

114 學年度嘉義縣水上國民中學體育班九年級第一、二學期彈性學習課程體育專業-籃球教學計畫表(表十二之三)

設計者：體育班發展委員會  
 教學者：徐國宏、鄭心恩

一、課程四類規範(一類請填一張)

1. 統整性課程 (主題 專題 議題探究)
2. 社團活動與技藝課程 (社團活動 技藝課程)
3. 特殊需求領域課程 (體育專業課程)
4. 其他類課程

二、本課程每週學習節數/總節數：3/ 120

三、課程設計理念：體育專業技能精進。

四、課程目標：透過各式各類的技巧訓練，展現自己的潛力與專長，理性溝通、相互尊重培養團隊合作精神，學習運動防護知識，進而強化自我防護能力

五、本學期課程內涵

第一學期

教學進度/週次	單元/主題名稱	核心素養具體內涵	學習重點		教學重點 (學習活動內容及實施方式)	融入議題之內容重點	評量方式	教學資源/ 自編自選教材或學習單
			學習表現	學習內容				
1	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	閱讀「籃球運動史」，進而了解發源地所在。(社會領域) 基本動作教學-運球姿勢調整練習 球感律動練習 單手直線快速運球練習 循環練習	國際教育	: 1. 個人技術： (1)技術成熟度 (2)技術搭配個人心理	

			制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。				調適 2. 競技參賽運動表現	
2	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 1d-IV-2 反思自己的動作技能。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。	探究籃球、動作，矯正過往錯誤的姿勢，避免運動傷害，運動傷害初步自我防護概念教導及冰敷、熱敷適用時機介紹，包紮法介紹。 球感律動練習 單手直線快速運球練習 循環練習 變化動作運球練習 原地雙手運球練習 直線雙手運球練習	【性別平等教育】 性J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 人J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 【生涯規劃教育】	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	

						涯 J3 覺察自己的能力與興趣。		
3	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	觀看籃球、基本動作影片，修正自我的姿勢。 直線雙手運球練習 直線雙手快速運球練習 雙手運球行進變化方向練習	健體教育	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練	
4	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	直線雙手運球練習 直線雙手快速運球練習 雙手運球行進變化方向練習 運球上籃練習 間歇訓練		(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	

			運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。					
5	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	以籃球的方式進行技巧而、快跑、跑位教學。 直線雙手運球練習 直線雙手快速運球練習 雙手運球行進變化方向練習 運球上籃練習 間歇訓練	健體領域	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
6	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	運球上籃練習 間歇訓練 快速運球急停上籃動作練習 各種上籃腳步變化練習	健體領域	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	

			運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。					
7	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	測驗教學。 運球上籃練習 間歇訓練 快速運球急停上籃動作練習 各種上籃腳步變化練習 傳接球動作練習	健體領域	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
8	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	運球上籃練習 間歇訓練 快速運球急停上籃動作練習 各種上籃腳步變化練習 傳接球動作練習 四角跑動傳接球練習	分組教學	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	

			運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。					
9	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	傳接球動作練習 四角跑動傳接球練習 近距離接球傳球練習		(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
10	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。 健體-J-A2 具	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 Bc-IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧。	以籃球的方式進行技巧而教學、滑步、投籃技巧。 綜合體能訓練-防守-滑步 個人技術訓練-運球 小組戰術應用-2 人傳接。快攻 223	<b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	

		備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。	運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。					
11	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 Bc-IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧。	以籃球的方式進行技巧而教學、滑步、投籃技巧。 綜合體能訓練-防守-滑步 個人技術訓練-運球 小組戰術應用-2 人傳接。快攻 223	健體領域 <b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
12	籃球專項	健體-J-C2 具備	1c-IV-1 了解各項	Hb-IV-1 陣地攻	以籃球的方式進行技巧	<b>【生涯規</b>	(1)運球	

