

2023/24為智障學生而設的
體育課程學習圈
嚴重智障學校組別
乒乓球

已有知識：抓握能力；擊、操控用具（如浮條）

單元目標		單元預期學習成果
體育技能	以橫拍握拍進行反手向前擊球	初組：能以橫拍握拍進行反手觸球 高組：能以橫拍握拍進行反手擊球/模擬對打
健康及體適能	認識伸展活動的重要性	能指出伸展活動使人身體健康
活動知識	認識乒乓球的用具及用具間的關係	初組：能指認乒乓球和乒乓球拍 能展示應以乒乓球拍向前觸球 高組：能指認乒乓球、乒乓球拍和球檯 能展示以乒乓球拍向前擊球/將球擊打至對面檯面
安全知識及實踐	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	1. 能依指示於指定範圍進行活動 2. 能用正確的身體部位使用用具
審美能力	欣賞同學的動作	能以動作或言語表達對同學完成指定動作的欣賞
運動相關的價值觀和態度	愛惜用具和設施	初組：能依指示把用具恰當地放回原處 高組：能協助收拾及小心存放用具

乒乓球 – 反手擊球的 學習進程

- 初組：握拍、球感、反手觸球
- 高組：握拍、球感、反手觸球、反手擊球、對打

慈恩學校

基本資料

- 班級：初中二班
- 學習階段：學階三
- 學生人數：6人
- 學生能力：初組

教學目標

1. 橫拍握法

2. 反手觸球

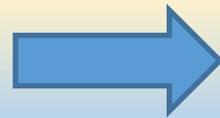
教學步驟

- 第1-4星期：握拍與球感
- 第5-8星期：反手前推
- 第8-10星期：反手觸球

1. 握拍與球感



學生難以從枱面上拿起乒乓球拍



將球拍托高，突出拍柄部份

1. 握拍與球感

- 利用防撞軟膠包裹拍柄，以加粗拍柄，並標示橫拍握法時食指和姆指位置
- 使用顏色鮮艷的防撞軟膠讓視障學生察覺握拍位置

→ 學生大致能正確握拍及正確放置食指和姆指



2.向前推

- 利用貼上鈴鐺的膠板，垂直放於學生面前，協助學生辨認「前方」及握拍向前推
- 鈴鐺能發聲，用以提高學生動機
- 使用黑色底板，幫學生注視目標



3.用球拍觸球

- 讓學生用拍接觸乒乓球
- 用魔術貼將球置於黑膠板不同位置，讓學生追蹤乒乓球，從而用球拍觸球
- 對於能站立及步行的學生，可將乒乓球貼在棒上，控制球的位置，讓學生作較大範圍的追蹤及用拍接觸乒乓球



保良局陳百強伉儷青衣學校

基本資料

- 班級：高中班
- 學習階段：學階四
- 學生人數：8人
- 學生能力：高組

學習重點

	體育技能	活動知識
高組	反手握拍以拍面擊球至對面枱	模擬對打
初組	反手握拍以拍面擊球 (吊球)	認識球拍與球的關係

學習進程

- 第1-2星期：握拍與球感
- 第3-4星期：反手擊球
- 第5-6星期：模擬對打

體能訓練

體能訓練滲入技能教學：

- 推豆袋訓練 (肌力及肌肉記憶)
- 部分學生表現穩定後加入鐵沙包提升重量，加強學生肌力訓練

反手擊球

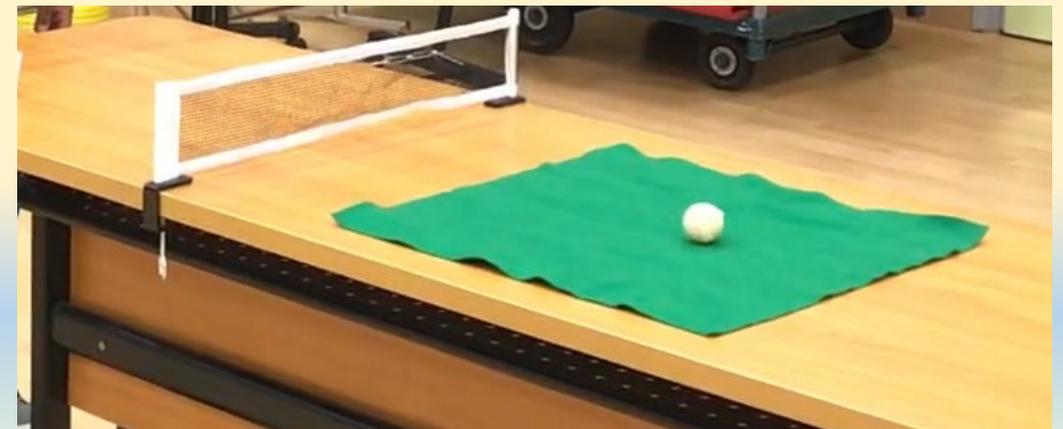
按能力分組進行活動：

- 高組：

桌上活動 — 利用吊架將球吊起，放置於乒乓球檯前，當擊打乒乓球時乒乓球落至對面及黏附在預先設計好的墊上，以顯示擊球目標

- 初組：

擊吊球 — 利用吊架將球吊起，放置於學生面前，讓學生握拍貼近自己肚位置再推出球拍擊球；提供不同高度的吊球，方便學生推拍擊球



模擬對打

建構「打去對面枱」及對打概念：

- 協助高組學生建立乒乓球桌對打的概念
- 策略：
 - 握拍向前擊移動「魔術棒」上的乒乓球
 - 握拍將豆袋推至對面枱

運用電子化教學

- 利用電子設備展示學生表現 - 審美能力
- 利用拍攝片段的方式記錄學生的課堂表現，課堂尾段再播放學生表現，讓學生欣賞同學間之表現，同時讚賞學生之表現，提高審美能力

反思

1. 深化對各項運動的認識，以提供最合適的學習內容予學生
2. 分層遞進：依據高組及初組學生的能力訂立相應的學習進度，協助學生達到學習目標
3. 提升運動知識：加強學生於活動知識範疇的學習，利用不同途徑滲入相關知識
4. 按能力作課程調適：可以將學習重點和內容細分，於一學段內聚焦教授部份內容或技巧

感謝各位