

## 二年級 健康與體育 領域 教學課程設計

<b>主題/單元名稱</b>		5-3 羽中作樂——羽球	<b>設計者</b>	許育銘
<b>實施年級</b>		二上	<b>節數</b>	2節課（45分鐘/節）
<b>總綱核心素養</b>		A 自主行動 A2 系統思考與解決問題 B 溝通互動 B1 符號運用與溝通表達 C 社會參與 C2 人際關係與團隊合作		
<b>領域 學習 重點</b>	<b>核心素養</b>	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	<b>學習主題</b>	本課無議題融入
	<b>學習表現</b>	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的動作技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	<b>議題</b>	本課無議題融入
	<b>學習內容</b>	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。 Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	<b>實質內涵</b>	

<b>學習目標</b>	<p>一、能了解羽球發球、接發球與正手高遠球之動作要領與運用時機，並能透過練習與反思增進動作技能。</p> <p>二、能做到正確且流暢之正手發球與高遠球動作，並充分實踐運用，進而有效提升身體適能，養成規律運動習慣。</p> <p>三、能了解個別差異，養成尊重他人之態度，透過合作學習解決學習歷程所面臨之問題，並發揮團隊精神，促進人際互動關係。</p>	
<b>教學資源</b>	<p>教師：印製「發球練習檢核表」學習單。</p> <p>學生：蒐集羽球相關資料。</p>	
<b>學習活動設計</b>		
<b>學習活動內容及實施方式</b>	<b>時間</b>	<b>備註</b>
<p>• 羽球運動的發展、羽球場地介紹、握拍法、暖身活動：你丟我撿、發球：正手發高遠球</p> <p>一、課前準備</p> <p>(一)學生：依照身材高矮條件，自行分成 2 人一組。</p> <p>(二)教師：熟悉授課技能示範動作、活動設計操作及蒐整欲補充說明資料的內容。</p> <p>二、引起動機</p> <p>詢問學生認識哪些國內、外的羽球選手？是否透過網路相關影片或電視轉播欣賞過羽球比賽？</p> <p>三、暖身活動</p> <p>◎你丟我撿</p> <p>兩人一組，分別站在球場兩邊，以徒手持羽球方式拋、投擲過網至對方球場，雙方需努力接住對方的球，透過前後左右全方面移動，同時體會手眼協調、全身運動的感覺。</p> <p>四、主要活動</p> <p>(一)介紹羽球發展、場地</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 介紹羽球運動發展。</li> <li>2. 介紹國內羽球選手。</li> <li>3. 介紹羽球拍與羽球的材質、構造與重量。</li> <li>4. 介紹羽球場地與練習注意事項。</li> </ol> <p>(二)握拍法</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師說明與示範正、反手握拍方式與注意事項。</li> <li>2. 學生分別練習正、反手握拍。</li> </ol> <p>(三)正手發高遠球</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師講解與示範正手發高遠球動作。</li> <li>2. 教師說明正手發高遠球特點與方式。</li> <li>3. 學生兩人一組，分別進行正手發高遠球練習。</li> </ol> <p>五、綜合活動</p> <p>◎發球簡易規則</p> <p>教師講解發球區與發球規則，並提醒學生發球時容易犯規的動作。</p> <p>六、建議事項</p> <p>(一)提醒學生在練習過程中，需確保有足夠空間才進行擊球動作，並能依照動線安</p>	45 分鐘	

<p>排，避免影響他人及產生危險。</p> <p>(二)預告下堂課的內容，並請學生做好課前準備。</p> <p style="text-align: center;"><b>(第一節結束)</b></p>		
<p>• 暖身活動：手眼協調、發球：接發球、正手發平擊球、正手發短球</p> <p>一、課前準備</p> <p>(一)學生：依照學生條件採異質分組，區分成 4~6 人一組。</p> <p>(二)教師：熟悉授課技能示範動作、活動設計操作及蒐整欲補充說明資料的內容。</p> <p>二、引起動機</p> <p>詢問學生是否知道國內每年舉辦最大型的羽球國級賽事為何？是否現場或透過電視、網路轉播網路欣賞過中華臺北羽球公開賽？</p> <p>三、暖身活動</p> <p>◎手眼協調</p> <p>依學生人數分為若干組別，每組約 4~6 人，分別於球場兩邊，以持拍方式連續移動向上擊球，進行接力賽，行進過程中必須具備高度專注與控制能力，先完成的組別即獲勝。持拍進行球感練習。</p> <p>四、主要活動</p> <p>(一)接發球</p> <p>教師說明接發球之目的，並示範正確接發球站位與預備姿勢。</p> <p>(二)正手發短球</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師講解與示範正手發短球動作。</li> <li>2. 教師說明正手發短球特點與方式。</li> <li>3. 學生兩人一組，分別進行正手發短球練習。</li> </ol> <p>(三)正手發平擊球</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師講解與示範正手發平擊球動作。</li> <li>2. 教師說明正手發平擊球特點與方式。</li> <li>3. 學生兩人一組，分別進行正手發平擊球練習接發球教師說明接發球之目的，並示範正確接發球站位與預備姿勢。</li> </ol> <p>五、綜合活動</p> <p>◎百發百中</p> <p>兩人一組，分別站在球網兩側，甲進行高遠球、平擊球與短球練習，乙觀察球飛行的軌跡、速度與落點，並記錄於發球練習檢核表，提供發球者回饋，完成後甲、乙角色互換。</p> <p>六、建議事項</p> <p>(一)提醒學生在練習過程中，需確保有足夠空間才進行擊球動作，並能依照動線安排，避免影響他人及產生危險。</p> <p>(二)預告下堂課的內容，並請學生做好課前準備。</p> <p style="text-align: center;"><b>(第二節結束)</b></p>	45 分鐘	