

健康與體育領域素養導向暨雙語課程教案

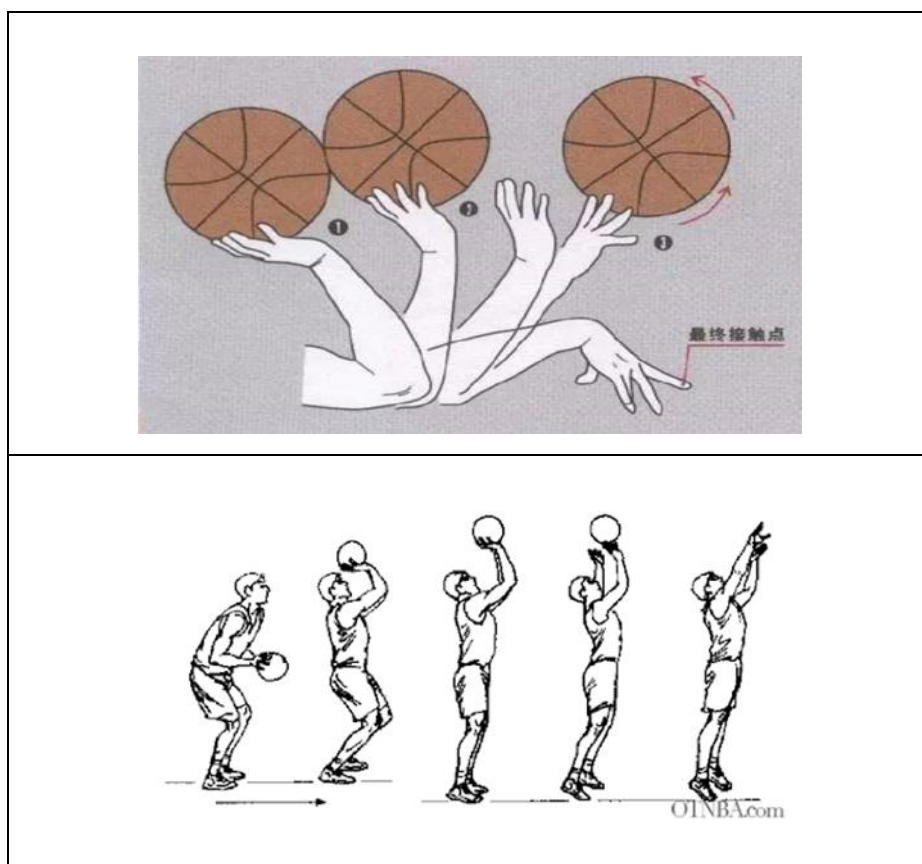
學校名稱 School	內安國小	課程名稱 Course	籃球攻防
單元名稱 Unit	投籃 Basketball Shooting	學科領域 Domain/ Subject	健康與體育
教材來源 Teaching Material	康軒健康與體育第十冊	教案設計者 Designer	林 一 仲 Eric Lin
實施年級 Grade	Grade 5	第 2 節（本單元共 8 節） Section 2（This unit has 8 sections in total）	
教案設計理念 Rationale for Instructional Design	籃球運動為台灣現代青少年普遍都能有接觸過的運動，但因籃球運動為肢體接觸性的運動，學生常因不正確的動作及觀念而導致自身身體或他人身體的傷害。課程中增加學生在接觸籃球運動時，能對自身的身體保護及對他人身體保護的觀念加深加廣。另使學生多元試探自我性向，增加未來工作及休閒活動的多元選擇。		
學科核心素養 對應內容 Contents Corresponding to the Domain/ Subject Core Competences	總綱 General Guidelines	A1 身心素質與自我精進 B1 符號運用與溝通表達 C2 人際關係與團隊合作	
	領綱 Domain/ Subject Guidelines	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，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 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。	
	校本素養指標 School-based Competences	1-1-1：透過多元學習模式，建立基本知能。 1-2-1：具備辨別、理解語言、文字、數理、肢體及藝術的能力。 2-1-3：能為共同的目標訂定規則或方法，一起工作並完成任務。	

