


## 體育課好好玩 - 103 學年度教育部體育署優質體育教材甄選 作品說明書

|                  |   |
|------------------|---|
| 參賽組別             | <input checked="" type="checkbox"/> 教材設計組 <input type="checkbox"/> 教具設計組  |
| 作品名稱             | 運動教育模式及翻轉課堂之桌球教學  |
| 適用對象             | 國中二年級   |
| 作品用途             | 體育教學之課程   |
| 設計理念與構想          | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 融入翻轉課堂之桌球教學目的在於提升學生在課堂中實作時間，並保持教師原有的講授時間，進而發展學生主動學習經驗，提升高層次思維能力。</li> <li>● 透過運動教育模式的桌球課程，可以使學生分組合作學習，透過團隊裡的角色分配讓學生都各自有應負責的工作，養成自主性及責任性，並使用比賽海報的製作、小組比賽使學生在桌球教學的學習有完整性。</li> </ul>   |
| 內容概述（教具組請撰寫操作說明） | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 桌球教學教案共五堂課，採運動教育模式的方式進行教學，而在第一堂課有融入翻轉課堂教學的概念。</li> <li>● 翻轉課堂的教學形式，可以打破傳統教學上師生角色的轉換，使學生產生自主學習的行為，並在課堂中做最有效的利用。</li> <li>● 每堂課都有小組合作的概念融入，使學生在溝通合作學習能力上的提升。</li> <li>● 角色分配：透過各組組員各司其職，可以使學生在各個角色上的學習及扮演，提升學習效能。</li> </ul> |

體育課好好玩 - 103 學年度教育部體育署優質體育教材甄選 教案

|              |      |                             |  |        |       |      |              |
|--------------|------|-----------------------------|--|--------|-------|------|--------------|
| 教學名稱         |      | 桌球                          |  | 上課節數   | 第 1 節 | 教學時間 | 45 分鐘        |
| 技能主題         |      | 正拍發球                        |  | 教學年級   | 國中二年級 | 多元教學 | 小隊合作         |
| 教學目標         | 情意   | 1. 培養學生自主學習的能力。             |  | 對應能力指標 |       | 學生能力 | 具備小隊合作與分工能力。 |
|              | 技能   | 1. 練習正拍發球技巧。<br>2. 練習側墊步熱身。 |  |        |       |      |              |
|              | 認知   | 1. 了解桌球比賽規則一。               |  |        |       | 教學資源 | 桌球拍與球        |
| 教學策略<br>融入議題 |      | 翻轉課堂教學策略、運動教育模式             |  |        |       |      |              |
| 教學流程         | 教學時間 | 教 學 活 動                     |  |        |       | 教學資源 | 教學評量         |

| 課前資料                       | 教學平台  | 回應學習內容 |
|----------------------------|---|--------|
| <p>引<br/>起<br/>動<br/>機</p> | <p>10'</p> <p><b>一、集合點名</b><br/>分四小隊集合，<b>副康樂</b>確認班級人數與今日實到人數。</p> <p><b>二、發放球具</b><br/>觀察康樂與副康樂的分工狀態是否符合要求。<br/>康樂-要把球桌翻好<br/>副康樂-確實點名</p> <p><b>三、熱身做操</b><br/>(一) 觀察各小隊是否確實熱身做操。<br/>(二) <b>側墊步繞桌</b>。順時鐘與逆時鐘各五圈。<br/>(三) 對牆球感操改為對桌，康樂與義工在上課前將桌面翻好。<br/>(四) 上課鐘聲響完畢，十分鐘內完成<b>點名、發球具、做操、繞桌熱身與球感操</b>。</p> <p><b>四、發放學習單-學生課前預習學習單</b><br/>(一) 分組討論及作答。<br/>(二) 提出預習所遇到的問題，教師解決學生的問題。</p>   |        |
|                            | <p>上課前使用 fb 預習桌球正拍發球的資料：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 桌球正拍發球技巧的教學影片</li> <li>2. 桌球正拍發球常犯錯誤動作</li> <li>3. 桌球正拍發球的比賽規則</li> </ol> <p>1031103桌球正拍發球</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.正確握拍姿勢<br/><a href="http://www.youtube.com/watch?v=P9QEQYPNMdA">http://www.youtube.com/watch?v=P9QEQYPNMdA</a></li> <li>2.常錯誤的握拍方式<br/><a href="http://www.youtube.com/watch?v=LeOlq14bwm0">http://www.youtube.com/watch?v=LeOlq14bwm0</a></li> <li>3.桌球正拍發球教學<br/><a href="http://www.youtube.com/watch?v=mcwuRiLoxQU">http://www.youtube.com/watch?v=mcwuRiLoxQU</a></li> <li>4.桌球正拍發球規則（重要，須記起來！！） <ul style="list-style-type: none"> <li>(1)掌心-球應至於非執拍手的掌心上</li> <li>(2)上拋-球拋高於16公分以上</li> <li>(3)不旋-上拋球不可以旋轉</li> <li>(4)範圍-發球於桌邊內，桌端後</li> <li>(5)不遮-球必須在預備時光明正大讓對方看得到球</li> </ul> </li> </ol> <p>★有看過影片的同学請於下方留言你有瀏覽過！也通知其他同學可以先預習的上網先預習！</p> <div data-bbox="316 958 1193 1245">  <p>正確握拍姿勢</p> <p>YOUTUBE.COM</p> </div> <p>讚 · 留言 · 分享</p> |        |

