

嘉義縣竹崎國民小學 114 學年度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 ☐ (____ 年級和 ____ 年級) 否 ☒

年級	五、六年級	年級課程 主題名稱	桌球	課程 設計者	許心賢	總節數/學期 (上/下)	40 節/上學期 40 節/上學期
符合 彈性 課程 類型	☐ 第一類 跨領域統整性探究課程 ☐ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題 ☒ 第二類 ☒ 社團課程 ☐ 技藝課程 ☐ 第四類 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(可以複選)						
學校 願景			與學校願景 呼應之說明	1、透過體能訓練與運動習慣促進身心健康發展。 2、分析評估學生身心特質與體適能條件，規劃適合的運動計畫，發揮潛能。 3、藉由運動實踐之態度，培養終身學習的運動習慣，增進體適能，形塑健康生活型態。			
總綱 核心 素養	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。		課程 目標	1、認識桌球比賽規則，發展運動與保健的潛能。 2、探索並熟練桌球運動中各項基礎技術動作與技能策略，處理桌球運動中各項問題。 3、在桌球活動中能積極參與、公平競爭、團隊合作，以促進身心健康發展。 4、透過桌球競賽學習，樂於與人互動、公平競爭，並養成與團隊成員合作的精神。			

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(2)週	認識桌球	健康與體育/1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。	1. 桌球基本知識介紹 2. 桌球場地安全介紹 3. 運動傷害處置及預防知識 4. 不同種類桌球拍簡介並說明使用的特點	1. 認識並遵守桌球教室場地使用規則 2. 認識桌球拍的不同形式 3. 認識桌球皮的不同處認識運動傷害及處置防護知識、以維護自身與他人安全	1. 能說出桌球教室使用規則 2. 能說出桌球拍的不同，能演示在日常生活中預防及處理運動傷害的方式	1. 認識球場、球拍、球〈認識球場〉包含場地使用介紹、場地安全，以及場地維護。 2. 認識不同桌球拍的握拍方式及其使用特點	球拍 球 球桌	4
第(3)週 - 第(4)週	球感練習	健康與體育/1d-III-1 了解運動技能的要素和要領	1. 桌球球皮介紹 2. 球感練習	1. 認識桌球皮的不同處 2. 藉由拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球等活動培養學生的球感	1. 能說出球皮不同的特性 2. 能透過練習增加學生的球感	1. 了解反膠、生膠、正膠膠皮的不同 2. 球感(抓、丟交互、停球於拍上繞場)練習	球拍 球 球桌	4

第(5)週 - 第(6)週	反手推打動作講解	健康與體育/1d-III-1 了解運動技能的要素和要領 健康與體育/1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。	1. 反手拍推球分解動作 2. 反手拍推球揮空拍練習	1. 認識反手推球分解動作的概念與動作練習策略 2. 藉由揮空拍，固定反手擊球動作並能描述自己或他人動作的正確性	1. 能說出桌球反手推球分解動作步驟 2. 能描述自己或他人反手揮拍的正確性，並揮出正確的反手拍擊球動作	1. 透過講解、示範等方式，指導學生反手推球擊球動作 2. 藉由揮空拍，固定反手擊球動作	球拍 球 球桌	4
第(7)週 - 第(8)週	反手推打多球訓練	健康與體育/1d-III-1 了解運動技能的要素和要領 綜合/1b-III-1 規劃與執行學習計畫，培養自律與負責的態度。	1. 反手拍推球分解動作示範，練習反手推球動作 2. 分組練習反手推球	1. 認識反手推球分解動作的概念與動作練習策略 2. 由分組多球練習，讓學生能落實學習行動	1. 能做出桌球反手推球動作 2. 能藉由球練習落實學習行動	1. 透過講解、示範等方式，指導學生反手推球擊球動作 2. 分組進行反手推球多球練習	球拍 球 球桌	4
第(9)週 - 第(10)週	反手連續對推練習	健康與體育/1d-III-1 了解運動技能的要素和要領 健康與體育/1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性	1. 反手拍推球連續動作示範，練習反手推球動作 2. 分組練習反手推球	1. 認識反手推球連續動作的概念與動作練習策略 2. 藉由分組多球練習，讓學生能落實學習行動	1. 能做出桌球反手連續推球動作 2. 能藉由球練習落實學習行動	1. 透過講解、示範等方式，指導學生反手推球擊球動作 2. 分組完成裝備整理	球拍 球 球桌	4

