

三、嘉義縣新港國小 113 學年度校訂課程教學內容規劃表（表 11-3）

年級	四年級	年級課程 主題名稱	大家來打羽球	課程 設計者	曾志偉	總節數/學期 (上/下)	40 節/上學期
符合 彈性課 程類型	☐ 第一類 統整性探究課程 ☐ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題 *是否融入 ☐ 生命教育 ☐ 安全教育 ☐ 戶外教育 ☐ 均未融入(供統計用，並非一定要融入) ☒ 第二類 ☒ 社團課程 ☐ 技藝課程 ☐ 第四類 其他 ☐ 本土語文/臺灣手語/新住民語文 ☐ 服務學習 ☐ 戶外教育 ☐ 班際或校際交流 ☐ 自治活動 ☐ 班級輔導 ☐ 學生自主學習 ☐ 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	A1 身心素質與自我精進 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。 C2 人際關係與團隊合作 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
第 (1) 週 - 第 (2) 週	體 能 訓 練	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。	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。	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。	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。	(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？	羽球場 繩梯 羽球 羽球拍 哨子 球網 影片	4

第 (3) 週 - 第 (5) 週	握拍及持球練習	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。	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。	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。	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。	(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。	羽球場 羽球 羽球拍 哨子 球網	6
-------------------------------------	---------	--	---	--	--	---	---	---

第 (6) 週 - 第 (9) 週	正 反 手 向 上 擊 球 練 習	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。	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。 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。 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。 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。	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. 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。 3. 完成正手、反手向上擊球動作練習。	1.能學會正反手向上擊球的動作 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。	(一)準備活動 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。 2.利用球場慢跑熱身。 3.體適能活動：利用繩梯訓練，增進學童的反應力及敏捷性。 (二)發展活動 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。 (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。 (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。 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。 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。 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。 (三)綜合活動 1.接龍擊球 (1)5人一組圍成圓圈，每組1球，組員依序輪流向上擊球。 (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。 2.討論時間：檢討及修正 (1)針對比賽優缺點分組討論： ①擊球順序如何安排最合適？ ②組員的站位及擊球高度？ (2)討論後，再進行一次比賽。	羽球場 羽球 羽球拍 哨子 球網	8
--	--	--	---	--	--	--	---	----------

第 (10) 週 - 第 (13) 週	正手發高遠球	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。	1. 教師講解正手發高遠球的要點。 2. 揮空拍練習。 3. 正手發高遠球練習：2人一組1球，練習正手發高遠球。	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. 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。 3. 完成正手發高遠球練習。	1.能學會正手發高遠球的動作 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。	(一)準備活動 1.教師帶領操作柔軟操+慢跑熱身。 2.體適能活動：利用羽球場做左右折返跑及前後折返跑。 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）。 (二)發展活動 1.教師講解正手發高遠球的要點。 (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。 (2)放球：左手放球，眼睛注視球的落點。 (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。 (4)完成動作（收拍）：揮擊後，手順勢往左後方延伸。 2.揮空拍練習 (1)聽到教師的哨音，做揮拍分解動作1→2→3→4練習。 (2)聽哨音做連續揮拍動作練習。 3.正手發高遠球練習：2人一組1球，練習正手發高遠球。 (1)全班分成數組，分站羽球場兩側，練習正手發高遠球。 (2)每人輪流練習5球，分別將球發至對面 A、B、C 區。 (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。	羽球場 羽球 羽球拍 哨子 球網	8
--	---------------	--	---	---	---	---	---	----------

第 (14) 週 - 第 (17) 週	你拋我擊	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。	1. 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 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。	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. 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。 3. 完成正拍擊球和反手擊球的動作練習。	1.能學會正拍擊球和反手擊球的動作。 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。	(1)低手正拍擊球 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。 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。 ③兩人針對拋球及回擊的方式及動作做討論及修正。 (2)高手正拍擊球 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。 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。 ③2人針對拋球及回擊的方式及動作做討論及修正。 (3)反手擊球 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。 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。 ③兩人針對拋球及回擊的方式及動作做討論及修正。 (4)綜合活動 ①檢討及修正：針對拋球及各種回擊球的優缺點共同討論。 ②討論完後再進行練習。 ③可由教師或技能較優的學童擔任拋球者。 ④透過反覆的練習，增加學童拋球能力。	羽球場 羽球拍 哨子 球網	8
---------------------------------------	------	--	---	---	---	---	---	---

第 (18) 週 - 第 (20) 週	分組相互練習	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。	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。	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。	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。	(1)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。 (2)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。	羽球場 羽球 羽球拍 哨子 球網	6
教材來源	☐ 選用教材 () ☒ 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	☒ 無 融入資訊科技教學內容 ☐ 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 ☒ 有-學習障礙(1)人、自閉症(1)人 ※資賦優異學生： ☒ 無 ☐ 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.學習歷程調整：確定學生聽懂老師的指令，並將複雜指令簡化(自閉症)。 特教老師姓名：林君萍 普教老師姓名：曾志偉							