|      |     |  |           |     |
|------|-----|--|-----------|-----|
| 發展活動 | 30' | <p><b>★教師針對課題利用問答的方式示範學習的內容</b></p> <p><b>一、有效的發球：</b></p> <p>（一）掌心：球應靜置於非執拍手的掌心上。</p> <p>（二）上拋：球要上拋 16 公分以上。</p> <p>（三）不旋：球上拋時不可以旋轉。</p> <p>範圍：發球範圍在桌邊內、桌端後。</p> <p><b>二、正拍發不旋球技巧</b></p> <p>（一）準備動作<br/>左腳前，右腳後，兩膝自然放鬆，略大於雙肩。</p> <p>（二）擊球時機<br/>手置於兩腳之間，右肩前側一點鐘方向，上拋球開始點。</p> <p>（三）擊球拍面<br/>微前傾，向前推。</p> <p><b>三、小組內正拍發球練習（如圖一～圖三）</b></p> <p>（一）每人必須有30次正拍發球的機會。</p> <p>（二）練習方式由小隊討論決定，但必須做到兩大原則：<br/>第一：善用人力：無人落單，沒事做。<br/>第二：善用空間：沒用的空間可否做其他練習。<br/>第三：善用時間：十分鐘內如何有效練習，是否需要分程度練習。</p> <p>（四）表現優良加小隊比賽成績十分。</p> <p>（五）練習時間十分鐘，討論五分鐘。</p> | 桌球拍<br>桌球 | 學習單 |
|------|-----|--|-----------|-----|



★圖一：小組討論照片



★圖二：小組討論成果



★圖三：小組發表成果

|      |    |  |  |
|------|----|--|--|
| 綜合活動 | 5' | <p>一、集合點收球具</p> <p>二、講評練習優良小隊(上課時觀看學生實作的情形，把優良的小隊出來示範且講解為何他們比較優秀)</p> <p>三、下課禮</p> <p>教師做手勢-愛的鼓勵，留兩拍給學生，學生緊接喊YES！謝謝老師！</p> |  |
|------|----|--|--|

|          |        |   |        |       |      |              |
|----------|--------|---|--------|-------|------|--------------|
| 教學名稱     | 桌球     |   | 上課節數   | 第2節   | 教學時間 | 45分鐘         |
| 技能主題     | 正拍發旋轉球 |   | 教學年級   | 國中二年級 | 多元教學 | 小隊合作         |
| 教學目標     | 情意     | 1. 培養學生自主學習的能力.   | 對應能力指標 |       | 學生能力 | 具備小隊合作與分工能力。 |
|          | 技能     | 1. 練習正拍發旋轉球技巧.<br>2. 練習側墊步熱身.<br>3. 練習正反拍對空技巧<br>4. 練習正反拍對桌技巧 |        |       |      |              |
|          | 認知     | 1. 了解桌球比賽規則二.<br>2. 瞭解正拍旋轉球種類                                 |        |       | 教學資源 | 桌球拍與球        |
| 教學策略融入議題 | 運動教育模式 |   |        |       |      |              |
| 教學流程     | 教學時間   | 教學活動  |        |       | 教學資源 | 教學評量         |

