

【109 學年度上學期東山國小五年級健康與體育領域體育課程

沉浸式英語教學教案設計—灌籃高手】

<p>項目/ 單元 名稱</p>	<p>籃球「灌籃高手」</p>	<p>教學節數</p>	<p>10 節課 (每節 40 分鐘)</p>
<p>教學 對象</p>	<p>國小五年級</p>	<p>教學資源</p>	<p>哨子、籃球、塑膠椅、角錐、教學用擴音機。</p>
<p>參考 資料</p>	<p>各版本教師手冊</p>		
<p>設計 理念</p>	<p>1.在學生初期接觸籃球，先利用運球練習，讓學生可以增加對籃球的興趣以及增進自信心。 讓學生嘗試練習三步上籃、籃下打板、空手跑位等技術來導入課程目標。 藉由班內一對一與三對三競賽，增加課堂的趣味性，讓學生能將課堂中學到的技能於競賽過程中融會貫通地運用。</p>		
<p>教學 目標</p>	<p>一、認知 1. 認識籃球的相關英文單字及籃球運動的起源與規則。 二、技能 1. 學會籃球運球基本動作。 2. 學會籃球三步上籃動作。 3. 學會籃下打板動作。 4. 學會基本投籃動作。 5. 學會防守觀念與動作。 6. 學會行進間傳球。 7. 學會團隊防守與個人防守觀念 三、情意 1. 培養積極進取、團隊合作的精神。 2. 培養欣賞他人的能力。</p>		
<p>英語 學習 融入</p>	<p>-單字 籃球(basketball) coach(教練) center(中鋒) point guard(控球後衛) shooting guard(得分後衛) power forward(大前鋒) small forward(小前鋒) pass (傳球) score(得分) air ball (籃外空心、麵包球) layup (上籃) jump shot(跳投) three-point shot(三分球) shot(投籃)</p>		

<p>dunk(灌籃) assist(助攻) block shot(封阻) rebound(籃板) steal(抄截) turnover(失誤) free throw(罰球) in(界內) out(界外) Overtime(延長賽) first half(上半場) second half(下半場) traveling(運球走步) double dribble(兩次運球) foul(犯規) painted area(禁區) three-point line(三分線) hoop(籃框) net(籃網) fast break(快攻) cut(切入) -課堂用語 Pair up. / Count 1-30. / Play a game. / Cool down. / See you next time. / Try it again. / Great job. / Attention. / Line up. / Stand up. -句子 Practice by yourself. / Attention! / Practice with your partner. / Let's cool down your body./</p>
--

<b>課程 大綱</b>	節次	每節重點
	第一節	籃球規則講解，認識籃球相關英文單字、單手運球、雙手交互運球
	第二節	籃球規則講解，認識籃球相關英文單字、胯下運球、行進間運球
	第三節	籃球規則講解，認識籃球相關英文單字、雙手傳球、單手傳球、地板傳球
	第四節	籃球規則講解，認識籃球相關英文單字、籃下打板
	第五節	籃球規則講解，認識籃球相關英文單字、投籃練習
	第六節	籃球規則講解，認識籃球相關英文單字、多點投籃練習
	第七節	籃球規則講解，認識籃球相關英文單字、三步上籃練習
	第八節	籃球規則講解，認識籃球相關英文單字、綜合投籃練習
	第九節	籃球規則講解，認識籃球相關英文單字、防守/進攻練習
第十節	籃球規則講解，認識籃球相關英文單字、三對三模擬賽	

