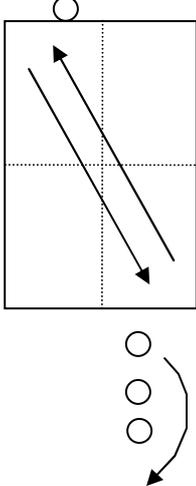


國立水里高級商工職業學校 體育科 教案

單元名稱	桌球－正手平擊球			適用班級	三年級	人數	36 人
教材來源	自編			授課教師	盧英娟	時間	50 分
教材研究	正手平擊球是基本動作之一，可應用於比賽中。						
學生學習條件分析	高一與高二均未實際上過桌球課，程度參差不齊，普遍男生優於女生，經過前幾週上課，學生多數已學會反手推檔。						
教學方法	多媒體 PP 講述、示範、練習、欣賞教學						
教學資源	場地	地下室桌球教室			參考書籍	謳馨體育課本	
	器材	桌球台九張，36 支球拍，球 15 打，哨子，塑膠籃 9 個					
教學目標	單 元 目 標				具 體 目 標		
	<p>一、認知方面：</p> <p>1.瞭解正手平擊球之動作組合。</p> <p>2.瞭解正手平擊球之完整動作。</p> <p>3.瞭解正手平擊球易犯錯誤及應注意事項。</p> <p>二、技能方面：</p> <p>4.流暢並正確的做出正手平擊球的動作。</p> <p>5.增進身體之基本運動能力。</p> <p>三、情意方面：</p> <p>6.學習合作學習與團隊合作；培養榮譽心並體驗運動的樂趣與成就感。</p> <p>7.培養對桌球的興趣。</p> <p>8.培養自我肯定與自信心。</p> <p>9.養成守法、守秩序的精神。</p> <p>10.養成愛護公物的習慣。</p>				<p>1-1 能說出正手平擊球的動作組合。</p> <p>2-1 能說出正手平擊球的完整動作要領。</p> <p>3-1 能說出正手平擊球易犯錯誤及應注意事項。</p> <p>4-1 能正確做出正手平擊球的動作。</p> <p>5-1 能保持身體與球的協調性。</p> <p>5-2 培養良好的球感</p> <p>6-1 能與同學互助合作，共同學習。</p> <p>7-1 能瞭解桌球運動參與的方法，並執行個人終身運動計劃。</p> <p>8-1 給予簡易又稍有挑戰性的能力可行之目標，使其自我達成。</p> <p>9-1 上課時能自行整隊並保持良好之秩序，遵從指導。</p> <p>10-1 不亂丟器材，課後如數歸還。</p>		
時間分配	節次	月	日	時	教 學 重 點		
	1	11	20	11：10	桌球－正手平擊球		
	2						

教學目標	教學活動	教具	時間	評鑑	備註
9-1 1-1 2-1 3-1	壹、準備活動： 一、課前準備（教師）： 1.蒐集資料、編製教案。 2.複習反手推檔。 二、課間準備 1.集合、整隊點名。 2.多媒體工具架設。 3.引起動機：藉由多媒體 PP 的輔助介紹， 瞭解正手平擊球的動作。 4.步法及熱身活動 (1)球桌旁側併步。 (2)球桌旁交叉步。 (3)4 人繞球桌反手推檔接力跑。	Notebook 單槍	2” 12” 3” 5”	能說出 能做出	
9-1	貳、發展活動 一、複習上週進度 四人一組，一張球桌，分兩邊一邊一人 當 leader，其餘三人在另一邊，每人與 leader 反手推檔 5 球後換人排到後面，接 力練習 30 球。 二、講解與示範 1.教師示範揮空拍動作。 2.教師示範正手平擊球動作。	哨子 桌球拍	3” 3”	能做出 能觀察	
4-1	三、原地練習（揮空拍） 1.分解動作練習 2.連續動作練習 四、分組練習 將全班分成九組，每四人一組，每組使 用一張球桌，每張球桌分兩邊。每組各有 一人擔任 leader 負責餵球。		5”	能做出	

教學目標	教學活動	教具	時間	評鑑	備註
4-1 5-1 5-2	<p>1.分組擊球練習</p>  <p>由 leader 擔任餵球 每人練習 2 球後換人，需輪 10 次。</p> <p>(教師巡視各組、糾正錯誤)</p>	哨子	10''	能做到	
6-1 7-1 8-1	<p>2.合作練習</p> <p>與 leader 正手平擊球五球後換人接力 5 球，再換人接力五球，以連續三十球不掉地取最快的前三名給予加分。</p>		5''	能做到	
10-1	<p>參、綜合活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師講評 2. 預告下節上課項目。 3. 驗收器材、解散。 		2''		