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

			國民中學			
			,	第四學習階段		
領域和	科目/實施規	新 箭 虧	7年級	8年級	9年級	
领域		平 以 以 女人	節數	節數	節數	
			國語文(5)	5	5	5
		語文	本土語言/ 新住民文(1)	1	1	
			英語文(3)	3	3	3
			數學(4)	4	4	4
		(歷史、	社會(3) 地理、公民與社會)	3	3	3
部定課程	領域學習課程	自然科學(3) (理化、生物、地球科學)		3	3	3
課程		藝術(2-3) (音樂、視覺藝術、表演藝 術)		2	2	2
			· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	2	2	2
		(資訊	科技(1-2) 科技、生活科技)	1	1	1
			康與體育(2-3) 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
	•		節數(31-34) i數(30-34)	31	31	30
			統整性主題/專題/ 議題探究課程	2	2	3
校訂	七八年級彈 習課程(1		土團活動與技藝課程			
訂課程	九年級彈性 課程(1-	上學習 -5)	特殊需求領域課程 (體育專業)	1	1	1
			其他類課程	1	1	1
	·		數(33-35節) c(32-35節)	35	35	35

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	-	=	Ξ	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: \square 5 年級 \square 6 年級 \square 7 年級 \blacksquare 8 年級 \square 9 年級

星期節次	_	=	Ξ	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

4 40 1 100C		1 .>=		1 100	
星期節次	_	=	Щ	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。

		■部定課程/特殊類型班及課程(體育					
課程名稱	體育專業課程-籃球	課程	專業,每週5節)				
	短月·宁未 环任 - 监以	類別	■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)				
			每週6節 第 1 學期 共 112 節				
實施年級	■ 7年級 □ 8年級 □ 9年級	節數	 第 2 學期 共 105 節				
	本體育專業課程為籃球運動,經	合予學生	基本籃球技術認知後,開始實施術科訓				
設計理念			籃球更好玩、更有趣,並加深對於籃球				
200			走的能力,養成終身運動的好習慣。				
			練):能依專項運動之特性執行個人體				
	_ ,, , , , , , , , , , , , , , , , , ,	, , ,	球 / · 能依等填建期之村性執行個人腹				
	能訓練,增進專項運動之競技體適能。						
	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						
課程目標	練,發展個人與團隊之專項運動技術水準。						
沐 程日保			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。						
	四、提升專項運動之心理素質(心理訓絲	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。					
	■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。						
	■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。						
	■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。						
核心素養	1 27 7 7 7 7 2 7 7 7 2 7 7 7 7 7 7 7 7 7	, 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。						
			某體,以增進競技運動學習的素養,並察				
	覺、思辨人與科技、資訊、 頻						
	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	•	70 m m m m m m m m m m m m m m m m m m m				
	以增進生活中豐富的美感體驗	•	THIN REMAINS THE				
		`					

