

## 三年級 健體 領域 教學課程設計

<b>主題/單元名稱</b>		羽球—羽球殺球	<b>設計者</b>	陳作鋒(康軒)
<b>實施年級</b>		三年級上學期	<b>節數</b>	2節課（每節45分鐘）
<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 B2 科技資訊與媒體素養  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-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 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>	無
	<b>學習表現</b>	認知 c. 運動知識 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。 d. 技能原理 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。	<b>實質內涵</b>	無

	<p>情意</p> <p>c. 體育學習態度</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>技能</p> <p>c. 技能表現</p> <p>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。</p> <p>d. 策略運用</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>行為</p> <p>d. 運動實踐</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>		
	<p>H. 競爭類型運動</p> <p>a. 網/牆性球類運動</p> <p>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>		
<p><b>學習目標</b></p>	<p>一、能了解羽球正手殺球的動作要領及運用時機，並能透過練習與反思增進動作技能。</p> <p>二、能做到正確且流暢的正手殺球，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，養成尊重他人的態度，透過合作學習，解決學習歷程所面臨的問題，並發揮團隊精神，促進人際互動關係。</p>		
<p><b>教學資源</b></p>	<p>羽球、羽球場、學習活動單。</p>		
<p><b>學習活動設計</b></p>			

學習活動內容及實施方式	時間	備註
<p>●臺灣之光——李洋／正手殺球</p> <p>一、課前準備</p> <p>(一)教師：熟悉課本技能示範動作、活動設計操作，並蒐集整理欲補充說明之內容。</p> <p>(二)學生：依照身材高矮條件，自行區分成兩人一組。</p> <p>二、引起動機</p> <p>詢問同學：認識哪些羽球選手？是否看過戴資穎比賽？</p> <p>三、暖身活動</p> <p>「愛體育 暖身運動(一)」：身體面向球網左右位移，以徒手撿球方式，將球放立於單打邊線，透過來回反覆移動，達到暖身成效。</p> <p>四、主要活動</p> <p>(一)介紹李洋</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 介紹李洋之選手背景與經歷。</li> <li>2. 透過李洋受傷的事件，說明練習時應注意的事項。</li> </ol> <p>(二)正手殺球</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師講解與示範正手殺球動作。</li> <li>2. 教師說明正手殺球特點與方式。</li> <li>3. 學生兩人一組，進行正手殺球練習。</li> <li>4. 提醒學生：在練習過程中，須確保有足夠空間，才進行擊球動作，並依照動線安排，避免影響他人、發生危險。</li> </ol> <p>五、綜合活動</p> <p>「愛體育 正手殺球定點練習」：兩人一組，一人發正手高遠球，一人進行正手殺球。以直線球優先，熟練後進階至對角線，學習控制不同球路方向，使個人技術更多元且具變化性。</p> <p style="text-align: center;">【第一節結束】</p>	45分鐘	
<p>●臺灣之光—李洋(愛體育 暖身運動)／正手殺球(愛體育 誰是投擲手、愛體育 誰是殺球神射手)</p> <p>一、課前準備</p> <p>(一)教師：熟悉課本技能示範動作、活動設計操作，並蒐集整理欲補充說明之內容。</p> <p>(二)學生：依照學生條件採異質分組，以四～六人為一組。</p> <p>二、引起動機</p> <p>詢問同學：羽球殺球的世界紀錄最高時速是多少？這是哪個選手創下的紀錄？</p> <p>三、暖身活動</p> <p>「愛體育 暖身運動」(一)：身體面向球網左右位移，以徒手撿球方式，將球放立於單打邊線，透過來回反覆移動，達到暖身成效。</p> <p>四、主要活動</p> <p>進行「愛體育 誰是投擲手」活動：每組每位同學輪流投擲目標，必需以高肩的方式來投擲，以擊中中場擺放的球筒為目標，打倒一個球筒獲得一分，時限內積分高的組別獲勝。</p>	45分鐘	

**五、綜合活動**

(一)進行「愛體育 誰是殺球神射手」活動：每組指派一位同學發正手高遠球，其餘同學依序進行殺球練習，以擊中中場擺放的球筒為目標，打倒一個球筒獲得一分，時限內積分高的組別獲勝。

(二)提醒學生：在練習過程中，須確保有足夠空間，才進行擊球動作，並依照動線安排，避免影響他人、發生危險。

**【第二節結束】**