

## 英語融入健康與體育領域教學之教案設計

主題名稱	羽球	教學設計者	柯佳吟
教學對象	七年級學生	教學節次	6 節課(45 分鐘/每節)
能力指標	<p>1-3-1 了解個體成長與動作發展的關係，藉以發展運動潛能。</p> <p>3-3-2 評估個人及他人的表現方式，以改善運動技能。</p>		
學習目標	<p>1. 透過講述介紹使學生了解羽球運動之起源、特性。</p> <p>2. 培養正確羽球知識並激發學生學習羽球的興趣，提高羽球技能</p>		
設計理念	<p>教師藉由球后-戴姿穎的事蹟，引起學生動機之後，簡介羽球起源及演變。由於羽球飛行軌跡與其他球類不同，因此先讓學生了解羽球的特性後再學習與羽球各類擊球技術。</p> <p>羽球運動是一項老少咸宜，且不受天氣影響皆可從事之室內運動，尤其羽球運動從事比例不受性別之影響，女性從事羽球運動之意願往往較籃球、棒球等運動更為願意接受。</p> <p>本課程教案設計的構想是以六節課的授課期程，教導學生正確羽球的認知，並學會羽球運動正手發球及過頂擊球動作的技巧與方法，透過技能的教授，並能養成終身運動的習慣。</p>		
教學方法	講述教學法、示範教學法、觀察教學法、合作學習教學法		
英語學習	<div style="border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px;">單字</div> ： 集合 Fall in、報數 Count off、散開 Extend、開合跳 jump jack		

Content	Frame 拍框、Strings 拍面 ( 球拍穿線呈網狀的部分 )、Shaft 拍桿、Grip 握把
Vocabulary	Badminton 羽球
Sentences	<p>指導語 :</p> <p>Do it again.</p>
Patterns	<p>Follow me.</p> <p>Listen to me.</p> <p>Are there any questions? 有任何問題嗎 ?</p> <p>Try again. 再試一次</p> <p>Do you get it? 懂嗎?</p> <p>Listen up! 注意聽!</p> <p>鼓勵語 :</p> <p>Nice play.</p> <p>Cheer up.</p> <p>You did a good job.</p> <p>No sweat! 別擔心</p> <p>You are almost there. 你已經快成功了</p> <p>Keep it up. 繼續努力</p> <p>專門用語 : Forehand Grip 正手握拍、back hand grip 反手握拍</p> <p>around-the-head stroke 繞頭頂揮拍擊球、clear 高遠球</p>

	backswing 往後撤拍 ( 準備擊球 )、long high serve 發高遠球 return of service 接發球、Forehand Long Service 正手發高遠球
--	--

第一節			
教學活動	教學時間	教具	評量
	專有名詞		
<p>一、準備活動：</p> <p>(一)集合點名</p> <p>(二)詢問是否有身體不適的學生</p> <p>How do you feel today? Is anybody sick today?</p> <p>(三)熱身活動與伸展操-加強手腕及肩關節的熱身</p> <p>Then we need to do warm-up. Follow me.</p> <p>二、發展活動：</p> <p>(一)教師以球后為例引起學生動機，介紹羽球運動起源與歷史簡介</p> <p>(二)教師講解介紹球拍與羽球的結構</p>	<p style="text-align: center;">5</p> <p>Fall in 集合 Count off 報數 Extend 散開 jump jack 開合跳</p> <p style="text-align: center;">10</p> <p>Frame 拍框 Strings 拍面 Shaft 拍桿 Grip 握把</p> <p style="text-align: center;">25</p> <p>Forehand Grip 正手握拍 back hand grip 反手握拍 Badminton 羽球</p>	球拍	實作

<p>三、主要活動：</p> <p>(一)球感練習</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.手腕持拍繞八字</li> <li>2.停羽球練習</li> <li>3.原地持拍向上顛球;兩人一組互相顛球</li> </ol> <p>(二) 示範握正、反拍的方法及要領</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.正手、反手握拍之基本動作</li> </ol> <p>(1)正手握拍(Forehand Grip)動作要領：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①左手輕握球拍腰部，拍面與地面垂直，右手掌順著球拍面後移，直至右手掌根觸及拍柄末端</li> <li>②中指、無名指、小指併攏握住球拍柄端穩住球拍，食指、拇指各輕鉤住握把兩側較寬的平面</li> <li>③右手虎口正對拍柄上邊靠左的稜角部位</li> </ol> <p>(2)反手握拍(Back hand grip)動作要領：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①正拍擊球握拍動作完成後，用手指將拍柄稍向右轉動至右手大拇指貼住握把較寬的平面，用於還擊身體左側的球</li> </ol> <p>(三)持球法介紹</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.球腰執球法</li> </ol> <p>大拇指、食指、中指圍球腰，無名指托住球座底部</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2.球座執球法</li> </ol>	5	評量
--	---	----

