

南臺科技大學 107 學年度第 1 學期課程資訊

課程代碼	04D01107
課程中文名稱	羽球(G)
課程英文名稱	Badminton
學分數	1.0
必選修	選修
開課班級	高年級體育選修
任課教師	蘇素月
上課教室(時間)	週四第 8 節() 週四第 9 節()
課程時數	2
實習時數	0
授課語言 1	華語
授課語言 2	
輔導考照 1	
輔導考照 2	
課程概述	1.基本動作綜合練習 2.規則及裁判法 3.單雙打戰術之運用 4.分組循環比賽
先修科目或預備能力	
課程學習目標與核心能力之對應	※編號，中文課程學習目標，英文課程學習目標，對應系指標 ----- 1.透過羽球其運動的正確學習，提升個人的體適能及正確的運動態度與技能， --，1 建構健康生活 2.透過羽球運動技巧的訓練，養成終生運動的習慣，享受高齡化的社會，--，2 永續健康照護 3.透過羽球運動尋找適合的球伴，以從中培養良好的人際關係及健康的生活， --，3 休閒技能養成 4.從羽球比賽養成與他人互動和發展友誼的能力，--，4 尊重生命價值 5.透過羽球比賽養成與他人互動和發展友誼的能力，--，5 真誠關懷社會 6.經由羽球比賽，訓練個人的抗壓性及情緒管理，進而培養勝不驕敗不餒的 運動精神，--，7 優質情緒管理 7.透過羽球運動培養團隊精神，以團體的目標強化團隊的互助合作精神，--， 8 強化團體意識 8.經由羽球比賽及影片欣賞，培養對運動藝術與美個欣賞能力，--，6 運動藝 術欣賞
中文課程大綱	第一週 1. 介紹課程大綱及各項注意事項。 2. 場地分配、車輛停放地點排練整齊。

	3. 器材準備確實，加強球拍、球的選購。 4. 加強穿著運動服裝，準時上、下課。 第二~七週 1. 複習上學期所學基本動作。 2. 加強上課前的熱身動作，減少運動傷害。 3. 正、反拍、短球、發球講解示範說明。 4. 發球重點說明 (說明測驗要點)。 5. 各種擊球方式及步法移動介紹。 第八、九週 期中考 發球測驗 (雙打發球區分六等份，10, 9, 8, 7, 6, 5, 每人發 10 球) 第十~十五週 1. 場地介紹 (單打)。 2. 規則說明 (單打)。 3. 單、雙打分析，戰略說明。 4. 殺球介紹示範，分組練習。 第十六~十七週 期末考 雙打分組比賽測驗 (裁判、擊球法、比賽反應、步法移位動作、規則等)。
英/日文課程大綱	
課程進度表	一.1.課程簡介及修課須知說明 2.師生溝通與分組 3.穿著運動服裝，準時上、下課 二.1.加強上課前的熱身動作，減少運動傷害 2.單打規則複習及發球規則講解 3.單打半場比賽分組練習 三.1.雙打規則講解 2.發短球介紹 3.高遠球發球練習 四.綜合練習:高遠球發球練習、長球、雙打比賽練習 五.綜合練習:發短球、高遠球發球練習、長球、雙打比賽練習 六.1.全場攻守練習 2.雙打戰略戰術 3.分組練習 七.1.全場攻守練習 2.雙打練習

	3.裁判實習 八.期中術科測驗: 九.期中術科測驗: 十.1.雙打隊型介紹、規則研討、裁判手勢及實習 2.雙打分組循環賽 十一.雙打分組循環賽及裁判實習。(分組比賽名次依序給分，除羽球技術特佳之同學外，最高分 95 分，最低分 60 分。) 十二.雙打分組循環賽及裁判實習 十三.雙打分組循環賽及裁判實習 十四.混雙加分賽 十五.混雙加分賽 十六.期末術科測驗: 十七.期末術科測驗: 筆試測驗(規則及常識測驗)
教學方式與評量方法	※課程學習目標，教學方式，評量方式 ----- 透過羽球其運動的正確學習，提升個人的體適能及正確的運動態度與技能，實作演練課堂講授，日常表現筆試實作實作 透過羽球運動技巧的訓練，養成終生運動的習慣，享受高齡化的社會，課堂講授實作演練，日常表現筆試實作實作 透過羽球運動尋找適合的球伴，以從中培養良好的人際關係及健康的生活，實作演練課堂講授，日常表現筆試實作實作 從羽球比賽養成與他人互動和發展友誼的能力，課堂講授實作演練，日常表現筆試實作實作 透過羽球比賽養成與他人互動和發展友誼的能力，實作演練課堂講授，日常表現筆試實作實作 經由羽球比賽，訓練個人的抗壓性及情緒管理，進而培養勝不驕敗不餒的運動精神，課堂講授實作演練，日常表現筆試實作實作 透過羽球運動培養團隊精神，以團體的目標強化團隊的互助合作精神，實作演練課堂講授，日常表現筆試實作實作 經由羽球比賽及影片欣賞，培養對運動藝術與美個欣賞能力，課堂講授實作演練，日常表現筆試實作實作
指定用書	書名： 作者： 書局： 年份： ISBN： 版本：

參考書籍	中華民國羽球協會網站 http://www.ctb.org.tw/default.asp 羽毛球訓練技術(江明宏 信宏出版社，2005) 羽毛球拍打技巧(江明宏 信宏出版社，2005) 羽球運動-教學與訓練.涂國誠 2007.品度出版
教學軟體	1.各自準備羽球拍與羽球。 2.上網查詢羽球規則及比賽新資訊。 3.數位學習平台
課程規範	1.穿著適合運動之服裝及遵守上課規定。 2.如有重大或慢性疾病,請事先告知教師。 3.上課不遲到，不無故缺席。 4.請自備球拍及球。 5.注意運動安全。