

嘉義縣梅北國小 112 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)	42/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*是否融入 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 均未融入(供統計用，並非一定要融入) <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	基本規則及安全教 育	健康與體育 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維 護運動安全。	1. 桌球動作 2. 場地規劃 3. 運動傷害、 處置及預防知 識	1. 能了解桌球比賽的動作要領。 2. 能認識並遵守桌球比賽規則、場地規劃。 3. 認識常見的桌球運動傷害及處置、防護知識，以維 護自身與他人安全。	1. 能說出桌球比賽規則。 2. 能說出桌球比賽場地規劃。 3. 能認識常見的桌球運動傷害。 4. 能演示桌球運動傷害預防及處理 運動傷害的方式。	1. 利用黑板講解桌球規則。 2. 在練習場地實際體驗與測量球桌距 離。 3. 運用影片認識運動傷害及處理、預防 方式。	廖學勇 ( 1986 ): 桌 球運動基本技術訓 練法之研究, 台北體 專體育學術研究會	8	
第 (5) 週 - 第 (8) 週	基本動作解說	健康與體育 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正 確性。 綜合 1b-III-1 規劃與執行學習計畫，培養自 律與負責的態度。	1. 基本動作解 說 2. 原地向上擊 球 3. 整理裝備 4. 團體規範	1. 能了解桌球運動的技能要素與要領。 2. 能比較自己或他人的桌球動作的正確性。 3. 選擇適宜的整理裝備的方法。 4. 能培養桌球運動自律與負責的態度，並遵守團體 規範。	1. 能說出桌球基本動作要領的。 2. 能說出自己或他人在桌球動作上 是否正確 裝備整理的流程與要點。 3. 能培養桌球運動自律與負責的態 度 4. 能遵守團體規範。	1. 運用教學影片及老師示範練習球感 及分解動作。 2. 透過講解、示範等方式，指導學生 原地向上擊球動作步驟。 3. 藉由講解、示範等方式，瞭解裝備 整理的流程與要點。 4. 老師提醒學生要遵守團隊規範。	學校現有球具與學 生自備球具	8	

第(9)週 - 第(12)週	球感練習	<p>健康與體育</p> <p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p> <p>綜合</p> <p>1b-III-1 規劃與執行學習計畫，培養自律與負責的態度。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 分解動作</li> <li>2. 原地向上擊球</li> <li>3. 走動向上擊球</li> <li>4. 球感練習</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 藉由分解動作練習，增加穩定的身體控制及手眼協調能力。</li> <li>2. 運用原地向上擊球及走動向上擊球的學習策略，提高桌球動作正確及熟練技巧表現。</li> <li>3. 能設計及執行相關的球感練習計畫，培養自律與負責的態度。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能說出分解式基本動作步驟。</li> <li>2. 能做出分解式基本動作。</li> <li>3. 能運用原地向上擊球，增強球感及技能。</li> <li>4. 能運用走動向上擊球，增強球感及技能。</li> <li>5. 能利用球感練習，表現連貫性桌球動作。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 運用教學影片及老師示範練習球感及分解動作。</li> <li>2. 透過講解、示範等方式，指導學生原地及走動向上擊球動作及步驟。</li> <li>3. 學生實際練習分解式基本動作。</li> <li>4. 學生實際練習原地向上擊球的動作。</li> <li>5. 學生實際練習走動向上擊球的動作。</li> <li>6. 透過向上擊球的遊戲，增強學生這方面技能。</li> <li>7. 利用球感練習，表現連貫性桌球動作。</li> </ol>	學校現有球具與學生自備球具	8	
第(13)週 - 第(16)週	擊球練習	<p>健康與體育</p> <p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。</p> <p>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。</p> <p>3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 分解動作解說</li> <li>2. 兩人一組空中對擊</li> <li>3. 對牆擊球</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 運用分解動作練習，了解對擊的要素與要領，增強個人桌球技能。</li> <li>2. 運用兩人一組空中對擊練習，表現穩定的身體控制及手眼協調能力。</li> <li>3. 運用對牆擊球練習，表現穩定的身體控制及手眼協調能力。</li> <li>4. 能說自己及他人桌球擊球動作是否正確。</li> <li>5. 應用相關球感練習，提高桌球技能學習效能。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能說出持拍對擊分解式基本動作步驟。</li> <li>2. 能做出持拍對擊分解式基本動作。</li> <li>3. 能運用兩人一組空中對擊，表現穩定的身體控制及手眼協調能力。</li> <li>4. 能運用對牆擊球，表現穩定的身體控制及手眼協調能力。</li> <li>5. 能說自己及他人桌球擊球動作的正確性</li> <li>6. 能利用球感練習，提高桌球技能學習效能。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 運用教學影片及老師示範練習球感及分解動作。</li> <li>2. 透過講解、示範等方式，指導學生兩人一組空中對擊動作及步驟。</li> <li>3. 透過講解、示範等方式，指導學生兩對牆擊球動作及步驟。</li> <li>4. 老師請學生觀察並說出自己與他人在擊球上動作是否正確</li> <li>5. 利用球感練習，表現連貫性桌球動作。</li> </ol>	學校現有球具與學生自備球具	8	
第(17)週 - 第(21)週	正反拍擊球	<p>健康與體育</p> <p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p> <p>綜合</p> <p>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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 正拍擊球</li> <li>2. 反拍擊球</li> <li>3. 團體合作</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 運用正手拍擊球技能，練習如何抽球，表現穩定的身體控制和協調能力。</li> <li>2. 運用正手拍擊球技能，練習如何正手擋球，表現穩定的身體控制和協調能力。</li> <li>3. 運用正手拍擊球技，練習如何殺球，表現穩定的身體控制和協調能力。</li> <li>4. 運用反手拍擊球技能，練習如何推擋球，提高運動技能學習效能。</li> <li>5. 運用反手拍擊球技能，練習如何抽球，提高運動技能學習效能。</li> <li>6. 參與桌球比賽及練習時，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成訓練目標。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能說出正手拍抽球、擋球及殺球時，手眼身體腳的動作。</li> <li>2. 能做出正手拍抽球、擋球及殺球時，手眼身體腳的動作。</li> <li>3. 能說出反手拍推擋球、抽球時，手眼身體腳的動作。</li> <li>4. 能做出又手拍推擋球、抽球時，手眼身體腳的動作。</li> <li>5. 能說出團隊合作的行為。</li> <li>6. 能參與桌球比賽及練習時，協同合作達成訓練目標。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 運用教學影片及老師示範練習球感及分解動作。</li> <li>2. 透過講解、示範等方式，指導學生正反拍擊球動作及步驟。</li> <li>3. 藉由教練與同儕間互動，展現團隊合作及運動家精神。</li> </ol>	學校現有球具與學生自備球具	10	
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 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	※身心障礙類學生： <input checked="" type="checkbox"/> 無 ※資賦優異學生： <input checked="" type="checkbox"/> 無 ※課程調整建議(特教老師填寫)：  <p style="text-align: right;">特教老師姓名：林曉婷</p> <p style="text-align: right;">普教老師姓名：涂馨心</p>