

「鬥陣桌遊記」

基隆市安樂國民中學 李弘斌教師

一、教學設計理念說明

學生在第三學習階段已有粗淺接觸過桌球運動之相關經驗與認知，且已達成該階段的學習表現，但尚未具備有對於桌球正反拍技術結合之能力及技能學習方法。第一節課「紙上談兵」：透過桌遊活動讓學生認識桌球的技戰術，且修改硬體限制卸除球網組合及使用較大球體在桌上滾動擊球方式，以執行技戰術之路線概念並結合學習單強化觀念；第二節課「武林爭霸」：讓學生透過分組排名賽認識循環賽制並初步檢核是否開始使用技戰術結合之概念；第三節課「擂聲響起」：讓學生改以體驗擂台賽的方式，將桌遊中的技戰術實際演練，透過挑戰及衛冕的對壘來激發鬥志；第四節課「潮起潮落」：藉由升降賽再次進行排位賽，調整總排名以利雙打分組且體會戰勝晉升的成就感及戰敗再接再厲的精神；第五節課「智勇雙全」：讓學生改以嘗試雙打的技戰術套路，且再次利用卸網及滾動路線概念，並以擂台賽練習雙打概念及規則；第六節課「部落衝突」：透過團體賽以排點（單單雙單單）的方式，讓學生理解到如何利用排點的概念去最有效利用己方成員的戰力，去取得勝利。

課程名稱取為「鬥陣桌遊記」有多重的意涵，「鬥」- 從鬥智到循環、擂台、升降及團體賽都有不同的戰鬥形式；「鬥陣」- 小組討論及競賽、學習雙打強化默契概念及團體賽排點擺陣等方式，在合作學習及競爭中取得良好的平衡點；「桌遊」- 以桌遊的形式來理解技戰術概念，改變硬體規則將快速的節奏，如慢動作撥放般，使技戰術概念得以悠游於意念之間；「記」- 不同的賽制的紀錄方式，深入淺出地讓學生學習如何記錄學習歷程及比賽成績；整體課程藉由環環相扣的活動，讓學生們如同西遊記般完成一關關試煉的桌球的取經之旅。

（一）總體學習目標

1. 能了解何謂桌球的基礎技戰術結合概念。
2. 能了解桌球雙打基本規則並運用技戰術概念。
3. 能瞭解循環賽、擂台賽、升降賽及團體賽等賽制的運作方式。
4. 能學習充分運用不同技戰術於活動中，以解決各種狀況，並透過與異性合作的機會，學習尊重與平等互信互學的團隊合作法。
5. 能透過欣賞他人運動表現以體會運動美感，自我肯定與價值省思。
6. 能透過各項賽制中，養成遵守運動規則及守法的態度，培養勝不驕、敗不餒的精神

（二）核心素養的展現

學生在學習桌球如何結合技戰術且實際運用於比賽情境時，先了解個別技術的使用時機及目標，在腦海中建立動作畫面，進而實際慢速滾動於桌面以強化路線概念。便可透過練習及比賽中嘗試如何實際運用，以展現自我運動潛能【A1 身心素質與自我精進】。透過特殊設計的桌球活動及導入不同比賽模式的方式，建立理解體育情境的全貌，並且獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決問題【A2 系統思考與解決問題】。藉由合作完成技戰術學習單並討論如何使用，在學習雙打及參與團體賽事中，學習情意表達及與同儕溝通配合以增進默契，具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動中培育相互合作及與人和諧互動的素養【B1 符號運用與溝通表達】【C2 人際關係與溝通合作】

