

參、彈性學習課程計畫(校訂課程)

113 學年度嘉義縣布袋國民中學九年級第一、二學期彈性學習課程聯課活動-桌球教學計畫表 設計者：莊銘凱

一、課程四類規範(一類請填一張)

1. ☐統整性探究課程 (☐主題 ☐專題 ☐議題)

2. ☒社團活動與技藝課程 (☒社團活動 ☐技藝課程)

3. ☐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：1

三、課程設計理念：

1. 認識桌球運動。

2. 學會桌球運動基本運動技巧。

3. 學習桌球比賽並流暢運行。

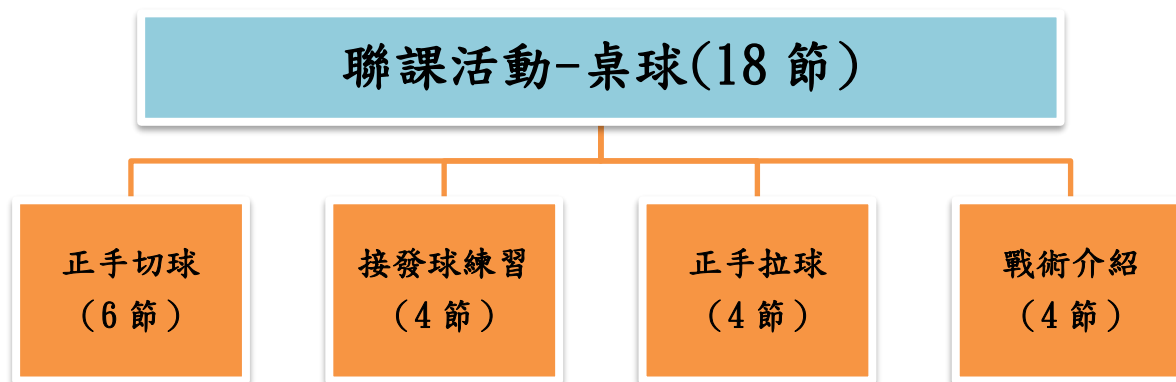
四、課程架構：



統整性探究課程單元主題活動：

☐語文領域 ☐數學領域 ☐社會領域 ☐自然科學領域

☐科技領域 ☐藝術領域 ☒健康與體育領域 ☐綜合活動領域



統整性探究課程單元主題活動：

☐語文領域 ☐數學領域 ☐社會領域 ☐自然科學領域
☐科技領域 ☐藝術領域 ☒健康與體育領域 ☐綜合活動領域

五、本學期課程內涵如下：

第一學期

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題)學習表現	學習目標	教學重點	評量方式	教學資源/ 自編自選教材或學習單
1-2 週	認識桌球、球感練習	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、	健體 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	認識桌球歷史、場地器材、球感體驗	講述介紹、實際體驗	能說出相關器材規格	

		積極實踐。					
3-4 週	反手推球 介紹	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	健體 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	認識反手推球動作要領	講述式、命令式練習	能說出反手推要領及使用時機 能做出反手推球連續 10 下	
5-6 週	發平擊球 介紹	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	健體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	認識發平擊球要領及規則	講述式、命令式練習	能做出發球並連續反手推 10 下	
7-8 週	正手推球	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	健體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	能結合發球及正手推球技術	分組練習、互惠式練習	能做出發球並連續正手推 10 下	
9-10 週	正反手推球結合	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人	健體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	能結合正手推及反手推球技術	互惠式、包含式練習	能做出 一正一反推球連續 10 下	

		性、自我價值與生命意義、積極實踐。					
11-12 週	比賽規則介紹	J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。	健體 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	了解規則並擔任實際擔任裁判	講述式、實際體驗	能說出桌球比賽的計分方式	
13-14 週	模擬比賽	J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。	健體 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	能實際上場比賽	分組比賽、實際體驗	能運用規則完成比賽	
15-16 週	旋轉球介紹	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	健體 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	了解桌球各種不同旋轉	講述式、實際體驗	能說出 3 種不同的旋轉種類	
17-18 週	發下旋球	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，	健體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能	學會發下旋球	命令式、互惠式練習	能連續發進 5 顆下旋球	

