



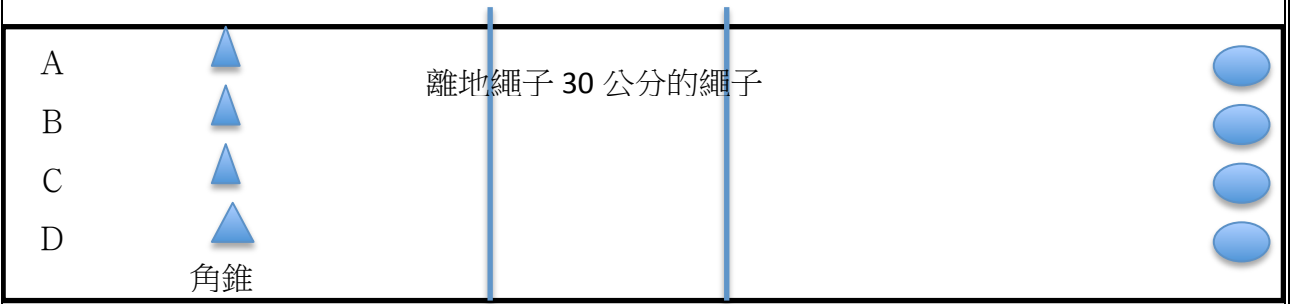
項目/單元 名稱	「拍」出未來，好「球」 必應	設計者	陳朱祥
教學對象	小學六年級	教學節數	5 節
融入議題	品德教育 環境教育	教學資源	康軒體育課本、學習共同體 2.0
設計理念	<p>從十二年國教主要精神出發，主要提升教育品質、成就每一位孩子、厚植國家競爭力為實施三大願景，此做法著重於優質教學，提升教師專業以及品質，適時安排適合孩子學習的課程及環境，進而發展出引導孩子主動學習的方法，便有賴於教師課程設計以及安排。十二年國教在學生學習評量的改變，將以往成績評量的分數制，內容評量標準係依據課綱制定，</p> <p>1.四項主題（認知、情意、技能、行為）2.八項次主題（運動知識、技能原理、學習態度、運動欣賞、技能表現、戰術運用、運動計畫、運動實踐）3.每一次主題皆應設計出符合該項五等級之成就表現評量標準。</p> <p>在各類運動當中，桌球是亞洲人在奧運較能奪牌的項目之一，因此台灣在桌球項目的推廣較為大多數人所喜愛，自己本身為長久觀察桌球初階的學生，對於剛起步學習者，桌球技能上的困擾，因此決定設計出一套引導初階小朋友學習的教具以及教材。</p> <p>設計理念：「價格低」、「體積小」、「帶著走」、「家中自可把玩」、「沒有空間限制」，以及最重要的是多元性的使用，而且簡單好學為主要目標。</p> <p>(1)希望引導桌球遊戲教學引導孩子培養終身運動的興趣。</p> <p>(2)藉由自製桌球練習器材的學習，激發孩子的未知潛能，並且能相互欣賞。</p> <p>(3)透過不同的關卡組合，讓孩子能夠從學習中獲得成就感，並且快樂適性學習。</p> <p>(4)提升教師本身教學創造以及想像的發源地</p>		
	能力指標	教學目標	
	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。	能學會桌球基本拋球動作、身體旋轉拍球動作。	
	3-1-2 表現使用運動設備的能力。	能運用桌球桌、以及空瓶子練習球拍控制。	
	3-1-3 表現操作運動器材的能力。	能用自製彈力桌球，反覆練習基本動作。	
	3-1-4 表現聯合性的基本運動能力。	能拋球、引拍、擊球三大發球聯合動作。	
	3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。	能運用身體平衡、手部控制桌球的能力。	
	3-2-2 在活動中表現身體的協調性。	能運用身體以及球拍，進行引拍及揮拍動作流暢協調。	
	3-2-4 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。	能藉由發球遊戲看小朋友的動作的協調能力以及穩定度、準度。	
	4-1-2 認識休閒運動並樂於參與。	能在課程當中的積極參與。	

