

三、嘉義縣新港國小 112 學年度校訂課程教學內容規劃表-上學期(表 11-3)

年級	三年級		年級課程 主題名稱	羽球同樂		課程 設計者	曾志偉	總節數 /學期 (上/下)	42/上學期
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 *是否融入 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 均未融入(供統計用，並非一定要融入) <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 <input type="checkbox"/> 本土語文/臺灣手語/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學								
學校 願景	人文、知識、平安、科學			與學校願景 呼應之說明	1. 本課程以訓練羽球運動為主，讓學生熟悉羽球運動和打羽球的技巧。 2. 透過羽球運動，具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。				
總綱 核心 素養	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。			課程 目標	1. 透過羽球遊戲及活動，認識羽球的正確動作技能。 2. 認同團體規範，從中體會並學習快樂的生活態度。 3. 能遵守活動規則，並和同學合作進行練習。 4. 能學會羽球運動的技巧及比賽規則，以精進羽球技能。 5. 能在活動中學習與同學互助及彼此競爭的技巧。 6. 能認真參與學習提升體適能，並養成喜愛運動的習慣。				
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)	學習活動 (教學活動)		教學資源	節 數

<p>第(1)週 - 第(2)週</p>	<p>體適能訓練</p>	<p>健體 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>1. 觀賞羽球比賽影片，了解羽球的活動方式。 2. 體適能活動：利用繩梯訓練，增進學童的反應力及敏捷性。</p>	<p>1. 觀看羽球比賽影片，學習運動技能，發展個人運動潛能。 2. 增進學童的反應力及敏捷性。 3. 完成體適能訓練的動作。</p>	<p>1.認識室內與室外羽球器材的差異。 2.能認真參與活動並實作表現。 3.分組進行繩梯接力比賽。</p>	<p>(一)引起動機 1.教師詢問學童，是否有與家人一同打羽球的經驗並分享，如何時？何地？感想……。 2.觀賞正式羽球比賽影片，簡略了解羽球的活動方式。 3.介紹室內與室外羽球器材的差異，如場地、器材材質……。 (二)體適能活動：利用繩梯訓練，增進學童的反應力及敏捷性。 1.前進小碎步：以前腳掌著地，向前快速碎步跑，每步落在小方格內。 2.橫向小滑步：身體橫向站立，兩腳依序向側邊平行移動。 3.左右踏併步：身體橫向面對繩梯，雙腳先後進方格，接著再先後退出，依序向側邊平行移動。 4.前後交叉步：身體橫向站立，雙腳一前一後交叉向側邊移動。 (三)將學童分成數組進行繩梯接力比賽。 (四)分組討論：還可以做哪些動作來增加敏捷性？</p>	<p>羽球場 繩梯 羽球 羽球拍 哨子 球網 影片</p>	<p>4</p>
<p>第(3)週 - 第(5)週</p>	<p>握拍及持球</p>	<p>健體 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>1. 教師講解並示範握拍的正確動作，再由學童進行握拍練習。 2. 教師講解並示範持球的正確動作，再由學童進行練習，找出適合自己的持球方式。</p>	<p>1. 在羽球練習活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 2. 學習握拍的正確動作，訓練發球的技巧。 3. 完成握球和持球動作練習。</p>	<p>1.能學會正確的握拍及持球方法 2.能認真參與活動並實作表現。 3.學習羽球運動應有的正確態度。 4.學會運用羽球運動的步伐動作結合。 5.培養同儕間相互運動的默契。</p>	<p>(一)準備活動 1.繞羽球場地慢跑。 2.教師指導學童確實做好伸展操，尤其加強肩部、髖部、手腕腳踝的繞環、背脊、體側、腿部的伸展等。 (二)發展活動 1.握拍方式：教師講解並示範握拍的正確動作，再由學童進行握拍練習。 (1)正手握拍：手指及掌心要放鬆的握住拍柄，虎口對正握把的窄面處，輕握以保持靈活，只有用力擊球的瞬間才緊握球拍。 (2)反手握拍：虎口對齊握把右上方的稜線握住握把，用拇指頂在拍柄的寬面，食指下移。 2. 持球方式：教師講解並示範持球的正確動作，再由學童進行練習，找出適合自己的持球方式。 (1)執球羽毛法：拇指與食指輕執羽毛頂端。 (2)執球腰法：虎口張開，五指輕握羽毛部位，球托向下。 3.用球拍輕輕觸球，感受握拍的感覺。</p>	<p>羽球場 羽球 羽球拍 哨子 球網</p>	<p>6</p>

