

「健康與體育」學習領域教學活動設計

單元名稱	籃球	教學年級	三年乙班	人 數	28
教材來源	自 編	任課教師	吳長展	時 間	40 分鐘
教學目標			核心素養		
1. 能了解籃球運動的由來及發展。 2. 能確實做出籃球的動作。 3. 能由活動中觀察自己與同學間的差異 4. 運用遊戲的方式增進運動技巧 培養挑戰自我與團隊合作的精神			領綱核心素養： 健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能 健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心用在生活中的運動、保健與人際溝通上 健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗 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		
教學設計理念與構想					
本教學活動主要在讓學生學會籃球各項的技能，培養學生積極進取、團隊合作、爭取榮耀之精神，並藉由同學間的活動增進表達溝通的能力。透過遊戲活動的學習瞭解傳球在籃球技巧中的重要性，以及懂得運球的時機、運球的規則，增進學生對籃球運動的認識。					

籃球教案設計

單元名稱	籃球球感訓練	設計者	吳長展	
教學策略	詰問式、實作教學	教學時間	40 分鐘	
教學目標	教學活動	時間	備註	
1. 伸展肢體 避免運動傷害。	一、準備活動 (一) 集合點名，紀錄未到及服儀不整的同學，作為成績考核之參考。 (二) 詢問同學，是否有身體不適者，予以安排其他活動。 (三) 暖身活動 1. 慢跑兩圈。 2. 各個關節繞環運動，特別加強手腕、手臂、膝、踝、腰。	3' 2' 5'		
1. 球感練習 增進對球的控制	二、發展活動 (一) 活動一 1. 介紹籃球運動的起源及基本動作技巧。 2. 教師提答。 (二) 活動二：球感訓練。 1. 雙手持球，手掌不可接觸到球，球置胸前，肘為開，膝微彎，力量從腳—軀幹—手臂—手腕—手指，一氣呵成，將力量傳至球上。 2. 出手點在頭頂斜前方，將球向上拋出。 3. 球在空中時，學生可拍手，待球掉下時將球接住。	5' 8'	學生回答問題 小組練習	
2. 遵守規則 進行練習。	4. 可允許籃球在地上彈跳一次後再接住。 (三) 活動三：進行遊戲—行進間拋接球 1. 設定距離為球場兩側邊線。 2. 學生行進間拋球—拍手—接球。 3. 要求學生直線進行活動，避免碰撞。	8'	小組練習	
3. 能欣賞他人的運動技能	三、綜合活動 (一) 各組輪流示範，並請其他各組發表他們的優缺點。 (二) 教師講評與讚美 任何技能要做的好，都要透過不斷的練習，使它變成一個反射的自然動作。當你練習到把步驟都忘記，且能靈活運用於比賽中，那你就成功了。 下一堂課會安排一些有關籃球運球的活動和比賽，希望同學能利用課餘時間複習這節上課的內容，下一堂課時再來好好表現一下。	4' 5'	小組觀摩	

	四、清查人數並請同學清點器材、整理場地， 歡呼下課。		
--	-------------------------------	--	--