

彰化縣國聖國小「素養導向教學與評量」教案設計

一、課程設計原則與教學理念說明

桌球為國人常見之運動項目，其不受天氣影響均能進行的項目特性，極適合在氣候常不穩定的台灣發展。且其場地需求不嚴苛，故各級學校大多均有桌球場地，只要有合適師資，便能進行桌球教學。

本校學生大多為桌球初學者，故設計「桌球入門」課程。教授學生認識桌球運動、基本動作、基本規則。為使學生能在入門課程中快速掌握桌球的樣貌，故課程設計不著重體能或動作精確性，而是強調「能夠打桌球」、「不怕打桌球」，期待在這一系系列課程後，學生能夠很自然地拿起桌球拍和不同的人「玩桌球」。

二、主題說明

領域科目	健康與體育	設計者	黃至賢	
課程主題	球類全能王	總節數	共 6 節，240 分鐘	
教材來源	<input type="checkbox"/> 教科書（ <input type="checkbox"/> 康軒 <input type="checkbox"/> 翰林 <input type="checkbox"/> 南一 <input type="checkbox"/> 其他） <input checked="" type="checkbox"/> 改編教科書（ <input type="checkbox"/> 康軒 <input type="checkbox"/> 翰林 <input type="checkbox"/> 南一 <input checked="" type="checkbox"/> 其他） <input type="checkbox"/> 自編（說明：）			
學習階段	<input type="checkbox"/> 第一學習階段（國小一、二年級） <input checked="" type="checkbox"/> 第二學習階段（國小三、四年級） <input type="checkbox"/> 第三學習階段（國小五、六年級） <input type="checkbox"/> 第四學習階段（國中七、八、九年級）	實施 年級	三、四、五年級混齡	
學生學習 狀況分析	本校學生大多為桌球初學者，故設計「桌球入門」課程。教授學生認識桌球運動、基本動作、基本規則。為使學生能在入門課程中快速掌握桌球的樣貌，故課程設計不著重體能或動作精確性，而是強調「能夠打桌球」、「不怕打桌球」，期待在這一系系列課程後，學生能夠很自然地拿起桌球拍和不同的人「玩桌球」。			

三、單元設計

教學單元一活動設計			
單元名稱	「桌」對廝殺-桌球	時間	40 分鐘
學習目標	1. 能透過「球感」課程，逐步掌握球拍與球的關係，並在其中感受桌球的趣味性。 2. 能透過「桌球器材的介紹」，增添學生對桌球場地和器材的瞭解，並因瞭解而更能愛護之。 3. 能透過「基本動作和練習」，掌握桌球對擊的基本能力，因而能夠不害怕打桌球。 4. 能透過每一次的「簡易規則介紹」，習得桌球基本規則知識，並因而增進欣賞桌球賽的能力。 5. 能透過「條件設定競賽」熟悉基本動作和規則，並透過遊戲般的競賽讓學生互動、交流，學習互助、合作與欣賞，並能將桌球運動自然帶至生活中、友誼中、社交中。		
學習表現	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風險，為護安全的運動情境。		

	<p>1d-IV-1 瞭解各項運動技能的原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的動作技能。</p> <p>2c-IV-2 展現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，增進生活的美感體驗。</p> <p>3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。</p> <p>3d-IV-1 表現運動技術的學習策略。</p> <p>3c-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>3c-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境問題。</p>		
學習內容	<p>cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。</p> <p>Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術。</p>		
領綱素養	<p>健體-J-B1</p> <p>具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健。</p> <p>健體-J-C2</p> <p>具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>		
核心素養呼應說明	<p>第一節課程的重點在球感與發球規則的掌握。透過修改規則的競賽互動，增進學生掌握此規則的能力，並能透過精進能力的過程與同學產生互動與交流。</p> <p>在〈認識球場〉時，除介紹使用和安全的注意事項，更會透過場地建立維護之不易、項目給參與者帶來的方便好處、有規劃的物品擺放、結束時的場地清理，培養學生尊重場地的態度。</p>		
議題融入說明	<p>性別平等教育：辨識性別刻板的表達與人際互動。</p> <p>透過不框設性別的異質分組和輪轉，讓性別間的互動自然產生，而不會刻意畫分界線。</p>		
教學活動內容及實施方式		教學資源	教學評量
<p>【準備活動】 10 分鐘</p> <p>1. 暖身運動（關節操）。</p> <p>2. 認識球場、球拍、球，包含場地使用介紹、場地安全，以及場地維護。</p> <p>3. 球感練習。</p> <p>(1) 以任何方式持拍，球至於球拍中央並前後左右的移動讓球保持 1 分鐘不掉落地面。</p> <p>(2) 球能彈離球拍 15~20 公分左右的高度，連續擊球，並做前後左右移動步伐，使球一樣的彈離球拍 15~20 公分高，保持球不落地。</p> <p>【發展活動】 25 分鐘</p> <p>1. 球拍與握拍法介紹與示範。</p> <p>2. 簡易規則(發球彈兩下、對擊彈一下)。</p> <p>3. 分組練習</p> <p>(1) 不使用球拍的對打。</p> <p>(2) 拿球拍的對打。</p> <p>4. 分組小競賽</p>		<p>球桌、球拍、球</p>	<p>能對桌球場地和器材的瞭解，而更能愛護之。</p> <p>能掌握桌球對擊的基本能力，因而能夠不害怕打桌球。</p>

規則：只要求發球彈兩下，過程彈一下。看哪一組連續來回最多
次獲勝。(每組一次機會)

【總結活動】 5分鐘

1. 場地收拾(撿球、所有器材復位)。
2. 給最勝者口頭獎勵。
3. 找出班上最佳拍檔做對擊示範與回顧複習今日所教之規則與欣賞同學動作。
4. 舉例桌球運動代表人物，如台灣：林昀儒(男世界6)、鄭怡靜(女世界8)，中國：馬龍(男世界1)、樊振東(男世界2)、王楚欽(男世界3)、孫穎莎(女世界2)、王曼昱(女世界2)、陳夢(女世界3)等人，均是優秀的桌球運動員。

能透過遊戲
般的競賽讓
學生互動、
交流，學習
互助、合作
與欣賞。