

嘉義縣更寮國小 110 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	中年級	年級課程 主題名稱	多元試探： <u>桌球好小子(I)</u>	課程 設計者	呂哲夫	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	地球公民、樂學展能、科技探索	與學校願景呼 應之說明	透過桌球社團啟發學生的運動細胞，一方面給予學生多元試探的機會一方面培養學生養成運動好習慣，達到樂學展能的學校願景。				
總綱 核心 素養	E-A1 具備良好的生活習慣， <b>促進</b> 身心健全發展，並 <b>認識個人特質</b> ， <b>發展</b> 生命潛能。  E-C2 具備理解他人感受，樂於與人 <b>互動</b> ，並與團隊成員 <b>合作</b> 之 <b>素養</b> 。	課程 目標	1. 透過桌球課程，習得桌球運動之基本規則。(知識) 2. 藉由體驗活動， <b>認識個人特質</b> ， <b>發展</b> 自己的多元智能。(技能) 3. 透過桌球課程，培養良好的運動習慣， <b>促進</b> 學生的身心健康發展。(態度) 4. 藉以小組分組競賽，增進同儕 <b>互動</b> 機會，培養良性競爭心態與團員之間 <b>合作</b> 的 <b>素養</b> 。(態度)				

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4週	桌球入門	健康與體育領域/  2c-Ⅱ-1 遵守上課規範和運動比賽規則。  3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。  4d-Ⅱ-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	1. 上課規範  2. 競賽規則  3. 遊戲策略與技巧  4. 運動的益處	1. 學生能遵守桌球課規範。  2. 學生能遵守了解桌球競賽規則。  3. 學生能了解與運用桌球遊戲策略與技巧。  4. 學生能培養運動的規律性，體會運動的益處。	1. 能全程遵守班級規則。  2. 能完全聽懂桌球比賽規則。  3. 能做出正確的預備姿勢。  4. 能自發產生學習動機，培養運動好習慣。	初學者  (1)細說桌球基本規則。 (2)引導學生學習持拍、直上拍球、牆壁對打。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。  進階者  (1)與老師對打練球。 (2)隊友相互練球。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。	點名簿 桌球桌 桌球網 桌球 桌球拍 教學白板	8
第5週 - 第8週	桌球練功坊(I)	健康與體育領域/  3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。  3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。  4d-Ⅱ-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	1. 合作策略  2. 動作技能  3. 運動的益處	1. 學生能於桌球技能練習中實際運用合作策略。  2. 學生能透過動作模仿表現出桌球動作技能  3. 學生能培養運動的規律性，體會運動的益處。	1. 能將桌球技巧實際用在桌球運動上  2. 能做出正確的桌球運動姿勢。  3. 能自發產生學習動機，培養運動好習慣。	初學者  (1)細說桌球基本規則。 (2)引導學生學習持拍、直上拍球、牆壁對打者。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。  進階者  (1)與老師對打練球。 (2)隊友相互練球。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。	點名簿 桌球桌 桌球網 桌球 桌球拍 教學白板	8
第9週 - 第12週	桌球練功坊(II)	健康與體育領域/  3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。  3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。	1. 合作策略  2. 動作技能	1. 學生能於桌球技能練習中實際運用合作策略。  2. 學生能透過動作模仿表現出桌球動作技能	1. 能將桌球技巧實際用在桌球運動上  2. 能做出正確的桌球運動姿勢。  3. 能自發產生學習動機，培養運動好習慣。	初學者  (1)引導學生學習直球發球。 (2)引導學生學習長球與短球。 (3)引導學生學習正確接球的腳步移位。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。  進階者  (1)快速直球對練。	點名簿 桌球桌 桌球網 桌球 桌球拍 教學白板	8

		4d- II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	3. 運動的益處	3. 學生能培養運動的規律性，體會運動的益處。		(2)左右長球對練。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。		
第13週 - 第16週	桌球 練 功 坊 (III)	健康與體育領域/  3d- II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。  3c- II-1 表現聯合性動作技能。  4d- II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	1. 合作策略  2. 動作技能  3. 運動的益處	1. 學生能於桌球技能練習中實際運用合作策略。  2. 學生能透過動作模仿表現出桌球動作技能  3. 學生能培養運動的規律性，體會運動的益處。	1. 能將桌球技巧實際用在桌球運動上  2. 能做出正確的桌球運動姿勢。  3. 能自發產生學習動機，培養運動好習慣。	初學者 (1)引導學生學習直球發球。 (2)引導學生學習長球與短球。 (3)引導學生學習正手拍接球。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。  進階者 (1)快速直球對練。 (2)左右長球對練。 (3)長速球、短撥球對練。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。	點名簿 桌球桌 桌球網 桌球 桌球拍 教學白板	8
第17週 - 第20週	桌球 武林 大會	健康與體育領域/  3d- II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。  4d- II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。  2c- II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。  2c- II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。	1. 合作策略  2. 運動的益處  3. 團隊合作精神  4. 運動家精神	1. 學生能於桌球技能練習中實際運用合作策略。  2. 學生能培養運動的規律性，體會運動的益處  3. 學生透過分組競賽表現團隊合作精神。  4. 學生藉由競賽表現樂於嘗試、不怕失敗的運動家精神。	1. 能將桌球技巧實際用在桌球運動上  2. 能自發產生學習動機，培養運動好習慣。  3. 能充分表現團隊精神於分組競賽之中。	初學者 (1)分組競賽 (2)依人數決定賽制(單淘汰、敗部復活等) (3)賽後檢討與分享。  進階者 (1)分組競賽 (2)依人數決定賽制(單淘汰、敗部復活等) (3)賽後檢討與分享。	點名簿 桌球桌 桌球網 桌球 桌球拍 教學白板	8

