

臺中市溪尾國小109學年度第二學期體育領域沉浸式英語教學活動設計

教學領域	體育	設計者	曹稚卿，鄧延桂
課程名稱	籃球	教材來源	南一版五上健康與體育
實施年級	五、六年級	授課時間	共 7 週 14 節，一節 40 分鐘

設計依據

能力指標	<p>一、體育</p> <p>1c-III-3-了解身體活動對身體發展的關係。</p> <p>1d-III-1-了解運動技能的要素和要領。</p> <p>2c-III-1-表現基本運動精神和道德規範。</p> <p>2c-III-3-表現積極參與、接受挑戰的學習態度。</p> <p>3c-III-1-表現穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>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。</p> <p>3c-III-3-表現動作創作和展演的能力。</p> <p>3d-III-1-應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p> <p>3d-III-3-透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。</p> <p>二、英語</p> <p>1-1-7 能聽懂常用的教室用語及日常生活用語。</p> <p>2-1-3 能說出課堂中所習得的詞彙</p>
------	--

學習目標	<p><b>健體領域</b></p> <p>一、認知：</p> <p>(一)透過活動了解雙手投籃的基本動作。</p> <p>(二)知道投空心球與擦板球的基本要領。</p> <p>(三)知道空手接球投籃的基本動作。</p> <p>(四)和同學一同進行籃球活動並遵守活動規則。</p> <p>二、技能</p> <p>(一)培養籃球雙手投籃的基本能力。</p> <p>(二)培養在籃框的不同角度進行投籃的基本能力。</p> <p>(三)培養投空心球與擦板球的基本能力。</p> <p>(四)能於遊戲活動中展現籃球雙手投籃、接球投籃的能力。</p> <p>三、情意：認同團體規範，從中體會並學習快樂的生活態度。</p> <p><b>英語領域</b></p> <p>一、認知：</p> <p>(一)透過教學了解暖身運動有關的英文。</p>
------	--

	<p>(二) 知道投球基本英文句型。</p> <p>二、技能</p> <p>(一) 聽懂暖身運動有關的英文並回應。</p> <p>(二) 能說出投球基本英文句型。</p> <p>三、情意：能於活動中愉悅的使用英語。</p>	
<b>參考資料</b>	南一版五上健康與體育教師手冊	
<b>節數分配</b>	<b>節次</b>	<b>各節重點</b>
	1-4	【兩人傳接投籃】
	5-8	【籃下兩人傳接投籃】
	9-12	【分組傳接投籃】
	13-14	【夢幻組合】
<b>教學活動流程</b>		<b>課室用語</b>
<p>一、教學準備(10分鐘)</p> <p>學生：完成慢跑及暖身操</p> <p>Attention! Come over here, everyone.</p> <p>Let's do warm-up exercises .</p> <p>Repeat each exercises for 10seconds. (count from one, two ..... ten).</p> <p>Have students run 3 laps.</p> <p>二、發展活動(20分鐘 /實作評量)</p> <p>1. 複習 BEEF 投籃技巧</p> <p>討論BEEF代表的意義和動作，並做出動作!</p> <p>步驟：</p> <p>BEEF</p> <p>(1) B-Balance 平衡</p> <p>腳張開與肩膀同寬(Your legs /feet need to be as wide as your shoulders)</p> <p>右腳稍微比左腳前</p> <p>膝蓋微彎 (Bend your knees a little bit)</p> <p>10隻腳趾頭要指向籃框 (身體不能沒面向籃框)</p> <p>(2) Eyes 瞄準</p> <p>找出勾住籃網的3個小小鈎子 (不管在哪一個位置，都會找到3個鈎子面向你)，那是球應該要落下的地方。</p> <p>瞄準籃框的前緣鈎子，然後提高投球的弧度，讓球可以從正上方落下。</p> <p>3個鈎子是讓人有確實可瞄的目標，而不是看整個籃框去出手，讓球有弧度可以在這3個鈎子落下，有比較高的機率讓球投進。</p> <p>(3) Elbow 手肘</p>		<p>Warm up</p> <p>熱身</p> <p>Are you ready?</p> <p>Go!準備好了嗎?</p> <p>開始吧!</p>

手肘與地板呈現平行的位置 手肘指向籃框，不要呈現雞肘狀，不可以向外張 一定要避免掉這個姿勢  
要保持 直上直下。  
投籃的時候 一定要透過手肘帶動(不要只靠手腕的力量)

- (4) F for Follow Through 球隨手上  
球投出去後，手停在空中，不縮回來。完整的follow through可以讓你的投籃幅度增高，也可以讓你的球旋得更好，增加彈進的可能。

### 【擲準遊戲】

#### Game: Head Shot

- 1.全班分成 2 組，站在老師規定的線上，用BEEF的姿勢投出球。
- 2.站在左線同學有六球的機會投出，球達到站在右線同學的頭上為3分，球達到站在右線同學的肩膀以下1分。
- 3.投完後換右線同學用BEEF方法來投擲。
- 4.分數最高的為贏家，接收大家的讚美。

#### 四、總結活動

- 1.總結本次上課主要內容。
- 2.肯定與獎勵表現優秀學生。Good job!
- 3.收器材結束，歡呼解散。Class dismissed!

### 第一節完

#### 一、教學準備 (10分鐘)

學生：完成慢跑及暖身操

Attention! Come over here, everyone.

Let's do warm-up exercises .

Repeat each exercises for 10seconds. (count from one, two ..... ten).

Have students run 3 laps.

