

公開授課 年 班	8 年 9 班	公開授課 教 師	陳勝勇		
公開授課 科 目	體育	公開授課 日 期	10/05	公開授課 時 間	0915
授課單元 名 稱	羽球-米字步伐	第?節 / 總節數		1/2	
學習 重點	學習 表現	<ul style="list-style-type: none"> ● 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 ● <u>2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</u> ● <u>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</u> 		核心 素養	健體-J-A1 <ul style="list-style-type: none"> ● 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。
	學習 目標	1、能了解羽球步伐的基礎原理。 2、能發展羽球米字步伐之專項運動技能。 3、能欣賞他人動作技能表現。 4、能理解性別差異，消除性別偏見，尊重與包容每一位同學。			健體-J-C2 <ul style="list-style-type: none"> ● 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。
學習 目標	1、能了解羽球步伐的基礎原理。 2、能發展羽球米字步伐之專項運動技能。 3、能欣賞他人動作技能表現。 4、能理解性別差異，消除性別偏見，尊重與包容每一位同學。				

教學活動流程	時間	評量方式
一、集合點名	2mins	
二、做操 1.藉由關節操帶動全身肌群做暖身運動 2.進行徒手肌力訓練，增加全身大肌肉力量，增進運動表現。	10mins	觀察投入程度
三、引起動機 藉由介紹東京奧運中，我國羽球男雙榮獲奧運金牌的事蹟，引起學生對羽球的興趣與目標。 並帶入米字步伐在羽球運動中的重要性，使學生了解，要在羽球運動中獲得好成績，有良好的移動方式是獲勝的關鍵。	3mins	
四、米字步伐介紹 1. 米字步介紹：場地由一個米字分成八個點。 由中心點到每個點都是最短距離，並介紹米字步 8 個點如何移動。	5mins	觀察動作
2. 墊步介紹：藉由分解介紹墊步動作，再讓學生跟著老師使用墊步練習八個點的移動方式。	6mins	是否正確
五、分組練習：分組至各個場地，每人輪流練習兩次米字步伐練習，未輪到的同學要觀摩其他同學的動作。	10mins	
六、綜合活動：分組測驗，看誰可以在老師指定的時間內完成米字步八個點的同學。完成者可以加分。	7mins	隨堂測驗
七、收操總結	2mins	測秒數

◆ 共備教師姓名：

1	洪國立	2	
3		4	