

# 創意教案-羽球一拍擊合



就是  
愛運動

臺北市立中山國小

全校人數1446人

教案提供: 林建安 教練

## 目的

1. 增加團隊默契
2. 加強揮拍能力
3. 增強協調能力
4. 提升身體爆發力
5. 認識羽球基本對打規則

## 由來

透過羽球基本動作  
結合氣球使用  
激盪出一拍擊合的  
遊戲課程  
提升學生在課程的  
動機引發對羽球的  
興趣

## 人數

1. 每組5人
2. 分為2組競賽

## 教具

1. 氣球\*4
2. 羽球拍\*20
3. 羽毛球\*4

## 規則

### 初階

1. 每個球場進行二組對抗，每組5人。
2. 每半場中僅一位同學在後場端線上，聽哨音持拍揮擊氣球至網前，將氣球揮擊過網才算得分，結束後迅速回至後場，由下一位同學依序接替。
3. 倘落氣球途中落地，應立即回復到後場端線重來，限時1分鐘，二組最多氣球過網則該組獲勝，賽事宣布結束。



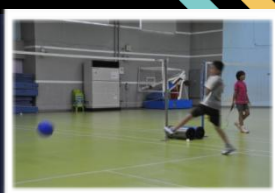
圖一 場地置球



圖二 預備發球



圖三 每生揮擊二拍後換人

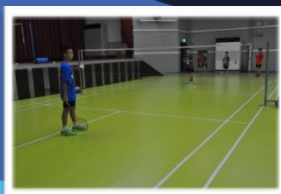


圖四 氣球落地三次即結束

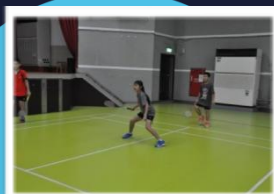
### 進階

1. 每個球場進行二組對抗。
2. 每半場中僅一位同學在場中，持拍揮擊羽球1拍，結束後迅速回至後場，由下一位同學依序接替。
3. 球落地得分記，任何一組先得11分為該組獲勝

## 規則



圖一 預備發球



圖二 對方預備接球



圖三 接完一球後  
輪轉換人



圖四 球落地失分  
先得11分勝