

彰化縣竹塘鄉土庫國小

健康與體育雙語教學單元設計

教學單元設計

領域/科目	健康與體育		設計者	曾琪雅老師
實施年級	高年級		總節數	共 3 節，120 分鐘 本次公開課為第一節
單元名稱	運球疊高賽			
設計依據				
學習重點	學習表現	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	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。
	學習內容	Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。		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。
議題融入	學習主題	健康的身心		
	實質內涵	戶 E3 善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。		
與其他領域/科目的連結	語文領域-英語文			
教材來源	南一、體育課好好玩-體育課程與教學資源網			
相關學科英語單字/句型:	一、英語單字： ready/go/one two three/walk/jump/Warm-up/run/ball/hula hoop/pass/dribble/out-and-backrun/take a shot 二、教室用語： Are you ready? Good morning! Let's go. / Ready, go. Line up please. Don't do that! Listen carefully. Excellent! You're doing great! See you next time. 三、英語句型、句子： Yes, I am ready. Who want to try?			

	Now it's your turn.	
教學設備/資源	籃球、呼拉圈、杯子、敏捷圈、小三角錐、大三角錐	
學習目標		
1. 能知道運球投籃動作要領。 2. 能藉由遊戲完成運球投籃且學生能學會在團體合作相互爭取榮譽。		
每節重點		
1 st Period (第一節)	能正確完成運球基本動作，並且可以邊運球還將杯子疊高的比賽。。	
2 nd Period (第二節)	能展現運球上籃、投籃的技巧。	
3 rd Period (第三節)	熟練運球、傳球、投籃動作，並分隊進行定點比賽投籃	
Teaching Activity Designing (教學活動設計)		
教學活動內容及實施方式		備註
The First Period (第一節)		
A. Preparatory Activities (準備活動) 5'		
1. Getting the Ss Together and Roll-Calling (集合、點名):		
T: Hello, everyone. Ss: Hello, teacher. T: Ok, let me see who is not here? Alright, everyone is here. Let's start the class.		
2. Warm-Up Activities (熱身活動):		
T: Let's do some warm-up activities. Ss: One two three..... (From head to knee.)		
B. Main Activities(主要活動)：25'		
教師將學生分成兩大組。		
T: Let's make into two groups.		
1. 熱身折返跑練習:		
T: Now, Let's do out-and-back run. Please run to the yellow line. Then come back to the white line. 教師示範說明熱身折返跑的基本動作：預備動作第一次到黃線折返跑來回，第二次折反跑到白線折反跑來回。		
2. 運球折返跑練習:		
T: Let's do one-hand dribble and out-and-back run. 教師說明與示範運球的動作：單手運球前進第一次到黃線折返跑來回，第二次折反跑到白線折反跑來回。		
3. 運球拿杯		
Let's do one-hand dribble to the hula hoop and take the cup. 請學生每組一次一個人出發，運球至中心點(呼拉圈位置)拿		
		教師帶領學生做暖身運動。 Ss 能積極參與活動，與他人合作。 教師準備： 杯子 24 個

一個疊杯，如果無法運球或二次運球，此次無法拿疊杯，需回基地換人。按照順序每個人輪兩次。

呼拉圈 1 個

C. Comprehensive Activities (綜合活動): 10'

1. 運球疊高高:

T: 我們分兩隊，進行運球疊高高比賽。

T: Let's make into two groups and play cup stacking.

(1) 教師引導學生思考如何疊杯子疊的最高，給兩組 3 分鐘時間討論。

T: Please discuss in 3 minutes.

(2) 請兩組學生到定點手拿疊杯並運球至該組的呼拉圈將疊杯放在定點位置內，快速度的把運球回去定點，再接一位同學，並看誰那一組將杯子疊的最高者的組別獲勝。

T: Every student take one cup when dribbling.

(3) 依名次可以獲得不同的杯子數量。第一名可得 14 個疊杯、第二名 8 個疊杯。這些疊杯將做為下一關卡使用。

T: The winner can get the most cups.

(4) 再進行第二次競賽，請兩組學生依名次得到疊杯，到定點手拿疊杯並運球至該組的呼拉圈，將疊杯放在定點位置內，以最快的速度運球回去定點，再接續下一位同學，並看誰那一組將杯子疊得最高者的組別獲勝。

呼拉圈 2 個

2. 進階 s 型運球(每組疊杯相同)

(1) 教師給兩組 2 分鐘時間討論，是否要調整疊法，讓學生再想想如何才能將疊杯子疊的最高。

(2) 請兩組學生到定點，手拿疊杯並運球至該組的呼拉圈，將疊杯放在定點位置內，加大三角錐邊運球穿越過去，以最快的速度運球回去定點，再接續下一位同學，並看誰那一組將杯子疊得最高者的組別獲勝。

4 個大三角錐

2. Teacher Summarizes (教師總結).

1. 運球疊杯時，每組疊高情況不盡相同。
2. 疊杯數量最少，但疊最高。
3. 疊杯數量最多，但直筒狀高塔被風吹倒。
4. 所以疊法還得考外在環境因素。
5. 疊杯的過程需很輕輕的放且要穩定，但仍然要保持運球狀態。

3. Teacher checks up the equipment (點收器材).

T: All right. It's time to take a break. See you next time.

