

彰化縣112學年度社頭國民中學
體育班

籃球體育專業課程計畫

社頭國民中學課程發展委員會審議通過

中華民國112年6月7日

府教體字第1120412893號

彰化縣立社頭國民中學 112 學年度體育班課程規劃領域/科目/每週節數

領域科目/實施規範節數				國民中學		
				第四學習階段		
				7年級 節數	8年級 節數	9年級 節數
部定課程	領域學習 課程	語文	國語文(5)	5	5	5
			本土語言/ 新住民文(1)	1	1	
			英語文(3)	3	3	3
		數學(4)		4	4	4
		社會(3) (歷史、地理、公民與社會)		3	3	3
		自然科學(3) (理化、生物、地球科學)		3	3	3
		藝術(2-3) (音樂、視覺藝術、表演藝術)		2	2	2
		綜合活動(2-3) (家政、童軍、輔導)		2	2	2
		科技(1-2) (資訊科技、生活科技)		1	1	1
		健康與體育(2-3) (健康教育、體育)		2	2	2
	特殊類型 班級課程	體育專業(5) (專項體能訓練、專項技術訓練)		5	5	5
七八年級領域學習節數(31-34)				31	31	30
九年級領域學習節數(30-34)						
校訂課程	七八年級彈性學 習課程(1-4)	統整性主題/專題/ 議題探究課程		2	2	3
		社團活動與技藝課程				
	九年級彈性學習 課程(1-5)	特殊需求領域課程 (體育專業)		1	1	1
		其他類課程		1	1	1
七八年級學習總節數(33-35節)				35	35	35
九年級學習總節數(32-35節)						

彰化縣立社頭國民中學 112 學年度體育班體育專業課表

實施年級：5 年級 6 年級 7 年級 8 年級 9 年級

星期 節次	一	二	三	四	五
第一節					
第二節					
第三節					
第四節					
第五節					
第六節	專長訓練				
第七節	專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練

備註：體育專業課程，請於上課日之第六節課起實施。

彰化縣立社頭國民中學 112 學年度體育班體育專業課表

實施年級：5 年級 6 年級 7 年級 8 年級 9 年級

星期 節次	一	二	三	四	五
第一節					
第二節					
第三節					
第四節					
第五節					
第六節	專長訓練				
第七節	專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練

備註：體育專業課程，請於上課日之第六節課起實施。

彰化縣立社頭國民中學 112 學年度體育班體育專業課表

實施年級：5 年級 6 年級 7 年級 8 年級 9 年級

星期 節次	一	二	三	四	五
第一節					
第二節					
第三節					
第四節					
第五節					
第六節	專長訓練				
第七節	專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練

備註：體育專業課程，請於上課日之第六節課起實施。

彰化縣立社頭國民中學 112 學年度體育班(籃球)體育專業

課程計畫

- 說明：1. 特殊需求領域課程另依十二年國民基本教育體育班課程實施規範、體育專業領域課程綱要等相關辦法辦理。
2. 教學進度可單週呈現或以單元數週呈現。
3. []處為可選填之項目。

課程名稱	體育專業課程-籃球	課程類別	<input checked="" type="checkbox"/> 部定課程/特殊類型班及課程（體育專業，每週5節） <input checked="" type="checkbox"/> 校定課程/彈性學習課程/特殊需求領域課程（體育專業課程，每週1節）
實施年級	<input checked="" type="checkbox"/> 7年級 <input type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級	節數	每週6節 第 1 學期 共 112 節 第 2 學期 共 105 節
設計理念	本體育專業課程為籃球運動，給予學生基本籃球技術認知後，開始實施術科訓練，並在實施中透過比賽、融入遊戲讓籃球更好玩、更有趣，並加深對於籃球安全、防護的基本認知，培養學生帶著走的能力，養成終身運動的好習慣。		
課程目標	<p>一、培養專項運動之競技體能（體能訓練）：能依專項運動之特性執行個人體能訓練，增進專項運動之競技體適能。</p> <p>二、精進專項運動之技術水準（技術訓練）：能藉由專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之專項運動技術水準。</p> <p>三、發展專項運動之戰術運用（戰術訓練）：能經由專項運動戰術戰略之執行與練習，應用於實際競技運動比賽中。</p> <p>四、提升專項運動之心理素質（心理訓練）：能運用科學之訓練方法，有效發展並提昇專項運動競賽之心理素質。</p>		
核心素養	<input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A1具備增進競技體能、技術與態度，展現自我運動潛能，探索自我價值與生命意義，並積極實踐。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A2具備理解競技運動的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決各項問題。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A3具備善用競技運動的各項資源，擬定運動計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B1具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解競技運動的基本概念，應用於日常生活中。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B2具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B3具備審美與表現的能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方式，以增進生活中豐富的美感體驗。		

