

臺北市立內湖國中體育科雙語教學籃球教案

領域/科目	健體 領域 體育 科		
授課教師	黃國銘	協同教師	彭昌隆
教學班級/節次	809 / 3 節		
教學地點	體操教室 / 籃球場	授課單元/名稱	籃球(運球)
教材來源	自編	教學方法	講述教學法、編序教學法、示範法
教學資源	筆電、投影機、自製簡報、自製教具(圖片字卡)、籃球、角錐 Ps 使用 Islcollective 線上教學互動設計網頁，引導學生學習。		
教學重點	暖身活動 (warm up)、運球(Dribble)、單手運球(one-handed dribble)、雙手交互運球(Dribble with hands)、高運球(High dribble)、低運球(Low dribble)、運球急停(Dribble stop)、變向換手運球(Change hands dribble)、運球轉身(Dribble turn)		

層面	核心素養	教學目標
A · 課 程 設 計 與 教 學	A-2 掌握教材內容，實施教學活動，促進學生學習。	
	A-2-1 有效連結學生的新舊知能或生活經驗，引發與維持學生學習動機。	以學生國小所學英文單字、句型為基礎，使學生學習體育及籃球簡易單字及用語。
	A-2-2 清晰呈現教材內容，協助學生習得重要概念、原則或技能。	以簡報呈現學習此單元學生所居具備之英文單字與短句。
	A-2-3 提供適當的練習或活動，以理解或熟練學習內容。	運用圖卡與字卡，使學生在遊戲中練習與理解籃球相關英文用語。
	A-2-4 完成每個學習活動後，適時歸納或總結學習重點。	運用學習單，使學生透過學習單複習此課程所需英文單字及短句。
	A-3 運用適切教學策略與溝通技巧，幫助學生學習。	
	A-3-1 運用適切的教學方法，引導學生思考、討論或實作。	透過 Islcollective 教學互動設計，讓學生在資訊媒體融入情境學習體育課常見語句。
	A-3-2 教學活動中融入學習策略的指導。	以鷹架理論，循序漸進式教學。
	A-3-3 運用口語、非口語、教室走動等溝通技巧，幫助學生學習。	以互動教學、問答及引導式教學，讓學生在活潑中學習。
	A-4 運用多元評量方式評估學生能力，提供學習回饋並調整教學。	
	A-4-1 運用多元評量方式，評估學生學習成效。	運用圖卡與字卡，使學生在分組合作模式，進行常見用語及指令句配對遊戲，並評估學生學習成效。
	A-4-2 分析評量結果，適時提供學生適切的學習回饋。	運用學習單，使學生課後複習此課程所需英文單字及短句，並於下堂課予以回饋。
	A-4-3 根據評量結果，調整教學。	依據回饋結果微調課程難易度。
	B 班 級 經	B-1 建立課堂規範，並適切回應學生的行為表現。
B-1-1 建立有助於學生學習的課堂規範。		建立課堂規範，尤其運動安全。
B-1-2 適切引導或回應學生的行為表現。		活潑、互動式教學。

營與輔導	B-2 安排學習情境，促進師生互動。	
	B-2-1 安排適切的教學環境與設施，促進師生互動與學生學習。	課前巡視運動場地與器材安全。
	B-2-2 營造溫暖的學習氣氛，促進師生之間的合作關係。	活潑、互動式教學。

時間分配	節次		月		日		教 學 重 點	
	1						介紹體育課常用中英文名詞、指令短句，並透過 Islcollective 教學互動設計，使學生在資訊及多媒體融入情境下，輕鬆愉快的學習此課程須具備的英文字句。	
	2						透過英文指令實作練習，以遊戲化的方式讓學生學習並熟悉此課程相關英文指令用語及名詞。	
	3						實際雙語授課：運球(1. 左、右手運球。2. 運球前進。3. 運球急停、變速運球。4. S 形運球。5. 運球轉身)等基本運球技能。	

