

附表1、教學觀察/公開授課—觀察前會談紀錄表

回饋人員 (認證教師)	林明賢	任教 年級	八	任教領域/ 科目	體育
授課教師	洪美麗	任教 年級	八	任教領域/ 科目	體育
備課社群(選填)	健體領域	教學單元		第五篇玩球樂趣多 第3章羽球後場區域擊球	
觀察前會談 (備課)日期	110年11月2日	地點		學務處辦公室	
預定入班教學觀察/ 公開授課日期	110年11月9日	地點		羽球場	
<p>一、學習目標(含核心素養、學習表現與學習內容)：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 瞭解羽球後場區域擊球與高擊(遠)球的關聯。</li> <li>2. 認識後場高擊(遠)球在羽球中的重要性及技能原理。</li> <li>3. 瞭解後場區域擊球技術的使用時機與組合策略。</li> <li>4. 發展個人羽球擊球之專項技能。</li> <li>5. 體驗高擊(遠)球動作揮擊的感覺。</li> <li>6. 運用不同丟擲力量、角度瞭解可產生的效果。</li> <li>7. 使學生了解高擊(遠)球基本動作，透過丟擲練習基本技巧。</li> <li>8. 學習高擊(遠)球的技術動作要領。</li> <li>9. 了解並學會高擊(遠)球的動作技能。</li> <li>10. 後場擊高擊(遠)球的綜合運用。</li> <li>11. 熟練高擊(遠)球的動作要領。</li> <li>12. 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</li> </ol>					
<p>二、學生經驗(含學生先備知識、起點行為、學生特性...等)：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 大多數同學都曾體驗過羽球活動所帶來的樂趣。</li> <li>2. 多數學生喜愛羽球運動，樂於學習與自我練習的經驗分享。</li> <li>3. 學生已學會並一同在課餘時間到操場上練習羽球高擊(遠)球。</li> </ol>					
<p>三、教師教學預定流程與策略：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 師生問答，由學生自由發表有關羽球運動的生活經驗。</li> <li>2. 由丟擲羽球-擊球-高遠球-平擊球等動作串連練習拍面擊球能力。</li> <li>3. 師生透過講述、示範、個人、小組練習、動作修正、小組競賽等活動，最後課程歸納總結。</li> </ol>					

四、學生學習策略或方法：

1. 學生在教師引導練習及思考與歸類總結的過程中，能釐清高擊(遠)球技巧的精髓與分類，並分享有用的高擊(遠)球技能。
2. 注意學生在練習高手丟擲羽球的時候需掌握全身的協調帶動手臂丟擲。
3. 高手丟擲球時，動作類似丟棒球姿勢，但不需像丟棒球一樣跨這麼大步，而是提醒學生向額頭前上方延展身體。

五、教學評量方式（請呼應學習目標，說明使用的評量方式）：

搭配教師觀察，依據學生是否認真聆聽、積極練習、流暢度加分、課間發問、技能展現、課後筆記的整理狀況，評量學生學習成效。

六、觀察工具(可複選)：

- 表 2-1、觀察紀錄表 表 2-2、軼事紀錄表
- 表 2-3、語言流動量化分析表 表 2-4、在工作中量化分析表
- 表 2-5、教師移動量化分析表
- 表 2-6、佛蘭德斯(Flanders)互動分析法量化分析表
- 其他：\_\_\_\_\_

七、回饋會談預定日期與地點：(建議於教學觀察後三天內完成會談為佳)

