

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。 7.清點器材並歸還。 8.預告下節進度。 	<p>能欣賞他人動作並能說出優缺點</p>	<p>5'</p> <p>3'</p>		
3-1					