

羽球教學教案

教學科目	羽球	班級		人數		教師姓名	
教學單元	正手高遠球	教材來源		自編		教學時間	50 分鐘
教學目標	<p>1、高遠球是羽球運動最基本之動作，擊球點、球拍角度與腕關節的瞬間動作是技術要點。</p> <p>2、使學生瞭解正拍高遠球的動作並能瞭解其應用的方法。</p>						
教學資源	羽球拍、羽球、哨子、羽球規則						
學生學習條件之分析	已學過羽球基本握拍，並具備適當活動能力之學生均可						
教學目標	單元目標			具體目標			
	<p>一．認知方面：</p> <p>1-1 瞭解擊高遠球的種類。</p> <p>1-2 瞭解正拍擊高遠球的擊球點與重要性。</p> <p>1-3 知道正拍握拍方法。</p> <p>1-4 瞭解正拍高手擊高遠球方法。</p> <p>二．技能方面：</p> <p>2-1 培養時間、空間感覺的能力。</p> <p>2-2 學會正拍擊高遠球的動作。</p> <p>2-3 儲備其他運動項目之能力。</p> <p>三．情意方面：</p> <p>3-1 培養合作精神與負責態度。</p> <p>3-2 培養互動與自我評量態度。</p> <p>3-3 增進觀摩學習與欣賞能力。</p>			<p>1-1-1 能說出高遠球的各種擊法。</p> <p>1-1-2 知道擊高遠球的擊球時機。</p> <p>1-2-1 能說出正拍高遠球的重要性。</p> <p>1-2-2 能說出高遠球的擊球點。</p> <p>1-3-1 能說出正拍握法要領。</p> <p>1-4-1 能說出正拍高手擊高遠球的動作要領。</p> <p>2-1-1 能掌握擊球時間。</p> <p>2-1-2 能移位至適當擊球位置。</p> <p>2-2-1 能做出側身舉臂的動作。</p> <p>2-2-2 能做出重心由後向前移動。</p> <p>2-2-3 能在右肩上方最高點擊球。</p> <p>2-2-4 能利用腕力瞬間彈出。</p> <p>2-3-1 能做出各種相關之輔助動作。</p> <p>3-1-1 能將球發至對方最易打之位置。</p> <p>3-1-2 充分扮演成功角色。</p> <p>3-2-1 能與他人溝通互助。</p> <p>3-2-2 瞭解自己擊球動作。</p> <p>3-3-1 能分析別人動作。</p> <p>3-3-2 能欣賞他人動作。</p>			

NO.	特定活動	教學內容	教學資源	時間	意見
1.	集合點名	*準備教材 *器材借用 *集合、點名	有關場地 哨子	3'	確實點名
2.	準備活動	1.繞羽球場慢跑二圈 2.熱身操 3.伸展操〔針對羽球常用肌群進行伸展〕		8'	能確實伸展
3.	講解說明	1.講解示範正拍握拍動作	羽球拍 羽球	3'	認真聽講及學習
		2.講解示範正拍高遠球時的身體動作，側身、手、腳的重心轉移…等要領		2'	
		3.講解示範正拍高遠球的揮拍動作		3'	
		4.球感練習，以正拍對空擊球（動作1預備動作2側身拉拍3對空擊出）		6'	
4.	分組練習	1.每組十人，共分四組。 2.於球場內一邊分別站五個人，每人打二次球後換人，以循環方式進行練習。	羽球拍 羽球	2' 15'	能做出 教師回饋
5.	規則停看聽	講解示範羽球發球的規則	規則	3'	能說出 能做出
6.	結束活動	1.整隊集合點名、收拾器材並且清點 2.說明羽球正拍高遠球常犯的錯誤 3.綜合講評及討論，並詢問同學是否有所疑問 4.預告下回上課教材內容	羽球拍 羽球	5'	能說出 能做出