

教育部體育署 105~106 年體育課好好玩  
優質體育教材教具甄選作品說明書

參賽組別	<input type="checkbox"/> 教案設計組 <input checked="" type="checkbox"/> 教具設計組
作品名稱	籃球 333、樂趣 999
適用對象	一~六年級
作品用途	籃球課教具(運球、傳接球及投籃)製作、籃球教學及推廣、發揮創客 maker 精神
設計理念與構想	<p>近期運動改造大腦、零時體育、sh150 議題正興盛，國內外各地校園成功案例告訴我們：運動不僅可以促進健康、消除壓力與焦慮，更可以刺激腦內啡、多巴胺、腎上腺素、正腎上腺素等激素，以提升專注力與學習效率。運動要讓孩子無處不樂趣，如何透過有趣的〈趣味化〉籃球活動，給孩子一個隨時能動起來〈無處不動〉〈隨處可動〉的安全環境，將單純的體能活動變得有趣，讓樂趣化的運動器材隨手可得，創造一個給孩子動起來的場域，鼓勵孩子動手去操作、創造樂趣，以興趣來帶動創客精神，是本教案最核心價值。</p> <p>很多老師與學生在問，究竟如何才能打好籃球，而答案通常都是多練習、多自我鍛鍊，但卻往往忽略一件事，那就是一般人通常是經由電視影像，或者是從街頭鬥牛實戰中學習到籃球的一部分技巧，往往會流於只學到皮毛，沒有真正把基礎功練好，使得不管投入多少訓練量，都只會事倍功半。本活動主要是透過自製籃球框、簡易發球機搭配各種籃球基本動作(運球、傳接球、投籃、上籃)，讓學童體會利用器材控制籃球的感覺，增強孩子自信心及樂趣，以期能從中培養球感，奠定日後良好控制能力的基礎，並進而培養合作學習、體察人我互動的經驗以及享受籃球遊戲的樂趣。</p> <p>綜合以上，本教案以自製水管及繩子設計「籃球 333、樂趣 999」九宮格的教學策略，並由同儕之間操作，不僅可讓孩子學習品德禮貌謝謝同學互助合作，更可讓孩子透過教學又進一步內化自己的學習。而此方便的籃球自製教具更同時可讓一~六年級學生不受身高及熟練度限制，可以體會及學會籃球基本動作，並可以利用課餘或回家親子共樂，進而達到「隨手可練習、SH150 在全國、SH450 在武林」的教學策略，另外，透過學習角的建構，孩子也可學到器材要愛惜使用並使用完歸位的品德概念。</p>

內容概述	<p>籃球項目是深受國內學生喜愛的球類運動，透過籃球活動除了可以培養同學團結合作精神，溝通能力、交際能力、領導能力；亦可訓練頑強拼搏的意志品質和自我心理調節能力，若掌握優美技術，更能倍顯英姿，同時在球場上學習結交更多好友。</p> <p>但回到教學時發現，一般教師常常認為場地一定要籃球場或規則遊戲方法照單全收，如此得到的結果是場地被佔，縱然有場地也因規則太強調、方法太繁瑣，學生操作亂成一團，加上籃球架「高高在上」，對於中低年級不但使學生沒有成就感，更可能讓學生厭惡練習籃球。因此，如何使小朋友從小就可以接觸運球、傳接球及投籃，並增加其興趣與自信心，是值得思考的。</p> <p>籃球基本運動技術主要是由運球、傳球、投籃、上籃、防守等各項運動技能所構成，所以本教具試著水管及繩子器材，將現行籃球設備稍作改良為無籃框的籃球遊戲，教學方法以「籃球 333、樂趣 999」為籃球教學策略，來增加籃球各項基本動作趣味與教學效能，並藉著分組循環練習的方式，使學生產生學習的動機，以達到學習的目的，讓籃球基本動作從小就能紮根。</p>
------	--