

嘉義縣景山國小 113 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 11-3)

年級	1-6 年級	年級課程 主題名稱	桌球社團	課程 設計者	黃奕升	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 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) <i>需跨領域，以主題/專題/議題的類型，進行統整性探究設計；且不得僅為部定課程單一領域或同一領域下科目之間的重複學習。</i> <input checked="" type="checkbox"/> 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	喜閱采風景 童心樂活山		與學校願景呼 應之說明	藉由對桌球運動的興趣，提升身體體能及反應，進而培養團隊榮譽，積極進取，成為樂活好兒童。			
總綱 核心 素養	E-A1 具備良好生活的習慣，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	1. 能主動的吸收有關桌球的資訊，具備良好健康生活習慣。 2. 透過團隊練習，學生能理解並尊重同儕，增進合群、互助、榮譽、守秩序的正確觀念，達成團體目標。			

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)	教學活動 (學習活動)	教學資源	節 數
----------	------------------	---------------	------------	------	-------------	----------------	------	--------

第(1)週	認識桌球	<p>健體 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1c-III-1 了解運度技能要素和基本運動規範。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 網路影片教學。 桌球禮儀及規則。 	<ol style="list-style-type: none"> 會說出影片中介紹的桌球規則。 說出對桌球比賽禮儀的理解。 	<ol style="list-style-type: none"> 共同觀看影片後樂於分享自己了解的桌球基本規則。 學生能根據自己的經驗，發表對運動比賽禮儀的認知。 	<p>活動一：影片介紹 教師透過影片、實物讓學生認識桌球運動。 活動二：規則導讀 讓學生了解桌球的基本規則及禮儀。</p>	<p>國立教育資料館 桌球教學影片： https://www.youtube.com/watch?v=SGG8TBe07dg</p>	2
第(2)週 ~ 第(3)週	徒手接球	<p>健體 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 3c-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 綜合 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"> 拋球動作 接球動作 團體合作的意義及重要性。 團體活動的參與態度。 	<ol style="list-style-type: none"> 了解桌球拋球的基本規則動作。 認識球的重量以及空氣浮力，掌握球的反彈力。 體會合作的重要。 	<ol style="list-style-type: none"> 能親自練習拋球動作，掌握技巧要領。 透過各項練習，檢討修正自己的動作。 能確實遵守團體規範。 	<p>活動一：單人練習 1. 單手、換手、雙手接球練習。 2. 拍接球，站立、蹲姿接球練習。 活動二：雙人合作練習 1. 雙人傳接球，對牆擲球練習。 雙人過網接球練習。</p>	<p>Youtube 影片： 桌球基礎球感： https://www.youtube.com/watch?v=8tE4CwrhzgI</p>	4
第(4)週 ~ 第(6)週	平衡高手	<p>健體 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 1d-III-2 比較自己和他人運動技能的正確性。 綜合 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"> 執拍正確姿勢示範。 團體合作的意義及重要 	<ol style="list-style-type: none"> 手眼協調，掌握球和握拍的感覺。 能正確的執拍掌控拍面，控制力道。 了解、體驗球的彈跳力。 大膽嘗試，不怕失敗的學習態度。 體會合作的重要。 	<ol style="list-style-type: none"> 透過趣味的團體遊戲，慢慢地體會手眼與球和球拍間的熟悉度。 思考失敗的原因，用眼睛觀察他人成功的例子，學會不怕失敗的精神。 經由分組合作練習，逐漸熟練擊球的手感及適切的掌握力道。 	<p>藉由遊戲方式訓練球感 1. 球置拍面上方靜止不動，腳不走動，看可以靜止幾分鐘。 2. 球置拍面繞球桌走，球不落地。 3. 球置拍面向上拍球，正面連續向上擊球，球不落地。 4. 球置拍面向上拍球，一正一反向上連續擊球。</p>	<p>Youtube 影片： 桌球基本動作教學 https://www.youtube.com/watch?v=gWF0h6Xlh6U 洪雅慧： 《健康與體育領域</p>	6

			性。 3. 團體活動的參與態度。			5. 分組向上擊球接力賽。 6. 持拍對牆連續擊球、推球、回擊不落地。 7. 球拍向下擊球，控制好球的彈跳。 8. 兩人一組，面對面站立，互相把球打給對方，球在中間落地一次。 9. 兩人一組，面對面站立，互相擊球給對方，球在中間不落地，可連續打出幾球。	之桌球教學》 https://drive.google.com/drive/folders/182YDnetFbp5Kz_0S_VuSEMTi65ZFHpvW	
第(7)週~第(8)週	桌球正手拍的站位及擊球	健體 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-III-1 了解運動技能的要素與要領。 1d-III-2 比較自己和他人運動技能的正確性。	1. 正手拍站位的位置。 2. 揮拍擊球的協調性。 3. 團體活動的參與態度。	運用正確的執拍加上站位能準確的觸及球。	1. 透過影片教學加上觀察老師的動作、分析講解，能應用在實際動作上。 2. 經由多球練習，加上自己的反思、檢討站位及揮拍要領，使自己的動作更熟悉。	活動一：影片教學 以網路教學示範吸引學生學習。 活動二：親自示範 老師示範正手拍站位，擊球方法及要領解說。 老師利用多球讓學生進行擊球練習，請學生練習，個別指導、糾正。	Youtube 影片： 正手拍基本站位 https://www.youtube.com/watch?v=k1CkjQ7UJ3o	4
第(9)週~第(10)週	桌球反手拍的站位	健體 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-III-1 了解運動技能的要素與要領。 1d-III-2 比較自己和他人運動	1. 反手拍擊球動作分解團體活動	1. 演練並表現反手拍擊球動作要領 2. 遵守團體規範，學習相互尊重的風度。	1. 透過影片教學以及同儕討論反手擊球要領，順利完成回球練習的任務。 2. 經由遵守團體規範，體會相互尊	活動一：影片教學 透過網路教學示範引起學生學習效法的動力。 活動二：親自示範 老師示範反手拍站位，擊球方法及要領說明。	Youtube 影片： 反手拍 https://www.youtube.com/watch?v=FvyFJUxbyM	4

