

111 學年度嘉義縣新港國民中學 **七年級** 第一學期 **彈性學習課程** 桌球 教學計畫表 設計者：陳佑昌 (新課綱) (表十三之一)

一、課程四類規範(一類請填一張)

1. 統整性課程 (主題 專題 議題探究)
 2. 社團活動與技藝課程 (社團活動 技藝課程)
 3. 特殊需求領域課程

其他類： 藝術才能班及體育班專門課程

4. 其他類課程

本土語文/新住民語文 服務學習 戶外教育 班際或校際交流 自治活動 班級輔導 學生自主學習 領域補救教學

二、本課程每週學習節數：

三、本教育階段總綱核心素養：

A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 A3 規劃執行與創新應變 B1 符號運用與溝通表達 B2 科技資訊與媒體素養

B3 藝術涵養與美感素養 C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作 C3 多元文化與國際理解給選項

四、課程目標：

五、融入領域或重大議題：

(一) 融入領域： 國語文 英語文 本土語 數學 社會 自然科學 藝術 綜合活動 健康與體育 生活課程 科技

(二) 重大議題： 性別平等教育 人權教育 環境教育 海洋教育 品德教育 生命教育 法治教育
 科技教育 資訊教育 能源教育 安全教育 防災教育 閱讀素養 多元文化教育
 生涯規劃教育 家庭教育 原住民教育 戶外教育 國際教育

六、本學期課程內涵：

週次	起訖日期	單元/主題名稱	教學重點	學習目標	學習活動	評量方式	教學資源/自編自選教材或學習單
一		體能訓練(敏捷、速度、耐力)	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體適能訓練。	提升個人體適能。	九公尺折返跑、60公尺衝刺跑、三	實作	桌球拍、桌球

					千公尺跑		
二		1. 正手扣殺、反手扣殺訓練 2. 下旋結合拉攻 3. 上旋結合扣殺	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	1. 能穩定做出扣殺動作。 2. 能結合旋球與扣殺。	兩人對打，正手扣殺、反手扣殺練習，下旋結合拉攻、上旋結合扣殺。	實作	桌球拍、桌球
三		上旋反手位對角連續對打	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	1. 能擊出上旋球。 能將上旋球擊至對角反手位。	兩人一組，上旋反手位對角連續對打。	實作	桌球拍、桌球
四		上旋正手位對角連續對打	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	1. 能擊出上旋球。 2. 能將上旋球擊至對角正手位。	兩人一組，上旋正手位對角連續對打。	實作	桌球拍、桌球
五		上旋正手位中線對角線二點位移	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能擊出正手位上旋球。 能流暢移動腳步。	兩人一組，上旋正手位中線對角線二點位移。	實作	桌球拍、桌球

六	反手位+正手位轉換連續對打	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能流暢轉換正、反手位。	兩人一組，反手位+正手位轉換連續對打。	實作	桌球拍、桌球
七	第一次段考					
八	上旋不定點練習	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能流暢變換上旋球移動步伐。	兩人一組，上旋不定點練習。	實作	桌球拍、桌球
九	下旋球發球練習	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能擊出下旋球。	兩人一組，下旋球發球練習。	實作	桌球拍、桌球
十	下旋反手位連續對切	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能擊出反手位下旋球	兩人一組，下旋反手位連續對切。	實作	桌球拍、桌球

			術。				
十一		下旋正手位連續對切	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能擊出正手位下旋球	兩人一組，下旋正手位連續對切。	實作	桌球拍、桌球
十二		體能訓練	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體適能訓練。	提升體適能	九公尺折返跑、60 公尺衝刺跑、三千公尺跑	實作	桌球拍、桌球
十三		下旋正反手連續對打	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能流暢轉換正、反手位下旋球。	兩人一組，下旋正反手連續對打。	實作	桌球拍、桌球
十四		第二次段考					
十五		下旋不定點練習	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能流暢變換下旋球移動步伐。	兩人一組，一人餵球，一人下旋不定點練習。	實作	桌球拍、桌球

