

三、嘉義縣 來吉 國小 113 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 11-3)

年級	低 年級	年級課程 主題名稱	低年級羽球社團-羽你同行樂洋洋			課程 設計者	陳曉輝	總節數/學期 (上/下)	21/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 <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	健康快樂、原味自然、積極進取、卓越創新		與學校願景 呼應之說明	一、透過羽球社團課程，充實內在身心靈健康，促進正向心理，使學習成為快樂的事。 二、課程設計融入戶外活動，使學生能透過運動，與人文自然環境相結合。 三、利用羽球社團課程，讓學生學會合作學習與自發性探索問題，並能積極完成指定學習任務。 四、學習活動強調在原有的基礎上展現策略執行力和觀察力，讓每個人都能發揮自己的所長。					
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	一、能透過羽球社團活動，培養個人良好的運動習慣，促進身心健全發展。 二、能透過以羽球活動為交流媒介，樂於與他人互動，達到主動認識他人之效果。					
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	
第 1 週 - 第 5 週	羽球 拋接 活動	生活領域 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。 健康與體育領域 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	拋球基本動作 自拋自接技巧 拋球技巧	願意參與拋球基本動作學習活動，表現求知探究之心 認識自拋自接技巧的基本動作 應用拋球技巧，處理練習問題	1. 能根據教師的示範，作出正確的拋球動作 2. 能穩定控制拋球力道，並能精準接住羽球連續 10 顆以上 3. 能穩定控制拋球力道，並與搭檔配合，接住對方的羽球 10 顆以上	活動 1. 教師拋球示範 先由教師示範動作，拋擲羽球前，手抓球頭，像丟球一樣，透過手肘的擺動將球送出，教師在示範完動作後，在距離學生三步距離處放置水桶，請學生拋擲羽球，讓羽球能準確進入水桶，如果學生三步距離以熟練，則繼續加大距離，藉此熟悉拋擲發力的技巧。 活動 2. 自拋自接 先由教師示範動作，同樣手抓球頭，由下往上丟，控制力道，讓球的高度約在頭上 50 公分處，直上直下，最終再將球接住。教師在示範完動作後，給每人一個小呼拉圈為範圍，每個人站在呼拉圈中將羽球往上拋後接起來，過程中不能離開呼拉圈，藉此練習控制力度與發力的穩定度。 活動 3. 互相拋球 讓學生兩兩一組，分別站在兩端的發球線，練習互相拋接，等學生建立默契之後，讓學生限時 1 分鐘，能進行最多次拋接球的組別，即為本次練習的示範組。藉此提升拋擲反應的穩定性。	羽球 羽球拍 水桶 羽球 羽球拍 呼拉圈 羽球 羽球拍	5 節	