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 課程調整	<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有-智能障礙( )人、學習障礙(1)人、情緒障礙( )人、自閉症( )人、( /人數)</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 style="text-align: right;">特教老師簽名：林秀鳳</p> <p style="text-align: right;">普教老師簽名：呂哲夫</p>

嘉義縣更寮國小 110 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	中年級	年級課程 主題名稱	多元試探： <u>桌球好小子(II)</u>	課程 設計者	呂哲夫	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	地球公民、樂學展能、科技探索	與學校願景呼 應之說明	透過桌球社團啟發學生的運動細胞，一方面給予學生多元試探的機會一方面培養學生養成運動好習慣，達到樂學展能的學校願景。				
總綱 核心 素養	E-A1 具備良好的生活習慣， <b>促進</b> 身心健全發展，並 <b>認識個人特質</b> ， <b>發展</b> 生命潛能。  E-C2 具備理解他人感受，樂於與人 <b>互動</b> ，並與團隊成員 <b>合作</b> 之 <b>素養</b> 。	課程 目標	1. 透過桌球課程，習得桌球運動之基本規則。(知識) 2. 藉由體驗活動， <b>認識個人特質</b> ， <b>發展</b> 自己的多元智能。(技能) 3. 透過桌球課程，培養良好的運動習慣， <b>促進</b> 學生的身心健康發展。(態度) 4. 藉以小組分組競賽，增進同儕 <b>互動</b> 機會，培養良性競爭心態與團員之間 <b>合作</b> 的 <b>素養</b> 。(態度)				

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4週	桌球 武功 回放	健康與體育領域/  2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。  4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。  1d-II-1 認識身體活動的傷害和防護概念。	1. 上課規範  2. 運動的益處  3. 運動傷害與防護觀念	1. 學生能遵守桌球課規範。  2. 學生能培養運動的規律性，體會運動的益處。  3. 學生能認識並重視運動傷害與防護觀念，掌握自己身體狀況，避免運動傷害	1. 能全程遵守班級規則。  2. 能完全聽懂並遵守桌球比賽規則。  3. 能自發產生學習動機，培養運動好習慣。  4. 能在運動過程中了解自己身體狀況並避免運動傷害	初學者 (1) 能知道桌球執球法、握拍法及桌球網的架設、收納 (2) 細說桌球基本規則。 (3) 引導學生學習持拍、直上拍球、牆壁對打。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。  進階者 (1) 能知道桌球執球法、握拍法及桌球網的架設、收納 (2) 與老師對打練球。 (3) 隊友相互練球。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。	點名簿 桌球桌 桌球網 桌球 桌球拍 教學白板	8
第5週 - 第8週	桌球 師徒 相見	健康與體育領域/  1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略  3c-II-1 表現聯合性動作技能。  4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。  2d-II-3 參與並欣賞多元性身體活動。	1. 動作技能概念  2. 桌球聯合性動作技能  3. 運動的益處  4. 運動美感	1. 透過講解，學生能認識動作技能概念。  2. 學生能透過動作模仿表現出桌球聯合性動作技能  3. 學生能培養運動的規律性並了解運動的益處。  4. 學生能建立並欣賞運動美感與比賽的能力。	1. 能將桌球動作技能概念實際用在桌球運動上  2. 能表現出正確的桌球運動姿勢。  3. 能自發產生學習動機，培養運動好習慣。  4. 能建立良好的欣賞素養，尊重比賽	初學者 (1) 細說桌球基本規則。 (2) 選擇一位「進階者球員」作為師傅，建立師徒練習制。 (3) 各師徒小組進行默契培養 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。  進階者 (1) 招收1~2位「初學者球員」作為徒弟，建立師徒練習制。 (2) 各師徒小組進行默契培養 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。	點名簿 桌球桌 桌球網 桌球 桌球拍 教學白板	8

