

作品說明書

<p>參賽組別</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/>教材設計組 <input type="checkbox"/>教具設計組</p>
<p>作品名稱</p>	<p>你「籃」不住我</p>
<p>適用對象</p>	<p>國小高年級</p>
<p>作品用途</p>	<p>提升國小高年級學生基本籃球能力，養成團隊意識及遵守遊戲規範的精神。</p>
<p>設計理念與構想</p>	<p>單純的籃球基本動作訓練是較枯燥乏味的，時常會使得學生意興闌珊，對籃球喪失熱情，尤其體適能較弱的學生甚至逃避上課。其實孩子是天生的遊戲家，教師不妨將籃球基本動作與遊戲巧妙結合，不但能增強學生學習動機，同時讓學生在樂趣中享受運動，進而喜歡運動、愛上籃球。</p> <p>籃球是項團隊運動，重團隊默契及分工，所以，除了遊戲中的小組合作外，教師也能將課堂的主控權交還學生，透過腦力激盪讓學生發想、思考、設計遊戲，研擬清楚明確的規則，並讓所有參與的學生不論體能優劣，都願意投入：參與討論、提供點子、設定標準……人人都有事做。</p> <p>遊戲都有遊戲規則，猶如社會中有法律規範一樣，遊戲中有人違反規則總是令人掃興，輕則影響上課氣氛，重則危及安全。因此透過規則的講解，要求學生確實遵守規範，養成良好的品德。再藉由分組讓男女生能在遊戲中學會溝通及互相尊重。</p> <p>如果問學生最喜歡上什麼課，得到的答案可能不會是體育課，而是下課！因為下課可以自己決定。因此本課程最後透過課堂翻轉，由學生改編遊戲，決定下一堂課的遊戲內容，力求使學生在設計遊戲的過程愛上籃球更愛上運動，最終養成規律運動的習慣。</p>
<p>內容概述</p>	<p>本課程由四個單元組成：基本運球—球來運轉、基本傳球—籃球大聯盟、基本投籃—投胎換鼓、體育大翻轉—遊戲改編。將籃球最基本的能力結合在遊戲中，期使學生能透過團體活動享受籃球的樂趣，進而達到課程目標。</p>