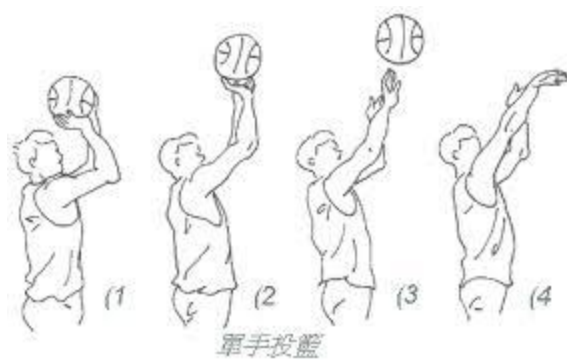
		3-2-1：能感知個人與團體的異同，具備友善的人際情懷。
學科學習重點 Learning Focus	學習表現 Learning Performance	1-d-1 描述動作技能基本常識。 2-c-1 表現尊重的團體互動行為。 3-c-2 表現安全的身體活動行為。 4-c-2 選擇適合個人的身體活動。
	學習內容 Learning Contents	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 Cb-I-2 班級體育活動。 Hc-I-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之 手眼動作協調、力量及準確性控球動作。
學生準備度 Students' Readiness	學科準備度 Readiness of Domain/ Subject 學生們了解了上一單元所教的中文安全提示。 Students know the safety tips in Chinese taught at previous unit. 學生有觀看籃球比賽和打籃球的經驗。 Students have experiences in watching basketball games and playing basketball.	
	英語準備度 Readiness of English 學生用英語向老師問好。 Students greet teachers in English. 學生透過說「A、B、C、是或否」來口頭選擇選項。 Students pick options orally by saying "A, B, C, , Yes, or No." 學生能複誦老師教的英文單字和短句。 Students can repeat the English words and short sentences taught by the teacher. 學生可以用簡單的英文單字回答老師的問題。 Students can answer the teacher's questions with easy English words.	
單元學習目標 Learning Objectives	1. 能了解籃球投籃的動作要領。 Students are able to understand the key points of a basketball shot. 2. 能確實完成投籃的動作。 Students are able to shoot correctly. 3. 能由活動中觀察自己與同學間的差異。 Students are able to observe the differences between themselves and their classmates during activities. 4. 運用遊戲的方式增進運動技巧。	

	Students are able to use games to improve sports skills. 5. 培養挑戰自我與團隊合作的精神。 Students are able to build self-challenge and teamwork.			
中/英語 使用時機 Timing for Using Chinese/ English	教師 Teacher		學生 Students	
	老師向學生問好。 Teacher greets students. 老師提醒上課規矩。 Teacher reminds team rules. 老師要求學生練習籃球技巧。 Teacher asks students to practice basketball skills.		學生回答老師的問題。 Students answer the teacher’s questions. 學生可以遵循老師的指示。 Students can follow the teacher’s instructions.	
教學方法 Teaching Methods	講述、示範、練習、提問、球戲活動。 Narration, demonstration, practice, questioning, and ball game activities.			
教學策略 Teaching Strategies	互動式提問、搭建鷹架、提供學習典範、分組合作、納入競賽元素			
教學資源及 輔助器材 Teaching Resources and Aids	basketball 籃球 Sports cone 三角錐 whistle 哨子			
評量方法 Assessment Methods	Record Assessment 紀錄評量 Practical Assessment 實作評量（Performance） Presentation Assessment and Participation in Discussion 發表評量並參與與討論			
評量規準 Rubrics		高階 Excellent	中階 Moderate	初階 Could Be Better
	學科： Crossover and Crossover Between Your Legs	能完成接球後 投籃連續動作 並能投擲 3 分 球。 Students catch and shoot in	能完成籃下打 板得分動作並 能完成罰球線 投籃動作。 Students an score with a	能清楚說出投籃 的技巧並了解投 籃的得分結果(2 分球、3 分球差 異)。 Students can

		one motion, and make a 3-point shot.	layup and make free throws.	explain shooting techniques and understand the scoring (2-point and 3-point differences).
議題融入 Issues Intergrated	性別平等			
教學流程 Teaching Procedures				
第一節	一、準備活動 Preparation stage			時間 Time
	1. 教師集合學生、點名，並詢問及瞭解學生身體狀況。 T: Does everyone feel alright? S: Yes. / No.			8 mins
	2. 請學生跑球場 4 圈後，進行暖身操動作。 (提高肌肉溫度後再進行關節操) T: Let's do the warm-up. S: Follow the teacher’s steps to warm up. T: Let's run four laps. S:Let’s go.			
	發展階段 Development stage 活動一 投籃動作 How to Shoot (1) 教師講解投籃動作要領 The teacher explains the shooting techniques. a. 指腹持球，掌心不接觸球面。 b. 雙腳開立與肩同寬，膝關節彎曲，重心放在前腳掌 c. 投球時，手臂伸直，藉著往上蹬的力量，將球推出。 T: Use your fingers. T: Keep your feet shoulder-width apart. T: Slightly bend your knees. T: Straight your arm when you shoot, jump upwards, and push the ball. (2) 原地練習投籃動作 Practice Shooting in Place.			25 mins
	活動二 定點投站 Spot Shooting (1) 籃下擦板投籃 Under the hoop			

	<p>(2) 正前方投籃 In front of the hoop (3) 側前方投籃 On the side of the hoop</p> <p>總結階段 Summary stage</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師指導今日教學重點回顧。 2. 請同學分享發表動作要領。 3. 教師予以鼓勵，並統整歸納重點。 <p>第 6 節結束 End of the first session</p>	7 mins
<p>參考資料 References</p>	<p>十二年國民基本教育課程綱要 康軒第十冊 google 網路圖片</p>	





單手投籃