**南投縣立營北國民中學113學年度七八年級彈性學習課程計畫**

【第一學期】

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 課程名稱 | 社團-桌球社 | | 年級/班級 | | 七八年級/1班 |
| 彈性學習課程類別 | □統整性(□主題□專題□議題)探究課程  ☑社團活動與技藝課程  □特殊需求領域課程  □其他類課程 | | 上課節數 | | 每週1節，21週，共21節 |
| 設計教師 | | 許志豪 |
| 配合融入之領域及議題  (統整性課程必須2領域以上) | □國語文　□英語文(不含國小低年級)  □本土語文□臺灣手語　□新住民語文  □數學　　□生活課程　☑健康與體育  □社會　　□自然科學　□藝術  □綜合活動  □資訊科技(國小)　□科技(國中) | | □人權教育　□環境教育　□海洋教育　☑品德教育  □生命教育　□法治教育　□科技教育　□資訊教育  □能源教育　□安全教育　□防災教育　□閱讀素養  □家庭教育　□戶外教育　□原住民教育☑國際教育  □性別平等教育　☑多元文化教育　□生涯規劃教育  ※請於學習表現欄位填入所勾選之議題實質內涵※  ※交通安全請於學習表現欄位填入主題內容重點，  例：交A-I-3辨識社區道路環境的常見危險。※ | | |
| 對應的學校願景  (統整性探究課程) | 以品格為基礎，和世界做朋友。 | 與學校願景呼應之說明 | 藉由運動，鍛鍊體能與意志力，健全身心發展，並拓展全球視野。 | | |
| 設計理念 | 1.培養學生良好的運動習慣及正確的運動觀念  2.學習良好的運動精神。  3.熟練桌球正確的握拍方式及擊球技巧。  4.學習桌球的比賽規則及戰術應用。 | | | | |
| 總綱核心素養具體內涵 | J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。  J-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。  J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。  J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。  J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。 | 領綱核心素養  具體內涵 | | 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，不輕言放棄。  健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。  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。  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。  健體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。 | |
| 課程目標 | 1.能在生活中養成運動習慣增添生活樂趣。  2.能和別人一起透過運動良性互動，增進彼此友誼。  3.能探索自己的興趣與專長，挑戰自己的可能性。 | | | | |

