

嘉義縣景山國小 110 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	1-6 年級	年級課程 主題名稱	桌球社團	課程 設計者	黃亭蓉	總節數 /學期 (上/下)	40/下
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	喜閱采風景  童心樂活山		與學校願景呼 應之說明	藉由對桌球運動的興趣，提升身體體能及反應，進而培養團隊榮譽，積極進取，成為樂活好兒童。			
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-B2 具備應用體育與 健康相關科技 及 資訊的基本素 養，並理解各 類媒 體刊載、報導有關 體育與 健康內容 的意義與影響。 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、公平競 爭，並與團隊成員 合作，促進身心健 康。		課程 目標	1. 學生能 <b>解釋</b> 桌球相關知識， <b>著手運用</b> 課堂所學的桌球技巧，不斷精進桌球知能，並在生活中養成規律的運動習慣。 2. 學生遇到未知的桌球問題，能主動 <b>探索</b> 相關資訊，並 <b>選擇正 確</b> 的桌球知識，進而具備相關的科技及資訊基本素養。 3. 透過團體競賽的方式， <b>認識</b> 團隊合作的重要性。學生能在比賽過程中， <b>幫助</b> 同儕、 <b>遵守</b> 比賽規則，達成團體目標。			

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	健體 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1c-III-1 了解運度技能要素和基本運動規範。	1. 網路影片教學。 2. 桌球禮儀及規則。	1. 能說明影片中介紹的桌球規則。 2. 能解釋桌球比賽的想觀禮儀。	1. 共同觀看影片後樂於分享自己了解的桌球基本規則。 2. 學生能根據自己的經驗,發表對運動比賽禮儀的認知。	活動一:影片介紹 教師透過影片、實物讓學生認識桌球運動。 活動二:規則導讀 讓學生了解桌球的基本規則及禮儀。	國立教育資料館 桌球教學影片: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=SGG8TBe07dg">https://www.youtube.com/watch?v=SGG8TBe07dg</a>	2
第(2)週、第(3)週	徒手接球	健體 3d-I-1 應用基本動作常識,處理練習或遊戲問題。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 3c-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 綜合 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. 拋球動作 2. 接球動作 3. 團體合作的意義及重要性。 4. 團體活動的參與態度。	1. 能進行桌球拋球的基本動作。 2. 能區分球的重量以及空氣浮力,掌握球的反彈力。 3. 能選擇遊戲的競合策略,了解合作的重要。	1. 能親自練習拋球動作,掌握技巧要領。 2. 透過各項練習,檢討修正自己的動作。 3. 能確實遵守團體規範。	活動一:單人練習 1. 單手、換手、雙手接球練習。 2. 拍接球,站立、蹲姿接球練習。 活動二:雙人合作練習 1. 雙人傳接球,對牆擲球練習。 2. 雙人過網接球練習。	Youtube 影片: 桌球基礎球感: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=8tE4CwrhzgI">https://www.youtube.com/watch?v=8tE4CwrhzgI</a>	4
第(4)週、第	平衡高	健體 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。	1. 執拍正確姿勢示範。 2. 團體合作的意	1. 能示範正確的握球和握拍的姿勢。 2. 能示範正確的執拍掌控拍面,控制力道。	1. 透過趣味的團體遊戲,慢慢地體會手眼與球和球拍間的熟悉度。 2. 思考失敗的原因,用眼睛觀察他人成功的例	藉由遊戲方式訓練球感 1. 球置拍面上方靜止不動,腳不走動,看可以靜止幾分鐘。 2. 球置拍面繞球桌走,球不落地。	Youtube 影片: 桌球基本動作教學	6

