


19-20 年度 「體育學習領域照顧學生多樣性-特殊需要學生的學與教」專業學習社群
試教單元「乒乓球」增潤資料

東華三院群芳啟智學校

課節數目：4 節

| | 學習難點 | 調適策略 | 體育技能 | 健康及體適能 | 運動相關的價值觀和態度 | 安全知識及實踐 | 活動知識 | 審美能力 |
|---|--|---|------------------------|--------------------------|---|---------------|------------------|---------------------|
| <p>1. 發球(垂直拋球)</p>  <p>六個裝的羽毛球筒</p>  <p>橡皮筋的乒乓球</p> | <ul style="list-style-type: none"> - 利用掌心拋球的穩定性稍遜(拋球路線不穩(忽左忽右，一會高、一會低)) | <ul style="list-style-type: none"> - 利用「六個裝的羽毛球筒(19公分)」或較闊口的透明膠筒作為視覺上的提示，讓學生了解垂直拋起球的穩定性 - 以橡皮筋的乒乓球/較大/重的球作練習 - (初組)以垂直向下方式，把乒乓球落在桌上(滴滴仔) | <p>運用非持拍的手，向上拋起乒乓球</p> | <p>訓練手眼協調、距離感、雙手配合能力</p> | <ul style="list-style-type: none"> - 不斷嘗試、永不放棄 - 不斷改進 | <p>留意活動空間</p> | <p>認識垂直拋球的技術</p> | <p>動作美：發球雙手配合動作</p> |

2. 發球(定點平擊球)



乒乓球拍面貼上標示位置



乒乓球在桌上固定器



乒乓球訓練器

學生難於掌握
乒乓球拍面與
乒乓球球接觸
面的位於位置

- 在乒乓球拍面貼上標示位置作為視覺上的提示，讓學生了解平擊球的最佳位置
- 利用乒乓球固定器/訓練器作為視覺上的提示，協助學生掌握乒乓球拍面與乒乓球平擊後，令球轉動
- (初組)利用持拍的手，嘗試徒手與乒乓球固定器/訓練器作平擊的動作

平擊的動作


訓練手眼協調、距離感、雙手配合能力

- 不斷嘗試、永不放棄
- 不斷改進

- 留意活動空間
- 揮拍空間

認識平擊球的技術

動作美：
平擊動作流暢

| | | | | | | | | |
|---|--------------------------|---|------------------|--------------------------|---|--|----------------|---------------------|
| <p>3. 發球(拋球+接球)</p>  <p>雪糕筒捕捉器</p> <p>1. 我拋你接</p> <ul style="list-style-type: none"> - 二人為一組，一人拿雪糕筒捕捉器負責接球，另一人在對面枱位置負責拋球。 - 對面枱的同學順利拋球到指定位置可得一分。 - 如果手持雪糕筒捕捉器的同學，在指定位置接到球，可得一分 - 每人有三次機會，然後拾回球和轉換位置。 - 在限時內，得分多為勝方。 - 乒乓球發球機代替人手拋出穩定的球 | <p>拋球後與球拍擊球的節奏及動作不協調</p> | <ul style="list-style-type: none"> - 利用雪糕筒捕捉器作練習 - 讓學生明白拋球與球拍擊球的節奏(即如果成功接住乒乓球，代表拋球後與球拍擊球的節奏是一致) | <p>拋球及平擋球的動作</p> | <p>訓練手眼協調、距離感、雙手配合能力</p> | <ul style="list-style-type: none"> - 不斷嘗試、永不放棄 - 不斷改進 | <ul style="list-style-type: none"> - 留意活動空間 - 揮拍空間 | <p>認識發球的技術</p> | <p>動作美：發球雙手配合動作</p> |
|---|--------------------------|---|------------------|--------------------------|---|--|----------------|---------------------|

| | | | | | | | | |
|---|--------------------------|---|------------------|--------------------------|---|--|-----------------|---------------------|
| <p>應用活動</p> <p>1. 滴滴仔推檔球(發球+接球後的推檔應用)</p> <ul style="list-style-type: none"> - 非持拍手把球拋起後，在球跌落地前，持拍手要將球拍向地下，如球成功過對面區域可得一分。 - 對方徒手單手/雙手拍回來球，可得一分。 - 如果未能連續完成，將由對方作發球 <p>*先在地上進行，如學生熟練後，可將活動安排在乒乓球檯上進行。</p> | <p>拋球後與球拍擊球的節奏及動作不協調</p> | <ul style="list-style-type: none"> - 利用口訣作協助「拋、拉、打」以練習平擊的協調及節奏 | <p>拋球及平擋球的動作</p> | <p>訓練手眼協調、距離感、雙手配合能力</p> | <ul style="list-style-type: none"> - 不斷嘗試、永不放棄 - 不斷改進 | <ul style="list-style-type: none"> - 留意活動空間 - 揮拍空間 | <p>認識推檔球的技術</p> | <p>動作美：發球雙手配合動作</p> |
|---|--------------------------|---|------------------|--------------------------|---|--|-----------------|---------------------|