**單元名稱：灌籃高手**

**一、教學設計理念說明：**

（一） 增進學生對籃球運動的興趣發展身體綜合運動能力，並能將籃球運動納入休閒活動。

（二） 利用分組練習及遊戲，培養籃球基本技術。

（三） 以籃球場地教導籃球運動，善用場地與教材，活潑創意教學。

（四） 統整各種球類傳球、接球等相關理念。

（五） 善用同儕合作學習教學，小組合作學習，趣味競賽。

（六） 高成就輕鬆學習籃球。

**二、教學單元設計：**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 領域/科目 | | 健康與體育學習領域 | | 設計者 | 廖松圳 | |
| 實施年級 | | 五年級 | | 總節數 | 1 | |
| 核  心  素  養 | 總綱核心素養 | | 領綱/科目核心素養 | 呼應核心素養之教學重點 | | |
| A1身心素質與自我精進 | | 健體-E-A1具備良好身體活動與健康 生活的習慣，以促進身心健全發，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 | 1.在活動中表現身體的協調性，認識體適能對健康的重要性。  2.在遊戲或簡單的比賽中表現各種運動的基本動作或技術，培養運動家的精神。 | | |
| 生活技能融入 | | | ☑人際溝通能力 □做決定 □自我覺察  □協商技巧 □解決問題 □目標設定  □拒絕技能 □批判思考 □自我監控  □同理心 □情緒調適  ☑合作與團隊作業倡導能力 □抗壓能力  □倡導能力 | | | |
| (領綱)學習重點 | | | 1. 學習表現   1d-Ⅲ-1了解運動技能的要素和要領。(認知/技能原理)  2c-Ⅲ-1 表現基本運動精神和道德規範。(情意/體育學習態度)  3c-Ⅲ-1 表現穩定的身體控制和協調能力。(技能/技能表現)  4c-Ⅲ-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。(行為/運動計畫) | | | |
| (2)學習內容  Hb-Ⅲ-1陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術 。 | | | (3)學習目標  1.了解熱身活動的正確步驟及帶球上籃的基本動作。  2.懂得分析欣賞籃球運動及培養運動家的精神。  3.能作出正確的熱身活動及帶球上籃的技巧。  4.能執行體適能計畫與運動技能表現之相關行為。 | | | |
| 議題  融入 | 人權與民主法治  E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。 | | | | | |
| 教具  設備 | （列出本單元所需的教學設備或資源）  籃球、排球、呼拉圈、呼拉圈……。 | | | | | |
| 教學活動內容及實施方式 | | | | | 時間 | 評量 |
| **第一節：《帶球上籃》**  **一、課前準備**  (一)學生：平時對籃球運球、傳球的生活遊戲體驗。  (二)教師：選擇的媒材以學生生活經驗及課程內容為主軸，可以配合  搭配健康，透過健康的生活引發學生學習動機。  **二、引起動機**  **(一)**跑步（慢跑﹑側跑﹑交叉跑﹑向後跑﹑跑跳步）  (二)伸展操溫暖身體、動態關節活動、肌肉伸展三步驟﹑柔軟度加強  檢測。  (三)立定跳遊戲（擺臂、向上、向前、向後、旋轉）動作。  **三、主要內容／活動**  (一)體適能活動：1.曲折跑  2.呼拉圈單足跳  3.呼拉圈雙足跳  4.單雙運用  5.伏地挺身10次  6.仰臥起坐20次  7.穿越呼拉圈  8.穿上跳下  (二)主要活動  1.複習活動﹕\*右手運球  \*左手運球  \*左﹑右手交換運球  \*穿梭運球  2.主要課程進度﹕（帶球上籃 ）  \*帶球上籃基本步伐介紹及演練  \*兩步步伐加投籃動作之介紹及演練  \*實際操作  3.示範、講評、鑑賞  4.再操作  5.總講評  **四、總結活動**  (一)投籃遊戲  (二)鼓勵課後與同學一起練習  (三)發放家庭作業  (四)預告下次上課內容  (五)協助整理器材 | | | | | 5分鐘  10分鐘  18分鐘  7分鐘 | 實作  實作  能跟著老師逐項完成  實作  雙手皆能順暢運球  能熟悉上籃動作正確要領  能欣賞他人動作  實作  學習單  能與同學融洽學習 |

學習單

各位同學，請你們拿起筆來上網查籃球活動的起源紀錄下來吧！

~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~

~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~

~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~

~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~

05



你喜歡這一節籃球課嗎？請把你的想法也順便寫下來吧！