|             |           |   |  |
|-------------|-----------|---|--|
| <p>引起動機</p> | <p>10</p> | <p><b>一、集合點名</b><br/>分四小隊集合，副康樂確認班級人數與今日實到人數。</p> <p><b>二、發放球具</b><br/>觀察康樂與副康樂的分工狀態是否符合要求。</p> <p><b>三、熱身做操</b><br/>(一) 觀察各小隊是否確實熱身做操。<br/>(二) 側墊步繞桌：順時鐘與逆時針各五圈</p> <p><b>四、球感操</b><br/>(一) 正反拍對空擊球累積 50 下<br/>(二) 正反拍對桌擊球累積 50 下</p> <p>(教師講解)告知學生要運用空間及時間還有人力的分配去完成對桌、對空及側墊步繞桌，隨意抽查一位同學回答<br/>(教師講解)說明如果在上課前已經先做好側墊步的活動(活其他的活動)，那就會更有足夠的時間跟空間去做操跟球感的練習。<br/>(教師講解)確實做到你每項熱身要做的項目，(舉例)在澳洲的火車沒有打卡的人員，全部都是要靠自己買票自己過站，澳洲人還是會很遵守這項規則，因為如果他們被稽查員抓到就罰本來金額的 100 倍，就是一張票 50 塊*100 要罰多少錢?(讓同學回答)5000 塊可以讓你做 100 趟的火車了，所以要確實做到你們自己該做的事情</p> |  |
|-------------|-----------|---|--|

### 一、正拍發旋球種類

- (一) 用排球(道具)上面畫箭頭介紹桌球旋轉的方式
- (二) 旋轉的方式有上旋、下旋與側旋

(教師講解 1)利用球旋轉丟出去再回來的示範講解旋轉的概念

(教師講解 2)利用排球化上箭頭告訴學生什麼樣的旋轉就會有不同的路徑

(教師講解 3)利用圖片講解下旋球及示範

(1) **預備**-站在進左半臺，左腳在前，右腳在後，身體略轉向右側，雙膝略微彎曲，身體重心置於雙腳間，非持拍手以掌心拖球至於球臺端線後上方，右持拍手手肘至於左手右後策略成 L 型，雙眼注視對方站立處及做預備擊球姿勢。

