

嘉義縣 梅山 國小 110 學年度校訂課程教學內容規劃表(109.11.2)

-(上/下學期，各一份。若為同一個課程主題則可合為一份)

年級	中年級	年級課程 主題名稱	軟式網球	課程 設計者	簡榮志	總節數 /學期 (上/下)	40/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	推動品格紮根、品質為本、品味永續之三 品教育，建置樂活 LOHAS 梅山	與學校願景呼 應之說明	<p>一、健康： 培養孩子健康樂活的身心靈腦，肯定自我、樂觀進取的習性，每位孩子都能擁有健康的身體、敏知敏覺的知能，大家都能快快樂樂充滿歡笑，讓心中充滿正向能量。</p> <p>二、品格： 親師生具備「熱誠」「積極」於學校及社區事務。親師生均懂「孝順」、會「感恩」，能「以身作則」，對於依據原則所做的「選擇」能負「責任」，並能發揮「群育」、「真誠關懷」。</p> <p>三、終身學習： 培育學生喜歡運動、專注、獨立思考、合作的態度。成就具有領導力，國際觀、服務力他的情懷，養成有智慧的終身學習的好國民。</p>				

<p style="text-align: center;">總綱 核心素 養</p>	<p>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-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。</p>	<p style="text-align: center;">課程 目標</p>	<p>一、培養運動技能，具備良好的生活運動習慣，以促進身心健全發展。 二、認識個人特質，健全身心，發展生命潛能。 三、了解軟式網球運動的技術與基本知識。 四、促進運動體能均衡發展。 五、培養樂於與人互動，具備理解他人感受，擁有與團隊和諧相處、合作之素養。 六、培養終身運動的習慣。 七、學習互助合作精神。</p>
--	--	---	--

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
<p style="text-align: center;">第 (1) 週 - 第 (4) 週</p>	<p style="text-align: center;">握拍方法與基本動作 教學</p>	<p>1b-II-1 認識健康技能和生 活技能對健康 維護的重要 性。 2c-II-2 表現 增進團隊合 作、友善的互 動行為。 3c-II-2 透過 身體活動，探 索運動潛能與 表現正確的身 體活 動。 4d-II-1 培養</p>	<p>軟式網球的起 源、球拍與球介 紹。 基本握拍方 法。 基本動作調 整。</p>	<p>能認識軟式網球的起 源、球拍與球介紹。 能練習握拍方法並隨 時修正。 能學習遵守團隊練習 規範。 能學習基本動作調 整。</p>	<p>學生能了解軟式網球的起 源、球拍與球。 學生能學會基本握拍方法。 學生能熟悉軟式網球的基 本動作。</p>	<p>講解軟式網球起源。 軟式網球拍與軟式網球介紹。 基本握拍教學。 基本動作教學與調整。</p>	<p>軟式網球拍 軟式網球</p>	<p style="text-align: center;">8 節</p>

		規律運動的習慣並分享身體活動的益處。						
第 (5) 週 - 第 (8) 週	球感與協調性訓練教學	1b-II-1 認識健康技能和生 活技能對健康 維護的重要 性。 2c-II-2 表現 增進團隊合 作、友善的互 動行為。 3c-II-2 透過 身體活動，探 索運動潛能與 表現正確的身 體活 動。 4d-II-1 培養 規律運動的習 慣並分享身體 活動的益處。	增加手腕對球的 控制能力。 增加腳步的協調 性。	能學會手腕對球的控 制能力。 能掌握腳步的協調 性。	增加對球的敏感度。 增加學生整體的協調性。	用球拍向下拍球。 用球拍向上拍球。 拍球走路、跑步、繞圈。	軟式網球拍 軟式網球	8 節
第 (9) 週 - 第 (12) 週	基本定點正手拍擊球 教學	1b-II-1 認識 健康技能和生 活技能對健康 維護的重要 性。 2c-II-2 表現 增進團隊合 作、友善的互 動行為。	正手拍擊球動作 講解。 分組定點擊球與 送球。	能做好正手拍擊球動 作。 能了解分組定點擊球 與送球。	正手拍動作確實。 正手拍擊球動作協調。 擊球時打中球拍甜蜜點。	原地揮空拍(正手拍)。 兩人一組，一人丟球，一人定點正 拍擊球，每人10顆輪流丟球。	軟式網球拍 軟式網球	8 節