	及擊球	技能的正確性。	的參與態度		重，共同學習的樂趣。	老師利用多球讓學生進行擊球練習，請學生練習，個別指導、糾正。		
第(11)週 ~ 第(12)週	正手發球 — 擊罐高手	健體 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 1d-III-1 了解運動技能的要素與要領。 1d-III-2 比較自己和他人運動技能的正確性。 2c-II-3 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c-III-表現同理心、正向溝通的團隊精神。	1. 正手發球的示範。 2. 專注學習，互分心得。	1. 模仿運用並表現正手發球的技巧。 2. 重視並發展團隊精神。	1. 藉由影片教學技巧，自己親身模仿學習，專心練習。 2. 經由發球擊中鋁罐遊戲，分組競賽，培養榮譽心，熟練技能。	1. 透過老師講解、說明，示範演練等方式，指導學生正手球發球動作。 2. 在對桌桌面的底線擺上9個鋁罐，輪流上場擊罐 藉由老師與同儕加油，歡呼激勵學習動力。	Youtube 影片： 正手發球 https://www.youtube.com/watch?v=Iedb329xmpo	4
第(13)週 ~ 第(14)週	反手發球 — 擊罐高手	健體 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 1d-III-1 了解運動技能的要素與要領 1d-III-2 比較自己和他人運動技能的正確性。 2c-II-3 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c-III-表現同理心、正向溝通的團隊精神。	1. 反手發球的示範。 2. 專注學習，互分心得。	1. 模仿運用並表現反手發球的技巧。 2. 重視並發展團隊精神。	1. 藉由影片教學技巧，自己親身模仿學習，專心練習。 2. 經由發球擊中鋁罐遊戲，分組競賽，培養榮譽心，熟練技能。	1. 透過老師講解、說明，示範演練等方式，指導學生反手球發球動作。 2. 在對桌桌面的底線擺上9個鋁罐，輪流上場擊罐 3. 藉由老師與同儕加油，歡呼激勵學習動力。	Youtube 影片： 反手發球 https://www.youtube.com/watch?v=unxN8cbi3xI	4
第(15)週 ~ 第(17)週	正手拍連續動	健體 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3b-III-1 獨立演練大部分的自	1. 正手揮拍技巧 2. 團體活動	1. 模仿運用並表現正手揮拍連續動作的協調性。	1. 回想教學影片中的教學動作，檢視自身的基本動作，進而修正自身的缺	1. 透過影片講解示範帶領學生進行揮拍連續動作練習。 2. 揮拍時配合糾正調整學生重心轉換。	Youtube 影片： 正手連續撥球 https://www.youtube	6

週	作及重心轉換	我調適技能。 2c-II-3 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。	的參與度	2. 體會專注觀察主動參與；學習守紀律負責任的好習慣。	點，正確的連續揮拍。 2. 熟練正確的揮拍，保持身體協調，準確的回擊五球，與同儕互相加油勉勵，提升自己的技能。	3. 老師以多球餵給學生熟練連續揮拍擊球。 4. 藉由同儕互相觀摩，展現運動精神。	.com/watch?v=7A4DAY4kutg	
第(18)週~第(20)週	反手拍連續動作及重心轉換	健體 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3b-III-1 獨立演練大部分的自我調適技能。 2c-II-3 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。	1. 反手揮拍技巧團體活動的參與度	1. 模仿運用並表現反手揮拍連續動作的協調性。 2. 體會專注觀察主動參與；學習守紀律負責任的好習慣。	1. 回想教學影片中的教學動作，檢視自身的基本動作，進而修正自身的缺點，正確的連續揮拍。 2. 熟練正確的揮拍，保持身體協調，準確的回擊五球，與同儕互相加油勉勵，提升自己的技能。	1. 透過影片講解示範帶領學生進行揮拍連續動作練習。 2. 揮拍時配合糾正調整學生重心轉換。 3. 老師以多球餵給學生熟練連續揮拍擊球。藉由同儕互相觀摩，展現運動精神。	Youtube 影片： 反手連續撥球 https://www.youtube.com/watch?v=FvyFJUxbtyM	6
教材來源	<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)							
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)							
	※身心障礙類學生： <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> 有-學習障礙(3)人 ※資賦優異學生： <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有							

特教需求
學生
課程調整

※課程調整建議(特教老師填寫)：

1. 採用工作分析法，提供視覺化線索(單面提示卡-以顏色標示步驟與段落)，如給予個別化的動作分解教學並給予時間反覆練習
2. 建議給予分散式的教學，採用多單元活動設計方式進行小步驟的教學，每項活動盡量不超過 10~15 分鐘。
3. 建議可以用合作學習方式，以團隊合作方式每個人負責部分工作或任務，並於團隊中提供小天使，給予口語提示、叮嚀步驟。
4. 建議簡化與減量學生學習目標與內容，降低其學習難度。例如以部分參與完成(只須完成後半段的步驟或是一開始的步驟等等)、目標量降低、只須完成單一目標即可、給予較多提示量並以模仿操作完成。
5. 多安排學生練習表現的機會，適度給予讚美與回饋。
6. 採取實作評量，降低其完成動作標準。

特教老師簽名：蘇亦媚

普教老師簽名：黃奕升