(2) **拋球及引拍**-雙眼注視球體，非持拍手將球上拋 16 公分以上，同時持拍手引拍至右肩斜上方，拍柄底朝網子的方向，身體隨著引拍動作。

(3) **揮拍擊球**-球落下羽球網同高時，持拍手以手肘為軸心，由前臂帶動向斜下方擊球，擊中球體正右下部，觸球由手腕輔助使力，身體重心瞬是轉移左腳。

(4) **結束及還原**-動作還原，將身體重心置於雙腳間，迅速恢復預備姿勢，準備反擊。

- 標題化
1. 預備
  2. 拋球及引拍
  3. 揮拍擊球
  4. 結束還原

道具：  
排球  
圖片



→摩擦的概念



|                 |  |  |
|-----------------|--|--|
| <p>發展活動 30'</p> | <p><b>二、正拍發球考試方式</b></p> <p>(一) 90%客觀分數，選擇程度：</p> <p>    第一程度75分：上旋轉球，十顆機會，完成六顆</p> <p>    第二程度80分：下旋轉球，十顆機會，完成三顆</p> <p>    第三程度90分：側旋轉球，十顆機會，完成三顆</p> <p>(二)主觀分數：動作流暢性與飛行路徑。</p> <p><b>三、小組內正拍發球練習</b></p> <p>(一) 每人必須有30次正拍發旋轉球的機會。</p> <p>(二) 發球練習方式必須練習<b>右側</b>。</p> <p>(三) 練習方式由小隊討論決定，但必須做到兩大原則：</p> <p>    第一：善用<b>人力</b>：無人落單，沒事做。</p> <p>    第二：善用<b>空間</b>：沒用的空間可否做其他練習。</p> <p>    第三：善用<b>時間</b>：十分鐘內如何有效練習，是否需要</p> <p>        分程度練習。</p> <p>(教師講解)給學生五分鐘做討論，設計練習的方式，每組兩張桌子，要看你們做到人力、空間跟時間的利用</p> <p>(四) 表現優良加小隊<b>比賽成績</b>十分。</p> <p>(五) 練習時間十分鐘，討論五分鐘。</p> <p><b>四、自主練習時間</b></p> |  |
| <p>綜合活動 5'</p>  | <p><b>一、集合點收球具</b></p> <p><b>二、桌球比賽規則六-促進賽制：</b></p> <p>(一)實施時間點：</p> <p>1.一局比賽時間超過十分鐘，仍未有結果。</p> <p>2.任何時間，雙方球員要求</p> <p>(二)實施限制：9比9不可以實施</p> <p>(三)實施方式：</p> <p>1.接發球連續接了13次回擊球，即可得一分</p> <p>2.每人發一次球</p> <p>3.規定時限到，比賽狀態中，仍必須要求重新發球</p> <p>4.有始有終</p> <p><b>三、講評練習優良小隊</b></p> <p><b>四、下課禮</b></p> <p>教師做手勢-愛的鼓勵，留兩拍給學生，學生緊接喊<b>YES!</b></p> <p>謝</p> <p>謝老師！</p>   | <p>(促進賽制)抽問問題</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 一局比賽超過幾分鐘，還沒有結果的時候要實施?</li> <li>2. 實施促進賽制比分在多少時不可以實施?</li> <li>3. 每人一次發幾次球?</li> <li>4. 規定的時間到了，但是還在比賽的狀態中，要部要重新發球?</li> </ol> |

|          |      |  |      |  |      |                                 |
|----------|------|--|------|--|------|---------------------------------|
| 教學名稱     |      | 桌球   | 上課節數 | 第 3 節  | 教學時間 | 45 分鐘                           |
| 技能主題     |      | 小隊內單打排名賽   | 教學年級 | 國中二年級  | 多元教學 | 小組合作                            |
| 教學目標     | 情意   | 1. 培養合作的精神。<br>2. 培養溝通的能力。   | 具體目標 | 1-1-1 能夠在比賽時做到與隊友相互配合及鼓勵。<br>1-2-1 能夠傾聽隊友及表達個人的意見。 | 學生能力 | 1. 具備小隊合作與分工能力。<br>2. 已有桌球基本技能。 |
|          | 技能   | 1. 練習桌球單打比賽技巧。<br>2. 練習擔任裁判的技巧。  |      | 2-1-1 能夠做出桌球的發球與接發球的技巧。<br>2-2-1 能夠正確做出裁判得分手勢。     |      |                                 |
|          | 認知   | 1. 了解桌球比賽規則三   |      | 3-1-1 能夠說出比賽規則中，裁判的判決手勢。                           |      |                                 |
| 教學策略融入議題 |      | 運動教育模式   |      |  |      |                                 |
| 教學流程     | 教學時間 | 教 學 活 動  |      |  | 教學資源 | 教學評量                            |
| 引起動機     | 10'  | <b>一、集合點名</b><br>分四小隊集合，副康樂確認班級人數與今日實到人數。<br><b>二、發放球具</b><br>觀察康樂與副康樂的分工狀態是否符合要求。<br><b>三、熱身做操</b><br>(一) 觀察各小隊是否確實熱身做操。<br>(二) 側墊步繞桌：順時鐘與逆時鐘各五圈。<br><b>四、球感操</b><br>(一) 正反拍對空擊球累積 50 下。<br>(二) 正反拍對桌擊球累積 20 下。 |      |  |      |                                 |