		T						
			, .	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			
		-	皆互動的素	• •	o 4. 14 mm			
				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			
		•		上間的差異。				
		, ,		里解並執行陣地攻守性球類運動組合性體能訓練。				
		表現		里解並執行陣地攻守性球類運動之組合性個人動作技術	村、團隊合作			
				技術。	a Norman and also			
				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			
			1	策略運用。	ᄪᄔᄮᅝᅬᅡ			
			PS-1V-2	了解陣地攻守性球類運動自我與團隊狀態,運用心理	里技能提升成			
		(銀 33	D 177 A 9	績。 時以此中以北海軍和以外以上,四十二四十二十五十五十五十五十五十五十五十五十五十五十五十五十五十五十五十五十五	しし 屈曲 ムト			
		•		陣地攻守性球類運動心肺耐力、肌力、肌耐力的組合 陣地攻守性球類運動之速度、協調、敏捷、穩定及身				
與习	習階段	内合		□ 中地及守性球類運動之逐及、協調、報提、穩定及另	· · · · · ·			
			I IV DO	性進攻動作。	于,個人組合			
重黑	占		T-W-R/	陣地攻守性球類運動之抄、截、盯人與區域等,個人	人组会性防守			
			I IV DI	動作與步伐。	(温日江) (
			T-TV-R5	動 17 元 7	方笔组合性團			
			1 17 50	除合作技術。	0.4 mm D 1T M			
			Ta-IV-C3	陣地攻守性球類運動之組合性團隊進 攻戰術。				
				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。				
				目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地I				
				動心理技能。	,,,,,,,,			
			Ps-IV-D4	陣地攻守性球類運動自我狀態分析、主動溝通及凝累	聚力。			
學習	建度							
/週		單え	七/主題	教學內容	[評量]			
/ 10	第1週							
		備課退	A	 課程大綱內容説明	■課堂觀察			
	09/01	用いて	<u>.</u>	- MAE / CW1 1 名 切 91	■ 0 王彻尔			
	007 01				■實作評量			
					1. 專項體能			
	第2週				表現(40%)			
	09/04-	體能言	練	籃球基本動作分析解說及個人練習運球、投籃、	2. 動作技能			
第	09/08	132713 2	1	傳接球等等(一)	(30%)			
1				3. 團隊表現				
學					(30%)			
期					■實作評量			
					1. 專項體能			
	第3週			 籃球基本動作分析解説及個人練習運球、投籃、	表現(40%)			
	09/11-	體能訓練		監球基本期作分析解說及個人練首建球、投監、 傳接球等等 (二)	2. 動作技能			
	09/15			付按你寸寸(一/ 	(30%)			
					3. 團隊表現			
					(30%)			

			■實作部 1. 專項體
第4週 09/18-	17th //- 1.1/-	籃球基本動作分析解說及個人練習運球、投籃、	表現(40% 2.動作技
09/18-	體能訓練	傳接球等等 (三)	(30%)
			3. 團隊表 (30%)
			■實作評 1. 專項體
第5週	BH 사 그기 샤	然心甘上利, 从夕, 从羽刀, (宋·东口 ()	表現(40%
09/25- 09/28	體能訓練	籃球基本動作多人練習及比賽應用(一)	2. 動作技 (30%)
			3. 團隊表(30%)
			■實作評
第6週			1. 專項體 表現(40%
10/02- 10/06	體能訓練	籃球基本動作多人練習及比賽應用(二)	2. 動作技(30%)
10/00			3. 團隊表
给 7:田			(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
			■實作評 1. 專項體
第8週			表現(40%
	動作練習	比賽戰略技巧應用	2. 動作技
10/20			(30%) 3. 團隊表
			(30%)
			■實作評 1. 專項體
			表現(30%
第9週	1 全	1	2. 動作技
10/23- 10/27	比費	彰化縣縣長盃籃球錦標賽	(20%) 3. 團隊表
·			(20%)
			4. 縣長盃(30%)
第10週			■實作評
l .	體能訓練	籃球基本動作多人練習及比賽應用 (三)	1. 專項體表現(40%
11/03			表現(40% 2. 動作技

			(30%) 3. 團隊表到 (30%)
	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 1. 專項體 表現(40%) 2. 動作技員 (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 1. 專項體 表現(40%) 2. 動作技 (30%) 3. 團隊表 (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: 1. 專項體 表現(40%) 2. 動作技 (30%) 3. 團隊表 (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↓
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 1. 專項體 表現(40%) 2. 動作技 (30%) 3. 團隊表 (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: 1. 專項體: 表現(30%) 2. 動作技: (20%) 3. 團隊表: (20%)

