

三、嘉義縣更寮國小 114 學年度校訂課程教學內容規劃表

表 14-3 校訂課程教學內容規劃表 全校學生人數未滿五十人需實施混齡，本課程是否實施混齡教學：是 （五到六年級） 否

年級	高年級	年級課程 主題名稱	多元試探： <u>桌球好小子(I)</u>	課程 設計者	呂哲夫	總節數 /學期 (上/下)	40/上學期
符合 彈性 課程 類型	<input type="checkbox"/> 第一類 跨領域統整性探究課程 <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題 <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 其他類課程 <input type="checkbox"/> 本土語文/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(可以複選)						
學校 願景	地球公民、樂學展能、科技探索	與學校願 景呼應之 說明	透過桌球社團啟發學生的運動細胞，一方面給予學生多元試探的機會，一方面培養學生養成運動好習慣，達到樂學展能的學校願景。				
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	1. 透過桌球課程，習得桌球運動之基本規則。 2. 藉由體驗活動， 認識 個人特質， 發展 自己的多元智能。 3. 透過桌球課程，培養良好的運動習慣， 促進 學生的身心健康發展。 4. 藉以小組分組競賽，增進同儕 互動 機會，培養良性競爭心態與團員之間 合作 的 素養 。				
議題 融入	*應融入 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 安全教育(交通安全) <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育(至少擇一) 或 <input type="checkbox"/> 其他議題_____ (非必選)						

融入議題實質內涵		戶 E3/善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。							
教學進度	單元名稱	領域學習表現/議題實質內涵	自訂學習內容	學習目標	表現任務(學習評量)	學習活動(教學活動)	教學資源	節數	
第1週 - 第4週	桌球入門	<p>高年級</p> <p>健康與體育領域</p> <p>1b-III-1 理解健康技能和生活技能對健康維護的重要性</p> <p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領</p> <p>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</p> <p>戶 E3/善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。</p>	<p>1. 健康維護</p> <p>2. 運動要領</p> <p>3. 運動潛能</p>	<p>1. 學生透過學習理解健康維護的重要性</p> <p>2. 學生從桌球教學活動中了解運動要領</p> <p>3. 從桌球運動中，學生能表現運動技能並觸發個人運動潛能。</p> <p>4. 學生能善用五感用心感受運動的美妙。</p>	<p>1. 能理解健康維護的重要性</p> <p>2. 能了解運動要領並實踐之</p> <p>能表現個人對球的熱情與動機</p>	<p>初學者</p> <p>(1)細說桌球基本規則。</p> <p>(2)引導學生學習持拍、直上拍球、牆壁對打。</p> <p>(3)反思與修正</p> <p>※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。</p> <p>進階者</p> <p>(1)與老師對打練球。</p> <p>(2)隊友相互練球。</p> <p>(3)反思與修正</p> <p>※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。</p>	<p>點名簿</p> <p>桌球桌</p> <p>桌球</p> <p>桌球拍</p> <p>教學白板</p> <p>小組積分板</p>	8	
第5週 - 第8週	桌球練功坊(I)	<p>高年級</p> <p>健康與體育領域</p> <p>4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活</p> <p>3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習</p>	<p>1. 運動習慣</p> <p>2. 練習比賽的狀況</p> <p>3. 學習態</p>	<p>1. 藉由桌球活動養成規律的運動習慣</p> <p>2. 透過團體互動解決練習或比賽的狀況</p> <p>3. 能表現積極的學習態度並勇於接受挑戰</p>	<p>1. 能善用自我管理表養成規律運動習慣</p> <p>2. 能學習解決突發比賽狀況</p> <p>能展現積極的態度並維持之</p>	<p>初學者</p> <p>(1)細說桌球基本規則。</p> <p>(2)引導學生學習持拍、直上拍球、牆壁對打者。</p> <p>(3)反思與修正</p> <p>※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。</p>	<p>點名簿</p> <p>桌球桌</p> <p>桌球</p> <p>桌球拍</p>	8	