第 (11) 週 - 第 (12) 週	正手揮拍動作講解	健康與體育/1d-III-1 了解運動技能的要素和要領 健康與體育/1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性	1. 正手揮拍分解動作 2. 正手拍推球揮空拍練習	1. 認識正手揮拍分解動作的概念與動作練習策略 2. 藉由揮空拍，固定正手擊球動作並能描述自己或他人動作的正確性	1. 能說出桌球正手揮拍分解動作步驟 2. 能描述自己或他人正手揮拍的正確性，並揮出正確的正手拍擊球動作	1. 透過講解、示範等方式，指導學生正手揮球擊球動作 2. 藉由揮空拍，固定正手擊球動作	球拍 球 球桌	4
第 (13) 週 - 第 (14) 週	正手揮拍多球練習	健康與體育/1d-III-1 了解運動技能的要素和要領 綜合/1b-III-1 規劃與執行學習計畫，培養自律與負責的態度。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽問題	1. 正手拍揮拍球分解動作示範，練習正手揮球動作 2. 分組練習正手擊球	1. 認識正手揮拍分解動作的概念與動作練習策略 2. 藉由分組多球練習，讓學生能落實學習行動	1. 能做出桌球正手揮拍動作 2. 能藉由練習落實學習行動	1. 透過講解、示範等方式，指導學生正手擊球動作練習。 2. 分組完成裝備整理	球拍 球 球桌	4
第 (15) 週 - 第 (16) 週	正手連續對打練習	健康與體育/1d-III-1 了解運動技能的要素和要領 綜合/1b-III-1 規劃與執行學習計畫，培養自律與負責的態度。	1. 正手揮拍連續動作示範，練習反手推球動作 2. 分組練習正手擊球	1. 認識正手揮拍連續動作的概念與動作練習策略 2. 藉由分組對打練習，讓學生能落實學習行動	1. 能做出桌球正手揮拍連續動作 2. 能藉由練習落實學習行動	1. 透過演練、熟悉、競賽等方式，指導學生發球、正反手擊球等動作技能 2. 分組完成裝備整理	球拍 球 球桌	4

第 (17) 週 - 第 (18) 週	發球練習	健康與體育/1d-III-1 了解運動技能的要素和要領 健康與體育/1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性	1. 正手擊球分解動作 2. 分組團隊規範	1. 認識發球分解動作 2. 能藉由分組練習後，描述自己或他人動作技能的正確性	1. 能做出發球的動作 2. 能描述自己或他人發球動作的正確性	1. 透過演練、熟悉、競賽等方式，指導學生發球 2. 分組練習發球	球拍 球 球桌	4
第 (19) 週 - 第 (20) 週	單打比賽	健康與體育/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。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。	1. 動作結合要點 2. 團隊規範	1. 能結合發球及正反手動作，表現聯合動作技能	1. 能做出結合動作 2. 比賽時能遵守紀律，重視榮譽感	1. 透過演練、熟悉、競賽等方式，指導學生發球、正反手擊球等動作技能	球拍 球 球桌	6

