

嘉義縣三和國小110學年度彈性學習課程(體育班)教學內容規劃表

年級	六年級	年級課程主題名稱	軟網	課程設計者	賴信宏	總節數/學期(上/下)	140/下學期
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 type="checkbox"/> 第二類 <input type="checkbox"/> 社團課程 <input type="checkbox"/> 技藝課程 <input checked="" type="checkbox"/> 第三類 <input type="checkbox"/> 第四類 其他						
學校願景	五讚健康好兒童 米蘭在地心世界	與學校願景呼應之說明	一、透過體能陶冶與健康行為促進身心健康發展 二、分析學生身心特質與體適能條件規畫適合的運動計畫，發揮潛能。 三、藉由運動實踐之態度，養成終生學習的運動習慣，增進體適能，形塑健康生活型態。				
總綱核心素養	E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動，並與團隊成員合作，促進身心健康。	課程目標	一、認識軟式網球比賽規則，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，處理軟網運動中各項問題。 三、在軟網活動中，積極參與、公平競爭、團隊合作，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 - 第(2)週	1. 單打連續接低切發球訓練 2. 單打連續接高壓發球訓練	健康與體育 1c-III-2/ 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 健康與體育/1d-III-1 描述運動技能的要素和要領。	1. 固定接球位置，連續接對方低切發球。 2. 固定接球位置，連續接對方高壓發球。	1. 準確接到對方發球 2. 準確回擊對方低切發球至指定點30顆。 3. 準確回擊對方高壓發球至指定點30顆。	1. 能正確判斷對方低切發球落點，並移動位置將球擊至對方底線左中右指定點各10顆。2. 能正確判斷對方高壓發球落點，並移動位置將球擊至對方底線左中右指定點各10顆。	1. 學生分成發球組及接球組 2. 發球組連續發低切及高壓球直至接球組學生完成回擊任務 3. 完成任務的小組，接發互換，由達成接球任務的學生發球予剛發球的學生接球回擊。 4. 趣味競賽：學生分成二大組競賽，由最快完成接球30顆至指定點的組別勝出。	軟式網球入門/ 江明宏/大坤書局	14
第(3)週 - 第(4)週	1. 雙打連續接低切發球訓練 2. 雙打連續接高壓發球訓練	健康與體育 1d-III-1/ 描述運動技能的要素和要領。 健康與體育 2c-III-3/ 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 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。	1. 雙打固定接球位置，連續接對方低切發球。 2. 雙打固定接球位置，連續接對方高壓發球。	1. 準確接到對方發球 2. 準確回擊對方低切發球至指定點15顆。 3. 準確回擊對方高壓發球至指定點15顆。	1. 能正確判斷對方低切發球落點，並移動位置將球擊至對方底線左中右指定點各5顆。如為活球依雙打競賽規則繼續進行，直至一方得分為止。 2. 能正確判斷對方高壓發球落點，並移動位置將球擊至對方底線左中右指定點各5顆。如為活球依雙打競賽規則繼續進行，直至一方得分為止。	1. 學生分成雙打發球組及雙打接球組 2. 發球組連續發低切及高壓球直至接球組學生完成回擊任務，如為活球依雙打競賽規則繼續進行，直至一方得分為止。 3. 完成任務的小組，接發互換，由達成接球任務的雙打學生發球予剛發球的雙打學生接球回擊。 4. 趣味競賽：學生分成二大組競賽，每組需發球成功6次，依雙打競賽規進行，累計最高得分一方勝出。	軟式網球入門/ 江明宏/大坤書局	14

<p>第(5)週 - 第(6)週</p>	<p>1. 單打定點11顆球組合訓練 2. 雙打定點6顆球組合訓練</p>	<p>健康與體育 1d-III-1/ 描述運動技能的要素和要領。 健康與體育 2c-III-3/ 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。</p>	<p>1. 單打連續接11顆定點球 2. 雙打連續接6顆定點球</p>	<p>1. 單打依11顆定點球，移動位置將球回擊。 2. 雙打依6顆定點球，移動二人位置，將球回擊。</p>	<p>1. 單打能做出正確步法移動至11個定點位置，將11個球回擊到對方場地。 2. 雙打能做出正確步法移動至6個定點位置，將6個球回擊到對方場地。搭檔並能移動到相對應防守位置。</p>	<p>1. 學生分成發球組及接球組 2. 發球組連續發定點球直至接球組學生完成回擊任務。 3. 雙打定點訓練重複上述1-2的動作。 4. 趣味競賽：學生分成二大組競賽，接球組需每人皆完成11顆接球任務，以最快完成一方勝出。</p>	<p>軟式網球入門/ 江明宏/大坤書局</p>	<p>14</p>
<p>第(7)週 - 第(10)週</p>	<p>個人強化戰技訓練</p>	<p>健康與體育 1d-III-1/ 描述運動技能的要素和要領。 健康與體育 2c-III-3/ 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 健康與體育 3c-III-1/ 表現穩定的身體控制和協調能力。 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>1. 個人定點一對二拉球 2. 個人定點一對三拉球 3. 個人移位一對二拉球</p>	<p>1. 能於定點回擊20顆球。 2. 能於定點回擊15顆球。 3. 能移位回擊10顆球。</p>	<p>1. 接球者能於定點連續將球回擊予對面左右兩點教練組的位置20顆。 2. 接球者能於定點連續將球回擊予對面左中右三點教練組的位置15顆。 3. 接球者能於三角位置移位連續將球回擊予對面左右兩點教練組的位置10顆。</p>	<p>1. 學生分成發球組及接球者，待完成任務，接發互換。 2. 接球者於底線中央定點，連續接對方發球，並將球回擊至對方底線左右二點位置20顆，即完成任務。 3. 接球者於底線中央定點，連續接對方發球，並將球回擊至對方底線左中右三點位置15顆，即完成任務。 4. 接球者於底線右端出發於網前右端、底線中間三個點移動，連續接對方發球，並將球回擊至對方10顆，即完成任務。</p>	<p>軟式網球入門/ 江明宏/大坤書局</p>	<p>28</p>

