

南投縣西嶺國民小學校訂課程設計教案

領域/科目	健康與體育領域	設計者	施志宜
實施年級	中、高年級	總節數	共 42 節， 1680 分鐘
單元名稱	桌球社		
設計依據			
學習重點	學習表現	<ul style="list-style-type: none"> ● 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 ● 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 ● 4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。 	核心素養
	學習內容	<ul style="list-style-type: none"> ● Ab-III-1 身體組成與體適能之基本概念。 ● Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。 ● Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。 	
與其他領域/科目目的連結			
教材來源	自編		
教學設備/資源	代用禮堂、桌球桌、桌球拍、桌球		
學生經驗分析	一、學生有基本的持拍經驗		
學習目標			
<p>一、培養學童桌球應用的能力。</p> <p>二、訓練學童桌球應用的動作。</p> <p>三、在團體活動的過程中，懂得與同學們互動並表現運動風度。</p>			
教學活動設計			
教學活動內容及實施方式		時間	評量內容
<p>一、介紹球場：</p> <p style="margin-left: 20px;">(一) 場地使用介紹</p> <p style="margin-left: 20px;">(二) 場地安全。</p> <p style="margin-left: 20px;">(三) 場地維護</p> <p>二、介紹運動傷害及處置防護知識，以維護自身與他人安全</p>		<p>30</p> <p>分</p> <p>鐘</p> <p>10</p> <p>分</p> <p>鐘</p>	<p>能說出桌球場地使用規則。</p> <p>能演示在日常生活中預防及處理運動傷害的方式。</p>

<p>-----第 1 節結束-----</p> <p>一、認識不同桌球拍的握拍方式及其使用特點</p> <p>(一) 老師講解。</p> <p>(二) 請學生實地操作。</p> <p>(三) 教師請學生指出動作正確與錯誤之處。</p> <p>(四) 教師示範錯誤改進動作與重點提示。</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能專心聆聽課程。</p> <p>能說出桌球拍的不同。</p>
<p>-----第 2 節結束-----</p> <p>一、介紹反膠、生膠、正膠膠皮的不同</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能專心聆聽課程。</p> <p>能說出球拍膠皮不同的特性</p>
<p>-----第 3 節結束-----</p> <p>一、球感練習</p> <p>(一) 拋接球練習。</p> <p>(二) 對壁打球練習。</p> <p>(三) 向上拍接球繞場練習。</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能透過練習增加學生的球感。</p>
<p>-----第 4 節結束-----</p> <p>一、指導學生反手推球擊球動作</p> <p>(一) 老師講解。</p> <p>(二) 請學生實地操作。</p> <p>(三) 教師請學生指出動作正確與錯誤之處。</p> <p>(四) 教師示範錯誤改進動作與重點提示。</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能說出桌球反手推球分解動作步驟。</p> <p>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</p>
<p>-----第 5 節結束-----</p> <p>一、指導學生揮反手空拍動作。</p> <p>(一) 老師講解。</p> <p>(二) 請學生實地操作。</p> <p>(三) 教師請學生指出動作正確與錯誤之處。</p> <p>(四) 教師示範錯誤改進動作與重點提示。</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能專心聆聽課程。</p> <p>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</p>
<p>-----第 6 節結束-----</p> <p>一、指導學生反手推打多球練習</p> <p>(一) 老師講解。</p> <p>(二) 請學生實地操作。</p> <p>(三) 教師請學生指出動作正確與錯誤之處。</p> <p>(四) 教師示範錯誤改進動作與重點提示。</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能專心聆聽課程。</p> <p>能做出桌球反手推球動作</p>
<p>-----第 7 節結束-----</p> <p>學生分組進行反手推打多球練習</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能做出桌球反手推球動作</p> <p>能藉由推球練習落實學習行動</p>
<p>-----第 8 節結束-----</p> <p>一、指導學生反手推打多球連續性練習</p> <p>(一) 老師講解。</p> <p>(二) 請學生實地操作。</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能專心聆聽課程。</p> <p>能做出桌球反手推球動作</p>

