**羽球**  教學活動設計

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 單元名稱 | 羽球—正手發球 | 班 級 | 五年三班 | 人 數 | 24人 |
| 教材來源 | 自編 | 老 師 | 白政翰 | 時 間 | 40分 |
| **教 材 結 構** |
| 分段能力指標 | 1-3-1瞭解個人運動潛能及動作發展的差異性，並充分發展。3-3-1計畫並執行特殊性運動，以發展運動技巧。3-3-2評估個人及他人的表現，以改善動作技能。3-3-4在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。4-3-5培養欣賞運動美感與分析比賽的能力。 |
| 對應十大基本能力 | 一、了解自我與發展潛能二、欣賞、表現與創新七、規劃、組織與實踐九、主動探索與研究十、獨立思考與解決問題 |
| **教 學 活 動 設 計** |
| 設計旨趣 | 在運動中充分表達自己，發揮潛在能力，並利用各種練習方法，增進運動技能、建立運動心理，培養學習者的堅定信念。 |
| 教學指標 | 1. 能說出羽球運動的由來。
2. 能說出學習羽球應具備的基本運動能力。
3. 能說出羽球發球技術的動作要領。
4. 能說出羽球發球種類及其特性。
5. 能指導他人或接受指導。
6. 能經由與同儕欣賞、觀摩、學習、比較，了解自己動作的優缺點。
7. 能在運動中充分表達自己，發揮潛在能力。
8. 能對於運動中的美好動作與經驗表現出讚美，並與他人分享。
9. 能做出羽球發球技術。
10. 能利用各種練習方法，增進運動技能。
 |
| 教學方法 | 1. 講述法
2. 示範指導練習法
3. 分組練習
 |
| 教學準備 | (一)教師方面1. 蒐集相關輔助教學媒體、資料、圖表。
2. 設計樂趣化教學活動。

(二)學生方面1. 預習本單元內容。
2. 蒐集與課本相關資料。
3. 學習單。
 |
| 教學資源 | 場 地：學校羽球場教 具：哨子、海報。器 材：羽球拍24支、羽球、羽球場3面參考網站：https://www.youtube.com/ |
| **單元目標 具體目標**  |
| 一、認知方面1. 了解羽球的基本動作
2. 了解羽球的技巧及規則。
3. 了解羽球的動作要訣。

二、技能方面1. 學會羽球的認知和羽球的技能。
2. 學會羽球發球的動作要領和安全的練習方法
3. 學會順暢的完成羽球發球動作。

三、情意方面1. 養成守法守秩序的良好習慣。
2. 培養良好的運動習慣及運動能力。
3. 增進運動欣賞及個人審美能力。
 | 1-1能說出羽球的基本動作。1-2能說出羽球的技巧及規則。1-3能說出羽球的動作要訣。2-1能做羽球的動作。2-2能做羽球發球的連貫動作及身體的協調性。2-3能順暢的完成羽球發球動作。3-1能遵守規則，遵從老師指導並養成守法、守秩序的良好習慣。3-2能有良好的運動能力及興趣，培養團隊的精神。3-3能有運動欣賞與個人審美觀。 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **具體目標** |  **教 學 流 程 及 內 容**  | **時間** | **評 量** |
| 3-11-11-21-32-12-22-31-11-21-33-13-33-2 | **一、準備活動**(一)集合、整隊、點名(詢問是否有身體不適的同學)(二)熱身活動(配合適當音樂及節奏操作)(三)引起動機：羽球起源於英國故事問答，羽球有幾根毛？ **二、發展活動**1. 老師講解示範

1.執球法：有執球尾、球腰、球頭等三種，因應個人習慣選擇之。2.握拍法：為穩定球拍，中指、無名指、小指應扣緊，以食指或拇指來控制正拍或反拍。1. 適用時機

高遠球是單打比賽中常用的發球法。1. 動作分析(以右手為例)
	1. 預備動作：手前後平伸；左腳在前，右腳在後，雙腳不可

離地；重心在後腳；左手持球於右前方，右手持拍於右後方。* 1. 擊球姿勢：左手放球，重心移至前腳，帶動右手臂揮拍至腰

前下方，用力向上擊球。* 1. 隨勢揮拍：擊球後，右手隨勢揮向左肩前上方，重心往前移。
	2. 回復接球：屈膝彎腰，右手持拍於胸前，目視前方準備接球。

 1. 分組練習

1.將同學平均分配至四個場地，互相發球練習。1. 分組比賽 – 羽球攻防戰

1.將四組人馬分為兩組攻兩組守，進行比賽。2.場地上會擺上九宮格與界線，攻擊的人用發球秒準九宮格，　　　 防守的去阻擋發球的進格子。 3.發球進九宮格的由近到遠算分，若連成一條線分數+5分 4.防守方若防守成功過線，攻擊方-1分 5.時間到結算分數**三、整理活動**(一)對上課有疑問，提出問題討論並作解答。(二)對於動作技巧較熟練表揚，及說明表揚原因學習欣賞別人優點。(三)預告下次上課內容，回家練習。(四)收器材，活動歡呼解散。(五)結束  | 2分6分2分5分5分8分12分 | 80%的同學能迅速並確切做好熱身運動及遵秩序。80%的同學能了解動作要領，並能正確表現。80%的同學能表達優缺點，並分享及欣賞。 |