本教案所欲展現的核心素養與教學內容應如下表：

總綱核心素養面向	總綱核心素養	核心素養具體內涵	教學內容
A 自主行動	A 1 身心素質 與 自我精進	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐。	1. 設計情境引導，觸發學習動機 2. 技戰術漸進學習 3. 在不同賽制體驗學習如何因應
	A 2 系統思考 與 解決問題	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決健康的問題。	1. 運用桌遊活動學習思考如何運用適當的技術 2. 提問與設置情境狀況 3. 小組討論、做出決策與行動桌遊活動
B 溝通互動	B 1 符號運用 與 溝通表達	健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。	1. 桌遊活動 2. 卸除球網組合技戰術對打活動
C 社會參與	C2 人際關係 與 溝通合作	健體-J-C2 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	1. 分組合作學習模式 2. 小組活動與競賽

二、教學單元案例：

領域／科目	健康與體育領域／體育科	設計者	李弘斌
實施年級	九年級／24人	總節數	共六節，270分鐘
單元名稱	網/牆性球類運動～桌球～鬥陣桌遊記		

學習重點	學習表現	<p>1. 認知：c.運動知識、d.技能原理</p> <p>1c-IV-1了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2反思自己的動作技能</p> <p>1d-IV-3應用運動比賽的各項策略</p> <p>2. 情意：c.學習態度、d.運動欣賞</p> <p>2c-IV-1展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。</p> <p>2c-IV-2表現利他合群的態度，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>3. 技能：c.技能表現、d.策略運用</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>3c-IV-2發展動作創作和展演的技巧，展現人運動潛能。</p> <p>3d-IV-1表現運動技術的學習策略。</p> <p>3d-IV-2運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>3d-IV-3應用思考與分析能力，解決運動情境的問題</p> <p>4. 行為：c.運動計畫、d.運動實踐</p> <p>4d-IV-1發展適合個人之專項運動技能。</p> <p>4d-IV-2執行個人運動計畫，發展運動參與的方法</p>	領綱核心素養	<p>健體-J-A1</p> <p>具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐。</p> <p>健體-J-A2</p> <p>具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決健康的問題。</p> <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，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。</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>
	學習內容	<p>C.全體健康與運動參與：b運動知識</p> <p>Cb-IV-2各項運動設施的安全使用規定與辨別</p> <p>H.競爭型運動：a網/牆性球類運動</p> <p>Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術</p>		
議題融入	實質內涵	<p>第一類：性別平等教育</p> <p>性J11去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力</p> <p>第二類：品德教育、閱讀素養教育</p>		

教學活動內容及實施方式	核心素養呼應說明
<p style="text-align: center;">第一節：紙上談兵</p> <p>一、課堂準備</p> <p>(一) 學生：課前男女均分組成四組。</p> <p>(二) 教師：熟悉授課技能示範動作，活動設計操作及蒐整補充說明資料內容。</p> <p>二、引起動機：(10分鐘)</p> <p>(一) 詢問各位同學是否知道桌球的技戰術觀念？是否知道在桌球訓練時如何運用技戰術以達到更有效的擊球或在比賽中有效得分獲勝？</p> <p>(二) 介紹「桌球風雲會遊戲」</p> <p>(三) 透過桌球技戰術桌遊活動，體驗在比賽或訓練中，如何選擇並巧妙運用技術戰術以達成有效回擊的方式。</p> <p>三、主要活動：(30分鐘)</p> <p>(一) 拆除球桌中央球網組合，正確收妥後；在桌面上以球拍撞擊或滾動排球（也可使用、網球手球、足球）來回方式，模擬演練桌遊中之正反拍擊球技術。（以三次來回擊球共六板一種技戰術）</p> <p>(二) 裝回中央球網組合，分組實際操作所抽中之技戰術組合。</p> <p>(三) 分組討論技戰術策略並填寫學習單。</p> <p>四、總結活動：(5分鐘)</p> <p>(一) 補充說明在練習或比賽時，會因為個人擊球的程度不同，會在同樣的技戰術上會有不同的效果。</p> <p>(二) 期勉基本技術以較為熟練之同學，在比賽時能更專注有效的獲勝，而在分組練習時能更有耐心的協助指導同伴。</p> <p>(三) 預告下次將進行個人排名賽以利後續分組進行課程</p> <p style="text-align: center;">第二節：武林爭霸</p> <p>一、課堂準備</p> <p>(一) 學生：將班級學生依程度分為 ABCD 四組，每組六人。</p> <p>(二) 教師：熟悉授課技能示範動作，活動設計操作及蒐整補充說明資料內容。</p> <p>二、引起動機：(8分鐘)</p> <p>說明並講解循環賽制及如何記錄各分組比賽成績及計算結果。</p> <p>三、主要活動：(32分鐘)</p>	<p>男女生平均分組，有利增進彼此溝通對話與理解的機會，並藉以培養C2人際關係與團隊合作核心素養融入性別平等教育議題。</p> <p>教師透過提問、引導學生思考，並透過桌遊的遊戲來導入技戰術對戰之觀念；並輔以修改場地方式暫時除去球網組合以球拍滾動較大之球體來加深技戰術路線之概念。有利培養A1身心素質與自我精進及A2系統思考與解決問題及B1符號運用與溝通表達及C2人際關係與團隊合作等核心素養。</p> <p>以分組循環賽打破男女性別的框架，並藉由分組循環賽的方式，讓學生學習比賽的賽制即透過比賽了解自己的技術的優點及缺點。有利培養A1身心素質與自我精進及A2系統思考與解決問題及C2人際關係與團隊合作等核心素養。</p>

