

嘉義縣梅北國小 111 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		課程 設計者	張貴霖	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 <input type="checkbox"/> 本土語文/臺灣手語/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學								
學校 願景	健康有品 科技創新 人文扎根 宏觀國際	與學校願景呼 應之說明	一、透過體能活動與健康行為促進身心健康發展。 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，養成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、了解並學會桌球必備的一般認知及技術認知，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，處理桌球運動中各項問題。 三、在桌球運動中，積極參與、公平競爭、團隊合作，促進身心健康發展。 四、在桌球運動中培養運動精神與運動道德。						
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)	學習活動 (教學活動)	教學資源	節 數
第 (1) 週 - 第 (4) 週	基本步伐	健康與體育 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。		1. 跨步接球 2. 三米滑步接球	1. 能了解桌球的基本步伐的動作要素。 2. 能了解桌球的基本運動規範。 3. 能在桌球的跨步接球步伐動作練習中，表現出正確動作。 4. 能在桌球的三米滑步接球步伐動作練習，表現出正確動作。	1. 能了解桌球跨步接球的步伐的要領。 2. 能做出桌球跨步接球的步伐的動作技能。 3. 能了解桌球三米滑步接球的步伐的要領。 4. 能做出桌球三米滑步接球的步伐的動作技能。	老師親自示範基本步伐。 1. 跨步接球。 兩人面對面，相隔 2 米。發球者將桌球以中等力量扔向接球者身體兩側，接球者要利用單跨步移動將球接住。注意接球者在接球時不允許靠伸手臂夠球，而是要通過移動，使球進入身體範圍，再有手接球。 2. 三米滑步接球 相隔 3 米畫兩條平行線，要求練習者並步移動，分別用兩腳接觸兩條線。在移動時需要注意：避免身體重心過於上下起伏，上身要前傾，腳下蹬地要有爆發力。 3. 請學習練習上述二項技能。	桌球運動用具	8

<p>第(5)週 - 第(8)週</p>	<p>正手發球</p>	<p>健康與體育 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。</p>	<p>正手發下旋球 正手高拋發球 正手長短球結合</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解正手發下旋球的動作技能要素。 2. 了解正手高拋發球的動作技能要素。 3. 了解正手長短球結合的動作技能要素要領。 4. 能做出正手發下旋球、正手高拋發球、正手長短球結合等三種發球的正確動作。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能說出正手發下旋球的動作技能要素。 2. 能做出正手發下旋球的正確動作。 3. 能說出正手高拋發球的動作技能要素。 4. 能做出正手高拋發球的正確動作。 5. 能說出正手長短球結合的動作技能要素。 6. 能做出正手長短球結合的正確動作。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 運用教學影片及老師示範正手發下旋球、正手高拋發球、正手長短球結合等三種不同型態的正手發球方式 2. 透過講解、示範等方式，指導學生正手發下旋球、正手高拋發球、正手長短球結合的發球動作步驟。 3. 學生自由練習三種正手發球方式。 4. 老師提醒學生有哪些發球動作練習的策略。 	<p>學校現有球具與學生自備球具</p>	<p>8</p>
<p>第(9)週 - 第(12)週</p>	<p>反手發球</p>	<p>健康與體育 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。</p>	<p>反手發下旋球 反手發側旋球 反手發上旋球</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解反手發下旋球的動作技能要素。 2. 了解反手發側旋球的動作技能要素。 3. 了解反手發上旋球的動作技能要素。 4. 能表現出三種反手發球的正確動作，展現個人運動能力。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能說出反手發下旋球的動作技能要素。 2. 能說出反手發側旋球的動作技能要素。 3. 能說出反手發上旋球的動作技能要素。 4. 能做出三種反手發球的正確動作，並能發球過網。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 運用教學影片及老師示範反手發下旋球、反手發側旋球、反手發上旋球等三種不同型態的反手發球方式。 2. 透過講解、示範等方式，指導學生反手發下旋球、反手發側旋球、反手發上旋球的發球動作步驟。 3. 學生自由練習三種反手發球方式。 4. 老師提醒學生有哪些發球動作練習的策略。 	<p>學校現有球具與學生自備球具</p>	<p>8</p>
<p>第(13)週 - 第(16)週</p>	<p>接發球</p>	<p>健康與體育 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p>	<p>接上旋球 接下旋球 接側旋球</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能知道正確接上旋球的技能要領。 2. 能知道正確接下旋球的技能要領。 3. 能知道正確接側旋球的技能要領。 4. 能表現出各種發球的正確接發球的動作技能。 5. 能比較自己或他人在接發球的動作上是否正確。 6. 能應用各種正確接發球的練習策略，提高接發球的能力。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能說出正確接上旋球的技能要領。 2. 能說出正確接下旋球的技能要領。 3. 能說出正確接側旋球的技能要領。 4. 能做出各種發球的正確接發球的動作技能。 5. 能說出自己或他人在接發球的動作上是否正確。 6. 能做出各種正確接發球的練習策略，提高接發球的能力。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 運用教學影片及老師示範如何接發上旋球、接發側旋球、接發下旋球等三種不同型態的接發球方式。 2. 透過講解、示範等方式，指導學生接發球的動作步驟。 3. 學生自由練習接三種發球方式。 4. 老師提醒學生有哪些接發球動作練習的策略。 	<p>學校現有球具與學生自備球具</p>	<p>8</p>

第(17)週 - 第(20)週	雙打練習	健康與體育 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 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。	雙打規則 雙打跑位 雙打步伐 雙打戰術	1. 認識桌球雙打規則。 2. 能穩定表現出桌球雙打如何跑位、步伐及戰術。 3. 能運用分解動作及反覆練習技能，提高搭配雙打的效能。 4. 能體會桌球雙打團隊合作的重要，合作達成勝利的目標。	1. 能說出桌球雙打規則。 2. 能穩定做出桌球雙打如何跑位、步伐及戰術。 3. 能運用分解動作及反覆練習技能，提高搭配雙打的效能。 4. 能了解桌球雙打團隊合作的重要，合作達成勝利的目標。	1. 老師先講解桌球雙打規則。 2. 運用教學影片及老師示範練習跑位、步伐及戰術。 3. 透過講解、示範等方式，指導學生練習雙打搭配動作及步驟。 4. 藉由教練與同儕間互動，展現雙打團隊合作及即時關懷伙伴狀況。	學校現有球具與學生自備球具	8
教材來源		<input type="checkbox"/> 選用教材 () <input 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 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		※身心障礙類學生： <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> 有-學習障礙(1)人 ※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)： 1. 善用學生熱心特質，給予表現機會 <div style="text-align: right;"> 特教老師姓名：林曉婷 普教老師姓名：張貴霖 </div>						