十六		練習拉弧圈球	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能擊出弧圈球	兩人一組，練習拉弧圈球。	實作	桌球拍、桌球
十七		發球訓練(上、下、側旋)	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能擊出上、下、側旋球。	兩人一組，輪流發球訓練(上、下、側旋)。	實作	桌球拍、桌球
十八		接發球訓練	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能接上旋發球與下旋發球。	兩人一組，一人發球旋球，一人接發球練習。	實作	桌球拍、桌球
十九		基本功練習	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體適能訓練。	能做出正確的正手揮拍。	馬步、進攻、防守腳步練習。	實作	桌球拍、桌球
廿		模擬比賽	T-IV-B2 網/牆性球類運動比賽之組合性攻防實務技術。	適應比賽感覺。	透過比賽練習臨場反應，提生抗壓性。	實作	桌球拍、桌球

廿一		第三次段考				
<p>特教需求學生 課程調整</p>	<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無</p> <p><input type="checkbox"/>有-智能障礙()人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症()人、<u>(自行填入類型/人數)</u></p> <p>※資賦優異學生：<input type="checkbox"/>無</p> <p><input type="checkbox"/>有- <u>(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</u></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：</p> <p style="text-align: right;">普教老師簽名：</p>					

註 1：請分別列出七、八年級第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。

註 2：藝術才能班請於表件中加列「課程目標/學習構面」項目，該項目內容含創作與展演、知識與概念、藝術與文化、藝術與生活、藝術專題，共計 5 面向。

註 3：起迄日期可依疫情或實際需要彈性調整。

111 學年度嘉義縣新港國民中學 **七年級** 第二學期 **彈性學習課程** 桌球 教學計畫表 設計者：_____ (新課綱) (表十三之一)

一、課程四類規範(一類請填一張)

1. 統整性課程 (主題 專題 議題探究)
2. 社團活動與技藝課程 (社團活動 技藝課程)
3. 特殊需求領域課程

其他類： 藝術才能班及體育班專門課程

4. 其他類課程

本土語文/新住民語文 服務學習 戶外教育 班際或校際交流 自治活動 班級輔導 學生自主學習 領域補救教學

二、本課程每週學習節數：

三、本教育階段總綱核心素養：

A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 A3 規劃執行與創新應變 B1 符號運用與溝通表達 B2 科技資訊與媒體素養

B3 藝術涵養與美感素養 C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作 C3 多元文化與國際理解給選項

四、課程目標：

五、融入領域或重大議題：

(一) 融入領域： 國語文 英語文 本土語 數學 社會 自然科學 藝術 綜合活動 健康與體育 生活課程 科技

(二) 重大議題： 性別平等教育 人權教育 環境教育 海洋教育 品德教育 生命教育 法治教育
 科技教育 資訊教育 能源教育 安全教育 防災教育 閱讀素養 多元文化教育

生涯規劃教育 家庭教育 原住民教育 戶外教育 國際教育

六、本學期課程內涵：

週次	起訖日期	單元/主題名稱	教學重點	學習目標	學習活動	評量方式	教學資源/自編自選教材或學習單
一		1.正手擊球 2.反手推檔	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	1. 了解正手擊球動作要領。 2. 了解反手推檔動作要領。		實作	桌球拍、桌球
二		側旋發球與接球	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	1. 了解側旋球動作要領。 2. 能擊出側旋球。 理解接發球的站位與擊球時機。	兩人一組，側旋發球與接球練習。	實作	桌球拍、桌球
三		發球防守	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	了解球的旋轉與對方的發力。	兩人一組，發球防守練習。	實作	桌球拍、桌球

