臺南市立中山國民中學 114 學年度第一學期八年級 (體育專業領域)課程計畫

						•				
課程名稱	籃球	實施年級 (班級組別	入	教學 節數	每週8節課,共21週	, 本學期共(162	?)節			
課程規範	 ◎■領域學習課程-部定專長領域 □藝術才能班<mark>部定</mark>專長領域 ■體育班<mark>部定體育專業</mark> ◎■彈性學習課程-特殊需求領域課程 專業課程: □藝術才能班校訂專長領域 ■體育班校訂體育專業 									
設計理念	2. 技術訓練:加強 3. 戰術訓練:比賽	 體能訓練:基礎訓練、循環訓練、間歇訓練、反覆訓練、持績訓練 技術訓練:加強專項技術提昇 戰術訓練:比賽流程模擬 心理訓練:目標設定、意象訓練、專注訓練、意志力訓練、影片檢討 								
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	體-J-A2 具備理解	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-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合諧互動的素養。								
課程目標	1. 發掘並選拔籃球運動優秀人才,計畫性長期訓練,以提升運動技能表現。 2. 輔導體育選手升學進路,成為學校穩定而正向的力量。 3. 培養合作能力,發揮團隊精神,培養學生具備體育運動的知識、態度與技能,增進體育的素養。									
			課和	呈架構脈絡						
教學期程 節 數	单元组活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量 評量方式	自編自選教材 或學習單 使用教具或器材			
1~3 週 24	 1. 籃球基本動作 2. 體能訓練 3. 防守 	E球基本動作 P-IV-2理解並執 P-IV-A3陣地 1. 基本籃球動 1. 籃球基本動作與體 1. 實作。 自編 . 體能訓練 行陣地攻守性球 攻守性球類 作提升。 能訓練(運跑投跳傳) 2. 同儕互評。								

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中新課網版-部定+校訂)

		区(例)基限分址股内守	行陣地攻守性球 類運動之組合性 類人動作技術 團隊合作技術	合P-V文運度敏及T-攻運投個進性-A4球速調穩控門動、人攻大學B3球運等合作地類、定制地類、,性地類、定制地類、,性	3. 團體防守觀念建立。	觀念與技術練習4. 團隊防守。		
4~6 週	24	1. 體能訓練 2. 多人跑位	P-IV-2理解並執 行陣地攻守性體 類訓練 T-IV-2理解並執 行陣地攻守性動之行陣地攻致組合性 類人動作技術 團隊合作技術	P-IV-A3 P-IV-A3 P-IV-A3 P-IV-A3 P-IV-A3 P-IV-B3 以 理 投 個 近 地 地 地 地 地 地 地 地 地 地 地 地 地 地 地 地 地 地	1. 體能、基本動作提升。2. 多人跑位觀念建立。	1. 體能、基本動作訓練。 2. 兩人、三人小組快 攻跑位觀念與實際操 作練習	 實作。 同儕互評。 中等學校籃球錦標賽 	自編
7~9 週	24	1. 個人及全場觀念。	P-IV-2理解並執 行陣地攻守性球 類運動組合性體	P-IV-A3 陣地 攻守性球類 運動心肺耐	1. 全場跑位觀 念建立。 2. 個人全場防	1. 多人小組全場練習 2. 進攻與防守輪轉 3. 個人防守一二三線	1.實作。 2. 同儕互評。	自編

C6-1-1 藝術才能專長領域登體育批體育專						1
	能訓練	力、肌力、	守觀念建立。	觀念講解與實際操作		
	T-IV-2理解並執	肌耐力的組		練習		
	行陣地攻守性球	合性體能				
	類運動之組合性	T-IV-B3 陣地				
	個人動作技術、	攻守性球類				
	團隊合作技術	運動之運、				
		投、罰等,				
		個人組合性				
		進攻動作				
10~12 週 24 1. 全場攻防	P-IV-2理解並執	P-IV-A4 陣地	1. 全場攻防觀念	1. 多人小組全場練習	1. 實作。	自編
	行陣地攻守性球	攻守性球類	建立。	2. 進攻與防守輪轉	2. 同儕互評。	
	類運動組合性體	運動之速	2. 快攻成功率提	3. 三人小組快攻跑位	3. 府城議長盃	
	能訓練	度、協調、	升。	二打一攻防練習	籃球分齡賽	
	T-IV-2理解並執	敏捷、穩定				
	行陣地攻守性球	及身體控制				
	類運動之組合性	T-IV-B4 陣地				
	個人動作技術、	攻守性球類				
	團隊合作技術	運動之抄、				
		截、盯人與				
		區域等,個				
		人組合性防				
		守動作與步				
		伐				
13~15 週 24 1. 隊形演練	P-IV-2理解並執	P-IV-A4 陣地	1. 隊形演練觀	1. 五人小組快攻跑位	1. 實作。	自編
	行陣地攻守性球	攻守性球類	念建立。	三打二攻防練習	2. 同儕互評。	
	類運動組合性體	運動之速		2. 進攻隊形演練	0	
	能訓練	度、協調、		3. 防守隊形演練		
	T-IV-2理解並執	敏捷、穩定				
	行陣地攻守性球	及身體控制				

