

臺南市公(私)立協進國民中(小)學 115 學年度第一學期五年級(體育專業領域)課程計畫

課程名稱	專門籃球	實施年級 (班級組別)	五年級	教學 節數	每週(6)節，本學期共(126)節
課程規範	◎ ☒ 領域學習課程-部定專長領域 ☐ 藝術才能班部定專長領域 ☒ 體育班部定體育專業 ◎ ☒ 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	帶領學生學習籃球基本動作及規則觀念，增進身體適能並且最後能完成比賽。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。				
課程目標	1. 能了解如何運球。 2. 能運用籃球做出指定運球動作。 3. 能依據籃球規則完成運球動作。 4. 能認真參與活動。 5. 能體會並做出籃球運球動作。 6. 能學習正確的籃球運球動作。 7. 能學習籃球運球比賽。 8. 能做出運球後行進動作的配合。 9. 能遵守籃球規則，並和同學合作完成比賽。 10. 能學會籃球投籃技巧。 11. 能藉由籃球投籃的介紹，引導學童認識並喜愛籃球運動。 12. 能了解熱身、緩和及身體伸展活動的重要性，以預防運動傷害。 13. 能了解有氧運動對心肺功能的重要性。 14. 能熟練基本動作並能完成完整的運、投球。 15. 能在訓練中放鬆身體並快樂的進行活動。 16. 了解暖身活動的重要與做法。 17. 了解緩和運動的重要性及做法。 18. 了解籃球運動具有增進體適能的效果。				

19. 能了解並說出各種招式動作要領及方法。 20. 能做出正確的基本動作。 21. 能在活動中放鬆身體完成動作。 22. 能積極參與並和他人互相合作並完成活動。 23. 能了解傳球的技巧。 24. 能做出各種多人傳球的技能。 25. 能展現籃球運球上籃的動作。 認同團體規範，從中體會並學習快樂的生活態度。								
課程架構脈絡								
教學期程	節數	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
第 1 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能了解如何運球。	看影片學習運球要領	觀察檢核 行為檢核 口語評量	利用學習單請學生寫下運球要領
第 2 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能了解如何運球。	看影片學習運球要領	觀察檢核 行為檢核 口語評量	利用學習單請學生寫下運球要領
第 3 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能運用籃球做出指定運球動作。	實際應用所學完成運球動作	觀察檢核 行為檢核 口語評量	籃球、角錐
第 4 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和	Hb-III-1 陣地攻守性球	能依據籃球規則完成運球動	能根據老師所給的規則，完成規則允許內	觀察檢核 行為檢核	籃球、角錐

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(國中小新課綱版-部定+校訂)

			要領。	類運動基本動作及基礎戰術。	作。	的運球	口語評量	
第 5 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能體會並做出籃球運球動作。	根據籃球規則，理解如何做出不同的運球	觀察檢核行為檢核口語評量	籃球、角錐
第 6 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能學習正確的籃球運球動作。	根據老師指引，完成不同的運球方式	觀察檢核行為檢核口語評量	籃球、角錐
第 7 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能學習籃球運球比賽。	利用所學的運球，完成比賽	觀察檢核行為檢核口語評量	籃球、角錐、記分板
第 8 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能做出運球後行進動作的配合。	行徑過程以運球方式完成	觀察檢核行為檢核口語評量	籃球、角錐
第 9 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能藉由籃球投籃的介紹，引導學童認識並喜愛籃球運動。	利用影片及實際教學，讓學生理解如何投籃	觀察檢核行為檢核口語評量	籃球、角錐
第 10 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運	Hb-III-1 陣	能學會籃球投	指導學生投籃技巧	觀察檢核	籃球、角錐

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(國中小新課綱版-部定+校訂)

			動技能的要素和要領。	地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	籃技巧。		行為檢核 口語評量	
第 11 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能學會近距離的投籃技巧。	指導近距離各位置的投籃技巧	觀察檢核 行為檢核 口語評量	籃球、角錐
第 12 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能學會中距離的投籃技巧。	指導中距離各位置的投籃技巧	觀察檢核 行為檢核 口語評量	籃球、角錐
第 13 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能學會遠距離的投籃技巧。	指導遠距離各位置的投籃技巧	觀察檢核 行為檢核 口語評量	籃球、角錐
第 14 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能學習籃球投籃比賽。	利用所學的投籃，完成比賽	觀察檢核 行為檢核 口語評量	籃球、角錐、記分板
第 15 週	6	籃球高手	1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係。	Ab-III-2 體適能自我評估原則。	了解籃球運動具有增進體適能的效果。	利用籃球的活動，增進學生體適能	觀察檢核 行為檢核 口語評量	籃球、角錐
第 16 週	6	籃球高手	1c-III-2 應用身體活動的防護知	Bc-III-1 基礎運動傷害	能了解熱身、緩和及身體伸	利用常見的運動傷害，讓學生理解熱身	觀察檢核 行為檢核	學習單

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(國中小新課綱版-部定+校訂)

