

領域/科目	體育科	設計者	李昆沅
實施年級	10 年級	總節數	共 1 節， 50 分鐘
主題名稱	羽毛球正手發球		
設計依據			
學習重點	學習表現	<p>【健康】4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p> <p>【健康】4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。</p> <p>【健康】4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。</p>	
	學習內容	<p>【健康】Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>【健康】Da-III-1 衛生保健習慣的改進方法。</p> <p>【健康】Bc-III-2 運動與疾病保健、終身運動相關知識。</p>	
核心素養	總綱	<p>A1 身心素質與自我精進</p> <p>具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。</p>	
	領綱	<p>健體-E-A1</p> <p>具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。</p>	
議題融入	實質內涵		
	所融入之單元		
與其他領域/科目的連結			
教材來源			
教學設備/資源	羽球拍、毛巾、水		
各單元學習重點與學習目標			
單元名稱	學習重點		學習目標
1. 2. 3. 4. 5.	學習表現	<p>【健康】4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p> <p>【健康】4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。</p> <p>【健康】4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。</p>	<p>健體-E-A1</p> <p>具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。</p>

	學習內容	<p>【健康】Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>【健康】Da-III-1 衛生保健習慣的改進方法。</p> <p>【健康】Bc-III-2 運動與疾病保健、終身運動相關知識。</p>	
教學單元活動設計			
單元名稱	羽毛球正手發球	時間	共 1 節，50 分鐘
主要設計者			
學習目標			
學習表現	<p>【健康】Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>【健康】Da-III-1 衛生保健習慣的改進方法。</p> <p>【健康】Bc-III-2 運動與疾病保健、終身運動相關知識。</p>		
學習內容	<p>A1 身心素質與自我精進</p> <p>具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。</p>		
領綱核心素養	<p>健體-E-A1</p> <p>具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。</p>		
核心素養呼應說明			
議題融入說明			
教學活動內容及實施方式			備註

<p>準備活動</p> <p>先點名，詢問是否有人有不舒服</p> <p>請體育股長帶跑操場兩圈</p> <p>跑完帶熱身操</p> <p>一 引起動機(學習目標)</p> <p>1. 教師詢問學生台灣著名的羽球選手?</p> <p>2. 教師詢問學生這幾位選手世界排名第幾?</p> <p>二、發展活動(學習內容)</p> <p>1.教師介紹羽毛球正手挑球要領</p> <p>2.介紹挑球有分進攻型、防守型的路線</p> <p>3.請學生討論這兩中路線的區別</p> <p>4.教師示範挑球動作</p> <p>依序</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 依序預備姿勢 ● 引拍動作 ● 擊球動作 ● 擊球位置 ● 回防動作 <p>5.徒手練習</p> <p>兩人一組，一人站立於另一人之右側前方，右手掌置於對方腰部右側前方約 50 公分處，另一人做擊掌動作。</p> <p>6.實際操作</p> <p>兩人一組，一人丟球另一人擊球，實際擊球練習。</p> <p>三、綜整活動(學習表現)</p> <p>1.統整今天的上課內容</p> <p>2.教師抽點學生挑球有什麼要注意的地方</p> <p>3.整理、清點、歸還器材。</p> <p>4.預告下週訓練反手挑球</p>	<p>1min</p> <p>2min</p> <p>1min</p> <p>1min</p> <p>1min</p> <p>2min</p> <p>2min</p> <p>2min</p> <p>2min</p> <p>2min</p>
<p>試教成果 或 教學提醒</p>	<p>無</p>
<p>參考資料</p>	<p>無</p>
<p>附錄</p>	