

項目/ 單元名稱	桌球	教學節數	3節課(每節40分鐘)
教學對象	小學6年級、	教學資源	桌球20顆、桌球拍20支。
參考資料	教師手冊。		
設計理念	<p>1.在學生還未真正接觸過桌球時，先利用球感練習，讓學生可以增加自己對桌球的興趣以及增加自己的自信心。</p> <p>2.利用各式各樣的動作，來達到球感的練習</p> <p>3.從握球拍練習，慢慢的導入上課所要教授的課程，讓學生可以循序漸進，不致一下子就要學會一些較難的動作。</p>		
教學目標	一、認知方面		
	<p>1.認識桌球器材及設備。</p> <p>1-2、瞭解直拍及橫拍握法。</p>		
教學目標	二、技能方面		
	<p>2-1、能協調做出各種控球動作。</p>		
教學目標	三、情意方面		
	<p>3-1、培養喜愛桌球運動。</p> <p>3-2、培養參與、負責的態度。</p>		
英語學習 融入	<p>-單字</p> <p>:table tennis/ ping pong/ net/ racket/ table/player/serve/ receive/ forehand/backhand/ finger / arm / hand/ knees</p> <p>table tennis/ ping pong /block/ strike /pen-hold grip (直拍)、handshake grip (橫拍)/ Stretch / wrist</p> <p>- 教室用語</p> <p>Practice by yourself. Face to the wall. Pay attention. Watch out. Focus on the ends of counter.</p>		
課程大綱	節次	每節重點	
	第一節	學會正確的握拍動作，並瞭解揮拍擊球時手腕的重要性。	
	第二節	學會正確的擊球動作，並養成擊球時不看球拍(要看球)的習慣。學會正確向前擊球的動作，並可以移動身體至適當位置擊球。	
	第三節	學會正確的發球動作，並可以分組進行單雙打的團體賽。	

各節課程之教案內容

節次	教學活動流程	時間	教學資源	教學目標(評量)
第一節	一、集合點名	2	桌球20顆、 桌球拍20支	
	二、值日生借器材	5		
第一節	一、暖身操： 1.徒手關節操 2.伸展操 -Attention class ! It's time for class. -Warm up exercise.	2	桌球20顆、 桌球拍20支	
	二、操場2圈 1.教師說明桌球運動起源，引起學生的學習興趣。 -Teacher will talk about the origin of table tennis 2.介紹球拍種類與性質。 -Show to students the table tennis .	3		
第一節	-We will need the racket, ball , and table.	10	桌球20顆、 桌球拍20支	
	二、直拍與橫拍握拍動作練習： 1. 說明並示範兩種握拍法 (執筆式又稱直拍、握手式又稱橫拍) Grip the racket: There are 2 ways to hold the racket. Let's practice pen-hold grip (直拍)、 handshake grip (橫拍)	10		
	三、球感練習： 1.每個學生拿一個球，練習連續向上擊球動作50次。 Strike it continuously. / Let's count 1 -50	5		

<p>第二節</p>	<p>2.二人一組練習對拋動作。</p> <p>Controlling practice:</p> <p>-Each student has one racket and ball. Do the controlling practice.</p> <p>- Hold the racket and ready to hit upon. And let's count how many ball can you get.</p> <p>四、持拍擊球練習:</p> <p>1.單人持拍向上連續擊球練習。</p> <p>2.雙人持拍擊球練習。</p> <p>* 兩人一組站面對面距離5m持拍向上對擊乒乓球。</p>	<p>3</p>		
<p>第二節</p>	<p>五、趣味遊戲:</p> <p>1.以單雙分成兩組, 做趣味競賽。</p> <p>2.競賽方式, 每一組學生間隔1m, 每人持拍把乒乓球放在球拍上, 以不掉落為原則, 將球傳給下一位同學。</p> <p>3.先將乒乓球傳至最後一位同學的為優勝</p> <p>-Passing game</p> <p>Put the ball on top of the racket and pass to the one next to you. The faster team pass the ball the the eand is the winner.</p> <p>七、集合</p> <p>1.做緩和操</p> <p>Today we had controlling practice</p> <p>-Who can hit the ball for 50 times?</p> <p>-Let's cool down your body. And have deep breath. (breath in / out)</p> <p>-Calss Attention !</p> <p>-----第一節完-----</p> <p>一.集合、整隊</p>	<p>2</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>10</p> <p>10</p>	<p>桌球20顆、 桌球拍20支</p>	

暖身操：

-Attention class ! It's time for class.

-Warm up exercise.

二、發展活動

一、介紹球拍種類與性質。

二、直拍與橫拍握拍動作練習：

5

1. 複習兩種握拍法

(執筆式又稱直拍、握手式又稱橫拍)

Grip the racket:

There are 2 ways to hold the racket.