	<p>■體-J-C2具備利他及合群的知能與態度，並在競技運動中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p> <p>■體-J-C3具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際競技運動議題，並尊重與欣賞其間的差異。</p>		
學習階段 重點	學習 表現	<p>P-IV-2 理解並執行陣地攻守性球類運動組合性體能訓練。</p> <p>T-IV-2 理解並執行陣地攻守性球類運動之組合性個人動作技術、團隊合作技術。</p> <p>Ta-IV-2 了解並執行陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻、防守戰術與策略運用。</p> <p>Ps-IV-2 了解陣地攻守性球類運動自我與團隊狀態，運用心理技能提升成績。</p>	
	學習 內容	<p>P-IV-A3 陣地攻守性球類運動心肺耐力、肌力、肌耐力的組合性體能</p> <p>P-IV-A4 陣地攻守性球類運動之速度、協調、敏捷、穩定及身體控制</p> <p>T-IV-B3 陣地攻守性球類運動之運（控）、投、射（踢）、罰等，個人組合性進攻動作。</p> <p>T-IV-B4 陣地攻守性球類運動之抄、截、盯人與區域等，個人組合性防守動作與步伐。</p> <p>T-IV-B5 陣地攻守性球類運動之傳接球、快攻、多打少之攻防等組合性團隊合作技術。</p> <p>Ta-IV-C3 陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻戰術。</p> <p>Ta-IV-C4 陣地攻守性球類運動之盯人防守、區域協防等組合性防守策略。</p> <p>Ps-IV-D3 目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地攻守性球類運動心理技能。</p> <p>Ps-IV-D4 陣地攻守性球類運動自我狀態分析、主動溝通及凝聚力。</p>	
學習進度 /週次	單元/主題	教學內容	[評量]
第1學期	第1週 08/30- 09/01 備課週	課程大綱內容說明	■課堂觀察
	第2週 09/04- 09/08 體能訓練	籃球基本動作分析解說及個人練習--運球、投籃、傳接球等等（一）	<p>■實作評量</p> <p>1. 專項體能表現(40%)</p> <p>2. 動作技能(30%)</p> <p>3. 團隊表現(30%)</p>
	第3週 09/11- 09/15 體能訓練	籃球基本動作分析解說及個人練習--運球、投籃、傳接球等等（二）	<p>■實作評量</p> <p>1. 專項體能表現(40%)</p> <p>2. 動作技能(30%)</p> <p>3. 團隊表現(30%)</p>

第4週 09/18- 09/22	體能訓練	籃球基本動作分析解說及個人練習--運球、投籃、傳接球等等 (三)	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第5週 09/25- 09/28	體能訓練	籃球基本動作多人練習及比賽應用 (一)	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第6週 10/02- 10/06	體能訓練	籃球基本動作多人練習及比賽應用 (二)	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第7週 10/11- 10/13	段考週 10/12-10/13	第一次定期評量	■紙筆測驗
第8週 10/16- 10/20	動作練習	比賽戰略技巧應用	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第9週 10/23- 10/27	比賽	彰化縣縣長盃籃球錦標賽	■實作評量 1. 專項體能表現(30%) 2. 動作技能(20%) 3. 團隊表現(20%) 4. 縣長盃(30%)
第10週 10/30- 11/03	體能訓練	籃球基本動作多人練習及比賽應用 (三)	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能

				(30%) 3. 團隊表現 (30%)
第11週 11/06- 11/10	體能訓練 11/6運動傷害 講座	籃球基本動作多人練習及比賽應用 (四) 運動傷害的預防及復健		■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
第12週 11/13- 11/17	體能及專項訓 練	籃球基本動作多人練習及比賽應用 (五)		■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
第13週 11/20- 11/24	體能訓練	籃球基本動作多人練習及比賽應用 (六)		■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
第14週 11/27- 12/01	段考週 11/28-11/29	第二次定期評量		■紙筆測驗
第15週 12/04- 12/08	12/7~8	校慶運動會		
第16週 12/11- 12/15	動作練習	比賽戰略技巧應用		■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
第17週 12/18- 12/22	比賽	國中籃球聯賽乙級(彰化縣預賽)		■實作評量 1. 專項體能 表現(30%) 2. 動作技能 (20%) 3. 團隊表現 (20%)

				4. 乙級聯賽 (30%)
	第18週 12/25- 12/29	比賽規則	裁判法及比賽練習	■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
	第19週 01/02- 01/05	術科測驗	術科技巧考試及檢討 (一)	■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
	第20週 01/08- 01/12	術科測驗	術科技巧考試及檢討 (二)	■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
	第21週 01/15- 01/19	段考週 01/18-01/19	第三次定期評量	■紙筆測驗
第二學期	學習進 度 /週次	單元/主題	教學內容	[評量]
	第1週 02/15- 02/16	體能訓練	認識增強式專項體能及實做安全知識	■課堂觀察
	第2週 02/19- 02/23	體能訓練	籃球專項基本動作：球感訓練	■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
	第3週 02/26- 03/01	體能訓練	籃球專項基本動作：運球訓練	■實作評量 1. 專項體能 表現(40%)

				2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
第4週 03/04- 03/08	動作練習	個人防守腳步訓練		■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
第5週 03/11- 03/15	動作練習	個人防守腳步訓練		■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
第6週 03/18- 03/22	心理技能	心理技能訓練 放鬆訓練		■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
第7週 03/25- 03/29	段考週 03/27-03/28	第一次定期評量 專項術科測驗(模擬賽)		■紙筆測驗
第8週 04/01- 04/03	動作練習	籃球專項基本動作：傳接球&上籃腳步		■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
第9週 04/08- 04/12	動作練習	兩人小組配合		■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)