### 第一堂 單手運球、雙手交互運球

教學活動流程	時 間	教學 資源	教學目標(評量)
--------	--------	----------	----------

<p>1、 集合、整隊、點名、作操、跑步</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 作暖身操，體育股長出來帶操。</li> <li>2. 跑步 2 圈、走路 1 圈</li> </ol> <p>-Attention! It's time for class.</p> <p>-Warm up exercise.</p>	10'	哨子	-學生能完整完成暖身活動。
<p>二、發展活動</p> <p>1.引起動機：籃球運動是由美國麻州春田國際青年會訓練學校體育教師—詹姆士·奈史密斯博士於 1891 年所發明的。這種以投籃入球、按投入籃內球數的多寡來計分的遊戲，是詹姆士·奈史密斯因天氣寒冷不能進行戶外活動而發明的室內活動。奈史密斯為了要讓大家打起精神，就想起了一個小時候常玩的團體遊戲：兩隊共同爭奪一塊石頭，看誰先把石頭丟進地上的凹洞中就算勝利。籃球最基本的就是運球，運球是非常重要的。</p> <p>2.單手運球:</p>	5'	哨子 籃球	-學生能仔細聆聽。
<p>2-1 講解示範：右手(左手)張開、利用手指末端控制球，向地面拍球。</p> <p>2-2 學生練習：學生練習運球，念出 <b>dribble</b> 後完成右手單手運球一分鐘，再接著左手運球一分鐘，一分鐘時間到後互換。</p>	10		-學生能依序操作單手運球動作。
<p>3.雙手交互運球:</p> <p>3-1 講解示範：右手與左手張開、利用手指末端控制球，向地面拍球。</p> <p>3-2 學生練習：學生練習運球，念出 <b>dribble</b> 後完成左右手交互運球 2 分鐘。</p>	10		-學生能依序操作雙手運球動作。
<p>4.分組練習:</p> <p>兩人一組：一人先在原地運球，另一人作防守方，試圖干擾對方運球，1 分鐘後相互交換。</p>	5'		
<p>2、 綜合活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.邀請兩位同學分享這堂課的心得。</li> <li>2.預告下次上課內容---<b>胯下運球、行進間運球</b></li> <li>3.教師指導學生進行收操運動。</li> </ol> <p>-Let's cool down your body. And have deep breath. (breath in / out)</p> <p>-Attention! It's time for break. See you next time. Goodbye~</p>			-學生能說出自己學到什麼，如何進步的。

～ 第一堂完 ～

## 第2堂 胯下運球、行進間運球

教學活動流程	時間	教學資源	教學目標(評量)
一、集合、整隊、點名、作操、跑步 1. 作暖身操，體育股長出來帶操。 2. 跑步2圈、走路1圈 -Attention! It's time for class. -Warm up exercise.	10'	哨子	-學生能完整完成暖身活動。
二、發展活動 1.引起動機：先用五分鐘的時間，來讓同學們玩一個小遊戲，所有同學持球，從籃球場的底線要運球至對面籃框的底線，其中妳要顧好自己運球，不能碰到別人，也不能讓別人碰到而中斷了運球。讓學生知道運球的重要性，引起學生的學習動機。 -Teacher: I will talk about the origin of basketball.	5'	哨子 籃球	-學生能仔細聆聽。
2.胯下運球( cross-leg dribble): 2-1 講解示範：雙腳張開與肩膀同寬，上半身壓低，雙手分別在大腿兩側，雙手朝地面拍球。	7	哨子 籃球 角錐	-學生能正確胯下操作運球。
2-2 學生練習：學生胯下運球( cross-leg dribble )，聽到老師念出胯下運球( cross-leg dribble)後，開始練習動作	8	哨子 籃球	-學生能正確行進間運球。
3.行進間運球: 3-1 講解示範：由老師示範，並講述重點(眼睛要看前方，不可盯著球，保持適當的速度前進，變換自己的速度還有運球方式)後，讓同學們去操作練習。 3-2 學生練習：	5	哨子	-學生能正確操作 □字型行進間運

<p>A. 每人排隊依序出發沿著直線運球，來回 2 趟。</p> <p>B. 每人排隊依序出發沿著角椎 S 型左右運球，2 趟。</p> <p>C. 每人排隊出發沿著口字型運球一趟，</p> <p>4.分組練習：</p> <p>4-1 兩人一組：兩人一組，一人先行進間運球，另一人作防守方，試圖干擾對方運球，來回一趟後相互交換。</p> <p>三、綜合活動</p> <p>1.邀請兩位同學分享這堂課的心得。</p> <p>2.預告下次上課內容---雙手傳球、單手傳球、地板傳球</p> <p>3.教師指導學生進行收操運動。</p> <p>-Let’s cool down your body. And have deep breath. (breath in / out)</p> <p>-Attention! It’s time for break. See you next time. Goodbye~</p> <p>～ 第 2 堂完 ～</p>	5’	籃球	球。	-學生能說出自己學到什麼，如何進步的。
--	----	----	----	---------------------