【下學期】

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(2)週	反手切球	健康與體育/1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 健康與體育/1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性	1. 反手拍切球分解動作 2. 反手切球揮空拍練習	1. 認識反手切球分解動作的概念與動作練習策略 2. 藉由揮空拍，固定反手切球動作並能描述自己或他人動作的正確性	1. 能說出桌球反手切球分解動作步驟 2. 能描述自己或他人反手切球作的正確性，並揮出正確的反手拍切球動作	1. 透過講解、示範等方式，指導學生反手切球擊球動作 2. 藉由揮空拍，固定反手切動作	球拍 球 球桌	4
第(3)週 - 第(4)週	反手切球多球練習	健康與體育/1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。	1. 反手拍切球分解動作示範 ，練習反手切球動作 2. 分組練習反手切球	1. 認識反手切球分解動作的概念與動作練習策略 2. 藉由分組多球練習，讓學生能落實學習行動	1. 能做出桌球反手切球動作 2. 能藉由球練習落實學習行動	1. 透過講解、示範等方式，指導學生反手切球擊球動作 2. 分組進行反手切球多球練習	球拍 球 球桌	4
第(5)週 - 第(6)週	反手切球連續性練習	健康與體育/1d-III-1 了解運動技能的要素和要領 綜合/1b-III-1 規劃與執行學習計畫，培養自律與負責的態度。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽問題	1. 反手拍切球連續動作示範，練習反手推球動作 2. 分組練習反手切球	1. 認識反手切球連續動作的概念與動作練習策略 2. 藉由分組連續切球練習，讓學生能落實學習行動	1. 能做出桌球反手連續切球動作 2. 能藉由練習落實學習行動	1. 透過講解、示範等方式，指導學生反手切球連續擊球動作 2. 分組進行反手切球連續性練習	球拍 球 球桌	4

第(7)週 - 第(8)週	正手切球	健康與體育/1d-III-1 了解運動技能的要素和要領 健康與體育/1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性	1. 正手切球分解動作 2. 正手切球揮空拍練習	1. 認識正手切球分解動作的概念與動作練習策略 2. 藉由揮空拍，固定正手切球動作並能描述自己或他人動作的正確性	1. 能說出桌球正手切球分解動作步驟 2. 能描述自己或他人正手切球的正確性，並揮出正確的正手切球擊球動作	1. 透過講解、示範等方式，指導學生正手切球擊球動作 2. 藉由揮空拍，固定正手切球擊球動作	球拍球 球桌	4
第(9)週 - 第(10)週	正手切球多球練習	健康與體育/1d-III-1 了解運動技能的要素和要領 綜合/1b-III-1 規劃與執行學習計畫，培養自律與負責的態度。	1. 正手切球分解動作示範，練習正手切球動作 2. 分組練習正手切球	1. 認識正手切球分解動作的概念與動作練習策略 2. 藉由分組多球練習，讓學生能落實學習行動	1. 能做出桌球正手切球動作 2. 能藉由練習落實學習行動	1. 透過講解、示範等方式，指導學生正手切球擊球動作 2. 分組進行正手切球多球練習	球拍球 球桌	4
第(11)週 - 第(12)週	正手切球連續性練習	健康與體育/1d-III-1 了解運動技能的要素和要領 綜合/1b-III-1 規劃與執行學習計畫，培養自律與負責的態度。	1. 正手球切球連續動作示範，練習反手推球動作 2. 分組練習正手切球	1. 認識正手切球連續動作的概念與動作練習策略 2. 藉由分組連續切球練習，讓學生能落實學習行動	1. 能做出桌球正手切球連續動作 2. 能藉由練習落實學習行動	1. 透過講解、示範等方式，指導學生正手切球連續擊球動作 2. 分組進行正手切球連續性練習	球拍球 球桌	4
第(13)週 - 第(14)週	左推右攻	健康與體育/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。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。	1. 左推右攻球分解動作 2. 二正一反分解動作	1. 透過講解、示範等方式，讓學生表現出聯合性的動作技能 2. 運用動作技能性的練習策略，指導學生完成擊球動作	1. 能說出桌球左推右攻擊球分解動作步驟 2. 能流暢做出左推右攻揮空拍的動作	1. 透過講解、示範等方式，指導學生左推右攻擊球動作 2. 藉由揮空拍，固定右推右攻擊球動作	球拍球 球桌	4