四		發側旋反手位、用逆接回球	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能做出逆接回球	兩人一組，一人發側旋反手位，另一人用逆接回球。	實作	桌球拍、桌球
五		發側旋正手位、用逆接回球	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能做出逆接回球	兩人一組，一人發側旋正手位，另一人用逆接回球。	實作	桌球拍、桌球
六		體能訓練	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體適能訓練。	提升體適能	九公尺折返跑、60 公尺衝刺跑、三千公尺跑	實作	桌球拍、桌球
七		第一次段考					
八		側旋球拉弧圈攻擊	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	加強對反手位來球攻擊性。	兩人一組，側旋球拉弧圈攻擊。	實作	桌球拍、桌球
九		反手位攻擊	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳	加強對反手位來球攻擊性。	兩人一組，反手位攻擊	實作	桌球拍、桌球

			接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。		練習。		
十		正手位防守練習	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	加強對方攻擊正手位的防守	兩人一組，正手位防守練習。	實作	桌球拍、桌球
十一		體能訓練	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體適能訓練。	提升體適能	九公尺折返跑、60公尺衝刺跑、三千公尺跑	實作	桌球拍、桌球
十二		正手位防守練習	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	加強對方攻擊正手位的防守	兩人一組，正手位防守練習。	實作	桌球拍、桌球
十三		發六點接發調位攻擊	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技	加強發球的變化。	兩人一組，發六點接發調位攻擊。	實作	桌球拍、桌球

			術。				
十四		第二次段考					
十五		逆接法	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	加強對來球的旋轉作處理。	兩人一組，一人發球，另一人以逆接法回擊球。	實作	桌球拍、桌球
十六		三點位移連續對打	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	加強板數	兩人一組，三點位移連續對打。	實作	桌球拍、桌球
十七		模擬比賽	T-IV-B2 網/牆性球類運動比賽之組合性攻防實務技術。	適應比賽感覺。	透過比賽練習臨場反應，提生抗壓性。	實作	桌球拍、桌球
十八		短球練習 (撥球、切短)	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	增加對短球的攻擊性與變化	兩人一組，短球練習(撥球、切短)。	實作	桌球拍、桌球

十九		長短球搶攻	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	加強對長短球來球的判斷及攻擊。	兩人一組，長短球搶攻。	實作	桌球拍、桌球
廿		第三次段考					
<p>特教需求學生 課程調整</p>		<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無</p> <p><input type="checkbox"/>有-智能障礙()人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症()人、<u>(自行填入類型/人數)</u></p> <p>※資賦優異學生：<input type="checkbox"/>無</p> <p><input type="checkbox"/>有- <u>(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</u></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：</p> <p style="text-align: right;">普教老師簽名：</p>					

註 1：請分別列出七、八年級第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。

註 2：藝術才能班請於表件中加入「課程目標/學習構面」項目，該項目內容含創作與展演、知識與概念、藝術與文化、藝術與生活、藝術專題，共計 5 面向。

註 3：起迄日期可依疫情或實際需要彈性調整。

111 學年度嘉義縣新港國民中學 **八年級** 第一學期 **彈性學習課程** 桌球 教學計畫表 設計者：_____ (新課綱) (表十三之一)

一、課程四類規範(一類請填一張)

1. 統整性課程 (主題 專題 議題探究)
 2. 社團活動與技藝課程 (社團活動 技藝課程)
 3. 特殊需求領域課程

其他類： 藝術才能班及體育班專門課程

4. 其他類課程

本土語文/新住民語文 服務學習 戶外教育 班際或校際交流 自治活動 班級輔導 學生自主學習 領域補救教學

二、本課程每週學習節數：

三、本教育階段總綱核心素養：

A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 A3 規劃執行與創新應變 B1 符號運用與溝通表達 B2 科技資訊與媒體素養

B3 藝術涵養與美感素養 C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作 C3 多元文化與國際理解給選項

四、課程目標：

五、融入領域或重大議題：

(一) 融入領域： 國語文 英語文 本土語 數學 社會 自然科學 藝術 綜合活動 健康與體育 生活課程 科技

(二) 重大議題： 性別平等教育 人權教育 環境教育 海洋教育 品德教育 生命教育 法治教育
 科技教育 資訊教育 能源教育 安全教育 防災教育 閱讀素養 多元文化教育
 生涯規劃教育 家庭教育 原住民教育 戶外教育 國際教育

