

**苗栗縣竹南國民小學 114 學年度下學期
(羽 球 社) 教 學 計 劃 表**

教學目標及課程內容簡介

一、上課時段：3/6 至 6/12 每周五 (12:40-14:00)

二、招生對象：一至六 年級，8 人以上開班，40 人為限。

三、課程簡介

課程目標：

1. 培養學生羽球運動的習慣
2. 學生能做出羽毛球的基本技巧。
3. 學生能做出羽毛球的基本步伐。
4. 學生能了解羽毛球的基本規則。

課程內容簡介：

1. 羽球運動的器材裝備介紹。
2. 正確的做出基本技巧。如：
 - (1) 長球：側身及分解動作的講解
 - (2) 小球：弓箭步及手腕擺放位置
 - (3) 發球：腳部的站位、站姿及發球分解動作
3. 應用基本技巧打出左右球路的變化。
 - (1) 利用拍面變化進行球路的方向改變
4. 介紹如何前後跑動、左右移位、全場米字型步法。
5. 介紹羽球運動的基本規則。
 - (1) 基本比賽規則
 - (2) 半場比賽規則
 - (3) 單打全場規則 雙打全場規則

師資簡介

指導老師：譚字堯

學歷：苗栗縣竹南國小
新竹市光武國中
南投縣竹山高中
嘉義縣中正大學
嘉義縣中正大學碩士班

指導

經歷：嘉義縣大吉國中代課教師
嘉義縣大林國中羽球教練
古坑國小校隊訓練課程教練
苗栗縣立竹南國小羽球社團老師
苗栗縣立竹南國小代理教師
苗栗縣立竹南國小羽球隊教練

指導老師：林奕銘

學歷：桃園市大溪國小
桃園市中壢國中
桃園市治平高中
國立清華大學教育與學習科技學系

指導

經歷：桃園市中壢國小羽球季教練
新竹市竹科實中雙語部羽球教練

苗栗縣竹南國民小學_114 學年度第 二 學期羽球社教學計畫表

次數	日期	授課內容
1	3/6	球場禮儀、握拍、平球動作教學
2	3/13	基本平球、正拍小球動作教學
3	3/20	發球動作教學、平球接正拍小球練習
4	3/27	發球練習、長球動作教學
5	4/10	長球練習接正拍小球練習、反拍小球動作教學
6	4/17	發球練習、長球接反拍小球練習
7	4/24	長球接反拍小球練習、切球動作教學
8	5/8	半場比賽規則、半場練習
9	5/15	切球練習、正拍挑球練習
10	5/22	切球接正拍挑球練習
11	5/29	反拍挑球教學及練習、前後跑動練習
12	6/5	基本球練習、殺球動作教學
13	6/12	全場跑動練習、基本球訓練、介紹正式比賽規則

承辦人：

學務處：

校長：