日期：110年11月9日

地點：學務處辦公室

附表2、觀察紀錄表

回饋人員 (認證教師)	林明賢	任教 年級	八	任教領域/ 科目	體育
授課教師	洪美麗	任教 年級	八	任教領域/ 科目	體育
教學單元	第五篇玩球樂趣多 第3章羽球後場區 域高擊(遠)球	教學節次	共 4 節 本次教學為第 1 節		
教學觀察/公開授課 日期	109年11月9日	地點	羽球場		
層面	指標與檢核重點	事實摘要敘述 (可包含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形)		評量 (請勾選)	
		優 良	滿 意	待 成 長	
A 課 程 設 計 與 教 學	A-2掌握教材內容，實施教學活動，促進學生學習。			✓	
	A-2-1有效連結學生的新舊知能或生活經驗，引發與維持學生學習動機。	(請文字敘述，至少條列三項具體事實摘要) 1. 教師課程內容淺顯易懂、示範標準，讓學生清楚有效學習高擊(遠)球的概念、技巧。 2. 在學習過程中，教師能適時為學生分析高擊(遠)球的技巧。 3. 教師引導學生分析動作、球飛運行的軌跡、揮拍時機、角度、力量、落點的控制等。			
	A-2-2 清晰呈現教材內容，協助學生習得重要概念、原則或技能。				
	A-2-3 提供適當的練習或活動，以理解或熟練學習內容。				
	A-2-4 完成每個學習活動後，適時歸納或總結學習重點。				
	A-3運用適切教學策略與溝通技巧，幫助學生學習。			✓	
	A-3-1 運用適切的教學方法，引導學生思考、討論或實作。	(請文字敘述，至少條列二項具體事實摘要) 1. 教師口語講述生動有趣，舉例自己假日參加羽球俱樂部練球比賽的過程，讓學生感受理解羽球魅力。 2. 也能適時運用走動管理、口頭讚美、笑容、掌聲等表情與肢體動作，給予練習的學生肯定與回饋，上課時學生的回應積極，互動氣氛良好。			
	A-3-2 教學活動中融入學習策略的指導。				
	A-3-3 運用口語、非口語、教室走動等溝通技巧，幫助學生學習。				
	A-4運用多元評量方式評估學生能力，提供學習回饋並調整教學。			✓	
A-4-1運用多元評量方式，評估學生學習成效。	(請文字敘述，至少條列三項具體事實摘要) 1. 運用教師觀察，評估學生的練習態度、動作技巧的完成度、流暢度等，來了解學習成效。				
A-4-2 分析評量結果，適時提供學生適切的學習回饋。					

	A-4-3根據評量結果，調整教學。	2.運用課堂加分的方式，鼓勵學生積極發言、動作示範的方式，讓多數同學能均等的分享成功的高擊(遠)球經驗與感受。 3.老師能留意上課時較沉默及技能不佳的同學，並給予適切的引導，鼓勵其練習與發問。			
	A-4-4 運用評量結果，規劃實施充實或補強性課程。(選用)				
層面	指標與檢核重點	事實摘要敘述 (可包含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形)	評量 (請勾選)		
			優良	滿意	待成長
B 班 級 經 營 與 輔 導	B-1建立課堂規範，並適切回應學生的行為表現。			✓	
	B-1-1 建立有助於學生學習的課堂規範。	(請文字敘述，至少條列一項具體事實摘要) 1.安排小組高擊(遠)球競賽讓同學能共同合作完成，讓學生更願意於課堂上專注觀賞他人的技巧演示。 2.老師利用加分的即時獎懲機制，讓課堂秩序更加順暢有規範。			
	B-1-2 適切引導或回應學生的行為表現。				
	B-2安排學習情境，促進師生互動。			✓	
	B-2-1 安排適切的教學環境與設施，促進師生互動與學生學習。	(請文字敘述，至少條列一項具體事實摘要) 1.老師會利用異質分組讓技能佳的學生能分享自己的高擊(遠)球技巧與心得給其他組員。 2.老師也會運用笑容與適切的肢體動作，去同理學生，因此，學生更願意在課堂上分享。			
	B-2-2 營造溫暖的學習氣氛，促進師生之間的合作關係。				

**附表3、教學觀察/公開授課—觀察後回饋會談紀錄表**

回饋人員 (認證教師)	林明賢	任教 年級	八	任教領域/ 科目	體育
授課教師	洪美麗	任教 年級	八	任教領域/ 科目	體育
教學單元	第五篇玩球樂趣多第 3章羽球後場區域高 擊(遠)球	教學節次	共 4 節 本次教學為第 1 節		
回饋會談日期	110年11月9日	地點	學務處辦公室		

請依據教學觀察工具之紀錄分析內容，與授課教師討論後填寫：

一、教與學之優點及特色（含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形）：

教師上課時，表情動作、講話方式非常活潑。此外，上課時舉例自己假日參加羽球俱樂部練球比賽的過程，於比賽中的技能展現，也會引用一些生活經驗，貼近學生的日常生活經驗，讓學生深切感受理解羽球魅力，更樂於與老師學習羽球技能。也能適時運用走動管理、口頭讚美、笑容、掌聲等表情與肢體動作，給予練習的學生肯定與回饋，上課時學生的回應積極，教師在學生發言時，能用明確樂觀態度給予學生適切的回應，師生互動良好。