六、本學期課程內涵：

週次	起訖日期	單元/主題名稱	教學重點	學習目標	學習活動	評量方式	教學資源/自編自選教材或學習單
一		體能訓練(敏捷、速度、耐力)	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體適能訓練。	提升個人體適能。	九公尺折返跑、60公尺衝刺跑、三	實作	桌球拍、桌球

					千公尺跑		
二		1. 正手扣殺、反手扣殺訓練 2. 下旋結合拉攻 3. 上旋結合扣殺	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	1. 能穩定做出扣殺動作。 2. 能結合旋球與扣殺。	兩人對打，正手扣殺、反手扣殺練習，下旋結合拉攻、上旋結合扣殺。	實作	桌球拍、桌球
三		上旋反手位對角連續對打	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	2. 能擊出上旋球。 能將上旋球擊至對角反手位。	兩人一組，上旋反手位對角連續對打。	實作	桌球拍、桌球
四		上旋正手位對角連續對打	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	1. 能擊出上旋球。 2. 能將上旋球擊至對角正手位。	兩人一組，上旋正手位對角連續對打。	實作	桌球拍、桌球
五		上旋正手位中線對角線二點位移	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能擊出正手位上旋球。 能流暢移動腳步。	兩人一組，上旋正手位中線對角線二點位移。	實作	桌球拍、桌球

六	反手位+正手位轉換連續對打	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能流暢轉換正、反手位。	兩人一組，反手位+正手位轉換連續對打。	實作	桌球拍、桌球
七	第一次段考					
八	上旋不定點練習	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能流暢變換上旋球移動步伐。	兩人一組，上旋不定點練習。	實作	桌球拍、桌球
九	下旋球發球練習	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能擊出下旋球。	兩人一組，下旋球發球練習。	實作	桌球拍、桌球
十	下旋反手位連續對切	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能擊出反手位下旋球	兩人一組，下旋反手位連續對切。	實作	桌球拍、桌球

			術。				
十一		下旋正手位連續對切	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能擊出正手位下旋球	兩人一組，下旋正手位連續對切。	實作	桌球拍、桌球
十二		體能訓練	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體適能訓練。	提升體適能	九公尺折返跑、60 公尺衝刺跑、三千公尺跑	實作	桌球拍、桌球
十三		下旋正反手連續對打	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能流暢轉換正、反手位下旋球。	兩人一組，下旋正反手連續對打。	實作	桌球拍、桌球
十四		第二次段考					
十五		下旋不定點練習	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能流暢變換下旋球移動步伐。	兩人一組，一人餵球，一人下旋不定點練習。	實作	桌球拍、桌球

十六		練習拉弧圈球	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能擊出弧圈球	兩人一組，練習拉弧圈球。	實作	桌球拍、桌球
十七		發球訓練(上、下、側旋)	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能擊出上、下、側旋球。	兩人一組，輪流發球訓練(上、下、側旋)。	實作	桌球拍、桌球
十八		接發球訓練	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能接上旋發球與下旋發球。	兩人一組，一人發球旋球，一人接發球練習。	實作	桌球拍、桌球
十九		基本功練習	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體適能訓練。	能做出正確的正手揮拍。	馬步、進攻、防守腳步練習。	實作	桌球拍、桌球
廿		模擬比賽	T-IV-B2 網/牆性球類運動比賽之組合性攻防實務技術。	適應比賽感覺。	透過比賽練習臨場反應，提生抗壓性。	實作	桌球拍、桌球

廿一		第三次段考				
<p>特教需求學生 課程調整</p>	<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無</p> <p><input type="checkbox"/>有-智能障礙()人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症()人、<u>(自行填入類型/人數)</u></p> <p>※資賦優異學生：<input type="checkbox"/>無</p> <p><input type="checkbox"/>有- <u>(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</u></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：</p> <p style="text-align: right;">普教老師簽名：</p>					