<p style="text-align: center;">第(6)週 - 第(9)週</p>	<p style="text-align: center;">拍拍精準</p>	<p>健體 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 用正手或反手持拍方式握拍，手臂、手腕放輕鬆，利用手腕將球拍由下往上揮擊，練習球感及手腕揮擊的動作。</li> <li>2. 正反手交替向上擊球：用正手、反手交替方式將球向上擊球。</li> <li>3. 自我挑戰：2人一組，輪流操作各種向上擊球動作，並記錄擊球次數。</li> <li>4. 教師觀察學童操作情形，給予表現佳者鼓勵及表揚，並示範讓同學觀摩。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在羽球練習活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。</li> <li>2. 培養學童羽球練習的步伐動作，訓練學童羽球運動的步伐和呼吸一致的動作與控球、擊球及拍擊球、傳接球動作結合。</li> <li>3. 完成正手、反手向上擊球動作練習。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能學會正反手向上擊球的動作</li> <li>2. 能認真參與活動並實作表現。</li> <li>3. 學習羽球運動應有的正確態度。</li> <li>4. 學會運用羽球運動的步伐動作結合。</li> <li>5. 培養同儕間相互運動的默契。</li> </ol>	<p>(一)準備活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師帶領操作關節熱身、頸部伸展、手臂環繞、腰部環繞、膝部環繞等。</li> <li>2. 利用球場慢跑熱身。</li> <li>3. 體適能活動：利用繩梯訓練，增進學童的反應力及敏捷性。</li> </ol> <p>(二)發展活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 正手、反手向上擊球：用正手或反手持拍方式握拍，手臂、手腕放輕鬆，利用手腕將球拍由下往上揮擊，練習球感及手腕揮擊的動作。       <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)取出安全距離，先以揮空拍方式練習，熟悉球感及手腕揮擊的動作。</li> <li>(2)利用球拍拍面，將羽球彈至空中，剛開始以球超過頭部為準，熟練後慢慢將高度提升。</li> </ol> </li> <li>2. 正反手交替向上擊球：用正手、反手交替方式將球向上擊球。</li> <li>3. 自我挑戰：2人一組，輪流操作各種向上擊球動作，並記錄擊球次數。</li> <li>4. 教師觀察學童操作情形，給予表現佳者鼓勵及表揚，並示範讓同學觀摩。</li> </ol> <p>(三)綜合活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 接龍擊球       <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)5人一組圍成圓圈，每組1球，組員依序輪流向上擊球。</li> <li>(2)全部輪完，球掉落次數最少或連續向上擊球次數多者為優勝。</li> </ol> </li> <li>2. 討論時間：檢討及修正       <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)針對比賽優缺點分組討論：           <ol style="list-style-type: none"> <li>①擊球順序如何安排最合適？</li> <li>②組員的站位及擊球高度？</li> </ol> </li> <li>(2)討論後，再進行一次比賽。</li> </ol> </li> </ol>	<p>羽球場 羽球拍 哨子 球網</p>	<p style="text-align: center;">8</p>
--	---	--	---	---	--	---	----------------------------------	--------------------------------------

<p style="text-align: center;">第(10)週 - 第(13)週</p>	<p style="text-align: center;">正手發高遠球</p>	<p>健體 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師講解正手發高遠球的要點。</li> <li>2. 揮空拍練習。</li> <li>3. 正手發高遠球練習：2人一組1球，練習正手發高遠球。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在羽球練習活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。</li> <li>2. 培養學童羽球練習的步伐動作，訓練學童羽球運動的步伐和呼吸一致的動作與控球、擊球及拍擊球、傳接球動作結合。</li> <li>3. 完成正手發高遠球練習。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能學會正手發高遠球的動作</li> <li>2. 能認真參與活動並實作表現。</li> <li>3. 學習羽球運動應有的正確態度。</li> <li>4. 學會運用羽球運動的步伐動作結合。</li> <li>5. 培養同儕間相互運動的默契。</li> </ol>	<p>(一)準備活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師帶領操作柔軟操+慢跑熱身。</li> <li>2. 體適能活動：利用羽球場做左右折返跑及前後折返跑。</li> <li>3. 複習向上擊球，利用球拍拍面將羽球彈起至空中（至少超過頭部高度）。</li> </ol> <p>(二)發展活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師講解正手發高遠球的要點。 <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)預備：左手持球，左腳在前右腳在後（右手持拍為例），重心落於後腳，右手持拍向後牽引，身體左側向前，左肩對準發球方向。</li> <li>(2)放球：左手放球，眼睛注視球的落點。</li> <li>(3)擊球：放球瞬間，重心隨扭腰移至前腳，利用腕關節加速扭動由右往左擺動，手臂在腰部以下用拍面擊球。</li> <li>(4)完成動作（收拍）：揮擊後，手順勢往左後方延伸。</li> </ol> </li> <li>2. 揮空拍練習 <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)聽到教師的哨音，做揮拍分解動作1→2→3→4練習。</li> <li>(2)聽哨音做連續揮拍動作練習。</li> </ol> </li> <li>3. 正手發高遠球練習：2人一組1球，練習正手發高遠球。 <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)全班分成數組，分站羽球場兩側，練習正手發高遠球。</li> <li>(2)每人輪流練習5球，分別將球發至對面A、B、C區。</li> <li>(3)分組競賽：每人5球，將球發至對方區域，A區（1分）、B區（2分）、C區（3分），最後總計各組總分，積分多者為優勝。</li> </ol> </li> </ol>	<p>羽球場 羽球拍 哨子 球網</p>	<p style="text-align: center;">8</p>
--	---	--	--	--	---	--	----------------------------------	--------------------------------------