|             |            |  |            |  |
|-------------|------------|--|------------|--|
| <p>發展活動</p> | <p>20'</p> | <p>一、桌球比賽規則三-裁判報分方式：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 老師講解示範以下手勢後，必須再舉例比賽從一開始的實際狀況例子，依依演出，例如：老師與小明對決比賽，0比0比賽開始，利用猜拳決定發球及接發球，老師先發球，小明給老師一個扣殺落到有效區域，則這時裁判先比得分手勢，再來是報分0:1(比數讓學生回答)，而第二球，老師發球觸網落到有效區域，則這時裁判要五指併攏高舉右手過頭，重新發球(讓學生一起做出重新發球的手勢)，第二球老師重新發球，小明又再一次扣殺，落到有效區域，則先比得分手勢，再比交換發球權手勢，再報分2:0(讓學生回答)，經過了超級精采的比賽，老師以0:11輸給了小明，則這時裁判要說比賽結束，小明獲勝，11:0(讓學生回答)，老師輸了已經超可憐了，就不要再把老師的名字報給全世界知道了。</li> </ul> <p>(一) <u>報分時</u>，先報發球方再報接球方的得分數。</p> <p>(二) <u>得分時</u>，將靠近得分方的手臂舉起，使上臂水平，前臂</p> <p style="padding-left: 40px;">垂直，手握拳向上。</p> <p>(三) <u>重發球時</u>，將手高舉過頭表示。</p> <p>(四) <u>交換發球權時</u></p> <p>裁判應在報完比分後，指向下一個即將發球者或報出名</p> <p style="padding-left: 40px;">字。</p> <p>(五) <u>一局比賽結束時</u>，說法順序：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1、勝方運動員的姓名。</li> <li>2、勝方得分數。</li> <li>3、負方得分數。</li> </ol> | <p>分數板</p> |  |
|-------------|------------|--|------------|--|

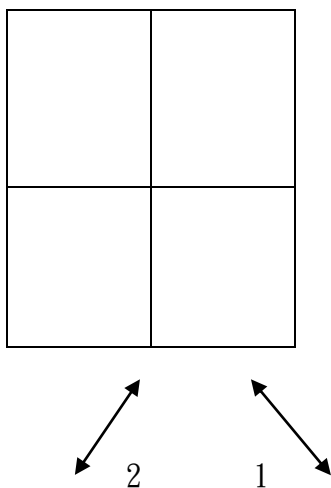
|  |  |                           |                 |
|--|--|---------------------------|-----------------|
|  | <p><b>二、小隊內單打比賽排名賽</b></p> <p>(一) 說明比賽紀錄表格寫法。</p> <p>1、出示表格並請同學回憶是否在羽球課堂上使用過。</p> <p>2、表格上的班級、第幾小隊、男女與記錄員都要寫清楚。</p> <p>3、小隊內單打比賽一局五分，deuce 為四比四，連贏兩分才可以獲勝。</p> <p>4、循環賽制，代號排列依小隊內對員座號大小排列。</p> <p>5、勝方寫座號，勝分代表贏對手幾分。</p> <p>6、未比賽者，至少要當過一次裁判，期末有裁判測驗，</p> <p>    可做練習。</p> <p>(二) 裁判注意發球的合法原則。</p> <p>(三) 五分鐘討論時間的任務：</p> <p>1、手勢複習。</p> <p>2、隊長分配男、女生記錄員各一人。</p> <p>3、聽哨音，開始進行比賽。</p> | <p>分數板<br/>桌球拍<br/>桌球</p> | <p>教師主觀觀察記錄</p> |
|--|--|---------------------------|-----------------|

|             |            |   |            |  |
|-------------|------------|---|------------|--|
| <p>綜合活動</p> | <p>15'</p> | <p><b>一、集合點收球具</b><br/>告知未完成比賽結果的小隊請利用課餘時間完成比賽。<br/>請記<br/>錄員美編後，下堂課繳交。</p> <p><b>二、比賽競賽規程</b><br/>展示學長姐的海報範本，並講解以下九大要項：</p> <p>(一) 比賽目的<br/>(二) 主辦單位<br/>(三) 協辦單位<br/>(四) 贊助廠商<br/>(五) 比賽資格<br/>(六) 比賽賽制：請學生選擇循環、雙敗或單敗賽制。<br/>(七) 比賽方式：<br/>1、點數：五點制，分別是男單、女單、男雙、女雙、<br/>混雙。<br/>2、局數：一局決勝局。<br/>3、局分：11分、9分、7分請學生選擇。<br/>(八) 比賽獎勵：討論表決。<br/>(九) 比賽處罰：討論表決。</p> <p><b>三、下課禮</b><br/>教師做手勢-愛的鼓勵，留兩拍給學生，學生緊接喊<br/>YES！謝<br/>謝老師！</p> | <p>筆記本</p> |  |
|-------------|------------|---|------------|--|