(一) 排名賽方式以每組循環賽方式，每場採一局 11 分制方式進行。

(二) 統計比賽結果：A 組的結果為全班暫定 1～6 名；B 組的結果為全班暫定 7～12 名；C 組的結果為全班暫定 13～18 名；D 組的結果為全班暫定 19～24 名

四、總結活動(5分鐘)

(一) 補充說明排名賽初步結果是下次課堂分組練習的依據，會透過比賽的方式來複習第一堂課桌球桌遊卡牌抽中的技戰術內容。

(二) 預告下次上課會有擂台賽機制，希望各位同學養成勝不驕敗不餒之精神。

第三節：擂聲響起

一、課堂準備

(一) 學生：依前一節課排名賽後之 ABCD 四組，每組六人。

(二) 教師：熟悉授課技能示範動作，活動設計操作及蒐整補充說明資料內容。

二、暖身活動(5分鐘)

揮空拍：將本單元第一堂課學習單中之技戰術組合套路，以揮空拍的形式練習並達到暖身的效果。

三、主要活動(35分鐘)

(一) 分組擂台賽採一局 7 分制，進行方式以每組第一名(1.7.13.19 名)作為各組擂台關主，其餘夥伴依名次排隊挑戰，若關主勝利一次則登記衛冕一次，若挑戰者勝利則登記挑戰成功一次並取代成為擂台關主。

(二) 擂台賽進行時，由排隊的下一位負責登記每場擂台賽的「衛冕成功」或「挑戰成功」的次數，賽後可總結各位同學之比賽成績，可作為教師形成性評量的成績依據。

四、總結活動(5分鐘)

(一) 請各組衛冕次數或挑戰成功次數最多的同學分享比賽中的訣竅。

(二) 預告下次上課會以升降賽機制，再次調整全班的戰力排名，希望各位同學以公平良性競爭的心態看待。

第四節：潮起潮落

一、課堂準備

(一) 學生：依前一節 ABCD 四組，每組六人。

(二) 教師：熟悉授課技能示範動作，活動設計操作及蒐整補充說明資料內容。

依照前次循環賽結果平均分組，再次消彌男女性別的框架，有利增進彼此溝通對話與理解的機會，並藉以培養C2人際關係與團隊合作核心素養融入性別平等教育議題。

起初以揮空拍的方式來了解自己動作是否正確及技術連接的熟練順暢度，再透過擂台賽的制度，增進自我效能之提升及接受戰敗在挑戰的積極態度。有利培養A1身心素質與自我精進及A2系統思考與解決問題核心素養。

