

嘉義縣竹崎鄉竹崎國民小學 110 學年度校訂課程教學內容規劃表(109.11.2)

年級	3~6 年級	年級課程 主題名稱	羽球	課程 設計者	林宏哲	教學總節數 40/上學期、40/下學期
符合 彈性課 程類型	<input type="checkbox"/> 第一類 統整性探究課程 <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題 <input checked="" type="checkbox"/> 第二類 <input checked="" type="checkbox"/> 社團課程 <input type="checkbox"/> 技藝課程 <input type="checkbox"/> 第四類 其他					
學校 願景	<p style="text-align: center;">築夢 $\frac{4}{6}$ 兒童</p> <p>靜：定靜內省 思辨精進 勁：健康有勁 積極敏捷 競：科技競合 創新美感 敬：敬天愛人 服務利他</p>	與學校願景呼 應之說明	<p>靜：內心能定能靜方能集中注意力。思考擊球策略。 勁：敏捷有勁。積極進取。身心皆健康。</p>			
總綱 核心素 養	<p>E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣， 以促進身心健全發展，並認識個人特 質，發展運動與保健的潛能。</p> <p>E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能， 能以同理心應用在生活中的運動、保健 與人際溝通上。</p> <p>E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康 生活中樂於與人互動、公平競爭，並與 團隊成員合作，促進身心健康。</p>	課程 目標	<p>一、透過羽球運動的學習培養學生具備良好身體活動與健康生活的習 慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的 潛能。</p> <p>二、透過參與羽球社團的學習，培養學生運用體育與健康之相關符號 知能，能以同理心 應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。</p> <p>三、透過與球技能練習與參加比賽，培養學生具備同理他人感受，在 體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員 合作，促進身心健康。</p>			

【上學期】

教學進度	單元名稱	連結領域(議題)/學習表現	自訂學習內容	學習目標	表現任務(評量內容)	教學活動(學習活動)	教學資源	節數
第(1)週 - 第(4)週	羽球拋接	健體 E-A1 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 健體 E-A1 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 健體-E-B2 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 綜-E-B1 1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。	1. 羽球基本知能。 2. 羽球拋接練習。 3. 羽球拍握法練習。	1. 認識羽球運動技能要素和基本運動規範。 2. 了解羽球拋接的要素和要領。 3. 了解握拍技術的要素和要領。	1.能知道羽球拍接及正手握拍的動作要領，並完成羽球正手握拍動作。 2.能藉由正確的羽球正手握拍完成活動。 3.能和他人合作進行活動，並發表完成動作的感受。	(一)自拋自接 1.教師示範動作後，在平坦的地面上，讓學童練習動作。 2.讓學童練習掌控羽球的拋接感，盡量能完成拋接並不落地，以可以拋到適當的高度及地點，並流暢的接住者為佳。(二)你拋我接 1.教師示範動作後，在平坦的地面上，讓學童兩人一組練習動作。 2.讓學童練習掌控羽球的拋接感，盡量能完成拋接並不落地，以可以拋到適當的高度及地點給對方，並讓對方流暢的接住為佳 (二)你拋我接 1.教師示範動作後，在平坦的地面上，讓學童兩人一組練習動作。 2.讓學童練習掌控羽球的拋接感，盡量能完成拋接並不落地，以可以拋到適當的高度及地點給對方，並讓對方流暢的接住為佳。	羽球 羽球拍 羽球場 運動服 口哨 羽球運動 教學影片	8
第(5)週 - 第(8)週	握拍練習	健體 E-A1 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 健體 E-A1 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 健體-E-B2 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 綜-E-B1 1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。	1. 羽球基本知能。 2. 羽球拋接練習。 3. 羽球拍握法練習。	1. 認識羽球運動技能要素和基本運動規範。 2. 了解羽球拋接的要素和要領。 3. 了解握拍技術的要素和要領。	1.能知道羽球拍接及正手握拍的動作要領，並完成羽球正手握拍動作。 2.能藉由正確的羽球正手握拍完成活動。 3.能和他人合作進行活動，並發表完成動作的感受。	(三)握拍練習 1.教師先行示範講解羽球正手握拍的動作，並讓學童練習及檢視其動作。 2.動作要領(以右手握拍為例) (1)右手掌伸掌貼於拍面順著球拍面後移，直至右手掌根觸及拍柄末端。 (2)中指、無名指、小指併攏握住球拍柄端穩住球拍。 (3)食指、拇指輕勾圍住球拍，控制拍面，右手握拍的虎口(大拇指與食指間的部位)，正對著拍柄上靠左的稜角部位。 (4)握好基本握拍法後，再稍微調整手指間的距離，並修正握柄位置的高低，直到手指能舒適自然的操縱球拍，腕關節能充分靈活的運用，感覺球拍如手臂的延長。 3.教師指導學童互相檢視動作，與教師示範的動作是否相符合。	羽球 羽球拍 羽球場 運動服 口哨 羽球運動 教學影片	8

