

三、嘉義縣新港國小 114 學年度校訂課程教學內容規劃表

14-3 校訂課程教學內容規劃表

全校學生人數未滿五十人需實施混齡，本課程是否實施混齡教學：是 ☐ (____ 年級和 ____ 年級) 否 ☒

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)	40/下學期
符合 彈性 課程 類型	☐ 第一類 跨領域統整性探究課程 ☐ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題 ☒ 第二類 ☒ 社團課程 ☐ 技藝課程 ☐ 第四類 其他類課程 ☐ 本土語文/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(可以複選)						
學校 願景	人文、知識、平安、科學		與學校願 景呼應之 說明	1. 本課程學習羽球基本知識，訓練羽球基本動作為主，並讓學生熟悉羽球運動的技巧並養成終身運動的好習慣。 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。 3. 在運動過程中培養與如何他人一起合作的基本概念，以及使用器材準確，確保學習者獲致平安。			
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-A3 具備 擬定 計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境 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. 透過羽球課程，學習羽球的正確動作技能，並進而 促進 身心健全發展，使之成為終生運動的基礎。 2. 擬定 羽球各項技巧的學習進程計畫，精熟學習，讓羽球運動成為日常生活的一項活動。 3. 能遵守活動規則，並和同學合作進行練習，進而 理解 如何和他人互相搭配及場地分配使用，進而一起互相成長，互相精進羽球技能。			

議題融入	*應融入 ☐ 性別平等教育 ☒ 安全教育(交通安全) ☐ 戶外教育(至少擇一) 或 ☐ 其他議題_____ (非必選)							
融入議題實質內涵	安 E3 知道常見事故傷害。 安 E9 學習相互尊重的精神。							
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	羽球後場正拍揮拍訓練與擊球	健體 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 安 E3 知道常見事故傷害。 安 E9 學習相互尊重的精神。	1. 基礎揮拍（正拍）動作。 2. 相互尊重與遵守規則。 3. 運動的安全性及事故傷害性情況。 4. 場地使用禮儀。	1. 認識基礎揮拍（正拍）動作並實地練習擊球。 2. 遵守羽球上課規範及羽球規則。 3. 知道羽球運動安全性及事故傷害性情況，以降低羽球運動的傷害。 4. 有限場地情況下，學習場地使用禮儀（輪流使用），以達相互尊重的精神。	1. 學生能正確完成正拍揮拍動作，包括預備姿勢、揮拍路徑及收拍姿勢。 2. 學生在練習與比賽中能夠依照規則進行活動，並展現尊重對手的態度（如不嘲笑、比賽後握手等） 3. 學生能說出至少三項羽球活動中需注意的安全要點與常見傷害預防方式。 4. 學生能在上下場、排隊輪流、使用器材等情境中展現良好的禮儀與自律行為。	（一）教師簡介本課重點「正拍揮拍技巧」與「羽球課堂規範與比賽基本規則」。 1. 今日重點技巧：正拍握法、預備姿勢、揮拍動作。 2. 上課基本規範：輪流使用場地、不奔跑搶球、不亂丟球拍。 3. 羽球比賽小規則介紹（如發球方式、得分方式） （二）示範與模仿 1. 活動內容：教師示範正拍揮拍三步驟（預備 → 揮拍 → 收拍），學生模仿動作。 2. 練習方式：分組站位，每人手持球拍，對著空中練習揮拍，不擊球。 （三）兩人一組練習擊球 1. 活動內容：學生兩人一組，一人發球、一人用正拍擊球，練習來回擊球。 2. 技巧重點：揮拍時手腕與拍面保持穩定。球拍前端略高，球拍與地面保持垂直角度 （四）每次結束後集合結論： 1. 口述列出禮儀行為。 2. 列舉說明：如：「使用完球拍要歸位」「比賽結束要說謝謝」「場上不能亂丟垃圾」等。 3. 學生完成任務後可集點換小獎勵，強化禮儀內化。	羽球 羽球拍 羽球場 運動服	8