教學流程

教學過程	教學內容或圖示	時間
<p>準備活動</p> <p>1. 體育課常見用語及指令句介紹。</p> <p>2. 籃球運球相關英文用語介紹。</p>	<p>準備活動</p> <p>1. 透過簡報，介紹體育課常見用語及相關指令句，EX：集合、注意、暖身、分組、跳躍、擺臂、開始、暫停……等體育課常用名詞、動詞及用語。</p> <p>2. 透過簡報，介紹籃球運球常見英文用語，EX：拋球、傳球、接球、運球、運球走步、二次運球…等。</p>	10 分鐘
<p>發展活動</p> <p>3. 透過 Islcollective 教學互動設計，讓學生在資訊媒體融入情境學習體育課常見語句。</p> <p>4. 常見用語及指令句配對遊戲。</p> <p>5. 小組角色扮演互動。</p>	<p>發展活動</p> <p>3. 使用 Islcollective 線上教學互動設計網頁，引導學生透過籃球相關短片，學習籃球運動相關英文短句。並以短句來建構學生勇於開口的學習模式。</p> <p>4. 運用圖卡與字卡，使學生在分組合作模式，進行常見用語及指令句配對遊戲，透過遊戲加深學生對此課程須具備的英文基礎，以利後續教學互動。</p> <p>5. 透過小組角色扮演(1 人當老師，其餘當學生互動練習)，讓學生在小組中演練英語表達。</p>	25 分鐘

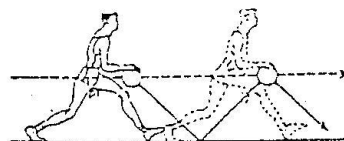
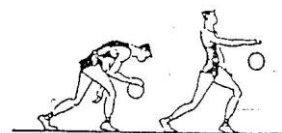
<p style="text-align: center;">整理活動</p> <p>6. 問答互動：</p> <p>7. 發學習單：</p>	<p style="text-align: center;">整理活動</p> <p>6. 透過簡易的分組英語問答/搶答互動，加深學生此課堂上學習到的體育英文用語之印象。</p> <p>7. 發放學習單，並介紹學習單填寫方式。使學生透過學習單複習此課程所需英文單子及短句。(須註明自己的英文名子)。</p> <p style="text-align: center;">第一節結束</p>	<p style="text-align: center;">10 分鐘</p>
<p style="text-align: center;">準備活動</p> <p>1. 暖身：</p> <p>2. 動態式暖身活動：</p> <p style="text-align: center;">發展活動</p> <p>3. 趣味式動態教學</p> <p>4. 趣味式運球遊戲</p> <p>5. 運球接力遊戲</p> <p style="text-align: center;">整理活動</p>	<p style="text-align: center;">準備活動</p> <p>1. 以英文指令引導一般暖身活動。</p> <p>2. 以英文指令引導學生做出折返跑、抬腿跑、側併步、交叉步傳球接龍暖身、拋球暖身活動</p> <p style="text-align: center;">發展活動</p> <p>3. 分組遊戲(4~5 人一組)：我說你做 老師下達英語動作指令，各組學生做出老師所說的動作，例如：球繞頭、球繞腰、球繞腳、八字繞球、球繞腰前進…等。</p> <p>4. 4~5 人一組(分紅、黃、藍、綠四隊)： 以角錐圍出 6*6 公尺正方形場地，四組人分別站於四的角落，每位同學背後皆繫有該隊所屬顏色之緞帶，各組每次派一位同學進場內，邊運球邊想辦法奪取他隊之緞帶，失去緞帶者須回去交換同組有緞帶之隊員進場，直至其他三隊皆失去自己的緞帶，則僅存隊獲勝。</p> <p>5. 4~5 人一組(分紅、黃、藍、綠四隊)： 運用籃球場的場地線，使各組同學與底線及中場線間來回活動。以底線為出發點，並於中場線處放置紅、黃、藍、綠四種顏色之背心，比賽時每隊一位同學運球出發，至中場線時置球並穿起一件背心，載運求回來交接球接力出發，以最快完成之隊伍獲勝。</p> <p style="text-align: center;">整理活動</p>	<p style="text-align: center;">10 分鐘</p> <p style="text-align: center;">25 分鐘</p> <p style="text-align: center;">10 分鐘</p>