體育課好好玩——

你籃不住我



球來運轉

籃球大聯盟

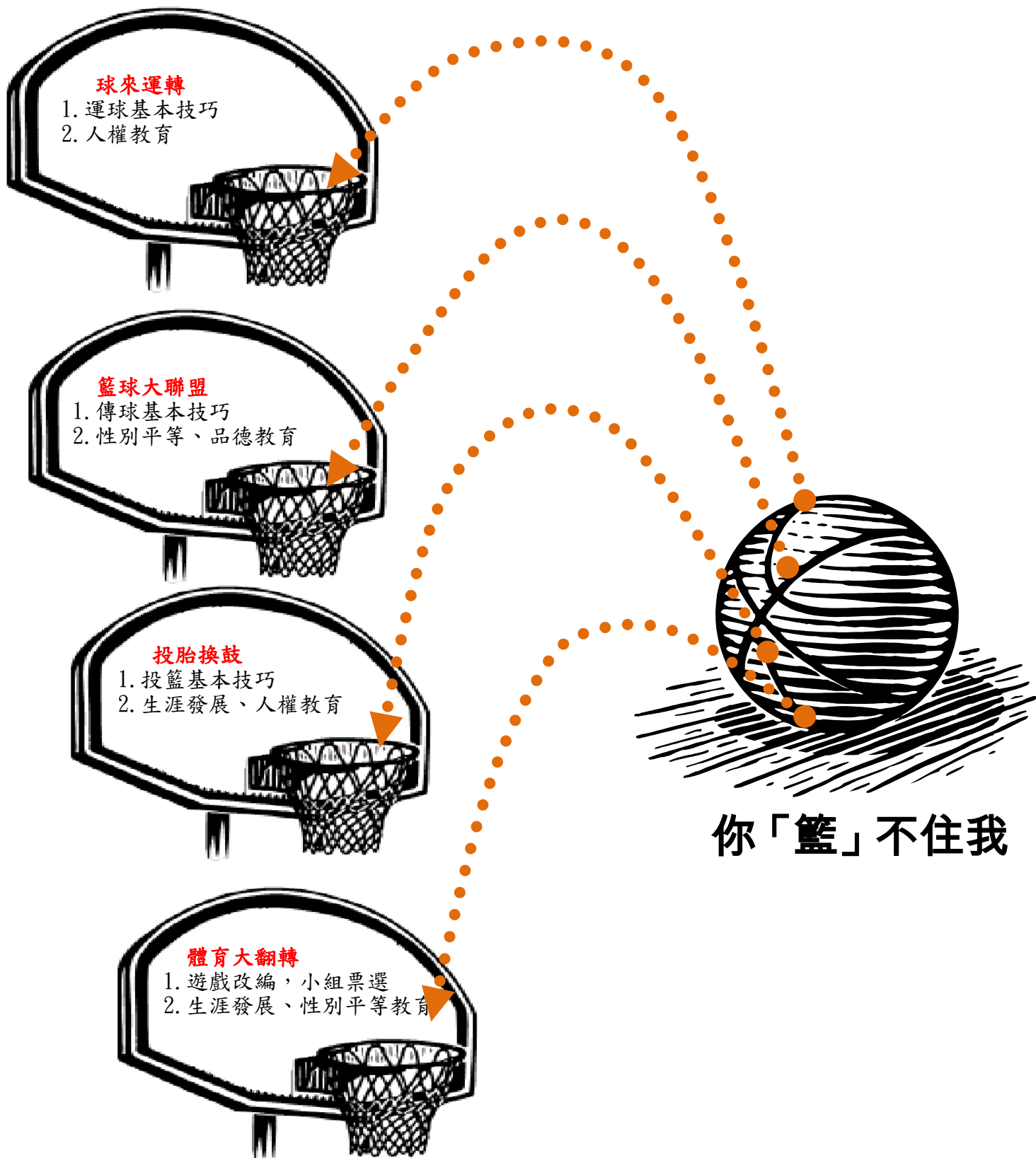
脫胎換骨

從遊戲中學習

從活動中創新

樂於學習 勇於創新

課程架構圖



體育課好好玩 - 103 學年度教育部體育署優質體育教材教具甄選教案

項目/單元名稱	你「籃」不住我	設計者	藍逸展、何晴萍、林韋伶
教學對象	5~6 年級	教學節數	4
融入議題	<p>一、性別平等教育</p> <p>1-3-1 認知青春期不同性別者身體的發展與保健。</p> <p>3-3-2 參與團體活動與事務，不受性別的限制。</p> <p>6-3-1 體認自我肯定與自我實現的重要性。</p> <p>6-3-3 應用溝通技巧與理性情緒管理方式以增進人際關係。</p> <p>二、人權教育</p> <p>1-3-2 理解規則之制定並實踐民主法治的精神。</p> <p>1-3-3 瞭解平等、正義的原則，並能在生活中實踐。</p> <p>三、生涯發展教育</p> <p>2-2-1 培養良好的人際互動能力。</p> <p>3-2-2 學習如何解決問題及做決定。</p>		
能力指標		教學目標	
<p>1-2-2 應用肢體發展之能力，從事適當的身體活動。</p> <p>1-2-5 檢視兩性固有的印象及其對兩性發展的影響。</p> <p>3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。</p> <p>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。</p> <p>3-2-3 瞭解運動規則，參與比賽，表現運動技能。</p> <p>3-2-4 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。</p> <p>5-2-2 判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。</p> <p>6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。</p> <p>6-2-4 學習有效的溝通技巧與理性的情緒表達，並認識壓力。</p> <p>6-2-5 瞭解並培養健全的生活態度與運動精神。</p>		<ol style="list-style-type: none"> 1. 學會基本運球技巧。 2. 學會胸前傳球、地板傳球、過頂傳球的技巧。 3. 結合籃球的運球及投籃基本動作，進行遊戲。 4. 培養遵守紀律、欣賞他人表現、增進人際關係及互助合作的團隊精神。 5. 能發現自己小組遊戲時的優缺點，進而修改小組遊戲策略。 6. 能和組員共同討論遊戲的設計及充分表達自己的意見。 7. 瞭解並培養健全的生活態度與運動精神。 	