第(5)週 - 第(8)週	羽球 後場 正手 高遠 擊球	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。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 安 E3 知道常見事故傷害。 安 E9 學習相互尊重的精神	1. 後場正手高遠擊球。 2. 相互尊重與遵守規則。 3. 分組對打正手高遠擊球。 4. 運動的安全性及事故傷害性情況。 5. 場地使用禮儀。	1. 認識後場正手高遠擊球動作技能及施力。 2. 遵守羽球上課規範及羽球規則。 3. 表現主動參與分組對打高遠擊球的練習活動。 4. 知道羽球運動安全性及事故傷害性情況，以降低羽球運動的傷害。 5. 有限場地情況下，學習場地使用禮儀（輪流使用），以達相互尊重的精神。	1. 學生能正確完成後場正手高遠球的動作，包含站位、揮拍角度與擊球點，並能將球擊向對方後場至少三次以上。 2. 學生能在練習與比賽中主動遵守基本比賽規則，並展現尊重對手的行為。 3. 學生能在分組練習中運用正手高遠球與隊友協調擊球，並維持基本來回擊球次數（至少各 10 次以上） 4. 學生能說出至少兩項羽球課程中需注意的安全事項與常見傷害預防方法。 5. 學生能在上下場、排隊輪流、使用器材等情境中展現良好的禮儀與自律行為。	（一）正拍高遠球技巧練習： 1. 教師先示範正確的後場正拍高遠擊球動作（包括站姿、揮拍角度與擊球點）。 2. 學生輪流練習擊球，使用吊球方式或拋球讓學生練習從中後場將球擊向對方後場。 3. 教學要點：強調拍面略斜上方、擊球點在肩上略前方。利用身體轉動與腳步協調出力，而非只靠手臂。 （二）高遠球對打接力挑戰 1. 將學生分為四人一組（兩兩分邊），每組使用正手高遠球進行來回擊球練習，挑戰能否達成「連續 10 次不落地」的目標。若失誤則換組輪流挑戰。 2. 活動強化點：鼓勵同組互相提醒擊球動作與站位。每輪練習後小組內反思「怎麼做會更穩定」。 3. 教師從旁觀察動作正確性與團隊合作情形。 （三）適時提醒學生最常見出現運動傷害的部位，分別是腳踝、膝蓋、下背、肩頸。 （四）結束後的課程結論： 1. 口述學習心得。 2. 口述列出禮儀行為。列舉說明：如：「使用完球拍要歸位」「比賽結束要說謝謝」「場上不能亂丟垃圾」等。 3. 學生完成任務後可集點換小獎勵，強化禮儀內化。	羽球 羽球拍 羽球場 運動服	8
第(9)週 - 第(12)週	羽球 正手 切球 與網 球挑 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。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。	1. 正手切球與網前挑球。 2. 相互尊重與遵守規則。 3. 分組對打：一方切球一方挑球(連	1. 認識正手切球與網前挑球的動作技能並實地練習。 2. 遵守羽球上課規範及羽球規則。 3. 表現主動參與分組對打練習：一方切球一方挑球的連續	1. 學生能正確示範正手切球與網前挑球的基本動作，並能在練習中有效完成至少 3 次連續切球與挑球交換 2. 學生在活動與對打過程中能遵守比賽規則，不爭執判決，並以禮貌態	（一）正手切球與網前挑球： 1. 教師說明並示範正手切球與網球挑球的練習。 2. 說明挑長球動作要領，除了做好挑球動作，還需控制力道，讓球落進想要的位置。 （二）練習： 1. 方式為兩人一組，兩人隔網。	羽球 羽球拍 羽球場 運動服	8

		安 E3 知道常見事故傷害。 安 E9 學習相互尊重的精神	續動作)。 4. 運動的安全性 及事故傷害性 情況。 5. 場地使用禮儀。	動作精熟練習。 4. 知道羽球運動 安全性及事故傷害 性情況，以降低羽 球運動的傷害。 5. 有限場地情況 下，學習場地使 用禮儀(輪流使用)， 以達相互尊重的精 神。	度與同儕互動，如 主動輪場與鼓勵對 手。 3. 學生在雙人配 對練習中，能穩定 與隊友完成至少 5 次「切球—挑球」 來回交換，並配合 默契不打斷。 4. 學生能說出或 示範 2 項與羽球活 動相關的安全守則 (如與同伴保持距 離、不硬拉球拍、 不在場內奔跑)， 並能遵守。 5. 學生能在上下 場、排隊輪流、使 用器材等情境中展 現良好的禮儀與自 律行為。	2. 持球學童要將 球拋到網對面同學 附近，對面學童把 球用球拍挑長球， 30 顆之後交換。 3. 練習方式為兩 人一組，全班前後 左右調整成適合練 習距離。 (四) 適時提醒學 生最常見出現運動 傷害的部位，分別 是腳踝、膝蓋、下 背、肩頸。 (五) 結束後的課 程結論： 1. 口述學習心得。 2. 口述列出禮儀 行為。列舉說明： 如：「使用完球拍 要歸位」「比賽結 束要說謝謝」「場 上不能亂丟垃圾」 等。 3. 學生完成任務 後可集點換小獎勵 ，強化禮儀內化。		
第(13)週 - 第(16)週	羽球 正手拍、反 手拍平球	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。 2c-Ⅱ-3 表現主 動參與、樂於嘗 試的學習態度。 安 E3 知道常見 事故傷害。 安 E9 學習相互 尊重的精神	1. 正手拍、反手 拍平球。 2. 相互尊重與遵 守規則。 3. 分組對打：一 方切球一方挑球(連 續動作)。 4. 運動的安全性 及事故傷害性情 況。 5. 場地使用禮儀。	1. 認識正手拍、 反手拍平球的動作 技能並實地練習。 2. 遵守羽球上課 規範及羽球規則。 3. 表現主動參與 分組對打練習：正 手拍、反手拍平球 的連續對打動作的 精熟練習。 4. 知道羽球運動 安全性及事故傷害 性情況，以降低羽 球運動的傷害。 5. 有限場地情況 下，學習場地使 用禮儀(輪流使用)， 以達相互尊重的精 神。	1. 學生能分別使 用正手與反手正確 揮拍，將平球穩定 地擊向對方中後場 ，並在對打練習中 至少完成各 3 次有 效擊球。 2. 學生在對打或 活動中，能遵守規 則(如不搶拍、輪 流擊球、不爭執)， 並展現尊重對手與 同組成員的態度。 3. 學生在兩人合 作對打中，能與同 伴協調完成至少 5 次以上連續的「切 球—挑球」來回練 習，動作流暢、不 間斷。 4. 學生能說出並 遵守 2 項以上與羽 球活動有關的安全 守則(如：拍子不 亂揮、擊球前觀察 位置、落地穩定等) ，無危險行為發生。 5. 學生能在上下 場、排隊輪流、使 用器材等情境中展 現良好的禮儀與自 律行為。	(一) 正手拍、反 手拍平球： 1. 教師說明並示 範正手拍、反手拍 平球練習。 2. 說明發球和回 擊動作要領，發球 控制好力道，讓球 落進對面學童附近 位置；回擊要判斷 球的落點，接著做 好擊球動作。 3. 教師示範練習 動作，並請一位學 童協助示範。 (二) 練習 1. 練習方式為兩 人一組，兩人距離 約六公尺。 2. 持球學童要將 球發球到對面同學 附近，對面學童試 著把球用球拍擊回。 教師吹哨後開始練 習，時間約三分鐘 ，發球與接球學童 再互換練習動作。 (三) 適時提醒學 生最常見出現運動 傷害的部位，分別 是腳踝、膝蓋、下 背、肩頸。 (四) 結束後的課 程結論： 1. 口述學習心得。 2. 口述列出禮儀 行為。列舉說明： 如：「使用完球拍 要歸位」「比賽結 束要說謝謝」「場 上不能亂丟垃圾」 等。 3. 學生完成任務 後可集點換小獎	羽球 球拍 羽球場 運動服	8