|          |      |   |      |  |        |              |
|----------|------|---|------|--|--------|--------------|
| 教學名稱     |      | 桌球-同舟共濟打壞人  | 上課節數 | 第 4 節  | 教學時間   | 45 分鐘        |
| 技能主題     |      | 雙打移位  | 教學年級 | 國中二年級  | 多元教學   | 小組合作         |
| 教學目標     | 情意   | 1-1 培養學生自主學習的能力。<br>1-2 培養合作的精神。<br>1-3 培養溝通的能力   | 具體目標 | 1-1-1 能夠主動做到每小隊互相討論。<br>1-2-1 能夠在比賽時做到與隊友相互配合及鼓勵。<br>1-3-1 能夠傾聽隊友及表達個人的意見。 | 學生能力   | 具備小隊合作與分工能力。 |
|          | 技能   | 2-1 練習雙打移位。   |      | 2-1-1 能夠與隊友做出八字型移位及環型移位技巧。   | 教學資源   | 三角錐*4、桌球拍。   |
|          | 認知   | 3-1 瞭解桌球雙打移位方式。<br>3-2 瞭解桌球比賽規則四。   |      | 3-1-1 能夠說出八字型移位及環型移位的方式。<br>3-2-1 能夠說出運動員行為不良的懲處方式。                        |        |              |
| 教學策略融入議題 |      | 運動教育模式  |      |  |        |              |
| 教學流程     | 教學時間 | 教 學 活 動   |      |  | 特殊事件記錄 |              |
| 引起動機     | 10'  | <b>一、集合點名</b><br>分四小隊集合，副康樂確認班級人數與今日實到。<br><b>二、發放球具</b><br>觀察康樂與副康樂的分工狀態是否符合要求。<br><b>三、熱身做操</b><br>(一) 觀察各小隊是否確實熱身做操。<br>(二) 側墊步繞桌：順時鐘與逆時針各五圈<br><b>四、球感操</b><br>(一) 正反拍對空擊球累積 50 下<br>(二) 正反拍對桌擊球累積 50 下 |      |  |        |              |

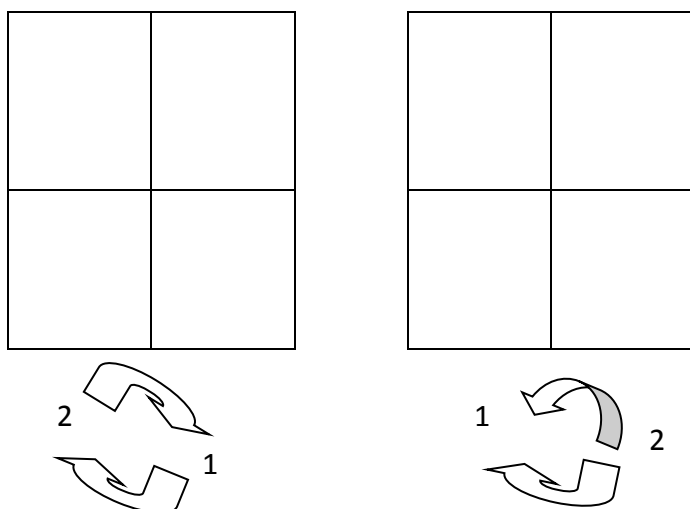
(一)八字型移位

1. 使用對象-右手與左手直拍的進攻型選手配對多採用此走位法。
2. 使用方法-兩人擊球後均向自己反手一側移動，既確保了同伴的擊球空位，又有利於發揮自己正手攻球的威力。
3. 請同學示範八字移位。



(二)環形移動

1. 使用對象-兩名右手握拍的選手配對多採用此走位法。
2. 使用時機-常在發球、接發球、扣殺機會球運用。
3. 使用方法-(1)順時針方向(圖一)。  
(2)逆時鐘方向(圖二)。
4. 請同學示範環型移位。