_		T		<u> </u>
				4. 乙級聯賽
				(30%)
				■實作評量
	然 1 0 vm			1. 專項體能
	第18週	1 金田山	北北江刀山盛丛	表現(40%)
	12/25-	比賽規則	裁判法及比賽練習	2. 動作技能
	12/29			(30%) 3. 團隊表現
				(30%)
				■實作評量
				1. 專項體能
	第19週			表現(40%)
	01/02-	術科測驗	術科技巧考試及檢討 (一)	2. 動作技能
	01/05			(30%)
				3. 團隊表現
				(30%)
				■實作評量
	# 00			1. 專項體能
	第20週	ノー・イイ ココニエ人	11-11 11-17 12-12 17 11 11 (-)	表現(40%)
	01/08-	術科測驗	術科技巧考試及檢討(二)	2. 動作技能 (30%)
	01/12			3. 團隊表現
				(30%)
	第21週			(00/0)
	01/15-	段考週	第三次定期評量	■紙筆測驗
	01/19	01/18-01/19		
	學習進			
	度	單元/主題	教學內容	[評量]
	/週次			
	第1週			
	02/15-	體能訓練	認識增強式專項體能及實做安全知識	■課堂觀察
	02/16	,		- 4- 2- 12021
第	02/10			■實作評量
=				■ 頁 1 F 可 里 1 . 專項 體 能
學	第2週			表現(40%)
期	02/19-	體能訓練	籃球專項基本動作:球感訓練	2. 動作技能
	02/23			(30%)
	2. 20			3. 團隊表現
				(30%)
	第3週			■實作評量
	02/26-	體能訓練	籃球專項基本動作:運球訓練	1. 專項體能
	03/01			表現(40%)

			2. 動作技 (30%)
			3. 團隊表
			(30%)
			■實作評
kk 4 m			1. 專項體
第4週			表現(40)
03/04-	動作練習	個人防守腳步訓練	2. 動作技
03/08			(30%)
			3. 團隊表
			(30%)
			■實作部
第5週			1. 專項體表現(40)
03/11-	動作練習	個人防守腳步訓練	2. 動作打
	幼叶林日		(30%)
03/15			3. 團隊表
			(30%)
			■實作部
			1. 專項體
第6週			表現(40)
03/18-	心理技能	心理技能訓練 放鬆訓練	2. 動作招
03/22			(30%)
			3. 團隊表
焙り 田			(30%)
第7週	段考週	第一次定期評量	■紙筆測
03/25-	03/27-03/28	專項術科測驗(模擬賽)	
03/29			
			■實作部
第8週			1. 專項體
04/01-	動作練習	│ 籃球專項基本動作:傳接球&上籃腳步	表現(40)
	到作然自	监球守ر在本助作· 符役以《工監局》	(30%)
04/03			3. 團隊表
			(30%)
			■實作部
			1. 專項體
第9週			表現(40)
04/08-	動作練習	兩人小組配合	2. 動作技
Ī			(30%)
04/12			3. 團隊表

			■實作評 1. 專項體
第10週			表現(40%
04/15-		團隊防守訓練:分組攻守	2. 動作技
04/19	A 1/3-10/10/10	Hally 1 stole 1/2 (may 1)	(30%)
04/19			3. 團隊表
			(30%)
			■實作評
<i>tt</i> 11			1. 專項體
第11週			表現(40%
04/22-	團隊訓練	團隊進攻訓練:分組對抗	2. 動作技
04/26			(30%)
			3. 團隊表
			(30%)
			■實作評
第12週			1. 專項體表現(40%
	心理技能	心理技能訓練: 意象訓練	表現(40% 2. 動作技
			2. M TF 13 (30%)
05/03			3. 團隊表
			(30%)
			■實作評
			1. 專項體
第13週	動作練習	籃球專項基本動作:空手擺脫防守訓練	表現(40%
05/06-			2. 動作技
05/10			(30%)
			3. 團隊表
ble 4 4			(30%)
第14週	段考週	第二次定期評量	
05/13-	投与型 05/15-05/16	特人 特人 特人 特人 特人 特人	■紙筆測
05/17	03/13/07/10	IN PC R	
第15週			
05/20-	運動傷害	急性運動傷害處理教學:PRICE	■課堂鸛
05/24			■口頭報
00/ 44			■實作評
			1. 專項體
			表現(40%
第16週	動作練習	三人小組配合	2. 動作技
05/27-			(30%)
05/31			3. 團隊表
			(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	त्र व		■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:	■實作評: 1. 專項體 表現(40%) 東: 比賽中突發狀況因應教學 (30%) 3. 團隊表記 (30%)			
	第20週 06/24- 06/28	段考週 6/26-6/27	第三次定期評量	<u> </u>		■紙筆測驗	
評量	量規劃	■紙筆測驗 ■ □同儕互評 □ 2. 平時/形成性 □紙筆測驗 □	課堂觀察□其它 評量:比例 60 9 實作評量 □檔案	紧評量 □作業評定 ┃]口頭報告		
	B設施 情需求	籃球、跳繩、角	自錐、重訓器材				
教材來源		籃球訓練書籍及訓練法	相關國內外最新	籃球訓練書籍及相關 國內外最新訓練法	籃球訓練書籍及新訓練法	相關國內外最	
供计		體育教師:謝志台灣省體育會監省級教練證 00.		数練證	0 4353		