C0-1-1 雲侧 /	下次水压门 里(图1 初)			1
	類運動之組合性	T-IV-B4 陣地				
	個人動作技術、	攻守性球類				
	團隊合作技術	運動之抄、				
	Ta-IV-2 了解並	截、盯人與				
	執行陣地攻守性	區域等,個				
	球類運動之組合	人組合性防				
	性團隊進攻、防	守動作與步				
	守戰術與策略運	伐				
	用					
16~18 週 24 1. 模擬比賽	P-IV-2理解並執	P-IV-A4 陣地	1. 提升攻防全	1. 進攻隊形演練	1. 實作。	自編
	行陣地攻守性球	攻守性球類	體穩定度。	2. 防守隊形演練	2. 同儕互評。	
	類運動組合性體	運動之速	2. 體能強化。	3 戰術技巧演練	3. 學生籃球聯	
	能訓練	度、協調、		4. 模擬比賽	賽。	
	T-IV-2理解並執	敏捷、穩定				
	行陣地攻守性球	及身體控制				
	類運動之組合性	Ta-IV-C3 陣				
	個人動作技術、	地攻守性球				
	團隊合作技術	類運動之組				
	Ta-IV-2了解並執	合性團隊進				
	行陣地攻守性球	攻戰術				
	類運動之組合性	Ps-IV-D3目				
	團隊進攻、防守	標設定、壓				
	戰術與策略運用	力管理、自				
	Ps-IV-2 了解陣	我調整、意				
	地攻守性球類運	象訓練等陣				
	動自我與團隊狀	地攻守性球				
	態,運用心理技	類運動心理				
	能提升成績	技能				

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中新課綱版-部定+校訂)

19~21 週	18	1. 模擬比賽	P-IV-2理解並執	P-IV-A4 陣地	1. 提升攻防全	1. 進攻隊形演練	1. 實作。	自編
			行陣地攻守性球	攻守性球類	體穩定度。	2. 防守隊形演練	2. 同儕互評。	
			類運動組合性體	運動之速	2. 體能強化。	3 戰術技巧演練		
			能訓練	度、協調、		4. 模擬比賽		
			T-IV-2理解並執	敏捷、穩定				
			行陣地攻守性球	及身體控制				
			類運動之組合性	Ta-IV-C3 陣				
			個人動作技術、	地攻守性球				
			團隊合作技術	類運動之組				
			Ta-IV-2了解並執	合性團隊進				
			行陣地攻守性球	攻戰術				
			類運動之組合性	Ps-IV-D3目				
			團隊進攻、防守	標設定、壓				
			戰術與策略運用	力管理、自				
			Ps-IV-2 了解陣	我調整、意				
			地攻守性球類運	象訓練等陣				
			動自我與團隊狀	地攻守性球				
			態,運用心理技	類運動心理				
			能提升成績	技能				