第10週 04/15- 04/19	團隊訓練	團隊防守訓練:分組攻守	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第11週 04/22- 04/26	團隊訓練	團隊進攻訓練:分組對抗	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第12週 04/29- 05/03	心理技能	心理技能訓練: 意象訓練	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第13週 05/06- 05/10	動作練習	籃球專項基本動作: 空手擺脫防守訓練	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第14週 05/13- 05/17	段考週 05/15-05/16	第二次定期評量 模擬賽	■紙筆測驗
第15週 05/20- 05/24	運動傷害	急性運動傷害處理教學:PRICE	■課堂觀察 ■口頭報告
第16週 05/27- 05/31	動作練習	三人小組配合	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)

	第17週 06/03-06/07	動作練習	三人快攻訓練	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
	第18週 06/11-06/14	動作練習	三隊三攻守練習	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
	第19週 06/17-06/21	心理技能	心理技能訓練：比賽中突發狀況因應教學	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
	第20週 06/24-06/28	段考週 6/26-6/27	第三次定期評量	■紙筆測驗
評量規劃	1. 定期/總結性評量:比例 40 % ■ 紙筆測驗 ■ 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 <input type="checkbox"/> 作業評定 ■ 口頭報告 <input type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 課堂觀察 <input type="checkbox"/> 其它_____			
教學設施 設備需求	籃球、跳繩、角錐、重訓器材			
教材來源	籃球訓練書籍及相關國內外最新訓練法	籃球訓練書籍及相關國內外最新訓練法	籃球訓練書籍及相關國內外最新訓練法	
備註	體育教師：謝志典(中字第9000326號) 台灣省體育會籃球教練證 省級教練證 004353			



彰化縣立社頭國民中學 112 學年度體育班(籃球)體育專業

課程計畫

- 說明：1. 特殊需求領域課程另依十二年國民基本教育體育班課程實施規範、體育專業領域課程綱要等相關辦法辦理。
2. 教學進度可單週呈現或以單元數週呈現。
3. []處為可選填之項目。

課程名稱	體育專業課程-籃球	課程類別	<input checked="" type="checkbox"/> 部定課程/特殊類型班及課程（體育專業，每週5節） <input checked="" type="checkbox"/> 校定課程/彈性學習課程/特殊需求領域課程（體育專業課程，每週1節）
實施年級	<input type="checkbox"/> 7年級 <input checked="" type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級	節數	每週6節 第 1 學期 共 112 節 第 2 學期 共 105 節
設計理念	本體育專業課程為籃球運動，給予學生基本籃球技術認知後，開始實施術科訓練，並在實施中透過比賽、融入遊戲讓籃球更好玩、更有趣，並加深對於籃球安全、防護的基本認知，培養學生帶著走的能力，養成終身運動的好習慣。		
課程目標	<p>一、培養專項運動之競技體能（體能訓練）：能依專項運動之特性執行個人體能訓練，增進專項運動之競技體適能。</p> <p>二、精進專項運動之技術水準（技術訓練）：能藉由專項運動技術的學習與鍛練，發展個人與團隊之專項運動技術水準。</p> <p>三、發展專項運動之戰術運用（戰術訓練）：能經由專項運動戰術戰略之執行與練習，應用於實際競技運動比賽中。</p> <p>四、提升專項運動之心理素質（心理訓練）：能運用科學之訓練方法，有效發展並提昇專項運動競賽之心理素質。</p>		
核心素養	<input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A1具備增進競技體能、技術與態度，展現自我運動潛能，探索自我價值與生命意義，並積極實踐。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A2具備理解競技運動的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決各項問題。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A3具備善用競技運動的各項資源，擬定運動計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B1具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解競技運動的基本概念，應用於日常生活中。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B2具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。		

		<p>■體-J-B3具備審美與表現的能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方式，以增進生活中豐富的美感體驗。</p> <p>■體-J-C2具備利他及合群的知能與態度，並在競技運動中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p> <p>■體-J-C3具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際競技運動議題，並尊重與欣賞其間的差異。</p>		
學習階段 重點	學習 表現	<p>P-IV-2 理解並執行陣地攻守性球類運動組合性體能訓練。</p> <p>T-IV-2 理解並執行陣地攻守性球類運動之組合性個人動作技術、團隊合作技術。</p> <p>Ta-IV-2 了解並執行陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻、防守戰術與策略運用。</p> <p>Ps-IV-2 了解陣地攻守性球類運動自我與團隊狀態，運用心理技能提升成績。</p>		
	學習 內容	<p>P-IV-A3 陣地攻守性球類運動心肺耐力、肌力、肌耐力的組合性體能</p> <p>P-IV-A4 陣地攻守性球類運動之速度、協調、敏捷、穩定及身體控制</p> <p>T-IV-B3 陣地攻守性球類運動之運（控）、投、射（踢）、罰等，個人組合性進攻動作。</p> <p>T-IV-B4 陣地攻守性球類運動之抄、截、盯人與區域等，個人組合性防守動作與步伐。</p> <p>T-IV-B5 陣地攻守性球類運動之傳接球、快攻、多打少之攻防等組合性團隊合作技術。</p> <p>Ta-IV-C3 陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻戰術。</p> <p>Ta-IV-C4 陣地攻守性球類運動之盯人防守、區域協防等組合性防守策略。</p> <p>Ps-IV-D3 目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地攻守性球類運動心理技能。</p> <p>Ps-IV-D4 陣地攻守性球類運動自我狀態分析、主動溝通及凝聚力。</p>		
學習進度 /週次	單元/主題	教學內容		[評量]
第 1 學 期	第1週 08/30- 09/01	備課週	課程大綱內容說明	■課堂觀察
	第2週 09/04- 09/08	體能訓練/ 個人實力增進 時期	籃球基本動作分析解說及個人練習--運球、投籃、傳接球等等 1. 學會頂上、胸前傳、接球的正確動作與防守的正確動作 2. 能運用假動作，做過人之動作。 3. 運球、傳球、切入、投籃的組合練習。	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
	第3週 09/11- 09/15	體能訓練/ 個人實力增進 時期	籃球基本動作分析解說及個人練習--運球、投籃、傳接球等等 1. 培養積極進攻和防守的正確觀念。 2. 學會護球旋轉、三角傳球、行進間三角傳球、	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能