隊拿取己隊的角錐。運球方向去回皆同一側，不作更改，防止碰撞。

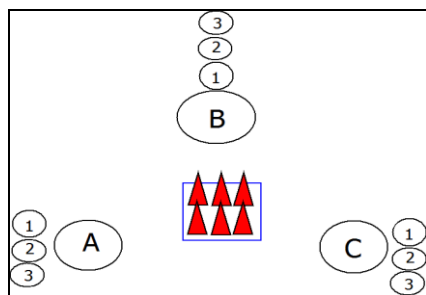


圖 1-3 場地配置

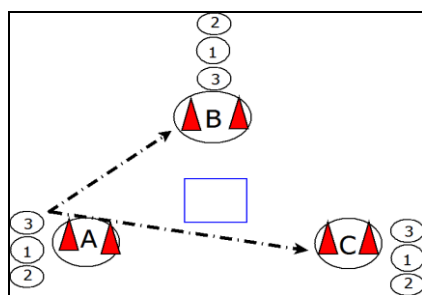


圖 1-4 遊戲說明

2. 小組進行討論:如何使自己小隊表現得更好。
3. 教師歸納後，可視時間調整再進行次數。



圖 1-5 遊戲過程



圖 1-6 遊戲過程

在比賽中發現問題，修改小組的策略。

三、綜合活動

(一) 請同學思考後發表活動心得。

1. 提問一:除了運球技巧之外，還有什麼因素會決定遊戲的勝負?
2. 提問二:對於運球技巧較弱的同學，你可以怎麼幫助他?
3. 提問三:這個遊戲還可以如何變化來增進強度或趣味性呢?

(二) 教師綜合評論

1. 鼓勵學生的表現並指出可改善之處。
2. 延伸到「人權教育」之內容:為維護所有人遊戲的權利及安全，每個人都有責任遵守遊戲規則，如此遊戲過程才會順利及平安。
3. 發下單元學習單，指導學生習寫重點，並提醒繳交時間。

1. 表達小組策略，各組間彼此欣賞。
2. 理解遵守規則之重要性。

5

學習單




口述評量

紙筆評量

教學省思

1. 此節課藉由遊戲讓學生熟練運球的基本動作，但這並非本遊戲獲勝的唯一因素，即使基本動作較弱的組別，也有可能靠著正確的判斷，在最後幾個回合中迅速翻轉戰局。
2. 教師在引導遊戲的過程當中，應避免過度涉入或指揮，但需提醒組別間的動向，防止動線混亂而造成碰撞。
3. 落敗的組別往往責怪隊友能力不佳，在小組討論時教師可給予較多的協助，提醒團結合作比運球技巧更為重要。
4. 備註:教師可視實際授課情況，調整遊戲規則，例如:
 - (1)拿取 N 支角椎隊伍獲勝。
 - (2)限定左手運球。
 - (3)將角椎拿到別隊基地，遊戲時間結束，擁有角椎最少的隊伍獲勝。

節次	第二節	單元名稱	籃球大聯盟			
本節交學習目標	1. 學會胸前傳球、地板傳球、過頂傳球的技巧。 2. 能發現自己小組遊戲時的優缺點，進而修改小組遊戲策略。 3. 【性別平等教育】 認知青春期不同性別者身體的發展與保健。 4. 【品德教育】 培養遵守紀律、欣賞他人表現、增進人際關係及互助合作的團隊精神。					
教學活動流程			教學目標	時間	教具	教學評量
一、準備活動 (一) 教師準備：準備籃球相關器具及場地布置。 (二) 學生準備：穿著運動服裝和運動鞋。 (三) 暖身運動：二人一組，動作順序為： (1) 左、右二側轉體傳接球 30 球(圖 2-1)。 (2) 持球上傳接過頭頂、下傳接過跨下 30 球(圖 2-2)。 (3) 並排坐下，用手指控制球繞圈 10 圈(圖 2-3)。			1. 伸展肢體 避免運動傷害 1. 球感練習 增進對球的控制	5	籃球兩人 1 顆	實作評量
			圖 2-1 轉體傳球 圖 2-2 跨下接過頂傳球 圖 2-3 手指繞球			
二、發展活動 (一) 活動一 1. 介紹及示範胸前傳球、地板傳球、過頂傳球。 (1) 胸前傳球三口訣：跨步傳、手肘開、食指比(圖 2-4、2-5)。 (2) 地板傳球三口訣：跨步傳、手肘開、食指比地板。 (3) 過頂傳球三口訣：跨步傳、手舉高、拇指比(圖 2-6)。 2. 四人一組，圍成正方形以逆時針方向進行傳球練習。 3. 教師綜合檢討。			1. 以正確動作練習基本傳球技巧。	15	籃球兩人 1 顆	實作評量
			圖 2-4 跨步手肘開 圖 2-5 食指比向目標 圖 2-6 過頂傳球			