第6週 - 第10週	握拍基礎練習	<p>生活領域 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。</p> <p>健康與體育領域 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>健康與體育領域 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p>	<p>握拍基本動作</p> <p>傳遞羽球技巧</p> <p>擊球技巧</p>	<p>願意參與握拍基本動作學習活動，表現求知探究之心</p> <p>認識傳遞羽球技巧的基本動作</p> <p>應用擊球技巧，處理練習問題</p>	<p>1. 能根據教師的示範，作出正確的握拍動作</p> <p>2. 能利用正確握拍方式，精準控球，穩定傳球 10 顆以上</p> <p>3. 能利用正確的握拍方式，進行穩定的揮拍，將球打過網連續 10 顆以上</p>	<p>活動 1. 基本握拍示範 教師先示範講解與求正手握拍的動作。首先先確認自己的慣用手，也就是上節課用來拋擲羽球的那隻手。利用慣用手的手掌伸掌貼於拍面順著球拍面後移，直至慣用手掌跟觸及拍柄末端，中指、無名指、小指併攏握住球拍，食指、拇指輕勾圍住球拍，虎口至對著拍柄上靠左的稜角部位。握好拍後，自己試著擺動球拍，並讓老師檢查姿勢是否正確。</p> <p>活動 2. 傳遞羽球 在平坦的地面上，布置與人數對應的三角錐，並圍成一個封閉方形。每個學生站在三角錐旁，教師將第一個羽球放置在第一個同學的球拍上，同學要保持正確的握拍方式，並將球傳遞給下一個同學。待大家都熟悉規則後，分組進行簡單的競賽，看哪一組傳遞的速度較快，即為本次的示範組。</p> <p>活動 3. 輪流擊球 握好基本握拍後，試著動作大但力氣小的揮拍，由搭檔負責拋擲羽球，自己則試著揮拍將球擊出，每 20 球輪流。</p>	<p>羽球 羽球拍 教學影片</p> <p>羽球 羽球拍 三角錐</p> <p>羽球 羽球拍</p>	5 節
第11週 - 第15週	基礎步伐-左右步伐	<p>生活領域 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。</p> <p>健康與體育領域 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>健康與體育領域 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p>	<p>步伐基本動作</p> <p>左右步伐技巧</p> <p>左右步伐技巧</p>	<p>願意參與步伐基本動作學習活動，表現求知探究之心</p> <p>認識左右步伐技巧的基本動作</p> <p>應用左右步伐技巧，處理練習問題</p>	<p>1. 能根據教師的示範，作出正確的步伐動作</p> <p>2. 能運用正確的步伐，將 10 顆以上的羽球正確運送至指定位置</p> <p>3. 能運用正確的步伐，配合團隊合作，將 10 顆以上的羽球正確運送至指定位置</p>	<p>活動 1. 基本步伐示範 由教師先示範動作。先在球場中線呈現預備姿勢。先從慣用腳那一側開始，慣用腳先啟動，非慣用腳跟上後，最後一步要有加速度，大步跨出，重心放低，最終慣用腳應可在單打邊線附近。如果移動距離過短，則須加大第一步和第三步的步伐長度。學生要習慣先啟動慣用腳，且最後一步必須要有加速度，以增加擊球的質量。</p> <p>活動 2. 左右開弓 在每個學生的慣用腳側放上五顆羽球，學生進行左右步伐的練習，先從慣用腳側開始出發，最後一步拿起一顆羽球後，回到預備位置，在往另一側出發，將羽球放在相反的對應位置後，再回到預備位置。反覆此循環直到慣用腳側的羽球全部移動到另一側為止。</p> <p>活動 3. 左右羽球接力 兩個學生一組，各自站在左右邊線位置，兩個學生的兩邊各布置一個呼拉圈(中間是共用的，共需三個)，在最右邊的呼啦圈裡放上五顆羽球，比較靠近羽球的學生先用左右步伐拿取一顆回來</p>	<p>羽球 羽球拍 教學影片</p> <p>羽球 羽球拍</p> <p>羽球 羽球拍 呼拉圈</p>	5 節

						後，再將羽球移至另一側的呼拉圈，然後另一側的學生再反覆此循環，直到所有的羽球都從最右邊的呼拉圈移到最左邊的呼拉圈，即為完成。		
第 16 週 - 第 21 週	期末 競賽- 個人 左右 半場 單打 賽	生活領域 3-I-3 體會學習的樂趣和成就感，主動學習新的事物。 健康與體育領域 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。	競賽規則 羽球競賽	體會學習競賽規則的樂趣和成就感，主動學習新的事物 表現尊重羽球競賽的團體互動行為	1. 能確實了解本次羽球的競賽規則 2. 能具備運動家精神，勝不驕敗不餒	活動 1. 競賽規則說明 老師講解本次競賽的規則。本次競賽為單打競賽，競賽的活動區域只使用半場場地(將場地分為左右兩場)，採循環賽制，每一個人都會對上其他人，每場比賽僅比 1 局，每局 11 分，當 10 比 10 時，進入 DEUCE 規則。每場競賽開始前，也會給彼此三球的練球機會，最終比較循環賽的勝場積分選出最優勝者。若有同分狀況則再進行加賽。 活動 2. 競賽開始 簡易抽籤決定比賽順序，之後就根據賽程進行比賽。每場比賽會有兩位學生進行裁判，負責競賽的進行與爭議的處理，若兩個裁判與球員沒有辦法取得共識，才告知教師進行裁決。最終根據積分選出優勝者，進行期末頒獎活動。	規則說明 PPT 賽制圖 籤筒 羽球 羽球拍	6 節
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	<p>※身心障礙類學生：<input checked="" type="checkbox"/>無 <input type="checkbox"/>有-智能障礙()人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症()人、(/人數)</p> <p>※資賦優異學生：<input checked="" type="checkbox"/>無 <input type="checkbox"/>有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <p>1.</p> <p>2.</p> <p style="text-align: right;">特教老師姓名： 普教老師姓名：陳曉輝</p>							

