

嘉義縣太保國小 110 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	高年級	年級課程 主題名稱	桌球社	課程 設計者	張丁元	教學總節數 /學期(上/下)	40 節/上學期
符合 彈性課 程類型	<input type="checkbox"/> 第一類 統整性探究課程 <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題 <input checked="" type="checkbox"/> 第二類 <input checked="" type="checkbox"/> 社團課程 <input type="checkbox"/> 技藝課程 <input type="checkbox"/> 第四類 其他						
學校 願景	健康. 適性. 智慧		與學校願景呼 應之說明	一、透過體能訓練與運動習慣促進身心健康發展。 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，培養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、認識桌球比賽規則，發展運動與保健的潛能。 二、探索並熟練桌球運動中各項基礎技術動作與技能策略，處理桌球運動中各項問題。 三、在桌球活動中能積極參與、公平競爭、團隊合作，以促進身心健康發展。			

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	認識桌球	健康與體育/ 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範	1. 桌球運動的起源與歷史。 2. 桌球運動的設備、場地以及規則介紹。	1. 了解桌球運動的起源與歷史。 2. 了解桌球運動的設備、場地以及規則。	1. 能簡單說出桌球運動的起源與歷史。 2. 能說出桌球運動的規則	1. 透過觀看「熊讚運動教室-桌球篇」的影片，讓學生認識桌球運動的起源與歷史。 2. 學生能簡單說出桌球運動的起源。 3. 透過觀看「全民運動會」影片，讓學生了解桌球運動的所需的設備、場地。 4. 透過「認識桌球」簡報檔教學，帶領學生認識桌球規則。 5. 學生能簡單說出一項桌球運動的規則。	1. 「認識桌球」PPT 2. 熊讚運動教室桌球篇 https://www.youtube.com/watch?v=aM2WelvJdto 3. 全民運動會 https://www.youtube.com/watch?v=mMNpvco27dI	2
第(2)週	護身保健康	健康與體育/ 1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全	1. 賽前熱身操 2. 賽後收操	1. 了解賽前熱身操與其重要性。 2. 了解賽後緩和操與其重要性，應用賽後緩和操維護身體健康。	1. 能體認賽前熱身操的重要性並確實做到。 2. 能體認賽後緩和操的重要性並確實做到。	活動一：賽前熱身操 1. 學生能認真觀看日常熱身操的影片。 2. 能跟著老師的示範動作，確實做好賽前熱身操，以保護身體避免受傷。 3. 學生能說出賽前熱身操對身體保健的重要性。 活動二：賽後緩和操 4. 觀看訓練後收操的影片，能說出賽後收操對身體保健的重要性。 5. 能跟著老師的示範動作，確實做好賽後收操，以保護身體避免受傷。	1. 日常熱身操 https://www.youtube.com/watch?v=itzZClhguOY 2. 訓練後收操 https://www.youtube.com/watch?v=OMG4QT2ZhVo 3. 專家說熱身 https://www.youtube.com/watch?v=JHFZ-hbQzIU	2

<p>第 (3) 週 - 第 (5) 週</p>	<p>球感 練習</p>	<p>健康與體育/ 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活</p>	<p>基礎桌球 球感練習</p>	<p>1. 在桌球球感練習活動中，表現出穩定的身體控制與協調能力。 2. 養成每日規律運動的好習慣，維持動態生活。</p>	<p>1. 能控制拍面角度，做出停球、放球、向上擊球的動作。 2. 能做出對球擊牆的動作。 3. 能與同學合作，做出對地板傳球的動作。 4. 能養成每日規律運動的好習慣</p>	<p>1. 透過影片講解、教師示範，指導學生停球、放球、擊球的要領。 2. 透過影片講解、教師示範，指導學生對牆擊球的要領。 3. 教師請對牆擊球表現較好的同學分享對牆擊球的秘訣。 4. 透過影片講解、教師示範，指導學生對地板傳球的要領。 5. 教師鼓勵學生透過上課習得的方法，自主培養每日規律運動的好習慣。</p>	<p>球感練習影片 https://www.youtube.com/watch?v=8tE4CwrhzgI</p>	<p>6</p>
<p>第 (6) 週 - 第 (10) 週</p>	<p>正手 發平 擊球</p>	<p>健康與體育/ 1d-III-1 了解運動技能要素和要領 1d-III-2 比較自己和他人運動技能的正確性 綜合活動/ 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標</p>	<p>正手發平擊球</p>	<p>1. 了解正手平擊發球的動作要領及方法。 2. 比較自己和他人運動技能的正確性，進而提升運動技能學習效能。 3. 主動參與各項練習活動，適切表現自己在團體中的角色，並與同學合作共同完成學習目標。</p>	<p>1. 能做出正手發平擊球的基本動作。 2. 能省思自己和他人運動技能的正確性。 3. 能遵守團體規範，與同學合作共同完成正手發平擊球 50 次的目標。</p>	<p>1. 透過影片講解、教師示範等方式，指導學生能做出正手發平擊球的預備姿勢、拋球及引拍、擊球動作、結束姿勢等動作要領。 2. 能省思並修正自己和他人運動技能的正確性。 3. 與同學分組合作練習發正手發平擊球 50 次。</p>	<p>桌球教學(一) https://www.youtube.com/watch?v=SGG8TBe07dg&t=474s</p>	<p>10</p>
<p>第 (11) 週 -</p>	<p>正手 回平 擊球</p>	<p>健康與體育/ 1d-III-1 了解運動技能要素和要領 1d-III-2 比較自己和他人運動技能的正確性 綜合活動/</p>	<p>正手回平擊球</p>	<p>1. 了解正手回平擊球的動作要領及方法。 2. 比較自己和他人運動技能的正確性，進而提升運動技能</p>	<p>1. 能做出正手回平擊球基本動作。 2. 能省思自己和他人運動技能的正確性。</p>	<p>1. 透過影片講解、教師示範等方式，指導學生能做出正手回平擊球的預備姿勢、引拍、擊球動作、結束姿勢等動作要領。 2. 能省思並修正自己和他人運動技能的正確性。</p>	<p>桌球教學(一) https://www.youtube.com/watch?v=SGG8TBe07dg&t=474s</p>	<p>10</p>

