

# 體育科教案格式

|               |      |  |        |  |
|---------------|------|--|--------|--|
| 領域/科目         |      | 健康與體育領域(體育科)   | 教學者    | 林芄平  |
| 實施年級          |      | 第五學習階段(高中三年級)  | 總節數    | 共_4_節<br>第三節課  |
| 單元名稱          |      | 我要比高鐵快_羽球正手殺球  |        |  |
| 教材來源/參考       |      | 自編   |        |  |
| 教學資源/設備       |      | 羽球拍 36 支、羽球一籃、角椎 6 個、紅黃綠標示版 12 個   |        |  |
| 學習重點          | 學習表現 | 1d-V-1 分析各項運動技能原理。<br>3c-V-1 表現全身性的身體控制能力。<br>3d-V-1 熟練運動技術的學習與比賽策略。<br>4c-V-2 檢討與反省個人的體適能與運動技能水準。                       | 領綱核心素養 | 健體-U-A2 具備系統思考、分析與探索體育與健康的素養，深化後設思考，並積極面對挑戰，以解決人生中各種體育與健康的問題。<br>健體-U-C2 具備於體育活動和健康生活中，發展適切人際互動關係的素養，並展現相互包容與尊重、溝通協調及團隊合作的精神與行動。 |
|               | 學習內容 | Ha-V-1 網/牆性球類運動技術綜合應用及團隊綜合戰術。  |        |  |
| 議題融入          | 實質內涵 | 課程中透過活動鼓勵學生自我覺察，培養 SEL 社會情緒學習能力  |        |  |
| 設計理念與核心素養呼應說明 |      | 以情境化活動設計引導學生學習殺球要領，在過程中以 Mosston 教學光譜之包含式提供不同難度目標使同學自我覺察並鼓勵同學自我挑戰，綜合活動以同質性分組進行修正式比賽，並搭配殺球檢核表，使不同程度學生皆能在具有同儕互評的比賽中學習應用殺球。 |        |  |

| 學習目標  |  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>● 了解切殺之差異(1d-V-1)</li> <li>● 學會羽球正手殺球動作要領、使用時機(3c-V-1)</li> <li>● 了解殺球相關知識及正確的殺球型態(1d-V-1)</li> <li>● 學生能藉由本節課認識自己的殺球能力 (4c-V-2)</li> <li>● 能在比賽中活用殺球(3d-V-1)</li> </ul> |  |

| 課程大綱 | 節次 | 每節重點               |
|------|----|--------------------|
|      | 1  | 基本正手切球練習           |
|      | 2  | 正手切球戰術運用、介紹切球與殺球差異 |
|      | 3  | 基本正手殺球練習及運用        |
|      | 4  | 正手殺球戰術運用、殺球切球綜合練習  |

| 教學活動內容及實施方式  | 學習重點暨核心素養<br>呼應說明(教學/評<br>量)  |
|--|---|
| <p style="text-align: center;"><b>第__三__節</b></p> <p style="text-align: center;"><b>本節重點：__基本正手殺球練習及運用__</b></p> <p>一、 準備活動</p> <p>(一)點名(全班 36 人)、確認器材、確認身體狀況</p> <p>(二)做操</p> <p>(三)複習前兩堂課程</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.切球、殺球的差異及使用時機。</li> <li>2.兩種球路的英文(drop shot、smash)</li> </ol> <p>(四)介紹課程(引起動機)</p> <p>詢問是否知道殺球速度紀錄，以高鐵時速作為比較</p> <p>(五)前導活動:(丟羽球、錯誤動作示範)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.站在前發球線，運用小手臂及手腕將球由上往下丟至對方前發球線。(重點:1.側身 2.小手臂及手腕用力 3.前方最高點放球 4.落點前發球線)</li> <li>2.兩人一組，一個場地六人，一丟一撿球，3 顆球交換。</li> </ol> <div data-bbox="242 920 794 1895" data-label="Diagram"> <p>The diagram illustrates a badminton court layout for a drill. It shows a standard court with a central net line. On each side of the court, there are three positions labeled '撿球者' (Ball retriever) and three positions labeled '丟球者' (Ball tosser). The positions are arranged in a way that allows for a continuous exchange of balls between the two sides.</p> </div> <p>二、 主要活動(殺球紅綠燈)</p> <p>(一)講解並示範殺球基本動作</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.口訣:蹬轉揮:腳蹬腰轉手揮。</li> <li>2.跟切球動作一樣但力量加大。</li> <li>3.前方最高點擊球，角度由上到下。</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1.可藉由基本羽球英文單字，促進學生與國際接軌。</li> <li>2.能說出切、殺球之差異及使用時機。<br/>(1d-V-1)</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.透過丟羽球熟悉殺球要領及用力方式，並藉由丟球落點，覺察自身能力，進行自我調整。<br/>(3c-V-1、4c-V-2)</li> </ol> |