[◎]教學期程請敘明週次起訖,如行列太多或不足,請自行增刪。

臺南市立中山國民中學 114 學年度第二學期八年級 (體育專業領域)課程計畫

課程名稱	籃球	實施年級 (班級組別	入	教學節數	每週8節課,共21週	l,本學期共(15g))節			
課程規範	 ◎■領域學習課程-部定專長領域 □藝術才能班<mark>部定</mark>專長領域 ■體育班<mark>部定體育專業</mark> ◎■彈性學習課程-特殊需求領域課程 專業課程: □藝術才能班校訂專長領域 ■體育班校訂體育專業									
設計理念	 體能訓練:基礎訓練、循環訓練、間歇訓練、反覆訓練、持績訓練 技術訓練:加強專項技術提昇 戰術訓練:比賽流程模擬 心理訓練:目標設定、意象訓練、專注訓練、意志力訓練、影片檢討 									
本教育階段	體-J-A1 具備增進競	竞技體能、技術與態	度,展現自我運	動潛能,探索自我	战價值與生命意義,並積	極實踐。				
總綱核心素養	體-J-A2 具備理解競	竞技運動的全貌,並	做獨立思考與分	析的知能,進而選	運用適當的策略,處理與	解決各項問題。				
或校訂素養	體-J-C2 具備利他及	及合群的知能與態度	,並在競技運動	中培育相互合作及	及與人合諧互動的素養。					
	1. 發掘並選拔籃球運動優秀人才,計畫性長期訓練,以提升運動技能表現。									
	2. 輔導體育選手升學進路,成為學校穩定而正向的力量。									
	3. 培養合作能力, 發	發揮團隊精神,培養	學生具備體育運	動的知識、態度與	與技能,增進體育的素養	0				
課程目標	4. 培養學生思辨與書	等用體育運動的相關	資訊、產品和服	務的素養。						
	5. 建構學生運動的身	美學欣賞能力及職涯	準備所需之素養	2 0						
	6. 培養本市優秀籃球	求選手,進而培育本	市優秀及具潛力	選手入選臺南市代	代表隊,為臺南市爭取佳;	績;				
	全國性體育競賽活	舌動中,入選國手或	儲備國手,為國	家爭取最高榮譽。)					
			課程	足架構脈絡						
教學期程	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量評量方式	自編自選教材 或學習單 使用教具或器材			
1~3 週 21	1. 籃球基本動作強	P-IV-2理解並執	P-IV-A3陣地	1. 籃球動作提	1. 籃球基本動作與體	1. 實作。	自編			
	化。	行陣地攻守性球	攻守性球類	升。	能訓練(運跑投跳傳)	2. 同儕互評。				
	2. 強化體能訓練	類運動組合性體	運動心肺耐	2. 防守觀念強	2. 二人以上人防守動					
	3. 防守	能訓練	力、肌力、	化。	作訓練。					
		T-IV-2 理解並執	肌耐力的組	3. 團體防守觀	3. 團隊防守。					

		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	合P-IV-A4車 體 體 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	念強化。			
4~6 週 24	1. 體能訓練 2. 多人跑位	P-IV-2理解並執 行陣地攻守性難 類訓練 T-IV-2理解並執 行陣地攻留無 質人動作技術 團隊合作技術	P-IV-A3 軍力 肌合 T-IV 变 運 投 個 進 地 動 、耐性 N 的能 下 T-IV 等 動 、 人 攻 更 大 的 能 中 数 。 , 性 之 罰 組 動 作 T-IV 中 数 。 , 性 本 数 和 的 能 中 数 。 , 性 本 数 和 的 能 中 数 。 , 性	1. 體能、基本 動作提升。 2. 多人跑位觀 念強化。	1. 體能、動作訓練。 2. 兩人、三人小組快 攻跑位觀念與實際操 作練習	1.實作。 2.同儕互評。 3.學生聯賽複 賽	自編
7~9 週 24	1. 個人及全場觀 念。	P-IV-2理解並執 行陣地攻守性球 類運動組合性體	P-IV-A3 陣地 攻守性球類 運動心肺耐	 1. 全場跑位觀 念強化。 2. 個人全場防 	1. 多人小組全場練習 2. 進攻與防守輪轉 3. 個人防守一二三線	1.實作。 2. 同儕互評。	自編