<p>4-1-3 養成規律運動習慣，保持良好體適能。</p> <p>4-2-3 瞭解有助體適能要素促進的活動，並積極參與。</p> <p>4-2-4 評估體適能活動的益處，並藉以提升個人體適能。</p>	<p>能知運用課餘時間，運用自制教具進行揮拍練習。</p> <p>能養成運動習慣，並且獲得健康。</p> <p>能知道體適能的好處，積極參與各項活動。</p>
<p>5-1-5 說明並演練預防及處理運動傷害的方法。</p> <p>5-2-2 判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。</p>	<p>能說出桌球的各項運動傷害</p> <p>能共同討論桌球運動安全的重大問題</p>
<p>6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。</p> <p>6-3-1 體認自我肯定與自我實現的重要性。</p>	<p>能和組員共同討論關卡的設計以及充分表達自己的意見</p> <p>能肯定自我，並能思考如何破關的方法。</p>
<p>藝文活動</p> <p>1-2-1 探索各種媒體、技法與形式，了解不同創作要素的效果與差異，以方便行藝術創作活動。</p>	<p>能利用桌球、彈力線、魔鬼粘，自製屬於自己的「彈力」的桌球</p>

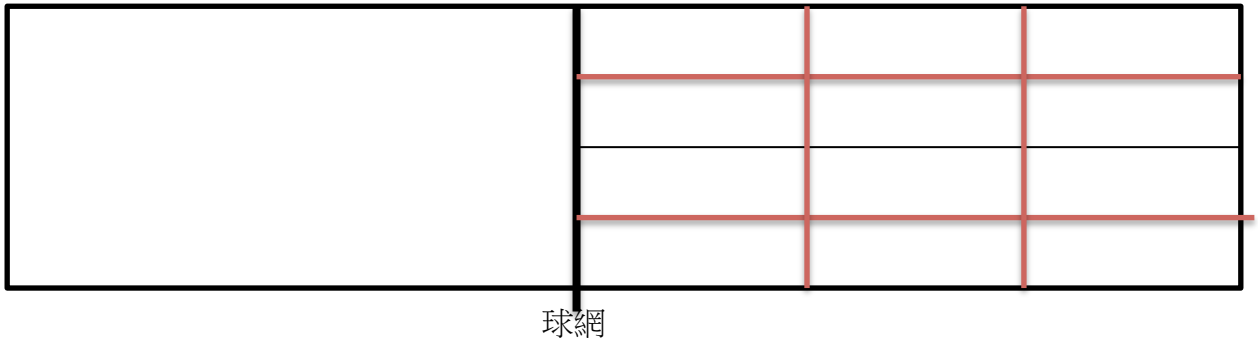
節次	教學活動流程	時間	教學資源	教學評量
第一節	壹、 準備活動 (一) 教師準備： 球桌相關器材準備 (二) 學生準備： 學生穿著體育服、運動鞋 (三) 引起動機： 1. 觀賞桌球運動影片，了解桌球運動的精神以及技巧。 2. 自製繩梯練習，敏捷熱身練習	10分	1. 桌球桌球拍「直、刀拍」 2. 塑膠碟盤、 3. 自製彈力桌球 4. 一般桌球 5. 自製繩梯	口述評量
	貳、 發展活動 一. 活動.1 介紹桌球運動遵守的安全規則 二. 活動 2 球拍握法以及揮拍技巧 三. 活動 3	20分		動作評量

	<p>1 桌球平衡控制桌球練習</p> <p>2 運用彈力球練習拍球活動</p> <p>3 拍打桌球繞 S 型走過障礙物。</p> <p>參、 綜合活動</p> <p>1. 評量學生學習成果，使用一般桌球能原地拍打 100 下。</p> <p>2. 根據課堂表現給予受試鼓勵。</p> <p>-----第一節結束-----</p>	10 分		動作 評量
<p>第二節</p>	<p>-----第二節開始-----</p> <p>壹、準備活動</p> <p>(一) 教師準備：自製桌球、固定桌球器：</p>  <p>桌球桌、桌球</p> <p>(二) 學生準備：球拍</p> <p>引起動機：</p> <p>1.繩梯基本動作熱身練習</p> <p>2.教師直接示範，快速平推發球。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>(一) 拋球我最行</p> <p>1.使用教師自製彈力桌球，使用非慣用手反覆練習基本拋球動作。</p>  <p>(二) 揮拍達人</p> <p>1.一張桌子上夾上 8 組桌球揮拍練習固定器。</p> <p>2.練習基本平推練習</p>	10 M 5M 5M 10 M	<p>1 桌球 100 顆</p> <p>2 桌球桌</p> <p>3 自製彈力球 20 組</p> <p>4 固定桌球練習器 20 組</p> <p>5 有顏色亮面膠帶</p>	<p>動作 評量</p> <p>動作 評量</p> <p>動作 評量</p>

「關卡一」



「關卡二」



「關卡三」