註 1：請分別列出七、八年級第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。

註 2：藝術才能班請於表件中加入「課程目標/學習構面」項目，該項目內容含創作與展演、知識與概念、藝術與文化、藝術與生活、藝術專題，共計 5 面向。

註 3：起迄日期可依疫情或實際需要彈性調整。

111 學年度嘉義縣新港國民中學八年級第二學期彈性學習課程 桌球 教學計畫表 設計者：_____ (新課綱) (表十三之一)

一、課程四類規範(一類請填一張)

1. 統整性課程 (主題專題議題探究)
2. 社團活動與技藝課程(社團活動技藝課程)
3. 特殊需求領域課程

其他類：藝術才能班及體育班專門課程

4. 其他類課程

本土語文/新住民語文服務學習戶外教育班際或校際交流自治活動班級輔導學生自主學習領域補救教學

二、本課程每週學習節數：

三、本教育階段總綱核心素養：

A1 身心素質與自我精進A2 系統思考與解決問題A3 規劃執行與創新應變B1 符號運用與溝通表達B2 科技資訊與媒體素養

B3 藝術涵養與美感素養C1 道德實踐與公民意識C2 人際關係與團隊合作C3 多元文化與國際理解給選項

四、課程目標：

五、融入領域或重大議題：

(一)融入領域：國語文 英語文 本土語 數學 社會 自然科學 藝術 綜合活動 健康與體育 生活課程 科技

(二)重大議題：性別平等教育 人權教育 環境教育 海洋教育 品德教育 生命教育 法治教育
科技教育 資訊教育 能源教育 安全教育 防災教育 閱讀素養 多元文化教育

生涯規劃教育 家庭教育 原住民教育 戶外教育 國際教育

六、本學期課程內涵：

週次	起訖日期	單元/主題名稱	教學重點	學習目標	學習活動	評量方式	教學資源/自編自選教材或學習單
一		1.正手擊球 2.反手推檔	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	1. 了解正手擊球動作要領。 2. 了解反手推檔動作要領。		實作	桌球拍、桌球
二		側旋發球與接球	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	3. 了解側旋球動作要領。 4. 能擊出側旋球。 理解接發球的站位與擊球時機。	兩人一組，側旋發球與接球練習。	實作	桌球拍、桌球
三		發球防守	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	了解球的旋轉與對方的發力。	兩人一組，發球防守練習。	實作	桌球拍、桌球

四		發側旋反手位、用逆接回球	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能做出逆接回球	兩人一組，一人發側旋反手位，另一人用逆接回球。	實作	桌球拍、桌球
五		發側旋正手位、用逆接回球	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能做出逆接回球	兩人一組，一人發側旋正手位，另一人用逆接回球。	實作	桌球拍、桌球
六		體能訓練	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體適能訓練。	提升體適能	九公尺折返跑、60 公尺衝刺跑、三千公尺跑	實作	桌球拍、桌球
七		第一次段考					
八		側旋球拉弧圈攻擊	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	加強對反手位來球攻擊性。	兩人一組，側旋球拉弧圈攻擊。	實作	桌球拍、桌球
九		反手位攻擊	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳	加強對反手位來球攻擊性。	兩人一組，反手位攻擊	實作	桌球拍、桌球

			接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。		練習。		
十		正手位防守練習	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	加強對方攻擊正手位的防守	兩人一組，正手位防守練習。	實作	桌球拍、桌球
十一		體能訓練	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體適能訓練。	提升體適能	九公尺折返跑、60公尺衝刺跑、三千公尺跑	實作	桌球拍、桌球
十二		發六點接發調位攻擊	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	加強發球的變化。	兩人一組，發六點接發調位攻擊。	實作	桌球拍、桌球
十三		逆接法	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技	加強對來球的旋轉作處理。	兩人一組，一人發球，另一人以逆接法回擊球。	實作	桌球拍、桌球

