

健體課程羽球單元教案

領域/科目		健體	設計者	蔡榮凱	
實施年級		六上	教學時間	160分鐘	
主題名稱		運動真好玩			
單元名稱		羽我同行			
設計依據					
學習重點	學習表現	1c-Ⅲ-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 1d-Ⅲ-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-Ⅲ-1 表現基本運動精神和道德規範	總綱與 領綱之 核心素 養	健體-E-A1 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 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和 健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員 合作，促進身心健康。	
	學習內容	Cb-Ⅲ-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識 Cb-Ⅲ-3 各項運動裝備、設施、場域。 Hb-Ⅲ-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術			
教材來源		翰林版健康與體育6上(第11冊)、網路教學影片			
教學設備/資源		羽球、羽球拍、羽球網架、哨子			
學習目標					
1. 學生能了解羽球裁判規則。 2. 學生能有效率的移動腳步以利擊球。 3. 學生能靈活使用手腕及以反拍擊球。 4. 學生能與搭檔保持連續擊球不落地。					
教學活動設計					
教學活動內容及實施方式				時間	評量方式
一、準備活動 集合點名後跑操場兩圈，施做熱身運動。				5'	能實作表現
二、發展活動 1. 詢問學生所知道或聽過國內有哪些羽球選手？是否曾經在電視上看過羽球賽事的轉播？ 2. 羽球的起源，簡易規則與場地說明。 3. 手要如何握拍？以球拍碰球頭。 4. 教師示原地拍球要領 5. 讓學生分享自己練拍球運動以及感想 6. 學生能順利控制拍球運動				30'	
三綜合活動 1. 教師說明拍球時腳部跟進以及重心要穩。 2. 提示球拍拍球頭要領 ~~~~第一節課結束~~~~				5'	

