

## 教學活動設計

教學領域	健康與體育	教學日期	111.3.7
單元名稱	投籃技巧	班 別	805
教材來源	網路資料與自編教材	教學者	紀汎儒
教學 研 究	教學重點	日後搭配自製的投籃機(射距：1.8m 籃高：)，練習投籃技巧(簡化)，控制力道，瞄準出手，以多球法練習，提升命中率。	
	教學資源	錄影、網路圖片及影片	
	教學目標	1. 修正投籃動作姿勢，提高命中率	
	能力指標	Hc-I-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之 手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	
<b>教學活動</b>			<b>評量</b>
<b>時間</b>			
一、引起動機：在上課之前先讓每位學生觀看自己玩投籃機(未教學前)的計時錄影，並做分數排行激起競賽鬥志，再觀看投籃機高手百發百中的影片，藉此心生崇拜效仿之情，立下目標“我一定要進球”。		觀察	10
二、教學活動：			
1.老師示範動作並複習講解		分解動作	5
2.練習方式：採分組互動練習、連續給球多球式練習、以盤坐姿勢，把注意力放在上半身的動作。		教學	
3.實行訓練：請學生面對面盤坐，距離為2公尺，進行投籃動作練習。		實作練習	20
動作要求重點：			
以投籃姿勢將(5號)籃球朝對面同學胸口投出，球儘量不要落地			
以練習力道拿捏，讓對面同學在胸口前就能接到球，藉此要求投籃準度，搭配動作檢視提詞：上半身挺直、出手角度高、球怎麼飛拋物線、雙手持球單手出力、投出後手伸直對準籃框。			
4.動作檢視提詞接答			5
動作 檢 視 提 詞 接 答	老師說	學生答	
	上半身	挺直	
	出手角度	高	
	球怎麼飛	拋物線	
	雙手持球	單手出力	
	投出後	手伸直對準籃框	
三、總結活動		問答與複	5
1.用觀察動作問答，複習相關分解動作：老師做出該項分解動作、同學		習	

說出重點提詞

2.角色互換：老師說、同學做

藉此記住動作要點，不管是提詞或動作，並檢視修正自己的動作，熟悉投籃技巧，增進投籃命中率。