<p>大拇指、食指圈圍球座</p> <p>3.羽毛執球法</p> <p>大拇指、食指輕執一片羽毛，使羽球全部懸空</p> <p>(四)學生操作正、反拍握法及練習羽球持球法</p> <p>四、綜合活動</p> <p>(一)本節課程重點提示</p> <p>(二)指正動作缺失</p> <p>(三)請表現良好學生示範動作，並給予回饋</p> <p>(四)告知下節課進度，歡呼解散</p>			
--	--	--	--

第二節			
教學活動	教學時間	教具	評量
<p>一、準備活動：</p> <p>(一)集合點名</p> <p>(二)詢問是否有身體不適的學生</p> <p><b>How do you feel today? Is anybody sick today?</b></p>	<p>5</p> <p>Fall in 集合 Count off 報數 Extend 散開 jump jack 開合跳</p>	<p>球拍</p>	

<p>(三)熱身活動與伸展操-加強手腕及下肢的熱身</p> <p>左右弓步跳躍、前後弓步跳躍、高抬腿</p> <p><b>Then we need to do warm-up. Follow me.</b></p> <p>二、發展活動：</p> <p>(一)複習持球法及正反手握拍</p> <p>三、主要活動：</p> <p>(一)基本持拍預備動作講解與示範</p> <p>(二)正手揮空拍練習</p> <p>(三)反手揮空拍練習</p> <p>四、綜合活動：</p> <p>(一)本節課程重點提示</p> <p>(二)指正動作缺失</p> <p>(三)請表現良好學生示範動作，並給予回饋</p> <p>(四)告知下節課進度，歡呼解散</p>	<p>10</p> <p>25</p> <p>Ready position 預備姿勢</p> <p>5</p>		<p>實作 評量</p>
---	---	--	------------------

教學活動	教學時間  專有名詞	教具	評量
<p>一、準備活動：</p> <p>(一)集合點名</p> <p>(二)詢問是否有身體不適的學生</p> <p><b>How do you feel today? Is anybody sick today?</b></p> <p>(三)熱身活動與伸展操-加強手腕及肩關節的熱身</p> <p>左右弓步跳躍、前後弓步跳躍、高抬腿</p> <p><b>Then we need to do warm-up. Follow me.</b></p> <p>二、發展活動：</p> <p>(一) 複習基本持拍預備動作</p> <p>三、主要活動：</p> <p>(一)球感練習</p> <p>1.兩人一組，面對網持球擲遠</p> <p>(二)正手發球動作講解與示範</p> <p>(三)分解動作及揮空拍練習</p> <p>(四)學生兩人一組練習正手發球動作</p>	<p>5</p> <p>jump 雙腳跳 aline 對齊 knee lift 抬腿或抬膝 lunge 弓步</p> <p>10</p> <p>25</p> <p>5</p>	<p>球拍</p>	<p>實作 評量</p>

<p>四、綜合活動：</p> <p>(一)本節課程重點提示</p> <p>(二)指正動作缺失</p> <p>(三)請表現良好學生示範動作，並給予回饋</p> <p>(四)告知下節課進度，歡呼解散</p>			
---	--	--	--

第四節課			
教學活動	教學時間	教具	評量
<p>一、準備活動：</p> <p>(一)集合點名</p> <p>(二)詢問是否有身體不適的學生</p> <p><b>How do you feel today? Is anybody sick today?</b></p> <p>(三)熱身活動與伸展操-加強手腕及肩關節的熱身</p> <p><b>Then we need to do warm-up. Follow me.</b></p> <p>二、發展活動：</p> <p>(一)複習正手發球動作及正手過頂擊球動作</p>	<p>專有名詞</p> <p>5</p> <p>jump 雙腳跳 aline 對齊 knee lift 抬腿或抬膝 lunge 弓步</p> <p>10</p> <p>25</p>	<p>球拍</p>	<p>實作 評量</p>