<p style="text-align: center;">第 (14) 週 - 第 (17) 週</p>	<p style="text-align: center;">你 拋 我 擊</p>	<p>健體 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。</li> <li>2. 教師讓學童練習低手正拍擊球、高手正拍擊球和反手擊球動作，再給予指導。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在羽球練習活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。</li> <li>2. 培養學童羽球練習的步伐動作，訓練學童羽球運動的步伐和呼吸一致的動作與控球、擊球及拍擊球、傳接球動作結合。</li> <li>3. 完成正拍擊球和反手擊球的動作練習。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能學會正拍擊球和反手擊球的動作。</li> <li>2. 能認真參與活動並實作表現。</li> <li>3. 學習羽球運動應有的正確態度。</li> <li>4. 學會運用羽球運動的步伐動作結合。</li> <li>5. 培養同儕間相互運動的默契。</li> </ol>	<p>(一)低手正拍擊球</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①2人一組，一人向前拋球，另一人以低手正拍方式，將球向前回擊。</li> <li>②動作要領：迅速移至來球方向，右腳向前跨步的同時右手臂帶動手腕，將球擊向前方。</li> <li>③兩人針對拋球及回擊的方式及動作做討論及修正。</li> </ol> <p>(二)高手正拍擊球</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①2人一組，一人向前拋球，另一人以高手正拍方式，將球向前回擊。</li> <li>②動作要領：迅速移至來球下方，側身持拍伸直手臂，當球在頭部前上方時，將球擊向前方。</li> <li>③2人針對拋球及回擊的方式及動作做討論及修正。</li> </ol> <p>(三)反手擊球</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①2人一組，一人向前拋球，另一人以反手拍方式，將球向前回擊。</li> <li>②動作要領：迅速移至來球方向，右腳向左前方跨一步，重心在右腳，擊球時球拍由左下方向右肩前上方揮動。</li> <li>③兩人針對拋球及回擊的方式及動作做討論及修正。</li> </ol> <p>(四)綜合活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①檢討及修正：針對拋球及各種回擊球的優缺點共同討論。</li> <li>②討論完後再進行練習。</li> <li>③可由教師或技能較優的學童擔任拋球者。</li> <li>④透過反覆的練習，增加學童拋球能力。</li> </ol>	<p>羽球場 羽球拍 哨子 球網</p>	<p style="text-align: center;">8</p>
--	--	--	--	--	---	---	----------------------------------	--------------------------------------

<p>第(18)週 - 第(21)週</p>	<p>你來我往</p>	<p>健體 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>1. 利用學到的羽球技巧，進行一場比賽。 2. 每組4至5人進行分組比賽，最後總計各組總分，多者為優勝。 3. 教師依據本學期學生學習的情況進行評量測驗。</p>	<p>1. 在羽球練習活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 2. 學習成果評量。 3. 教師學習成果總結。</p>	<p>1.能透過比賽學習增加得分的方法。 2.能認真參與活動並實作表現。 3.學習羽球運動應有的正確態度。 4.學會運用羽球運動的步伐動作結合。 5.培養同儕間相互運動的默契。</p>	<p>(一)由教師講解活動規則：利用學到的羽球技巧，進行一場比賽。 ①分成兩隊，取球場的半場進行比賽，先由一方組員發高遠球至對方區域，另一組將球擊回。 ②擊完球者，迅速移動至後排，下一位組員立即向前準備，依序輪替。 ③若擊球後未落至對方區域或未能擊到球，都算對方得1分。 ④比賽中由得分的一方重新發球。 (二)分組競賽：每組4至5人進行分組比賽，最後總計各組總分，多者為優勝。 (三)綜合活動 1.檢討及修正：針對你來我往的比賽做檢討修正，找出增加得分的方法。 (1)擊球落點的位置及距離。 (2)組員移動的方向及默契。 2.討論完後再進行一次比賽。 (四)歸納總結 1.教師做本節學習的總結論。 2.鼓勵學童多利用課餘時間練習羽球運動，並依自己的學習成長完成活力存摺的自我評量。</p>	<p>羽球場 羽球拍 哨子 球網</p>	<p>8</p>
<p>教材來源</p>	<p><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)</p>							
<p>本主題是否融入資訊科技教學內容</p>	<p><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)</p>							
<p>特教需求學生課程調整</p>	<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有-智能障礙(1)人、學習障礙(5)人、自閉症(2)人 ※資賦優異學生：<input checked="" type="checkbox"/>無 <input type="checkbox"/>有- ※課程調整建議(特教老師填寫)： 1.學習環境調整：安排在老師附近以便隨時給予協助。簡短及固定明確的流程步驟指示。 2.學習歷程調整：給予提示、引導等簡化的調整策略。確定學生聽懂老師的指令，並將複雜指令簡化。活動更改要給予預告(自閉症)。  特教老師姓名：林君萍 普教老師姓名：王文豪</p>							