			術。				
十四		第二次段考					
十五		逆接法	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	加強對來球的旋轉作處理。	兩人一組，一人發球，另一人以逆接法回擊球。	實作	桌球拍、桌球
十六		三點位移連續對打	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	加強板數	兩人一組，三點位移連續對打。	實作	桌球拍、桌球
十七		模擬比賽	T-IV-B2 網/牆性球類運動比賽之組合性攻防實務技術。	適應比賽感覺。	透過比賽練習臨場反應，提生抗壓性。	實作	桌球拍、桌球
十八		短球練習 (撥球、切短)	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	增加對短球的攻擊性與變化	兩人一組，短球練習(撥球、切短)。	實作	桌球拍、桌球

十九		長短球搶攻	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	加強對長短球來球的判斷及攻擊。	兩人一組，長短球搶攻。	實作	桌球拍、桌球
廿		第三次段考					
特教需求學生 課程調整		※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、 <u>(自行填入類型/人數)</u> ※資賦優異學生： <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有- <u>(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</u> ※課程調整建議(特教老師填寫)： 1. 2. <div style="text-align: right;"> 特教老師簽名： 普教老師簽名： </div>					

註 1：請分別列出七、八年級第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。

註 2：藝術才能班請於表件中加入「課程目標/學習構面」項目，該項目內容含創作與展演、知識與概念、藝術與文化、藝術與生活、藝術專題，共計 5 面向。

註 3：起迄日期可依疫情或實際需要彈性調整。

111 學年度嘉義縣新港國民中學九年級第一學期彈性學習課程桌球教學計畫表 設計者：_____ (新課綱) (表十三之一)

一、課程四類規範(一類請填一張)

1. 統整性課程 (主題專題議題探究)
2. 社團活動與技藝課程(社團活動技藝課程)
3. 特殊需求領域課程

其他類：藝術才能班及體育班專門課程

4. 其他類課程

本土語文/新住民語文服務學習戶外教育班際或校際交流自治活動班級輔導學生自主學習領域補救教學

二、本課程每週學習節數：

三、本教育階段總綱核心素養：

A1 身心素質與自我精進A2 系統思考與解決問題A3 規劃執行與創新應變B1 符號運用與溝通表達B2 科技資訊與媒體素養

B3 藝術涵養與美感素養C1 道德實踐與公民意識C2 人際關係與團隊合作C3 多元文化與國際理解給選項

四、課程目標：

五、融入領域或重大議題：

(一)融入領域：國語文 英語文 本土語 數學 社會 自然科學 藝術 綜合活動 健康與體育 生活課程 科技

(二)重大議題：性別平等教育 人權教育 環境教育 海洋教育 品德教育 生命教育 法治教育
科技教育 資訊教育 能源教育 安全教育 防災教育 閱讀素養 多元文化教育
生涯規劃教育 家庭教育 原住民教育 戶外教育 國際教育

六、本學期課程內涵：

週次	起訖日期	單元/主題名稱	教學重點	學習目標	學習活動	評量方式	教學資源/自編自選教材或學習單
一		體能訓練(敏捷、速度、耐力)	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體適能訓練。	提升個人體適能。	九公尺折返跑、60公尺衝刺跑、三	實作	桌球拍、桌球

					千公尺跑		
二		1. 正手扣殺、反手扣殺訓練 2. 下旋結合拉攻 3. 上旋結合扣殺	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	1. 能穩定做出扣殺動作。 2. 能結合旋球與扣殺。	兩人對打，正手扣殺、反手扣殺練習，下旋結合拉攻、上旋結合扣殺。	實作	桌球拍、桌球
三		上旋反手位對角連續對打	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	3. 能擊出上旋球。 能將上旋球擊至對角反手位。	兩人一組，上旋反手位對角連續對打。	實作	桌球拍、桌球
四		上旋正手位對角連續對打	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	1. 能擊出上旋球。 2. 能將上旋球擊至對角正手位。	兩人一組，上旋正手位對角連續對打。	實作	桌球拍、桌球
五		上旋正手位中線對角線二點位移	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能擊出正手位上旋球。 能流暢移動腳步。	兩人一組，上旋正手位中線對角線二點位移。	實作	桌球拍、桌球