						<p>(四)支援前線 1.教師先行示範動作，在平坦的地面上，將學童分成若干組別進行活動。 2.學童站在呼拉圈內，用正確握拍方式手持羽毛球拍，將前方一位學童傳來的羽毛球傳接給下一位。 3.中途若羽毛球掉落，不可以撿起，等待上一位學童再傳接過來時，才可繼續傳接下去，一段時間後，統計最後順利完成傳接的羽毛球有多少顆，多者為勝。 4.完成後，獎勵表現優異的組別，並請學童發表感言</p>		
第(9)週 - 第(12)週	拍拍精準	<p>健體 E-A1 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 健體 E-A1 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 健體-E-B2 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。綜-E-B1 1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。</p>	<p>1. 羽毛球握拍法練習。 2. 羽毛球控球、擊球練習。</p>	<p>1. 了解握拍技術的要素和要領。 2. 體會控球技術的要素和要領。 3. 體會擊球技術的要素和要領。</p>	<p>1.能於活動中展現正確的 正手握拍動作。 2.能順暢的將球向上連續 拍擊。 3.能順暢的完成正手發高 球動作。</p>	<p>(一)對空挑高球 1.教師示範動作後，並說明活動的規則後，請若干學童進行示範。 2.將球拍連續彈擊與球向上，高度及方向要適當的 掌控，能連續越多次而不 落地者越佳。 3.教師提醒學童注意羽毛球落 下與拍擊的時機，並透過 活動，提醒學童感受用拍網的哪個位置拍擊羽毛球會 較好掌控。</p>	<p>羽毛球 羽毛球拍 羽毛球場 運動服 口哨 羽毛球運動 教學影片</p>	8
第(13)週 - 第(16)週	正手拍球	<p>健體 E-A1 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 健體 E-A1 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 健體-E-B2 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。綜-E-B1</p>	<p>1. 發球練習。 2. 發長球練習。 3. 高遠球練習</p>	<p>1. 了解發球技術的要素和要領。 2. 體會發長球技術的要素和要領。 3. 體會擊高遠球技術的要素和要領。</p>	<p>1.能正確完成練習動作，並於活動中展現正手拍球 的能力。 2.能努力的嘗試，並和同儕積極的配合練習。 3.能正確完成練習動作，並於活動中展現正手高遠 球拍擊的能力</p>	<p>(一)正手發球動作：教師示 範動作後，讓學童練習動 作。 1.預備姿勢：雙足前後開立，左手持球，右手向右後拉 拍，手肘微屈，眼睛注視左 手放球的落點，右手持拍於身體右側。 2.擊球動作：球離手放下，重心由後腳移至前腳，當球 落至腰下，右手順勢由後 往前，腕關節應向內彎屈 使手背與手臂成一平面，配合腰部扭轉及手腕的力量，握緊球拍，將球由下往 上擊出。 3.順勢動作：球拍擊後，手臂 隨之順勢往欲發球的位置 揮出，雙眼注視球的路線。 4.練習發球時，好好利用手 腕與手臂的力量，掌控</p>	<p>羽毛球 羽毛球拍 羽毛球場 運動服 口哨 羽毛球運動 教學影片</p>	8

		1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。				發球的高度與落地點，以能流暢的擊出為佳。 (二)拍球練習 1.發球注意事項 (1)須等對手準備好才可開始發球。(2)發球擊球瞬間，拍柄須朝下，低於腰部完成擊球(腰部是指發球員最低一根肋骨下緣的想像水平線)。(3)拍球動作要連貫，不可兩段式發球。 2.教師示範動作後，在羽球場上練習對角線發球。(三)教師從旁觀察，讓學童練習、掌控力道，使之發到對角線區塊的範圍內。(四)學童動作告一段落後，獎勵動作表現優異的同學，並請同學發表感言。		
第(16)週 - 第(20)週	擊中目標	健體 E-A1 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 健體 E-A1 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 健體-E-B2 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。綜-E-B1 1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。	1. 發球練習。 2. 發長球練習。 3. 高遠球練習	1. 了解發球技能的要素和要領。 2. 體會發長球技能的要素和要領。 3. 體會擊高遠球技能的要素和要領。	1.能流暢的用羽球正手發高球動作，發球至指定的高度區域。 2.能遵守活動規則，並和他 人一同合作進行活動	【活動 3：擊中目標】 (一)發高遠球擊牆 1.教師示範動作後，並說明羽球須擊中的區域位置。 2.教師將班上學童分成兩組進行活動，每人有 5 次發球機會，必須將球發到指定高度區域內，完成後換下一位同學進行活動。 3.活動進行期間，教師觀察學童動作是否正確流暢，若需加強動作的學童，可將其分到另一組，加強練習基本動作。(二)告一段落後，獎勵動作表現優異的學童，並請學童發表感言。	羽球 羽球拍 羽球場 運動服 口哨 羽球運動 教學影片	8