節次	第三節	單元名稱	投胎換鼓			
本節教學目標	1. 結合籃球的運球及投籃基本動作，進行遊戲。 2. 培養遵守紀律、欣賞他人表現、增進人際關係及互助合作的團隊精神。 3. 【生涯發展教育】瞭解並培養健全的生活態度與運動精神。 4. 【人權教育】瞭解平等、正義的原則，並能在生活中實踐。					
教學活動流程			教學目標	時間	教具	教學評量
一、準備活動 (一) 教師準備：準備籃球相關器具及場地布置。 (二) 學生準備：穿著運動服裝和運動鞋。 (三) 引起動機：進行暖身運動。 1. 向天空垂直投球，拍手兩下後接住，重複 5 次。(圖 3-1) 2. 向天空垂直投球，蹲下摸地板後起立接住，重複 5 次。(圖 3-2) 3. 向天空垂直投球，原地轉圈後接住，重複 5 次			1. 伸展肢體避免運動傷害。 2. 要求學生遵守安全規定。	8	籃球每人 1 顆	實作評量
 圖 3-1 暖身活動 1			 圖 3-2 暖身活動 2			
二、發展活動 (一) 活動一 1. 介紹單手投籃及雙手投籃的正確手部姿勢。 2. 兩人一組，依據教師指示進行練習(圖 3-3、3-4)。			1. 依個人習慣練習正確投籃手部動作。	12	籃球兩人 1 顆	實作評量
 圖 3-3: 單手投籃練習			 圖 3-4: 雙手投籃練習			
3. 教師綜合檢討。						

(二) 活動二

【遊戲說明】

一隻史前巨獸跑到籃球王國搗亂，國王向籃球大帝—書豪葛格請求支援，書豪葛格將高超的籃球魔力施展在大鼓上，透過大鼓可以將力量放大一千倍以趕走巨獸，但書豪葛格為了考驗籃球王國人民的籃球水準，要求大家必須將球投入輪胎中才能開啟大鼓魔力，厲害的王國子民們請快站出來，加入搶救王國的行動吧。

1. 進行遊戲—投胎換鼓

- (1) 由教師將班級分成四組，每次兩組進行遊戲。
- (2) 場地布置如圖 3-5、3-6，投球線至輪胎的距離可依學生能力做調整。



圖 3-5: 場地擺設



圖 3-6: 場地擺設

- (3) 比賽開始，學生依 S 型運球通過角椎，停在紅色欄架前瞄準投輪胎，球進得 1 分(如圖 3-7)。
- (4) 投進的學生可以敲鼓一次代表增強大鼓魔力(如圖 3-8)。
- (5) 時間終了，得分最高的組別為獲勝。

2. 教師協助輪空的兩隊進行小組討論，並觀察其他正在進行遊戲的組別能領先的關鍵。



圖 3-7 遊戲情形



圖 3-8 球進敲鼓

三、綜合活動

(一) 請學生思考後發表活動心得

- 1. 提問一：不管男生還是女生，高個子或矮個子，速度快的速度慢的，一次進球都是 1 分，這可以給我們什麼啟示？
- 2. 提問二：還可以如何變化遊戲來增進強度或趣味性呢？

