

【健康與體育領域】教學活動設計

教學日期		92年7月16日		教學年級		五年級	
學習領域		健康與體育領域		教材來源		自編	
教學單元		羽球運動		設計者		李明華	
相關領域		自然與生活科技		教學者		李明華	
教學時間 (200) 分鐘	總節數	節次	各節重點				
	五節	一	能說出並做出持球方法、握拍法、有氧舞蹈(十字步伐)動作要領。				
		二	能說出並做出正手發高遠球動作要領。				
		三	能說出並做出原地挑球與挑球行進競速的方法。				
		四	能說出並做出基本動作練習與網前短挑球的動作要領。				
		五	了解並說出羽球遊戲的規則。				
教學研究	教材分析			學生學習條件分析			
	1.羽球運動可鍛鍊學生身體協調性、敏捷性、柔軟性及耐力等體能。			1.曾學過羽球運動有____人，未曾學過有____人。			
	2.羽球運動可培養學生發球、接發球、殺球、切球、挑球、抽球、網前小球步伐及單雙打比賽等運動技術能力。			2.曾參加過羽球比賽有____人，未曾參加過羽球比賽有____人。曾參加過羽球比賽____人中有____人獲獎。			
	3.運動屬開放性教材，可培養守法、合作、服務等團隊行為增進凝聚力、向心力。			3.全班有____人喜歡學習羽球運動，有____人不喜歡，不表示意見有____人。			
4.運動教學可探究學生對於學習的立即效果。							
教學資源			聯絡教學				
1. 口笛 2. 羽球場三面 3. 羽球四筒(48顆) 4. 球拍 36支 5. 音樂 CD、手提 CD 音響			1. 『自然與生活科技』的地心引力與阻力。 2. 「藝術與人文」肢體美。				

教學目標

單元目標	具體目標
1.學習瞭解羽球教材簡史，規則，方法，特性等知識。	1-1 了解並說出羽球遊戲的規則。 1-2 能確實了解羽球遊戲規則，並參與競賽遊戲。
2.培養羽球的運動技術。	2-1 能正確做出握拍方法及執球的動作要領。 2-2 能正確做出原地挑球與挑球行進競速的動作要領。 2-3 能正確做出正手擊球練習與發球練習的動作要領。 2-4 能正確做出基本動作練習與網前短挑球練習的動作要領。
3.培養團隊合作學習態度及守法守規的精神。	3-1 上課能認真聽講，遵守秩序。 3-2 會觀摩他人，學習他人優點。
4.獲得學習羽球的樂趣及培養終身運動的習慣。	4-1 能主動學習，發現問題會隨時發問。

能力指標

- 1-1-3 瞭解個體動作能力的發展順序。
- 1-2-2 應用肢體發展之能力，從事適當的身體活動。
- 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。
- 3-1-1 表現簡單的全身性活動。
- 3-1-2 利用身體動作以操作設備。
- 3-1-4 結合一系列的基本動作，表現出簡單的動作技能。
- 3-2-4 在活動中表現身體的協調性。
- 3-3-1 評估個人及他人的表現，以改善動作技能。
- 6-1-5 瞭解並認同團體規範，從中體會並學習快樂的生活態度。

【健康與體育領域】教學活動設計

單元	羽 球	教材內容	一、持球方法 二、握拍法 三、正手發高遠球	節 次	2
流程	內容與過程	教 師 教 學 指 導 要 點		備 註	分
前置	*課前準備	1. 口笛 2. 羽球場三面 3. 羽球四筒(48顆) 4. 球拍 36支			
準備活動	壹、集合點名	<p>一、了解出席狀況。</p> <p>二、了解生理不適同學。</p> <p>三、清點教學器材，服裝檢查。</p>			3
	貳、熱身活動 一、慢跑 2 圈 二、大肌肉伸展操 三、羽球有氧舞蹈	<p>一、注意跑步時學生秩序。</p> <p>二、注意動作正確度。</p> <p>三、注意伸展時間、幅度、靜態。</p> <p>四、注意學生學習態度。</p>			4 3

肆、學生練習		3
一、複習	一、複習挑球遊戲。	6
二、揮空拍	二、正確的發球姿勢揮空拍練習。	
三、對牆練習	三、以牆上 220 公分高處為中心畫同心靶，每環間隔 20	6
四、實際練習	公分，於離牆 2 公尺處畫一線，每人有五次發球機會，	15
	試試看自己能得幾分。	
	四、站立於羽球場內正確的發球位置，使用許多球連續練	
	習。	

<p>綜合活動</p>	<p>陸、綜合活動</p> <p>一、綜合講評</p> <p>二、下次上課重點</p> <p>三、點名解散</p> <p>四、清點器材</p>	<p>一、說明主要錯誤及改正。</p> <p>二、預告下次進度為挑球遊戲。</p> <p>三、確時點名。</p> <p>四、親點所借器材內容。</p> <p>五、以腳做剪刀石頭布歡呼解散。</p>		<p>3</p>
-------------	---	--	--	----------