第 (15) 週		2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標		學習效能。 3. 主動參與各項練習活動，適切表現自己在團體中的角色，並與同學合作共同完成學習目標。	3. 能遵守團體規範，與同學合作共同完成正手回平擊球 50 次的目標。	3. 與同學分組合作練習正手回平擊球 50 次的目標。		
第 (16) 週 - 第 (20) 週	反手推擋球	健康與體育/ 1d-III-1 了解運動技能要素和要領 1d-III-2 比較自己和他人運動技能的正確性 綜合活動/ 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標	反手推擋球	1. 了解反手推擋球的動作要領及方法。 2. 比較自己和他人運動技能的正確性，進而提升運動技能學習效能。 3. 主動參與各項練習活動，適切表現自己在團體中的角色，並與同學合作共同完成學習目標。	1. 能做出反手推擋球基本動作。 2. 能省思自己和他人運動技能的正確性。 3. 能遵守團體規範，與同學合作共同完成反手推擋球 50 次的目標。	1. 透過影片講解、教師示範等方式，指導學生能做出反手推擋球的預備姿勢、引拍、擊球動作、結束姿勢等動作要領。 2. 能省思並修正自己和他人運動技能的正確性。 3. 與同學分組合作練習反手推擋球 50 次的目標。。	反手推擋球 https://www.youtube.com/watch?v=eyyhlQstwfg&t=3s	10

教材來源	<input type="checkbox"/> 選用教材 () <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	【五年級】 ※身心障礙類學生： <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> 有-智能障礙(1)人、學習障礙(2)人讀、情緒障礙(0)人 ※資賦優異學生： <input checked="" type="checkbox"/> 有，創造力資優生(1)人 ※課程調整建議(特教老師填寫)： 1. 課程內容不須調整。

課程調整

2. 學習歷程需調整(1)表面訊息提取或簡單題適合問智能障礙學生。(2)三生均有注意力缺陷，教師需刻意在每次轉換活動時提醒。
3. 小組工作安排時，智能障礙學生需要友善的組員，可建議該組同學將重複技能或簡單工作交付。
4. 評量方式，智能障礙學生可採簡化版學習單或改採口頭發表評量
5. 鼓勵創造力資優學生，呈現學習任務時能試著用不同的方式或提出二種方式。

【六年級】

※身心障礙類學生：無有-智能障礙(1)人、學習障礙(1)人讀、情緒障礙(1)人

※資賦優異學生：無

※課程調整建議(特教老師填寫)：

1. 智能障礙學生識字量低，只能進行初階或簡易課程。學障與情障學生的學習內容不須調整。
2. 學習歷程需調整(1)表面訊息提取或簡單題適合問智能障礙學生。
(2)情緒障礙學生在結構化低的課程時容易躁動，需要在上課一開始先提示本節活動流程，重要規定事項可書於黑板。
3. 小組工作安排時，智能障礙學生需要友善的組員，可建議該組同學將重複技能或簡單工作交付。
4. 評量方式，智能障礙學生可採簡化版學習單或改採口頭發表評量

特教老師簽名：林雅慧 呂育錡

普教老師簽名：張丁元