(二) 導入生涯發展教育：生活中也有許多像遊戲中的情形，例如：我們很認真努力的運球前進卻沒有投進，此時一旦放棄就沒機會扳回了，所以還是要打起精神繼續向前。

(三) 發下單元學習單，指導學生習寫重點，並提醒繳交時間。

1. 瞭解運動規則，參與比賽，表現運動技能。

2. 能運用基本運球及投籃技巧進行遊戲。

3. 能觀察各組進球同學的動作技能，並檢討自己的動作。

15

籃球 2 顆

鼓 1 個

角錐 6 個

高低欄架各 1 個

輪胎 6 個

實作評量

合作精神評量

5

1. 理解人權教育中的人生而平等精神。

2. 瞭解並培養健全的生活態度與運動精神

口語評量


學習單

紙筆評量

教學省思

- 1. 在活動一的投籃動作練習時，教師要特別提醒學生保持專注，以防因沒接住球而讓球砸到躺著的同學。
- 2. 積分制可刺激學生積極投入比賽，但教師需注意成績落後的隊伍，是否因此缺乏拚勁與動機，能給予適時的鼓勵與協助。
- 3. 經由競賽後的活動分享，讓孩子能體會到人生而平等，不會因為不可抗力的差距而造成不公平回饋。最後教師也可適時引導學生做任何事都需要有運動家的精神，別因挫敗輕易放棄，反而要勇於面對，從失敗中省思改進，成長學習。

節次	第四節	單元名稱	體育大翻轉		
學習目標	1. 能和組員共同討論遊戲的設計及充分表達自己的意見。 2. 【生涯發展教育】學習如何解決問題及做決定。 3. 【性別平等教育】參與團體活動與事務，不受性別的限制。				
教學活動流程		活動目標	時間	教具	教學評量
<p>一、準備活動</p> <p>(一) 教師準備：【你籃不住我】課程剪輯影片。</p> <p>(二) 學生準備：在教室內調整成小組座位、已完成的學習單。</p> <p>(三) 引起動機： 請同學拿出學習單並發表其內容。</p> <div data-bbox="82 768 464 1274" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="496 768 876 1274" data-label="Image"> </div>		發表自己前三節課的遊戲改編創意。	10	投影機 學習單	口述評量
<p>二、發展活動</p> <p>(一) 活動一: 創意遊戲發現</p> <ol style="list-style-type: none"> 各組發下一張海報紙作為呈現發表用。 引導學生藉由學習單內容進一步討論出改編或自編更有創意的遊戲內容。 討論內容需包括：遊戲名稱、設計理念、遊戲規則、安全維護、器材等。 		1. 能參與小組討論出改編遊戲。	15	海報紙	實作評量
<p>(二) 活動二: 小組發表</p> <ol style="list-style-type: none"> 小組輪流上台分享設計的遊戲。 請學生給予即時回饋，並提出問題。 		1. 能上台分享遊戲設計內容。 2. 能清楚說明遊戲設計的理念及規則。	10		口述評量

				
<p>三、綜合活動</p> <p>(一) 進行活動票選，同儕互評選出最有創意的小組。</p> <p>(二) 最高票的小組榮獲「遊戲王」頭銜，並且能於下節課指導全班進行該組所設計的活動。</p> <p>(三) 教師引導至生涯發展教育，鼓勵學生能透過問題來思考、解決並做出適切的決定，並表揚男女合作情形良好的組別，期許學生能發揮所長，不受性別影響。</p>	<p>1. 能依據自己的想法做出決定。</p> <p>2. 能體認到團體活動與事務的進行，不應受性別的限制</p>	5		實作評量
教學省思	<p>1. 課程系列分享與討論中，學生以創意點子碰撞出更多的遊戲範本。</p> <p>2. 分享過程中，教師引導學生可適時提出問題，如遊戲可行性、場地等等。</p> <p>3. 學生討論前，教師要提醒學生互相尊重，大家應目標一致，為小組共同努力，討論過程中教師也要行間巡視，注意每個人參與度與各組別分工情形，並適時給予鼓勵。</p>			

參考資料：

1. 國民教育社群網 http://teach.eje.edu.tw/nologin_index/index.php。
2. 體育課好好玩 <http://www.sportsfun-sa.com/winner1.html#1>。
3. 鄭錦和、徐武雄、李鴻棋(2010)。籃球教練專書。台北:華岡。
4. 教育部體育署少年籃球協會(2013)。青少年籃球-教練指南。