三、嘉義縣 來吉 國小 113 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 11-3)

年級	低 年級	年級課程 主題名稱	低年級羽球社團-羽你同行樂洋洋			課程 設計者	陳曉輝	總節數/學期 (上/下)	20/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 *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 <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	健康快樂、原味自然、積極進取、卓越創新		與學校願景 呼應之說明	一、透過羽球社團課程，充實內在身心靈健康，促進正向心理，使學習成為快樂的事。 二、課程設計融入戶外活動，使學生能透過運動，與人文自然環境相結合。 三、利用羽球社團課程，讓學生學會合作學習與自發性探索問題，並能積極完成指定學習任務。 四、學習活動強調在原有的基礎上展現策略執行力和觀察力，讓每個人都能發揮自己的所長。					
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	一、能透過羽球社團活動，培養個人良好的運動習慣，促進身心健全發展。 二、能透過以羽球活動為交流媒介，樂於與他人互動，達到主動認識他人之效果。					
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	
第 1 週 - 第 5 週	正手 發球 練習	生活領域 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。 健康與體育領域 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 健康與體育領域 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	正手發球動作 正手發短球技巧 正手發長球技巧	願意參與正手發球動作的學習活動，並能有求知探究之心 認識正手發短球技巧的基本動作 應用正手發長球技巧的動作常識，處理練習時發生的問題	1. 能根據教師的示範，做出正確的動作 2. 能利用正確的發球姿勢，發出短球連續達 10 顆以上 3. 能利用正確的發球姿勢，發出長球連續達 10 顆以上	活動 1. 基礎發球示範 由教師先示範基本動作，雙足前後開立成預備姿勢，慣用手持拍，非慣用手持球，持拍手向後拉拍，持球手用手指輕抓羽毛部位，將手指放開即可放球，當球落至腰部時順勢揮拍，約在腰下位置擊球，力道先不控制，順勢出拍。學生操作時，注意其預備姿勢、握拍、揮拍、持球、放球、擊球是否符合羽球發力原則，讓學生熟練基本發球動作。 活動 2. 正手發短球 教師在對面發球線角落放置一個小呼拉圈，讓學生進行正手發短球，學生需要控制力道，將球貼網並落入小呼拉圈的範圍內，藉此讓學生練習發球的控球精準度。 活動 3. 正手發長球 教師在後場放置一個小呼拉圈，讓學生進行正手發長球，學生需要加大揮拍的力道，並準確擊中羽球，將發球送至後場指定區域，此流程主要是讓學生學會發力擊球，可根據學生的肌肉發展狀況，調整發球目標的遠近。	羽球 羽球拍 教學影片 羽球 羽球拍 呼拉圈 羽球 羽球拍 呼拉圈	5 節	

