

三年級 健康與體育 領域 教學課程設計

主題/單元名稱		籃球攻防戰－進攻過人技巧	設計者	劉家君
實施年級		三下	節數	1節課
總綱核心素養		A 自主行動 A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 B 溝通互動 B1 符號運用與溝通表達 C 社會參與 C2 人際關係與團隊合作		
領域學習重點	核心素養	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	學習主題	本章無議題融入。
	學習表現	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策	實質內涵	無。

		略。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4c-IV-3 規畫提升體適能與運動技能的運動計畫。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。		
	學習內容	B 安全生活與運動防護 Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。 H 競爭類型運動 Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。		
學習目標	一、能學會籃球過人進攻技術與策略，並實際應用於比賽或活動中。 二、能了解課本介紹之進攻策略的發展與成因。 三、在活動中了解個別能力的差異性，學習積極溝通、包容和接納他人的想法。 四、能遵守籃球規則，以培養守法、尊重他人和團隊合作之精神。 五、養成積極參與的態度，並集中注意力，隨時注意周遭環境安全。 六、能具備審美與表現的能力，培養賞析、建構和分享的態度與能力，進而有效精進個人學習與挑戰個人極限。			

教學資源	籃球數顆、籃球場。		
學習活動設計			
學習活動內容及實施方式		時間	備註
一、引起動機 (一)問學生：「你認為哪種過人最有效？有沒有自己最想學的過人招式？」 (二) 引導學生思考進攻中的判斷與節奏掌控。 三、暖身活動 (一) 詢問學生身體狀況，確認是否有身體不適情形。 (二) 進行動態暖身 四、主要活動 (一) 技巧示範與模仿： 教師示範兩種過人技巧（如轉身過人、變向急停），搭配口語提示。 每種動作學生操作 10 次，分組練習。 邀請學生上台操作，並請同儕進行觀察與回饋（動作是否確實、節奏是否合理）。 (二) 一對一應用： 兩人一組，一攻一守，進行模擬過人練習，半場直線移動。 每人挑選一種技巧進行嘗試，兩輪後角色互換。 教師於場中巡視給予個別建議。 五、綜合反思與小比賽 (一) 問答引導學生回顧技巧操作的心得與困難點。 (二) 實戰練習 (三) 班上學生觀戰並給予正面回饋與掌聲。 六、建議事項 (一) 強調安全意識，提醒勿用肢體推擠或不當接觸。 (二) 鼓勵學生將觀察同儕作為學習養分，學習彼此不同的節奏與風格。		50 分鐘	• 課堂觀察 • 口語問答 • 技能實作