		或比賽的問題 2c-III-3 表現積極 參與、接受挑戰的 學習態度	度			進階者 (1)與老師對打練球。 (2)隊友相互練球。 (3)反思與修正 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。	教學白 板 小組積 分板	
第 9 週 - 第 12 週	桌 球 練 功 坊 (II)	高年級 健康與體育領域 4d-III-1 養成規律 運動習慣，維持動 態生活 3d-III-3 透過體驗 或實踐，解決練習 或比賽的問題 2c-III-3 表現積極 參與、接受挑戰的 學習態度	1. 運動習 慣 2. 練習比 賽的狀況 3. 學習態 度	1. 藉由桌球活動養成規律的運動習慣 2. 透過團體互動解決練習或比賽的狀況 3. 能表現積極的學習態度並勇於接受 挑戰	1. 能善用自我管理表養成規 律運動習慣 2. 能學習解決突發比賽狀況 能展現積極的態度並維持之	初學者 (1)引導學生學習直球發球。 (2)引導學生學習長球與短球。 (3)引導學生學習正確接球的腳步移 位。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。 進階者 (1)快速直球對練。 (2)左右長球對練。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。	點名簿 桌球 桌球拍 教學白 板 小組積 分板	8
第 13 週 - 第 16 週	桌 球 練 功 坊 (III)	高年級 健康與體育領域 4d-III-1 養成規律 運動習慣，維持動 態生活 3d-III-3 透過體驗 或實踐，解決練習 或比賽的問題 2c-III-3 表現積極	1. 運動習 慣 2. 練習比 賽的狀況 3. 學習態 度	1. 藉由桌球活動養成規律的運動習慣 2. 透過團體互動解決練習或比賽的狀況 3. 能表現積極的學習態度並勇於接受 挑戰	1. 能善用自我管理表養成規 律運動習慣 2. 能學習解決突發比賽狀況 能展現積極的態度並維持之	初學者 (1)引導學生學習直球發球。 (2)引導學生學習長球與短球。 (3)引導學生學習正手拍接球。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。 進階者	點名簿 桌球 桌球拍 教學白 板	8

		參與、接受挑戰的學習態度				(1)快速直球對練。 (2)左右長球對練。 (3)長速球、短撥球對練。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。	小組積分板	
第 17 週 - 第 20 週	桌球武林大會	<p>高年級</p> <p>健康與體育領域 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。</p> <p>1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。</p> <p>4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。</p>	<p>1. 團隊精神</p> <p>2. 健康自主管理</p> <p>3. 運動計畫</p>	<p>1. 學生透過分組競賽表現團隊合作精神。</p> <p>2. 學生能培養運動規律性了解健康自主管理與方法</p> <p>3. 學生能擬定簡易的運動計畫</p>	<p>1. 能充分表現團隊精神於分組競賽之中</p> <p>2. 能自發產生學習動機，培養運動好習慣。</p> <p>能嘗試擬定簡易的運動計畫並執行之</p>	<p>初學者</p> <p>(1) 分組競賽</p> <p>(2) 依人數決定賽制(單淘汰、敗部復活等)</p> <p>(3) 賽後檢討與分享。</p> <p>(4) 反思與修正</p> <p>進階者</p> <p>(1) 分組競賽</p> <p>(2) 依人數決定賽制(單淘汰、敗部復活等)</p> <p>(3) 賽後檢討與分享。</p> <p>(4) 反思與修正</p> <p>挑戰大魔王</p> <p>(1) 抽籤出賽</p> <p>(2) 挑戰教師</p> <p>(3) 賽後檢討與分享。</p> <p>(4) 反思與修正</p>	<p>點名簿</p> <p>桌球</p> <p>桌球拍</p> <p>教學白板</p> <p>小組積分板</p>	8
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)							

特教需求學生
課程調整

※身心障礙類學生：無 有-智能障礙()人、學習障礙(4)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)：

