

三、嘉義縣梅山國小國小 114 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 11-3) (上/下學期，各一份。若為同一個課程主題則可合為一份

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□(____年級和____年級) 否■

年級	中年級	年級課程 主題名稱	軟式網球	課程 設計者	陳逸愷	總節數 /學期 (上/下)	42/上學期
符合 彈性課 程類型	☐ 第一類 統整性探究課程 ☐ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題 *是否融入 ☐ 生命教育 ☐ 安全教育 ☐ 戶外教育 ☐ 均未融入(供統計用，並非一定要融入) ☒ 第二類 ☒ 社團課程 ☐ 技藝課程 ☐ 第四類 其他 ☐ 本土語文/臺灣手語/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						
學校 願景	推動品格紮根、品質為本、品味永續之三品教育，建置樂活 LOHAS 梅山		與學校願景呼應之說明	一、健康： 培養孩子健康樂活的身心靈腦，肯定自我、樂觀進取的習性，每位孩子都能擁有健康的身體、敏知敏覺的知能，大家都能快快樂樂充滿歡笑，讓心中充滿正向能量。 二、品格： 親師生具備「熱誠」「積極」於學校及社區事務。親師生均懂「孝順」、會「感恩」，能「以身作則」，對於依據原則所做的「選擇」能負「責任」，並能發揮「群育」，「真誠關懷」。 三、終身學習： 培育學生喜歡運動、專注、獨立思考、合作的態度。成就具有領導力，國際觀、服務力他的情懷，養成有智慧的終身學習的好國民。			

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、培養運動技能，具備良好的生活習慣，以促進身心健全發展。 二、認識個人特質，健全身心，發展生命潛能。 三、了解軟式網球運動的技術與基本知識。 四、促進運動體能均衡發展。 五、培養樂於與人互動，具備理解他人感受，擁有與團隊和諧相處、合作之素養。
議題融 入	*應融入 ☐ 性別平等教育 ☐ 安全教育(交通安全) ☐ 戶外教育(至少擇一) 或 ☐ 其他議題_____ (非必選)		
融入議 題實質 內涵	例如：戶 E4/覺知自身的生活方式會對自然環境產生影響與衝擊。 說明： 每個實質內涵均需與自訂學習內容連結，安排於學習目標中		

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 - 第 (4) 週	正拍擊球動作教學	健康與體育 1d-II-1 認識 動作技能概念 與動作練習 的策略 1d-II-2 描述 自己或他人動 作技能的正確 性 4d-II-1 培養 規律運動的習 慣並分享身體	1. 正拍擊球分 解動作 2. 整理裝備 3. 團體規範 4. 健身運動 5. 正拍擊球分 解動作 6 整理裝備 7 團體規範 8 健身運動	1. 認識、描述並探索 正拍擊球分解動作 2. 遵守團體規範 3. 培養並落實每日健 身運動的習慣 4. 選擇適宜的整理裝 備方式 5 認識、描述並探索 正 拍擊球分解動作 6. 遵守團體規範 7. 培養並落實每日健	1. 能做出軟式網球正拍擊 球分解動作步驟 2. 能說出同學錯誤的動 作，並提出改進的方式 3. 出裝備整理的流程與要 點 4 能遵守團體規範	1. 上課前，先動態熱身並透過球 感練習(向上拍、向下拍、教互拍 球、拍球繞球場)，讓學生盡快進 入狀況。 2. 透過講解、示範等方式，指導學 生正拍擊球動作。 3. 學生定點做分解動作，依指令做 出正手揮空拍的動作。 4. 學生前進做分解動作，一邊前進 一邊做出正手揮空拍動作。 5. 分兩組各半場，每邊輪流一個 學生丟球給同學練習正拍擊球。	球拍 球 球網	8 節

		活動的益處 Ha-- II -1 網/牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之間、空間及人與人、人與球關係攻防概念 2b-- II -1 遵守健康的生活規範 綜合/1b- II -1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動		身 運動的習慣 8. 選擇適宜的整理裝備方式		6. 分組完成裝備整理。		
第 (5) 週 - 第 (8) 週	發球練習教學	健康與體育 /1d- II -1 認識 動作技能概念與動作練習 的策略 1d- II -2 描述自己或他人動作技能的正確性 4d- II -1 培養	1・發球分解動作 2・整理裝備 3・團體規範 4・健身運動	1・認識、描述並探索發球分解動作 2・遵守團體規範 3・培並落實每日健身運動的習慣 4・選擇適宜的整理裝備方式 5.健身運動	1・能做出軟式網球發球分解動作步驟 2・能分辨發球區的範圍 3.能說出裝備整理的流程與要點 4・能說出同學錯誤的動作，並提出改進的方式 5.守團體規範	1・上課前，先動態熱身並透過球感練習(向上拍、向下拍、教互拍球、拍球繞球場)，讓學生盡快進入狀況。 2.透過講解、示範等方式，指導學生正拍擊球動作。 3.學生定點做分解動作，依指令做出正手揮空拍的動作。 4.學生前進做分解動作，一邊前進一邊做出正手揮空拍動作。 5・分兩組各半場，每邊輪流一個	球拍 球 球網	8 節