【下學期】

教學進度	單元名稱	連結領域(議題)/學習表現	自訂學習內容	學習目標	表現任務(評量內容)	教學活動(學習活動)	教學資源	節數
第(1)週 -	羽球拋接	健體 E-A1 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善	1. 拋球練習。 2. 接球練習	1. 熟悉羽球拋球技能的要素和要領。	1.能知道羽球拍接及正手握拍的動作要領，並完成羽球正手握拍動作。	(一)自拋自接 1.教師示範動作後，在平坦的地面上，讓學童練習動作。 2.讓學童練習掌控羽球的拋接感，盡量能完成拋接並不落地，以可以拋到適當的高度及地點，並流	羽球 羽球拍 羽球場 運動服 口哨 羽球運動 教學影片	8

第(4)週		<p>的互動行為。 健體 E-A1 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 健體-E-B2 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。綜-E-B1 1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。</p>	習。	2. 熟悉羽球接球技能的要素和要領。	<p>2.能藉由正確的羽球正手 握拍完成活動。 3.能和他人合作進行活動， 並發表完成動作的感受。</p>	<p>暢的 接住者為佳。(二)你拋我接 1.教師示範動作後，在平坦 的地面上，讓學童兩人一組練習動作。 2.讓學童練習掌控羽球的拋接感，盡量能完成拋接並 不落地，以可以拋到適當 的高度及地點給對方，並 讓對方流暢的接住為佳 (二)你拋我接 1.教師示範動作後，在平坦 的地面上，讓學童兩人一 組練習動作。 2.讓學童練習掌控羽球的拋 接感，盡量能完成拋接並 不落地，以可以拋到適當 的高度及地點給對方，並 讓對方流暢的接住為佳。</p>		
第(5)週 - 第(8)週	握拍練習	<p>健體 E-A1 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 健體 E-A1 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 健體-E-B2 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。綜-E-B1 1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。</p>	<p>1. 正手拍進階練習。 2. 羽球傳接球練習。</p>	<p>1. 熟練正手拍擊球技能的要素和要領。 2. 學會傳球技能的要素和要領。</p>	<p>1.能知道羽球拍接及正手 握拍的動作要領，並完成 羽球正手握拍動作。 2.能藉由正確的羽球正手 握拍完成活動。 3.能和他人合作進行活動， 並發表完成動作的感受。</p>	<p>(三)握拍練習 1.教師先行示範講解羽球正手握拍的動作，並讓學童練習及檢視其動作。 2.動作要領（以右手握拍為例） (1)右手掌伸掌貼於拍面順著球拍面後移，直至右手掌根觸及拍柄末端。 (2)中指、無名指、小指併攏握住球拍柄端穩住球拍。 (3)食指、拇指輕勾圍住球拍，控制拍面，右手握拍的虎口（大拇指與食指間的部位），正對著拍柄上靠左的稜角部位。 (4)握好基本握拍法後，再稍微調整手指間的距離，並修正握柄位置的高低，直到手指能舒適自然的操縱球拍，腕關節能充分靈活的運用，感覺球拍如手臂的延長。 3.教師指導學童互相檢視動作，與教師示範的動作是否相符合。 (四)支援前線 1.教師先行示範動作，在平坦的地面上，將學童分成 若干組別進行活動。 2.學童站在呼拉圈內，用正 確握拍方式手持羽球拍， 將前方一位學童傳來的羽 球傳接給下一位。 3.中途若羽球掉落，不可以 撿起，等待上一位學童再 傳接過來時，才可繼續傳 接下去，一段時間後，統計 最後順利完成傳接的羽球 有多少顆，多者為勝。 4.</p>	羽球 羽球拍 羽球場 運動服 口哨 羽球運動 教學影片	8