建議可依其個別差異進行適性調整與支持。教學上可採用動作分解、多感官提示及個別化引導，並提供正向回饋以建立學習自信。

活動內容可依學生能力調整難度，採用任務導向學習、小目標設定與合作式練習方式，以降低挫折並提升參與度。

課程環境宜簡化動線、設立安靜區並備有足夠器材。

評量則以過程性觀察為主，重視參與與努力表現，並可採非紙筆方式呈現，確保特生在下支持下能有效學習並樂於參與課程。

特教老師姓名：簡鈺靜

普教老師姓名：呂哲夫

年級	高年級	年級課程 主題名稱	多元試探： <u>桌球好小子</u> (II)		課程 設計者	呂哲夫	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 跨領域統整性探究課程 <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題 <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 其他類課程 <input type="checkbox"/> 本土語文/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(可以複選)							
學校 願景	地球公民、樂學展能、科技探索	與學校願 景呼應之 說明	透過桌球社團啟發學生的運動細胞，一方面給予學生多元試探的機會，一方面培養學生養成運動好習慣，達到樂學展能的學校願景。					
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	1. 透過桌球課程，習得桌球運動之基本規則。 2. 藉由體驗活動， 認識 個人特質， 發展 自己的多元智能。 3. 透過桌球課程，培養良好的運動習慣， 促進 學生的身心健康發展。 4. 藉以小組分組競賽，增進同儕 互動 機會，培養良性競爭心態與團員之間 合作 的 素養 。					
議題 融入	*應融入 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 安全教育(交通安全) <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育(至少擇一) 或 <input type="checkbox"/> 其他議題_____ (非必選)							
融入 議題	戶 E3/善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。							

實質內涵								
教學進度	單元名稱	領域學習表現/議題實質內涵	自訂學習內容	學習目標	表現任務(學習評量)	學習活動(教學活動)	教學資源	節數
第1週 - 第4週	桌球武功回放	<p>高年級</p> <p>健康與體育領域</p> <p>1b-III-1 理解健康技能和生活技能對健康維護的重要性</p> <p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領</p> <p>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</p>	<p>1. 健康維護</p> <p>2. 運動要領</p> <p>3. 運動潛能</p>	<p>1. 學生透過學習理解健康維護的重要性</p> <p>2. 學生從桌球教學活動中了解運動要領</p> <p>3. 從桌球運動中，學生能表現運動技能並觸發個人運動潛能</p>	<p>1. 能理解健康維護的重要性</p> <p>2. 能了解運動要領並實踐之</p> <p>能表現個人對球的熱情與動機</p>	<p>初學者</p> <p>(1) 能知道桌球執球法、握拍法及桌球網的架設、收納</p> <p>(2) 細說桌球基本規則。</p> <p>(3) 引導學生學習持拍、直上拍球、牆壁對打。</p> <p>※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。</p> <p>進階者</p> <p>(1) 能知道桌球執球法、握拍法及桌球網的架設、收納</p> <p>(2) 與老師對打練球。</p> <p>(3) 隊友相互練球。</p> <p>※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。</p>	<p>點名簿</p> <p>桌球桌</p> <p>桌球</p> <p>桌球拍</p> <p>教學白板</p> <p>小組積分板</p>	8
第5週 - 第8週	桌球練功坊(I) 桌球師徒相	<p>高年級</p> <p>健康與體育領域</p> <p>4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活</p> <p>3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題</p> <p>2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度</p>	<p>1. 運動習慣</p> <p>2. 練習比賽的狀況</p> <p>3. 學習態度</p>	<p>1. 藉由桌球活動養成規律的運動習慣</p> <p>2. 透過團體互動解決練習或比賽的狀況</p> <p>3. 能表現積極的學習態度並勇於接受挑戰</p>	<p>1. 能善用自我管理表養成規律運動習慣</p> <p>2. 能學習解決突發比賽狀況</p> <p>能展現積極的態度並維持之</p>	<p>初學者</p> <p>(1) 細說桌球基本規則。</p> <p>(2) 選擇一位「進階者球員」作為師傅，建立師徒練習制。</p> <p>(3) 各師徒小組進行默契培養</p> <p>※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。</p> <p>進階者</p> <p>(1) 招收1~2位「初學者球員」作為徒弟，建立師徒練習制。</p> <p>(2) 各師徒小組進行默契培養</p>	<p>點名簿</p> <p>桌球桌</p> <p>桌球</p> <p>桌球拍</p> <p>教學白板</p>	8

