

為智障學生而設的體育課程（一般體育課）

單元設計示例 — 球類：乒乓球（第二學習階段/第三學習階段）

單元主題	球類：乒乓球—反手擊球		
能力組別	初組		
課堂節數/每節上課時間	7 節 / 每節 45 分鐘		
學生已有知識	基本的操控用具能力：抓握、擊		
學習範疇	中央調適學習目標/重點	單元學習目標	單元預期學習成果
體育技能	球類：乒乓球 - 握拍法：橫拍握法 - 球感練習：反手擊球	學階二/學階三： - 掌握以橫拍握拍法進行握拍 - 掌握反手擊球的動作技巧	學階二/學階三： - 能以正確橫拍握拍法進行握拍 - 學階二：能做出反手觸碰球的動作 學階三：能做出反手擊球的動作
健康及體適能	學階二： 認識體能活動的益處 學階三： 認識體能活動與健康的關係	學階二： 認識伸展活動的益處 學階三： 認識恆常進行伸展活動的重要性	學階二： 能指出進行伸展活動可以使人身體健康 學階三： 能指出恆常（如每天）進行伸展活動可以使人身體健康
活動知識	學階二： 認識不同體育活動的基本知識 學階三： 認識不同體育活動和運動比賽的知識	學階二/學階三： - 認識乒乓球的用具 - 認識乒乓球用具間的關係：球與球拍 學階三： - 認識乒乓球是對打的活動	學階二： - 能指出乒乓球的用具：乒乓球、乒乓球拍 - 能展示用乒乓球拍觸碰乒乓球 學階三： - 能指出乒乓球的用具：乒乓球、乒乓球拍和乒乓球檯 - 能展示用乒乓球拍擊打乒乓球 - 能展示將乒乓球擊至/向對面球檯檯面予對手

學習範疇	中央調適學習目標/重點	單元學習目標	單元預期學習成果
安全知識及實踐	學階二： 認識不同體育活動的安全知識，並聽從指示 學階三： 認識不同體育活動的安全知識，並遵守相關安全規則	學階二： 1. 認識活動的安全空間 2. 認識使用乒乓球用具的正確方法 學階三： 1. 認識活動的指定範圍和安全空間 2. 認識使用乒乓球用具的正確方法	學階二： 1. 能於教師所指示的安全空間進行活動 2. 能以正確的身體部份（手）使用乒乓球用具 學階三： 1. 能依照指定範圍（如熱身區、比賽區）進行活動 2. 能正確和安全地使用乒乓球用具
審美能力	表達個人對不同體育活動/比賽的感受	學階二/學階三： 1. 表達對個人於乒乓球活動表現的感受 學階三： 2. 表達對同學反手擊球動作表現的評賞	學階二/學階三： 1. 能以溝通工具/動作/言語表達對自己於乒乓球活動表現的感受（如喜歡/不喜歡 或 做得好/要努力） 學階三： 2. 能以溝通工具/動作/言語表達對同學反手擊球動作表現的評賞（如做得好/要努力）
運動相關的價值觀和態度	學階二/學階三： • 以正面的態度面對挑戰 學階三： • 在體育活動/比賽中表現適當的禮儀和體育精神	學階二/學階三： 1. 願意參與新接觸的體育活動 學階三： 2. 培養乒乓球比賽的基本禮儀：比賽前後與對手握手，以示友好尊重	學階二/學階三： 1. 願意參與乒乓球活動 學階三： 2. 願意於乒乓球對打遊戲（模擬比賽）前後與對手握手，以示友好