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。

			■部定課程/特殊類型班及課程(體育
課程名稱	 體育專業課程-籃球	課程	專業,每週5節)
吹江刈竹	超月 7 永 叶 4	類別	■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)
<u> </u>		<i></i>	每週6節 第 1 學期 共 112 節
實施年級	□ 7年級 ■ 8年級 □ 9年級	節數	第 2 學期 共 105 節
	本體育專業課程為籃球運動,終	合予學生	基本籃球技術認知後,開始實施術科訓
設計理念	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	生带著	走的能力,養成終身運動的好習慣•
	一、培養專項運動之競技體能(體能訓約	煉):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。	
	 二、精進專項運動之技術水準(技術訓約	煉): 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		
課程目標			· 谏):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。	
	四、提升專項運動之心理素質(心理訓練	谏):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。	
	■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。		
			故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		- 11-2-12-12-13-14-14-14-12-12-12-12-13-13-13-13-13-13-13-13-13-13-13-13-13-
核心素養	■體-J-A3具備音用競技運動的 學習與創新求變的能力。	各項頁源	,擬定運動計畫,有效執行並發揮主動
4. 7	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	,此心巨]理心與人溝通互動,並理解競技運動的
	■		1年0 兴八两通互勤,业坛胜规权是勤的
			、 體,以增進競技運動學習的素養,並察
	覺、思辨人與科技、資訊、頻		
	ı		