六	反手位+正手位轉換連續對打	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能流暢轉換正、反手位。	兩人一組，反手位+正手位轉換連續對打。	實作	桌球拍、桌球
七	第一次段考					
八	上旋不定點練習	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能流暢變換上旋球移動步伐。	兩人一組，上旋不定點練習。	實作	桌球拍、桌球
九	下旋球發球練習	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能擊出下旋球。	兩人一組，下旋球發球練習。	實作	桌球拍、桌球
十	下旋反手位連續對切	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能擊出反手位下旋球	兩人一組，下旋反手位連續對切。	實作	桌球拍、桌球

			術。				
十一		下旋正手位連續對切	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能擊出正手位下旋球	兩人一組，下旋正手位連續對切。	實作	桌球拍、桌球
十二		體能訓練	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體適能訓練。	提升體適能	九公尺折返跑、60 公尺衝刺跑、三千公尺跑	實作	桌球拍、桌球
十三		下旋正反手連續對打	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能流暢轉換正、反手位下旋球。	兩人一組，下旋正反手連續對打。	實作	桌球拍、桌球
十四		第二次段考					
十五		下旋不定點練習	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能流暢變換下旋球移動步伐。	兩人一組，一人餵球，一人下旋不定點練習。	實作	桌球拍、桌球

十六		練習拉弧圈球	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能擊出弧圈球	兩人一組，練習拉弧圈球。	實作	桌球拍、桌球
十七		發球訓練(上、下、側旋)	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能擊出上、下、側旋球。	兩人一組，輪流發球訓練(上、下、側旋)。	實作	桌球拍、桌球
十八		接發球訓練	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能接上旋發球與下旋發球。	兩人一組，一人發球旋球，一人接發球練習。	實作	桌球拍、桌球
十九		基本功練習	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體適能訓練。	能做出正確的正手揮拍。	馬步、進攻、防守腳步練習。	實作	桌球拍、桌球
廿		模擬比賽	T-IV-B2 網/牆性球類運動比賽之組合性攻防實務技術。	適應比賽感覺。	透過比賽練習臨場反應，提生抗壓性。	實作	桌球拍、桌球

廿一		第三次段考				
<p>特教需求學生 課程調整</p>	<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無</p> <p><input type="checkbox"/>有-智能障礙()人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症()人、<u>(自行填入類型/人數)</u></p> <p>※資賦優異學生：<input type="checkbox"/>無</p> <p><input type="checkbox"/>有- <u>(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</u></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：</p> <p style="text-align: right;">普教老師簽名：</p>					

註 1：請分別列出七、八年級第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。

註 2：藝術才能班請於表件中加列「課程目標/學習構面」項目，該項目內容含創作與展演、知識與概念、藝術與文化、藝術與生活、藝術專題，共計 5 面向。

註 3：起迄日期可依疫情或實際需要彈性調整。

111 學年度嘉義縣新港國民中學九年級第二學期彈性學習課程 桌球 教學計畫表 設計者：_____ (新課綱) (表十三之一)

一、課程四類規範(一類請填一張)

1. 統整性課程 (主題專題議題探究)
2. 社團活動與技藝課程(社團活動技藝課程)
3. 特殊需求領域課程

其他類：藝術才能班及體育班專門課程

4. 其他類課程

本土語文/新住民語文服務學習戶外教育班際或校際交流自治活動班級輔導學生自主學習領域補救教學

二、本課程每週學習節數：

三、本教育階段總綱核心素養：

A1 身心素質與自我精進A2 系統思考與解決問題A3 規劃執行與創新應變B1 符號運用與溝通表達B2 科技資訊與媒體素養

B3 藝術涵養與美感素養C1 道德實踐與公民意識C2 人際關係與團隊合作C3 多元文化與國際理解給選項

四、課程目標：

五、融入領域或重大議題：

(一)融入領域：國語文 英語文 本土語 數學 社會 自然科學 藝術 綜合活動 健康與體育 生活課程 科技

(二)重大議題：性別平等教育 人權教育 環境教育 海洋教育 品德教育 生命教育 法治教育
科技教育 資訊教育 能源教育 安全教育 防災教育 閱讀素養 多元文化教育

