

嘉義縣 新埤國小 113 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	桌球小子	課程 設計者	張祐銘	總節數/學期 (上/下)	21/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 type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 均未融入 <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	閱讀花園(r) 生態花園(e) 藝術花園(a) 心靈花園(d)		與學校願景呼應之說明		1.重視基本學力與校園經營，提升學生能力與學習動機。 2.重視身心靈健康促進，鼓勵正向行為.正向發展。 3.培養學生同理心，且師生間互動良好，具備公平競爭、團隊合作等運動態度。		
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-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、透過社團課程介紹桌球基礎技術，讓學生具備良好的生活習慣，亦促進身心健全之發展。 二、透過球場禮儀規範，讓學生能具備理解他人感受的素質，並透過對賽培養學生具備團隊合作的精神。		

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(8)週	發旋轉球	健體-1d-III-1 <b>了解</b> 運動技能的要素和要領。 健體-3c-III-2 在身體活動中 <b>表現</b> 各項運動技能， <b>發展</b> 個人運動潛能。	1. 左、右側旋、上旋球。 2. 拋球、引拍、摩擦。	1. <b>了解</b> 發左、右側旋、上旋球的發球動作要領。 2. <b>了解</b> 拋球、引拍、摩擦、還原之動作要領。	1. 能了解左、右側旋、上旋球發球的基本動作要領。 2. 能確實完成左、右側旋、上旋球發球動作。 3. 能完整做出拋球、引拍、摩擦、還原之四步驟。	活動一 1. 教師示範及觀看教學影片。 活動二 1. 側身站位，持拍動做練習。 2. 空拍揮拍練習。 3. 在對面球桌放置球籃，學生須練習將球發進指定位置、兩人一組對打練習。 活動二 1. 完成3種球路教學後，讓學生熟練，在後幾堂課採用分組方式每種球桌個發一種球，發完輪下一個球桌，依序完成3個球桌循環發不同球路之動作。	1. 左側下旋發球 <a href="https://youtu.be/yCBbKNprArE">https://youtu.be/yCBbKNprArE</a> 2. 《桌球一本通》書籍	8

<p>第 (9) 週 - 第 (11) 週</p>	<p>接下 旋切 球</p>	<p>健體-3d-III-2 演練比賽中的進攻和 防守策略。 健體 1d-III-1 了解運動技能的要素 和要領。</p>	<p>1. 下旋球的策 略。 2. 下旋球。</p>	<p>1. 了解如何接應對手發過 來的下旋球。 2. 能在比賽中確實應用切 球技能。</p>	<p>1. 能了解球旋轉的方向 及切球技能。 2. 能將切球技能確實應 用到比賽中。</p>	<p>活動一 1. 透過教師講解，讓學生了解下旋球的 旋轉與切球反轉的方向 2. 透過影片及教師示範，讓學生學會切 球技能。 活動二 1. 空拍切球動做練習，藉此調整學生腳 步與拍面角度。 2. 自拋自切，將球打到指定位置。 3. 老師發下旋球過去，學生切球過來。</p>	<p>橫拍正反手切 球重點技巧 <a href="https://youtu.be/GYA_cdWyLoc">https://youtu .be/GYA_cdWyL oc</a></p>	<p>3</p>
<p>第 (12) 週 - 第 (15) 週</p>	<p>正反 手拉 球</p>	<p>健體-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。 健體-3d-III-1 應用學習策略，提高運 動技能學習效能。</p>	<p>1. 正 反 手 拉 球。 2. 正 反 手 拉 球 常見錯誤動 作。</p>	<p>1. 了解正反手拉球的動作 要領。 2. 了解正手拉球使用時機 與擊球位置。 3. 了解拉球動作常見錯 誤。</p>	<p>1. 能作出拉球動作的正 確要領。 2. 能了解拉球的使用時 機與擊球位置。 3. 能進行雙人互動練習。</p>	<p>活動一 1. 透過空拍練習，體會正確的拉球動作 要領。 2. 透過教師示範指導學生完成拉球的 動作要領。 活動二 1. 兩人一組一人發球一人練習拉球摩 擦。 2. 兩點對一點，教師以反手擊球的方式 將球送至左右兩點，學生練習移動中的 拉球技能。</p>	<p>《桌球一本通》 書籍</p>	<p>4</p>