		利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。	運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	守性球類運動動作組合及團隊戰術。 Bc-IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧。	而教學、滑步、投籃技巧。 綜合體能訓練-防守-滑步 個人技術訓練-運球 小組戰術應用-2 人傳接。快攻 223 半場防守戰術練習	<b>劃教育】</b> 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
13	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。 健體-J-A2 具備理解體育與	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 Bc-IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧。	綜合體能訓練-運球 個人技術訓練-防守-滑步 小組戰術應用-3 人傳接加防守、2 人快攻 半場進攻戰術練習 半場邊線防守練習	<b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	

		健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。					
14	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	測驗教學。 半場進攻戰術練習 半場邊線防守練習	<b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
15	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與	半場進攻戰術練習 半場邊線防守練習 分組單打比賽 比賽規則 運動員精神	健康教育 社會領域	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守	

		與人和諧互動的素養。 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。	風險。	運動員自我防護教學		訓練 2. 團隊對抗競賽	
16	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 學生觀看現場比賽及比賽錄影影片，並了解籃球戰術的使用及比賽實應到的到位		(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
17	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動	半場進攻戰術練習 半場邊線防守練習	健康教育 【生命教	(1)運球訓練	

		<p>知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p> <p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p>	<p>則。</p> <p>2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。</p> <p>3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p>	<p>作組合及團隊戰術。</p> <p>Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。</p>	<p>分組單打比賽</p> <p>比賽規則</p> <p>運動員精神</p> <p>運動員自我防護教學</p>	<p>育】</p> <p>生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。</p>	<p>(2)傳接球訓練</p> <p>(3)防守訓練</p> <p>2. 團隊對抗競賽</p>	
18	籃球專項	<p>健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。</p> <p>3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。</p>	<p>Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 學生觀看現場比賽及比賽錄影影片，並了解籃球戰術的使用及比賽實應到的到位置、動作解析與糾正、抽球與發球練習。</p>		<p>(1)運球訓練</p> <p>(2)傳接球訓練</p> <p>(3)防守訓練</p> <p>2. 團隊對抗競賽</p>	

			3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。					
19	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	分組三對三比賽 半場切入上籃練習 半場切入傳球投籃練習	健體領域	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
20	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	分組四對四比賽 半場切入上籃練習 半場切入傳球投籃練習	健體領域	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	

			3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。					
21	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。	測驗教學。 防護概念	健康教育【生命教育】 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	

第二學期

教學	單元/主題	核心素養具體	學習重點	教學重點	融入議題	評量方	教學資源/
----	-------	--------	------	------	------	-----	-------

進度/ 週次	名稱	內涵	學習表現	學習內容	(學習活動內容及實施方 式)	之內容重 點	式	自編自選 教材或學 習單
1	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	循環練習 球感律動練習 基本運球動作姿勢練習 變換動作運球練習 間歇訓練		: 1. 個人技術： (1)技術成熟度 (2)技術搭配個人心理調適 2. 競技參賽運動表現	
2	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	間歇訓練 運球上籃動作練習 直線雙手快速運球練習 變換方向雙手運球練習 紓壓練習	健康教育	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	

			3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。					
3	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	直線雙手運球練習 直線雙手快速運球練習 雙手運球行進變化方向練習 循環練習 間歇訓練 運球上籃動作練習 直線雙手快速運球練習 變換方向雙手運球練習 紓壓練習	健體教育	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練	
4	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	運球前後急衝切入上籃 運球左右急停切入上籃 協調敏捷練習		(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	

			3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。					
5	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	運球前後急衝切入上籃 運球左右急停切入上籃 協調敏捷練習 運球切入專身上籃練習 間歇訓練	健體領域	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
6	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	運球上籃練習 間歇訓練 加強籃板練習	健體領域	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	

			3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。					
7	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	各種上籃腳步變化練習 傳接球動作練習 加強籃板球練習 籃下投籃鉤射動作調整	健體領域	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
8	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	各種上籃腳步變化練習 傳接球動作練習 加強籃板球練習 籃下投籃鉤射動作調整 卡位練習 肌耐力訓練	分組教學	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	