透過簡易的猜拳活動來代替完整的比賽，以較短的時間學習升降賽的賽制。有利於培養B1符號運用與溝通表達的核心素養。

藉由升降賽制所帶來的緊湊刺激感，激勵學生在比賽當下的專注力。有利培養A1身心素質與自我精進及A2系統思考與解決問題核心素養。

二、引起動機(5分鐘)

- (一) 說明升降賽基本流程：每輪比賽結束勝者晉升一名次，敗者下降一名次後便輪轉位置，即可開始進行下一輪。
- (二) 以猜拳一勝的方式代替比賽，讓學生初步了解勝者晉升敗者降階之流程並重複操作 2 輪。
- (三) 加入小碎步跑聞哨音後，連續猜拳 5 拳 3 勝來操作升降賽方式並重複操作 3 輪。

三、主要活動(35分鐘)

- (一) 升降賽採 1 局 7 分制，每一輪比賽以三小組方式進行（原定球桌數量為 4 桌，若增為 6 桌則可縮為兩小組完成，12 桌可同時一輪完成），第一組為 (1vs2、7vs8、13vs14、19vs20)；第二組為 (3vs4、9vs10、15vs16、21vs22)；第三組為 (5vs6、11vs12、17vs18、23vs24)。
- (二) 每輪比賽結束勝者晉升一名次，敗者下降一名次後便輪轉位置，即可開始進行下一輪。
- (三) 教師依活動進行狀況，宣布進行最後一輪升降賽，結束後便修正登記最新戰力排名。

四、總結活動(5分鐘)

- (一) 教師依升降賽中發現的狀況，進行相關規則說明或者對未來比賽中實戰技巧的提醒。
- (二) 預告下次上課將進行雙打教學，並依本次最新排名宣布雙打分組狀況。分為 (1 ~ 12 及 13 ~ 24) 兩大組。
第一大組：A(1, 12), B(2, 11), C(3, 10), D(4, 9), E(5, 8), F(6, 7)；
第二大組：G(13, 24), H(14, 23), I(15, 22), J(16, 21), K(17, 20), L(18, 19)
- (三) 教師提醒雙打分組是依實力做 S 型分組，可能會有不同性別分在同一組狀況，實際的比賽也有混雙的方式，希望同學互相尊重包容，別因性別不同而有所芥蒂

第五節：智勇雙全**一、課堂準備**

- (一) 學生：依前一節課宣布的雙打分組第一至第四桌分別為 (A, B, C)；(D, E, F)；(G, H, I)；(J, K, L) 四組。
- (二) 教師：熟悉授課技能示範動作，活動設計操作及蒐整補充說明資料內容。

二、引起動機(10分鐘)

- (一) 簡要說明雙打基本規則：
 1. 一人擊球後便得輪隊友擊下一球，不得重複擊球。

雙打的分組依照實力平均分配，不受限於男女性別的框架，也讓學生了解雙打中原本就有混雙的制度，可以培養 C2 人際關係與團隊合作核心素養融入性別平等教育議題。

再次卸除球網組合，透過卡片組合來演練技戰術，有利培養 B 1 符號運用與溝通表達及 C2 人際關係與團隊合作的核心素養。

透過擂台賽強化對雙打比賽規則的升級亟待戰技巧的熟練度，並在轉換之間和不同的對手互相切磋，有利培養 A1 身心素質與自我精進及 A2 系統思考與解決問題及。

藉由完成雙打學習單讓學生再次省思及了解關於雙打觀念及教師補充比賽規則來培養 A1 身心素質與自我精進及 A2 系統思考與解決問題的核心素養

2. 發球方向固定為己方右半檯至對方右半檯。
3. 每位發球者有 2 次發球的權利 A1 發完球者與隊友 A2 交換位置。使隊友準備接對方 B1 的發球，A2 接完 2 次發球後，即變發球者。