1. 進行熱身操和跑操場，為後續活動做準備。
2. 複習上次所學：空手投球姿勢練習。

#### 二、發展活動(20分鐘 /實作評量)

##### 1.傳接球練習: Transfer practice

教師示範正確的接球動作，並說明放鬆身體，減少球的衝擊量力量，才能將球穩穩接住。

##### 2.教師講解並示範地板傳球、胸前傳球的要領。

The teacher demonstrates how to pass the ball and catch the ball in pairs.

##### 3.請學生分組進行練習。

##### 4.傳、接球練習均熟練後,教師可引導各組逐步加長兩人之間的距離。

#### 三、綜合活動(5分鐘/問答表現)

Pass the ball.

Catch the ball.

Let's have a game.

我們來比賽吧!

Try again!

再試一次!

Good job!

你做得好棒!

Are you ready?Go!

準備好了嗎?開始吧!

Let's start!

開始吧!

Pass your ball to your teammate.

傳球給隊友

Pay attention!

要專注在球身上喔!

- 1.請學生兩人一組,根據所學習的內容,一人進行自我評量。
- 2.教師請學生示範所學的動作,並指出錯誤及優異處,提供學生觀摩。
- 3.教師鼓勵有進步及認真的學生。

## 第二、三、四節完

### 一、教學準備 (10分鐘)

學生：完成慢跑及暖身操

Attention! Come over here, everyone.

Let's do warm-up exercises .

Repeat each exercises for 10seconds. (count from one, two ..... ten).

Have students run 3 laps.

- 1.先進行熱身操和跑操場，為後續活動做準備。
- 2.複習所學：兩人傳接球+投球

### 二、發展活動(20分鐘 /實作評量)

#### 1.兩人傳接球+定點投籃練習

一人站在定點(左籃下+右籃下)，教師示範如何正確的傳接球，讓站在定點的隊員接球後投籃。

- 2.請學生分組進行練習。
- 3.老師吹哨，換位練習!

### 三、綜合活動(10分鐘)

- 1.請學生兩人一組,根據所學習的內容,一人進行自我評量。Pair up
- 2.教師請學生示範所學的動作,並指出錯誤及優異處,提供學生觀摩。
- 3.教師鼓勵有進步及認真的學生。

## 第五、六、七、八節完

### 一、教學準備(10分鐘)

學生：完成慢跑及暖身操

Attention! Come over here, everyone.

Let's do warm-up exercises .

Repeat each exercises for 10seconds. (count from one, two ..... ten).

Have students run 3 laps.

- 1.先進行熱身操和跑操場，為後續活動做準備。
- 2.複習所學：兩人傳接球+投球

Be careful!  
注意安全!不要受傷!

Keep distance  
保持距離

Shoot the ball.

Well done!  
你做得好棒!

Your turn  
輪到你了

Think about what  
you can improve.  
想想看可以修正  
的地方。

We will do a  
better job next  
time.下次表現會  
更好喔!

Let's start!

## 二、發展活動(20分鐘 /實作評量)

### 1. 原地三角傳球 Triangular pass:

教師講解活動方式。三人一組,分別採用地板傳球、過頂傳球、胸前傳球進行傳接球。

### 2.請學生分組進行練習。Work in groups of three.

### 3.待動作熟練後,教師再以吹哨方式引導學生改變傳球的方向或動作,增加活動的樂趣。

## 三、綜合活動(10分鐘)

### 1.請學生討論如何讓傳球過程更為順暢?請學生依據該組討論的結果進行練習,以檢視是否有成效。

### 2.教師表揚表現優異的組別,並請其示範讓其他組別觀摩學習。

### 3.教師鼓勵有進步及認真的學生。

## 第九、十、十一、十二節完

## 一、教學準備(10分鐘)

學生：完成慢跑及暖身操

Attention! Come over here, everyone.

Let's do warm-up exercises .

Repeat each exercises for 10seconds. (count from one, two ..... ten).

Have students run 3 laps.

### 1.先進行熱身操和跑操場,為後續活動做準備。

### 2.複習所學：三人傳接球+投球

## 二、發展活動(25分鐘 /實作評量)

### 1.分組進行支援投籃

規則：A.第一位從底線運球至球場中圈,定點傳給下一個隊友。

B.接球者在籃下定點接球投籃,每個定點分數不同,不論進球與否,均需撿起球傳給底線隊友。

C.上一個運球傳球者至前方罰球線,準備接球投籃。

D.5分鐘後統計分數,分數高的小組為勝。

### 2.進行3對3對抗賽

## 三、綜合活動(5分鐘)

### 1.討論有無可以效仿的優點。

### 2.教師鼓勵投入及運用所學的學生。

## 第十三、十四節完

開始吧!

Pass your ball to your teammate.  
傳球給隊友

Pay attention!  
要專注在球身上

You have good sportsmanship!  
你們很有團隊精神喔!

Dribble the ball.  
Pass the ball.

Catch the ball.

Let's have a game.  
我們來比賽吧!

Try again!  
再試一次!

Good job!  
你做得好棒!

## 英語教室用語：

Warm up熱身

Are you ready? Go!準備好了嗎?開始吧!

Good job! 你做得好棒!

Let's review!我們來複習上次學的內容吧!

Let's have a game.我們來比賽吧!

Let's start!開始吧!

Well done!你做得好棒!

Your turn輪到你了

You have good sportsmanship!你們很有團隊精神喔!

We will do a better job next time.我們下次表現會更好喔!

Be careful! 注意安全!不要受傷!

Try again!再試一次!

Keep distance!保持距離

Good try!勇於嘗試

Pay attention!專注

## 學科專業英語：

\*About Basketball

1. 運球            Dribble the ball.
2. 傳球            Pass the ball.
3. 投籃            Shoot the ball.
4. 兩人一組      Two in a group.
5. 輪流            Take turns.