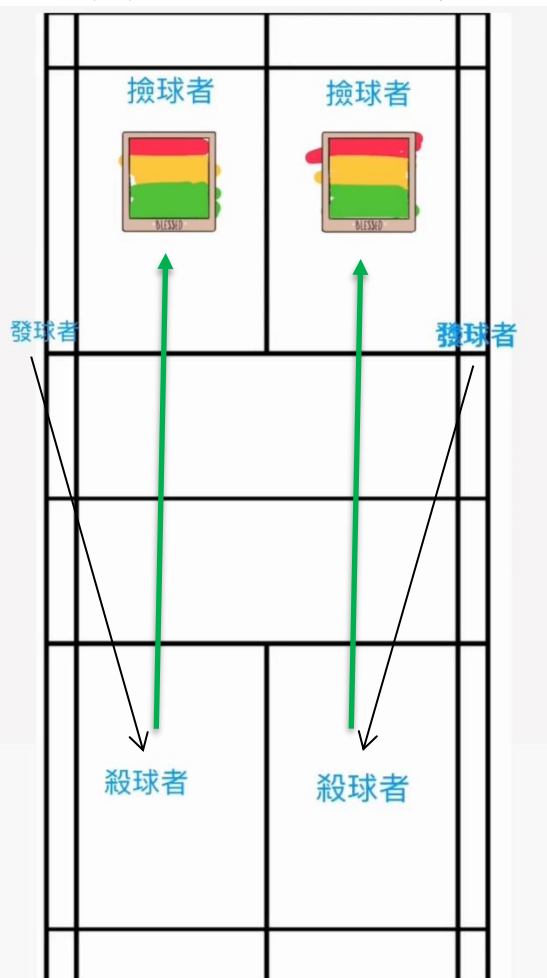
## (二)操作方式

1. 一位同學發半場高球。
2. 一位殺球，瞄準對面紅綠黃標示物，以綠色為最終目標。
3. 一位撿球。

(三)分組:三人一組、一個場地 6 人。

1. 學生可藉由擊中目標物的情況，了解自身殺球之能力，並隨時進行調整與嘗試。

(3c-V-1 、3d-V-1 、4c-V-2)



## 三、 綜合活動

(一) 依照剛剛落點在紅黃綠來分成三種不同程度組別，進行修正式比賽，以紅黃綠角錐標示場地。

1. 進行 7 分雙打比賽，殺球得分者(需兩位裁判同時認定是殺球，以檢核表檢視)，得兩分。
2. 構成殺球條件：
  - (1) 有速度
  - (2) 角度由上往下
  - (3) 落點在中場附近

| 殺球檢核表  |    |     |
|--------|----|-----|
|        | 符合 | 未符合 |
| 有速度    |    |     |
| 角度由上往下 |    |     |
| 落點在中場  |    |     |

1. 一個場地 6 人，4 人比賽，2 人當裁判。

## 四、 總結活動

- (一)集合回饋表揚同學表現，可請精熟的同學示範，並回饋動作問題。
- (二)清點器材、預告下次課程為綜合練習，再次確認學生身體狀況。

1. 學生依照自身不同能力，嘗試不同難度的組別，並努力挑戰自我。  
(3d-V-1、4c-V-2)