| **教學進度** | | **學習表現**  須選用正確學習階段之2以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」 | **學習內容**  可由學校自訂  若參考領綱，至少包含2領域以上 | **學習目標** | **學習活動** | **評量方式** | **教材**  **學習資源**  自選/編教材須經課發會審查通過 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **週次** | **單元名稱**  **/節數** |
| 一 | 選社  桌球規則簡介 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 認識桌球基本規則 | 1.桌球規則簡介  2.基本動作：正手擊球  3.正手擊球測驗 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 二 | 選社  桌球規則簡介 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 1.認識桌球基本規則  2.正確揮拍擊球 | 1.桌球規則簡介  2.基本動作：正手擊球  3.正手擊球測驗 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 三 | 桌球規則簡介 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 1.認識桌球基本規則  2.正確揮拍擊球 | 1.桌球規則簡介  2.基本動作：正手擊球  3.正手擊球測驗 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 四 | 桌球規則簡介2 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 1.認識桌球基本規則  2.正確揮拍擊球 | 1.桌球規則簡介  2.基本動作：正手擊球  3.正手擊球測驗 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 五 | 反手 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 正確揮拍擊球 | 1.基本動作：反手擊球  2.反手擊球測驗 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 六 | 反手2 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 正確揮拍擊球 | 1.基本動作：反手擊球  2.反手擊球測驗 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 七  第一次段考 | 接發球1 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 正確揮拍擊球 | 1.簡單桌球戰術運用  2.基本動作：接發球  3.接發球測驗 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 八 | 接發球2 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 正確揮拍擊球 | 1.簡單桌球戰術運用  2.基本動作：接發球  3.接發球測驗 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 九 | 接發球3 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 正確揮拍擊球 | 1.簡單桌球戰術運用  2.基本動作：接發球  3.接發球測驗 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 十 | 分組比賽：排名賽 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 能完成一場比賽 | 分組比賽：排名賽 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 十一 | 分組比賽：排名賽 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 能完成一場比賽 | 分組比賽：排名賽 | 心得分享 | 桌球球具 |
| 十二 | 欣賞桌球比賽影片 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 能看懂比賽 | 欣賞桌球比賽影片 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 十三 | 推擋回球介紹 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 正確揮拍擊球 | 1.推擋基本動作及回球方式  2.能將基本防守動作做好 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 十四  第二次段考 | 推擋回球介紹 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 正確揮拍擊球 | 1.推擋基本動作及回球方式  2.能將基本防守動作做好 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 十五 | 正手拍平擊接球 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 正確揮拍擊球 | 練習以正手拍平擊方式來接正反手發球 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 十六 | 正手拍平擊接球 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 正確揮拍擊球 | 練習以正手拍平擊方式來接正反手發球 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 十七 | 正手殺球 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 能完成殺球 | 1.講解正手殺球，動作要領，並帶領學生實施練習。  2.實施正手殺球練習。 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 十八 | 反手殺球 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 能完成殺球 | 1.講解反手殺球，動作要領，並帶領學生實施練習。  2.實施正反手殺球練習。 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 十九 | 正反手殺球 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 能完成殺球 | 1.講解正手殺球，動作要領，並帶領學生實施練習。  2.講解反手殺球動作，並帶領學生練習反手殺球。  3.實施正反手殺球練習。 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 二十 | 雙打比賽 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 能完成一場比賽 | 1.講解雙打比賽技巧及應注意事項。  2.練習比賽。 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 二十一  第三次段考 | 雙打比賽 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 能完成一場比賽 | 1.講解雙打比賽技巧及應注意事項。  2.練習比賽。 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |

【第二學期】

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 課程名稱 | 社團-桌球社 | | 年級/班級 | | 七八年級/1班 |
| 彈性學習課程類別 | □統整性(□主題□專題□議題)探究課程  ☑社團活動與技藝課程  □特殊需求領域課程  □其他類課程 | | 上課節數 | | 每週1節，21週，共21節 |
| 設計教師 | | 許志豪 |
| 配合融入之領域及議題  (統整性課程必須2領域以上) | □國語文　□英語文(不含國小低年級)  □本土語文□臺灣手語　□新住民語文  □數學　　□生活課程　☑健康與體育  □社會　　□自然科學　□藝術  □綜合活動  □資訊科技(國小)　□科技(國中) | | □人權教育　□環境教育　□海洋教育　☑品德教育  □生命教育　□法治教育　□科技教育　□資訊教育  □能源教育　□安全教育　□防災教育　□閱讀素養  □家庭教育　□戶外教育　□原住民教育☑國際教育  □性別平等教育　☑多元文化教育　□生涯規劃教育  ※請於學習表現欄位填入所勾選之議題實質內涵※  ※交通安全請於學習表現欄位填入主題內容重點，  例：交A-I-3辨識社區道路環境的常見危險。※ | | |
| 對應的學校願景  (統整性探究課程) | 以品格為基礎，和世界做朋友。 | 與學校願景呼應之說明 | 藉由運動，鍛鍊體能與意志力，健全身心發展，並拓展全球視野。 | | |
| 設計理念 | 1.培養學生良好的運動習慣及正確的運動觀念  2.學習良好的運動精神。  3.熟練桌球正確的握拍方式及擊球技巧。  4.學習桌球的比賽規則及戰術應用。 | | | | |
| 總綱核心素養具體內涵 | J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。  J-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。  J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。  J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。  J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。 | 領綱核心素養  具體內涵 | | 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，不輕言放棄。  健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。  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。  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。  健體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。 | |
| 課程目標 | 1.能在生活中養成運動習慣增添生活樂趣。  2.能和別人一起透過運動良性互動，增進彼此友誼。  3.能探索自己的興趣與專長，挑戰自己的可能性。 | | | | |