				審美與表現的能力,了解競技運動在美學上的特質與 o豐富的美感體驗。	·表現方式,
				豆曲的天赋腽蝂。 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
		和言	諧互動的素	養。	
■體-J-C3具備敏察和接納多元文化的涵養,關心本土與			全動議題,並		
		•	1	以上,一个人,一个人,一个人,一个人,一个人,一个人,一个人,一个人,一个人,一个人	
		, ,		里解並執行陣地攻守性球類運動組合性體能訓練。	
		表現		里解並執行陣地攻守性球類運動之組合性個人動作技行 技術。	析、團隊合作
			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 策略運用。	、防守戰術與
			1	了解陣地攻守性球類運動自我與團隊狀態,運用心理	里技能提升成
		學習		陣地攻守性球類運動心肺耐力、肌力、肌耐力的組合	性體能
		內容	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
學習重黑	習階段		T-IV-B3	陣地攻守性球類運動之運(控)、投、射(踢)、罰等性進攻動作。	等,個人組合
里亦	ù		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
			T-IV-B5	動作與步伐。 陣地攻守性球類運動之傳接球、快攻、多打少之攻[方笔组合性團
			I IV DO	隊合作技術。	7. 4. 四日 1.1. 四
			Ta-IV-C3	陣地攻守性球類運動之組合性團隊進 攻戰術。	
			Ta-IV-C4	陣地攻守性球類運動之盯人防守、區域協防等組合	生防守策略。
			Ps-IV-D3	目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地J	文守性球類運
				動心理技能。	
			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	聚力。
	建度	單差	元/主題	教學內容	[評量]
/週					
	第1週 08/30-	備課退	Ħ	課程大綱內容說明	■課堂觀察
	08/30-	開	3	吹作人 八門 「7 分 切 ツ」	■咻王既祭
				籃球基本動作分析解說及個人練習運球、投籃、	■實作評量
				傳接球等等	1. 專項體能
第	第2週	體能言	練/	1. 學會頂上、胸前傳、接球的正確	表現(40%)
1	09/04-	個人質	了力增進	動作與防守的正確動作 2. 能運用假動作,做過人之動作。	2. 動作技能
•	09/08	時期		3. 運球、傳球、切入、投籃的組合	(30%)
期				練習。	3. 團隊表現
					(30%)
	第3週	體能言	練/	籃球基本動作分析解說及個人練習運球、投籃、	■實作評量
			了力增進	傳接球等等	1. 專項體能
		時期		1. 培養積極進攻和防守的正確觀念。	表現(40%)
	<u> </u>	<u> </u>		2. 學會護球旋轉、三角傳球、行進 間三角傳球、	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 (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. 對於進攻和防手方式能有所了解 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 1. 專項體 表現(40% 2. 動作技 (30%) 3. 團隊表 (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 1.專項(40% 2.動作技 (30%) 3.團隊表 (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 1.專項體 表現(40% 2.動作技 (30%) 3.團隊 (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
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 1.專項體 表現(40% 2.動作技 (30%) 3.團隊表 (30%)
第9週 10/23- 10/27	比賽	彰化縣縣長盃籃球錦標賽	■實作評 1. 專項(30%) 2. 動作技 (20%) 3. 團隊 (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 1. 專項體 表現(40%) 2. 動作技 (30%) 3. 團隊表現 (30%)
	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	■實作評計 1.專項體 表現(40%) 2.動作技 (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 1. 專項體 表現(40%) 2. 動作技 (30%) 3. 團隊表 (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: 1. 專項體: 表現(40%) 2. 動作技: (30%) 3. 團隊表: (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
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: 1.專項體: 表現(40%) 2.動作技: (30%) 3.團隊表: (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 1. 專項體 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	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
	學習進 度 /週次	單元/主題	教學內容	[評量]
第二學期	第1週 02/15- 02/16	技術及戰術訓練	 基本防守動作訓練 投籃訓練 運球訓練 傳球訓練 規則講解、觀念加強 小組攻防 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	 基本防守動作訓練 投籃訓練 運球訓練 	■實作評量 1. 專項體能 表現(40%)

		4. 傳球訓練	2. 動作技能
		5. 規則講解、觀念加強	(30%)
		6. 小組攻防	3. 團隊表現
		7. 進攻及防守戰術講解	(30%)
	技術及戰術訓	1. 基本防守動作訓練	■實作評量
	練	2. 投籃訓練	1. 專項體制
第3週		3. 運球訓練	表現(40%)
02/26-		4. 傳球訓練	2. 動作技績
03/01		5. 規則講解、觀念加強	(30%)
00/01		6. 小組攻防	3. 團隊表現
		7. 進攻及防守戰術講解	(30%)
	技術及戰術訓	1. 基本防守動作訓練	■實作評
	練	2. 投籃訓練	1. 專項體質
第4週		3. 運球訓練	表現(40%)
03/04-		4. 傳球訓練	2. 動作技能
03/08		5. 規則講解、觀念加強	(30%)
05/06		6. 小組攻防	3. 團隊表3
		7. 進攻及防守戰術講解	(30%)
		1 (2) 1 1	■實作評
		1. 學會地板、頂上、胸前傳、接球	1. 專項體質
第5週		的正確動作與防守的正確動作。	表現(40%)
03/11-	技術調整練習	2. 學會正確上籃、運球、投籃、假	2. 動作技
03/15		動作和卡位的動作。	(30%)
03/13		3. 學會正確的防守步伐和進攻方式	3. 團隊表3
		之觀念建立。	(30%)
		1. 學會地板、頂上、胸前傳、接球	(00.0)
佐い田		的正確動作與防守的正確動作。	
第6週	心理技能技術	2. 學會正確上籃、運球、投籃、假	
03/18-	調整練習/	動作和卡位的動作。	■紙筆測
03/22	4472.41-11	3. 學會正確的防守步伐和進攻方式	
		之觀念建立。	
			■實作評
		1. 學會地板、頂上、胸前傳、接球	1. 專項體網
第7週		的正確動作與防守的正確動作。	表現(40%)
03/25-	段考週	2. 學會正確上籃、運球、投籃、假	2. 動作技術
<u> </u>	03/27-03/28	動作和卡位的動作。	(30%)
Ი Ე /ถึก		10日日人工动从四户上几个八十二十二	(33,0)
03/29		3. 學會正確的防守步伐和進攻方式	3 團隊去日
03/29		3. 学曾止確的防守步伐和進攻方式 之觀念建立。	3. 團隊表現(30%)
03/29		之觀念建立。	(30%)
		之觀念建立。 1. 學會地板、頂上、胸前傳、接球	(30%) ■實作評言
第8週		之觀念建立。 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。	(30%) ■實作評: 1. 專項體質
	技術調整練習	之觀念建立。 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	(30%) ■實作評 1. 專項體 表現(40%)
第8週	技術調整練習	之觀念建立。 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。	

