

南投縣營北國中 112 學年度

體育班「九年級籃球專長」課程計畫

領域	體育專業/籃球	上課節數/時間	5 節/1455-1635
年級	九年級	授課者	李蕎至
學習目標	1. 階段性訓練籃球技巧與技能。 2. 實際對戰臨場之反應能力。 3. 訓練基層運動之選手，札實各項基本技能。		

第一學期

	週次	學習主題	學習內容	評量方式
上學期	第一週	敏捷訓練	第一週 基本體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
	第二週	敏捷訓練	第二週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
	第三週	敏捷訓練	第三週 基本體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、心肺耐力訓練	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
	第四週	敏捷訓練	第四週 基本體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、防守技巧訓練	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
	第五週	體能訓練	第五週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現

			<input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第六週	體能訓練	第六週 基本體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、團隊跑位訓練	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第七週	體能訓練	第七週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第八週	體能訓練	第八週 基本體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第九週	小組訓練	第九週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第十週	小組訓練	第十週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第十一週	小組訓練	第十一週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第十二週	小組訓練	第十二週 基本體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現

			<input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第十三週	小組訓練	第十三週 基本體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第十四週	小組訓練	第十四週 基本體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、小組進攻戰術、小組對抗賽	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第十五週	小組訓練	第十五週 基本體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、小組進攻戰術、小組對抗賽 第十五週 基本體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第十六週	小組訓練	第十六週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第十七週	小組訓練	第十七週 基本體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第十八週	小組訓練	第十八週 基本體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第十九週	小組訓練	第十九週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現

				<input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
	第二十週	小組訓練	第二十週 基本體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
	第二十一週	小組訓練	第二十一週 基本體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____

第二學期

	週次	學習主題	學習內容	評量方式
下學期	第一週	敏捷訓練	第一週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
	第二週	敏捷訓練	第二週 基本體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、團隊跑位訓練	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
	第三週	敏捷訓練	第三週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
	第四週	敏捷訓練	第四週 基本體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、團隊跑位訓練	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
	第五週	體能訓練	第五週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
	第六週	體能訓練	第六週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
	第七週	體能訓練	第七週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作

			<input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第八週	體能訓練	第八週 基本體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、團隊跑位訓練	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第九週	小組訓練	第九週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第十週	小組訓練	第十週 基本體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、團隊跑位訓練	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第十一週	小組訓練	第十一週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第十二週	小組訓練	第十二週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第十三週	小組訓練	第十三週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第十四週	小組訓練	第十四週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組對抗賽	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作

			<input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第十五週	小組訓練	第十五週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第十六週	小組訓練	第十六週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第十七週	小組訓練	第十七週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第十八週	小組訓練	第十八週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第十九週	小組訓練	第十九週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____
第二十週	小組訓練	第二十週 進階體能、敏捷度訓練、雙手交叉上籃、阻絕包夾防守因應、分項進攻、小組進攻戰術	<input checked="" type="checkbox"/> 實作 <input type="checkbox"/> 觀察 <input type="checkbox"/> 態度 <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 運動表現 <input checked="" type="checkbox"/> 小組合作 <input checked="" type="checkbox"/> 動作測驗 <input type="checkbox"/> 其他_____