		規律運動的習慣並分享身體活動的益處 Ha-- II-1 網/牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時 間、空間及人與人、人與球關係攻防概念 2b-- II-1 遵守健康的生活規範 綜合/1b- II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。				學生丟球給同學練習正拍擊球。 6. 分組完成裝備整理。		
第 (9) 週 - 第 (12) 週	反拍擊球教學	健康與體育/1d- II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略 1d- II-2 描述自己或他人動作技能的正確	1・反拍擊球分解動作 2・整理裝備 3・團體規範 4・健身運動	1・認識、描述並探索反拍擊球分解動作 2・遵守團體規範 3・培並落實每日健身運動的習慣 4・選擇適宜的整理裝備	1・能做出軟式網球反拍擊球分解動作步驟 2・能說出裝備整理的流程與要點 3・能說出同學錯誤的動作，並提出改進的方式 4. 守團體規範	1・上課前，先動態熱身並透過球感練習(向上拍、向下拍、教互拍球、拍球繞球場)，讓學生盡快進入狀況。 2. 透過講解、示範等方式，指導學生正拍擊球動作。 3. 學生定點做分解動作，依指令做出正手揮空拍的動作。 4. 學生前進做分解動作，一邊前進	球拍 球 球網	8 節

		性 4d-Ⅱ-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處 Ha--Ⅱ-1 網/牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念 2b--Ⅱ-1 遵守健康的生活規範				一邊做出正手揮空拍動作。 5. 分兩組各半場，每邊輪流一個學生丟球給同學練習正拍擊球。 6. 分組完成裝備整理。		
第 (13) 週 - 第 (16) 週	反拍擊球教學 雙打比賽	健康與體育/1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略 1d-Ⅱ-2 描述自己或他人動作技能的正確性 4d-Ⅱ-1 培養	1. 反拍擊球分解動作 2. 整理裝備 3. 團體規範 4. 健身運動 1. 軟式網球雙打基本規則 2. 團隊精神-隊呼 3. 專注觀察、	1. 認識、描述並探索反拍擊球分解動作 2. 遵守團體規範 3. 培並落實每日健身運動的習慣 4. 選擇適宜的整理裝備方式 5. 模仿、運用並表現軟式網球雙打基本動作策略 6. 重視並展現團隊精	1. 能做出軟式網球反拍擊球分解動作步驟 2. 能說出裝備整理的流程與要點 3. 能說出同學錯誤的動作，並提出改進的方式 4. 守團體規範 5. 能說雙打比賽的基本規則 6. 能帶動或主動參與團隊隊呼	1. 上課前，先動態熱身並透過球感練習(向上拍、向下拍、教互拍球、拍球繞球場)，讓學生盡快進入狀況。 2. 透過講解、示範等方式，指導學生反拍擊球動作。 3. 學生定點做分解動作，依指令做出反手揮空拍的動作。 4. 學生前進做分解動作，一邊前進一邊做出反手揮空拍動作。 5. 分兩組各半場，每邊輪流一個	球拍 球 球網	8 節

		規律運動的習慣並分享身體活動的益處 Ha-- II -1 網/牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時 間、空間及人與人、人與球關係攻防概念 2b-- II -1 遵守健康的生活規範健康與體育/3c- II -1 表現 聯合性動作技能 3d- II -1 運用動作技能的練習策略 Ha- II -1 網/牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊	球場禮儀	神的隊呼 7. 展現進退合宜的運動家精神	7. 能說出與展現球場禮儀及運動家精神 8. 能說出輸球的原因，並提出改進的方法	學生丟球給同學練習反拍擊球。 6. 分組完成裝備整理。 7. 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。 8. 分組完成比賽及計分。 9. 透過競賽了解軟式網球雙打		
--	--	--	-------------	------------------------------------	--	--	--	--