			(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	■實作訊 1.專項體 表現(40% 2.動作技 (30%) 3.團隊表 (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	■實作部 1. 專項體 表現(40% 2. 動作技 (30%) 3. 團隊表 (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 1.專項體 表現(40% 2.動作技 (30%) 3.團隊表 (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 1. 專項體 表現(40% 2. 動作技 (30%) 3. 團隊表 (30%)
第13週 05/06- 05/10	戰技術演練	 壓迫防守與區域包夾陣行的觀念 佈署。 突破區域與盯人防守的戰術演 練。 	■實作評 1.專項體 表現(40% 2.動作技 (30%) 3.團隊表 (30%)
第14週 05/13- 05/17	戰技術演練/ 段考週 05/12-05/13	 壓迫防守與區域包夾陣行的觀念 佈署。 突破區域與盯人防守的戰術演 練。 	■紙筆測
第15週 05/20-	戰技術演練	 壓迫防守與區域包夾陣行的觀念 佈署。 突破區域與盯人防守的戰術演 練。 	■課堂鸛■口頭報

	05/24			
	第16週 05/27- 05/31	戰技術演練	 壓迫防守與區域包夾陣行的觀念佈署。 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。	■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。	■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。	■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。	■紙筆測驗
評量	 規劃	■紙筆測驗 ■ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □	評量:比例 40 % 實作評量 □檔案評量 □作業評定 ■口頭報告 課堂觀察□其它 評量:比例 60 % 實作評量 □檔案評量 □作業評定 □口頭報告 學堂觀察 ■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9000 台灣省體育會籃球教練證 省級教練證 004353	教練證	100 Comments (100 Comments (10

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。

			■部定課程/特殊類型班及課程(體育
課程名稱	體育專業課程-籃球	課程	專業,每週5節)
林 任 石 神 一 月	短月 等 耒 秫 柱 ⁻ 監 球	類別	■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)
			每週6節 第 1 學期 共 112 節
實施年級 [] 7年級 □ 8年級 ■ 9年級	節數	第 2 學期 共 95 節
7	本體育專業課程為籃球運動,終	合予學生	基本籃球技術認知後,開始實施術科訓
設計理念	谏,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
<u> </u>	安全、防護的基本認知,培養學	生带著	走的能力,養成終身運動的好習慣•
-	一、培養專項運動之競技體能(體能訓絲	東):能依專項運動之特性執行個人體
É	能訓練,增進專項運動之競技體	適能。	
] -	二、精進專項運動之技術水準(技術訓絲	東):能藉由專項運動技術的學習與鍛
課程目標	谏,發展個人與團隊之專項運動	技術水	準 。
冰性口 你	三、發展專項運動之戰術運用(戰術訓絲	東):能經由專項運動戰術戰略之執行
È	與練習,應用於實際競技運動比	賽中。	
E	四、提升專項運動之心理素質(心理訓絲	東):能運用科學之訓練方法,有效發
<i> </i>	展並提昇專項運動競賽之心理素	質。	
	■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。		
	■體-J-A2具備理解競技運動的会	全貌,並	做獨立思考與分析的知能,進而運用適
达 以主美	當的策略,處理與解決各項問	題。	
核心素養	■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。		
			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	0	

