

彰化縣大榮國小 111 學年度 第二學期健康與體育領域—體育 十二年國教素養導向教學設計

領域/科目	健康與體育領域—體育		設計者	林彥妤
實施年級	五年級		總節數	共__4__節，_160_分鐘
單元名稱	籃球			
設計依據				
學習重點	學習表現	● 2c- I -2 表現認真參與的學習態度 ● 2d- I -2 接受並體驗多元性身體活動 ● 3d- I -1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題 ● 4c- I -1 認識與身體活動相關資源	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-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	● Ha- I -1 網/牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作協調、力量 及準確性控球動作 ● Hc- I -1 標的性球類運動相關的簡易 拋、擲、滾之手眼動作協調、力量 及準確性控球動作		
議題融入	實質內涵	●		
	所融入之學習重點	●		
與其他領域/科目的連結	● 能透過籃球技能訓練手部			
教材來源	自編教材			
教學設備/資源	籃球、呼拉圈、記分板			
學習目標				
● 能透過籃球技能訓練手部，手挽以及手指力道與柔軟度 ● 能透過籃球運球活動中學會手眼協調 ● 能透過多對多籃球搶球練習中學會安全運動 ● 能透過多對多籃球搶球練習中俾演運動家精神 ● 能透過籃球以及策略遊戲學習團隊精神				

教學活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
第三節		1.

1. 準備階段：Warm Up Drill: T checks if anyone is feeling under the weather and gives permission for absence or to sit on the bench through the session. T: Is anyone not feeling well for today's class? (checks and permits) T: Let's warm up. Central line. (central line students raise their hands) Spread out. S: Spread out. The sports chief leads the warm up routines. (1.) Jumping Jack twenty times. (2.) Neck exercise (3.) Shoulder circles (4.) Arm circles (5.) Hip circles (6.) Knee circles (7.) Leg stretches (8.) Outer Thigh stretches (9) Wrists and ankles circles T announces a one-minute water break. T : "You may take a water-break for one minute." Run 2 laps. 跑兩圈 2. 英語單辭練習：basketball 籃球、follow through 手隨球 3.英語體育相關詞介紹：shoot the basketball, follow through 發展階段 1. 籃球投籃自主練習 透過遊戲【看誰投最準 Who's the eagle man. 】學生將在遊戲中體驗心理戰的快感，同時精進投籃技巧。 a. 規則： i. 將學生分為兩組，教師指定籃下 6~8 個定點，以呼拉圈為標的。一組為發射組，另一組為謀畫組。謀畫組積分 20 分為基準，每一個位子規劃 1~5 分。	10 分 鐘	
	20 分 鐘	

發射組則要決定要將哪一個球員安排在哪一個呼拉圈。 ii. 討論時間為 2 分鐘，時間到以後老師確認無誤，即開始遊戲。由謀劃組紀錄分數，此時已不予更改分數。 iii. 在投籃時，投籃者需說 “shoot the basketball” 否則進球分數要予扣分 iv. 相同操作方法兩組交換 b.延伸遊戲：教師可以將呼拉圈的設計位置讓學生微調，或是可以在謀劃組設計好計分位子後，由發射組自行決定要站的呼拉圈位子，不限制每人固定呼拉圈的位子。 總結階段： 1. 【反思活動】 a. 在投籃時有什麼技巧呢？ b. 請問再安排位置的時候是以什麼樣的技巧呈現呢？ 2. 學生自主投籃練習 第三節結束 End of the third session	5 分鐘 5 分鐘	
--	-------------------------	--

試教成果：（非必要項目）
參考資料：（若有請列出）
附錄：