(二) 拆去球網組合，教師隨機使用第一堂課桌遊學習單中之技戰術演練方式去演練雙打對打方式(執行兩項技戰術組合)。

三、主要活動(25分鐘)

- (一) 組裝回球網組合，每桌 3 組進行擂台挑戰賽。
- (二) 擂台挑戰賽採一局 11 分制(deuce 時發一球結束後即換邊發球，須注意位置是否正確)，勝者留在本組當衛冕者，敗者至別組排隊挑戰。
- (三) 擂台賽進行時，由排隊的下一隊負責登記每場擂台賽的「衛冕成功」或「挑戰成功」的次數，賽後可總結各組之比賽成績，可作為教師形成性評量的成績依據。

四、總結活動(10分鐘)

- (一) 各組賽後感言：抽問幾位同學讓其發表活動後的感言。
- (二) 填寫雙打學習單。
- (三) 補充說明桌球雙打第一局接發球順序若為：A1 → B1 → A2 → B2，第二局比賽開始，需交換場地並逆轉接發球順序如：B1 → A1 → B2 → A2。
- (四) 預告最後一次上課將實際體驗正式團體賽的方式。

第六節：部落衝突

一、課堂準備

- (一) 學生：依班級戰力排名將學生分為四隊，分別為 A(1, 8, 9, 16, 17, 24)；B(2, 7, 10, 15, 18, 23)；C(3, 6, 11, 14, 19, 22)；D(4, 5, 12, 13, 20, 21)。
- (二) 教師：熟悉授課技能示範動作，活動設計操作及蒐整補充說明資料內容。

二、引起動機(5分鐘)

- (一) 各隊推選一位做為隊長，領取出賽單並討論填寫
- (二) 團體賽為出賽順序為「單、單、雙、單、單」五點方式進行，先獲得三點隊伍取得勝利。
- (三) 排點時需要考量各組成員戰力分配，以達到最有利的狀況。

三、主要活動(35分鐘)

- (一) 本次團體賽採單敗淘汰賽的方式。

以整體實力的平均分組，聚焦於C2人際關係與團隊合作的核心素養

藉由推派隊長並團隊討論填寫出賽單的過程，加深學生思考己方戰力及如何應對戰對方，有利培養A1身心素質與自我精進及A2系統思考與解決問題及C2人際關係與團隊合作等核心素養

- (二) 每點以 1 局 11 分制。
- (三) 先獲得三點隊伍取得勝利。
- (四) 第一輪獲勝隊伍晉級爭一二名，其餘兩隊比出三四名。
- (五) 總結成績以做為團體競賽成績依據。

四、總結活動(5分鐘)

- (一) 各組賽後感言：抽問幾位同學讓其發表活動後的感言。
- (二) 補充說明團體賽另外還有「單、雙、單、雙、單」至少七人下場及僅三人出賽之「三人五分團體賽制」
- (三) 說明男女雖有先天的生理差異，但在桌球這項運動中，技術能力的穩定性較能彌補這些差異，勉勵彼此尊重及互敬互習的態度。
- (四) 發放本學習單元的運動與性別平等學習單，並律定繳交時間由體育股長收回。

附件一：

「桌球風雲會」

桌球簡易對戰概念遊戲說明：

一、卡牌說明：

- (一) 每張卡牌代表桌球對打時的一板的擊球型態。
- (二) 每張卡牌下方為擊球者自何位置擊球
- (三) 正拍反拍則代表擊球的方式
- (四) 箭頭代表擊出球的方向及落點位置