<p>第 (16) 週 - 第 (19) 週</p>	<p>正手 扣殺</p>	<p>健體-3c-III-2 在身體活動中<b>表現</b>各項運動技能,發展個人運動潛能。 健體-3d-III-1 <b>應用</b>學習策略,提高運動技能學習效能。 健體-3d-III-2 <b>演練</b>比賽中的進攻和防守策略。</p>	<p>1. 正手扣殺。 2. 防守扣殺。 3. 練習策略。</p>	<p>1. <b>表現</b>正手扣殺的動作要領與技巧。 2. 結合先前的練習, <b>表現</b>防守扣殺的聯合動作技能。 3. <b>演練</b>扣殺技術的練習策略,並<b>應用</b>在練習中。</p>	<p>1. 能做出正手扣殺的動作要領。 2. 能連續殺球至指定位置至少 30 顆以上。 3. 能知道扣殺的練習策略。 4. 結合先前的練習,作出防守扣殺動作技能。</p>	<p>活動一 1. 透過影片講解、教師示範,指導學生做出正手扣殺的預備姿勢、引拍、擊球動作、結束姿勢等動作要領。 2. 透過課堂練習了解自己動作的正確性。 3. 透過教師指定位置完成 30 顆的殺球目標。 活動二 1. 兩人一組,一人練習殺球,一人防守,10 球交換,藉此完成防守與殺球的拆分動作</p>	<p>羅山桌球-正手扣殺與拉後扣 <a href="https://youtu.be/lxGaPEMTN">https://youtu.be/lxGaPEMTN</a> J4</p>	<p>4</p>
<p>第 (20) 週 - 第 (21) 週</p>	<p>學習 成效 測驗</p>	<p>健體- 1d-III-2 <b>比較</b>自己或他人運動技能的正確性。 健體- 3c-III-2 在身體活動中<b>表現</b>各項運動技能,<b>發展</b>個人運動潛能。 健體-3d-III-1 <b>應用</b>學習策略,提高運動技能學習效能。</p>	<p>1. 自我技能運用情形。 2. 先前學習內容。 3. 學期學習成效。</p>	<p>1. <b>了解</b>各技能的動作要領。 2. <b>展現</b>旋轉球、切球、拉球、扣殺等技能。 3. 結合各項技能並能連貫<b>應用</b>。</p>	<p>1. 能了解各技能的動作要領。 2. 能自行做出旋轉球、切球、拉球、扣殺等技能,並能將球打進有效區或指定位置。 3. 能結合各項技能並於比賽中適時使用。 4. 能結合本學期所學的各项技能並完成單打比賽。</p>	<p>1. 透過整學期課程,檢視學生對於桌球運動技能之學習成效。 2. 教師對於未能熟悉動作要領之學生加以指導及輔導。</p>	<p>「桌球一點通」 教學書籍</p>	<p>2</p>
<p>教材來源</p>		<p><input type="checkbox"/>選用教材 ( )      <input checked="" type="checkbox"/>自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)</p>						

<p>本主題是否 融入資訊科 技教學內容</p>	<p><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)</p>
<p>特教需求學 生課程調整</p>	<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有-智能障礙( )人、學習障礙(3)人、情緒障礙( )人、自閉症( )人、<u>(/人數)</u>  ※資賦優異學生：<input checked="" 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)：</p> <p>特教老師姓名：蔡承璋  普教老師姓名：張祐銘</p>

年級	高年級	年級課程 主題名稱	桌球小子	課程 設計者	張祐銘	總節數/學期 (上/下)	20/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 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	閱讀花園(r) 生態花園(e) 藝術花園(a) 心靈花園(d)		與學校願景呼 應之說明	1.重視基本學力與校園經營，提升學生能力與學習動機。 2.重視身心靈健康促進，鼓勵正向行為.正向發展。 3.培養學生同理心，且師生間互動良好，具備公平競爭、團隊合作等運動態度。			
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-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、透過社團課程介紹桌球基礎技術，讓學生具備良好的生活習慣，亦促進身心健全之發展。 二、透過分組練習及單雙打對賽，讓學生能具備樂於與人互動的素質，並具備團隊合作的精神。			