			,	善用相關科技、資訊及媒體,以增進競技運動學習的 具科技、資訊、媒體的互動關係。	素養,並察			
		豐-	-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。						
				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			
		1	諧互動的素					
				敏察和接納多元文化的涵養,關心本土與國際競技運 <間的差異。	動議題,並			
		•		E 解並執行陣地攻守性球類運動組合性體能訓練。				
		, ,		里解並執行陣地攻守性球類運動之組合性個人動作技術	台、 團隊			
		12.70		技術。	内 四水口下			
				了解並執行陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻 策略運用。	、防守戰術與			
			Ps-IV-2 績。	了解陣地攻守性球類運動自我與團隊狀態,運用心理	里技能提升成			
		學習	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			
		內容	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			
學習	習階段		T-IV-B3	陣地攻守性球類運動之運(控)、投、射(踢)、罰等	等,個人組合			
重黑	Ŀ			性進攻動作。				
王灬	u		T-IV-B4	陣地攻守性球類運動之抄、截、盯人與區域等,個人	人組合性防守			
				動作與步伐。				
			T-IV-B5	陣地攻守性球類運動之傳接球、快攻、多打少之攻隊	方等組合性團			
				隊合作技術。				
			Ta-IV-C3	陣地攻守性球類運動之組合性團隊進 攻戰術。				
			Ta-IV-C4	陣地攻守性球類運動之盯人防守、區域協防等組合作	生防守策略。			
			Ps-IV-D3	目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地I	女守性球類運			
				動心理技能。				
			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	聚力。			
學習/週	】進度 次	單え	元/主題	教學內容	[評量]			
					■實作評量			
					1. 專項體能			
	第1週			 1. 教導如何運用進攻腳步。	表現(40%)			
	08/30-	團隊進	建攻訓練	2. 控球、前鋒、中鋒進攻腳步練習。	2. 動作技能			
第	09/01			2. 在外 用	(30%)			
1					3. 團隊表現			
學					(30%)			
期					■實作評量			
	第2週			1 4/ 送 1 1-1/2 四 1/5 1 100-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1	1. 專項體能			
		團隊追	建攻訓練	1. 教導如何運用進攻腳步。	表現(40%)			
	09/08			2. 控球、前鋒、中鋒進攻腳步練習。	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。 	■實作部 1.專項號 表現(40% 2.動作的 (30%) 3.團隊表 (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。 	■實作部 1.專項體 表現(40% 2.動作材 (30%) 3.團隊表 (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。 	■實作部 1.專項體 表現(40% 2.動作技 (30%) 3.團隊表 (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 1.專項體 表現(40% 2.動作技 (30%) 3.團隊表 (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。	■紙筆浿
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 1.專項體 表現(40% 2.動作技 (30%) 3.團隊表 (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 1. 專項體 表現(30% 2. 動作技

			(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 1. 專項體 表現(40%) 2. 動作技 (30%) 3. 團隊表 (30%)
'	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: 1.專項體: 表現(40%) 2.動作技: (30%) 3.團隊表: (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: 1.專項體: 表現(40%) 2.動作技: (30%) 3.團隊表: (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 1.專項體 表現(40%) 2.動作技 (30%) 3.團隊表 (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
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 1. 專項體 表現(40%) 2. 動作技 (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	學習進度/週次	單元/主題	教學內容	[評量]
一學期	第1週 02/15- 02/16	團戰觀念建立 及檢討	 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。 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
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。	(30%) ■實作評 1.專項體 表現(40%) 2.動作材 (30%) 3.團隊表 (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。	■實作訊 1. 專項體 表現(40% 2. 動作技 (30%) 3. 團隊表 (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 1.專項體 表現(40%) 2.動作技 (30%) 3.團隊表 (30%)
第5週 03/11- 03/15	技術及戰術訓練綜合檢討	 規則講解、觀念加強。 小組攻防配合。 針對敵對設計戰術演練。 攻守轉換對抗檢討最佳路線。 	■實作評 1. 專項體 表現(40% 2. 動作技 (30%) 3. 團隊表 (30%)
第6週 03/18- 03/22	技術及戰術訓練綜合檢討	 規則講解、觀念加強。 小組攻防配合。 針對敵對設計戰術演練。 女守轉換對抗檢討最佳路線。 	■紙筆測 ■ 無 佐 却
第7週 03/25- 03/29	技術及戰術訓練綜合檢討	 規則講解、觀念加強。 小組攻防配合。 針對敵對設計戰術演練。 攻守轉換對抗檢討最佳路線。 	■實作評 1.專項(40% 2.動作技 (30%) 3.團隊表 (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。	■實作部 1. 專項體