<p>(三) 教師請學生指出動作正確與錯誤之處。 (四) 教師示範錯誤改進動作與重點提示。 -----第 9 節結束-----</p>		
<p>學生分組進行反手推打連續性練習 -----第 10 節結束-----</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能做出桌球反手推球動作 能藉由推球練習落實學習行動</p>
<p>一、指導學生正手擊球分解練習 (一) 老師講解。 (二) 請學生實地操作。 (三) 教師請學生指出動作正確與錯誤之處。 (四) 教師示範錯誤改進動作與重點提示。 -----第11節結束-----</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能說出桌球正手揮拍分解步驟 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</p>
<p>二、正手揮空拍練習 -----第 12 節結束-----</p>	<p>40 分 鐘</p>	
<p>一、指導正手揮拍多球練習 (一) 老師講解。 (二) 請學生實地操作。 (三) 教師請學生指出動作正確與錯誤之處。 (四) 教師示範錯誤改進動作與重點提示。 -----第 13 節結束-----</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能專心聆聽課程。 能做出桌球正手揮拍動作</p>
<p>二、分組進行正手揮拍多球練習 -----第14節結束-----</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能藉由練習落實學習行動</p>
<p>一、指導正手揮拍連續性練習 (一) 老師講解。 (二) 請學生實地操作。 (三) 教師請學生指出動作正確與錯誤之處。 (四) 教師示範錯誤改進動作與重點提示。 -----第 15 節結束-----</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能專心聆聽課程。 能做出桌球正手揮拍連續動作</p>
<p>二、分組進行正手揮拍連續性練習 -----第16節結束-----</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能藉由練習落實學習行動</p>
<p>一、指導學生發球動作練習 (一) 老師講解。 (二) 請學生實地操作。 (三) 教師請學生指出動作正確與錯誤之處。 (四) 教師示範錯誤改進動作與重點提示。</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能做出發球的動作 能描述自己或他人發球動作的正確性</p>

<p>-----第 17 節結束-----</p> <p>二、分組進行發球動作練習</p>	<p>40 分 鐘</p>	
<p>-----第18節結束-----</p> <p>結合正反手及發球，進行實戰練習</p>	<p>120 分 鐘</p>	<p>能做出結合動作 比賽時能遵守紀律，重視榮譽感</p>
<p>-----第 19~21 節結束-----</p> <p>一、指導學生反手切球動作</p> <p>(一) 老師講解。</p> <p>(二) 請學生實地操作。</p> <p>(三) 教師請學生指出動作正確與錯誤之處。</p> <p>(四) 教師示範錯誤改進動作與重點提示。</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能說出桌球反手切球分解動作 步驟 能描述自己或他人反手切球動 作的正確性，並揮出正確的反 手拍切球動作</p>
<p>-----第 1 節結束-----</p> <p>一、指導學生反手切球揮空拍動作。</p> <p>(一) 老師講解。</p> <p>(二) 請學生實地操作。</p> <p>(三) 教師請學生指出動作正確與錯誤之處。</p> <p>(四) 教師示範錯誤改進動作與重點提示。</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能專心聆聽課程。 能正確做出反手切球揮空拍動 作</p>
<p>-----第 2 節結束-----</p> <p>一、指導學生反手切球多球練習</p> <p>(一) 老師講解。</p> <p>(二) 請學生實地操作。</p> <p>(三) 教師請學生指出動作正確與錯誤之處。</p> <p>(四) 教師示範錯誤改進動作與重點提示。</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能專心聆聽課程。 能做出反手切球動作</p>
<p>-----第 3 節結束-----</p> <p>二、分組進行反手切球多球練習</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能藉由反手切球練習落實學 習行動</p>
<p>-----第4節結束-----</p> <p>一、指導學生反手切球連續性練習</p> <p>(一) 老師講解。</p> <p>(二) 請學生實地操作。</p> <p>(三) 教師請學生指出動作正確與錯誤之處。</p> <p>(四) 教師示範錯誤改進動作與重點提示。</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能做出桌球反手切球連續性 動作</p>
<p>-----第 5 節結束-----</p> <p>二、分組進行反手切球連續性練習</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能藉由反手切球練習落實學 習行動</p>
<p>-----第6節結束-----</p> <p>一、指導學生正手切球分解練習</p> <p>(一) 老師講解。</p> <p>(二) 請學生實地操作。</p>	<p>40 分 鐘</p>	<p>能說出桌球正手切球分解動作 步驟 能描述自己或他人正手切球的</p>

