

# 健體領域教案

<b>領域/科目</b>	健康與體育	<b>設計者</b>	杜育任
<b>實施年級</b>	四上	<b>教學時間</b>	40分鐘
<b>主題名稱</b>	籃球		
<b>單元名稱</b>	全民瘋籃球		
<b>設計依據</b>			
<b>學習重點</b>	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。	<b>總綱與綱領之核心素養</b>
	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。	
<b>融入議題實</b>	<b>議其內涵</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 人權教育 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</li> <li>• 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。</li> <li>• 安全教育 安 E7 探究運動基本的保健。</li> </ul>	
<b>與其他領域/科目的連結</b>	無		
<b>教材來源</b>	• 南一版健康與體育四下主題參單元十二		
<b>教學設備/資源</b>	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
<p><b>【活動 1：玩球高手】</b></p> <p>(一)持球繞身：教師示範動作後，讓學童練習繞球的動作。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.繞腰：利用雙手，將球在腰際繞圈。</li> <li>2.抬腳繞腿：單腳抬起，利用雙手將球繞過腿部。</li> <li>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。</li> <li>4.學生自由練習。</li> <li>5.請動作較優異的學生示範。</li> </ol> <p>(二)精采運球：教師示範動作後，讓學童練習運球的動作。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>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。</li> <li>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。</li> <li>3.學生自由練習。</li> <li>4.請動作較優異的學生示範。</li> </ol> <p>(三)評量項目</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.能平穩的完成繞球及運球等動作。</li> <li>2.能發表完成動作的感受及大概的動作要點。</li> </ol> <p>◎行進間變化運球</p> <p>(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。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.右手運球：聽到教師哨音口令，右手運球前進。</li> <li>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。</li> <li>3.左手運球：聽到教師哨音口令，變換換手運球為左手運球。</li> </ol> <p>◎天旋地轉闖通關</p> <p>(一)教師示範動作後，讓學童練習運球的動作。</p> <p>(二)活動規則</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>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。</li> <li>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。</li> </ol>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>5</p> <p>10</p> <p>12</p> <p>10</p>	<p>能實作表現</p> <p>能實作表現</p>

<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> <ol style="list-style-type: none"><li>1.能平穩的完成運球闖關動作。</li><li>2.能發表完成動作的感受及大概的動作要點。</li></ol>		
---	--	--