

教育部 108 學年度下學期暨 109 學年度推動教育優先區計畫
南投縣中寮鄉中寮國民小學
發展教育特色桌球教學活動計畫

壹、依據教育部推動教育優先區計畫

一、教育部 108 年度教育優先區計畫辦理

二、南投縣政府 108 年 9 月 9 日府教國字第 1080206043 號函

貳、學校特色轉型緣起

一、學校傳統排球教學因受限於場地與人數，發展面臨瓶頸，為提供學生多元學習，開啟學生潛能，除繼續推動排球教學外，另外尋找出路發展學校特色桌球教學。

二、落實學童終身運動習慣及多元運動潛能與發展，因此本校藉由推動排球教學與桌球教學，鍛鍊學生強健體魄。

三、本校許多學生喜歡打桌球，而且許多目標學生常利用課餘時間到社區活動中心打桌球，經評估打桌球經濟省錢，符合目標學生的需求，以照顧弱勢學生落實積極性差別待遇措施。

參、實施目標：

一. 藉由運動，提昇學生體適能，增進學生運動風氣，鍛鍊強健體魄。

二. 提昇文化不利、隔代教養學童桌球專項技能。

三. 倡導正當休閒體育活動，培養活潑健康下一代國民。

四. 鼓勵全校師生及社區民眾培養愛好運動風氣。

肆、實施期程：民國 109 年 2 月至 110 年 6 月，共計三個學期。

伍、實施對象與方式：

一、以 46 名目標學生為主要授課對象，利用其課餘時間讓其多習得一項才藝，提升其自信心及學習成效。

二、依學生能力分組上課，落實因材施教適性發展。

三、聘請教練個別指導，勤練有成得組隊參加各項比賽活動，增加目標學生高峰經驗。

四、辦理週三下午桌球訓練。

陸、教學活動課程表

一、108 學年度下學期桌球教學課程表

編次	上課日期	上課時間	節數	上課內容	授課教師
1	109. 3. 11	1320-1520	3	★正反手扣殺球的講解與練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
2	109. 3. 18	1320-1520	3	★正反手扣殺球的講解與練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
3	109. 3. 25	1320-1520	3	★正反手扣殺球的講解與練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
4	109. 4. 01	1320-1520	3	★戰術應用的講解與練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
5	109. 4. 08	1320-1520	3	★戰術應用的講解與練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
6	109. 4. 15	1320-1520	3	★戰術應用的講解與練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
7	109. 4. 22	1320-1520	3	★單打比賽規則解說、練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
8	109. 4. 29	1320-1520	3	★單打比賽規則解說、練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
9	109. 5. 06	1320-1520	3	★單打比賽規則解說、練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
10	109. 5. 13	1320-1520	3	★雙打比賽規則解說、練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
11	109. 5. 20	1320-1520	3	★雙打比賽規則解說、練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
12	109. 5. 27	1320-1520	3	★雙打比賽規則解說、練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
13	109. 6. 03	1320-1520	3	★雙打比賽規則解說、練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
14	109. 6. 17	1320-1520	3	★發球機使用與練習 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
15	109. 6. 24	1320-1520	3	★發球機使用與練習 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
16	109. 7. 01	1320-1520	3	★發球機使用與練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
17	109. 7. 08	1320-1520	3	★期末排名賽	陳南榕

二、109 學年度上學期桌球教學課程表（外聘講師：陳南榕教練）

編次	上課日期	上課時間	節數	上課內容	授課教師
1	109. 9. 16	1320-1520	3	★握拍方法的講解與練習。 ★球感練習 ★控球能力練習 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
2	109. 9. 23	1320-1520	3	★正、反手拍推打練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
3	109. 9. 30	1320-1520	3	★正、反手拍推打練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
4	109. 10. 07	1320-1520	3	★正、反手拍推打練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
5	109. 10. 14	1320-1520	3	★正、反切球對打練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
6	109. 10. 21	1320-1520	3	★正、反切球對打練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
7	109. 10. 28	1320-1520	3	★正、反切球對打練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
8	109. 11. 04	1320-1520	3	★抽上旋球練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
9	109. 11. 11	1320-1520	3	★抽上旋球練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
10	109. 11. 18	1320-1520	3	★拉下旋球練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
11	109. 11. 25	1320-1520	3	★拉下旋球練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
12	109. 12. 02	1320-1520	3	★接發球的講解與練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
13	109. 12. 09	1320-1520	3	★接發球的講解與練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
14	109. 12. 16	1320-1520	3	★步伐的移動講解與練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
15	109. 12. 23	1320-1520	3	★步伐的移動講解與練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
16	109. 12. 30	1320-1520	3	★正反手扣殺球的講解與練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕

三、109 學年度下學期桌球教學課程表（外聘講師：陳南榕教練）

編次	上課日期	上課時間	節數	上課內容	授課教師
1	110.03.03	1320-1520	3	★正反手扣殺球的講解與練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
2	110.03.10	1320-1520	3	★正反手扣殺球的講解與練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
3	110.03.17	1320-1520	3	★戰術應用的講解與練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
4	110.03.24	1320-1520	3	★戰術應用的講解與練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
5	110.03.31	1320-1520	3	★單打比賽規則解說、練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
6	110.04.07	1320-1520	3	★單打比賽規則解說、練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
7	110.04.14	1320-1520	3	★單打比賽規則解說、練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
8	110.04.21	1320-1520	3	★雙打比賽規則解說、練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
9	110.04.28	1320-1520	3	★雙打比賽規則解說、練習。 ★抽殺基本動作、對打	陳南榕
10	110.05.05	1320-1520	3	★雙打比賽規則解說、練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
11	110.05.12	1320-1520	3	★發球機使用與練習 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
12	110.05.19	1320-1520	3	★發球機使用與練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
13	110.05.26	1320-1520	3	★發球機使用與練習。 ★抽殺基本動作、對打。	陳南榕
14	110.06.02	1320-1520	3	★期末排名賽 ★抽殺基本動作、對打	陳南榕
15	110.06.09	1320-1520	3	★期末排名賽 ★抽殺基本動作、對打	陳南榕

陸、工作組織與人員：

一、主持人：陳燕玉校長

二、活動組：楊坤仁主任

三、總務組：陳治國主任、陳玲玲老師

四、場地組：劉麗鈴組長、盧冠壹老師

柒、預期績效評估：

- 一、全面推展桌球運動，培養身心健全的兒童。
- 二、倡導正當體育活動，培養從事正當的休閒活動。
- 三、帶動家庭及社區桌球運動，以達家庭和樂、社區和諧發展。

捌、經費概算

項 目	單位	單價	數量	金 額	說 明
外聘授課鐘點費	時	400	144	58700	含補充保費 1100 元
桌球拍	支	250	30	7500	
桌球	包	900	5	4500	
雜支	式	4242	1	4242	
合 計				74942	

承辦教師：盧冠壹 主計：陳惠如 主任：楊坤仁 校長：邱麗芬