第 3 堂 雙手傳球、單手傳球、地板傳球			
教學活動流程	時間	教學資源	教學目標(評量)
<p>一、集合、整隊、點名、作操、跑步</p> <p>1. 作暖身操，體育股長出來帶操。</p> <p>2. 跑步 2 圈、走路 1 圈</p> <p>-Attention! It’s time for class.</p> <p>-Warm up exercise.</p> <p>二、發展活動</p> <p>1.引起動機：先利用五分鐘的時間玩一個小遊戲，讓同學 7 人一組來競賽，操作傳球練習。同一組同學排成一列，每人間隔 6 公尺，球從第一個同學手中開始傳球給下一個同學，看球最快到達最後一個同學手中，但是每個同學都要有傳球與接球。</p> <p>2.雙手傳球:(先將所有學生，分成兩人一組，以利待會分組練習)</p>	<p>10’</p> <p>5’</p> <p>8’</p> <p>5’</p>	<p>哨子</p> <p>哨子</p> <p>籃球</p>	<p>-學生能完整完成暖身活動。</p> <p>-學生能仔細聆聽。</p> <p>-學生能正確雙手操作傳接球。</p>

<p>2-1 講解示範：雙腳張開與肩膀同寬，雙手持球在胸前，右腳往前踏時，順勢將球推出；接球的同學，雙手張開放在胸前，準備接球。</p> <p>2-2 學生練習：學生依照老師的講述方法，先操作練習一分鐘，務必將球傳到對方胸前。</p> <p><b>3.單手傳球:</b></p> <p>3-1 講解示範：由老師示範，並講述重點(單手持球後，將球丟給同組同學)後，讓學生們去操作練習。</p> <p>3-2 學生練習：學生依照老師的講述方法，先操作練習一分鐘，務必將球傳到對方胸前。</p> <p><b>4.地板傳球:</b></p> <p>4-1 講解示範：利用彈地一次的方式來進行傳球。</p> <p>4-2 學生練習：學生依照老師的講述方法，先操作練習一分鐘，務必將球傳到對方胸前。</p> <p>三、綜合活動</p> <p>1.邀請兩位同學分享這堂課的心得。</p> <p>2.預告下次上課內容--<b>籃下打板</b></p> <p>3.教師指導學生進行收操運動。</p> <p>-Let's cool down your body. And have deep breath. (breath in / out)</p> <p>-Attention! It's time for break. See you next time. Goodbye~</p> <p style="text-align: center;">~ 第 3 堂完 ~</p>	5'		<p>-學生能正確單手傳球。</p> <p>-學生能正確地板傳接球。</p> <p>-學生能說出自己學到什麼，如何進步的。</p>
---	----	--	---

第 4 堂 籃下打板			
教學活動流程	時間	教學資源	教學目標(評量)
<p>一、集合、整隊、點名、作操、跑步</p> <p>1. 作暖身操，體育股長出來帶操。</p> <p>2. 跑步 2 圈、走路 1 圈</p> <p>-Attention! It's time for class.</p> <p>-Warm up exercise.</p> <p>二、發展活動</p>	10'	哨子 籃球 字卡	<p>-學生能完整完成暖身活動。</p>

