

臺中市華龍國民小學 107 學年度第一學期入班觀察

觀察班別	五乙	教學時間	107.12.17	第 2 節	教學者	李銘崇
教學領域	體育	教學單元	羽球		紀錄者	鄭貞平

一、教學設計與流程

1. 暖身:操場 4 圈。
2. 協調性運動:跳繩(跑步跳、開合跳)。
3. 正面按壓動作要領提醒:
 - (1) 拇指壓住握把前端，其餘四指扣住握把。
 - (2) 拇指往前推按「讚」，避免拍面過度擺動。
4. 練習:
 - (1) 拍面直立，向正前方按壓 30 次。
 - (2) 拍面左躺，向正前方按壓 30 次。
 - (3) 拍面右躺，向正前方按壓 30 次。
5. 發短球動作及規則提醒:
 - (1) 拍面左躺，球置外側，向正前方按壓推球。
 - (2) 球必須進入對角球區。
6. 發球練習(短球):
 - (1) 男女各一排發球，發進發球區五球則過關。
7. 正反拍接球練習:
 - (1) 正反拍接球，比賽誰可以接球最多次。
 - (2) 兩人對打練習。
8. 統整觀念:
 - (1) 將整節課練習的觀念統整。



慢跑暖身



慢跑暖身

[在此鍵入]



協調性訓練



協調性訓練



握拍方法講解



推拍拍面講解



正面推拍練習



側面推拍練習

[在此鍵入]



發短球練習



發短球練習



正反拍接球練習



對打練習

二、我看到相關概念的優點或特色

1. 協調性的基礎練習有助提升學生身體協調與敏捷。

[在此鍵入]

2. 清楚講解，先做示範動作，確認學生了解再進行操作，練習過程循序漸進，當動作全數完成時才會進到下個階段，每個步驟皆會以前一次練習的項目作基礎，逐漸加深加廣。
3. 對於動作跟不上的學生能夠集中再次指導，提升學生自信。
4. 善用哨聲集合講解，隨時提醒分心的學生。

三、我覺得可以改進的空間

1. 發球的高度和距離可以逐步要求。