| **教學進度** | | **學習表現**  須選用正確學習階段之2以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」 | **學習內容**  可由學校自訂  若參考領綱，至少包含2領域以上 | **學習目標** | **學習活動** | **評量方式** | **教材**  **學習資源**  自選/編教材須經課發會審查通過 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **週次** | **單元名稱**  **/節數** |
| 一 | 選社  桌球簡介1 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 1.認識桌球規則  2.正確揮拍擊球 | 1.認識桌球最新比賽  2.球感練習 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 二 | 桌球簡介2 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 1.認識桌球規則  2.正確揮拍擊球 | 1.認識桌球最新比賽  2.球感練習 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 三 | 桌球簡介3 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 1.認識桌球規則  2.正確揮拍擊球 | 1.認識桌球最新比賽  2.球感練習 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 四 | 反覆擊球練習 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 正確揮拍擊球 | 向牆壁擊球15次以上 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 五 | 定向擊球練習 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 正確揮拍擊球 | 向上擊球100次以上 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 六 | 正反手交互練習1 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 正確揮拍擊球 | 餵球（正反手）連續擊球10次 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 七  第一次段考 | 正反手交互練習2 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 正確揮拍擊球 | 餵球（正反手）連續擊球10次 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 八 | 進階揮拍練習1 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 正確揮拍擊球 | 基本步伐閃身攻、左推右攻 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 九 | 進階揮拍練習2 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 正確揮拍擊球 | 基本步伐閃身攻、左推右攻 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 十 | 欣賞桌球比賽影片 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 1.能看懂比賽  2.能欣賞選手動作與技巧 | 欣賞桌球比賽影片 | 心得分享 | 桌球球具 |
| 十一 | 欣賞桌球比賽影片 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 1.能看懂比賽  2.能欣賞選手動作與技巧 | 欣賞桌球比賽影片 | 心得分享 | 桌球球具 |
| 十二 | 進階擊球練習1 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 正確揮拍擊球 | 打近台正反手連續15次 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 十三 | 進階擊球練習2 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 正確揮拍擊球 | 打近台正反手連續15次 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 十四  第二次段考 | 接發球練習1 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 正確揮拍擊球 | 基本步伐左推右攻、黃金三步 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 十五 | 接發球練習2 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 正確揮拍擊球 | 基本步伐左推右攻、黃金三步 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 十六 | 正手平擊球 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 正確揮拍擊球 | 1教師解說與示範正手平擊球的動作要領。  2.教師示範學生與教師做正手平擊對打練習。 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 十七 | 正手發下旋球 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 正確揮拍擊球 | 1.教師說明及示範正手發下旋球動作要領。  2.教師說明以及示範下旋球的原理、功能。  3.分組實施正手發下旋球練習。 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 十八 | 分組比賽：單打1 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 能按照規則完成一場比賽 | 分組比賽：排名賽 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 十九 | 分組比賽：單打2 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 能按照規則完成一場比賽 | 分組比賽：排名賽 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 二十 | 分組比賽：單打3 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 能按照規則完成一場比賽 | 分組比賽：排名賽 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |
| 二十一  第三次段考 | 期末考 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。  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。 | Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。  Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 能按照規則完成一場比賽 | 分組比賽：排名賽 | 分組練習  實作評量 | 桌球球具 |

註:

1. 本表格係依〈國民中學及國民小學課程計畫備查作業參考原則〉設計而成。
2. 依課程設計理念，可採擇高度相關之總綱各教育階段核心素養或各領域/科目核心素養，以敘寫課程目標。
3. 本表格舉例係以一至五年級為例，倘六年級辦理十二年國教之彈性課程者，其上課『節數』請依照「九年一貫課程各學習領域學習節數一覽表」填寫。
4. 計畫可依實際教學進度填列，週次得合併填列。