

健體領域教案

領域/科目		健康與體育		設計者	杜育任
實施年級		三上		教學時間	40分鐘
主題名稱		籃球			
單元名稱		籃球跑跳碰			
設計依據					
學習重點	學習表現	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。		總綱與領綱之核心素養	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。
	學習內容	Hb-II-1 陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。			
融入議題與其實質內涵		• 人權教育 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 • 品德教育 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 • 安全教育 安 E7 探究運動基本的保健。			
與其他領域/科目目的連結		無			
教材來源		• 南一版健康與體育四下主題參單元十二			
教學設備/資源		籃球、哨子、小圓錐數個、籃球場。			

學習目標

1. 能認同團體規範，不造成別人困擾也能協助需要幫助的人，一起快樂的練習。
2. 能欣賞不同團隊的表現。
3. 能遵守比賽的規則。
4. 能認同團體的目標，建立對團體的歸屬感。
5. 能體會目標達成的感受，養成互助合作的精神。

教學活動設計

教學活動內容及實施方式	時間	評量方式
【活動 1：玩球高手】 (一)持球繞身：教師示範動作後，讓學童練習繞球的動作。 1. 繞腰：利用雙手，將球在腰際繞圈。 2. 抬腳繞腿：單腳抬起，利用雙手將球繞過腿部。 3. 繞腳 8 字形：利用雙手互換，球不落地的將球於兩腿之間成 8 字形繞圈。 4. 學生自由練習。 5. 請動作較優異的學生示範。 (二)精采運球：教師示範動作後，讓學童練習運球的動作。 1. 高低運球：控制運球的力道、速度，保持一定的節奏，將球維持在不同的高度運行；高運球維持運球至胸前的高度，中運球維持運球到至腰前的高度，低運球維持運球至膝前的高度。 2. 左右手互換運球：身體前傾，雙腳張開，膝蓋微蹲保持靈活，左右手互換拍打運球，保持一定的節奏，將球的落地點維持在前方兩腿之間，保持球的運行。 3. 學生自由練習。 4. 請動作較優異的學生示範。 (三)評量項目 1. 能平穩的完成繞球及運球等動作。 2. 能發表完成動作的感受及大概的動作要點。 ◎行進間變化運球 (一)教師示範動作後，讓學童練習行進運球動作，在不同的區域內部變換不同的運球方式，將球運到終點的圓錐處才算完成。 1. 右手運球：聽到教師哨音口令，右手運球前進。 2. 換手運球：聽到教師哨音口令，變換前進運球的動作為換手運球前進。 3. 左手運球：聽到教師哨音口令，變換換手運球為左手運球。 ◎天旋地轉闖通關 (一)教師示範動作後，讓學童練習運球的動作。 (二)活動規則 1. 分成兩組一同進行運球闖關，聽到教師哨音口令後，運球前進。 2. 運球前進時，必須找三個圓錐完成運球各繞一圈的動作後，才可繼續往前運至中繼線；經過中繼線後，由左右兩側直線運球回到起點，給下一位隊友。	1	能實作表現
	1	
	1	
	5	
	10	
	12	
	10	能實作表現

<p>3.若球脫離掌控，則必須再從上一個動作、地點重新開始。</p> <p>(三)告一段落後，獎勵動作表現優異的學童，並請學童發表感言。</p> <p>(四)評量項目</p> <p>1.能平穩的完成運球闖關動作。</p> <p>2.能發表完成動作的感受及大概的動作要點。</p>		
---	--	--