----- End of the Class (課程結束)-----

The Second Period (第二節)

<p>A. Preparatory Activities (準備活動) 5'</p> <p>1. Getting the Ss Together and Roll-Calling (集合、點名):</p> <p>T: Hello, everyone. Ss: Hello, teacher. T: Ok, let me see who is not here? Alright, everyone is here. Let's start the class.</p> <p>2. Warm-Up Activities (熱身活動):</p> <p>T: Let's do some warm-up activities. Ss: One two three..... (From head to knee.)</p> <p>B. Main Activities (主要活動) : 25'</p> <p>1. 上籃基本腳步練習: 教師說明與示範收球與雙腳跳入呼拉圈的動作： 首先是(1)右手運球+雙腳墊步，收球同時左腳跳入呼拉圈 內 (2)左手運球+雙腳墊步，收球同時右腳跳入呼拉圈 內</p> <p>2. 投籃基本腳步練習: 延續上一個動作先(1)右手運球+雙腳墊步投籃、 (2)左手運球+雙腳墊步投籃。 複習每一個人練習上籃、投籃運球基本練習</p> <p>T: Everyone, now use your hands to pass the ball and take a shot.</p> <p>3. 右邊、左邊上籃 1、2 步練習、跨出呼拉圈: 教師示範(1)右邊上籃第 1 步+右手運球收球同時右腳跳入呼拉圈，要勾右腳 (2)延續上動作，右邊上籃 1、2 步左腳跨出呼拉圈 +左腳往上跳投籃 (3)左邊上籃第 1 步+左手運球收球同時左腳跳入呼拉圈，要勾右腳。 (4)延續上動作，左邊上籃 1、2 步右腳跨出呼拉圈 +右腳往上跳投籃 (5)連續大跨步模擬行進間上籃</p> <p>T: 每個人要能右邊上籃 1、2 步練習、跨出呼拉圈。 T: Everyone, now take a shot from your right hand side and jump out from the hula hoop.</p> <p>C. Comprehensive Activities (綜合活動): 10'</p>	<p>Ss 能積極參與活動，與他人合作。</p> <p>教師帶領學生做暖身運動。</p> <p>Ss 能積極參與活動，與他人合作。</p> <p>Ss 能積極參與活動，與他人合作。</p>
--	--

1.T: Now make into two teams, every team needs to shoot the ball.
教師將學生分成兩組，實際進行左右邊上籃，以呼拉圈提示第一步。

2. Teacher Summarizes (教師總結)

複習上籃、投籃基本腳步練習

教師總結基本投籃是運球完要收球與雙腳跳的動作。

3. Teacher checks up the equipment (點收器材).

T: All right. It's time to take a break. See you next time.

----- End of the Class (課程結束)-----

The 3rd Period (第三節)

A. Preparatory Activities (準備活動) 5'

1. Getting the Ss Together and Roll-Calling (集合、點名):

T: Hello, everyone.

Ss: Hello, teacher.

T: Ok, let me see who is not here?

Alright, everyone is here.

Let's start the class.

2. Warm-Up Activities (熱身活動):

T: Let's do some warm-up activities.

Ss: One two three.....(From head to knee.)

B. Main Activities (主要活動): 25'

1. 有氧籃球操- 暖身活動

請學生拿著籃球繞頭部完換繞腰部，並擁籃球繞膝蓋進行暖身，雙腳完繞單腳，胯下八字形運球。

2. 運球我最行:

(1) 教師講解每組一次一人在出發位置點，籃球運球到呼拉圈位置點拿角錐，且在沒有兩次運球前進或走步的限制，但要盡力持續運球不中斷喔。

(2) 除籃球運球技巧之外，要去搶對方的角錐，直到時間到，角錐**最多**的獲勝。(計時 10 分鐘)

(3) 延續上面的活動，每組一次一人出發，到呼拉圈位置點拿角錐，且在沒有兩次運球前進或走步的限制，但持續運球不中斷喔。

(2) 除運球技巧之外，這次是要把對方的角錐放回去，直到時間到，擁有角錐**最少**的獲勝喔。(10 分)

Ss 能積極參與活動，與他人合作。

教師帶領學生做暖身運動。

一個呼拉圈
6 個角錐

T: Everyone, now it's your turn.
T: Ok everyone, you need to protect your ball carefully, don't let your ball get stolen.

C. Comprehensive Activities (綜合活動): 10'

1. T: Now we will make two teams, team B need to protect your corn, team A need to attack the corn, the attacker only has 3 minutes. Which team attacks the most corn is the winner.

(1)運球大聯盟

教師講解遊戲規則，學生在球場全場範圍內，A 隊-開始傳球順序：投手>捕手>一壘手>二壘手>三壘手>捕手，B 隊先派 1 人開始跑從本壘開始出發繞一圈比 A 隊傳球快到達本壘進攻方得一分，A 隊球先傳球到達本壘，捕手接住籃球，若 B 隊跑太慢則一人出局。

(2)延續活動，學生在球場全場範圍內，A 隊-開始傳球順序倒著壘包跑：投手>捕手>三壘手>二壘手>一壘手>捕手，B 隊先派 1 人開始跑，從本壘開始出發繞一圈，比 A 隊傳球快到達本壘進攻方得一分，A 隊球先傳球到達本壘捕手接住籃球，若 B 隊跑太慢則一人出局。

2. Teacher Summarizes (教師總結).

今天複習運球穩定性的技巧和同學間的傳球合作的技巧精神。

3. Teacher checks up the equipment (點收器材).

T: All right. It's time to take a break. See you next time.

----- End of the Class (課程結束)-----

試教成果：(非必要項目)

參考資料：(若有請列出)