

12 年國教素養導向教學方案格式

領域/科目	健康與體育領域		設計者	安珮帆
實施年級	九年級		教學節次	共_1_節，45 分鐘
單元名稱	籃球-運球			
設計依據				
學習重點	學習表現	1. 認知 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2. 情意 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。 3. 技能 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。		核心素養
	學習內容	Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。		
議題融入	實質內涵	品德發展層面 品 J1 溝通合作與和諧人際關係 品德實踐能力與行動		
教材來源		自編教材		
教學設備/資源		場地：籃球場/器材：籃球 20 顆、兩個大角椎、哨子碼表		
學習目標				
1、增加社會能力-社交技能-人際關係-互信互諒及互助合作。3b-IV-2 2、相關規則的限定，以培養遵守遊戲規則及輪流等待的能力。3d-IV-2 3、以簡易籃球比賽的方式增加學生口語能力、課程氣氛、團隊默契及榮譽心。2c-IV-2				

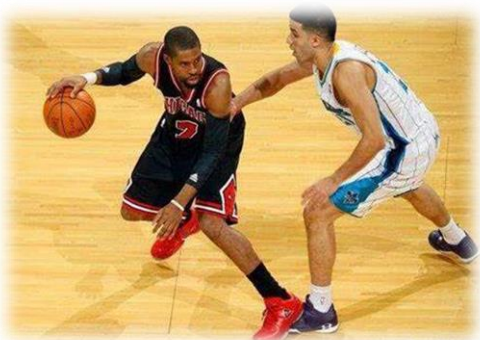
教學活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
<u>壹、準備活動(10 分鐘)</u> <u>集合點名，確定班上人數、詢問學生身體狀況。</u> <u>一、暖身活動：</u> <u>利用籃球在各關節繞環運動，加強手腕、手臂、膝、踝、腰。</u> <u>二、遊戲熱身：</u> <u>單號雙號分組，以折返跑接力的遊戲方式作為熱身。</u> <u>貳、發展活動(10 分鐘)</u>		

一、示範運球的動作要領

運球技巧：記得在開始運球時，記得將重心向下壓（重心放低，但也不能太低）；並且在練習的過程中，需要著要每次下球的距離，太遠可能身體會追不上，太近身體又可能跑過頭，以至於讓球沒跟上腳步。

二、進階模式

兩個人一組，一邊運球而另一個人模擬攻防的概念。



分組練習(10 分鐘)

六個人一組，三對三練習運球攻防，等大家都越來越熟練，會慢慢帶入比賽的模式。

叁、綜合活動(10 分鐘)

一、運球攻防競賽

*分組：兩個人實力平均一組

規則如下：

一方先運球，則另一方做防守，運球的人要想辦法突破防守的人，而防守也要想辦法不讓對方超過去。(計時 1 分鐘)

二、集合(5 分鐘)

總結：

1. 針對今天的上課狀況給予回饋
2. 再次複習今日上課內容
3. 提前預告下次上課內容
4. 清點、歸還器材，下課

1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。

A 自主行動

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。

3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。

C 社會參與

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。

3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。

附錄：

列出與此示案有關之補充說明。