

新北市政府教育局
研發高中職暨國中小
適應體育教材方案(107-109 年)

適應體育教材
高中階段(第五學習階段)
體育科目籃球項目示例



委辦單位：國立臺灣師範大學特殊教育中心

| | | | | |
|-------------------|---|---|---|---------------------|
| <p>教學 總時間</p> | <p>四節(160分)</p> | <p>設計者</p> | <p>體育：羅慎禹 特教：邱志鴻</p> | <p>校稿編輯：張仁瑋、張韋豪</p> |
| <p>設計理念與教材</p> | <p>籃球是國內普及的運動，也是高中學生喜愛的運之一。針對特殊學生實施籃球課程，根據研究搭配使用適應體育教學能提升學生肌力、肌耐力和課程參與動機(高芳瑜，2008)；此外，透過籃球活動設計，能促使特殊學生社會適應和情緒控制(齊璘，2009)。</p> <p>本單元以籃球活動為主題，屬於「障地攻守性球類運動」，分為動作技能訓練和籃球比賽教學。在動作技能方面，以適應體育教學(Adapted Physical Education)為設計，針對特殊學生需求調正目標、活動和器材設備。針對籃球比賽，採用「理解式球類教學模式」(Teaching Games For Understanding, TGFU)，以三對三和五對五作為活動設計，引導特殊學生能參與比賽活動，從中學習比賽規則，攻守戰術、團隊合作和觀賽紀錄。</p> | | | |
| <p>核心素養</p> | <p>U-A1具備各項運動與身心健全的發展素養，實現個人運動與保健潛能，探索自我觀，肯定自我價值，有效規劃生涯，並透過自我精進、挑戰與超越，追求健康與幸福的人生。</p> <p>U-A2具備系統思考、分析與探索體育與健康的素養，深化後設思考，並積極面對挑戰，以解決人生中各種體育與健康的問題。</p> <p>U-A2具備系統思考、分析與探索體育與健康的素養，深化後設思考，並積極面對挑戰，以解決人生中各種體育與健康的問題。</p> | | | |
| <p>學習重點</p> | <p>體育科目</p> <p>學習表現</p> <p>1d-V-2評估運動比賽的各項策略。</p> <p>2c-V-1遵守運動規範，展現良好道德情操，並運用於生活當中</p> <p>2c-V-2展現互相包容與適切的人際溝通互動之技巧</p> <p>3c-V-3因應不同的運動情境，展現與超越個人的運動潛能</p> <p>3d-V-1熟練運動技術的學習與比賽策略</p> | <p>體育科目學習功能輕微缺損</p> <p>學習表現</p> <p>1d-V-2透過引導，參加競賽性質的運動項目</p> <p>2c-V-1遵守運動規範，展現良好道德情操，並運用於生活當中</p> <p>2c-V-2展現尊重他人，溝通協調的適切人際互動技巧</p> <p>3d-V-1熟練運動技術的學習與比賽策略</p> | <p>體育科目學習功能嚴重缺損</p> <p>學習表現</p> <p>根據「健康與體育科目調整手冊」，因普高通常學生沒有學習功能嚴重缺損問題，故在此不作呈現，但若有需求仍可自行調整。</p> | |

| | | | |
|------------------|---|---|---|
| | <p>學習內容</p> <p>Bc-V-1進階運動傷害的處理與風險規避</p> <p>Bc-V-2終身運動規畫方針與推廣</p> <p>Hb-V-1陣地攻守性球類運動技術綜合應用及團隊綜合戰術。</p> | <p>學習內容</p> <p>Bc-V-1運動傷害的處理與風險規避</p> <p>Bc-V-2終身運動規畫方針與推廣</p> <p>Hb-V-1攻守入侵性運動技術綜合應用。</p> | <p>學習內容</p> <p>根據「健康與體育科目調整手冊」，因普高通常學生沒有學習功能嚴重缺損問題，故在此不作呈現，但若有需求仍可自行調整。</p> |
| <p>融入議題</p> | <p><input type="checkbox"/>家庭教育 <input type="checkbox"/>生命教育 <input checked="" type="checkbox"/>品德教育 <input type="checkbox"/>人權教育 <input checked="" type="checkbox"/>性別平等教育</p> <p><input type="checkbox"/>法治教育 <input type="checkbox"/>環境教育 <input type="checkbox"/>海洋教育 <input type="checkbox"/>資訊教育 <input type="checkbox"/>科技教育</p> <p><input type="checkbox"/>能源教育 <input checked="" type="checkbox"/>安全教育 <input type="checkbox"/>生涯規劃 <input type="checkbox"/>多元文化 <input type="checkbox"/>閱讀素養</p> <p><input type="checkbox"/>戶外教育 <input type="checkbox"/>國際教育 <input type="checkbox"/>原住民族教育 <input type="checkbox"/>其他</p> | | |
| <p>議題融入之學習主題</p> | <p>1. 性別平等教育： 生理性別、性傾向、性別特質與性別認同多樣性的尊重</p> <p>2. 品德教育： 品德發展層面、品德實踐能力與行動</p> <p>3. 安全教育： 安全教育概論、運動安全</p> | <p>與其他科目連結建議</p> | <p>國文 數學</p> |
| <p>學習目標</p> | <p>體育科目</p> <p>1. 透過結合籃球基本動作的暖身，活動到課程中需大量使用的身體關節，並結合場地做動態暖身以建立籃球運動的空間概念。</p> | <p>體育科目學習功能輕微缺損</p> <p>1-1. 透過籃球基本動作的暖身活動，理解該運動需大量使用的身體關節。</p> <p>1-2. 透過結合籃球進行動態暖身，練習運球、雙手交換、單手運球奔跑等動作環繞籃球場地，建立運動空間概念。</p> | <p>體育科目學習功能嚴重缺損</p> <p>1-1. 藉由結合籃球基礎暖身運動，理解籃球基本原地運球技能與球感培養。</p> <p>1-2. 透過籃球與動態暖身結合，練習雙手運球、運球走路等基本運動，認識籃球場。</p> |

