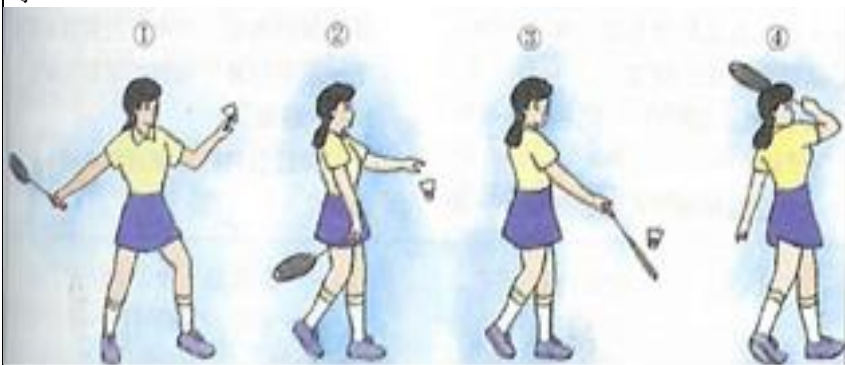


羽球 教學活動設計

單元名稱	羽球—正手發球	班 級	五年三班	人 數	24 人
教材來源	自編	老 師	白政翰	時 間	40 分
教材結構					
分段能力指標	1-3-1 瞭解個人運動潛能及動作發展的差異性，並充分發展。 3-3-1 計畫並執行特殊性運動，以發展運動技巧。 3-3-2 評估個人及他人的表現，以改善動作技能。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 4-3-5 培養欣賞運動美感與分析比賽的能力。				
對應十大基本能力	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題				
教學活動設計					
設計旨趣	在運動中充分表達自己，發揮潛在能力，並利用各種練習方法，增進運動技能、建立運動心理，培養學習者的堅定信念。				
教學指標	(1) 能說出羽球運動的由來。 (2) 能說出學習羽球應具備的基本運動能力。 (3) 能說出羽球發球技術的動作要領。 (4) 能說出羽球發球種類及其特性。 (5) 能指導他人或接受指導。 (6) 能經由與同儕欣賞、觀摩、學習、比較，了解自己動作的優缺點。 (7) 能在運動中充分表達自己，發揮潛在能力。 (8) 能對於運動中的美好動作與經驗表現出讚美，並與他人分享。 (9) 能做出羽球發球技術。 (10) 能利用各種練習方法，增進運動技能。				
教學方法	(1) 講述法 (2) 示範指導練習法 (3) 分組練習				
教學準備	(一)教師方面 1. 蒐集相關輔助教學媒體、資料、圖表。 2. 設計樂趣化教學活動。 (二)學生方面 1. 預習本單元內容。 2. 蒐集與課本相關資料。 3. 學習單。				

教學資源	場 地：學校羽球場 教 具：哨子、海報。 器 材：羽球拍 24 支、羽球、羽球場 3 面 參考網站： https://www.youtube.com/
單元目標	具體目標
一、認知方面 (1) 了解羽球的基本動作 (2) 了解羽球的技巧及規則。 (3) 了解羽球的動作要訣。 二、技能方面 (1) 學會羽球的認知和羽球的技能。 (2) 學會羽球發球的動作要領和安全的練習方法 (3) 學會順暢的完成羽球發球動作。 三、情意方面 (1) 養成守法守秩序的良好習慣。 (2) 培養良好的運動習慣及運動能力。 (3) 增進運動欣賞及個人審美能力。	1-1 能說出羽球的基本動作。 1-2 能說出羽球的技巧及規則。 1-3 能說出羽球的動作要訣。 2-1 能做羽球的動作。 2-2 能做羽球發球的連貫動作及身體的協調性。 2-3 能順暢的完成羽球發球動作。 3-1 能遵守規則，遵從老師指導並養成守法、守秩序的良好習慣。 3-2 能有良好的運動能力及興趣，培養團隊的精神。 3-3 能有運動欣賞與個人審美觀。

具體目標	教學流程及內容	時間	評量
3-1 1-1 1-2 1-3	一、準備活動 (一)集合、整隊、點名(詢問是否有身體不適的同學) (二)熱身活動(配合適當音樂及節奏操作) (三)引起動機：羽球起源於英國故事問答，羽球有幾根毛？ 二、發展活動 (1) 老師講解示範 1.執球法： 有執球尾、球腰、球頭等三種，因應個人習慣選擇之。 2.握拍法： 為穩定球拍，中指、無名指、小指應扣緊，以食指或拇指來控制正拍或反拍。 (2) 適用時機 高遠球是單打比賽中常用的發球法。 (3) 動作分析(以右手為例) 1. 預備動作：手前後平伸；左腳在前，右腳在後，雙腳不可離地；重心在後腳；左手持球於右前方，右手持拍於右後方。 2. 擊球姿勢：左手放球，重心移至前腳，帶動右手臂揮拍至腰前下方，用力向上擊球。 3. 隨勢揮拍：擊球後，右手隨勢揮向左肩前上方，重心往前移。 4. 回復接球：屈膝彎腰，右手持拍於胸前，目視前方準備接球。	2 分 6 分 2 分	80%的同學能迅速並確切做好熱身運動及遵秩序。
2-1 2-2 2-3 1-1 1-2 1-3	(4) 分組練習 1.將同學平均分配至四個場地，互相發球練習。 (5) 分組比賽 – 羽球攻防戰 1.將四組人馬分為兩組攻兩組守，進行比賽。 2.場地上會擺上九宮格與界線，攻擊的人用發球秒準九宮格，防守的去阻擋發球的進格子。 3.發球進九宮格的由近到遠算分，若連成一條線分數+5 分 4.防守方若防守成功過線，攻擊方-1 分 5.時間到結算分數 三、整理活動 (一)對上課有疑問，提出問題討論並作解答。	5 分 5 分	80%的同學能了解動作要領，並能正確表現。
3-1 3-3 3-2		8 分 12 分	80%的同學能表達優缺點，並分享及欣賞。

	(二)對於動作技巧較熟練表揚，及說明表揚原因學習欣賞別人優點。 (三)預告下次上課內容，回家練習。 (四)收器材，活動歡呼解散。 (五)結束		
--	--	--	--