各節課堂學習重點

課節	體育技能	健康及體適能	活動知識	安全知識及實踐	審美能力	運動相關的價值觀和態度
一	學階二/學階三： 球感練習	學階二：認識伸展活動的益處	學階二/學階三：認識乒乓球的用具	所有課堂： 學階二： 1. 認識活動的安全空間（能於教師所指示的空間進行活動） 2. 認識使用乒乓球用具的正確方法（能以正確的身體部份使用乒乓球用具） 學階三： 1. 認識活動的指定範圍和安全空間（能依照指定範圍進行活動） 2. 認識使用乒乓球用具的正確方法（能正確和安全地使用乒乓球用具） [教師會於活動中作相關教導/提示，並於整個單元中，觀察學生表現以作評估]		所有課堂： 學階二/學階三： 願意參與新接觸的體育活動（乒乓球活動） [教師會於整個單元中，觀察學生表現以作評估]
二	學階二/學階三： 橫拍握拍法	學階三：認識恆常進行伸展活動的重要性				
三	學階二/學階三： 反手觸碰球		學階二/學階三：認識球與球拍的關係		學階二/學階三：表達對個人於乒乓球活動表現的感受	
四					學階三：表達對同學反手擊球動作表現的評賞	
五	學階二： 可根據學生的學習進展，加強握拍和反手觸碰球的練習，或逐漸引入反手擊球的技巧 學階三： 反手擊球					
六						
七			學階三：認識乒乓球是對打的活動			

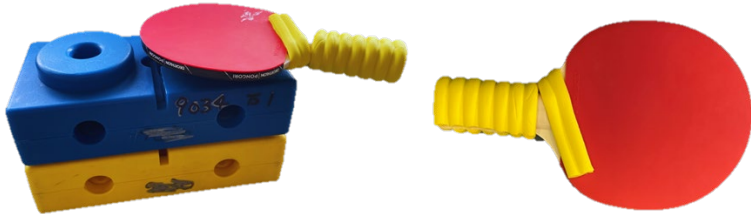
學習活動

第一節（學階二 / 學階三）

	時間	學與教活動	預期學習成果	評估
引入活動	10 分鐘	熱身及伸展活動 - 教師向學生介紹熱身區（跑步區），學生於教師所指示的空間/指定場區進行步行或圍圈跑 - 教師向學生講解伸展活動/恆常（如每天）進行伸展活動的重要性： - 使人身體健康 - 學生跟隨教師進行伸展活動 - 伸展活動：頸部、肩部、上肢、腰部、下肢等 認識乒乓球運動 - 教師播放教學短片或示範乒乓球對打，介紹乒乓球運動		
主題活動	25 分鐘	認識乒乓球的用具 - 教師展示及介紹乒乓球相關用具及用法：乒乓球、乒乓球拍和乒乓球檯 - 教師將乒乓球及球拍放至學生手上，讓學生感受球及球拍的重量和形狀 - 教師將球放至學生手上的球拍，讓學生感受球觸拍的感覺和聲音 球感練習 - 教師向學生講解及示範不同的球感練習（非持拍），並指示學生活動的空間/提示學生需在指定場區進行活動： - 握放乒乓球 - 用手掌觸球、搓球、擊球 - 用手背觸球、搓球、擊球 - 球放於掌心輕輕向上拋起（進階練習） - 球放於掌心繞場行圈（進階練習）	學生願意用手接觸乒乓球	觀察學生在球感練習中，是否願意用手接觸乒乓球

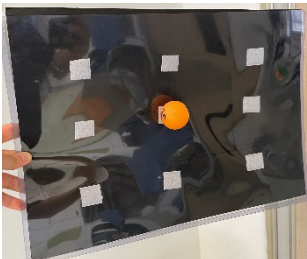
	時間	學與教活動	預期學習成果	評估
總結/整理	10 分鐘	總結課堂要點 1. 教師展示學生參與活動的表現短片 2. 教師簡單總結課堂要點 整理活動 1. 學生跟隨教師進行伸展活動		

第二節 (學階二 / 學階三)