			3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。					
9	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	各種上籃腳步變化練習 傳接球動作練習 加強籃板球練習 籃下投籃鉤射動作調整 卡位練習 肌耐力訓練		(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
10	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	各種上籃腳步變化練習 傳接球動作練習 加強籃板球練習 籃下投籃鉤射動作調整 卡位練習 肌耐力訓練 半場 1 對 1 攻守練習 半場 1 對 2 攻守練習		(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	

			3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。					
11	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	各種上籃腳步變化練習 傳接球動作練習 加強籃板球練習 籃下投籃鉤射動作調整 卡位練習 肌耐力訓練 半場 1 對 1 攻守練習 半場 1 對 2 攻守練習	健體領域	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
12	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	各種上籃腳步變化練習 傳接球動作練習 加強籃板球練習 籃下投籃鉤射動作調整 卡位練習 肌耐力訓練 半場 1 對 1 攻守練習 半場 1 對 2 攻守練習 爆發力訓練		(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	

			3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。		快攻傳接球練習			
13	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	各種上籃腳步變化練習 傳接球動作練習 加強籃板球練習 籃下投籃鉤射動作調整 卡位練習 肌耐力訓練 全場 2 對 1 快攻守練習 全場 1 打 2 攻守練習 全場 2 打 3 攻守練習 爆發力訓練 快攻傳接球練習		(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
14	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	各種上籃腳步變化練習 傳接球動作練習 加強籃板球練習 籃下投籃鉤射動作調整 卡位練習 肌耐力訓練 全場 3 打 4 攻守練習 全場 4 打 5 攻守練習 全場 6 打 5 攻守練習		(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	

			3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。		協調敏捷練習 爆發力訓練 快攻傳接球練習			
15	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。	肌耐力訓練 全場 3 打 4 攻守練習 全場 4 打 5 攻守練習 全場 6 打 5 攻守練習 協調敏捷練習 爆發力訓練 快攻傳接球練習 運動員精神 運動員自我防護教學	健康教育 社會領域 【生命教育】 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
16	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	行進間快速運球急停投籃 肌耐力訓練		(1)運球訓練 (2)傳接	

		健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。		全場比賽戰術演練(無防守者)底線 協調敏捷練習 爆發力訓練 快攻傳接球練習		球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
17	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	半場比賽戰術演練(有防守者)陣地 半場比賽戰術演練(無防守者)底線界外球 比賽規則 運動員精神 運動員自我防護教學	健康教育	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
18	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	半場比賽戰術演練(有防守者)陣地 半場比賽戰術演練(無防		(1)運球訓練 (2)傳接	

		健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。		守者)底線界外球 比賽規則 運動員精神 運動員自我防護教學		球訓練 (3)防守 訓練 2. 團隊對抗競賽	
19	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	加強全場 2 打 3 攻守練習 加強全場 3 打 4 攻守練習 加強全場 4 打 5 攻守練習 加強全場 6 打 5 工收練習 肌耐力訓練 全場 3 人 8 字傳接球投籃循環練習	健體領域	(1)運球訓練 (2)傳接球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
20	籃球專項	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	加強全場 2 打 3 攻守練習 加強全場 3 打 4 攻守練習 加強全場 4 打 5 攻守練習	健體領域	(1)運球訓練 (2)傳接	

		<p>健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>	<p>與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p>		<p>加強全場 6 打 5 工收練習 肌耐力訓練 全場 3 人 8 字傳接球投籃循環練習 段考 分組 1 對 1 對抗賽 分組 2 對 2 對抗賽 分組 3 對 3 對抗賽 分組 4 對 4 對抗賽 防護概念</p>		<p>球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽</p>	
--	--	-------------------------------	--	--	--	--	--------------------------------------	--