		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。 2c-Ⅱ-3 表現 主動參與、樂於嘗試的學習態度。	1.羽球抽球與殺球。 2.相互尊重與遵守規則。 3.分組對打：正、反手拍平抽球與正拍殺球。 4.運動的安全性及事故傷害性情況。 5.場地使用禮儀。	1. 認識 羽球抽球與殺球的動作技能並實地練習。 2. 遵守 羽球上課規範及羽球規則。 3. 表現 主動參與分組對打練習：正、反手拍平抽球與正拍殺球的精熟練習。 4. 知道 羽球運動安全性及事故傷害性情況，以降低羽球運動的傷害。 5.有限場地情況下， 學習 場地使用禮儀（輪流使用），以達相互尊重的精神。	1.學生能正確示範抽球與殺球的基本動作要領，並能於練習中穩定完成至少各3次有效擊球，展現出攻擊意識與控制力。 2.學生在對打與練習過程中，能主動遵守比賽規則、輪場順序，並展現尊重同儕的態度，如合作練習時不指責、不爭吵。 3.學生在分組對打中能運用正手與反手拍進行平抽球攻防，並適時運用正拍殺球完成進攻，展現技巧與合作默契。 4.學生了解並能遵守基本安全守則（如：保持距離、不亂揮拍、注意場上滑倒風險），並於課堂中展現正確自我保護行為。 5.學生能在上下場、排隊輪流、使用器材等情境中展現良好的禮儀與自律行為。	勵，強化禮儀內化。 （一）羽球抽球與殺球教學： 1.教師說明重點： 抽球：快速平直、壓迫對手反應時間 殺球：由高處擊下，快速結束得分！ （二）教師示範羽球抽球與殺球。 （三）練習：請全班學童調整左右距離，成橫排練習，第一排學童前進五公尺後向後轉，準備練習，教師吹哨後開始練習，練習時間約三分鐘，結束後再換下一排，直到全部練習完畢。 （四）適時提醒學生最常見出現運動傷害的部位，分別是腳踝、膝蓋、下背、肩頸。 （五）結束後的課程結論： 1.口述學習心得。 2.口述列出禮儀行為。列舉說明：如：「用完球拍要歸位」「比賽結束要說謝謝」「場上不能亂丟垃圾」等。 3.學生完成任務後可集點換小獎	羽毛球 羽毛球拍 羽毛球場 運動服	
第(17)週 － 第(20)週	羽球 抽球 與殺 球	安 E3 知道 常見事故傷害。 安 E9 學習 相互尊重的精神						8
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(2)人 ※資賦優異學生: ☒ 無 ☐ 有 - <u>(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2人)</u> ※課程調整建議(特教老師填寫): 1..學習歷程調整：將複雜指令簡化，確認學生聽得懂指令再動作。						特教老師姓名：林君萍 普教老師姓名：曾志偉	