| | | | |
|-------------|---|--|--|
| | <p>2. 能藉由不同方式的傳球練習，增進身體的協調能力，並學習團隊運動中的合作技巧及培養默契。</p> <p>3. 能透過練習籃球運動中的個人技巧，強化身體的敏捷、肌耐力等運動能力，增加進行籃球運動的趣味以及提升身體適能。</p> <p>4. 藉由籃球比賽的練習，學習團隊合作的精神，並能訓練策略運用之能力以嘗試解決運動相關問題。</p> <p>5. 能建立遵守法治規則，並培養運動家精神以及思考如何與人溝通、討論等社交能力。</p> <p>6. 能養成運動習慣並建立終身運動的健康觀念。</p> | <p>2. 藉由視覺化與口角提示，與同儕進行胸前、地板、高遠傳球練習，增進上肢與下肢身體的協調能力，並學習團隊運動中的溝通技巧。</p> <p>3. 透過視覺、口語提示練習籃球運動中的個人技巧，強化身體的敏捷、肌耐等基本運動能力。</p> <p>4. 藉由合作學習策略輔助學生提升動作知能學習效率與社交技巧。</p> <p>5-1. 藉由調整過後的籃球比賽練習，嘗試運用學習策略理解戰術運用，並解決合作上與運動相關問題。</p> <p>5-2. 能建立遵守法治規則，並培養運動家精神、運用人際溝通技巧解決糾紛、討論等社交能力。</p> <p>6. 透過運球、比賽練習，養成運動習慣並建立終身運動的健康觀念</p> | <p>2. 藉由肢體協助練習胸前、地板傳球，分別增進上肢與下肢身體的控制能力，並學習團隊運動中的溝通技巧。</p> <p>3. 練習籃球運動中基本運球、傳球等技巧，了解身體運動機能培養運動習慣。</p> <p>4. 透過合作學習策略輔助學生培養社交技巧，提升基本合作動作知能。</p> <p>5-1. 藉由觀看籃球比賽記錄分數，學習團隊合作的運作方式，培養了解籃球運動基本規則與欣賞能力。</p> <p>5-2. 藉由觀看比賽與紀錄分數、與他人簡單討論比賽成績，練習溝通技巧。</p> <p>6. 透過簡單運球、觀看比賽習慣並建立終身運動的健康觀念</p> |
| <p>教學準備</p> | <p>1. 上課地點：籃球場</p> <p>2. 教學資源：籃球影片、圖卡</p> <p>3. 教學設備：籃球(7號)、角錐、地標、戰術版</p> <p>4. 教學人力：動作示範者(一般生具有籃球能力)</p> | | |

| | |
|------|---|
| 教材來源 | <p>訂定中小學生運動能力指標-籃球</p> <p>葉憲清(2013)。體育教材教法。師大書苑</p> <p>體育教材資源網 http://sportsbox.sa.gov.tw/material</p> <p>提升籃球戰力200絕招(小野秀二監修，東販出版，2015)</p> |
|------|---|

| 教學活動 | 時間 /分 | 評量 方式 | 個別化調整 | 學習 重點 | 備 註 |
|--|----------|----------|---|----------|--------|
| <p style="text-align: center;">-----第一節課-----</p> <p style="text-align: center;">一、準備活動</p> <p>活動(一) 暖身運動</p> <p>(1)頸部繞環 頭部往下、往上、往左、往右，各做兩個八拍</p> <p>(2)頸部繞環 雙手插腰，利用腰部繞環，順時鐘、逆時鐘各兩個八拍</p> <p>(3)膝關節活動 雙手扶膝，利用膝蓋繞環，左右各做兩個八拍</p> <p>(4)踝部繞環 雙手插腰，單腳前伸，利用踝關節左、右繞圓圈，各做一個八拍後換腳</p> <p>(5)腳交叉前彎 兩腳前後交叉，雙手盡量碰地板，停八秒後換腳再八秒</p> <p>(6)弓箭步 前腳彎曲，後腳打直，八秒後換腳</p> <p>(7)立姿曲膝抓腳靠臀 小腿向後彎曲，同手抓同腳之腳背，停八秒後換腳</p> <p>(8)開併跳 跳躍，腳開、合循環，手臂打開伸直→往上拍→打開伸直→往下拍，做四個八拍</p> <p>活動(二) 運球(繞場跑、過角椎)</p> <p>(1)繞場跑 小跑步單手運球環繞整面球場外圍白線</p> <p>(2)過角椎 擺放4~5個角椎，雙手運球推進，遇</p> | 10 分 | 實作 評量 | <p style="text-align: center;">體育科目學習能力輕微缺損</p> <p>學習內容調整建議</p> <p>活動(二) ◇可改為半場運球折返跑或是繞半場運球即可</p> <p>◇過角椎可不必要換手運球</p> <p>活動(三) ◇可從半場開始進行傳接球，且不限制傳球次數(2人)</p> <p>活動(四) ◇能在罰球線以內進行投籃</p> <p>學習歷程調整建議</p> <p>活動(一) ◇由頭部至腳步，搭配口頭提示</p> <p>活動(二) ◇傳球可配合口頭提示：胸口、單手側邊、地板傳球</p> <p>活動(三) ◇安排能力較強的學生引領傳球節奏</p> <p>學習環境調整建議</p> <p>活動(二)~活動(四) ◇地板的視覺提示要明確</p> <p>◇可配合學生肢體能力調整籃框高度</p> <p>學習評量調整建議</p> <p>活動(二)~活動(四) ◇投球據理可做調整</p> <p>◇傳球失誤次數提高</p> <p>◇運球環繞之距離縮短</p> | | |

到角椎即換手繼續前進

活動(三) 傳接球(2人、3人折返跑)

- (1)兩人同時從底線出發，一人於邊線角落、一人於籃筐下方，由籃筐底下學生先行傳球，中途需傳球三次以上。

活動(四) 定點投籃

- (1)擺放角椎當作定點，分別為離框3公尺、罰球線、三分線

體育科目學習能力嚴重缺損

學習內容調整建議

活動(二)

- ◇學生能定點拍球、或是運球(單手或是雙手皆可)
- ◇如要跑步、走動運球，允許學生雙手運球

活動(三)

