

嘉義縣梅北國小 112 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	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*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	基本步伐	健康與體育 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。	1. 跨步接球 2. 三米接球	1. 能認識桌球的基本步伐與動作技能。 2. 能認識桌球的跨步接球步伐並了解練習策略。 3. 能認識桌球的三米接球步伐並了解練習策略。	1. 能認識桌球跨步接球的動作技能。 2. 能做出桌球跨步接球的動作技能。 3. 能認識桌球三米接球的動作技能。 4. 能做出桌球三米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。	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 原文網址： <a href="https://kknews.cc/sports/qemxgb.html">https://kknews.cc/sports/qemxgb.html</a> 原文網址： <a href="https://kknews.cc/sports/qemxgb.html">https://kknews.cc/sports/qemxgb.html</a>	8

<p>第(5)週 - 第(8)週</p>	<p>正手發球</p>	<p>健康與體育 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 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。</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"> <li>1. 認識正手發下旋球的動作技能概念。</li> <li>2. 認識正手高拋發球的動作技能概念。</li> <li>3. 認識正手長短球結合的動作技能概念。</li> <li>4. 能表現出三種正手發球的正確動作。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能說出正手發下旋球的動作技能概念。</li> <li>2. 能說出正手高拋發球的動作技能概念。</li> <li>3. 能說出正手長短球結合的動作技能概念。</li> <li>4. 能做出三種正手發球的正確動作。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>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</li> <li>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。</li> <li>3. 學生自由練習三種正手發球方式。</li> <li>4. 老師提醒學生有哪些發球動作練習的策略。</li> </ol>	<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-II-1 認識身體活動的動作技能。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。</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"> <li>1. 認識反手發下旋球的動作技能概念。</li> <li>2. 認識反手發側旋球的動作技能概念。</li> <li>3. 認識反手發上旋球的動作技能概念。</li> <li>4. 能表現出三種反手發球的正確動作。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能說出反手發下旋球的動作技能概念。</li> <li>2. 能說出反手發側旋球的動作技能概念。</li> <li>3. 能說出反手發上旋球的動作技能概念。</li> <li>4. 能做出三種反手發球的正確動作，並能發球過網。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>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。</li> <li>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。</li> <li>3. 學生自由練習三種反手發球方式。</li> <li>4. 老師提醒學生有哪些發球動作練習的策略。</li> </ol>	<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 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p>	<p>接上旋球 接下旋球 接側旋球</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能知道運用分解動作練習，增強正確接上旋球的技能策略。</li> <li>2. 能知道運用分解動作練習，增強正確接下旋球的技能策略。</li> <li>3. 能知道運用分解動作練習，增強正確接側旋球的技能策略。</li> <li>4. 能描述自己或他人在接發球的動作上是否正確。</li> <li>5. 能表現出各種發球的正確接發球的動作技能。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能說出運用分解動作練習，增強正確接上旋球的技能策略。</li> <li>2. 能說出運用分解動作練習，增強正確接下旋球的技能策略。能運用兩人一組空中對擊，增強球感及技能。</li> <li>3. 能說出運用分解動作練習，增強正確接側旋球的技能策略。</li> <li>4. 能說自己或他人在接發球的動作上是否正確。</li> <li>5. 能做出各種發球的正確接發球的動作技能。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>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。</li> <li>2. 透過講解、示範等方式，指導學生接發球的動作步驟。</li> <li>3. 學生自由練習接三種發球方式。</li> <li>4. 老師提醒學生有哪些接發球動作練習的策略。</li> </ol>	<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 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。  綜合 2b-II-1 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。	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. 認識桌球雙打如何跑位。 3. 認識雙打二人步伐搭配。 4. 認識桌球雙打戰術。 5. 能運用分解動作及反覆練習技能，練習如何搭配雙打。 6. 能體會桌球雙打團隊合作的重要，並能關懷隊員的狀況。	1. 能說出桌球雙打規則。 2. 能說出桌球雙打，二人該如何跑位。 3. 能說出桌球雙打，二人步伐該如何搭配。 4. 能做出桌球雙打戰術。 5. 能流暢做出雙打步伐、跑位及戰術。 6. 能說出團隊合作的行為。 7. 能主動關懷團隊成員。	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 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: center;">特教老師姓名: 林曉婷</p> <p style="text-align: center;">普教老師姓名: 涂馨心</p>							