		半場、全場練習。 3. 培養對敵我形勢變化之判斷能力，並能遵守規則公平競爭。	(30%) 3. 團隊表現(30%)
第4週 09/18- 09/22	體能訓練/ 個人實力增進 時期	籃球基本動作分析解說及個人練習--運球、投籃、傳接球等等 1. 增加單手原地運球、變換方向運球的活動，進行綜合性比賽。 2. 對於進攻和防守方式能有所了解 並能針對不同的移位或盯人、半場包夾和全場包夾而改變的動作要領。	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第5週 09/25- 09/28	體能訓練/跑位 及防守技術練習	籃球基本動作多人練習及比賽應用 1. 半場空手走位跑動。 2. 全場空手走位跑動。 3. 一二三線防守腳步交換。 4. 利用三對三實戰進行綜合攻防學習。	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第6週 10/02- 10/06	體能訓練/跑位 及防守技術練習	籃球基本動作多人練習及比賽應用 1. 半場空手走位跑動。 2. 全場空手走位跑動。 3. 一二三線防守腳步交換。 4. 利用三對三實戰進行綜合攻防學習。	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第7週 10/11- 10/13	段考週 10/12-10/13	第一次定期評量	■紙筆測驗
第8週 10/16- 10/20	體能訓練/跑位 及防守技術練習	籃球基本動作多人練習及比賽應用 1. 半場空手走位跑動。 2. 全場空手走位跑動。 3. 一二三線防守腳步交換。 4. 利用三對三實戰進行綜合攻防學習。	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第9週 10/23- 10/27	比賽	彰化縣縣長盃籃球錦標賽	■實作評量 1. 專項體能表現(30%) 2. 動作技能(20%) 3. 團隊表現(20%) 4. 縣長盃(30%)



第10週 10/30- 11/03	兩人小組訓練	籃球基本動作多人練習及比賽應用 1. 兩人推傳上籃 2. 二人組合 3. 半場二對二小組配合(切傳、傳切、互擋、反擋)	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第11週 11/06- 11/10	兩人小組訓練 11/6運動傷害 講座	籃球基本動作多人練習及比賽應用 1. 兩人推傳上籃 2. 二人組合 3. 半場二對二小組配合(切傳、傳切、互擋、反擋) 運動傷害的預防及復健	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第12週 11/13- 11/17	兩人小組訓練	籃球基本動作多人練習及比賽應用 1. 兩人推傳上籃 2. 二人組合 3. 半場二對二小組配合(切傳、傳切、互擋、反擋)	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第13週 11/20- 11/24	體能訓練 三人小組練習	籃球基本動作多人練習及比賽應用 (六) 1. 三人小組配合(切傳、傳切、互擋、反擋) 2. 三對三比賽	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第14週 11/27- 12/01	段考週 11/28-11/29	第二次定期評量	■紙筆測驗
第15週 12/04- 12/08	12/07-08	校慶運動會	
第16週 12/11- 12/15	體能訓練 三人小組練習	籃球基本動作多人練習及比賽應用 (六) 1. 三人小組配合(切傳、傳切、互擋、反擋) 2. 三對三比賽	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第17週 12/18- 12/22	體能訓練 五人小組練習	籃球基本動作多人練習及比賽應用 (六) 1. 防守基本觀念與練習 2. 五對五全場進攻	■實作評量 1. 專項體能表現(30%)

			3. 防守位置介紹與分配	2. 動作技能 (20%) 3. 團隊表現 (20%) 4. 乙級聯賽 (30%)
	第18週 12/25- 12/29	體能訓練 五人小組練習	籃球基本動作多人練習及比賽應用 (六) 1. 防守基本觀念與練習 2. 五對五全場進攻 3. 防守位置介紹與分配	■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
	第19週 01/02- 01/05	體能訓練 五人小組練習	籃球基本動作多人練習及比賽應用 (六) 1. 防守基本觀念與練習 2. 五對五全場進攻 3. 防守位置介紹與分配	■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
	第20週 01/08- 01/12	體能訓練 五人小組練習	籃球基本動作多人練習及比賽應用 (六) 1. 防守基本觀念與練習 2. 五對五全場進攻 3. 防守位置介紹與分配	■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
	第21週 01/15- 01/19	段考週 01/18-01/19	第三次定期評量	■紙筆測驗
第二學期	學習進 度 /週次	單元/主題	教學內容	[評量]
	第1週 02/15- 02/16	技術及戰術訓 練	1. 基本防守動作訓練 2. 投籃訓練 3. 運球訓練 4. 傳球訓練 5. 規則講解、觀念加強 6. 小組攻防 7. 進攻及防守戰術講解	■課堂觀察
	第2週 02/19- 02/23	技術及戰術訓 練	1. 基本防守動作訓練 2. 投籃訓練 3. 運球訓練	■實作評量 1. 專項體能 表現(40%)