- ◇傳接球技巧-胸口、單手側邊、地板傳球
- ◇最後上籃或是投籃不一定要進球
- ◇不限制傳球次數
- ◇容許學生走步
- ◇容許學生雙手運球

活動(四)

- ◇能在籃下進行投籃
- ◇調整籃框高度

學習歷程調整建議

- ◇可調整球的種類、大小、材質等以符合學生需求

活動(一)

- ◇由頭部至腳步，搭配肢體提示

活動(二)

- ◇教師可先請學生示範，再安排能力好的學生協助
- ◇傳球可配合口頭、視覺提示：胸口、單手側邊、地板傳球

活動(三)

- ◇安排能力較強的學生引領傳球節奏

學習環境調整建議

活動(二)~活動(四)

- ◇地板的視覺提示要明確
- ◇可配合學生肢體能力調整籃框高度

| | | | |
|--|---------|--|--|
| | | <p>學習評量調整建議</p> <p>活動(二)~活動(四)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 投球據理可做調整 ◇ 傳球失誤次數提高 ◇ 運球環繞之距離縮短 | |
| <p style="text-align: center;">二、發展活動</p> <p>活動(五) 運球技巧</p> <p>(1)護球動作 單手運球時，另一隻手需抬高至胸前 方，模擬阻擋對方球員干擾</p> <p>(2)換手運球 擺放4~5個角椎，雙手運球推進，遇 到角椎即換手繼續前進</p> <p>(3)S行運球走 擺放4~5個角椎，擺放成閃電狀，指 示球員需繞過角椎外圍</p> <p>活動(六) 傳接球</p> <p>(1)胸前傳球 雙手打開，兩手虎口成三角形。球推 出時雙手推直自然兩手向外</p> <p>(2)單手側邊傳球 前方放置角椎，利用單手傳球繞過該 模擬障礙</p> <p>(3)地板傳球 利用(1)所教授之傳球法，可利用排 球網做為障礙物，需透過傳地一次到 達對方胸口</p> <p>活動(七) 投籃教巧</p> <p>(1)定點投籃 教導正確投籃姿勢，單手手背持球於 額頭前15公分，另一手放置籃球旁90</p> | 25 分 | <p style="text-align: center;">體育科目學習能力輕微缺損</p> <p>學習內容調整建議</p> <p>活動(五)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 依照學生能力，可調整角錐的數 量與距離 ◇ 依照學生能力，不須雙手運球前 進，可過角椎後再換手 <p>活動(六)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 不必限制地板傳球碰地次數。 ◇ 傳球距離可調整 <p>活動(八)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 學生做到對方運球(手平舉)、對 方投籃(手上舉)、對方傳球(伸手 阻擋)即可 ◇ 側跑時教師可以放慢口令 <p>學習歷程調整建議</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 可調整球的種類、大小、材質等 以符合學生需求 <p>活動(五)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 可安排能力較好之學生一組 ◇ 傳球的口訣：丟胸口 ◇ 地板傳球可以貼視覺提示告知學 生球需要彈到的點 <p>活動(七)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 禁區投籃地點利用角錐提示 ◇ 地標(角錐)提示上籃腳步，可透 過少許的肢體協助 | |

| | | | |
|--|--|---|--|
| <p>度旁輔助，將球推出時須將肩膀抬高、手肘推直，手腕自然往下扣，盡量使食指、中指最後離開球。</p> <p>(2)接球上籃 示範接球後兩步上籃，將球於前方拋出，模擬接球時將非慣用腳(Step.1)往前時接到球，另一隻腳跨出時(Step.2)往上跳，並將非慣用腳自然往上抬高帶動身體向上延伸。手部單手向上延伸，將球拋至籃板紅線右上角，使其進入籃筐。</p> | | <p>活動(八) ◇區域防守-口訣提示：眼睛對腳步移動</p> <p>活動(九) ◇安排能力較強的學生一組</p> <p>學習環境調整建議 活動(五)~活動(九) ◇使用角錐提示傳球、防守、上籃等位置 ◇可調整籃框高度</p> | |
| <p>活動(八) 防守步伐訓練</p> <p>(1)滑步 微蹲雙腳外張，雙手打開平行肩膀舉起，做側面移動</p> <p>(2)側跑 於學生兩側約3公尺放立兩定點，並隨教師口令迅速移動至定點完成後歸回原位</p> | | <p>學習評量調整建議 (視個案狀況決定) 活動(五)~活動(九) ◇傳球距離調整 ◇側並步次數減少 ◇投籃機會增加 ◇上籃以動作流暢度為評分標準，不以進球為主</p> | |
| <p>活動(九) 1對1防守訓練</p> <p>(1)運球 兩兩分組，一人持球做護球運球前進，一人嘗試干擾阻擋，從端線至端線，來回交換</p> <p>(2)投籃 兩兩分組，一人做投籃動作，另一個人將手舉高嘗試封阻</p> | | <p>體育科目學習能力嚴重缺損</p> <p>學習內容調整建議 活動(五) ◇能運球前進至角錐折返即可 ◇可以用雙手運球 ◇依照學生能力可跳過換手運球</p> <p>活動(六) ◇傳接球以地板傳球為主，且不限制球彈地板之次數</p> <p>活動(七) ◇投籃-以在禁區內投籃為主 ◇上籃依照學生能力訓練，可由教師傳球給學生</p> <p>活動(八) ◇側跑-能跑動至指定位置，並依照教師口令行動</p> | |

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| | | <p>活動(九)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇1對1防守-能跑動至對方前方舉手阻擋 ◇投籃活動改為區域防守，站好定位舉手阻擋 <p>學習歷程調整建議</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇可調整球的種類、大小、材質等以符合學生需求 <p>活動(五)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇可安排能力較好之學生一組 ◇傳球的口訣：丟胸口 ◇地板傳球可以貼視覺提示告知學生球需要彈到的點 <p>活動(七)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇禁區投籃地點利用角錐提示 ◇如有上籃之訓練，可透過教師示範、肢體協助、角錐提示等幫助學生抓到上籃時機 <p>學習環境調整建議</p> <p>活動(五)~活動(九)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇使用角錐提示傳球、防守、上籃等位置 ◇可調整籃框高度 <p>學習評量調整建議</p> <p>(視個案狀況決定)</p> <p>活動(五)~活動(九)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇傳球距離調整 ◇側並步距離、次數與平率之調整 ◇投籃機會增加 ◇投籃以動作流暢度為評分標準，不以進球為主 ◇防守以站位與防守姿勢為評分標準 | | |
|--|--|---|--|--|

