

彰化縣中正國小素養導向教案

領域/科目		健康與體育	設計者	洪國焜
實施年級		六上	教學時間	40分鍾
主題名稱		貳、體育		
單元名稱		九、勇闖籃球殿堂		
設計依據				
學習重點	學習表現	1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4c-III-1 選擇及應用與運動相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。	總綱與領綱之核心素養	健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 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。
	學習內容	Cb-III-2 區域性運動賽會與現代奧林匹克運動會。 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。		
融入議題與其實質內涵		E6 了解自己的身體		
與其他領域/科目目的連結		無		
教材來源		• 南一版健康與體育六上主題貳單元九		
教學設備/資源		活動中心、籃球15顆、電腦、單槍、圓錐12個。		
學習目標				

1. 能依個人能力，了解並積極正確做出不同的運球方式。
2. 能知道 3 對 3 籃球賽起源與發展現況，並對規則有基本的認識。
3. 能知道並做出正確的傳球及行進運球動作。
4. 能正向的與隊友討論，發展傳球比賽中的進攻和防守策略，並運用在比賽中。
5. 能使用 3C 用品，透過網路比較自己投籃與上籃動作的正確性。
6. 能在投籃大賽，透過小組合作與分配，提高運動技能學習效能。
7. 能在 3 對 3 比賽中，演練討論的進攻及防守策略。
8. 透過循環比賽，找出比賽策略的問題並解決。

教學活動設計

教學活動內容及實施方式	時間	評量方式
【活動 1：一起鬥牛趣】 一、重點：認識 3 對 3 籃球賽起源與發展現況及規則。 二、活動（建議節次：第一節） (一)教師介紹 3 對 3 籃球賽起源與發展現況及規則。 1. 3 對 3 籃球起源於美國的街頭籃球，只要有半個籃球場、籃框、六個人和一顆球即可比賽，在臺灣俗稱鬥牛。 2. 國際籃球總會從 2007 年開始制定自己的官方規則，從 2020 東京奧運起成為奧運正式項目。 3. 規則 (1)每隊上場人數五人，在標準球場的一個半場進行，只設一個籃框。 (2)在三分線內進籃得 2 分。 (3)比賽從跳球開始。 (4)在三分線外進籃得 2 分。 (5)在死球狀況後取得球權的球隊，應於球場頂端的弧線內互換球權。 (二)請學童於課後透過網路影片觀察 5 人制籃球賽跟 3 對 3 籃球賽有何不同，並完成課本上的連連看。 【活動 2：運行無阻】 一、重點 (一)透過影片觀察或教師示範，學童依個人能力學習不同的運球方式。 (二)操作行進間運球搭配不同的運球方式變換方向。 (三)運球在比賽情境中的運用。 二、活動（建議節次：第一至二節） (一)準備活動：各組以行進運球繞圓錐進行熱身。 (二)發展活動	20 20	能了解 3 對 3 籃球賽起源與發展 能了解 3 對 3 籃球賽規則 能認真參與活動並實作表現

1. 運球是籃球的基本動作，也是最重要的得分方式。教師將場地分成 5 站，讓學童分站學習不同的運球方式，各站循環 5 分鐘。 (1) 第一站：左右運球 ① 身體前傾，雙腳張開，膝蓋微蹲保持靈活，右手在右腳前運一次球→雙手接起→右手在左腳前運球，雙手接起，逐漸加快速度，熟練後換左手操作。 ② 連續左右運球：身體前傾，雙腳張開，膝蓋微蹲保持靈活，左手在左腳前運球後再運到右腳前，不換手連續操作，熟練後換右手操作。 ③ 左右手互換運球，保持一定的節奏，維持球的運行。 (2) 第二站：前後運球 ① 教師示範前後運球動作後，學童聽教師哨音口令，身體前傾，雙腳前後張開站立，膝蓋微蹲保持靈活，注意身體的平衡。 ② 單手在後腳運一次球→雙手接起→往前腳運球→雙手接起，熟練後換另一手操作。 ③ 連續前後運球：逐漸加快速度，雙手不用接起連續不斷的前後運球。 (3) 第三站：胯下運球 ① 教師示範胯下運球動作後，學童聽教師哨音口令，身體前傾，雙腳前後張開站立，膝蓋微蹲保持靈活，注意身體的平衡。 ② 右腳往前半蹲，右手往胯下運球→雙手接起→換左手將球往胯下運球→雙手接起→重複操作，逐漸加快速度，熟練後換另一腳操作。 ③ 連續胯下運球：左右手來回在胯下運球，逐漸加快速度，雙手不用接起，熟練後換另一腳操作。 (4) 第四站：背後運球 ① 教師示範背後運球後，學童聽教師哨音口令，身體前傾，雙腳張開站立，膝蓋微蹲保持靈活，注意身體的平衡。 ② 右手往後運一次球→雙手接起→左手往後運一次球→重複操作，逐漸加快速度。 ③ 連續背後運球：左右手來回在背後交替運球並逐漸加快速度，雙手不接起。 (5) 第五站：雙手運球 ① 教師示範雙手運球動作，學童聽教師哨音口令操作雙手運球。	能認真參與、操作活動並了解教學內容 能認真參與、操作活動並了解教學內容 能認真參與、操作活動並了解教學內容 能認真參與、操作活動並了解教學內容 能認真參與、操作活動並了解教學內容
--	--

	②雙手同頻運球：學童雙腳微蹲降低重心，左右手各拿一顆球，同時以同頻率往下運兩顆球，並逐漸加快運球的速度。 ③雙手不同頻運球：學童雙腳微蹲，降低重心，左右手各拿一顆球，以不同頻率往下輪流運球，並逐漸加快運球的速度。 ~~~~第一節完~~~~		
參考資料	• 南一版健體六上教師手冊 • 國際籃球聯會 3x3 比賽規則 • 籃球比賽規則(FIBA)		