<p>(三) 教師請學生指出動作正確與錯誤之處。 (四) 教師示範錯誤改進動作與重點提示。 -----第7節結束-----</p>		<p>正確性，並揮出正確的正手切球擊球動作</p>
<p>二、正手切球揮空拍練習 -----第8節結束-----</p>	<p>40分鐘</p>	<p>能藉由正手切球練習落實學習行動</p>
<p>一、指導正手切球多球練習 (一) 老師講解。 (二) 請學生實地操作。 (三) 教師請學生指出動作正確與錯誤之處。 (四) 教師示範錯誤改進動作與重點提示。 -----第9節結束-----</p>	<p>40分鐘</p>	<p>能做出桌球正手切球動作</p>
<p>二、分組進行正手切球多球練習 -----第10節結束-----</p>	<p>40分鐘</p>	<p>能藉由練習落實學習行動</p>
<p>一、指導正手切球連續性練習 (一) 老師講解。 (二) 請學生實地操作。 (三) 教師請學生指出動作正確與錯誤之處。 (四) 教師示範錯誤改進動作與重點提示。 -----第11節結束-----</p>	<p>40分鐘</p>	<p>能做出桌球正手切球連續動作</p>
<p>二、分組進行正手切球連續性練習 -----第12節結束-----</p>	<p>40分鐘</p>	<p>能藉由練習落實學習行動</p>
<p>一、指導學生左推右攻分解練習 (一) 老師講解。 (二) 請學生實地操作。 (三) 教師請學生指出動作正確與錯誤之處。 (四) 教師示範錯誤改進動作與重點提示。 -----第13節結束-----</p>	<p>40分鐘</p>	<p>能做出桌球左推右攻分解動作</p>
<p>二、左推右攻揮空拍練習 -----第14節結束-----</p>	<p>40分鐘</p>	<p>能藉由練習落實學習行動</p>
<p>一、指導左推右攻多球練習 (一) 老師講解。 (二) 請學生實地操作。 (三) 教師請學生指出動作正確與錯誤之處。 (四) 教師示範錯誤改進動作與重點提示。 -----第15節結束-----</p>	<p>40分鐘</p>	<p>能做出桌球左推右攻動作</p>

<p>二、分組進行左推右攻多球練習</p> <p>-----第16節結束-----</p> <p>一、指導左推右攻連續性練習</p> <p>(一) 老師講解。</p> <p>(二) 請學生實地操作。</p> <p>(三) 教師請學生指出動作正確與錯誤之處。</p> <p>(四) 教師示範錯誤改進動作與重點提示。</p> <p>-----第 17 節結束-----</p> <p>二、分組進行左推右攻連續性練習</p> <p>-----第18節結束-----</p> <p>結合左推右攻切球及發球，進行實戰練習</p> <p>-----第 19~21 節結束-----</p>	<p>40 分 鐘</p> <p>40 分 鐘</p> <p>40 分 鐘</p> <p>120 分 鐘</p>	<p>能藉由練習落實學習行動</p> <p>能做出左推右攻連續動作</p> <p>能藉由練習落實學習行動</p> <p>能做出結合動作 比賽時能遵守紀律，重視榮譽感</p>
<p style="text-align: center;">學生回饋</p> <p>1.原來桌球有這麼多種打法，真的要好好學習，技術才會進步。</p> <p>2.一節課上下來，往往會流汗，雖然會累，但很有趣。</p>	<p style="text-align: center;">教學省思</p> <p>1.學生程度有落差，要進行更多個別化教學。</p> <p>2.增加練習的時間，學生會進步得更多。</p>	
<p>試教成果：(非必要項目)</p>		
<p>參考資料：(若有請列出)</p>		

學習目標		熟悉桌球應用				
評量標準						
主題		A 優秀	B 良好	C 基礎	D 不足	E 落後
操作樂樂棒球	表現描述	正確且主動操作各項動作，完全達到學習目標要求，且願意主動協助同學完成學習。	可以正確操作各項動作，達到學習目標要求，且願意協助同學完成學習。	完成部分動作操作，稍有願意協助同學學習。	在教師協助下，才能大致完成動作。	未達D級
	評分指引	能獨力操作各項動作，達到學習目標要求，且主動協助同學學習，互助共好。	能操作各項動作，達到學習目標，協助同學完成學習。	能完成部分動作，稍有願意協助同學學習。	需在教師協助下，才能大致完成動作。	未達D級
評量工具		評分表				
分數轉換		90-100	80-89	70-79	60-69	59 以下