	見 桌 球 師 徒 相 見					(3)與老師對打練球。 (4)隊友相互練球 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。	小組積 分板	
第9 週 - 第12 週	桌 球 練 功 坊 (II)	高年級 健康與體育領域 4d-III-1 養成規律 運動習慣，維持動 態生活 3d-III-3 透過體驗 或實踐，解決練習 或比賽的問題 2c-III-3 表現積極 參與、接受挑戰的 學習態度	1. 運動習 慣 2. 練習比 賽的狀況 3. 學習態 度	1. 藉由桌球活動養成規律的運動習慣 2. 透過團體互動解決練習或比賽的狀況 3. 能表現積極的學習態度並勇於接受 挑戰	1. 能善用自我管理表養成規 律運動習慣 2. 能學習解決突發比賽狀況 能展現積極的態度並維持之	活動一：單打練習 (1)各師徒小組進行單打練習。 (2)各師徒小組若有練習上的困難， 教師從中進行協助。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。 活動二：雙打練習 (1)各師徒小組進行雙打練習。 (2)各師徒小組若有練習上的困難， 教師從中進行協助。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。 活動三：各項技能及技術運用與練習 (1)各師徒小組進行各項技能及技術 運用。 (2)各師徒小組若有練習上的困難， 教師從中進行協助。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。	點名簿 桌球 桌球拍 教學白 板 小組積 分板	8
第13 週 - 第14 週	桌 球 練 功 坊 (I)	高年級 健康與體育領域 4d-III-1 養成規律	1. 運動習 慣	1. 藉由桌球活動養成規律的運動習慣	1. 能善用自我管理表養成規 律運動習慣	初學者 (1)引導學生學習直球發球。	點名簿 桌球	8

第 16 週	功坊 (IV)	運動習慣，維持動態生活 3d-III-3 透過體驗或實踐， 解決 練習或比賽的問題 2c-III-3 表現 積極參與、 接受 挑戰的學習態度	2. 練習比賽的狀況 3. 學習態度	2. 透過團體互動 解決 練習或比賽的狀況 3. 能 表現 積極的學習態度並勇於接受挑戰	2. 能學習解決突發比賽狀況能展現積極的態度並維持之	(2)引導學生學習長球與短球。 (3)引導學生學習正手拍接球。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。 進階者 (1)快速直球對練。 (2)左右長球對練。 (3)長速球、短撥球對練。 ※體能訓練：開合跳、跑步、跳繩等。	桌球拍 教學白板 小組積分板	
第 17 週 - 第 20 週	桌球武林大會	高年級 健康與體育領域 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。 4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。	1. 團隊精神 2. 健康自主管理 3. 運動計畫	1. 學生透過分組競賽 表現 團隊合作精神。 2. 學生能 培養 運動規律性了解 健康自主管理 與方法 3. 學生能擬定簡易的運動計畫	1. 能充分表現團隊精神於分組競賽之中 2. 能自發產生學習動機，培養運動好習慣。 能嘗試擬定簡易的運動計畫並執行之	活動一：桌球武林派別大門-擊球比賽 (1)以各師徒小組為單位進行競賽 (2)由老師擔任魔王，可與老師擊球來回 10 次可獲得一分 (3)賽後進行小組積分計算 (4)小組賽後檢討與分享 活動二：桌球武林派別大門-單打比賽 (1)以各師徒小組為單位進行競賽 (2)小組抽籤，進行單打比賽 (3)賽後進行小組積分計算 (4)小組賽後檢討與分享 活動三：桌球武林派別大門-單打比賽 (1)以各師徒小組為單位進行競賽 (2)小組抽籤，進行雙打比賽	點名簿 桌球 桌球拍 教學白板 小組積分板	8

						(3) 賽後進行小組積分計算 (4) 小組賽後檢討與分享 活動四：武林謝師宴 (1) 進行小組檢討與分享 (2) 進行全體檢討與分享 桌球個人人才藝秀		
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)							
特教需求學生課程調整	<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(4)人、情緒障礙()人、自閉症()人、(自行填入類型/人數)</p> <p>※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)</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <p>建議可依其個別差異進行適性調整與支持。教學上可採用動作分解、多感官提示及個別化引導，並提供正向回饋以建立學習自信。</p> <p>活動內容可依學生能力調整難度，採用任務導向學習、小目標設定與合作式練習方式，以降低挫折並提升參與度。</p> <p>課程環境宜簡化動線、設立安靜區並備有足夠器材。</p> <p>評量則以過程性觀察為主，重視參與與努力表現，並可採非紙筆方式呈現，確保特生在支持下能有效學習並樂於參與課程。</p> <p style="text-align: center;">特教老師姓名：簡鈺靜 普教老師姓名：呂哲夫</p>							