

單教節教案

授課日期：03-04-2017 星期 一 時間： 1320 至 1420 教師： 張永輝

學生人數：男 15 女 12 共 27 人 班級： 5B 場地： 操場

單元： 籃球 教節： 1/1 用具： 雪糕筒 x20, 呼拉圈x4, 籃球x 15, 色帶x 14, 定向卡紙 和互評表

學生已有知識/技能 /態度： 基本傳球，投籃

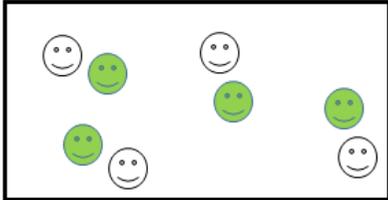
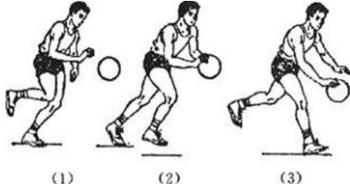
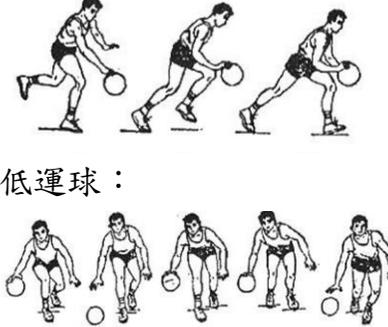
主題： 初步嘗試高低運球

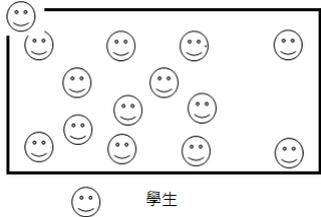
預期學習成果：技能： 學生能初步掌握高低運球的技術和應用

認知： 學生能說出高低運球的重點

情意： 學生能積極參與，尊重對手，遵守規則和團隊合作精神

其他： 以合作學習和創意學習的方式進行課堂

程序	時間	教學內容/活動	教學要點	理念/理據	圖解及組織
引入活動	5 分鐘	<p>跟著我走</p> <ul style="list-style-type: none"> -二人一組分 A, B, 分配一個籃球 -學生 A 先走動運球, 學生 B 則尾隨 A -聽到 1/2 哨子聲, 學生 A 作球感動作, 完成後把球交給 B 同學運球 <p>球感: - 拋起接球</p>	<ul style="list-style-type: none"> -眼望前, 避開其他運球者 -手指用力壓下籃球 -雙腳微微屈曲 	<ul style="list-style-type: none"> -提升身體溫度 -預防受傷 -球感練習 -重溫運球 	 <p>跟隨者 持球者</p>
主題發展	20 分鐘	<p>低運球</p> <ul style="list-style-type: none"> -兩人一組分配一個雪糕筒 -左手捉住雪糕筒, 右手拍球 -可以的話一邊拍球一邊轉圈 <p>搶球</p> <p>照着原先分組進行互相搶球</p> <p>高低運球</p> <p>學生分成六組, 每組四至五人, 站在籃球場的兩側以接力方式做高運球, 當到達排球場中線和底線時要高速做低運球 5 次方可再前進 每人做兩次才完成</p> <p>給予適當回饋和給予要求後進行比賽, 進行兩次</p>	<p>低運球:</p> <ul style="list-style-type: none"> -兩腿彎曲 -重心下降, 上體前傾 -用上體和腿保護球的同時用手短促地拍按球 -使球從地面向上反彈的高度在膝部以下 <p>高運球:</p> <ul style="list-style-type: none"> -兩腿微屈 -雙目平視 -手用力向前下方推按球 -球的落點在身體側前方 -使球反彈的高度在腰腹之間 	<ul style="list-style-type: none"> -掌握低運球的技術 -掌握高低運球的轉換 	<p>高運球:</p>  <p>低運球:</p> 

應用活動	<p>15 分鐘 (25 分鐘，視乎情況)</p> <p>5 分鐘</p>	<p>運球定向</p> <ul style="list-style-type: none"> — 學生分成六組, 每組各有代表的顏色 — 老師事先把各組的卡紙分散在操場各處, 每張卡紙上都有對應的顏色 — 每組同學需在限時內找出所有自己組別所屬顏色的卡紙 (十張) — 把卡紙拼合後會拼成運球和投籃的要點, 以及應用情況 — 不能齊集的組別需做收腹跳二十下 <p>朗讀要點</p> <ul style="list-style-type: none"> — 同學需分組坐好 — 每組輪流讀出高低運球的要點及應用方法以作整理 — 讀出紙上列有的所有射籃方法 	<p>-使用高低運球轉換</p> <p>-眼要前望,不能只看着球</p>	<p>-以找物件方式讓學生能以有趣的方式應用高低運球轉換</p> <p>利用創意教學方法, 設立遊戲給學生應用主題發展技術, 提升他們的學習動機</p> <p>-培養控球時眼看前方的習慣</p>	 <p>自由走動</p>
------	---	--	--------------------------------------	---	---