二、遊戲進行方式：

- (一) 兩方自排堆中抽出 9 張卡牌做為技術使用
- (二) 猜拳或擲銅板決定誰先發球。
- (三) 發球方出 1 張卡牌代表發球，再從牌堆中抽取一張牌。
- (四) 接球方必須依照發球方發出的卡牌落點，從己方排堆中選取符合的擊球位置卡牌出牌以表示完成 1 板回擊，並再從排堆中抽取 1 張卡牌；後續以此類推。
- (五) 若無適合的卡牌或放棄出牌則代表這 1 回合結束，表示對方得分。
- (六) 1 分後雙方再次重排堆中補齊 8 張卡牌，由原發球方再次發球，並繼續遊戲。
- (七) 每 2 分後換對方發球，按照桌球規則完成 1 局 11 分的賽制。

三、卡牌圖示如下：

右 正 右	中 正 右	左 正 右	右 正 中	中 正 中	左 正 中	右 正 左	中 正 左	左 正 左
右 反 右	中 反 右	左 反 右	右 反 中	中 反 中	左 反 中	右 反 左	中 反 左	左 反 左

附件二：

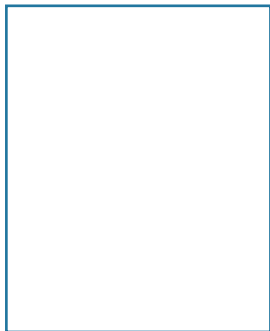
桌球卡牌技戰術學習單

班級：_____ TEAM：_____ 組長：_____ 組員：_____

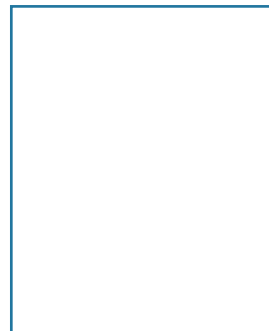
技戰術組合：

--	--

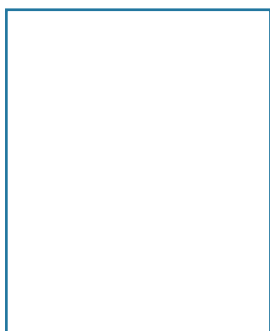
組合一：



組合二：



組合三：



組合四：



附件三：

智勇雙全

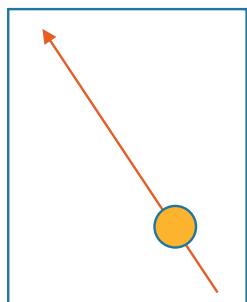
班級：_____

TEAM：_____

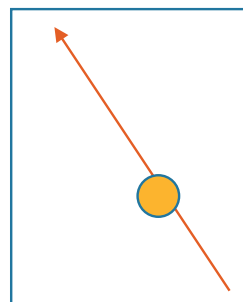
夥伴_____&_____

一、技戰術組合：

組合一：



組合二



二、擂台賽成績

出賽：_____場 挑戰成功：_____場 衛冕成功：_____場

三、雙打體驗感想

(一) 雙打在兩人移動跑位上遇到的困難：_____

我們認為可以_____來改善。

(二) 分享一下，我們在比賽中如何有效得分的小技巧_____

智勇雙全

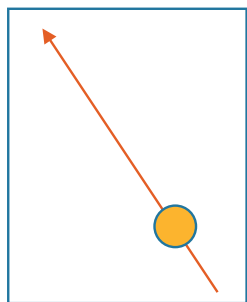
班級：_____

TEAM：_____

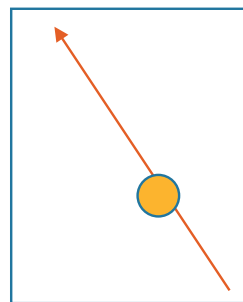
夥伴_____&_____

一、技戰術組合：

組合一：



組合二



二、擂台賽成績

出賽：_____場 挑戰成功：_____場 衛冕成功：_____場

三、雙打體驗感想

(一) 雙打在兩人移動跑位上遇到的困難：_____

我們認為可以_____來改善。

(二) 分享一下，我們在比賽中如何有效得分的小技巧_____