Let's practice pen-hold grip (直拍)、handshake grip (橫拍)。

3

三、自拋正手擊球練習：

1.當球掉到桌面往上彈時，側身預備，之後即球2.擊球時，手臂成90度彎曲為佳，並注意掌握擊球時間點和位置。

Controlling practice with forehand

1. Throw the ball and hit it .

2. Low down your body and lightly hit the ball.

四、他人拋球正手擊球

1.學生輪流體驗拋球和擊球位置感覺，增加擊球的穩定性。

2.拋球者站擊球者對面球桌左邊網子。

3.拋球者徒手拋球到對面桌賞畫圈圈內，擊球者等球反彈後擊球到對面桌上，打5球或10球，撿球輪流拋球及擊球。

1.Look at the teacher./Bounce and hit (strike) /take turns/ number1,-2, ...next one

2. Everyone need to hit (strike) the ball five times and next one's turn.

五、趣味遊戲-增取最高分

	<p>將對面球桌畫井字線(九格), 並將桌面寫下分數, 達最高者獲勝。</p> <p>There are nine squares on the table and on each square has different points. Who has the highest points is the winner.</p> <p>六、總結活動</p> <p>-Ask two students to come over to the front and present the grip holding.</p> <p>- Okay ! We had a wonderful game today. Who can share your ideas how to play better next time (win more points) ?</p> <p>-If we will play this game again , does anyone have new ideas to share with all of us ?</p> <p>-Let's cool down your body. And have deep breath. (breath in / out)</p> <p>-Cals Attention ! It's time for break. See you next time. Goodbye~</p> <p style="text-align: center;">-----第二節完-----</p>			
<p style="text-align: center;">第三節</p> <p style="text-align: center;">第三節</p>	<p>1、 集合點名</p> <p>-Attention class ! It's time for class.</p> <p>二、值日生借器材</p> <p>一、暖身操：</p> <p style="padding-left: 40px;">1.徒手關節操</p> <p style="padding-left: 40px;">2.伸展操</p> <p>-Warm up exercise.</p> <p>-Stretch your fingers.</p> <p>二、操場2圈</p> <p>一、複習球拍種類與性質。</p> <p>二、直拍與橫拍握拍動作練習：</p> <p>1. 說明並複習兩種握拍法</p> <p>(執筆式又稱直拍、握手式又稱橫拍)</p>	<p style="text-align: center;">2</p> <p style="text-align: center;">4</p> <p style="text-align: center;">2</p> <p style="text-align: center;">2</p> <p style="text-align: center;">5</p>	<p>桌球20顆、 桌球拍20支</p> <p>桌球20顆、 桌球拍20支</p>	

<p>Let's review pen-hold grip (直拍)、handshake grip (橫拍).</p> <p>Let's review Controlling practice with forehand.</p> <p>三、單人對牆正手擊球練習：</p> <p>1.學生藉由對牆的球桌進行連續擊球，可提高控球的能力。</p> <p>2.7張桌子對牆，3人一組練習</p> <p>四、對牆正反拍擊球</p> <p>1.以正、反拍對牆及球，球界外後換人</p> <p>Face to the wall / Block/ ends/ continue counter receive/serve Upper strike / 10 times / At least 5 times, then you can pass.</p> <p>2.7張桌子對牆，3人一組練習</p> <p>Face to the wall. Practice by yourself. Focus on the ball. / Let the ball not fall down. Practice with forehand and backhand .</p> <p>Ready pose –move back one step / bend your knees /follow ping pong to move /</p> <p>五、趣味遊戲：</p> <p>1.以單雙號分成兩組，做趣味競賽。</p> <p>2.競賽方式，在發球桌一方標示發球落點之得分：每人發 5 球,看看可以得幾分。將球發至不同的落點，可增加對方接球的困難度。得到最多分同學獲勝。教師適時給予學生指導。Net / table / racket / edge / point / forehand serve / change ends Everyone has 5 times to serve. If you can serve succeed 3 times, then you can pass. / take turns. / Number1 ~ who's the next one?</p> <p>六、總結活動</p> <p>Today we have learned “ grip” . What are they? (pen-hold grip and handshake grip.) -Who can show me “pen-hold grip and handshake grip?</p>	<p>8</p> <p>5</p> <p>10</p> <p>2</p>		
---	--------------------------------------	--	--

-Let's cool down your body. And have deep breath. (breath in / out)
-Class Attention ! It's time for break. See you next time. Goodbye~

-----第三節完-----

本單元英語教室用語及專業英語彙整

英語教室用語	Practice by yourself. Face to the wall. Pay attention. Watch out. Focus on the ends of counter.
專業英語	table tennis/ ping pong/ net/ racket/ table/player/serve/ receive/ forehand/backhand/ finger / arm / hand/ knees table tennis/ ping pong /block/ strike /pen-hold grip (直拍)、handshake grip (橫拍)/ Stretch / wrist