<p>第(11)週 - 第(14)週</p>	<p>雙打強化戰技訓練</p>	<p>健康與體育 1d-III-1/ 描述運動技能的要素和要領。 健康與體育 2c-III-3/ 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 健康與體育 3c-III-1/ 表現穩定的身體控制和協調能力。 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>1. 二攻二守訓練 2. 二對三模擬賽 3. 三對三模擬賽</p>	<p>1. 進攻及防守雙方皆需達得分10次 2. 二人組於20次自由發球中至少需得分10次 3. 三人組雙方皆需達得分10次</p>	<p>1. 攻擊方於接球後自由攻擊，防守方只能防守，兩方皆需達得分10次。 2. 二人組自由發球後，需於對戰中得分10次。 3. 三人組雙方自由發球後，皆需於對戰中得分10次。</p>	<p>1. 學生分為攻擊方及防守方兩組，攻擊方若於自由攻擊失敗則屬防守方得分，雙方皆需達得分10次後，攻守交換。 2. 學生分為二人組及三人組兩方，二人組若於自由攻擊失敗則屬三人組得分，雙方皆需達得分10次。 3. 三人組對戰中，三人發球序位採順時針輪流，發球後自由攻擊及移位，雙方皆需達得分10次。</p>	<p>軟式網球入門/ 江明宏/大坤書局</p>	<p>28</p>
<p>第(15)週 - 第(18)週</p>	<p>單打循環賽 雙打循環賽</p>	<p>健康與體育 1d-III-1/ 描述運動技能的要素和要領。 健康與體育 2c-III-3/ 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 健康與體育 3c-III-1/ 表現穩定的身體控制和協調能力。 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>1. 選手分組單打循環賽 2. 選手分組雙打循環賽</p>	<p>1. 選手於分組單打循環賽中，勝率需達5成以上 2. 選手於分組雙打循環賽中，勝率需達5成以上</p>	<p>1. 學生能依賽程準時至指定場地出賽 2. 學生能遵守比賽規則及表現運動家精神獨力完成比賽 3. 學生能於比賽中發揮戰技，達勝率5成以上。</p>	<p>1. 學生依程度分成ABC二組，並自行排定賽程。 2. 學生依賽程出賽，及裁判和紀錄競賽成績。 3. 完成全部賽程勝率未達五成者，歸為D組，達標者需讓分由D組挑戰，D組勝一次者才過關。 4. 雙打賽依照上述1-3步驟進行。</p>	<p>軟式網球入門/ 江明宏/大坤書局</p>	<p>28</p>

<p>第(19)週 - 第(20)週</p>	<p>團體戰競賽策略</p>	<p>健康與體育 3d-III-1/ 應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p> <p>健康與體育 3d-III-2 / 演練比賽中的防守和進攻策略。</p> <p>健康與體育 3d-III-3 / 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。</p> <p>健康與體育 Cb-III-1 / 安全規則的推展、運動精神的展現、運動時所需營養素的補給知識</p> <p>健康與體育 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>以3點雙打賽制，擬定出賽名單策略</p>	<p>擬定三組出賽對戰名單，爭取最大勝機</p>	<p>1. 能團體討論，參照本隊及對手陣容，擬定最佳出賽順序。</p> <p>2. 能於競賽對抗中取得最佳戰績</p>	<p>1. 隨機分為三隊</p> <p>2. 任二隊團體討論後，擬定各自最佳出賽對戰序</p> <p>3. 交由公証第三隊裁判進行比賽</p> <p>4. 依戰果分析競賽策略優劣</p>	<p>軟式網球入門/ 江明宏/大坤書局</p>	<p>14</p>
<p>教材來源</p>		<p><input type="checkbox"/>選用教科書 () <input checked="" type="checkbox"/>自編教材</p>						
<p>特教需求學生 課程調整</p>		<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有-智能障礙(0)人、學習障礙(3)人、情緒障礙(0)人、自閉症(1)人</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. 學習障礙學生：鼓勵和同儕學生建立良好的互動。</p> <p>2. 自閉症學生：有固定明確的流程步驟指示，讓學生清楚知道要做什麼及如何完成。</p> <p style="text-align: right;">特教老師簽名：林淑玫 普教老師簽名：彭淑雯、蘇子見</p>						

