從單次反手短台撥球進到連續反手短台撥球。 | 中華民國桌球規則<br>中華民國桌球協會基本訓練教材 | 4 |
| 第 19 週<br>-           | 1. 單打比賽。<br>2. 雙打比賽。                              | 1. 透過單打、雙打比賽，評量學生連續攻球、連續拉球、  | 健康與體育             | 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。<br>2b-II-1 遵守健康的生  | 1. 綜合評量。  | 1. 藉由單雙打比賽，綜合評量正手攻球、正手拉球、反手撥球、步法結合正反                                    | 1. 能表現基本的正手攻球、正手拉球  | 中華民國桌球規則<br>中華民國           | 4 |

|                 |  |   |      |   |  |   |   |            |  |
|-----------------|--|---|------|---|--|---|---|------------|--|
| 第 20 週          |  | 連續撥球、步法結合正反手揮拍、正反手發球、削球、短台撥球等動作能力與需要再調整修正的部分。 | 綜合活動 | 活規範。<br>4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現<br><br>1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。 |  | 手揮拍、正反手發球、削球、短台撥球等測驗評量，了解個人各種能力表現。<br>2. 運用正確及熟練技巧表現。 | 球、反手撥球、步法結合正反手揮拍、正反手發球、削球、短台撥球等動作。<br>2. 能依要規則完成比賽。 | 桌球協會基本訓練教材 |  |
| 教材來源            | <input type="checkbox"/> 選用教科書 ( ) <input checked="" type="checkbox"/> 自編教材  |   |      |   |  |   |   |            |  |
| 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<br><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<br>課程調整  | ※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、<br>(/人數)<br>※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)<br>※課程調整建議(特教老師填寫)：<br>特教老師簽名：林佳勇. 陳秋萍<br>普教老師簽名：蔡佳宏 |   |      |   |  |   |   |            |  |