二、教與學待調整或精進之處（含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形）：

- 1.教師的課程進度與學生分組練習的時間規劃可以分配更均衡一些。
- 2.在課堂中有少數技能較差的學生，能有機會讓他們多練習或說出自己的難處。
- 3.可以規劃同學於課程中運用攝影或是拍照留下影像紀錄。
- 4.可安排進行技術賽，讓各小組發表彼此的看法或動作分析，依此給予學術加分。

三、授課教師預定專業成長計畫（於回饋人員綜合觀察前會談紀錄及教學觀察工具之紀錄分析內容，並與授課教師討論共同擬定後，由回饋人員填寫）：

專業成長指標	專業成長方向	內容概要說明	協助或合作人員	預計完成日期
B-1-1	<input checked="" type="checkbox"/> 1.優點及特色 <input type="checkbox"/> 2.待調整或精進之處	安排小組競賽讓同學熱於參與展現技巧，讓其他學生更願意專注觀賞示範與發言。用加分的即時獎懲機制，讓學習更順暢有效。	參與研習請教領域內的師長前輩	
B-1-2	<input type="checkbox"/> 1.優點及特色 <input checked="" type="checkbox"/> 2.待調整或精進之處	可以再增加攝影拍照，讓參與課程學生有觀賞修正技巧的教學載體。	學校攝影機 學生手機	
	<input type="checkbox"/> 1.優點及特色 <input type="checkbox"/> 2.待調整或精進之處			

備註：

- 專業成長指標**可參酌搭配教師專業發展規準 C 層面「專業精進與責任」，擬定個人專業成長計畫。
- 專業成長方向**包括：
  - 授課教師之「優點或特色」，可透過「分享或發表專業實踐或研究的成果」等方式進行專業成長。
  - 授課教師之「待調整或精進之處」，可透過「參與教育研習、進修與研究，並將所學融入專業實踐」等方式進行專業成長。
- 內容概要說明**請簡述，例如：
  - 優點或特色：於校內外發表分享或示範教學、組織或領導社群研發、辦理推廣活動等。
  - 待調整或精進之處：研讀書籍或數位文獻、諮詢專家教師或學者、參加研習或學習社群、重新試驗教學、進行教學行動研究等。
- 可依實際需要增列表格。

四、回饋人員的學習與收穫：

課程前應可以請學生一起觀賞台灣羽球天后戴資穎的比賽精華片段。

教師在講課的過程中能充分掌握學生的練習動態，若能有更充裕的時間練習機會更能展現學生對羽球運動的熱情與喜愛，也能讓每一位學生欣賞羽球高擊(遠)球的技巧，讓學生多元的認識欣賞羽球運動，也能讓學生提升運動技能。

建議老師在授課前一週，可以先用視訊線上學習單的方式，了解班上同學對羽球高擊(遠)球的認知及練習方式，會讓這堂課的教學更有效率，也能幫助同學能事先了解自己對羽球高擊(遠)球的認知及技能程度。

## 一、學習引導 ( 15分鐘 )

- 1 利用課本情境引導學生表達是否有這樣的經驗，瞭解甚麼是後場區域擊球與高擊球的關聯性，並討論高擊球有哪些技術。
- 2 教師持拍示範長球、殺球與切球等三種高手揮擊動作，請同學猜猜每一種動作在揮擊哪一種球路呢？

### 當球來到後場區域時……

羽球比賽中，你無法要求對手打到哪個位置，但當出現了「後場區域」的來球時，可以怎麼做？後場區域，為靠近球場端線位置的區域，一般來說，對手擊至後場的球通常較高，所以回擊者會以「高擊球」的動作進行揮擊。在實際進入高擊球技術前，先來試試看，利用高手揮擊的動作徒手丟擲羽球，可以做出哪些效果吧！

透過活動，你是否更加瞭解高擊球的效果與丟擲方式？而這些效果即為後面將介紹給大家的三種技術——「長球、殺球與切球」，接下來讓我們拿起球拍，一起瞭解高擊球變化莫測的球路。

## 二、活動「高手丟擲大賽」 ( 30分鐘 )

說明：藉由高手丟擲比賽熱身，模擬羽球單打比賽情境。體驗高擊球的揮擊動作，並啟發同學思考如何運用高擊球製造的球路獲得勝利。

操作：分組進行問題與討論後再次比賽，瞭解高擊球的效果及丟擲方式，引導接下來如何持球拍揮擊。

討論：完成問題與討論表格並與同學分享。

### 活動目的

做為高擊球技術的暖身，體驗高擊球可製造的效果，並練習高手揮擊的動作與全身協調。

### 活動方式

1. 2人以半邊場地隔網丟接比賽，使對方接不到而落地者得分，先達11分者獲勝。
2. 丟擲需在發球線後，而接球僅能以慣用手「單手接球」。
3. 第一場比賽後進行問題與討論，討論後再次進行比賽，看看在討論後是否可讓你逆轉獲勝呢？

