

一年級 健康與體育 領域 教學課程設計

主題/單元名稱		5-3 羽中作樂——羽球	設計者	陳智誠
實施年級		一上	節數	1節課（45分鐘/節）
總綱核心素養		A 自主行動 A2 系統思考與解決問題 B 溝通互動 B1 符號運用與溝通表達 C 社會參與 C2 人際關係與團隊合作		
領域學習重點	核心素養	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 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。	學習主題	1. 性別權力關係與互動。 2. 人權與民主法治。
	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 反思自己的運動技能。 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。	實質內涵	性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 人 J3 探索各種利益可能發生的衝突，並了解如何運用民主審議方式及正當的程序，以形成公共規則，落實平等自由之保障。

		3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。			
	學習內容	H 競爭類型運動 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。			
學習目標		一、能了解羽球發球、接發球與正手高遠球之動作要領與運用時機，並能透過練習與反思增進動作技能。 二、能做到正確且流暢之正手發球與高遠球動作，並充分實踐運用，進而有效提升身體適能，養成規律運動習慣。 三、能了解個別差異，養成尊重他人之態度，透過合作學習，解決學習歷程所面臨之問題，並發揮團隊精神，促進人際互動關係。			
教學資源		發球練習檢核表學習單、羽球、羽球場。			
學習活動設計					
學習活動內容及實施方式				時間	備註
●暖身運動／發球／練習方法 一、課前準備 (一)教師：熟悉授課技能示範動作、活動設計操作及蒐集整理欲補充說明之內容。 (二)學生：依照學生條件採異質分組，區分成 4～6 人一組。 二、引起動機 詢問學生是否知道國內每年舉辦最大型的羽球國級賽事為何，是否現場或透過電視、網路轉播欣賞過中華臺北羽球公開賽？ 三、暖身活動 手眼協調：依學生人數分為若干組別，每組約 4～6 人，分別於球場兩邊，以持拍方式連續移動向上擊球，進行接力賽，過程中必須具備高度專注與控制能力，先完成的組別即獲勝。				45 分鐘	

四、主要活動 (一)正手發平擊球 1. 教師講解與示範正手發平擊球動作。 2. 教師說明正手發平擊球特點與方式。 3. 學生兩人一組，分別進行正手發平擊球練習。 (二)正手發短球 1. 教師講解與示範正手發短球動作。 2. 教師說明正手發短球特點與方式。 3. 學生兩人一組，分別進行正手發短球練習。 (三)接發球 教師說明接發球之目的，並示範正確接發球站位與預備姿勢。 五、綜合活動 百發百中：兩人一組，分別站在球網兩側，甲進行高遠球、平擊球與短球練習，乙觀察球飛行的軌跡、速度與落點，並記錄於發球練習檢核表，提供發球者回饋，完成後甲、乙角色互換。 六、建議事項 (一)提醒學生在練習過程中，需確保有足夠空間才進行擊球動作，並能依照動線安排，避免影響他人及產生危險。 (二)預告下堂課的內容，並請學生做好課前準備。 (結束)		
--	--	--