<p>第9週 - 第12週</p>	<p>桌球 練 功 坊 (IV)</p>	<p>健康與體育領域/  3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。  4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。  2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。  2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p>	<p>1. 合作策略  2. 運動規律性  3. 團隊合作精神  4. 樂於嘗試、不怕失敗的態度</p>	<p>1. 學生能於桌球技能練習中實際運用合作策略。  2. 學生能培養與維持運動的規律性。  3. 學生能透過競賽表現運團隊合作精神。  4. 學生能於團隊競賽時表現樂於嘗試、不怕失敗的態度。</p>	<p>1. 能將桌球技巧實際用在桌球運動上  2. 能自發產生學習動機，培養運動好習慣  3. 能充分表現團隊精神於分組競賽之中。  4. 能主動參與團隊競賽並於失敗中勇於嘗試。</p>	<p>活動一：發球練習 (1)各師徒小組進行發球練習。 (2)各師徒小組若有練習上的困難，教師從中進行協助。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。 活動二：正手擊球動作及技巧練習 (1)各師徒小組進行正手擊球動作及技巧。 (2)各師徒小組若有練習上的困難，教師從中進行協助。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。 活動三：反手擊球動作及技巧練習 (1)各師徒小組進行反手擊球動作及技巧。 (2)各師徒小組若有練習上的困難，教師從中進行協助。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。</p>	<p>點名簿 桌球桌 桌球網 桌球 桌球拍 教學白板</p>	<p>8</p>
<p>第13週 - 第16週</p>	<p>桌球 練 功 坊 (V)</p>	<p>健康與體育領域/  3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。  4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。  2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。  2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p>	<p>1. 合作策略  2. 運動規律性  3. 團隊合作精神  4. 樂於嘗試、不怕失敗的態度</p>	<p>1. 學生能於桌球技能練習中實際運用合作策略。  2. 學生能培養與維持運動的規律性。  3. 學生能透過競賽表現運團隊合作精神。  4. 學生能於團隊競賽時表現樂於嘗試、不怕失敗的態度。</p>	<p>1. 能將桌球技巧實際用在桌球運動上  2. 能自發產生學習動機，培養運動好習慣。  3. 能充分表現團隊精神於分組競賽之中。  4. 能主動參與團隊競賽並於失敗中勇於嘗試。</p>	<p>活動一：單打練習 (1)各師徒小組進行單打練習。 (2)各師徒小組若有練習上的困難，教師從中進行協助。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。 活動二：雙打練習 (1)各師徒小組進行雙打練習。 (2)各師徒小組若有練習上的困難，教師從中進行協助。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。 活動三：各項技能及技術運用與練習 (1)各師徒小組進行各項技能及技術運用。 (2)各師徒小組若有練習上的困難，教師從中進行協助。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。</p>	<p>點名簿 桌球桌 桌球網 桌球 桌球拍 教學白板</p>	<p>8</p>

<p>第 17 週 - 第 20 週</p>	<p>桌球 武林 派別 大門</p>	<p>健康與體育領域/  3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。  4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。  2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。  2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。  4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>1. 合作策略  2. 運動規律性  3. 團隊合作精神  4. 樂於嘗試、不怕失敗的態度  5. 運動的益處</p>	<p>1. 學生能於桌球技能練習中實際運用合作策略。  2. 學生能培養與維持運動的規律性。  3. 學生能透過競賽表現團隊合作精神。  4. 學生能於團隊競賽時表現樂於嘗試、不怕失敗的態度。  5. 學生能培養運動的規律性並了解運動的益處。</p>	<p>1. 能將桌球技巧實際用在桌球運動上  2. 能自發產生學習動機，培養運動好習慣  3. 能充分表現團隊精神於分組競賽之中。  4. 能主動參與團隊競賽並於失敗中勇於嘗試。</p>	<p>活動一：桌球武林派別大門-擊球比賽 (1) 以各師徒小組為單位進行競賽 (2) 由老師擔任魔王，可與老師擊球來回 10 次可獲得一分 (3) 賽後進行小組積分計算 (4) 小組賽後檢討與分享 活動二：桌球武林派別大門-單打比賽 (1) 以各師徒小組為單位進行競賽 (2) 小組抽籤，進行單打比賽 (3) 賽後進行小組積分計算 (4) 小組賽後檢討與分享 活動三：桌球武林派別大門-單打比賽 (1) 以各師徒小組為單位進行競賽 (2) 小組抽籤，進行雙打比賽 (3) 賽後進行小組積分計算 (4) 小組賽後檢討與分享 活動四：武林謝師宴 (1) 進行小組檢討與分享 (2) 進行全體檢討與分享</p>	<p>點名簿 桌球桌 桌球網 桌球 桌球拍 教學白板</p>	<p>8</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>本主題是否融入資訊科技教學內容</p>	<p><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)</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( )人、學習障礙(1)人、情緒障礙( )人、自閉症( )人、( /人數)          ※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)          ※課程調整建議(特教老師填寫)：           特教老師簽名：林秀鳳          普教老師簽名：呂哲夫</p>
-------------------	--