	時間	學與教活動	預期學習成果	評估
引入活動	10 分鐘	熱身及伸展活動 - 學生於教師所指示的空間/指定場區進行步行或圍圈跑 - 教師向學生講解伸展活動/恆常（如每天）進行伸展活動的重要性： - 使人身體健康 - 學生跟隨教師進行伸展活動 - 伸展活動：頸部、肩部、上肢、腰部、下肢等		
主題活動	25 分鐘	認識橫拍握拍法的動作技巧 - 教師展示不同體育用具，讓學生指認乒乓球用具 - 教師示範使用乒乓球用具的正確方法：以手握拍 - 教師講解橫拍握拍法的動作，然後作出示範/播放教學短片 - 球拍握在手掌中 - 拇指和食指大致平行於膠皮的邊緣 - 其餘三隻手指環繞在手柄上 - 全班學生各有一塊球拍進行握放球拍練習  球感練習 - 教師向學生講解及示範不同的球感練習（持拍），並指示學生活動的空間/讓學生在指定場區進行活動： - 用球拍搓球、推豆袋、推球 - 握拍控制乒乓球繞場行（進階練習）	■ 學生能指認乒乓球用具： （學階二）乒乓球、乒乓球拍 （學階三）乒乓球、乒乓球拍、乒乓球檯 ■ 學生能正確以橫拍握拍法進行握拍	■ 提問和觀察學生能否指認乒乓球的用具： （學階二）乒乓球、乒乓球拍 （學階三）乒乓球、乒乓球拍、乒乓球檯 ■ 觀察學生能否正確以橫拍握拍法進行握拍 - 球拍握在手掌中 - 拇指和食指大致平行於膠皮的邊緣

	時間	學與教活動	預期學習成果	評估
				緣 - 其餘三隻手指環繞在手柄上
總結/整理	10 分鐘	總結課堂要點 1. 教師展示學生課堂上的成果短片或邀請學生展示所學的技能 2. 教師簡單總結課堂要點 整理活動 1. 教師帶領學生進行伸展活動，並提問學生進行伸展活動/恆常（如每天）進行伸展活動的重要性	■ 學生能： （學階二）指出伸展活動能使人身體健康 （學階三）指出恆常（如每天）進行伸展活動能使人身體健康	■ 提問和觀察學生能否以動作/溝通工具/言語指出： （學階二）伸展活動可以使人身體健康 （學階三）恆常（如每天）進行伸展活動能使人身體健康

第三節及第四節（學階二／學階三）

	時間	學與教活動	預期學習成果	評估
引入活動	10 分鐘	熱身及伸展活動 - 學生於教師所指示的空間/指定場區進行步行或圍圈跑 - 學生跟隨教師進行伸展活動 - 伸展活動：頸部、肩部、上肢、腰部、下肢等		
主題活動	25 分鐘	重溫橫拍握拍法的動作技巧 - 教師與學生重溫橫拍握拍法的動作，然後作出示範/播放教學短片 - 球拍握在手掌中 - 拇指和食指大致平行於膠皮的邊緣 - 其餘三隻手指環繞在手柄上 - 教師將乒乓球貼在豆袋上方，著學生以橫拍握拍法向前推豆袋 認識反手觸碰球的動作技巧 - 教師講解乒乓球拍與乒乓球的關係及注意事項： - 用球拍觸碰/擊球（注意事項如：揮拍/活動空間、正確使用球拍以免傷人等） - 教師講解反手觸碰球的動作要點，然後示範動作/播放教學短片 - 持拍放於腹前，再向前推出（口訣：拍肚仔，向前推） - 學生練習以反手觸碰固定球  - 當學生熟習以反手觸碰固定球後，教師著學生練習以反手觸	■ 學生能以正確橫拍握拍法握拍 ■ 學生能展示用球拍觸碰球 ■ 學生能正確做出反手觸碰球的動作	■ 觀察學生能否以正確橫拍握拍法握拍 ■ 觀察學生能否展示用球拍觸碰球 ■ 觀察學生在練習中能否做出反手觸碰球的動作 - 持拍放於腹前，再向前推出

	時間	學與教活動	預期學習成果	評估
		碰吊球 		
總結/整理	10 分鐘	總結課堂要點 - 教師展示學生課堂上的成果短片或邀請學生展示所學的技能，並邀請學生表達對個人表現的感受 - 教師簡單總結課堂要點 整理活動 - 學生跟隨教師進行伸展活動	■ 學生能以溝通工具/動作/言語表達對自己表現的感受：喜歡/不喜歡或 做得好/要努力	■ 提問和觀察學生能否透過溝通工具/動作/言語表達對自己表現的感受：喜歡/不喜歡或做得好/要努力

