

(四)彈性學習時間之充實(增廣)/補強性課程 (全學期授課)

表11-2-4-○(國立南投高級商業職業學校)高級中等學校

彈性學習時間充實(增廣)/補強性 課程教學大綱

科目名稱	中文名稱	樂活玩桌球			
	英文名稱	Table tennis technical training			
師資來源	<input checked="" type="checkbox"/> 內聘 <input type="checkbox"/> 外聘				
科目屬性	<input checked="" type="checkbox"/> 充實(增廣) <input type="checkbox"/> 補強性				
適用科別	商業經營科	會計事務科	資料處理科	國際貿易科	應用外語科
學分數	1	1	1	1	1
開課年級/學期	第三學年 第一學期	第三學年 第一學期	第三學年 第一學期	第三學年 第一學期	第三學年 第一學期
教學目標 (教學重點)	1.增進桌球運動之技術與基本知識 2.促進體能均衡發展 3.學習人我間合作互助精神 4.培養終身的休閒活動				
教學內容					
主要單元(進度)	內容細項		分配節數	備註	
基本知識	1.桌球場地、球具及基本常識之簡介 2.控球練習、握拍 3.正手發球		2		
正手推擋	1.正手發球(直球)、反手推擋球講解與練習 2.送球練習、反手推擋球(學員送球、定點與不定點) 3.反手推擋球(定點與不定點)		4		
反手推擋	1.正手擊球動作講解與練習 2.正手空揮拍練習、正手擊球(上桌)、送球練習 3.正手擊球(定點與不定點)、步法練習		4		
發球與接發球	1.搓(切)球動作講解與練習 2.正手發切球、搓(切)球練習 3.正手側旋球		10		
拉下旋球	1.正手拉球動作講解與練習 2.正手拉球練習(學員送球)		10		
綜合演練	綜合練習、比賽、期末測驗		6		
合計			36節		
學習評量 (評量方式)	1. 基礎動作講授、示範、個人練習與小組分組練習、各別動作矯正。 2. 技能測驗：本課程將採用個人及團體分組練習的方式來進行，並要求每位學生對每一項運動作能達到基本的動作要求。 3. 競賽結果：深入的分析探討戰術應用及實地競賽，依小組對戰表現給予評分。 4. 出、缺席記錄 及上課態度。 5. 國際或全國球類比賽欣賞報告。並依自身專業背景與認知，從各角度剖析提出				

	自己的看法約500字。
教學資源	<ol style="list-style-type: none"> 1. 體育課程與教學資源網 https://sportsbox.sa.gov.tw/ 2. 教育部體育署https://www.sa.gov.tw/ 3. 體育課好好玩https://www.facebook.com/school.physical/ 4. 教育部教學資源網https://www.wagor.tc.edu.tw/primary/resource.htm
教學注意事項	<ol style="list-style-type: none"> 1.教學方法：以學生既有知識或經驗為基礎，說明生活上的應用實例以引起學習動機。隨時提供學生相關新知，以符合現代生活的應用。 2.教材編選：教材編選為教師自編教材。 3.充分了解場地、器材；課前先詢問學生的身體狀況，課中掌握學生身體狀況。

備註：每一欄位均請填寫完整。