		球、傳接球之時 間、空間及人與人、人與球關係攻防概念 2b-II-1 遵守健康的生活規範 綜合/1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動						
第 (17) 週 - 第 (20) 週	雙打比賽 期末測驗	健康與體育 /3c-II-1 表現 聯合性動作技能 3d-II-1 運用動作技能的練習策略 Ha-II-1 網/牆性球類運動 相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時 間、空間及人與人、人與球	1． 正拍擊球動作、發球動作 2． 整理裝備 3． 團體規範 4． 健身運動	1. 認識、描述並探索正拍擊球、發球動作 2． 遵守團體規範 3． 培並落實每日健身運動的習慣 4． 選擇適宜的整理裝	1． 能說雙打比賽的基本規則 2． 能帶動或主動參與團隊隊呼 3． 能說出與展現球場禮儀及運動家精神 4． 能說出輸球的原因，並提出改進的方法 5. 能做出正拍擊球、發球動作 6. 能分辨發球區與界內的範圍 7. 能反思本學期社團課學到的內容與說出自 己可以改進的地方 8. 能遵守團體規範	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． 分組完成比賽及計分。 3． 透過競賽了解軟式網球雙打比賽規則。 4． 分組完成裝備整理。 5． 藉由隊長或同儕帶領精神隊呼，激勵團隊士氣。 6． 藉由教練或同儕間互動，展現球場禮儀及運動家精神。 7. 上課前，先動態熱身並透過球感練習(向上拍、向下拍、教互拍球、拍球繞球場)，讓學生盡快進入狀況。 8. 說明考試規則與評分標準，向下拍與向上拍的標準是連續六十球，而正拍擊球和發球標	球拍 球 球網	8 節

		關係攻防概念 2b-Ⅱ-1 遵守健康的生活規範 綜合/2b-Ⅱ-1 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員 2b-Ⅱ-2 參加團體活動，遵守紀律、重視榮譽感，並展現負責的態度				準均是十球進入球。 9. 分兩組考試，一組測驗，另一組幫忙撿球，並完成反省學習單。 10. 分組完成裝備整理。		
教材來源		☐ 選用教材（ ） ☒ 自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)						
課程目標		一、培養運動技能，具備良好的生活運動習慣，以促進身心健全發展。 二、認識個人特質，健全身心，發展生命潛能。 三、了解軟式網球運動的技術與基本知識。 四、促進運動體能均衡發展。 五、培養樂於與人互動，具備理解他人感受，擁有與團隊和諧相處、合作之素養。 六、培養終身運動的習慣。 七、學習互助合作精神。						

本主題是否融入資訊科技教學內容	☐無 融入資訊科技教學內容 ☒有 融入資訊科技教學內容 共(8)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()人、情緒障礙()人、自閉症()人、<u>(/人數)</u> ※資賦優異學生：☒無 ☐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)：無 特教老師簽名：羅安珣(打字即可) 普教老師簽名：陳逸愷(打字即可)

*各校可視需求自行增減表格

三、嘉義縣梅山國小國小 114 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 11-3) (上/下學期，各一份。若為同一個課程主題則可合為一份

年級	中年級	年級課程 主題名稱	軟式網球	課程 設計者	陳逸愷	總節數 /學期 (上/下)	40/下學期
符合 彈性課 程類型	☐ 第一類 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						
學校 願景	推動品格紮根、品質為本、品味永續之三 品教育，建置樂活 LOHAS 梅山	與學校願景呼 應之說明	一、健康： 培養孩子健康樂活的身心靈腦，肯定自我、樂觀進取的習性，每位孩子都能擁有健康的身體、敏知敏覺的知能，大家都能快快樂樂充滿歡笑，讓心中充滿正向能量。 二、品格： 親師生具備「熱誠」「積極」於學校及社區事務。親師生均懂「孝順」、會「感恩」，能「以身作則」，對於依據原則所做的「選擇」能負「責任」，並能發揮「群育」，「真誠關懷」。 三、終身學習： 培育學生喜歡運動、專注、獨立思考、合作的態度。成就具有領導力，國際觀、服務力他的情懷，養成有智慧的終身學習的好國民。				

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、培養運動技能，具備良好的生活運動習慣，以促進身心健全發展。 二、認識個人特質，健全身心，發展生命潛能。 三、了解軟式網球運動的技術與基本知識。 四、促進運動體能均衡發展。 五、培養樂於與人互動，具備理解他人感受，擁有與團隊和諧相處、合作之素養。
議題融 入	*應融入 ☐ 性別平等教育 ☐ 安全教育(交通安全) ☐ 戶外教育(至少擇一) 或 ☐ 其他議題_____ (非必選)		
融入議 題實質 內涵	例如：戶 E4/覺知自身的生活方式會對自然環境產生影響與衝擊。 說明： 每個實質內涵均需與自訂學習內容連結，安排於學習目標中		