		<ul style="list-style-type: none"> 4. 傳球訓練 5. 規則講解、觀念加強 6. 小組攻防 7. 進攻及防守戰術講解 	<ul style="list-style-type: none"> 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第3週 02/26- 03/01	技術及戰術訓練	<ul style="list-style-type: none"> 1. 基本防守動作訓練 2. 投籃訓練 3. 運球訓練 4. 傳球訓練 5. 規則講解、觀念加強 6. 小組攻防 7. 進攻及防守戰術講解 	<ul style="list-style-type: none"> ■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第4週 03/04- 03/08	技術及戰術訓練	<ul style="list-style-type: none"> 1. 基本防守動作訓練 2. 投籃訓練 3. 運球訓練 4. 傳球訓練 5. 規則講解、觀念加強 6. 小組攻防 7. 進攻及防守戰術講解 	<ul style="list-style-type: none"> ■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第5週 03/11- 03/15	技術調整練習	<ul style="list-style-type: none"> 1. 學會地板、頂上、胸前傳、接球的正確動作與防守的正確動作。 2. 學會正確上籃、運球、投籃、假動作和卡位的動作。 3. 學會正確的防守步伐和進攻方式之觀念建立。 	<ul style="list-style-type: none"> ■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第6週 03/18- 03/22	心理技能技術調整練習/	<ul style="list-style-type: none"> 1. 學會地板、頂上、胸前傳、接球的正確動作與防守的正確動作。 2. 學會正確上籃、運球、投籃、假動作和卡位的動作。 3. 學會正確的防守步伐和進攻方式之觀念建立。 	<ul style="list-style-type: none"> ■紙筆測驗
第7週 03/25- 03/29	段考週 03/27-03/28	<ul style="list-style-type: none"> 1. 學會地板、頂上、胸前傳、接球的正確動作與防守的正確動作。 2. 學會正確上籃、運球、投籃、假動作和卡位的動作。 3. 學會正確的防守步伐和進攻方式之觀念建立。 	<ul style="list-style-type: none"> ■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第8週 04/01- 04/03	技術調整練習	<ul style="list-style-type: none"> 1. 學會地板、頂上、胸前傳、接球的正確動作與防守的正確動作。 2. 學會正確上籃、運球、投籃、假動作和卡位的動作。 3. 學會正確的防守步伐和進攻方式之觀念建立。 	<ul style="list-style-type: none"> ■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現

			(30%)
第9週 04/08- 04/12	防守觀念練習	1. 1-2-3 線防守觀念位置講解訓練 2. 1-2-3 線全場包夾位置講解	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第10週 04/15- 04/19	防守觀念練習	1. 1-2-3 線防守觀念位置講解訓練 2. 1-2-3 線全場包夾位置講解	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第11週 04/22- 04/26	防守觀念練習	1. 1-2-3 線防守觀念位置講解訓練 2. 1-2-3 線全場包夾位置講解	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第12週 04/29- 05/03	防守觀念練習	1. 1-2-3 線防守觀念位置講解訓練 2. 1-2-3 線全場包夾位置講解	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第13週 05/06- 05/10	戰技術演練	1. 壓迫防守與區域包夾陣行的觀念佈署。 2. 突破區域與盯人防守的戰術演練。	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第14週 05/13- 05/17	戰技術演練/ 段考週 05/12-05/13	1. 壓迫防守與區域包夾陣行的觀念佈署。 2. 突破區域與盯人防守的戰術演練。	■紙筆測驗
第15週 05/20-	戰技術演練	1. 壓迫防守與區域包夾陣行的觀念佈署。 2. 突破區域與盯人防守的戰術演練。	■課堂觀察 ■口頭報告

	05/24			
	第16週 05/27- 05/31	戰技術演練	1. 壓迫防守與區域包夾陣行的觀念佈署。 2. 突破區域與盯人防守的戰術演練。	<input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
	第17週 06/03- 06/07	模擬比賽時期	1. 熟悉正式比賽規則及基本戰術與個人單打技巧並應用於比賽實作。 2. 培養對比賽之戰術訓練能力，以改善缺點或開發能力。 3. 提高參與過程之體驗深度，激發對籃球運動的興趣，培養欣賞與參與的能力。	<input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
	第18週 06/11- 06/14	模擬比賽時期	1. 熟悉正式比賽規則及基本戰術與個人單打技巧並應用於比賽實作。 2. 培養對比賽之戰術訓練能力，以改善缺點或開發能力。 3. 提高參與過程之體驗深度，激發對籃球運動的興趣，培養欣賞與參與的能力。	<input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
	第19週 06/17- 06/21	模擬比賽時期	1. 熟悉正式比賽規則及基本戰術與個人單打技巧並應用於比賽實作。 2. 培養對比賽之戰術訓練能力，以改善缺點或開發能力。 3. 提高參與過程之體驗深度，激發對籃球運動的興趣，培養欣賞與參與的能力。	<input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
	第20週 06/24- 06/28	模擬比賽時期	1. 熟悉正式比賽規則及基本戰術與個人單打技巧並應用於比賽實作。 2. 培養對比賽之戰術訓練能力，以改善缺點或開發能力。 3. 提高參與過程之體驗深度，激發對籃球運動的興趣，培養欣賞與參與的能力。	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗
評量規劃	1. 定期/總結性評量:比例 40 % <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 <input type="checkbox"/> 作業評定 <input checked="" type="checkbox"/> 口頭報告 <input type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 課堂觀察 <input type="checkbox"/> 其它_____ 2. 平時/形成性評量:比例 60 % <input type="checkbox"/> 紙筆測驗 <input type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 <input type="checkbox"/> 作業評定 <input type="checkbox"/> 口頭報告 <input type="checkbox"/> 同儕互評 <input checked="" type="checkbox"/> 課堂觀察 <input checked="" type="checkbox"/> 其它 體育班訓練日誌書寫			

