

領域/科目	健康與體育領域/體育	設計者	李昆沅
實施年級	九年級	教學節次	共 1 節，45 分鐘
單元名稱	羽球-正手長球（高遠球）		
設計依據			
學習重點	學習表現	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</li> <li>● 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</li> <li>● 1d-IV-2 反思自己的運動技能。</li> <li>● 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</li> <li>● 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</li> <li>● 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。</li> <li>● 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</li> </ul>	核心素養
	學習內容	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Cb-IV-1 運動習慣的實踐與運動營養的攝取。</li> <li>● Fa-IV-3 良好人際關係的建立與適當的溝通技巧。</li> <li>● Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</li> </ul>	
議題融入	實質內涵	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 安全教育</li> <li>2. 戶外教育</li> </ol>	
	所融入之學習重點	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 安全教育：安全教育概論、運動安全。</li> <li>2. 戶外教育：有意義的學習、尊重與關懷他人。</li> </ol>	
與其他領域/科目的連結			
教材來源	自編		
教學設備/資源	羽球拍、羽球、哨子、三角錐		
學習目標			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能理解羽球相關基礎規則及技能原理，並能思考及發展學習策略改善動作技能。</li> <li>2. 了解羽球運動長球適用的時機。</li> <li>3. 能學會正手擊長球。</li> <li>4. 能在練習、比賽中與同學合作共同完成目標。</li> <li>5. 能養成遵守常規，表現出積極正向的學習態度，透過主動參與團隊任務，與他人溝通合作，展現尊重、負責、參與、領導、與關懷他人的個人與社會責任行為。</li> </ol>			

教學活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
<p>一、 準備活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 集合點名，詢問是否有人有不舒服（身體有異常狀況）並說明上課規則。</li> <li>2. 熱身活動(靜態熱身、動態熱身)。 動態熱身：結合羽球運動常運用到的一些專項動作。</li> </ol> <p>二、 引起動機(學習目標)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 講解今日上課內容：</li> <li>2. 說明學生羽球長球使用的時機及重要性。T</li> </ol> <p>三、 發展活動(學習內容)</p> <p>主題講解上課內容與示範：正手擊高遠球揮拍動作要領講解與示範。動作要領：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>I. 預備動作：雙腳分開與肩同寬、屈膝，正手握拍法持拍。</li> <li>II. 準備擊球動作：右腳側身向後轉，右手同時持拍向後向上舉拍。</li> <li>III. 引拍擊球動作：右手肘向上抬高，身體T轉向正前方，上臂帶動前臂及手腕擊球，手臂自然伸直在最高點擊球。</li> <li>IV. 順勢動作：完成擊球揮拍後，右手順勢往前而下，自然放鬆至左下方，右腳隨重心轉移向前跨步，回到預備動作。T</li> </ol> <p>一人拋 一人接:兩人一組，相距約3公尺。一人輕拋球，另一人低手接球，一人練習5球後交換。</p> <p>四、 綜整活動(學習表現)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 請學生回答今日課程學到了什麼。</li> <li>2. 教師總結課程及複習課程重點。</li> <li>3. 點收器材及提醒下次上課內容。</li> <li>4. 鼓勵學生課餘時間多加練習。</li> </ol>	<p>8 分鐘</p> <p>2 分鐘</p> <p>5 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>15 分鐘</p> <p>5 分鐘</p>	<p>透過師生問答方式，喚起學生對排球低手傳接球技術的認知。(1d-IV-1)</p> <p>藉由分組合作學習，建立和培養學生利他及合群的知能與態度，並在體育活動中相互合作及與人和諧互動的素養。(健體-J-C2)</p> <p>透過學生具體說明低手傳接球技術要領與思考自身如何平時練習，增加技術。(1d-IV-2)</p>
試教成果：（非必要項目）		
參考資料：（若有請列出）		
附錄：		