C6-1-1 藝術才能專長領域登體育批體育專			<i>)</i>			
	能訓練	力、肌力、	守觀念強化。	觀念講解與實際操作		
	T-IV-2理解並執	肌耐力的組		練習		
	行陣地攻守性球	合性體能				
	類運動之組合性	T-IV-B3 陣地				
	個人動作技術、	攻守性球類				
	團隊合作技術	運動之運、				
		投、罰等,				
		個人組合性				
		進攻動作				
10~12 週 24 1. 全場攻防	P-IV-2理解並執	P-IV-A4 陣地	1. 全場攻防觀念	1. 多人小組全場練習	1. 實作。	自編
	行陣地攻守性球	攻守性球類	強化。	2. 進攻與防守輪轉	2. 同儕互評。	
	類運動組合性體	運動之速	2. 快攻成功率提	3. 三人小組快攻跑位	3. 中等學校籃	
	能訓練	度、協調、	升。	二打一攻防練習	球對抗賽	
	T-IV-2理解並執	敏捷、穩定				
	行陣地攻守性球	及身體控制				
	類運動之組合性	T-IV-B4 陣地				
	個人動作技術、	攻守性球類				
	團隊合作技術	運動之抄、				
		截、盯人與				
		區域等,個				
		人組合性防				
		守動作與步				
		伐				
13~15 週 24 1. 隊形演練	P-IV-2理解並執	P-IV-A4 陣地	1. 隊形演練觀	1. 五人小組快攻跑位	1. 實作。	自編
	行陣地攻守性球	攻守性球類	念強化。	三打二攻防練習	2. 同儕互評。	
	類運動組合性體	運動之速		2. 進攻隊形演練	3. 學生籃球聯	
	能訓練	度、協調、		3. 防守隊形演練	賽決賽。	
	T-IV-2理解並執	敏捷、穩定				
	行陣地攻守性球	及身體控制				

CO-1-1 雲闸/7 配守区(京城亘股月)址股月守才	K O STEP LET E (E 1 787		/ 	Г	T	1
	類運動之組合性	T-IV-B4 陣地				
	個人動作技術、	攻守性球類				
	團隊合作技術	運動之抄、				
	Ta-IV-2 了解並	截、盯人與				
	執行陣地攻守性	區域等,個				
	球類運動之組合	人組合性防				
	性團隊進攻、防	守動作與步				
	守戰術與策略運	伐				
	用					
16~18 週 24 1. 模擬比賽	P-IV-2理解並執	P-IV-A4 陣地	1. 提升攻防全	1. 進攻隊形演練	1. 實作。	自編
	行陣地攻守性球	攻守性球類	體穩定度。	2. 防守隊形演練	2. 同儕互評。	
	類運動組合性體	運動之速	2. 體能強化。	3戰術技巧演練		
	能訓練	度、協調、		4. 模擬比賽		
	T-IV-2理解並執	敏捷、穩定				
	行陣地攻守性球	及身體控制				
	類運動之組合性	Ta-IV-C3 陣				
	個人動作技術、	地攻守性球				
	團隊合作技術	類運動之組				
	Ta-IV-2了解並執	合性團隊進				
	行陣地攻守性球	攻戰術				
	類運動之組合性	Ps-IV-D3目				
	團隊進攻、防守	標設定、壓				
	戰術與策略運用	力管理、自				
	Ps-IV-2 了解陣	我調整、意				
	地攻守性球類運	象訓練等陣				
	動自我與團隊狀	地攻守性球				
	態,運用心理技	類運動心理				
	能提升成績	技能				

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中新課網版-部定+校訂)

19~21 週	18	1. 模擬比賽	P-IV-2理解並執	P-IV-A4 陣地	1. 提升攻防全	1. 進攻隊形演練	1. 實作。	自編
			行陣地攻守性球	攻守性球類	體穩定度。	2. 防守隊形演練	2. 同儕互評。	
			類運動組合性體	運動之速	2. 體能強化。	3戰術技巧演練	3. 臺南市單項	
			能訓練	度、協調、		4. 模擬比賽	協會所辦比	
			T-IV-2理解並執	敏捷、穩定			賽。	
			行陣地攻守性球	及身體控制				
			類運動之組合性	Ta-IV-C3 陣				
			個人動作技術、	地攻守性球				
			團隊合作技術	類運動之組				
			Ta-IV-2了解並執	合性團隊進				
			行陣地攻守性球	攻戰術				
			類運動之組合性	Ps-IV-D3目				
			團隊進攻、防守	標設定、壓				
			戰術與策略運用	力管理、自				
			Ps-IV-2 了解陣	我調整、意				
			地攻守性球類運	象訓練等陣				
			動自我與團隊狀	地攻守性球				
			態,運用心理技	類運動心理				
			能提升成績	技能				