		並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	力，發展專項運動技能。				
19-21週	反手切球	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	健體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	學會反手切球	命令式、互惠式練習	能做出連續反手切球 10 下	

※身心障礙類學生：☐無

☒有-智能障礙(3)人、學習障礙()人、情緒障礙(2)人、自閉症()人、聽覺障礙(1)人(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生：☒無

☐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. 學生坐在小老師或愛心小天使/學伴的旁邊。
2. 將學習內容分成幾個小步驟，如數學解題分成第一步、第二步…等，或將冗長的語文文章切割成數個較短的段落。
3. 減少學習內容或問題的數量，如按照學生能力現況，某些較難的學習目標可以減少。
4. 將情障學生座位安排在情緒穩定不易受影響的同學旁。

5. 賦予或訓練學生參與班務工作，透過工作與責任創造學生在班級價值感。
6. 透過合作學習，利用口語提醒、同儕示範、肢體協助等，引導學生共同學習完成任務。

特教老師簽名：方英豪

普教老師簽名：莊銘凱

第二學期

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題)學習表現	學習目標	教學重點	評量方式	教學資源/ 自編自選教材或學習單
1-2 週	複習上學期所學之技術(發下旋球)	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	健體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	複習上學期所學過之技術	分組練習、自由對打	是否投入於練習中	平板大螢幕、學習單、彩色紙、剪刀
3-4 週	正手切球介紹	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛	健體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運	學會正手切球	命令式、互惠式	能做出連續正手切球 10 下	八人帳篷

		能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	動技能。				
5-6 週	發下旋球結合正手切球	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	健體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	能結合發球及切球	分組練習、互惠式	能做出發下旋球並正手切連續 10 下	平板大螢幕、學習單
7-8 週	介紹接發球	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	健體 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 健體 Ha-IV-1	認識不同接發球方法的要領	講述式、實際體驗	能說出 3 種不同接發球方法使用之時機	平板大螢幕、學習單
9-10 週	發球接發球	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	健體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	練習不同旋轉發球及其接發球方法	分組練習、互惠式	能做出 2 種不同接發球之方法	平板大螢幕、學習單、童軍繩
11-12 週	正手拉球	J-A1 具備良好的身心發展	健體 1d-IV-1 了解各項運動技能	學會正手拉球	命令式、互惠式	能做出正手拉連續	平板大螢幕、

		知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	原理。			進 5 球	學習單
13-14 週	正手拉球結合擺速	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	能結合拉球及擺速	分組練習、互惠式	能做出拉球並結合擺速 10 顆球	平板大螢幕、學習單
15-16 週	戰術介紹	J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。	健體 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。	認識比賽中不同發球旋轉之戰術應用	講述式、實際體驗	能說出 2 種不同旋轉發球之戰術應用	平板大螢幕、學習單
17-18 週	戰術介紹-比賽影片欣賞	J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力，欣賞各種藝術的風格和價值，並了解美感的特質、認知與表現方	健體 2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。	欣賞職業比賽中的張力與美感	觀看影片、撰寫心得	能寫出 3 項比賽中所看到感動與美	平板大螢幕、學習單

		式，增進生活的豐富性與美感體驗。					
--	--	------------------	--	--	--	--	--

※身心障礙類學生：☐無

☒有-智能障礙(3)人、學習障礙()人、情緒障礙(2)人、自閉症()人、聽覺障礙(1)人(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生：☒無

☐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. 學生坐在小老師或愛心小天使/學伴的旁邊。
2. 將學習內容分成幾個小步驟，如數學解題分成第一步、第二步…等，或將冗長的語文文章切割成數個較短的段落。
3. 減少學習內容或問題的數量，如按照學生能力現況，某些較難的學習目標可以減少。
4. 將情障學生座位安排在情緒穩定不易受影響的同學旁。
5. 賦予或訓練學生參與班務工作，透過工作與責任創造學生在班級價值感。
6. 透過合作學習，利用口語提醒、同儕示範、肢體協助等，引導學生共同學習完成任務。

特教老師簽名：方英豪

普教老師簽名：莊銘凱

--

註：

1. 請分別列出第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。
2. 社團活動及技藝課程每學期至少規劃 4 個以上的單元活動。