三、總結活動

活動(十) 攻防演練

(1)1對1

兩兩分組，綜合上述所教導運球、投籃、防守做簡易對抗，球進或籃板球落失後交換進攻與防守

(2)2對2

兩人為一組，兩組做簡易對抗，綜合以上運球、傳球、防守、跑位、爭搶籃板等，球進或敵隊掌握籃板球後交換

活動(十一) 收操

(1)頭部往上、下、左、右各兩次八拍

(2)雙手不伸，利用肩膀繞環，向前、向後兩次八拍

(3)雙手插腰，利用腰部繞環，順、逆時鐘個做兩次八拍

(4)雙手扶膝，利用膝蓋繞環，左右各兩次八拍

(5)雙手插腰，單腳前伸，利用踝關節左、右繞圈

(6)兩腳前後交叉，雙手盡量碰地板，停八秒後換腳在八秒

(7)前腳彎曲，後腳打直，八秒後換腳

(8)小腿向後彎曲，同手抓同腳隻腳背，停八秒換腳

(9)跳躍、腳開合循環，手臂打開伸直→往上拍→打開伸直→往下拍，四個八拍

-----第一節課結束-----

15
分

體育科目學習能力輕微缺損

學習內容調整建議

活動(十)

- ◇ 1對1-進攻(特殊生運球到禁區防守者不可以阻擋)、防守(盯住對方不犯規)
- ◇ 2對2-同儕協助搭配口頭提示跑位進攻防守，規則改成與1對1模式一樣。

學習歷程調整建議

- ◇ 老師親自示範、視覺、口訣等提示
- ◇ 可調整球的種類、大小、材質等以符合學生需求
- ◇ 安排能力較好的學生一組

學習環境調整建議

活動(十)

- ◇ 使用角錐提示傳球、防守、上籃等位置

學習評量調整建議

- ◇ 特殊生投籃，不可干擾，且也不影響普通生之表現分數

體育科目學習能力嚴重缺損

學習內容調整建議

活動(十)

- ◇ 口頭提示傳球、跑位、投籃
- ◇ 學生可以雙手運球
- ◇ 進攻時特殊生運球到禁區防守者不可以阻擋
- ◇ 防守時攻擊方不可以衝撞特殊生

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | | | <p>學習歷程調整建議</p> <p>活動(十)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 調整規則(可以兩次運球、走步) ◇ 可調整球的種類、大小、材質等以符合學生需求 <p>學習環境調整建議</p> <p>活動(十)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 使用角錐提示傳球、防守、上籃等位置 <p>學習評量調整建議</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 特殊生投籃，不可干擾，且也不影響普通生之表現分數 | | |
|--|--|--|--|--|--|

| 教學內容 | 時間 /分 | 評量 方式 | 個別化調整 | 學習 重點 | 備 註 |
|--|----------|----------|--|----------|--------|
| <p style="text-align: center;">-----第二節課-----</p> <p style="text-align: center;">一、準備活動</p> <p>活動(一) 暖身運動</p> <p>(1)頸部繞環 頭部往下、往上、往左、往右，各做兩個八拍</p> <p>(2)腰部繞環 雙手插腰，利用腰部繞環，順時鐘、逆時鐘各兩個八拍</p> <p>(3)膝關節活動 雙手扶膝，利用膝蓋繞環，左右各做兩個八拍</p> <p>(4)踝部繞環 雙手插腰，單腳前伸，利用踝關節左、右繞圓圈，各做一個八拍後換腳</p> <p>(5)腳交叉前彎 兩腳前後交叉，雙手盡量碰地板，停八秒後換腳再八秒</p> <p>(6)弓箭步 前腳彎曲，後腳打直，八秒後換腳</p> <p>(7)立姿曲膝抓腳靠臀 小腿向後彎曲，同手抓同腳之腳背，停八秒後換腳</p> <p>(8)開併跳 跳躍，腳開、合循環，手臂打開伸直→往上拍→打開伸直→往下拍，做四個八拍</p> <p>活動(二) 2人傳球投籃(全場) 兩兩分組，兩人同時從底線出發，一人於邊線角落、一人於籃筐下方，由籃筐底下學生先行傳球，中途需傳球三次以上，並完成投籃動作</p> | 10 分 | | <p style="text-align: center;">體育科目學習能力輕微缺損</p> <p>學習內容調整建議</p> <p>活動(二) ◇2人傳球可改為從半場出發 ◇3人傳球可改為從半場出發 ◇最後接球者頭球即可 ◇縮短學生彼此之間的傳球距離</p> <p>學習歷程調整建議</p> <p>活動(二) ◇可調整球的種類、大小、材質等以符合學生需求 ◇利用視覺、教師示範、口訣等相關提示</p> <p>學習環境調整建議</p> <p>活動(二) ◇可利用角椎放在場上告知學生們何時傳球、何時上籃或是投籃</p> <p>學習評量調整建議</p> <p style="text-align: center;">體育科目學習能力嚴重缺損</p> <p>學習內容調整建議</p> <p>活動(二) ◇可將邊動邊傳球改為定點傳接球後投籃 ◇改為半場傳球投籃</p> <p>學習歷程調整建議</p> <p>活動(二)</p> | | |