04/03		3. 針對敵對設計戰術演練。	表現(40%
		4. 攻守轉換對抗檢討最佳路線。	2. 動作技
			(30%)
			3. 團隊表
			(30%)
			■實作評
佐八田		1. 進攻及防守戰術講解。	1. 專項體
第9週	技術及戰術訓 練綜合檢討	2. 針對敵對設計戰術演練。 3. 攻守轉換對抗檢討最佳路線 4. 綜合檢討並討論、精進相關技術。	表現(40%
04/08-			2. 動作技
04/12			(30%)
			3. 團隊表
			(30%)
			■實作評
佐10m		1. 進攻及防守戰術講解。	1. 專項體
第10週	技術及戰術訓	2. 針對敵對設計戰術演練。 3. 攻守轉換對抗檢討最佳路線 4. 綜合檢討並討論、精進相關技術。	表現(40%
04/15-	練綜合檢討		2. 動作技
04/19	然然合物的		(30%)
			3. 團隊表
			(30%)
	技術及戰術訓練綜合檢討		■實作評
炒 11 v□		1. 進攻及防守戰術講解。	1. 專項體
第11週		2. 針對敵對設計戰術演練。 3. 攻守轉換對抗檢討最佳路線 4. 綜合檢討並討論、精進相關技術。	表現(40%
04/22-			2. 動作技
04/26			(30%)
			3. 團隊表
			(30%)
			■實作評
始10 油	技術及戰術訓	1. 進攻及防守戰術講解。 2. 針對敵對設計戰術演練。	1. 專項體
第12週			表現(40%
04/29-	練綜合檢討	3. 攻守轉換對抗檢討最佳路線	2. 動作技
05/03	WENT DIX D	4. 綜合檢討並討論、精進相關技術。	(30%)
		1. 小口 1 双 1 正 1 品	3. 團隊表
			(30%)
			■實作評
给19 m	實戰比賽及戰術演練		1. 專項體
第13週		1. 友誼模擬比賽,設計最後秒數做進	表現(40%
05/06-		攻。	2. 動作技
05/10			(30%)
			3. 團隊表
			(30%)
第14週		1 4 4 14 10 1 12 41 11 11 11 11 11 11 11 11 11 11	
05/13-	實戰比賽及戰	1. 友誼模擬比賽,設計最後秒數做進	■紙筆測
05/17	術演練	攻。	

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			(A) (C) (A) (A) (A) (A) (A) (A) (A) (A) (A) (A	
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	
	基設施 青需求	籃球、跳繩、角	自錐、重訓器材		I	
評量規劃		1. 定期/總結性評量:比例 40 % ■紙筆測驗 ■實作評量 □檔案評量 □作業評定 ■口頭報告 □同儕互評 □課堂觀察□其它 2. 平時/形成性評量:比例 60 % □紙筆測驗 □實作評量 □檔案評量 □作業評定 □口頭報告 □同儕互評■課堂觀察 ■其它 體育班訓練日誌書寫				
		分析未來 分組薪火相傳 比賽	抗比賽。	寸論球員未來高中生 》	医如何定位及 對	■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16週 05/27- 05/31	實戰比賽及戰術演練	1. 友誼模擬比賽 攻。	賽,設計最後秒數做主	進	■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15週 05/20- 05/24	實戰比賽及戰術演練	1. 友誼模擬比賽攻。	賽,設計最後秒數做 3	進	■課堂觀察 ■口頭報告