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(3)週	變線 攻法	健體-1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 健體-1d-III-3 了解比賽的進攻和防守策略。	1. 桌球攻法及球路攻擊技術。 2. 攻防戰術策略。	1. 了解變線攻擊的動作技巧與要領。 2. 在練習中或比賽中適時運用變線攻擊技術。 3. 了解變線攻法的使用時機。	1. 能做出變線攻擊的基本動作要領。 2. 能適時在比賽中使用攻防戰術。	活動一 1. 透過教師講解與示範，使學生了解變線攻擊之動作要領。 2. 教師發球，學生一球正手，一球反手，一球方線變線攻擊。 活動二 1. 學生搭配防守戰術，兩兩一組相互合作練習。	桌球攻擊戰術	3
第(4)週 - 第(7)週	雙打 規則 介紹	健體- 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 健體-2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 健體-2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範	1. 雙打比賽的規則與方式。 2. 移動方式 3. 球場禮儀。	1. 了解桌球雙打規則與移動方式。 2. 表現雙打比賽的球場禮儀。	1. 能確實了解雙打的規則與禮儀。 2. 能了解雙打的移動防守位置。 3. 了解雙打比賽發各類球路的代號手勢	活動一： 1. 透過觀看「雙打教學」影片，讓學生了解雙打的技巧與戰術規則。 2. 透過教師講解與示範，指導學生雙打的移動防守隊形。 3. 介紹雙打發球的球路手勢，以利接應對手攻擊球。 活動二 1. 藉由分組練習，熟悉移動跑位的路線與發球順序交換時機。 2. 藉由分組練習，一組練習球種暗號，一組練習辨別球種與快速反應對應接球方式。	1. 雙打技巧規則戰術教學分享 <a href="https://youtu.be/6uXYuqmDj_g">https://youtu.be/6uXYuqmDj_g</a>	4

<p>第 (8) 週 - 第 (10) 週</p>	<p>體能 訓練</p>	<p>健體-3c-III-2 在身體活動中<b>表現</b> 各項運動技能，<b>發 展</b>個人運動潛能。 健體-3c-III-1 <b>表現</b>穩定的身體控 制和協調能力。</p>	<p>1. 體能與肌 群的訓練。 2. 運動水平。 3 身體控制與 協調能力。</p>	<p>1. <b>發展</b>桌球運動所需 的體能訓練與肌群。 2. 透過體能訓練，<b>表現</b> 較高的運動水平。 3. 能有效完成教師所 制定的體能課表，<b>表現</b> 身體控制與協調能力。</p>	<p>1. 能做出桌球運動所 需之體能訓練(敏捷、 折返、腿部肌力、核心) 等動作要領與方法。 2. 能跟著教師示範確 實完成體能課表。 3. 能在規定時間內完 成每一組指定動作。</p>	<p>活動一 1. 透過教師講解讓學生了解桌球 運動所需的肌群。 2. 透過教師示範，讓學生了解各 肌群之訓練方式。 3. 透過訓練影片觀看正確動作要 領。 活動二 1. 敏捷繩梯. 折返跑. 爆發力. 登 階. 跨步深蹲. 核心肌力. 伏 地挺身. 雙打移動跑位</p>	<p>1. 體適能訓 練教材</p>	<p>3</p>
<p>第 (11) 週 - 第 (14) 週</p>	<p>推球 側身 攻</p>	<p>健體-3d-III-1 <b>應用</b>學習策略，提 高運動技能學習效 能。 健體-3d-III-2 <b>演練</b>比賽中的進攻 和防守策略。</p>	<p>1. 推球側身 攻。 2. 推球側身 攻的常見錯 誤。</p>	<p>1. <b>演練</b>推球側身攻的 動作要領、使用時機與 擊球位置。 3. 了解推球側身攻的 常見錯誤，並<b>應用</b>在練 習賽中。。</p>	<p>1. 能展現正確的動作 與步伐。 2. 能知道技能的使用 時機與擊球位置。 3. 能知道基礎練習策 略，並自主練習。</p>	<p>活動一 1. 透過空拍練習，體會正確的拉 球動作要領。 2. 透過教師示範指導學生完成正 確的動作要領。 3. 教師以反手推球方式將球推到 學生反手區，學生以反手或正手 方式擊球。 活動二 1. 教師加大移動範圍，增加訓練 學生移動防守能力與速度。</p>	<p>「桌球一點 通」教學書籍</p>	<p>4</p>