| | | | | |
|--|------------|--|--|--|
| <p>活動(三) 3人傳球投籃(全場)</p> <p>三人為一組，三人同時從底線出發，兩人於兩邊線角落、一人於籃筐下方，由籃筐底下學生先行傳球，</p> <p>從中→左→中→右→中循環，並完成投籃動作</p> | | <p>◇可調整球的種類、大小、材質等以符合學生需求</p> <p>◇利用視覺、教師示範、口訣等相關提示</p> <p>學習環境調整建議</p> <p>學習評量調整建議</p> <p>活動(二)</p> <p>◇可利用角椎放在場上告知學生們何時傳球、何時上籃或是投籃</p> | | |
| <p style="text-align: center;">二、發展活動</p> <p>活動(四) 小組進攻-擋切戰術(投球、上籃)</p> <p>(1)指派兩位為進攻隊，一人位為防守隊，進攻隊一人持球，一人做防守球員側邊擋位掩護，進去之後持球員選擇自行上籃、投籃，亦或是等待掩護球員擋位做轉身下滑並預備接球</p> <p>活動(五) 半場跑位進攻-3人</p> <p>(1)弧頂掩護</p> <p>分別站定三分線圓弧頂端、雙側45度，球傳至左邊球員，傳球員往另一邊跑位進行擋位掩護，受掩護球員跑至弧頂位置預備接球做錯位進攻。</p> <p>(2)掩護後下滑</p> <p>延續(1)之步驟，原傳球手擋位掩護後，順勢往禁區內下滑，預備接球做進攻</p> <p>活動(六) 全場跑位進攻-3人</p> <p>(3)基本三線進攻</p> <p>從中場線出發，分別站中間及兩邊線內一步位置，由中間學生持球做運球推進，雙邊學生跑進三分線內後，轉</p> | <p>25分</p> | <p style="text-align: center;">體育科目學習能力輕微缺損</p> <p>學習內容調整建議</p> <p>活動(四)~活動(六)</p> <p>◇安排特殊生跑至指定位置進行投籃、接球、傳球</p> <p>活動(七)</p> <p>◇小組防守-干擾指定球員運球、投籃即可</p> <p>◇團隊防守-特殊生能站在指定位置進行防守</p> <p>學習歷程調整建議</p> <p>活動(四)~活動(六)</p> <p>◇放慢進攻速度</p> <p>◇教師可透過吹哨提示控制同學進攻節奏</p> <p>◇教師可和學生一同示範擋人技巧</p> <p>活動(七)、活動(八)</p> <p>◇限定於某區域即可</p> <p>◇同儕提示</p> <p>◇教師可透過吹哨提示控制同學防守位置變換、進攻節奏</p> | | |

| | | |
|---|--|--|
| <p>向往籃框前進，持球學生視雙方狀況傳球給其中一方完成上籃動作。</p> <p>(4)單邊交叉錯位</p> <p>從中場線出發，分別站中間及兩邊線內一步位置，由中間學生持球做運球推進，可先傳至任一邊學生，隨後與另一邊學生做交叉後往籃框跑步，進入三分線後回頭準備做接球上籃、投籃。</p> <p>活動(七) 盯人防守-對人對球</p> <p>(1)2對2</p> <p>兩兩分組，做一對一盯人防守，防守方須離進攻方1公尺內打開雙手試圖阻擋對方進攻、傳球。</p> <p>(2)3對3</p> <p>與(1)概念相同，但須注意擋位掩護後是否換人防守</p> <p>活動(八) 團隊防守</p> <p>(1)區域防守(移位協防)</p> <p>與盯人防守不同，區域防守重點在各自站定固有區域，只負責自己區域內的進攻方，而非跟著同一球員移動，但須注意做二線協防，意指非自己所屬區域球邊做進攻時，需協助己方隊友做包夾動作。</p> | <p>學習環境調整建議</p> <p>活動(四)~活動(八)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇可調整球的種類、大小、材質等以符合學生需求 ◇使用角錐提醒跑動到位 ◇使用戰術板等輔助器具協助教學 <p>學習評量調整建議</p> <p>活動(四)~活動(八)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇可依據學生狀況，以傳球成功次數、防守姿勢、進攻積極度作為評價標準 <p style="text-align: center;">體育科目學習能力嚴重缺損</p> <p>學習內容調整建議</p> <p>活動(四)~活動(六)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇可依照學生能力選擇其中一項活動進行教學 ◇學生可以用雙手運球 ◇進攻範圍可以縮小、放大以符合學生需求 ◇半場兩人傳球上籃(投籃)練習 <p>活動(七)、活動(八)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇防守範圍可以依照學生能力做調整 ◇教師可以事先安排符合學生能力知防守位置 <p>學習歷程調整建議</p> <p>活動(四)~活動(八)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇調整為三人進攻三人防守，中籃或對方掌握籃板後交換 ◇角錐提示半場個人運球上籃(投籃)、防守範圍等 ◇改變遊戲規則(如可以二運一次、走步改為走4步等) | |
|---|--|--|

| | | | | |
|--|-----|--|--|--|
| | | <p>學習環境調整建議 活動(四)~活動(八) ◇可調整球的種類、大小、材質等以符合學生需求 ◇使用角錐提醒跑動到位 ◇使用戰術板等輔助器具協助教學</p> <p>學習評量調整建議 活動(四)~活動(八) ◇可依據學生狀況，以傳球成功次數、防守姿勢、進攻積極度作為評價標準</p> | | |
| <p style="text-align: center;">三、總結活動</p> <p>活動(九) 攻防演練-擋拆戰術、區域防守 15分</p> <p>(1) 進攻方(擋拆戰術) 做三人小組近攻搭配可參閱[半場跑位進攻]-延伸掩護後下滑，持球學生可視狀況做投籃亦或是傳進去給下滑學生。</p> <p>(2) 防守方(區域防守) 如團隊防守-[區域防守(移位協防)]。</p> <p>活動(十) 收操</p> <p>(1) 頭部往上、下、左、右各兩次八拍 (2) 雙手不伸，利用肩膀繞環，向前、向後兩次八拍 (3) 雙手插腰，利用腰部繞環，順、逆時鐘個做兩次八拍 (4) 雙手扶膝，利用膝蓋繞環，左右各兩次八拍 (5) 雙手插腰，單腳前伸，利用踝關節左、右繞圈 (6) 兩腳前後交叉，雙手盡量碰地板，停八秒後換腳在八秒</p> | 15分 | <p style="text-align: center;">體育科目學習能力輕微缺損</p> <p>學習內容調整建議</p> <p>學習歷程調整建議</p> <p>學習環境調整建議</p> <p>學習評量調整建議</p> <p style="text-align: center;">體育科目學習能力嚴重缺損</p> <p>學習內容調整建議 活動(九) ◇特殊生站定點接球、防守即可</p> <p>學習歷程調整建議 活動(九) ◇特殊生站定點接球、防守即可 ◇教師可以安排特殊生特定位置</p> <p>學習環境調整建議 活動(十) ◇改變為半場演練</p> | | |