第五節（學階三）

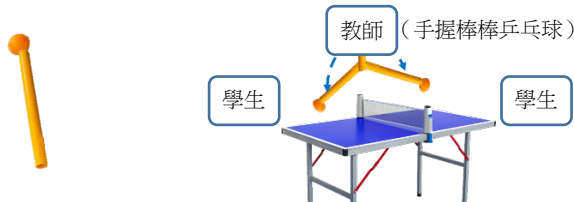
	時間	學與教活動	預期學習成果	評估
引入活動	10 分鐘	熱身及伸展活動 - 學生於教師所指示的空間/指定場區進行步行或圍圈跑 - 學生跟隨教師進行伸展活動 - 伸展活動：頸部、肩部、上肢、腰部、下肢等		
主題活動	25 分鐘	重溫反手觸碰球的動作技巧 - 教師與學生重溫反手觸碰球的動作要點，然後示範動作/播放教學短片 - 持拍放於腹前，再向前推出(口訣：拍肚仔，向前推) - 學生以反手連續觸碰吊球 認識反手擊球的動作技巧 - 教師講解反手擊球的動作要點，然後示範動作/播放教學短片 - 持拍放於腹前，再用力向前推出 - 學生於乒乓球檯上練習以反手向前將豆袋（其上面貼上乒乓球）推越檯面中線 - 學生於乒乓球檯上練習以反手向前擊乒乓球	■ 學生能正確做出反手觸碰球的動作 ■ 學生能正確做出反手擊球的動作	■ 觀察學生在練習中能否做出反手觸碰球的動作 ■ 觀察學生在練習中能否做出反手擊球動作 - 持拍放於腹前，再用力向前推出
總結/整理	10 分鐘	總結課堂要點 - 教師展示學生課堂上的成果短片或邀請學生展示所學的技能，並邀請學生評賞同學的表現 - 教師簡單總結課堂要點 整理活動 - 學生跟隨教師進行伸展活動	■ 學生能以溝通工具/動作/言語表達對同學反手擊球動作表現的評賞：做得好/要努力	■ 提問和觀察學生能否透過溝通工具/動作/言語表達對同學反手擊球動作的評賞：做得好/要努力

第六節（學階三）

	時間	學與教活動	預期學習成果	評估
引入活動	10 分鐘	熱身及伸展活動 - 學生於教師所指示的空間/指定場區進行步行或圍圈跑 - 學生跟隨教師進行伸展活動 - 伸展活動：頸部、肩部、上肢、腰部、下肢等		
主題活動	25 分鐘	重溫反手擊球的動作技巧 - 教師與學生重溫反手擊球的動作要點，然後示範動作/播放教學短片 - 持拍放於腹前，再用力向前推出 - 學生於乒乓球檯上以反手向前擊乒乓球/將豆袋（其上面貼上乒乓球）推越檯面中線 反手擊球至對面檯 - 教師手持「棒棒乒乓球」用具，讓學生練習在乒乓球檯面以反手擊碰用具球；然後教師模擬用具球被擊過對面檯至對手，向學生初步介紹和展示對打的概念 	學生能正確做出反手擊球的動作	觀察學生能否做出反手擊球的動作
總結/整理	10 分鐘	總結課堂要點 - 教師展示學生課堂上的成果短片或邀請學生展示所學的技能 - 教師簡單總結課堂要點 整理活動 - 學生跟隨教師進行伸展活動	學生能以溝通工具/動作/言語表達對同學反手擊球動作表現的評賞：做得好/要努力	提問和觀察學生能否透過溝通工具/動作/言語表達對同學反手擊球動作的評賞：做得好/要努力

第七節 (學階三)

[illegible]

	時間	學與教活動	預期學習成果	評估
				
總結/整理	10 分鐘	總結課堂要點 1. 教師展示學生課堂上的成果短片或邀請學生展示所學的技能 2. 教師簡單總結課堂要點 整理活動 1. 學生跟隨教師進行伸展活動		