

籃球教學教案

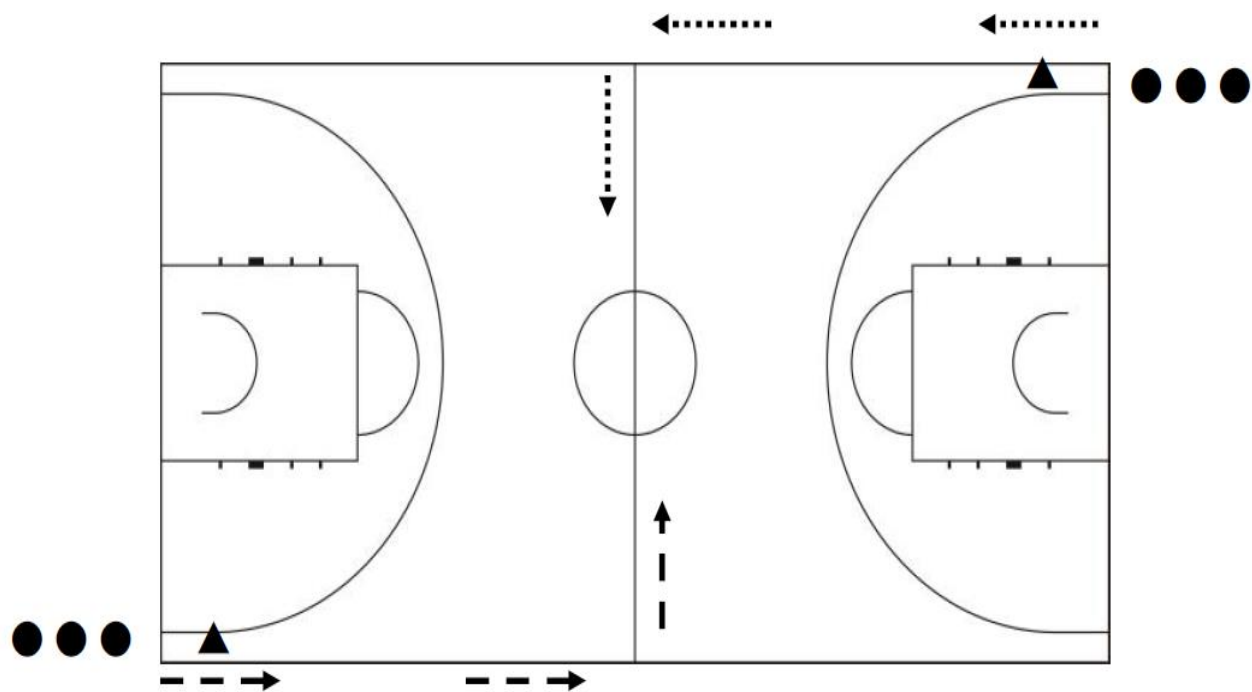
教學單元名稱：我是運球高手	
任課教師：涂育菁	
教學單元摘要：1.指導學生能夠左、右手原地運球。 2.指導學生能夠行進間運球。 3.由基本動作發展出樂趣化活動。	
教學時間：1 堂課，45 分鐘	
教學資源：籃球場、籃球 12 顆、角錐 2 個、哨子一個	
單元目標	具體目標
1.認知目標 能說出籃球運球的動作要領。	1-1 了解運球在籃球比賽中之重要性。 1-2 了解運球動作要領及練習方法。
2.技能目標 能做出籃球運球的動作且能熟悉動作要領。	2-1 能作出正確的運球動作。
3.情意目標 能學習大膽嘗試，不怕失敗的學習態度。	3-1 培養對籃球運動的興趣。 3-2 學習欣賞別人的優點並改善自我。

<p>準備活動：</p> <p>1、集合整隊：</p> <p>先點名並詢問有無身體不舒服的學生。</p> <p>2、熱身：</p> <p>(1)健身操</p> <p>(2)開合跳 30 下</p> <p>3、引起動機：</p> <p>舉例籃球明星運球的技術並說明運球的重要性。</p>	10
<p>發展活動：</p> <p>1、講解運球的基本動作。</p> <p>(1)持球：</p> <p>不可以掌心持球，用手指去接球，五指含蓋在球體上。</p> <p>(2)運球要領：</p> <p>兩腳前後站立，膝蓋微蹲，下球的位置大約在 45 度，運球的高度以不超過腰為宜，眼睛要看前方，另一手要保護球。</p> <p>(口訣:位置對、不過腰、看前方、保護球)</p> <p>2、分組練習(兩人一組):</p> <p>(1)先輪流在原地運球左右手各一分鐘，另一人在旁協助觀察。</p> <p>(2)你拋我接之運球練習:</p> <p>一人拋網球，另一人邊運球邊接網球，一人各接十次再換人。</p>	5 15
	10

3、攻佔城堡之運球比賽

(1)分成兩組，站在籃球場對角線兩邊，排在底線後面。

(2)每次每隊只能一人出發，遇到人時要往右保持兩步距離並停球猜拳，贏了可繼續前進，輸了要排到原本隊伍後面，且輸的那一隊須趕快派人再出發，若摸到對方陣地的角錐就算得一分，在時間內看哪一組得最多分就算獲勝。(如下圖所示)



綜合活動：

- 1.針對運球技巧檢討並發問。
- 2.表揚優秀同學。
- 3.發下學習單並說明內容。
- 4.預告下次上課內容。
- 5.喊口令解散。