| | | | |
|--|--|--|--|
| <p>(7)前腳彎曲，後腳打直，八秒後換腳</p> <p>(8)小腿向後彎曲，同手抓同腳隻腳背， 停八秒換腳</p> <p>(9)跳躍、腳開合循環，手臂打開伸直→ 往上拍→打開伸直→往下拍，四個八 拍</p> <p>活動(十) 檢討回饋</p> <p>-----第二節課結束-----</p> | | <p>學習評量調整建議</p> <p>活動(四)~活動(八)</p> <p>◇可依據學生狀況，以傳球成功次 數、防守姿勢、進攻積極度作為 評價標準</p> | |
|--|--|--|--|

| 教學內容 | 時間 /分 | 評量 方式 | 個別化調整 | 學習 重點 | 備 註 |
|---|----------|----------|---|----------|--------|
| <p style="text-align: center;">-----第三節課-----</p> <p style="text-align: center;">一、準備活動</p> <p>活動(一) 暖身運動</p> <p>(1)頸部繞環 頭部往下、往上、往左、往右，各做兩個八拍</p> <p>(2)腰部繞環 雙手插腰，利用腰部繞環，順時鐘、逆時鐘各兩個八拍</p> <p>(3)膝關節活動 雙手扶膝，利用膝蓋繞環，左右各做兩個八拍</p> <p>(4)踝部繞環 雙手插腰，單腳前伸，利用踝關節左、右繞圓圈，各做一個八拍後換腳</p> <p>(5)腳交叉前彎 兩腳前後交叉，雙手盡量碰地板，停八秒後換腳再八拍</p> <p>(6)弓箭步 前腳彎曲，後腳打直，八秒後換腳</p> <p>(7)立姿曲膝抓腳靠臀 小腿向後彎曲，同手抓同腳之腳背，停八秒後換腳</p> <p>(8)開併跳 跳躍，腳開、合循環，手臂打開伸直→往上拍→打開伸直→往下拍，做四個八拍</p> <p>活動(二) 運球熱身-全場個人運球上籃 從籃框下方出發，放置定點於球場兩邊三</p> | | | <p style="text-align: center;">體育科目學習能力輕微缺損</p> <p>學習內容調整建議</p> <p>活動(二) ◇全場運球可調整成半場</p> <p>活動(三) ◇固定特殊生位置/調整規則需傳給特殊生投籃</p> <p>學習歷程調整建議</p> <p>活動(一) ◇透過示範及口頭提醒特殊生</p> <p>活動(二)~活動(四) ◇調整籃球遊戲規則 ◇允許特殊生使用雙手運球</p> <p>學習環境調整建議</p> <p>活動(二)~活動(四) ◇使用角錐提醒移動位置</p> <p>學習評量調整建議</p> <p>活動(二)~活動(四) ◇調整運球距離、投球距離等 ◇調整規則如特殊生進球分數比重不一樣等</p> <p style="text-align: center;">體育科目學習能力嚴重缺損</p> <p>學習內容調整建議</p> <p>活動(二)~活動(四) ◇將傳球距離改為半場 ◇運球可改為雙手運球 ◇特殊生可站在定點傳接球即可</p> | | |

| | | | |
|---|--|---|--|
| <p>分線旁發球點、中場線，完成一次上籃需經過三個定點(定點擺放呈閃電型)，於任一定點須做停頓假動作再行出發至下一定點。</p> <p>活動(三) 傳球熱身-全場兩人傳球上籃(投籃)</p> <p>兩兩分組，兩人同時從底線出發，一人於邊線角落、一人於籃筐下方，由籃筐底下學生先行傳球，中途需傳球三次以上，並完成投籃動作</p> <p>活動(四) 全場-3打2(去)、2打1(回)</p> <p>三人在三分線內為A組，兩人在三分線外為B組、</p> <p>(1)由B組在三分線出手投籃</p> <p>(2)A組掌握籃板(發球)，三人向另一邊半場做進攻至球進/失去球權</p> <p>(3)A組進球者(1人)須以最快速度做回防，B組掌握籃板球/發球，以兩人進攻至另一半場球進/失去球權</p> <p>(4)原A組剩餘兩人下一輪則為B組，A組再次補三位同學</p> | | <p>學習歷程調整建議</p> <p>活動(二)~活動(四)</p> <p>◇調整為三人防守三人進攻</p> <p>◇教師親自帶特殊生示範</p> <p>◇同儕、老師等肢體協助</p> <p>學習環境調整建議</p> <p>活動(二)~活動(四)</p> <p>◇改為半場運球上籃/投籃</p> <p>◇固定特殊生站定位置</p> <p>學習評量調整建議</p> <p>活動(二)~活動(四)</p> <p>◇調整運球距離、投球距離等</p> <p>◇調整規則如特殊生進球分數比重不一樣等</p> | |
| <p style="text-align: center;">二、發展活動</p> <p>活動(五) 說明3對3比賽基本規則</p> <p>(1)常見違例</p> <p>帶球走步、出線球權判定、進攻時間違例、二次運球</p> <p>(2)常見犯規</p> <p>打手、推人、妨礙中籃、阻擋</p> <p>(3)任一隊球進後，需交換球權至另一隊</p> | | <p style="text-align: center;">體育科目學習能力輕微缺損</p> <p>學習內容調整建議</p> <p>活動(五)、活動(六)</p> <p>◇讓防守者在定點不移動進行跑位進攻練習</p> | |