(6) 週	手	<p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>1d-III-2 比較自己和他人運動技能的正確性。</p> <p>綜合 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>義及重要性。</p> <p>3. 團體活動的參與態度。</p>	<p>3. 能進行球的彈跳力基本運用。</p> <p>4. 能體驗團隊合作的重要。</p>	<p>子，學會不怕失敗的精神。</p> <p>3. 經由分組合作練習，逐漸熟練擊球的手感及適切的掌握力道。</p>	<p>3. 球置拍面向上拍球，正面連續向上擊球，球不落地。</p> <p>4. 球置拍面向上拍球，一正一反向上連續擊球。</p> <p>5. 分組向上擊球接力賽。</p> <p>6. 持拍對牆連續擊球、推球、回擊不落地。</p> <p>7. 球拍向下擊球，控制好球的彈跳。</p> <p>8. 兩人一組，面對面站立，互相把球打給對方，球在中間落地一次。</p> <p>9. 兩人一組，面對面站立，互相擊球給對方，球在中間不落地，可連續打出幾球。</p>	<p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=gWF0h6Xlh6U">https://www.youtube.com/watch?v=gWF0h6Xlh6U</a></p> <p>洪雅慧： 《健康與體育領域之桌球教學》</p> <p><a href="https://drive.google.com/drive/folders/182YDnetFbp5Kz_0S_VuSEMti65ZFHpvW">https://drive.google.com/drive/folders/182YDnetFbp5Kz_0S_VuSEMti65ZFHpvW</a></p>	
第(7)週、第(8)週	桌球正手拍的站位及擊球	<p>健體</p> <p>1d-I-1 描述動作技能基本常識。</p> <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-III-1 了解運動技能的要素與要領。</p> <p>1d-III-2 比較自己和他人運動技能的正確性。</p>	<p>1. 正手拍站位的位置。</p> <p>2. 揮拍擊球的協調性。</p> <p>3. 團體活動的參與態度。</p>	<p>1. 能示範正確的執拍方式。</p> <p>2. 能說明桌球站位方向的重要性並能準確的觸及球。</p>	<p>1. 透過影片教學加上觀察老師的動作、分析講解，能應用在實際動作上。</p> <p>2. 經由多球練習，加上自己的反思、檢討站位及揮拍要領，使自己的動作更熟悉。</p>	<p>活動一：影片教學 以網路教學示範吸引學生學習。</p> <p>活動二：親自示範 老師示範正手拍站位，擊球方法及要領解說。 老師利用多球讓學生進行擊球練習，請學生練習，個別指導、糾正。</p>	<p>Youtube 影片： 正手拍基本站位</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=k1CkjQ7UJ3o">https://www.youtube.com/watch?v=k1CkjQ7UJ3o</a></p>	4

<p>第 (9) 週 、 第 (10) 週</p>	<p>桌 球 反 手 拍 的 站 位 及 擊 球</p>	<p>健體 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-III-1 了解運動技能的要素與要領。 1d-III-2 比較自己和他人運動技能的正確性。</p>	<p>1. 反手拍擊球動作分解 團體活動的參與態度</p>	<p>1. 能執行桌球技巧，並表現反手拍擊球動作要領。 2. 遵守團體規範，展現相互尊重的風度。</p>	<p>1. 透過影片教學以及同儕討論反手擊球要領，順利完成回球練習的任務。 2. 經由遵守團體規範，體會相互尊重，共同學習的樂趣。</p>	<p>活動一：影片教學 透過網路教學示範引起學生學習效法的動力。 活動二：親自示範 老師示範反手拍站位，擊球方法及要領說明。 老師利用多球讓學生進行擊球練習，請學生練習，個別指導、糾正。</p>	<p>Youtube 影片： 反手拍 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=FvyFJUxbtyM">https://www.youtube.com/watch?v=FvyFJUxbtyM</a></p>	<p>4</p>
<p>第 (11) 週 、 第 (12) 週</p>	<p>正 手 發 球   擊 罐 高 手</p>	<p>健體 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 1d-III-1 了解運動技能的要素與要領。 1d-III-2 比較自己和他人運動技能的正確性。 2c-II-3 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c-III-表現同理心、正向溝通的團隊精神。</p>	<p>1. 正手發球擊球的示範演示。 2. 專注學習，互相分享心得。</p>	<p>1. 能示範正手發球的技巧。 2. 能展現團隊精神。</p>	<p>1. 藉由影片教學技巧，自己親身模仿學習，專心練習。 2. 經由發球擊中鋁罐遊戲，分組競賽，培養榮譽心，熟練技能。</p>	<p>1. 透過老師講解、說明，示範演練等方式，指導學生正手球發球動作。 2. 在對桌桌面的底線擺上 9 個鋁罐，輪流上場擊罐 藉由老師與同儕加油，歡呼激勵學習動力。</p>	<p>Youtube 影片： 正手發球 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Iedb329xmpo">https://www.youtube.com/watch?v=Iedb329xmpo</a></p>	<p>4</p>
<p>第 (13) 週 、 第 (14) 週</p>	<p>反 手 發 球   擊 罐 高</p>	<p>健體 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 1d-III-1 了解運動技能的要素與要領 1d-III-2 比較自己和他人運動技能的正確性。 2c-II-3 表現增進團隊合作、</p>	<p>1. 反手發球擊球的示範演示。 2. 專注學習，互相分享心得。</p>	<p>1. 能示範反手發球的技巧。 2. 能展現團隊精神。</p>	<p>1. 藉由影片教學技巧，自己親身模仿學習，專心練習。 2. 經由發球擊中鋁罐遊戲，分組競賽，培養榮譽心，熟練技能。</p>	<p>1. 透過老師講解、說明，示範演練等方式，指導學生反手球發球動作。 2. 在對桌桌面的底線擺上 9 個鋁罐，輪流上場擊罐 3. 藉由老師與同儕加油，歡呼激勵學習動力。</p>	<p>Youtube 影片： 反手發球 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=unxN8cbi3xI">https://www.youtube.com/watch?v=unxN8cbi3xI</a></p>	<p>4</p>