教學設施 設備需求	籃球、跳繩、角錐、重訓器材		
教材來源	籃球訓練書籍及相關國內外最新 訓練法	籃球訓練書籍及相關 國內外最新訓練法	籃球訓練書籍及相關國內外最 新訓練法
備註	<p>體育教師：謝志典(中字第9000326號) 台灣省體育會籃球教練證 省級教練證 004353</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div>		

彰化縣立社頭國民中學 112 學年度體育班(籃球)體育專業

課程計畫

- 說明：1. 特殊需求領域課程另依十二年國民基本教育體育班課程實施規範、體育專業領域課程綱要等相關辦法辦理。
2. 教學進度可單週呈現或以單元數週呈現。
3. []處為可選填之項目。

課程名稱	體育專業課程-籃球	課程類別	<input checked="" type="checkbox"/> 部定課程/特殊類型班及課程（體育專業，每週5節） <input checked="" type="checkbox"/> 校定課程/彈性學習課程/特殊需求領域課程（體育專業課程，每週1節）
實施年級	<input type="checkbox"/> 7年級 <input type="checkbox"/> 8年級 <input checked="" type="checkbox"/> 9年級	節數	每週6節 第 1 學期 共 112 節 第 2 學期 共 95 節
設計理念	本體育專業課程為籃球運動，給予學生基本籃球技術認知後，開始實施術科訓練，並在實施中透過比賽、融入遊戲讓籃球更好玩、更有趣，並加深對於籃球安全、防護的基本認知，培養學生帶著走的能力，養成終身運動的好習慣。		
課程目標	<p>一、培養專項運動之競技體能（體能訓練）：能依專項運動之特性執行個人體能訓練，增進專項運動之競技體適能。</p> <p>二、精進專項運動之技術水準（技術訓練）：能藉由專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之專項運動技術水準。</p> <p>三、發展專項運動之戰術運用（戰術訓練）：能經由專項運動戰術戰略之執行與練習，應用於實際競技運動比賽中。</p> <p>四、提升專項運動之心理素質（心理訓練）：能運用科學之訓練方法，有效發展並提昇專項運動競賽之心理素質。</p>		
核心素養	<input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A1具備增進競技體能、技術與態度，展現自我運動潛能，探索自我價值與生命意義，並積極實踐。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A2具備理解競技運動的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決各項問題。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A3具備善用競技運動的各項資源，擬定運動計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B1具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解競技運動的基本概念，應用於日常生活中。		

		<p>■體-J-B2具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。</p> <p>■體-J-B3具備審美與表現的能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方式，以增進生活中豐富的美感體驗。</p> <p>■體-J-C2具備利他及合群的知能與態度，並在競技運動中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p> <p>■體-J-C3具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際競技運動議題，並尊重與欣賞其間的差異。</p>		
學習階段 重點		學習 表現	<p>P-IV-2 理解並執行陣地攻守性球類運動組合性體能訓練。</p> <p>T-IV-2 理解並執行陣地攻守性球類運動之組合性個人動作技術、團隊合作技術。</p> <p>Ta-IV-2 了解並執行陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻、防守戰術與策略運用。</p> <p>Ps-IV-2 了解陣地攻守性球類運動自我與團隊狀態，運用心理技能提升成績。</p>	
		學習 內容	<p>P-IV-A3 陣地攻守性球類運動心肺耐力、肌力、肌耐力的組合性體能</p> <p>P-IV-A4 陣地攻守性球類運動之速度、協調、敏捷、穩定及身體控制</p> <p>T-IV-B3 陣地攻守性球類運動之運（控）、投、射（踢）、罰等，個人組合性進攻動作。</p> <p>T-IV-B4 陣地攻守性球類運動之抄、截、盯人與區域等，個人組合性防守動作與步伐。</p> <p>T-IV-B5 陣地攻守性球類運動之傳接球、快攻、多打少之攻防等組合性團隊合作技術。</p> <p>Ta-IV-C3 陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻戰術。</p> <p>Ta-IV-C4 陣地攻守性球類運動之盯人防守、區域協防等組合性防守策略。</p> <p>Ps-IV-D3 目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地攻守性球類運動心理技能。</p> <p>Ps-IV-D4 陣地攻守性球類運動自我狀態分析、主動溝通及凝聚力。</p>	
學習進度 /週次		單元/主題	教學內容	[評量]
第1 學期	第1週 08/30- 09/01	團隊進攻訓練	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教導如何運用進攻腳步。 2. 控球、前鋒、中鋒進攻腳步練習。 	<p>■實作評量</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
	第2週 09/04- 09/08	團隊進攻訓練	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教導如何運用進攻腳步。 2. 控球、前鋒、中鋒進攻腳步練習。 	<p>■實作評量</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現

