

體育教師暑期學校 2002

小學籃球教學課程

導師：朱加勤先生

教學目標

完成本課程後，老師能

- 學員能自行設計學校籃球體育課
- 能示範基本籃球技巧
- 探討在小學籃球教學上所遇到的問題

教學大綱

1. 籃球之簡介

- 教學技巧及教學目標
- 教學資源
- 一般球例及球例與訓練的配合
- 個人進攻原則及練習
 - ◇ 準備姿勢
 - ◇ 迎球及保護
 - ◇ 步法
 - ◇ 球感練習
 - ◇ 傳接球

2. 個人進攻練習

- 運球
- 投籃
- 運球上籃
- 一對一進攻
- 二人快攻

3. 個人防守原則及練習

- 準備姿勢
- 步法
- 人釘人
- 換防
- 擋位

4. 小組 / 全隊防守原則及練習

- 區域聯防
- 人釘人
- 協防
- 換防
- 比賽

5. 小組 / 全隊進攻原則及練習

- 單擋
- 傳球切入
- 進攻聯防
- 比賽