### 想想看

Q	A
你如何使對手接不到球？	我運用…
你使用了什麼丟球方式？	我使用了…
其他致勝方法？	我發現丟到他的…

透過活動，你是否更加瞭解高擊球的效果與丟擲方式？而這些效果即為後面將介紹給大家的三種技術——「長球、殺球與切球」，接下來讓我們拿起球拍，一起瞭解高擊球變化莫測的球路。

### 評量方式

說明：學生能夠瞭解何謂羽球後場、甚麼是高擊球。

實作：學生能夠做出高手丟羽球的動作。

觀察：完成表格並勇於分享自己使用的丟擲方式。



## 專有名詞解釋

羽球的擊球方式，其實非以場地區域區分，而是以擊到球的高度作為區分，一般來說，高肩膀以上的擊球方式為「高擊球」；肩至腰部的擊球為「中擊球」；腰部以下的擊球為「低擊球」。越高處擊球越主動，越低處擊球越被動。

### 一、長球 ( 20分鐘 )

說明：說明長球的種類及其目的，瞭解甚麼是防守性長球、甚麼是攻擊性長球。

示範：長球之動作要領，「強調擊球點高、擊球時手臂伸直」。

操作：原地操作

- 1 側身舉拍在強調欲利用身體轉動的力量，所以應將身體側身準備。
- 2 引拍即抓背動作，延伸手臂關節角度。
- 3 擊球時請同學感受擊到球的位置，重心踩至前腳
- 4 擊球後順勢將後腳放鬆前踩。同學瞭解擊球位置與引拍動作後，教師可逐漸簡化步驟成側身舉拍擊球跟隨，或側身舉拍擊球跟隨二步驟。

## 教學目標

- 1 認識與學會長球技術。

## 教學注意事項

- 1 擊球前，必須不斷的判斷來球的落點，並在確定落點後迅速側身舉拍準備。
- 2 擊球時需以身體旋轉帶動手臂力量揮擊，切不可因怕擊不到球而用推鉛球的方式擊球。
- 3 手臂如同鞭子的甩動，擊球瞬間需扣腕擊球，並注意擊球位置。

## 長球

透過前述活動，將球丟高丟遠至對手身後，可以迫使對手退至後場區域，即為使用了長球的技術，而依球飛行的弧度與速度還分成了「高遠球」及「平高球」兩種。

高遠球，顧名思義就是把球打「高」、打「遠」，能為自己爭取更充裕的時間準備下一次擊球，因具有防守的功能，所以也稱之為「防守性長球」；而平高球除了將球打遠外，強調快速的將球打至對手後場，所以球飛行的弧度會比高遠球平一些，使對手後退不及，稱之為「進攻性長球」。不過初學者在學習時，希望能先將球打遠、打高，故練習時會以能擊出高遠球為主要練習方式。

### ■長球動作要領 ( 以右手持拍者為例 )



## ■ 長球動作要領 (以右手持拍者為例)



148 第五篇

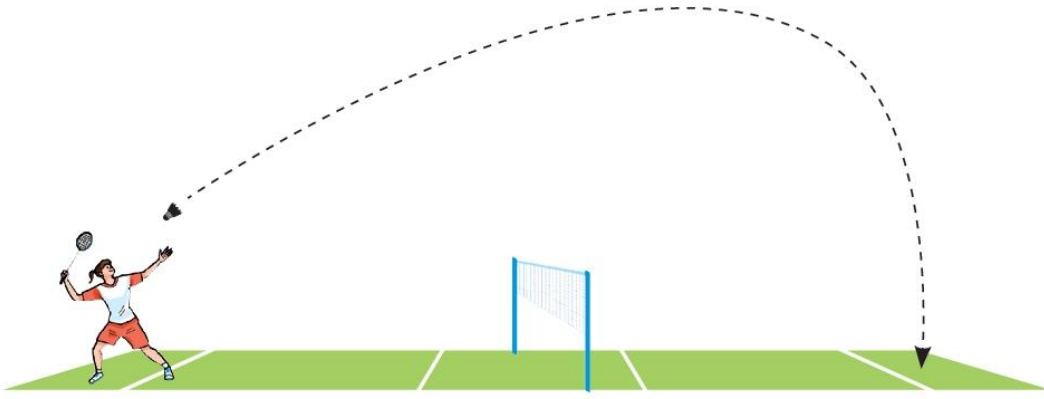
- 1 側身舉拍：重心在右腳，右手彎曲上舉，左手瞄準來球。
- 2 引拍：重心轉移至左腳帶動身體轉正，右手向前上方提肘。
- 3-1 擊球瞬間：手臂放鬆甩動扣腕，擊球瞬間拍面需垂直來球或略朝斜上方。
- 3-2 擊球位置：擊球點高，約在額頭前上方至頭頂上方的位置擊到球。
- 3-3 練習技巧：側身面向牆壁轉正揮擊，查看揮擊至牆面時手是否伸直至最高點。
- 4 跟隨動作：放鬆將球拍揮擊至身體左大腿。