	手	友善的互動行為。 2c-III-表現同理心、正向溝通的團隊精神。						
第(15)週、第(17)週	正手拍連續動作及重心轉換	健體 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3b-III-1 獨立演練大部分的自我調適技能。 2c-II-3 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。	1. 正手揮拍技巧 2. 團體活動的參與態度	1. 能 <b>示範</b> 正手揮拍連續動作的協調性。 2. <b>遵守</b> 團體規範， <b>展現</b> 相互尊重的風度。	1. 回想教學影片中的教學動作，檢視自身的基本動作，進而修正自身的缺點，正確的連續揮拍。 2. 熟練正確的揮拍，保持身體協調，準確的回擊五球，與同儕互相加油勉勵，提升自己的技能。	1. 透過影片講解示範帶領學生進行揮拍連續動作練習。 2. 揮拍時配合糾正調整學生重心轉換。 3. 老師以多球餵給學生熟練連續揮拍擊球。 4. 藉由同儕互相觀摩，展現運動精神。	Youtube 影片： 正手連續撥球 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=7A4DAY4kutg">https://www.youtube.com/watch?v=7A4DAY4kutg</a>	6
第(18)週、第(20)週	反手拍連續動作及重心轉換	健體 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3b-III-1 獨立演練大部分的自我調適技能。 2c-II-3 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。	1. 反手揮拍技巧 團體活動的參與態度	1. 能 <b>示範</b> 反手揮拍連續動作的協調性。 2. <b>遵守</b> 團體規範， <b>展現</b> 相互尊重的風度。	1. 回想教學影片中的教學動作，檢視自身的基本動作，進而修正自身的缺點，正確的連續揮拍。 2. 熟練正確的揮拍，保持身體協調，準確的回擊五球，與同儕互相加油勉勵，提升自己的技能。	1. 透過影片講解示範帶領學生進行揮拍連續動作練習。 2. 揮拍時配合糾正調整學生重心轉換。 3. 老師以多球餵給學生熟練連續揮拍擊球。 藉由同儕互相觀摩，展現運動精神。	Youtube 影片： 反手連續撥球 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=FvyFJUxbtyM">https://www.youtube.com/watch?v=FvyFJUxbtyM</a>	6
教材來源	<input type="checkbox"/> 選用教材 ( ) <input checked="" type="checkbox"/> 自編教材							

本主題是  
否融入資  
訊科技教  
學內容

無 融入資訊科技教學內容

有 融入資訊科技教學內容 共( 8 )節

特教需求

學生

課程調整

※身心障礙類學生：無 有-學習障礙(3 )人、情緒障礙(1 )人

※資賦優異學生：無 有-

※課程調整建議(特教老師填寫)：

1. 採用工作分析法，提供視覺化線索(單面提示卡-以顏色標示步驟與段落)，如給予個別化的動作分解教學並給予時間反覆練習
2. 建議給予分散式的教學，採用多單元活動設計方式進行小步驟的教學，每項活動盡量不超過 10~15 分鐘。
3. 建議可以用合作學習方式，以團隊合作方式每個人負責部分工作或任務，並於團隊中提供小天使，給予口語提示、叮嚀步驟。
4. 建議簡化與減量學生學習目標與內容，降低其學習難度。例如以部分參與完成(只須完成後半段的步驟或是一開始的步驟等等)、目標量降低、只須完成單一目標即可、給予較多提示量並以模仿操作完成。
5. 多安排學生練習表現的機會，適度給予讚美與回饋。
6. 採取實作評量，降低其完成動作標準。
7. 個案陳 0 祥-給予專心注意計分表，一堂課大約有 3-4 次，由授課師提醒 [ 注意 ]，若個案學生有專心即可打勾。每堂課累積滿三個共累積滿 10 個即可獲得獎勵(以社會性鼓勵或者點心為主)。

特教老師簽名：蘇亦媚

普教老師簽名：黃亭蓉