<p>1.引起動機：老師設計一個小遊戲，全班同學分成兩組，兩組同學依序向籃框投籃，看誰投進籃框的分數多，但是必須球必須先碰到後面的籃板，進球才算，直接進球沒有碰到籃板不算分，來引起學生的學習動機。</p> <p>2.籃框右側 45 度角籃下打板:</p> <p>2-1 講解示範：雙腳張開與肩膀同寬，接球後，將球投向籃板的紅色框框內，讓籃球先碰到籃板後，再彈入籃框。</p> <p>2-2 學生練習：學生依照老師的講述方法，依序輪流練習兩分鐘。</p> <p>3.籃框左側 45 度角籃下打板:</p> <p>3-1 講解示範：雙腳張開與肩膀同寬，接球後，將球投向籃板的紅色框框內，讓籃球先碰到籃板後，再彈入籃框。</p> <p>3-2 學生練習：學生依照老師的講述方法，依序輪流練習兩分鐘。</p> <p>三、綜合活動</p> <p>1.邀請兩位同學分享這堂課的心得。</p> <p>2.預告下次上課內容---<b>投籃練習</b></p> <p>3.教師指導學生進行收操運動。</p> <p>-Let's cool down your body. And have deep breath. (breath in / out)</p> <p>-Attention! It's time for break. See you next time. Goodbye~</p> <p>~ 第 4 堂完 ~</p>	<p>5'</p> <p>10</p> <p>10</p> <p>5</p>	<p>-學生能仔細聆聽。</p> <p>-學生能找到正確打板位置。</p> <p>-學生能找到正確打板位置。</p> <p>-學生能說出自己學到什麼，如何進步的。</p>
---	--	---

第 5 堂 投籃練習			
教學活動流程	時間	教學資源	教學目標(評量)
<p>一、集合、整隊、點名、作操、跑步</p> <p>1. 作暖身操，體育股長出來帶操。</p> <p>2. 跑步 2 圈、走路 1 圈</p> <p>-Attention! It's time for class.</p> <p>-Warm up exercise.</p> <p>二、發展活動</p>	<p>10'</p>	<p>哨子 籃球 字卡</p>	<p>-學生能完整完成暖身活動。</p>

<p>1.引起動機：先利用五分鐘的時間，讓全班同學玩個小遊戲，先將全班分成兩組，每組依序只能在老師指定的地點(禁區附近)進行投籃，每個人有三球機會，最後比哪一隊投進的球比較多。接著比完賽後，跟同學分享，要有好的命中率，就要有好的投籃姿勢。</p> <p>2.投籃姿勢與發力:</p> <p>2-1 講解示範：</p> <p>(1)眼睛看著瞄準點，注意身體的平衡感</p> <p>(2)手肘打開，手指要跟球面對籃框成一直線</p> <p>(3)出手時手臂呈 L 型 90 度，肩膀要夾緊並確保膝蓋彎曲</p> <p>(4)雙腳比肩略寬，右腳在前，左腳稍微在後，保持身體平衡</p> <p>(5)投籃出手點約在額頭上方約 15 公分處，別擋住視線</p> <p>2-2 學生練習：學生依照老師的講述方法，每人持球，原地練習二分鐘。</p> <p>3.籃球場定點投籃</p> <p>3-1 講解示範：先從最基本的罰球線學習投籃，讓同學調整自己的動作。</p> <p>3-2 學生練習：學生依照老師的講述方法，依序輪流練習。</p> <p>三、綜合活動</p> <p>1.邀請兩位同學分享這堂課的心得。</p> <p>2.預告下次上課內容---<b>多點投籃練習</b></p> <p>3.教師指導學生進行收操運動。</p> <p>-Let's cool down your body. And have deep breath. (breath in / out)</p> <p>-Attention! It's time for break. See you next time. Goodbye~</p> <p style="text-align: center;">~ 第 5 堂完 ~</p>	<p>5'</p> <p>10'</p> <p>10</p> <p>5</p>	<p>-學生能仔細聆聽。</p> <p>-學生能認真學習投籃姿勢。</p> <p>-學生能擺出正確投籃姿勢。</p> <p>-學生能說出自己學到什麼，如何進步的。</p>
---	---	---