			(30%)
第3週 09/11- 09/15	團隊進攻訓練	1. 教導如何運用進攻腳步。 2. 控球、前鋒、中鋒進攻腳步練習。	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第4週 09/18- 09/22	團隊進攻訓練	1. 教導如何運用進攻腳步。 2. 控球、前鋒、中鋒進攻腳步練習。	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第5週 09/25- 09/28	團隊進攻訓練	1. 控球、前鋒、中鋒進攻腳步練習。 2. 多打少進攻練習。	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第6週 10/02- 10/06	團隊進攻訓練	1. 控球、前鋒、中鋒進攻腳步練習。 2. 多打少進攻練習。	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第7週 10/11- 10/13	團隊進攻訓練	1. 控球、前鋒、中鋒進攻腳步練習。 2. 多打少進攻練習。	■紙筆測驗
第8週 10/16- 10/20	團隊進攻訓練	1. 控球、前鋒、中鋒進攻腳步練習。 2. 多打少進攻練習。	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第9週 10/23- 10/27	團隊防守訓練	1. 進行伸展操及敏捷訓練、重訓、耐力訓練。 2. 教導防守滑步步伐、側跑滑步步伐、快速滑步步伐	■實作評量 1. 專項體能表現(30%) 2. 動作技能

				(20%) 3. 團隊表現 (20%) 4. 縣長盃 (30%)
第10週 10/30- 11/03	團隊防守訓練	1. 進行伸展操及敏捷訓練、重訓、耐力訓練。 2. 教導防守滑步步伐、側跑滑步步伐、快速滑步步伐		■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
第11週 11/06- 11/10	團隊防守訓練 11/6運動傷害 講座	1. 進行伸展操及敏捷訓練、重訓、耐力訓練。 2. 教導防守滑步步伐、側跑滑步步伐、快速滑步步伐 運動傷害的預防及復健		■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
第12週 11/13- 11/17	團隊防守訓練	1. 進行伸展操及敏捷訓練、重訓、耐力訓練。 2. 教導防守滑步步伐、側跑滑步步伐、快速滑步步伐		■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
第13週 11/20- 11/24	團隊防守訓練	1. 教導防守陣型的類型。 2. 不同型態的團隊防守方式。		■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
第14週 11/27- 12/01	段考週 11/28-11/29 團隊防守訓練	1. 教導防守陣型的類型。 2. 不同型態的團隊防守方式。		■紙筆測驗
第15週 12/04- 12/08	團隊防守訓練	1. 教導防守陣型的類型。 2. 不同型態的團隊防守方式。		
第16週 12/11- 12/15	團隊防守訓練	1. 教導防守陣型的類型。 2. 不同型態的團隊防守方式。		■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%)

				3. 團隊表現 (30%)
	第17週 12/18- 12/22	團隊防守訓練 團隊進攻訓練 分組5隊5對抗 錄影分析欣賞	1. 教導防守、進攻陣型的類型。 2. 不同型態的團隊防守、進攻方式。 3. 透過影片檢視優缺點。	■實作評量 1. 專項體能 表現(30%) 2. 動作技能 (20%) 3. 團隊表現 (20%) 4. 乙級聯賽 (30%)
	第18週 12/25- 12/29	團隊防守訓練 團隊進攻訓練 分組5隊5對抗 錄影分析欣賞	1. 教導防守、進攻陣型的類型。 2. 不同型態的團隊防守、進攻方式。 3. 透過影片檢視優缺點。	■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
	第19週 01/02- 01/05	團隊防守訓練 團隊進攻訓練 分組5隊5對抗 錄影分析欣賞	1. 教導防守、進攻陣型的類型。 2. 不同型態的團隊防守、進攻方式。 3. 透過影片檢視優缺點。	■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
	第20週 01/08- 01/12	團隊防守訓練 團隊進攻訓練 分組5隊5對抗 錄影分析欣賞	1. 教導防守、進攻陣型的類型。 2. 不同型態的團隊防守、進攻方式。 3. 透過影片檢視優缺點。	■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
	第21週 01/15- 01/19	團隊防守訓練 團隊進攻訓練 分組5隊5對抗 錄影分析欣賞	1. 教導防守、進攻陣型的類型。 2. 不同型態的團隊防守、進攻方式。 3. 透過影片檢視優缺點。	■紙筆測驗
第二學期	學習進 度 /週次	單元/主題	教學內容	[評量]
	第1週 02/15- 02/16	團戰觀念建立 及檢討	1. 熟悉正式比賽規則及基本戰術與個人單打技巧並 應用於比賽實作中。 2. 培養對比賽之戰術訓練及團隊合作能力，以改善 缺點或開發能力。	■實作評量 1. 專項體能 表現(40%) 2. 動作技能