<p>第 (15) 週 - 第 (16) 週</p>	<p>團體 賽</p>	<p>健體-/1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 健體-3d-III-3 透過體驗或實踐， 解決練習或比賽的問題。 健體-2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。</p>	<p>1. 桌球團體比賽規則。 2. 練習問題。 3. 團體賽打點位置分析。 4. 分組比賽練習。</p>	<p>1. 了解桌球團體比賽規則。 2. 透過桌球團隊分組練習，解決練習時所需面臨的問題。 3. 了解打點上場順序及位置分析。 4. 參與分組比賽練習。</p>	<p>1. 能清楚了解比賽規程及計分。 2. 能完成分組模擬對抗賽。 3. 能清楚打點與上場順序。</p>	<p>活動一 1. 透過影片觀賞了解團體賽。 2. 透過教師講解了解團體賽規則與打點順序。 1. 實際分組比賽讓學生了解團體賽完整比賽順序。</p>	<p>【桌球】團體賽 <a href="https://www.youtube.com/live/Eq4W6fDsMxc?feature=share">https://www.youtube.com/live/Eq4W6fDsMxc?feature=share</a></p>	<p>2</p>
<p>第 (17) 週 - 第 (18) 週</p>	<p>雙打 分組 對抗 賽</p>	<p>健體-2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 健體-/1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 健體-2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範。</p>	<p>1. 桌球雙打模擬對抗賽。 2. 計分方式。 3. 禮儀及運動家精神。</p>	<p>1. 參與桌球雙打模擬對抗賽。 2. 能了解雙打計分方式。 3. 表現禮儀及運動家精神。</p>	<p>1. 能清楚了解比賽規程及計分 2. 能完成分組模擬對抗賽</p>	<p>1. 實際分組比賽讓學生了解整場完整比賽順序與跑位。 2. 讓學生擔任裁判，學習計分方式與犯規判定。</p>	<p>「乒乓球教學與訓練」教學書籍</p>	<p>2</p>

<p>第 (19) 週 - 第 (20) 週</p>	<p>學習 成效 測驗</p>	<p>健體- 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 健體- 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。 健體-3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p>	<p>1. 自我技能運用情形。 2. 先前學習內容。 3. 學期學習成效。</p>	<p>1. 了解各技能的動作要領。 2. 展現旋轉球、切球、拉球、扣殺等技能。 3. 結合各項技能並能連貫應用。</p>	<p>1. 能了解各技能的動作要領。 2. 能自行做出單雙打能力與攻擊技術。 3. 能結合各項技能並於比賽中適時使用。 4. 能結合本學期所學各項技能並完成單打比賽。 5. 學期心得回顧分享。</p>	<p>1. 透過整學期課程，檢視學生對於桌球運動技能之學習成效。 2. 教師對於未能熟悉動作要領之學生加以指導及輔導。 3. 透過單雙打對抗賽，檢視學生對單雙打比賽的了解程度。 4. 分享本學期學習心得與說出同學在球技上的優缺點，彼此切磋學習。</p>	<p>「桌球一點通」教學書籍</p>	<p>2</p>
<p>教材來源</p>	<p><input type="checkbox"/>選用教材 ( ) <input checked="" type="checkbox"/>自編教材(請按單元條列敘明於教學資源)</p>							
<p>本主題是否融入資訊科技教學內容</p>	<p><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)</p>							
<p>特教需求學生課程調整</p>	<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有-智能障礙( )人、學習障礙( 3)人、情緒障礙( )人、自閉症( )人、( /人數) ※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)：  特教老師姓名：蔡承璋 普教老師姓名：張祐銘</p>							