## 二、活動「我會打長球」(25分鐘)

說明：長球的目的是打至對方後場區域，且球在未達後場時不該被對手擊到，否則擊出之球較像平擊後場球而已。

操作：練習拋高羽球，如同後場區域高度較高的來球，接著依動作要領擊球。攔截者僅能在後1/3的線上攔截，若擊球者擊出之球未被攔截，也代表所擊長球為有效且成功的長球，夠高且夠遠。

紀錄：紀錄擊球，瞭解並思考自己的動作問題如何修正。



### 活動我會打長球

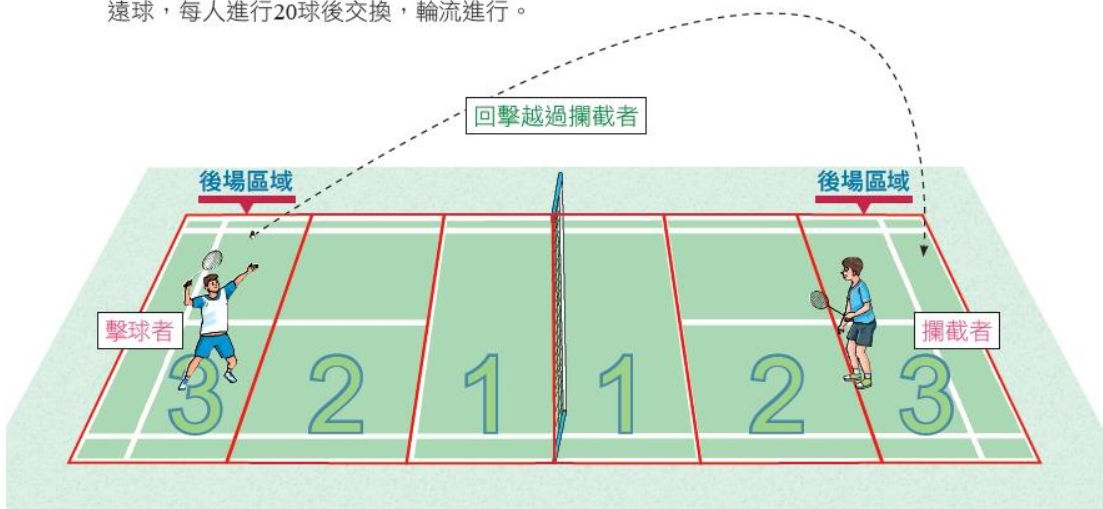
活動目的 練習高遠擊球技術，並瞭解所擊出的球是否又高又遠。

活動方式

1 將場地區分三等分，球網兩側各畫出後場區域。

2 2人一組，以半邊場地進行練習，1人以自拋自打方式進行長球打擊，另1人站在後場區域三等分的線上進行攔截，擊球者若能成功將球打「越過攔截者」至後場區域則為有效高遠球，每人進行20球後交換，輪流進行。

遠球，每人進行20球後交換，輪流進行。



		練習紀錄表	
打進後場區域次數		被攔截次數	改進建議
_____次		_____次	

### 小叮嚀

許多初學者打高遠球時，常忘記運用身體旋轉的力量帶動手臂揮擊。為了想打高用推的方式擊球，反而無法擊出高遠球喔！

### 評量方式

實作 學生能完成長球、殺球、切球的球路落點與效益。

觀察 是否能夠熱烈參與活動與討論。

實作 學生能依動作要領成功擊出長球。