

國立水里商工 學年度 第 學期

(體育)科教學單元活動設計表

| | | | | | | | |
|--------|---|---|---|----------------|--|----|------|
| 單元名稱 | 羽球—發高遠球 | | | 教師 | 盧英娟 | 人數 | 40 人 |
| 教材來源 | 謳馨、自編 | | | 班級 | 高二 | 時間 | 50 分 |
| 教材研究 | 1.發球包含短發球、高遠球、平抽球等基本技術。 2.能正確控制球的方向、位置。 3.從樂趣化教學中學會課程內容的技巧。 | | | | | | |
| 學生條件分析 | 適用學生具備羽球基本握拍能力。 | | | | | | |
| 教學方法 | 講述、示範、欣賞、分組練習 | | | | | | |
| 教學資源 | 1、場地：羽球場 2、器材：羽球拍、羽球數顆、哨子 | | | | | | |
| 教學目標 | 單元目標 | | | | 具體目標 | | |
| | <p>一、認知方面：</p> <p>1-1 瞭解羽球發球的種類。</p> <p>1-2 瞭解發高遠球的規則。</p> <p>1-3 瞭解發高遠球的動作要領和練習方法。</p> <p>二、技能方面：</p> <p>2-1 學會發高遠球的動作和練習方法。</p> <p>三、情意方面：</p> <p>3-1 養成守紀律及愛惜公物的習慣。</p> <p>3-2 培養互助合作、積極學習的精神。</p> <p>四、欣賞方面：</p> <p>4-1 培養欣賞他人的態度。</p> <p>五、體適能：</p> <p>5-1 增進學生敏捷、協調及準備性等能力。</p> <p>六、健康「安全」：</p> <p>6-1 提升健康及安全的觀念。</p> | | | | <p>1-1-1 能說出羽球發球的種類。</p> <p>1-2-1 能說出發高遠球的規則。</p> <p>1-3-1 能說出發高遠球的動作要領。</p> <p>2-1-1 能夠正確的發高遠球。</p> <p>3-1-1 能愛護器材並於清點後歸還。</p> <p>3-2-1 能於練習時遵守秩序、彼此指導。</p> <p>4-1-1 能觀察他人表現，並指出動作的優缺點。</p> <p>5-1-1 能增進學生敏捷、協調及準備性等能力的提高。</p> <p>6-1-1 懂得在健康及安全的顧慮下實施羽球運動。</p> | | |
| 時間分配 | 節次 | 月 | 日 | 教 學 重 點 | | | |
| | | | | 發高遠球基本動作教學與練習。 | | | |
| | | | | | | | |

| 教學目標 | 教學流程 | 教學要點 | 時間 | 評量 | 備註 |
|------------|---|------------------------------|---------------------|----|----|
| 1-1 1-2 | <p>一、準備活動</p> <p>(一) 集合</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 集合整隊於教學場地並清點人數。 2. 瞭解學生身心狀況。 3. 介紹介紹發球種類及其規則 4. 單元內容說明。 <p>(二) 暖身</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 頭部左右繞環。 2. 腰部繞環。 3. 膝、踝關節繞環。 4. 肩部伸展。 5. 手腕伸展。 6. 側跨壓腿。 | <p>學生集合能迅速確實，且能瞭解並說明動作要領</p> | <p>3'</p> <p>5'</p> | | |
| 1-3 | <p>二、主要活動</p> <p>(一) 講解動作、示範</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 預備動作時，右腳在後的姿勢，把左肩膀向發球方向。 2. 拿球的左手，輕輕彎著手臂，伸出前方，稍向右肩膀的位置(當放開手掌時，讓球容易落下)。 3. 當球從手裡放開的瞬間，右手腕向後彎曲，把球拍拉後方。 4. 體重逐漸移動前腳。右手臂伸直，把球拍由下方向上方，畫一個圓圈似的，充分利用手腕閃動力揮拍。 5. 打球以後放鬆，右手自然揮到左肩膀，眼睛注視球飛出的方向。 | <p>學生能專心聽教師講解並能正確做出扣球的動作</p> | <p>12'</p> | | |
| 2-1 3-2 | <p>(二) 練習</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 分成 6 組，每組 5 人，各組由組長帶開練習。 2. 教師巡視各組的練習情形並進行動作指導及糾正。 | <p>學生能互助合作認真學習做出正確的動作</p> | <p>22'</p> | | |
| 4-1 | <p>三、結束活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 集合點名，做緩和運動。 2. 請動作姿勢正確且優美的同學示範表演。 3. 請觀賞的學生評述其看法。 4. 老師講評並糾正錯誤動作，讓學生得知錯誤觀念和正確技能。 5. 對學生的表現給予肯定。 6. 請學生確實整理場地、恢復乾淨。 | <p>能欣賞他人動作並能說出優缺點</p> | <p>5'</p> | | |
| 3-1 | <ol style="list-style-type: none"> 7. 清點器材並歸還。 8. 預告下節進度。 | | <p>3'</p> | | |