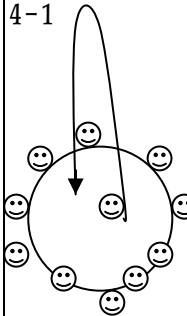


學習領域	健康與體育	設計者	廖雅惠			
實施年級	七年級	節數	1 節			
單元主題	籃球球感練習					
學習目標		分段能力指標	十大基本能力			
一、了解籃球特性 二、了解基本球感練習 三、能說出籃球特性 四、能有欣賞、表現與創新的能力 五、藉由練習、遊戲，學習兩性相處		1-3-1 3-3-3 3-3-1 4-3-5 1-3-3	一、瞭解自我與發展潛能 三、生涯規劃與終生學習 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題			
時間	活動流程	活動目標	教學要點	評量	器材	備註
2'	開始					
7'	準備活動 1	暖身運動、慢跑 做操	1-1 隨著節拍快慢調整慢跑速度 1-2 配合哨音做出前跑、後退跑 並隨哨音節奏調整步調快慢	能做出	哨子	
5'	引起動機 2	認識籃球性 了解籃球特性	2-1 說明培養球感對籃球運動的效果	能做出		
15'	分組球感練習 3	練習球感活動	3-1 能做出正確持球法、向上拋接 3-2 腰、膝、繞八字練習 3-3 跨下拋接、跨下落地接球 3-4 胸前籃球拋接、體側拋接、 前後拋接	能做出	籃球 15 顆	
10'	報數球遊戲 4	養成正確持球 觀代並了解籃球性	4-1 男女生混合圍成一組圍圓 圈。每組皆由一人向上拋球， 並喊出下一接球者的號碼，此 人需向前接球，如此反覆。	能配合	籃球 3 顆	4-1 
5'	檢討與回饋 5	欣賞表現與表達	5-1 請同學示範、分析，老師講評。 5-2 故事分享：老師講籃球史（籃球的起源）	能做出 能說出		
	結束					