| | | | |
|--|--|--|--|
| <p>重新發球</p> <p>(4)勝負判定</p> <p>一隊至多三人同時上場，總得分先達13分、亦或是比賽時間終了得分較高隊伍獲勝，計分方式如下：</p> <p>三分線外出手中籃-3分</p> <p>三分線內出手中籃-2分</p> <p>犯規後罰球-1分</p> <p>活動(六) 演練3對3比賽</p> <p>(進攻)</p> <p>傳球技巧</p> <p>擋人</p> <p>投籃</p> <p>籃板球爭搶</p> <p>(防守)</p> <p>盯人防守</p> <p>換人補防</p> <p>籃板球爭搶</p> | | <p>學習歷程調整建議</p> <p>活動(五)、活動(六)</p> <p>◇ 運用戰術版進行初步講解</p> <p>◇ 利用影片、教師示範講解3對3策略</p> <p>◇ 改變遊戲規則(可以雙手運球、二運第一次不算犯規等)</p> <p>學習環境調整建議</p> <p>活動(五)</p> <p>◇ 特殊生練習時使用角錐代替防守者</p> <p>學習評量調整建議</p> <p>體育科目學習能力嚴重缺損</p> <p>學習內容調整建議</p> <p>活動(五)、活動(六)</p> <p>◇ 讓防守者在定點不移動，調整規則可二次運球、走步等</p> <p>◇ 學生可以練習上籃進球、跑為等即可</p> <p>學習歷程調整建議</p> <p>活動(五)、活動(六)</p> <p>◇ 初步進無防守者狀況進攻練習</p> <p>學習環境調整建議</p> <p>活動(五)、活動(六)</p> <p>◇ 使用角錐代替防守者</p> <p>學習評量調整建議</p> <p>活動(五)、活動(六)</p> <p>◇ 依照活動內容修改調整評分距離、次數與範圍</p> | |
|--|--|--|--|

三、總結活動

活動(七) 分組進行3對3比賽

一次由兩組球隊比賽、另一組擔任裁判並學習紀錄比賽內容與犯規、違例，獲勝一隊留場上與另一隊繼續進行下場次比賽，獲勝兩場後須換隊上場

活動(八) 收操

- (1) 頭部
- (2) 雙手不伸，利用肩膀繞環，向前、向後兩次八拍
- (3) 雙手插腰，利用腰部繞環，順、逆時鐘個做兩次八拍
- (4) 雙手扶膝，利用膝蓋繞環，左右各兩次八拍
- (5) 雙手插腰，單腳前伸，利用踝關節左、右繞圈
- (6) 兩腳前後交叉，雙手盡量碰地板，停八秒後換腳在八秒
- (7) 前腳彎曲，後腳打直，八秒後換腳
- (8) 小腿向後彎曲，同手抓同腳隻腳背，停八秒換腳
- (9) 跳躍、腳開合循環，手臂打開伸直→往上拍→打開伸直→往下拍，四個八拍

活動(十) 檢討回饋

-----第三節課結束-----

體育科目學習能力輕微缺損

學習內容調整建議

活動(七)

- ◇ 調整規則，特殊生可以二次運球、走步等
- ◇ 觀賽紀錄-指定特殊生針對單一球進行比賽紀錄

學習歷程調整建議

活動(七)

- ◇ 特殊生中籃2分，提供同學與特殊生之互動

學習環境調整建議

學習評量調整建議

體育科目學習能力嚴重缺損

學習內容調整建議

活動(七)

- ◇ 調整規則，特殊生可以二次運球、走步等
- ◇ 觀賽紀錄-指定特殊生針對單一球進行比賽紀錄
- ◇ 紀錄時間按錶作業

學習歷程調整建議

活動(七)

- ◇ 特殊生碰框1分、中籃2分，提高同學與特殊生互動

學習環境調整建議

學習評量調整建議

| 教學內容 | 時間 /分 | 評量 方式 | 個別化調整 | 學習 重點 | 備 註 |
|--|----------|----------|---|----------|--------|
| <p style="text-align: center;">-----第四節課-----</p> <p style="text-align: center;">一、準備活動</p> <p>活動(一) 暖身運動</p> <p>(1)頸部繞環 頭部往下、往上、往左、往右，各做兩個八拍</p> <p>(2)腰部繞環 雙手插腰，利用腰部繞環，順時鐘、逆時鐘各兩個八拍</p> <p>(3)膝關節活動 雙手扶膝，利用膝蓋繞環，左右各做兩個八拍</p> <p>(4)踝部繞環 雙手插腰，單腳前伸，利用踝關節左、右繞圓圈，各做一個八拍後換腳</p> <p>(5)腳交叉前彎 兩腳前後交叉，雙手盡量碰地板，停八秒後換腳再八拍</p> <p>(6)弓箭步 前腳彎曲，後腳打直，八秒後換腳</p> <p>(7)立姿曲膝抓腳靠 小腿向後彎曲，同手抓同腳之腳背，停八秒後換腳</p> <p>(8)開併跳 跳躍，腳開、合循環，手臂打開伸直→往上拍→打開伸直→往下拍，做四個八拍</p> <p>活動(二) 運球熱身-全場上籃 兩兩分組，兩人同時從底線出發，一人於邊線角落、一人於籃筐下方，由籃筐底下學生先行傳球，中途需傳球三次以上，並完成投籃動作</p> | | | <p style="text-align: center;">體育科目學習能力輕微缺損</p> <p>學習內容調整建議</p> <p>活動(二) ◇全場運球可調整成半場</p> <p>活動(三) ◇固定特殊生位置/調整規則需傳給特殊生投籃</p> <p>學習歷程調整建議</p> <p>活動(一) ◇透過示範及口頭提醒特殊生</p> <p>活動(二)~活動(四) ◇調整籃球遊戲規則 ◇允許特殊生使用雙手運球</p> <p>學習環境調整建議</p> <p>活動(二)~活動(四) ◇使用角錐提醒移動位置</p> <p>學習評量調整建議</p> <p>活動(二)~活動(四) ◇調整運球距離、投球距離等 ◇調整規則如特殊生進球分數比重不一樣等</p> <p style="text-align: center;">體育科目學習能力嚴重缺損</p> <p>學習內容調整建議</p> <p>活動(二)~活動(四) ◇將傳球距離改為半場 ◇運球可改為雙手運球 ◇特殊生可站在定點傳接球即可</p> | | |