第6週 - 第10週	基礎 步伐- 前後 步伐	<p>生活領域 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。</p> <p>健康與體育領域 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>健康與體育領域 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p>	<p>前後步伐動作</p> <p>步伐配合後場拋球</p> <p>步伐配合後場接球</p>	<p>願意參與前後步伐動作的學習活動，並能有求知探究之心</p> <p>認識步伐配合後場拋球的基本動作</p> <p>應用步伐配合後場接球的動作常識，處理練習時發生的問題</p>	<p>1. 能根據教師的示範，做出正確的動作</p> <p>2. 能利用正確的步伐配合拋球姿勢，拋球過網連續達10顆以上</p> <p>3. 能利用正確的步伐配合接球姿勢，接球連續達10顆以上</p>	<p>活動1. 基礎步伐示範 先由老師示範動作。一開始先在預備位置準備，然後先從往前的步伐開始，從慣用腳開始先踏出第一步，跟左右步伐須注意的地方差不多，第三步的步伐要跨出去，並順勢身體放低，最後一樣從慣用腳開始交替回到預備區。而往後步伐因為距離較長，所以會練習五步到後場，再順勢回到預備區。</p> <p>活動2. 後場拋球練習 在學生前場放置五顆羽球，學生先進行往前的步伐，拿取一顆羽球後，進行往後步伐，到後場後做拋擲(揮拍)動作將球丟出，擲球目標至少要碰到網子，藉此練習腳步配合手部發力。</p> <p>活動3. 前後接球 兩兩一組，一人負責發球，另一人空手在預備區等待，發球人先發網前小球，讓預備區的人利用往前的步伐接住。待往前的步伐熟練後，發球者改發後場高吊球，預備區的人改用向後步伐接球。最終，由發球者自行決定要發長球還是短球。前場練習20顆，後場練習20顆，綜合練習10顆後，兩人互換繼續練習。</p>	<p>教學影片</p> <p>羽球</p> <p>羽球</p>	5節
第11週 - 第15週	網前 小球 練習	<p>生活領域 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。</p> <p>健康與體育領域 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>健康與體育領域 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p>	<p>網前小球動作</p> <p>網前小球技巧</p> <p>小球對抗技巧</p>	<p>願意參與網前小球動作的學習活動，並能有求知探究之心</p> <p>認識網前小球技巧的基本動作</p> <p>應用小球對抗技巧的動作常識，處理練習時發生的問題</p>	<p>1. 能根據教師的示範，做出正確的動作</p> <p>2. 能利用正確的動作，打出網前小球連續達10顆以上</p> <p>3. 能利用正確的動作，與搭檔配合連續小球對打達10球以上</p>	<p>活動1. 基本擊球示範 先由教師示範動作。當對方打出網前球時，可以利用輕柔的力道回擊網前小球。先握好球拍，拍面控制朝羽球網帶輕推，推的力量由手肘帶動，手腕則是控制方向，一開始練習的時候，手腕保持穩定，由手肘帶動球拍擊球，擊球須貼著網帶過，且落點不可超過發球線。</p> <p>活動2. 小球練習 兩兩一組，由一人拋擲定點羽球，另一人採用小球擊球的姿勢，將羽球打入呼啦圈區域中，正拍、反拍方向各20顆，最後再進行10顆的綜合練習，兩人交換練習。</p> <p>活動3. 小球對抗 兩兩一組，從發球開始到對打，只能打小球，除發球落點可以在發球線後外，其餘擊球的落點都必須在發球前，落在界內則得一分，採11分賽制，若遇到10比10的狀況，則先得第11分的人獲勝(沒有DENCE)。</p>	<p>羽球</p> <p>羽球拍</p> <p>教學影片</p> <p>羽球</p> <p>羽球拍</p> <p>呼拉圈</p> <p>羽球</p> <p>羽球拍</p>	5節

第16週 - 第20週	期末 競賽- 個人 前半 場單 打賽	生活領域 3-I-3 體會學習的樂趣和成就感，主動學習新的事物。 健康與體育領域 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。	競賽規則 羽毛球競賽	體會學習競賽規則的樂趣和成就感，主動學習新的事物 表現尊重羽毛球競賽的團體互動行為	1. 能確實了解本次羽球的競賽規則 2. 能具備運動家精神，勝不驕敗不餒	活動 1. 競賽規則說明 老師講解本次競賽的規則。本次競賽為單打競賽，競賽的活動區域只使用半場場地(將場地分為前後，僅使用前場)，採循環賽制，每一個人都會對上其他人，每場比賽僅比1局，每局11分，當10比10時，進入DEUCE規則。每場競賽開始前，也會給彼此三球的練球機會，最終比較循環賽的勝場積分選出最優勝者。若有同分狀況則再進行加賽。 活動 2. 競賽開始 簡易抽籤決定比賽順序，之後就根據賽程進行比賽。每場比賽會有兩位學生進行裁判，負責競賽的進行與爭議的處理，若兩個裁判與球員沒有辦法取得共識，才告知教師進行裁決。最終根據積分選出優勝者，進行期末頒獎活動。	規則說明 PPT 賽制圖 籤筒 羽毛球 羽毛球拍	5 節
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： <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有-智能障礙()人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症()人、(/人數) ※資賦優異學生： <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2人) ※課程調整建議(特教老師填寫)： 1. 2. 特教老師： 普教老師姓名：陳曉輝							