<p>三、主要活動：</p> <p>(一)兩人一組，一人發球一人擊球練習</p> <p>四、綜合活動：</p> <p>(一)本節課程重點提示</p> <p>(二)指正動作缺失</p> <p>(三)請表現良好學生示範動作，並給予回饋</p> <p>(四)告知下節課進度，歡呼解散</p>	5		
--	---	--	--

第五節課			
教學活動	教學時間	教具	評量
<p>一、準備活動：</p> <p>(一)集合點名</p> <p>(二)詢問是否有身體不適的學生</p> <p><b>How do you feel today? Is anybody sick today?</b></p> <p>(三)熱身活動與伸展操-加強手腕及肩關節的熱身</p> <p><b>Then we need to do warm-up. Follow me.</b></p>	<p>5</p> <p>jump 雙腳跳 aline 對齊 knee lift 抬腿或抬膝 lunge 弓步</p> <p>10</p>	球拍	實作 評量

<p>二、發展活動：</p> <p>(一)複習一人發球一人擊球</p> <p>三、主要活動：</p> <p>(一)講解正手發高遠球 ( Forehand Long Service ) 動作要領</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.手握拍，左腳在前右腳在後，重心放於右腳上</li> <li>2.眼睛注視對方，揮拍以大弧度擺動來增加揮動力量</li> <li>3.眼睛注視將離手的球，身體微向右前側</li> <li>4.重心移至左腳，拍子順勢揮至左肩</li> </ol> <p>(二)配合哨音進行揮空拍分解動作練習</p> <p>(三)分組練習正手發高遠球</p> <p>(四)發球遊戲練習</p> <p>四、綜合活動：</p> <p>(一)本節課程重點提示</p> <p>(二)指正動作缺失</p> <p>(三)請表現良好學生示範動作，並給予回饋</p> <p>(四)告知下節課進度，歡呼解散</p>	<p style="text-align: center;">25</p> <p>Forehand Long Service 正手發高遠球</p> <p style="text-align: center;">5</p>		
---	--	--	--

教學活動	教學時間  專有名詞	教具	評量
<p>一、準備活動：</p> <p>(一)集合點名</p> <p>(二)詢問是否有身體不適的學生</p> <p><b>How do you feel today? Is anybody sick today?</b></p> <p>(三)熱身活動與伸展操-加強手腕及肩關節的熱身</p> <p><b>Then we need to do warm-up. Follow me.</b></p> <p>二、發展活動：</p> <p>(一)複習正手發高遠球(Forehand Long Service)動作</p> <p>三、主要活動：</p> <p>(一) 兩人一組一人手持球拍向上伸直面向另一人，另一人做高遠球揮拍動作，拍面最後碰擊對方的拍框，加強對擊球點位置的印象</p> <p>(二)正手過頂高遠球 ( Forehand Overhead Clear)示範講解與練習</p> <p>1. 預備動作：</p> <p>(1) 雙足開立與肩同寬、膝微屈、上身前傾、體重放</p>	<p>5</p> <p>jump 雙腳跳 aline 對齊 knee lift 抬腿或抬膝 lunge 弓步</p> <p>10</p> <p>25</p> <p>return of service 接發球 around-the-head stroke 繞頭頂揮拍擊球</p>	<p>球拍</p>	<p>實作 評量</p>

<p>在腳趾上</p> <p>(2) 雙手屈肘在胸前，以正手握拍法持拍，拍頭朝上</p> <p>約與肩同高</p> <p>(3) 抬頭決注視觀察對方擊球動作與球拍，以判斷來球的速度、高低和方向</p> <p>2. 擊球動作：</p> <p>(1) 重心前移，軀幹轉正向正前方</p> <p>(2) 握緊球拍前臂和腕部做旋前動作，伸直手臂，球拍由後往前上方做完全擺動</p> <p>(3) 擊球瞬間盡量加大擊球動量，並使球拍面與球做正面直角接觸</p> <p>3. 順勢動作：</p> <p>(1) 球拍擊球後，手臂隨之順勢往前而下，隨之馬上屈右肘終止跟隨動作，帶球拍至胸前預備部位</p> <p>(三)兩人一組練習正手發高遠球及正手過頂高遠球回擊球</p> <p>四、綜合活動：</p> <p>(一)本節課程重點提示</p> <p>(二)告知下週課程進度，歡呼解散</p>	5		
--	---	--	--