

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	羽球扣球	教師	體育教師	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.能發球包含短發球等基本技術。 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 瞭解羽球扣球的應用時機。</p> <p>1-2 瞭解羽球扣球技術。</p> <p>1-3 瞭解扣球的動作要領和練習方法。</p> <p>二、技能方面：</p> <p>2-1 學會扣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 能說出扣球的應用。</p> <p>1-3-1 能說近網擊球的動作要領。</p> <p>2-1-1 能夠正確的做出扣球。</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	
				扣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	<p>一、準備活動</p> <p>(一) 集合</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.集合整隊於教學場地並清點人數。</li> <li>2.瞭解學生身心狀況。</li> <li>3.介紹扣球及其應用。</li> <li>4.單元內容說明。</li> </ol> <p>(二) 暖身</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.頭部左右繞環。</li> <li>2.腰部繞環。</li> <li>3.膝、踝關節繞環。</li> <li>4.肩部伸展。</li> <li>5.手腕伸展。</li> <li>6.側跨壓腿。</li> </ol>	學生集合能迅速確實，且能瞭解並說明動作要領	3' 5' 12'		
1-2	<p>二、主要活動</p> <p>(一) 講解動作、示範</p>				
1-3	<p>1.正手扣球</p> <p>(1) 當羽球落於球員頭頂前上方或右前上方，其高度約 2~2.5 公尺，以正握拍方式，伸腰後仰並同時直前揮，由上往下，下屈扣腕，身體重心隨之前移，使羽球呈快速斜邊下落</p> <p>(2) 本擊球法並非全力重擊，乃以手腕瞬間下壓，以壓制方空檔之一擊</p>	學生能專心聽教師講解並能正確做出扣球的動作			
2-1	<p>2.反手扣球</p> <p>(1) 當羽球落於球員頭頂前上方或左前上方，其高度約 2~2.5 公尺，以反手握拍方式，伸腰後仰並同時直前揮，由上往下，下屈扣腕，身體重心隨之前移，使羽球呈快速斜邊下落</p> <p>(2) 必須注意拇指反下壓扣腕動作，並注意擊球之瞬間把握。</p>		22'		
3-2	<p>(二) 練習</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.分成 6 組，每組 5 人，各組由組長帶開練習。</li> <li>2.教師巡視各組的練習情形並進行動作指導及糾正。</li> </ol>	學生能互助合作認真學習做出正確的動作	5'		
4-1	<p>三、結束活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.集合點名，做緩和運動。</li> <li>2.請動作姿勢正確且優美的同學示範表演。</li> <li>3.請觀賞的學生評述其看法。</li> <li>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。</li> <li>5.對學生的表現給予肯定。</li> <li>6.請學生確實整理場地、恢復乾淨。</li> </ol>	能欣賞他人動作並能說出優缺點	3'		
3-1	<ol style="list-style-type: none"> <li>7.清點器材並歸還。</li> <li>8.預告下節進度。</li> </ol>				