		<p>3c- II -2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</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>						
<p>第 (13) 週 - 第 (16) 週</p>	<p>基本定點反手拍擊球 教學</p>	<p>1b- II -1 認識健康技能和生 活技能對健康 維護的重要 性。</p> <p>2c- II -2 表現 增進團隊合 作、友善的互 動行為。</p> <p>3c- II -2 透過 身體活動，探 索運動潛能與 表現正確的身 體活 動。</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>	<p>反手拍擊球動作 講解。</p> <p>分組定點擊球與 送球。</p>	<p>能做好反拍拉拍動作 準確揮擊到球。</p> <p>能做到分組定點擊球 與送球。</p>	<p>反手拍動作確實。</p> <p>反手拍擊球動作協調。</p> <p>擊球時打中球拍甜蜜點。</p>	<p>原地揮空拍(反手拍)。</p> <p>兩人一組，一人丟球，一人定點反 拍擊球，每人 10 顆輪流丟球。</p>	<p>軟式網球拍</p> <p>軟式網球</p>	<p>8 節</p>
<p>第 (17) 週</p>	<p>低手發球動作教學</p>	<p>1b- II -1 認識 健康技能和生 活技能對健康</p>	<p>低手發球動作講 解。</p>	<p>能做好低手發球動作 正確發球。</p>	<p>可以球不落地就擊到球。</p> <p>發球動作確實。</p>	<p>低手發球動作調整。</p>	<p>軟式網球拍</p> <p>軟式網球</p>	<p>8 節</p>

<p>- 第 (20) 週</p>	<p>維護的重要性。 2c- II -2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3c- II -2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 4d- II -1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>分組低手發球練習。</p>	<p>能進行分組低手發球練習。</p>		<p>分成兩組，每人兩顆輪流低手發球。</p>	
---------------------------------	--	------------------	---------------------	--	-------------------------	--

<p>教材來源</p>	<p><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)</p>
--------------------	---

<p>課程目標</p>	<p>一、培養運動技能，具備良好的生活運動習慣，以促進身心健全發展。</p> <p>二、認識個人特質，健全身心，發展生命潛能。</p> <p>三、了解軟式網球運動的技術與基本知識。</p> <p>四、促進運動體能均衡發展。</p> <p>五、培養樂於與人互動，具備理解他人感受，擁有與團隊和諧相處、合作之素養。</p> <p>六、培養終身運動的習慣。</p>
--------------------	---

	七、學習互助合作精神。
本主題是否融入資訊科技教學內容	<input 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)
特教需求學生課程調整	<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、(/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)：</p> <p>1.</p> <p>2.</p> <p style="text-align: right;">特教老師簽名： 普教老師簽名：簡榮志</p>

*各校可視需求自行增減表格

填表說明：

(1)依照年級或班群填寫。

(2)分成上下學期，每個課程主題填寫一份，例如：一年級校訂課程每週3節，共開社區文化課程1節、社團1節、世界好好玩1節三種課程，每種課程寫一份，共須填寫3份。

嘉義縣 梅山 國小 110 學年度校訂課程教學內容規劃表(109.11.2)

-(上/下學期，各一份。若為同一個課程主題則可合為一份)

年級	三、四、五、六年級	年級課程主題名稱	軟式網球	課程設計者	簡榮志	總節數/學期(上/下)	40/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 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	推動品格紮根、品質為本、品味永續之三品教育，建置樂活 LOHAS 梅山	與學校願景呼應之說明	<p>一、健康： 培養孩子健康樂活的身心靈腦，肯定自我、樂觀進取的習性，每位孩子都能擁有健康的身體、敏知敏覺的知能，大家都能快快樂樂充滿歡笑，讓心中充滿正向能量。</p> <p>二、品格： 親師生具備「熱誠」「積極」於學校及社區事務。親師生均懂「孝順」、會「感恩」，能「以身作則」，對於依據原則所做的「選擇」能負「責任」，並能發揮「群育」、「真誠關懷」。</p> <p>三、終身學習： 培育學生喜歡運動、專注、獨立思考、合作的態度。成就具有領導力，國際觀、服務力他的情懷，養成有智慧的終身學習的好國民。</p>				

<p style="text-align: center;">總綱 核心素 養</p>	<p>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-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。</p>	<p style="text-align: center;">課程 目標</p>	<p>一、培養運動技能，具備良好的生活運動習慣，以促進身心健全發展。 二、認識個人特質，健全身心，發展生命潛能。 三、了解軟式網球運動的技術與基本知識。 四、促進運動體能均衡發展。 五、培養樂於與人互動，具備理解他人感受，擁有與團隊和諧相處、合作之素養。 六、培養終身運動的習慣。 七、學習互助合作精神。</p>
--	--	---	--

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
<p style="text-align: center;">第 (1) 週 - 第 (4) 週</p>	<p style="text-align: center;">進階正拍擊球教學</p>	<p>1b-II-1 認識健康技能和生 活技能對健康 維護的重要 性。 2c-II-2 表現 增進團隊合 作、友善的互 動行為。 3c-II-2 透過 身體活動，探 索運動潛能與 表現正確的身 體活 動。 4d-II-1 培養</p>	<p>正拍擊球配合腳 步移動。 腳步隨球左右與 前後移動。</p>	<p>能做到正拍擊球配合 腳步移動。 能練習腳步隨球左右 與前後移動。</p>	<p>學生能隨球移動到位。 能有流暢的揮拍動作。 能瞭解拉拍時機並提早準 備。</p>	<p>分組以不定落點的方式，讓學生移 動到位擊球。 在練習中隨時指導糾正動作。</p>	<p>軟式網球拍 軟式網球</p>	<p style="text-align: center;">8 節</p>