貳、雙打移位比賽-八字型移位

一、比賽方法

1. 各小隊一張球桌，球桌底線中間擺放一角錐。
2. (如圖三)1 號先打角錐後摸第三位同學的手，2 號同學再打角錐，亦後退拍到 3 號同學的手。

|      |    |  |  |
|------|----|--|--|
|      |    | 3. 1 號與 2 號分別打角錐 5 下之後，共 10 下，順時針方向輪轉位置。   |  |
| 綜合活動 | 5' | <p>一、集合收器材</p> <p>二、桌球比賽規則四-運動員行為不良的判罰<br/>運動員在受到警告後，第二次冒犯，判失一分，第三次再犯判失兩分，依此類推到第五次時應中斷比賽並立即報告裁判長，每次判罰，應同時出示黃牌及紅牌。</p> <p>三、下課禮<br/>教師做手勢-愛的鼓勵，留兩拍給學生，學生緊接喊 YES！謝謝老師！</p> |  |

| 教學名稱 | 桌球       |  | 上課節數 | 第 5 節   | 教學時間 | 45 分鐘        |
|------|----------|--|------|---|------|--------------|
| 技能主題 | 班際比賽選手選拔 |  | 教學年級 | 國中二年級   | 多元教學 | 小組合作         |
| 教學目標 | 情意       | 1-1 瞭解自主練習的意義。<br>1-2 了解透過班內排名競賽，選拔班際比賽選手，為班爭光的意義。 | 具體目標 | 1-1-1 能夠選擇自己所缺乏的能力去練習。<br>1-2-1 學生能夠積極做到在單打排名賽爭取榮譽。 | 學生能力 | 具備小隊合作與分工能力。 |
|      | 技能       | 2-1 熟練單打比賽技巧。                                      |      | 2-1-1 在單打比賽中練習發球及接發球技巧。                             |      |              |
|      | 認知       | 3-1 熟練擔任裁判的技巧。                                     |      | 3-1-1 能夠在比賽中，做出裁判的判決手勢。                             | 教學資源 | 球拍和桌球、記分板*4  |



|                  |          |  |        |
|------------------|----------|--|--------|
| 教學策略<br>融入議題     |          | 運動教育模式   |        |
| 教學<br>流程         | 教學<br>時間 | 教 學 活 動  | 特殊事件記錄 |
| 引<br>起<br>動<br>機 | 10'      | <p><b>一、集合點名</b><br/>分四小隊集合，副康樂確認班級人數與今日實到人數。</p> <p><b>二、發放球具</b><br/>觀察康樂與副康樂的分工狀態是否符合要求，康樂負責球拍發放，<br/>副康樂負責點名與球筒。</p> <p><b>三、熱身做操</b><br/>(一) 觀察各小隊是否確實熱身做操。<br/>(二) 取消繞桌熱身與球感操。</p>   |        |
| 發<br>展<br>活<br>動 | 30'      | <p><b>一、班際比賽選手選拔</b><br/>(一)分組方式<br/>1. 第一組-小組比賽男、女生第一名。<br/>2. 第二組-小組比賽男、女生第二名。<br/>(二)比賽方式<br/>1. 一局 11 分決勝負。<br/>2. 採循環賽制。<br/>3. 第一組的選拔依名次排出順序。<br/>4. 第二組的選拔只要選出第一名的同學，該名同學可以繼續挑戰第一組第四名的同學。<br/>(三)場地分配<br/>1. 第一組男生在第一桌。<br/>2. 第一組女生在第二桌。<br/>3. 第二組男生在第三桌。<br/>4. 第二組女生在第四桌。</p> |        |

|      |     |   |  |
|------|-----|---|--|
| 發展活動 | 30' | <p>二、測驗裁判及桌球對空</p> <p>(一)分組方式</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 未比賽同學男、女生分開。</li> <li>2. 依照號碼從小到大排序。</li> <li>3. 女生先考試，男生先自主活動。</li> </ol> <p>(二)考試方式</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 裁判-(1)以第一組男生比賽模擬裁判考試，一個人考三球。<br/>(2)正確做出比→翻→喊的動作以及換邊發球手勢。</li> <li>2. 桌球對空50下。</li> </ol> <p>(三)自主活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 針對自己較弱的技能做練習。</li> <li>2. 進行桌球比賽。</li> </ol> |  |
| 綜合活動 | 5'  | <p>一、集合收器材</p> <p>二、下課禮</p> <p>教師做手勢-愛的鼓勵，留兩拍給學生，學生緊接喊 YES！謝謝老師！</p>  |  |