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 - 第 (4) 週	進階正拍擊球教學	1b-II-1 認識健康技能和生 活技能對健康 維護的重要 性。 2c-II-2 表現 增進團隊合 作、友善的互	1. 正拍擊球配合 腳步移動。 2. 腳步隨球左右 與前後移動。	1. 認識健康技能和生 活技能對健康維護的 重要性，並能做出正 拍擊球配合腳步移 動。 2. 透過身體活動，探 索運動潛能與表現正	1. 學生能學會隨球移動到 位。 能有流暢的揮拍動作。 2. 能瞭解拉拍時機並提早 準備。	1. 分組以不定落點的方式，讓學生 移動到位擊球。 2. 在練習中隨時指導糾正動作。	軟式網球拍 軟式網球 哨子 障礙錐 籃子裝球	8 節

		動行為。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。		確的身體活動，並能運用腳步隨球左右與前後移動。				
第 (5) 週 - 第 (8) 週	進階反拍擊球教學	1b-II-1 認識健康技能和生 活技能對健康 維護的重要 性。 2c-II-2 表現 增進團隊合 作、友善的互 動行為。 3c-II-2 透過 身體活動，探 索運動潛能與 表現正確的身 體活 動。 4d-II-1 培養 規律運動的習 慣並分享身體 活動的益處。	1. 反拍擊球配合 腳步移動。 2. 腳步隨球左右 與前後移動。	1. 認識健康技能和生 活技能對健康維護的 重要性，並能做出反 拍擊球配合腳步移 動。 2. 培養規律運動的習 慣並分享身體活動的 益處能，並運用腳步 隨球左右與前後移 動。	1. 學生能認識籃球比賽隨 球移動到位，並且能將球擊 出去。 2. 能正確的移動到擊球位 子。	1. 分組以不定落點的方式，讓學生 移動到位擊球。 2. 在練習中隨時指導糾正動作。	軟式網球拍 軟式網球 哨子 障礙錐 籃子裝球	8 節

第 (9) 週 － 第 (12) 週	前排擋球基本動作教學	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	1. 基本前排擋球動作教學。 2. 壓與推的拍面控制學習。	1. 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性，並能專注瞭解前排擋球動作教學。 做出適當的出拍時間。 2. 能做出壓與推的拍面控制學習。	1. 能熟悉基本站位和腳部的移位。 2. 能學會判斷球的行進路線。	1. 正面、正手邊、反手邊的循序練習。 1. 在練習中隨時指導糾正動作。	軟式網球拍 軟式網球 哨子 障礙錐 籃子裝球	8 節
第 (13) 週 － 第 (16) 週	比賽規則講解與實作	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與	1. 軟式網球雙打與單打規則介紹。 2. 介紹分數計算方式。	1. 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性，並能用心瞭解軟式網球雙打與單打規則介紹。 2 能瞭解分數計算方式。	1. 學生能夠學會並了解完整比賽規則。 2. 學生學會自己計算分數。	1. 以局為比賽單位，規則講解。講解雙淘汰制的比賽辦法。 1. 講解正式比賽規則與紀錄方法。	軟式網球拍 軟式網球 哨子 障礙錐 籃子裝球	8 節

	三、了解軟式網球運動的技術與基本知識。 四、促進運動體能均衡發展。 五、培養樂於與人互動，具備理解他人感受，擁有與團隊和諧相處、合作之素養。 六、培養終身運動的習慣。 七、學習互助合作精神。
本主題是否融入資訊科技教學內容	☐ 無 融入資訊科技教學內容 ☒ 有 融入資訊科技教學內容 共(8)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()人、情緒障礙()人、自閉症()人、(/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)：免調整課程 特教老師簽名：羅安珣 普教老師簽名：陳逸愷

*各校可視需求自行增減表格

填表說明：

1. 第一類課程需跨領域，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

2. 第四類其他類課程，在同一份設計中可以依照不同的週次需要，複選多種內容。例如：1-4 週為班級輔導，5-7 週為自治活動，8-10 週為班際交流，11-14 週

為戶外教育，15-20 週為班級輔導。

3. 議題融入:性別平等教育、安全教育(交通安全)、戶外教育，以上三項議題至少需選擇一項，其他議題則是自由選擇。