### 第 6 堂 多點投籃練習

教學活動流程	時間	教學資源	教學目標(評量)
--------	----	------	----------



<p>一、集合、整隊、點名、作操、跑步</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>作暖身操，體育股長出來帶操。</li> <li>跑步 2 圈、走路 1 圈</li> </ol> <p>-Attention! It's time for class.</p> <p>-Warm up exercise.</p> <p>二、發展活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>引起動機：先利用五分鐘的時間，讓全班同學玩個小遊戲，先將全班分成兩組，每組依序只能在老師指定的幾個地點進行投籃，每個人有三球機會，最後比哪一隊投進的球比較多。接著比完賽後，跟同學分享，老師指定的每個位置，角度遠近不同，要自己調整力道與方向，這需要多加練習的。</li> <li><b>2.籃球場多點投籃</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>2-1 講解示範：依照球場上各位角度設置投籃點，讓同學依照遠近來調整自己的力量。</li> <li>2-2 學生練習：學生依照老師的講述方法，依序輪流練習 5 分鐘。</li> </ol> </li> </ol> <p>三、綜合活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>邀請兩位同學分享這堂課的心得。</li> <li>預告下次上課內容---<b>三步上籃練習</b></li> <li>教師指導學生進行收操運動。</li> </ol> <p>-Let's cool down your body. And have deep breath. (breath in / out)</p> <p>-Attention! It's time for break. See you next time. Goodbye~</p> <p>～ 第 6 堂完 ～</p>	<p>10'</p> <p>5'</p> <p>20</p> <p>5</p>	<p>哨子</p> <p>籃球</p> <p>字卡</p>	<p>-學生能完整完成暖身活動。</p> <p>-學生能仔細聆聽。</p> <p>-學生能正確依照順序多點投籃。</p> <p>-學生能說出自己學到什麼，如何進步的。</p>
--	---	-------------------------------	---

### 第 7 堂 三步上籃練習

教學活動流程	時間	教學資源	教學目標(評量)
--------	----	------	----------

<p>一、集合、整隊、點名、作操、跑步</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 作暖身操，體育股長出來帶操。</li> <li>2. 跑步 2 圈、走路 1 圈</li> </ol> <p>-Attention! It's time for class.</p> <p>-Warm up exercise.</p> <p>二、發展活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.引起動機：籃球場上，有三種角色(中鋒、後衛與前鋒)，分別擔任了三種任務，也各自有不同的得分方式，特別是速度快的你，更要學習除了投籃之外的另一種得分方式，三步上籃。來引起學生的學習動機。</li> <li>2.三步上籃的使用時機與姿勢</li> </ol>	<p>10'</p>	<p>哨子 籃球 字卡</p>	<p>-學生能完整完成暖身活動。</p>
<p>2-1 講解示範：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)站在離籃框約 3、4 米的前方稍偏右處開始練習，用右手單手朝籃框方向運球向前。</li> <li>(2)最後一步用左腳踏出（並準備起跳）。</li> <li>(3)跨最後一步時，用雙手抱球（左手在球前方，右手在球後方並靠近球底部）。</li> <li>(4)左腳發力起跳，眼睛保持在籃框附近你要將球送至的方向。</li> <li>(5)左手離開球，右臂單手持球向上完全伸展，並在彈跳至最高點時，靠手腕發力（稱「挑籃」）將球送出。</li> </ol> <p>2-2 學生練習：學生依照老師的講述方法，每人持球在空地練習 3 分鐘。</p> <p>3.三步上籃實地演練</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3-1 講解示範:老師在球場上講解並示範三步上籃的起點位置</li> <li>3-2 學生練習:學生排隊依序練習三步上籃</li> </ol>	<p>5'</p>	<p>5'</p>	<p>-學生能仔細聆聽學習。</p>
<p>三、綜合活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.邀請兩位同學分享這堂課的心得。</li> <li>2.預告下次上課內容---<b>綜合投籃練習</b></li> <li>3.教師指導學生進行收操運動。</li> </ol> <p>-Let's cool down your body. And have deep breath. (breath in / out)</p> <p>-Attention! It's time for break. See you next time. Goodbye~</p> <p>~ 第 7 堂完 ~</p>	<p>20</p>	<p>20</p>	<p>-學生能正確練習三步上籃。</p>
	<p>5</p>	<p>5</p>	<p>-學生能說出自己學到什麼，如何進步的。</p>

