

參、彈性學習課程計畫(校訂課程)

113 學年度嘉義縣義竹國民中學 七、八年級 第 一、二 學期彈性學習課程 桌球 教學計畫表 設計者：呂琬琳 (表十二之一)

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. 其他類課程

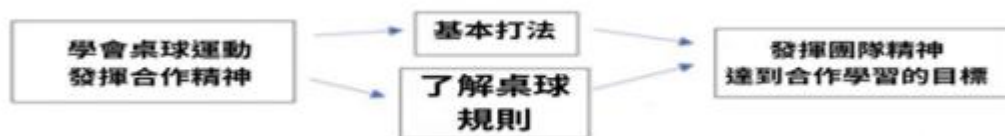
本土語文/新住民語文 服務學習 戶外教育 班際或校際交流 自治活動 班級輔導
 學生自主學習 領域補救教學

二、本課程每週學習節數：2

三、課程設計理念：

1. 使學生了解桌球的基本規則。
2. 使學生學會基本打法。
3. 利用對練熟悉基本打法。
4. 利用分組練習使學生發揮團隊精神，達到合作學習目標。
5. 利用縣賽讓孩子學到最佳的戰術和態度。

四、課程架構：(請參閱本縣課程計畫平台公告範例)



五、本學期課程內涵

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 (學習活動內容及實施方式)	評量方式	教學資源/ 自編自選教材 或學習單
第 1 週	介紹課程	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。	Ss-V-1 了解能量的轉換和身心素質與身體活動的關係	讓學生了解桌球運動與身體素質的關係	講解	學習單	自編教材
第 2 週	球感練習	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。	T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術	了解桌球運動基礎原理和規則	實務操作	動作測驗	自編教材
第 3-4 週	發球練習基本步伐	J-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主	T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行	學會正手發球基本步伐	實務操作	動作測驗	自編教材

		動學習與創新求變的素養。	組合性攻防戰術				
第 5-6 週	正手推球	J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。	T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻 防戰術	教練示範正確動作，動作解析	實務操作	動作測驗	自編教材
第 7-8 週	正手擊球	J-B2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。	T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻 防戰術	揮空拍練習落點要求	連續來回擊球 30 下	動作測驗	自編教材
第 9-10 週	反手推擋	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、	T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術	學會反手推擋	反手對推 5 分鐘	動作測驗	自編教材

		認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。					
第 11-12 週	正手攻 反手擋	J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。	T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術	學會正手攻擊 學會推擋球 學會步伐結合	學會適時攻擊 有防禦能力	動作測驗	自編教材
第 13-14 週	正手拉球	J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術	學會正手拉球	可以正手拉球 20 顆	動作測驗	自編教材
第 15-18 週	單打模擬 比賽	J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。	T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術	應用所學的技術 尋求勝利	可以結合各項基本動作	比賽	自編教材

第 19 週	比賽檢討心得分享	J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。	T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術	可以學會欣賞他人	累積比賽經驗欣賞對手	經驗技術分享	自編教材
第 20-21 週	體能活動	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。	T-IV-1 了解並執行網／牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術	安全運動	增加肌肉力量學會保護自己	動作測驗	自編教材

※身心障礙類學生：無

有-智能障礙(2)人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症()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.教學方法可運用工作分析，逐步引導學生學習指定的動作。
- 2.安排同儕小幫手確認個案的學習狀況並適時予以協助。

特教老師簽名：林士殷

普教老師簽名：呂琬琳

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
第 1-2 週	正手擊球 反手推擋	J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	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	能迅速反應做出各項基本動作	穩定正確的正手擊球和反手推擋	實際操作	自編教材
第 3-4 週	正手切球	J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。	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	學會正手切球	1、能作出基本步伐與基本動作。 2、能以正拍將球切過球網。	實際操作	自編教材
第 5-6 週	反手切球	J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活	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	學會反手切球	1、能作出基本步伐與基本動作。 2、能以反拍將球切過球網。	實際操作	自編教材

		動，關懷生命倫理議題與生態環境。					
第 7-8 週	發下旋球	J-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養	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	學會發下旋球	兩人一組練習 一人練發球 一人練接發球	實際操作	自編教材
第 9-10 週	發側旋球	J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。	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	學會發側旋球	兩人一組練習 一人練發球 一人練接發球	實際操作	自編教材
第 11-12 週	發側旋球不定點	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。	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	學會發側旋球不定點	球拍的角度 摩擦的力道	實際操作	自編教材

第 13-14 週	正下旋球抽球	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、認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。	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	學會正下旋球抽球	揮拍的動作 速度	實際操作	自編教材
第 15-16 週	基本動作綜合練習	J-B2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。	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	學會各項基本功可以運用自如	反應 節奏	實際操作	自編教材
第 17-18 週	單打比賽	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	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	技術的成熟	檢視修正缺點	實際操作	自編教材

		議題。					
第 19-20 週	雙打比賽	J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。	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	技術的成熟	檢視修正缺點	實際操作	自編教材

※身心障礙類學生：

■有-智能障礙(2)人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症()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.教學方法可運用工作分析，逐步引導學生學習指定的動作。

2.安排同儕小幫手確認個案的學習狀況並適時予以協助。

特教老師簽名：林士殷

普教老師簽名：呂琬琳

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。