你**籃**不住我學習單

體育課好好玩系列—球來運轉

____年____班____號 姓名；_____

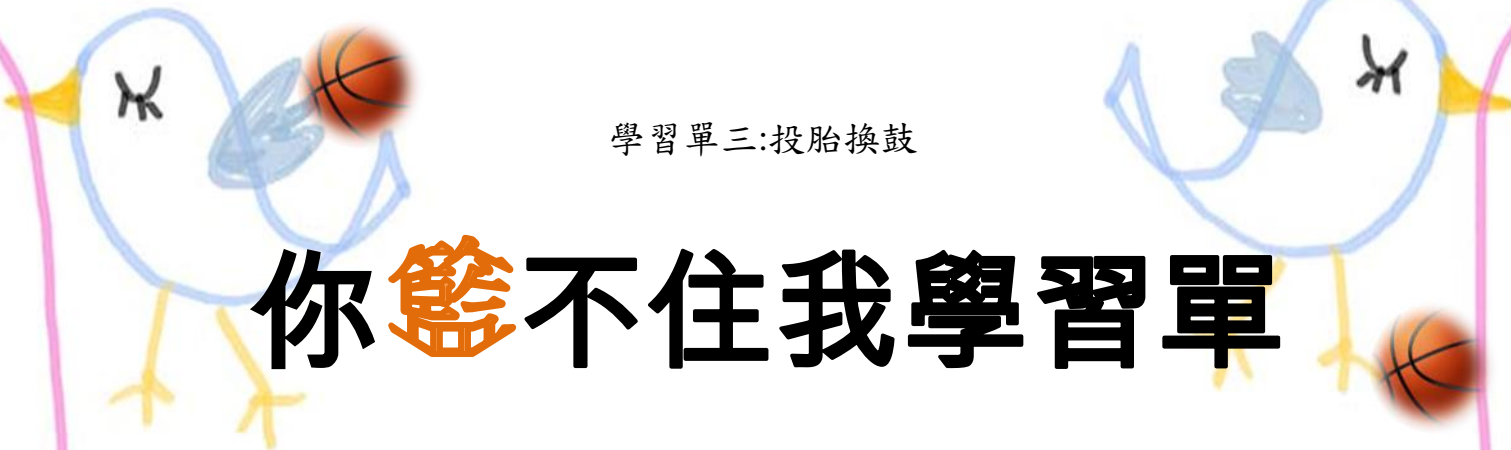
1. 本課程中除了運球技巧外，還有什麼因素會決定勝負？
2. 對於運球技巧較差的同學，你可以怎麼幫助他？
3. 在遊戲中必須遵守那些規則？若違反規則容易造成什麼危險？
4. 『球來運轉』的遊戲，你覺得還可以改編成什麼樣的玩法呢？

你**籃**不住我學習單

體育課好好玩系列—籃球大聯盟

____年____班____號 姓名; _____

1. 你會如何安排隊伍的防守位置?為什麼?
2. 在活動進行的過程中,不同的隊友,你運用何種傳球技巧?
3. 『籃球大聯盟』的遊戲,你覺得還可以改編成什麼樣的玩法呢?



學習單三:投胎換鼓

你**籃**不住我學習單

體育課好好玩系列—投胎換鼓

____年____班____號 姓名；_____

1. 在遊戲進行的過程中，你運用到那些籃球技巧？
2. 不管男生還是女生，高個子矮個子，速度快的速度慢的，進球都是 1 分，這帶給你什麼啟示？
3. 『投胎換鼓』的遊戲，你覺得還可以改編成什麼樣的玩法呢？

【你籃不住我】多元評量表

活動名稱 評量要點	球來運轉	籃球大聯盟	脫胎換骨	體育大翻轉
動作技能	◎	◎	◎	
合作精神	◎	◎	◎	◎
紙筆評量	◎	◎	◎	
口述評量	◎	◎	◎	◎
性別平等議題		◎		◎
人權議題	◎		◎	
生涯發展議題			◎	◎

品德教育