| | | | |
|--|--|--|--|
| <p>活動(三) 攻防熱身-3打2(去)、2打1(回) 三人在三分線內為A組，兩人在三分線外為B組</p> <p>(1) 由B組在三分線出手投籃</p> <p>(2) A組掌握籃板(發球)，三人向另一邊半場做進攻至球進/失去球權</p> <p>(3) A組進球者(1人)須以最快速度做回防，B組掌握籃板球/發球，以兩人進攻至另一半場球進/失去球權</p> <p>(4) 原A組剩餘兩人下一輪則為B組，A組再次補三位同學</p> | | <p>學習歷程調整建議 活動(二)~活動(四) ◇調整為三人防守三人進攻 ◇教師親自帶特殊生示範 ◇同儕、老師等肢體協助</p> <p>學習環境調整建議 活動(二)~活動(四) ◇改為半場運球上籃/投籃 ◇固定特殊生站定位置</p> <p>學習評量調整建議 活動(二)~活動(四) ◇調整運球距離、投球距離等 ◇調整規則如特殊生進球分數比重不一樣等</p> | |
| <p style="text-align: center;">二、發展活動</p> <p>活動(四) 說明5對5比賽基本規則</p> <p>(1) 常見違例 帶球走步、出線球權判定、進攻時間違例、二次運球、回場違例</p> <p>(2) 常見犯規 打手、推人、妨礙中籃、阻擋、進攻犯規、非法掩護、雙方犯規</p> <p>(3) 嚴重犯規示例 違反運動道德、技術犯規、奪權出場</p> <p>(4) 任一隊球進後，須交換球權至另一隊重新發球</p> <p>(5) 勝負判定 一隊至多三人同時上場，總得分先達13分、亦或是比賽時間終了得分較高隊伍獲勝，計分方式如下： 三分線外出手中籃-3分 三分線內出手中籃-2分 犯規後罰球-1</p> | | <p style="text-align: center;">體育科目學習能力輕微缺損</p> <p>學習內容調整建議 活動(五) ◇安排、提示特殊生每次演練特定工作(定點投籃、場外發球、接球後傳球、爭搶籃板) ◇防守時提醒指定球員進行防守</p> <p>學習歷程調整建議 活動(四) ◇可讓學生觀看籃球影片並進行解說</p> <p>學習環境調整建議 活動(五) ◇安排學生觀賽、紀錄區 ◇放置角錐標示特殊生站定位舉手防守</p> <p>學習評量調整建議 (視個案狀況決定) ◇調整個案得分分數、防守、搶籃</p> | |

| | | | |
|---|--|---|--|
| <p>活動(五) 演練5對5比賽</p> <p>(進攻)</p> <p>發球 過半場 走位 傳球 投籃 爭搶籃板 回防</p> <p>(防守)</p> <p>區域防守-站位、搶斷、爭搶籃板 盯人防守-隨盯防球員移動</p> | | <p>板知數據也可做為評分參考</p> <p>體育科目學習能力嚴重缺損</p> <p>學習內容調整建議</p> <p>活動(四)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇讓學生觀看影片並了解籃球的節奏與相關基本(不可以超線、打人等)規則 <p>活動(五)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇安排、提示特殊生每次演練特定工作(定點投籃、場外發球、接球後傳球、爭搶籃板) ◇防守時提醒指定球員進行防守 ◇教導學生如何記錄得分分數 <p>學習歷程調整建議</p> <p>活動(五)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇先採用半場進行訓練 ◇口頭提示傳球、跑位、接球、投籃 <p>學習環境調整建議</p> <p>活動(五)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇放置角錐代替防守者 <p>學習評量調整建議</p> <p>(視個案狀況決定)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇調整個案得分分數、防守、搶籃板知數據也可做為評分參考 ◇學生分數紀錄完整性 | |
| <p>三、總結活動</p> <p>活動(六) 分組5對5比賽-兩組比賽、一組紀錄裁判</p> <p>一次由兩組球隊比賽、另一組擔任裁判並學習紀錄比賽內容與犯規、違例，獲勝一</p> | | <p>體育科目學習能力輕微缺損</p> <p>學習內容調整建議</p> <p>活動(六)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇調整規則，特殊生可以二次運球、走步等 ◇觀賽紀錄-指定特殊生針對單一球 | |

| | | | |
|--|--|---|--|
| <p>隊留場上與另一隊繼續進行下場次比賽，獲勝兩場後須換隊上場</p> <p>活動(七) 收操</p> <ol style="list-style-type: none"> (1)頭部往上、下、左、右各兩次八拍 (2)雙手不伸，利用肩膀繞環，向前、向後兩次八拍 (3)雙手插腰，利用腰部繞環，順、逆時鐘個做兩次八拍 (4)雙手扶膝，利用膝蓋繞環，左右各兩次八拍 (5)雙手插腰，單腳前伸，利用踝關節左、右繞圈 (6)兩腳前後交叉，雙手盡量碰地板，停八秒後換腳在八秒 (7)前腳彎曲，後腳打直，八秒後換腳 (8)小腿向後彎曲，同手抓同腳隻腳背，停八秒換腳 (9)跳躍、腳開合循環，手臂打開伸直→往上拍→打開伸直→往下拍，四個八拍 <p>活動(八) 檢討回饋</p> <p style="text-align: center;">-----第四節課結束-----</p> | | <p>進行比賽紀錄</p> <p>學習歷程調整建議</p> <p>◇特殊生中籃2分，提供同學與特殊生之互動</p> <p>學習環境調整建議</p> <p>學習評量調整建議</p> <p>(視個案狀況決定)</p> <p>◇調整個案得分分數、防守、搶籃板知數據也可做為評分參考</p> <p>◇學生分數紀錄完整性</p> <p style="text-align: center;">體育科目學習能力嚴重缺損</p> <p>學習內容調整建議</p> <p>活動(六)</p> <p>◇調整規則，特殊生可以二次運球、走步等</p> <p>◇觀賽紀錄-指定特殊生針對單一球進行比賽紀錄紀錄時間按錶作業</p> <p>學習歷程調整建議</p> <p>活動(六)</p> <p>◇特殊生碰框1分、中籃2分，提高同學與特殊生互動</p> <p>學習環境調整建議</p> <p>(視個案狀況決定)</p> <p>學習評量調整建議</p> <p>(視個案狀況決定)</p> <p>◇調整個案得分分數、防守、搶籃板知數據也可做為評分參考</p> <p>◇學生分數紀錄完整性</p> | |
|--|--|---|--|