		規律運動的習慣並分享身體活動的益處。						
第 (5) 週 - 第 (8) 週	進階反拍擊球教學	1b-II-1 認識健康技能和生 活技能對健康 維護的重要 性。 2c-II-2 表現 增進團隊合 作、友善的互 動行為。 3c-II-2 透過 身體活動，探 索運動潛能與 表現正確的身 體活 動。 4d-II-1 培養 規律運動的習 慣並分享身體 活動的益處。	反拍擊球配合腳 步移動。 腳步隨球左右與 前後移動。	能做到反拍擊球配合 腳步移動。 能做到腳步隨球左右 與前後移動。	學生能隨球移動到位，並且 能將球擊出去。 能正確的移動到擊球位子。	分組以不定落點的方式，讓學生移 動到位擊球。 在練習中隨時指導糾正動作。	軟式網球拍 軟式網球	8 節
第 (9) 週 - 第 (12) 週	前排擋球基本動作教 學	1b-II-1 認識 健康技能和生 活技能對健康 維護的重要 性。 2c-II-2 表現 增進團隊合 作、友善的互 動行為。	基本前排擋球動 作教學。 壓與推的拍面控 制學習。	能專注學習前排擋球 動作教學。 掌握適當的出拍時 間。 能進行壓與推的拍面 控制學習。	能熟悉基本站位和腳部的 移位。 能判斷球的行進路線。	正面、正手邊、反手邊的循序練習。 在練習中隨時指導糾正動作。	軟式網球拍 軟式網球	8 節

		<p>3c- II -2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</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>						
<p>第 (13) 週 - 第 (16) 週</p>	<p>比賽規則講解與實作</p>	<p>1b- II -1 認識健康技能和生 活技能對健康 維護的重要 性。</p> <p>2c- II -2 表現 增進團隊合 作、友善的互 動行為。</p> <p>3c- II -2 透過 身體活動，探 索運動潛能與 表現正確的身 體活 動。</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>	<p>軟式網球雙打 與單打規則介 紹。</p> <p>介紹分數計算 方式。</p>	<p>軟能用心學習式網 球雙打與單打規則 介紹。</p> <p>能學會分數計算方 式。</p>	<p>學生能夠學習並了解完整 比賽規則。</p> <p>學生能夠自己計算分數。</p>	<p>以局為比賽單位，規則講解。</p> <p>講解雙淘汰制的比賽辦法。</p> <p>講解正式比賽規則與紀錄方法。</p>	<p>軟式網球拍</p> <p>軟式網球</p>	<p>8 節</p>
<p>第 (17) 週</p>	<p>模擬比賽</p>	<p>1b- II -1 認識 健康技能和生 活技能對健康</p>	<p>決勝局規則說 明。</p>	<p>能仔細聆聽決勝局規 則說明。</p>	<p>在比賽中發現問題並提出 疑問。</p>	<p>以五局制規則練習分組比賽。</p> <p>觀察比賽內容並記錄。</p>	<p>軟式網球拍</p> <p>軟式網球</p>	<p>8 節</p>

<p>- 第 (20) 週</p>	<p>維護的重要性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>模擬比賽示範與解說。</p>	<p>能在過程中學習運動家精神。 能仔細理解模擬比賽的示範與解說。</p>	<p>藉由比賽了解個人擊球表現。 培養遵守規則與運動精神。</p>	<p>在比賽中學習運動禮儀與運動精神。</p>	
---------------------------------	--	-------------------	--	--	-------------------------	--

<p>教材來源</p>	<p><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)</p>
--------------------	---

<p>課程目標</p>	<p>一、培養運動技能，具備良好的生活運動習慣，以促進身心健全發展。</p> <p>二、認識個人特質，健全身心，發展生命潛能。</p> <p>三、了解軟式網球運動的技術與基本知識。</p> <p>四、促進運動體能均衡發展。</p> <p>五、培養樂於與人互動，具備理解他人感受，擁有與團隊和諧相處、合作之素養。</p> <p>六、培養終身運動的習慣。</p>
--------------------	---

	七、學習互助合作精神。
本主題是否融入資訊科技教學內容	<input 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)
特教需求學生課程調整	<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、(/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)：</p> <p>1.</p> <p>2.</p> <p style="text-align: right;">特教老師簽名： 普教老師簽名：簡榮志</p>

*各校可視需求自行增減表格

填表說明：

(1)依照年級或班群填寫。

(2)分成上下學期，每個課程主題填寫一份，例如：一年級校訂課程每週3節，共開社區文化課程1節、社團1節、世界好好玩1節三種課程，每種課程寫一份，共須填寫3份。