生涯規劃教育 家庭教育 原住民教育 戶外教育 國際教育

六、本學期課程內涵：

週次	起訖日期	單元/主題名稱	教學重點	學習目標	學習活動	評量方式	教學資源/自編自選教材或學習單
一		1.正手擊球 2.反手推檔	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	1. 了解正手擊球動作要領。 2. 了解反手推檔動作要領。		實作	桌球拍、桌球
二		側旋發球與接球	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	5. 了解側旋球動作要領。 6. 能擊出側旋球。 理解接發球的站位與擊球時機。	兩人一組，側旋發球與接球練習。	實作	桌球拍、桌球
三		發球防守	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	了解球的旋轉與對方的發力。	兩人一組，發球防守練習。	實作	桌球拍、桌球

四		發側旋反手位、用逆接回球	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能做出逆接回球	兩人一組，一人發側旋反手位，另一人用逆接回球。	實作	桌球拍、桌球
五		發側旋正手位、用逆接回球	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	能做出逆接回球	兩人一組，一人發側旋正手位，另一人用逆接回球。	實作	桌球拍、桌球
六		體能訓練	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體適能訓練。	提升體適能	九公尺折返跑、60 公尺衝刺跑、三千公尺跑	實作	桌球拍、桌球
七		第一次段考					
八		側旋球拉弧圈攻擊	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	加強對反手位來球攻擊性。	兩人一組，側旋球拉弧圈攻擊。	實作	桌球拍、桌球
九		反手位攻擊	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳	加強對反手位來球攻擊性。	兩人一組，反手位攻擊	實作	桌球拍、桌球

			接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。		練習。		
十		正手位防守練習	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	加強對方攻擊正手位的防守	兩人一組，正手位防守練習。	實作	桌球拍、桌球
十一		體能訓練	P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體適能訓練。	提升體適能	九公尺折返跑、60 公尺衝刺跑、三千公尺跑	實作	桌球拍、桌球
十二		發六點接發調位攻擊	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	加強發球的變化。	兩人一組，發六點接發調位攻擊。	實作	桌球拍、桌球
十三		逆接法	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技	加強對來球的旋轉作處理。	兩人一組，一人發球，另一人以逆接法回擊球。	實作	桌球拍、桌球

			術。				
十四		第二次段考					
十五		逆接法	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	加強對來球的旋轉作處理。	兩人一組，一人發球，另一人以逆接法回擊球。	實作	桌球拍、桌球
十六		三點位移連續對打	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	加強板數	兩人一組，三點位移連續對打。	實作	桌球拍、桌球
十七		模擬比賽	T-IV-B2 網/牆性球類運動比賽之組合性攻防實務技術。	適應比賽感覺。	透過比賽練習臨場反應，提生抗壓性。	實作	桌球拍、桌球
十八		短球練習 (撥球、切短)	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	增加對短球的攻擊性與變化	兩人一組，短球練習(撥球、切短)。	實作	桌球拍、桌球

十九		長短球搶攻	T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術。	加強對長短球來球的判斷及攻擊。	兩人一組，長短球搶攻。	實作	桌球拍、桌球
廿		第三次段考					
特教需求學生 課程調整		※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、 <u>(自行填入類型/人數)</u> ※資賦優異學生： <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有- <u>(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</u> ※課程調整建議(特教老師填寫)： 1. 2. <div style="text-align: right;"> 特教老師簽名： 普教老師簽名： </div>					

註 1：請分別列出七、八年級第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。

註 2：藝術才能班請於表件中加列「課程目標/學習構面」項目，該項目內容含創作與展演、知識與概念、藝術與文化、藝術與生活、藝術專題，共計 5 面向。

註 3：起迄日期可依疫情或實際需要彈性調整。