						完成後，獎勵表現優異的組別，並請學童發表感言		
第(9)週 - 第(12)週	拍拍精準	<p>健體 E-A1 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>健體 E-A1 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。</p> <p>健體-E-B2 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。綜-E-B1 1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。</p>	<p>1. 正拍擊球練習。</p> <p>2. 持拍控球練習</p> <p>3. 傳接球練習。</p>	<p>1. 熟練正手拍擊球技能的要素和要領。</p> <p>2. 熟練持拍控球技能的要素和要領。</p> <p>3. 熟練傳球技能的要素和要領。</p>	<p>1. 能於活動中展現正確的 正手握拍動作。</p> <p>2. 能順暢的將球向上連續 拍擊。</p> <p>3. 能順暢的完成正手發高 球動作。</p>	<p>(一)對空挑高球 1.教師示範動作後，並說明活動的規則後，請若干學 童進行示範。 2. 將球拍連續彈擊與球向 上，高度及方向要適當的 掌控，能連續越多次而不 落地者越佳。 3.教師提醒學童注意羽球落 下與拍擊的時機，並透過 活動，提醒學童感受用拍網的哪個位置拍擊羽球會 較好掌控。</p>	羽球 羽球拍 羽球場 運動服 口哨 羽球運動 教學影片	8
第(13)週 - 第(16)週	正手拍球	<p>健體 E-A1 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>健體 E-A1 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。</p> <p>健體-E-B2 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。綜-E-B1 1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。</p>	<p>1. 正拍擊球練習。</p> <p>2. 持拍控球練習、</p> <p>3. 傳接球練習。</p>	<p>1. 熟練正手拍擊球技能的要素和要領。</p> <p>2. 熟練持拍控球技能的要素和要領。</p> <p>3. 熟練傳球技能的要素和要領。</p>	<p>1. 能正確完成練習動作，並於活動中展現正手拍球 的能力。</p> <p>2. 能努力的嘗試，並和同儕 積極的配合練習。</p> <p>3. 能正確完成練習動作，並於活動中展現正手高遠 球拍擊的能力</p>	<p>(一)正手發球動作：教師示 範動作後，讓學童練習動 作。 1.預備姿勢：雙足前後開立， 左手持球，右手向右後拉 拍，手肘微屈，眼睛注視左 手放球的落點，右手持拍於身體右側。 2.擊球動作：球離手放下，重心由後腳移至前腳，當球 落至腰下，，右手順勢由後 往前，腕關節應向內彎屈 使手背與手臂成一平面， 配合腰部扭轉及手腕的力量，握緊球拍，將球由下往 上擊出。 3.順勢動作：球拍擊後，手臂 隨之順勢往欲發球的位置 揮出，雙眼注視球的路線。 4.練習發球時，好好利用手 腕與手臂的力量，掌控發 球的高度與落地點，以能 流暢的擊出為佳。</p> <p>(二)拍球練習 1.發球注意事項 (1)須等對手準備好才可開始 發球。(2)發球擊球瞬間，拍柄須朝 下，低於腰部完成擊球(腰 部是指發球員最低一根肋 骨下緣的想像水平</p>	羽球 羽球拍 羽球場 運動服 口哨 羽球運動 教學影片	8

						線)。 (3)拍球動作要連貫，不可兩 段式發球。 2.教師示範動作後，在羽球 場上練習對角線發球。 (三)教師從旁觀察，讓學童練習、掌控力道，使之發到 對角線區塊的範圍內。 (四)學童動作告一段落後， 獎勵動作表現優異的同學，並請同學發表感言。		
第 (16) 週 - 第 (20) 週	擊 中 目 標	健體 E-A1 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 健體 E-A1 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 健體-E-B2 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。綜-E-B1 1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。	1. 正拍擊球練習。 2. 持拍控球練習、 3. 傳接球練習。 4. 高遠球練習。	1. 熟練正手拍擊球技能的要素和要領。 2. 熟練持拍控球技能的要素和要領。 3. 熟練傳球技能的要素和要領。 4. 熟練打高遠球技能的要領。	1.能流暢的用羽球正手發 高球動作，發球至指定的 高度區域。 2.能遵守活動規則，並和他 人一同合作進行活動	【活動 3：擊中目標】 (一)發高遠球擊牆 1. 教師示範動作後，並說明 羽球須擊中的區域位置。 2.教師將班上學童分成兩組 進行活動，每人有 5 次發 球機會，必須將球發到指定高度區域內，完成後換 下一位同學進行活動。 3.活動進行期間，教師觀察 學童動作是否正確流暢， 若需加強動作的學童，可 將其分到另一組，加強練 習基本動作。 (二)告一段落後，獎勵動作表 現優異的學童，並請學童 發表感言。	羽球 羽球拍 羽球場 運動服 口哨 羽球運動 教學影片	8
教材來源	<input type="checkbox"/> 選用教材 () <input checked="" type="checkbox"/> 自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)							
本主題是否融入資訊科技教學內容	<input checked="" type="checkbox"/> 無 融入資訊科技教學內容 <input type="checkbox"/> 有 融入資訊科技教學內容 共()節 (以連結資訊科技議題為主)							
特教需求學生課程調整	※身心障礙類學生：無 ※資賦優異學生：無 ※課程調整建議(特教老師填寫)： 1. <p style="text-align: right;">特教老師簽名：黃雅珉 普教老師簽名：林宏哲</p>							