## 第8堂 綜合投籃練習

教學活動流程	時間	教學資源	教學目標(評量)
<p>1、 集合、整隊、點名、作操、跑步</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. 作暖身操，體育股長出來帶操。</li><li>2. 跑步 2 圈、走路 1 圈</li></ol> <p>-Attention! It's time for class.</p> <p>-Warm up exercise.</p> <p>二、發展活動</p> <p>1.引起動機：教師詢問大家知道日本漫畫灌籃高手，裡面哪個球員你最喜歡，為什麼? 老師最喜歡的球員是流川楓，因為老師認為他球技很全面，會投籃、會上籃、會灌籃。我們在比賽當中，不能只用同一種方式來得分，要盡量用不同的得分方式與位置來得分，讓對手無法預測你的下一步。</p> <p>2.活動說明:</p> <p>2-1 講解示範：在一個半場的球場內，有很多的道具，讓同學可以依序做出籃球相關的技巧(接地板球、籃下打板、45 度角跳投、運球過人、罰球線投籃、運球過人、三步上籃)</p> <div data-bbox="347 1473 671 1787" data-label="Image">A diagram of a basketball court with a green floor and a red key area. The court is divided into six numbered zones: 1 (top center), 2 (top key), 3 (left wing), 4 (bottom key), 5 (bottom center), and 6 (right wing). A red semi-circle is shown at the bottom center of the court.</div> <p>2-2 學生練習：學生依照座號依序出列完成動作</p> <p>三、綜合活動</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1.邀請兩位同學分享這堂課的心得。</li><li>2.預告下次上課內容---<b>防守/進攻練習</b></li></ol>	<p>10'</p> <p>5'</p> <p>20'</p> <p>5'</p>	<p>哨子 籃球</p>	<p>-學生能完整完成暖身活動。</p> <p>-學生能仔細聆聽。</p> <p>-學生能依序操作出七個籃球技巧。</p> <p>-學生能說出自己學到什麼，如何</p>





<p>以強擊弱：你必須清楚知道，自己與隊友的優勢，比如身材、外線、禁區或防守，甚至罰球，充分發揮自己的優勢，以強擊弱，致敵機先。</p> <p>減少不必要的傳球：三對三鬥牛不同於全場比賽，由於場地小、球員少，並且經常受制於室外的天候、大風、場地干擾，大半場的傳輸，可以減少，甚至不必要的傳球，都很可能貽誤出手時機。</p> <p>2-2 學生練習：學生三個人一組，進行 3 分鐘的分隊比賽。</p> <p>三、綜合活動</p> <p>1.邀請兩位同學分享這堂課的心得。 2.教師指導學生進行收操運動。</p> <p>-Let's cool down your body. And have deep breath. (breath in / out) -Attention! It's time for break. See you next time. Goodbye~</p> <p style="text-align: center;">~ 第 10 節完 ~</p>	5'	-學生能說出自己學到什麼，如何進步的。
---	----	---------------------

本學期英語教室用語及專業英語彙整

<p>英語教室用語</p>	<p>注意！準備上課 Attention! It's time for class.</p> <p>暖身操 -Warm up exercise.</p> <p>讓你的身體緩和下來並深呼吸。Let's cool down your body. And have deep breath. (breath in / out)</p> <p>注意！下課！下次再見-Attention! It's time for break. See you next time. Goodbye~</p> <p>Pair up. / Count 1-30. / Play a game. / Cool down. / Try it again. / Great job. / Attention. / Line up. / Stand up. Practice by yourself. / Practice with your partner.</p>
<p>專業英語</p>	<p>籃球(basketball) coach(教練) center(中鋒) point guard(控球後衛) shooting guard(得分後衛) power forward(大前鋒) small forward(小前鋒) pass (傳球) score(得分)</p>

air ball (籃外空心、麵包球)

layup (上籃)

jump shot(跳投)

three-point shot(三分球)

shot(投籃)

dunk(灌籃)

assist(助攻)

block shot(封阻)

rebound(籃板)

steal(抄截)

turnover(失誤)

free throw(罰球)

in(界內)

out(界外)

Overtime(延長賽)

first half(上半場)

second half(下半場)

traveling(運球走步)

double dribble(兩次運球)

foul(犯規)

painted area(禁區)

three-point line(三分線)

hoop(籃框)

net(籃網)

fast break(快攻)

cut(切入)