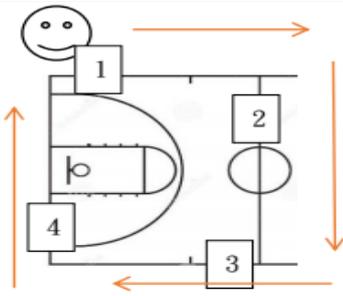


領域/科目	健康與體育(自編教材)	設計者	謝伯宜
實施年級	中年級	教學節次	共 4 節
單元名稱	籃球我最準		
設計依據			
學習重點	學習表現	<p>1c-II-1 認識身體活動的動作技能。</p> <p>1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。</p> <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。</p> <p>2d-II-3 參與並欣賞多元性身體活動。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能</p> <p>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。</p> <p>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。</p> <p>4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的的身體活動。</p>	核心素養
	學習內容	<p>Ab-II-1 體適能活動。</p> <p>Bc-II-1 暖身、伸展動作原則</p> <p>Cb-II-4 社區運動活動空間與場域。</p> <p>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。</p>	
議題融入	實質內涵	1. 生命教育 2. 品德教育3. 法治教育4. 安全教育5. 戶外教育	
	所融入之學習重點	<p>品 E3 溝通合作與和諧人際關係</p> <p>生 E16 情緒管理的能力</p> <p>法 E4 參與規則的制定並遵守之</p> <p>安 E6 了解自己的身體</p> <p>戶 E5 善用教室外、戶外及校外教學, 認識生活環境(自然或人為)</p>	





3 分鐘

## 二、發展活動

### 活動(五) 障礙物S型運球練習

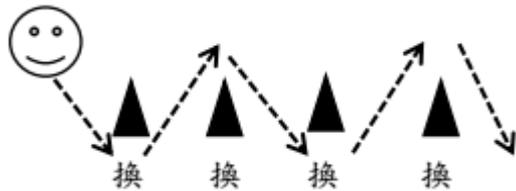
1. S型運球:請學生先使用慣用手運球,再使用非慣用手運球回來

3 分鐘



2. S 型換手運球:請學生先用慣用手運球,當遇到角錐就換(非慣用手)運球,以此類推

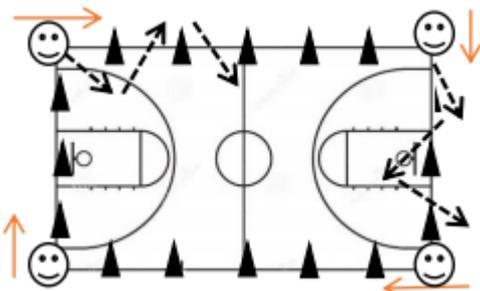
4 分鐘



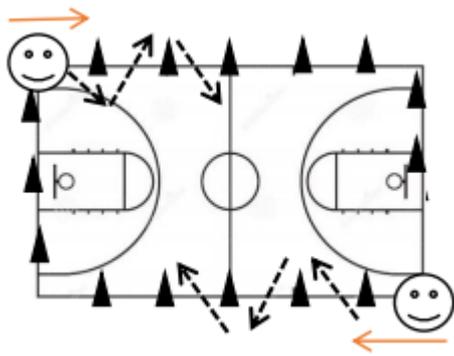
### 活動(六) 運球遊戲

1. 籃球場 S 型運球:將學生分成 4 組,各從角落底線出發,順時鐘進行 s 型運球(慣用手),當教師哨音聲響起,變換非慣用手運球

4 分鐘



2. 籃球場 S 行左右手運球追逐:將學生分組,從兩邊底線出發,左右手交換運球追逐,如被追到者回到原點從新出發再一次



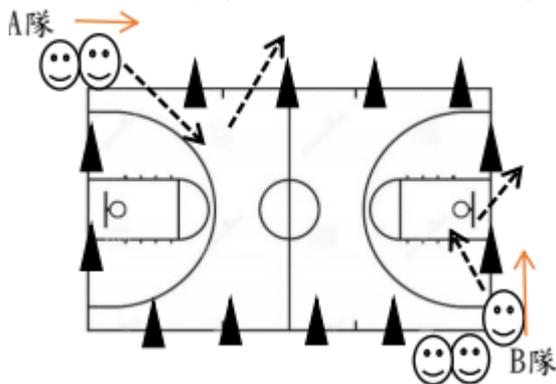
5 分鐘

### 一、總結活動

#### 活動(七) 猜拳 S 型運球遊戲

將學生分成兩隊,從籃球場底線出發(先順時針再逆時針),使用慣用手運球,遇到對方進行猜拳,輸的人淘汰換下一位,贏的人繼續前進,看哪一方先達陣到敵對起點區域即獲勝

5 分鐘  
1 分鐘



#### 活動(八) 收操活動(簡易伸展)

活動(九) 複習今日課程重點,並提醒下次上課內容

-----第三節課結束-----