<p>6. 鷹架式英文名詞複習</p>	<p>6. 接續第一節學生所學到的體育課常見用語、指令句、籃球運球常見英文用語及名詞外，本堂課再加入了新的英文名詞，如：分組、繞球、比賽(競賽)、搶奪、接力(交接)、場地線(底線及中場線)、背心…等，使學生在每一節課，都學習到比前一堂課多一些的英文單字，以保持學生學習之新鮮感。</p> <p style="text-align: center;">第二節結束</p>	
<p style="text-align: center;">準備活動</p> <p>1. 暖身： 2. 動態式暖身活動：</p>	<p style="text-align: center;">準備活動</p> <p>1. 一般暖身活動 (warm up)。 2. 折返跑、抬腿跑、側併步、交叉步、傳球接龍暖身、拋球暖身活動(英文)。</p>	10 分鐘
<p style="text-align: center;">發展活動</p> <p>3. 講解單手運球動作 4. 講解雙手運球動作 5. 講解運球前進與急停動作</p>	<p style="text-align: center;">發展活動</p> <p>3. 原地單手運球(one-handed dribble)動作講解與練習： 要領： a. 雙腳比肩微寬，膝蓋微彎、身體微向前傾，眼看球。 b. 五根手指自然張開，用手指指腹控球。 c. 運用手腕的力量上、下拍動。</p> <p>4. 原地雙手交互運球(Dribble with hands)動作講解與練習： 要領： a. 雙腳比肩微寬，膝蓋微彎、身體微向前傾。 b. 雙手運球方向皆朝身體中心點。 c. 使球落地點盡量在同一個中心點上。</p> <p>5. 運球(Dribble)前進動作講解與練習： 要領： a. 高、低運球要注意重心及屈膝觀念並反覆多練習。 b. 高運球運球時，球反彈的高度在腰間。 c. 運球落點保持在身體前端約 45 度，以維持運球穩定性與</p>	30 分鐘

方向性。

d. 正確姿勢 (如右圖)

e. 不良姿勢 (如下圖)



五種籃球運球要領：

1. **高運球 (High dribble)** 運球時，球反彈的高度在腰、胸之間叫高運球。它是在沒有防守隊員阻撓情況下，為了加快向前推進的速度或在進攻中調整進攻速度和攻擊位置時，所採用的一種運球方法。動作要領：上體稍前傾，抬頭看前方，以肘關節為軸，用手拍按球的後上方，把球的落點控制在身體側前方。手腳協調配合，使球有節奏地向前運行。重點難點：手拍按球的部位正確，手腳協調配合。
2. **低運球 (Low dribble)** 運球時，球反彈的高度在膝關節以下的運球叫低運球。當受到對手緊逼或接近防守隊員時，常採用這種運球方法保護球和擺脫防守。動作要領：兩膝迅速彎曲，重心降低，抬頭看前方，上體前傾，靠近防守隊員一側，用上體和腿保護球。同時，用手腕、手指力量短促地拍按球，以便更好地控制球和擺脫防守，繼續前進。重點難點：兩膝彎曲迅速，降低重心，上體前傾；拍按球短促有力，手腳協調配合。
3. **運球急停 (Dribble stop)** 急起運球急停急起是運球時利用速度的突然變化來擺脫防守的一種方法。多用在對手防守較緊的情況下，在快速運球中突然停止前進，迫使防守隊員被動減速停住，趁其重心不穩時，再突然加速起動運球，擺脫防守。動作要領：運球急停時，用手快速拍按球的前上方，同

時，兩腳做跨步急停，並轉入低運球，用臂、上體和腿保護球。運球急起時，後腳用力蹬地，同時拍按球的後上方加速超越對手。重點難點：拍按球部位正確。停得穩，起得快。

4. **體前變向換手運球(Change hands dribble)**體前變向換手運球是運球隊員利用突然改變運球方向來突破防守的一種運球方法。這種方法多用於對手堵截運球前進路線時**運用**。動作要領：以運球隊員**右手**運球向對手右側突破為例。先向對手左側快速運球，當對手向左側移動堵截時，運球隊員突然變向，用右手拍按球的右側後上方，並靠近身體向左側送拍球，使球落在身體的左側前方反彈，右腳迅速向左側前方跨出，上體左轉並前傾探肩，換手拍按球的後上方，加速運球突破。重點難點：拍按球的部位、方向正確，同時要及時跨步、側身護球和加速超越對手。

5. **運球轉身(Dribble turn)**運球轉身是運球隊員被防守堵截運球的一側並且距離較近時，運用後轉身改變運球方法，借以突破防守的一種方法。動作要領：以右手運球為例。運球轉身時，側對防守，在腳在前做**中樞**腳，將球控制在身體右側，右手按球的右側上方，隨著後轉身右腳蹬地後撤的同時，將球拉向身體后側方落地反彈，即換**左手**運球，從對手的右側突破。重點難點：轉身時要加力運球，以加大球的反彈力，增加手控制球的**時間**，利於拉引球動作的完成。運球轉身時，使上臂緊貼**軀幹**來減小球的轉動半徑，同時運球手臂提拉球的動作和腳的蹬地、跨步、轉身動作緊密結合。

整理活動

6. 回饋與示範
7. 綜合講評
8. 清點器材與歸還
9. 下課

整理活動

6. 邀請課堂中動作較標準的同學，示範運球動作並予以鼓勵。
7. 提示同學常犯錯誤動作。
8. 器材整理與歸還
9. 下課

5分鐘

	第三節結束	
--	-------	--