第 (15) 週 - 第 (16) 週	左 推 右 攻 多 球 練 習	健康與體育/1d-III-1 了解運動技能的要素 和要領 3d-III-2 演練比賽中的 進攻和防守策略。 3d-III-3 透過體驗或 實踐，解決練習或比 賽的問題。	1. 右攻分解 作示範，練 習 2. 分組練習 左推右攻連 續性	1. 認識左推右攻分解動作的概 念與動作練習策略 2. 藉由分組多球練習，讓學生 能落實學習行動	1. 能做出桌球左推右攻連續動 作 2. 能藉由練習落實學習行動	1. 透過講解、示範等方式，指導學生左推右 攻擊球動作 2. 分組進行左推右攻多球練習	球拍 球 球桌	4
第 (17) 週 - 第 (18) 週	左 推 右 攻 結 合 比 賽	健康與體育/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。 3d-III-2 演練比賽中的 進攻和防守策略。 3d-III-3 透過體驗或 實踐，解決練習或比 賽問題 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。	1. 動作結合 要點 2. 團隊規範	1. 能結合發球及正反手及切球 動作，表現聯合動作技能 2. 比賽時能遵守紀律，重視榮 譽感	1. 能做出結合動作 2. 比賽時能遵守紀律，重視榮 譽感	1. 透過演練、熟悉、競賽等方式，指導學生 發球、正反手、切球及左推右攻擊球等動作 技能 2. 分組完成比賽及計分	球拍 球 球桌	4

- 1.學習環境調整：教室內規劃安靜角或提供其他空間(如：輔導諮商室或健康中心)，給予學生紓解壓力。
- 2.學習內容調整：教學內容增加教導和同儕相處的社會技巧，如：感恩的心、正向話語、同儕陪伴互動技巧。
- 3.學習歷程調整：結合增強制度，達到目標後給予喜愛的物品和大大的鼓勵來強化學生的學習動機。
- 4.學習評量調整：即使真正學習成就並非很好，但仍稱許學生的進步。

【自閉症學生】

- 1.學習環境調整：安排結構化的教室環境，有固定明確的流程步驟指示，讓學生清楚知道要做什麼及完成期限。
- 2.學習內容調整：搭配提示系統，提示學生各項活動的配合。
- 3.學習歷程調整：使用自我監控策略，如：時間管理自我檢核表、他人提醒或自我提醒。
- 4.學習評量調整：配合學生思考反應能力，可延長考試時間等等。

特教老師簽名：黃雅珉

【六年級】

※身心障礙學生：☐無 ☒有-智能障礙(2)人、學習障礙(1)人

※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)：

【智能障礙學生】

- 1.學習環境調整：盡量各科都安排小老師坐在智能障礙學生旁邊，方便隨時給予提醒或協助。
- 2.學習內容調整：按照學生能力現況，簡化學習內容，降低課程難度，並且減少作業份量。
- 3.學習歷程調整：將重要訊息或授課內容的關鍵字寫在黑板上，也要搭配口語解說；確定學生聽懂老師的指令，可在每上完一個段落就要求學生複述及口述重點。
- 4.學習評量調整：對識字困難、讀題有障礙的學生，提供各科試卷報讀服務，並進行成績比例調整。

【學習障礙學生】

- 1.學習環境調整：個人座位安排在容易專心的位置，如教師附近、前排座位，避免走廊及窗戶邊；重視學生的優點，適時針對學生的進步給予鼓勵，營造正向支持的環境。
- 2.學習內容調整：降低課程內容的難度，如以課本習作中的基礎題型為主。
- 3.學習歷程調整：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。
- 4.學習評量調整：避免以書寫能力、字的美醜為主要評定成績的依據；給予普通班/資源班成績比例調整。

特教老師簽名：蔡慧聯