

彰化縣立彰泰國民中學111學年度上學期體育科教案

領域/科目		健康與體育領域/體育	總節數	2節
實施年級		九年級上學期	設計者	許雅筑
單元名稱		羽球高遠發球		
設計依據				
核心素養	總綱核心素養	面向：A 自主行動 C 社會參與 項目：A1身心素質與自我精進 C2人際關係與團隊合作		
	領域核心素養	健體-J-A1 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。 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。		
學習重點	學習表現	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。 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。 2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 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。 3d-IV-1 表現運動技術的學習策略。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。		
	學習內容	Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術		
教材來源		自編與改編		
教學設備/資源		羽球 50顆 羽球拍20支		
學 習 目 標				
1. 了解羽球場地單/雙打界線，作為往後比賽的基礎知識。 2. 了解羽球拍握拍方式以及正手反手的差異。 3. 能正確做出發高遠球姿勢動作。 4. 能利用發高遠球姿勢將球發入有效區內，且無違規動作出現。 5. 能藉由團體活動展現班級凝聚力，體現運動家精神。				
教 學 活 動 設 計				
教學活動內容及實施方式			時間	學習評量
活動一〈羽球/發高遠球〉 一、準備活動 1. 學生於上課前先行慢跑。 2. 教師於鐘響後開始點名，詢問是否有身體不適的同學，如有不適，			1 節 5 分鐘	

協助改做其他合適活動。

3. 教師建立上課規範：

- 發言請舉手
- 請勿拿球拍打人
- 練習發球時請勿將球往上拋擊球

4. 教師協助學生按照座號排成四排隊型。

5. 教師開始帶全班學生做暖身操。

二、教學活動

(一) 引起動機

1. 教師簡單敘述羽球的歷史。

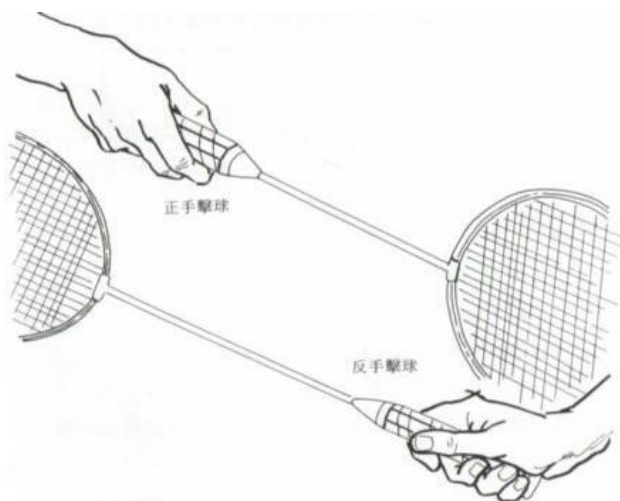
2. 教師引導學生說出印象中羽球場地有哪些線，分別代表什麼意思？

3. 教師請學生回憶羽球比賽中，比賽開始的第一個動作是什麼。

(二) 發展活動

1. 教師請康樂股長對應球拍上的號碼，將球拍發給每一位同學。

2. 教師講解與示範羽球正/反手握拍方式，由教師發號口令，同學統一使用教師講解的方式試著握住羽球拍。(學生坐姿)



3. 教師講解羽球發球區的有效位置。

4. 教師示範發高遠球的動作分解。分

三個部分：

(一) 右手發球左腳前右腳後身體側身，重心在右腳。

(二) 球拍由後往前往上揮拍，重心轉移到左腳。

(三) 揮拍完自然的將拍子收到左肩上方。

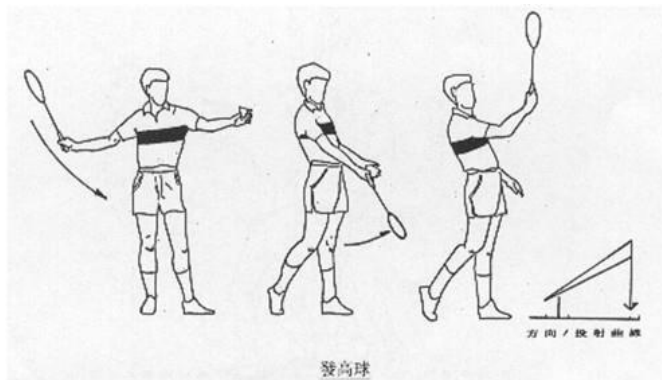
5. 教師講解左手拿球的姿勢以及對發球的影響。

6. 教師帶領同學操作發高遠球動作(依序從第一部分到第三部分，最後再作連貫)(學生起立成做操隊型散開)

口語評量

5
分鐘

30
分鐘



7. 教師請同學兩個一組(一二排前後一組，三四排前後一組)
8. 教師按照場地發下數顆羽球。
9. 教師講解接下來的小遊戲活動。
 - 一個場地站三組人，第一組人隔著網子站在發球區內，其餘兩組人在場外排成一直線。
 - 一邊拿羽球拍，做出預備姿勢。
 - 哨音開始後，一人發高遠球一人空手接球。
 - 發完球後換對面組員發球。
 - 同一組人操作完後排到隊伍最後方，換下一組人員操作。
 - 聽到兩聲哨音時，到原來講解位置集合蹲下。

教師請學生分享自己在操作時的心得。

(三) 綜合活動

1. 教師整理遊戲活動中看到的問題與提醒同學易犯錯的問題。
2. 教師總結本次上課重點。
3. 教師期許同學在往後能熟悉羽球技能，能適時地發揮在羽球比賽上。
4. 教師提醒學生清點器材。
5. 預告下節上課重點。
6. 下課。

5 分鐘

實作評量：
教師觀察學生是否有按照動作要領操作