

國立水里商工 學年度 第 學期
(體育)科教學單元活動設計表

| | | | | | |
|------|---|------|-----|---|------|
| 教學單元 | 羽球一步法 | 任課教師 | 盧英娟 | 人 數 | 40 人 |
| 教材來源 | 謳馨、自編 | 教學對象 | 高二 | 教學時間 | 50 分 |
| 教學研究 | <p>教學分析：1.步法移動的動作要領在於起動腳及停止腳皆是同一腳 2.步型的運用可根據球點、速度來轉換</p> <p>學生經驗：已學會握拍、發球及擊球技巧等基本能力</p> <p>教學方法：講述、示範、全部練習、觀摩、分段漸進教學法等配合，實施全體教學或分組教學</p> <p>聯絡與發展：告之學生可於課後練習及配合球路進行技巧運行</p> | | | | |
| 教學資源 | 羽球場地 1 個、羽球 40 個、哨子 1 個、碼錶 1 個 | | | | |
| 教學目標 | 單 元 目 標 | | | 具 體 目 標 | |
| | <p>1、認知方面 了解步型種類及米字步法的動作要領和練習方法</p> <p>2、技能方面 學會步型及米字步法的動作及練習方法</p> <p>3、情意方面 對學習步法發生興趣並認真練習</p> <p>4、欣賞方面 培養欣賞他人動作和表現自我的態度</p> <p>5、體適能方面 加強基本運動能力</p> <p>6、健康（安全）方面 防止運動傷害的安全措施</p> | | | <p>1-1 能了解並說出步型的種類</p> <p>1-2 能了解並說出『米』字步法的動作要領與練習方法</p> <p>1-3 能了解並說出上述動作容易發生的錯誤與修正方法</p> <p>2-1 能學會並做出各種步動作</p> <p>2-2 能學會並做出米字步法的動作</p> <p>2-3 能學會避免並做出上述動作容易發生的錯誤與修正方法</p> <p>3-1 能對學習『米』字步法產生興趣，並認真練習</p> <p>3-2 培養遵守紀律、互助合作的精神</p> <p>4-1 能對同學或教師提出的錯誤動作欣然接受並改正</p> <p>5-1 了解並增進身體柔軟度、協調性及身體的控制能力</p> <p>6-1 了解運動前應有充份的熱身及環境的注意</p> | |
| 時間分配 | 節次 | 月 | 日 | 教 學 重 點 | |
| | | | | 羽球步法教學與練習。 | |
| | | | | | |
| | | | | | |

| 教學目標 | 教學活動 | 教學時間 | 教學資源 | 教學評量 |
|--|---|---------------------------------|-----------------------------|---|
| <p>6-1</p> <p>1-1</p> <p>2-1</p> <p>3-1</p> <p>1-2</p> <p>2-2</p> <p>2-3</p> <p>3-2</p> <p>5-1</p> <p>1-3</p> <p>4-1</p> | <p>壹、準備活動</p> <p>1.指導學生佈置場地、設備及器材。</p> <p>2.集合整隊點名，檢查學生的服裝及裝備是否合宜，概述本節課教學內容及學習目標。</p> <p>3.了解學生的身心狀況，若有不適者，可於一旁見習。</p> <p>4.暖身活動</p> <p> (1) 在教學場內做輕鬆慢跑。</p> <p> (2) 膝關節繞環、弓箭步</p> <p>5.引起動機</p> <p> 提示本節課教學重點，並說明羽球運動步法的基本動作有哪些類</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、動作示範及說明</p> <p>1.講解及示範步型的種類（墊步、轉步、交叉步（後交叉）、跨步、跑步、躍步、走步、跳步）</p> <p>2.講解米字步法的動作要領</p> <p> (1) 上網移動步法</p> <p> (2) 後退移動步法</p> <p> (3) 兩側移動步法</p> <p> (4) 綜和步法</p> <p>二、分組練習</p> <p>1.先以分散隊型練習步型</p> <p>2.練習分段米字步法</p> <p>3.綜合練習（二人一組，各半場，持球練習）</p> <p>參、綜合活動</p> <p>欣賞與講評</p> <p>1.說出同學的共同缺點，並強調改正的方法，以加深學生學習印象。</p> <p>2.選出動作優良學生，在全班同學前示範，讓學生互相觀摩欣賞，並給了講評與鼓勵。</p> <p>3.以問答方式複習上課內容。</p> <p>(二) 整理活動</p> <p>1.集合整隊清點人數。</p> | <p>10'</p> <p>34'</p> <p>6'</p> | <p>球 10 個</p> <p>球 40 個</p> | <p>是否注意聽講</p> <p>能跟上教師動作及動作正確</p> <p>能說出自身及同學的優缺點</p> |