		3. 提高參與過程之體驗深度，激發對籃球運動的興趣，培養欣賞與參與的能力。	(30%) 3. 團隊表現(30%)
第2週 02/19- 02/23	團戰觀念建立 及檢討	1. 熟悉正式比賽規則及基本戰術與個人單打技巧並應用於比賽實作中。 2. 培養對比賽之戰術訓練及團隊合作能力，以改善缺點或開發能力。 3. 提高參與過程之體驗深度，激發對籃球運動的興趣，培養欣賞與參與的能力。	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第3週 02/26- 03/01	團戰觀念建立 及檢討	1. 熟悉正式比賽規則及基本戰術與個人單打技巧並應用於比賽實作中。 2. 培養對比賽之戰術訓練及團隊合作能力，以改善缺點或開發能力。 3. 提高參與過程之體驗深度，激發對籃球運動的興趣，培養欣賞與參與的能力。	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第4週 03/04- 03/08	團戰觀念建立 及檢討	1. 熟悉正式比賽規則及基本戰術與個人單打技巧並應用於比賽實作中。 2. 培養對比賽之戰術訓練及團隊合作能力，以改善缺點或開發能力。 3. 提高參與過程之體驗深度，激發對籃球運動的興趣，培養欣賞與參與的能力。	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第5週 03/11- 03/15	技術及戰術訓練 綜合檢討	1. 規則講解、觀念加強。 2. 小組攻防配合。 3. 針對敵對設計戰術演練。 4. 攻守轉換對抗檢討最佳路線。	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第6週 03/18- 03/22	技術及戰術訓練 綜合檢討	1. 規則講解、觀念加強。 2. 小組攻防配合。 3. 針對敵對設計戰術演練。 4. 攻守轉換對抗檢討最佳路線。	■紙筆測驗
第7週 03/25- 03/29	技術及戰術訓練 綜合檢討	1. 規則講解、觀念加強。 2. 小組攻防配合。 3. 針對敵對設計戰術演練。 4. 攻守轉換對抗檢討最佳路線。	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第8週 04/01-	技術及戰術訓練 綜合檢討	1. 規則講解、觀念加強。 2. 小組攻防配合。	■實作評量 1. 專項體能

04/03		<ol style="list-style-type: none"> 針對敵對設計戰術演練。 攻守轉換對抗檢討最佳路線。 	表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第9週 04/08- 04/12	技術及戰術訓練綜合檢討	<ol style="list-style-type: none"> 進攻及防守戰術講解。 針對敵對設計戰術演練。 攻守轉換對抗檢討最佳路線 綜合檢討並討論、精進相關技術。 	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第10週 04/15- 04/19	技術及戰術訓練綜合檢討	<ol style="list-style-type: none"> 進攻及防守戰術講解。 針對敵對設計戰術演練。 攻守轉換對抗檢討最佳路線 綜合檢討並討論、精進相關技術。 	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第11週 04/22- 04/26	技術及戰術訓練綜合檢討	<ol style="list-style-type: none"> 進攻及防守戰術講解。 針對敵對設計戰術演練。 攻守轉換對抗檢討最佳路線 綜合檢討並討論、精進相關技術。 	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第12週 04/29- 05/03	技術及戰術訓練綜合檢討	<ol style="list-style-type: none"> 進攻及防守戰術講解。 針對敵對設計戰術演練。 攻守轉換對抗檢討最佳路線 綜合檢討並討論、精進相關技術。 	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第13週 05/06- 05/10	實戰比賽及戰術演練	<ol style="list-style-type: none"> 友誼模擬比賽，設計最後秒數做進攻。 	■實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
第14週 05/13- 05/17	實戰比賽及戰術演練	<ol style="list-style-type: none"> 友誼模擬比賽，設計最後秒數做進攻。 	■紙筆測驗

	第15週 05/20-05/24	實戰比賽及戰術演練	1. 友誼模擬比賽，設計最後秒數做進攻。	■ 課堂觀察 ■ 口頭報告
	第16週 05/27-05/31	實戰比賽及戰術演練	1. 友誼模擬比賽，設計最後秒數做進攻。	■ 實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
	第17週 06/03-06/07	分析未來分組薪火相傳比賽	1. 近畢業期間討論球員未來高中生涯如何定位及對抗比賽。	■ 實作評量 1. 專項體能表現(40%) 2. 動作技能(30%) 3. 團隊表現(30%)
評量規劃	1. 定期/總結性評量:比例 40 % <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 <input type="checkbox"/> 作業評定 <input checked="" type="checkbox"/> 口頭報告 <input type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 課堂觀察 <input type="checkbox"/> 其它 _____ 2. 平時/形成性評量:比例 60 % <input type="checkbox"/> 紙筆測驗 <input type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 <input type="checkbox"/> 作業評定 <input type="checkbox"/> 口頭報告 <input type="checkbox"/> 同儕互評 <input checked="" type="checkbox"/> 課堂觀察 <input checked="" type="checkbox"/> 其它 體育班訓練日誌書寫			
教學設施設備需求	籃球、跳繩、角錐、重訓器材			
教材來源	籃球訓練書籍及相關國內外最新訓練法	籃球訓練書籍及相關國內外最新訓練法	籃球訓練書籍及相關國內外最新訓練法	
備註	體育教師：謝志典(中字第9000326號) 台灣省體育會籃球教練證 省級教練證 004353			