			識，維護運動安全。	預防與處理方法。	展活動的重要性，以預防運動傷害。	與緩和活動的重要性	口語評量	
第 17 週	6	籃球高手	1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。	Bc-III-1 基礎運動傷害預防與處理方法。	能了解常見的運動傷害處理方式。	利用常見的運動傷害，學習如何處理	觀察檢核行為檢核口語評量	學習單
第 18 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能熟練基本動作並能完成完整的運、投球。	能順暢完成運球銜接投籃	觀察檢核行為檢核口語評量	籃球、角錐
第 19 週	5	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能完成運球投籃比賽	利用所學的運球及投籃完成比賽	觀察檢核行為檢核口語評量	籃球、角錐、記分板
第 20 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能分析運球投籃比賽中別人及自己的優點	能分析自己的動作優點及缺點	觀察檢核行為檢核口語評量	學習單
第 21 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能完成分組運球投籃比賽	利用分組競賽，互助學習	觀察檢核行為檢核口語評量	籃球、角錐、記分板
第 22 週	0							

臺南市公(私)立協進國民中(小)學 1154 學年度第二學期五年級(體育專業領域)課程計畫

課程名稱	專門籃球	實施年級 (班級組別)	五年級	教學 節數	每週(6)節，本學期共(126)節
課程規範	◎ ☒ 領域學習課程-部定專長領域 ☐ 藝術才能班部定專長領域 ☒ 體育班部定體育專業 ◎ ☒ 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	帶領學生學習籃球基本動作及規則觀念，增進身體適能並且最後能完成比賽。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。				
課程目標	1. 能了解如何運球。 2. 能運用籃球做出指定運球動作。 3. 能依據籃球規則完成運球動作。 4. 能認真參與活動。 5. 能體會並做出籃球運球動作。 6. 能學習正確的籃球運球動作。 7. 能學習籃球運球比賽。 8. 能做出運球後行進動作的配合。 9. 能遵守籃球規則，並和同學合作完成比賽。 10. 能學會籃球投籃技巧。 11. 能藉由籃球投籃的介紹，引導學童認識並喜愛籃球運動。 12. 能了解熱身、緩和及身體伸展活動的重要性，以預防運動傷害。 13. 能了解有氧運動對心肺功能的重要性。 14. 能熟練基本動作並能完成完整的運、投球。 15. 能在訓練中放鬆身體並快樂的進行活動。 16. 了解暖身活動的重要與做法。 17. 了解緩和運動的重要性及做法。 18. 了解籃球運動具有增進體適能的效果。				

19. 能了解並說出各種招式動作要領及方法。
20. 能做出正確的基本動作。
21. 能在活動中放鬆身體完成動作。
22. 能積極參與並和他人互相合作並完成活動。
23. 能了解傳球的技巧。
24. 能做出各種多人傳球的技能。
25. 能展現籃球運球上籃的動作。
- 認同團體規範，從中體會並學習快樂的生活態度。

課程架構脈絡

教學期程	節數	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
第 1 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能做出正確的基本動作。	能完整且流暢做出運球及投籃動作	觀察檢核 行為檢核 口語評量	籃球、角錐
第 2 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能做出正確的基本動作。	能完整且流暢做出運球及投籃動作	觀察檢核 行為檢核 口語評量	籃球、角錐
第 3 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能了解並說出各種招式動作要領及方法。	能解釋各動作的動作要領	觀察檢核 行為檢核 口語評量	籃球、角錐
第 4 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和	Hb-III-1 陣地攻守性球	能了解傳球的技巧。	能根據影片及老師講解理解傳球技巧	觀察檢核 行為檢核	籃球、角錐

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(國中小新課綱版-部定+校訂)

			要領。	類運動基本動作及基礎戰術。			口語評量	
第 5 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能做出不同種類的傳球	能完成不同的傳球	觀察檢核行為檢核口語評量	籃球、角錐
第 6 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能做出各種多人傳球的技能。	根據老師指引，完成不同的傳球方式	觀察檢核行為檢核口語評量	籃球、角錐
第 7 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能學習籃球傳球比賽。	利用所學的傳球，完成比賽	觀察檢核行為檢核口語評量	籃球、角錐、記分板
第 8 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能做出銜接傳球後的運球投籃。	接獲傳球後運球投籃	觀察檢核行為檢核口語評量	籃球、角錐
第 9 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能展現籃球運球上籃的動作。	學習帶球上籃	觀察檢核行為檢核口語評量	籃球、角錐
第 10 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運	Hb-III-1 陣	能學習籃球運	利用所學的帶球上	觀察檢核	籃球、角錐、記

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(國中小新課綱版-部定+校訂)

			動技能的要素和要領。	地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	球上籃比賽。	籃，完成比賽	行為檢核 口語評量	分板
第 11 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能展現籃球接球上籃的動作。	學習接球上籃	觀察檢核 行為檢核 口語評量	籃球、角錐
第 12 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能學習籃球運球上籃比賽。	利用所學的接球上籃，完成比賽	觀察檢核 行為檢核 口語評量	籃球、角錐、記分板
第 13 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能積極參與並和他人互相合作並完成活動。	分組完成籃球比賽	觀察檢核 行為檢核 口語評量	籃球、角錐、記分板
第 14 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能積極參與並和他人互相合作並完成活動。	分組討論比賽的優缺點	觀察檢核 行為檢核 口語評量	籃球、角錐、白板
第 15 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能積極參與並和他人互相合作並完成活動。	分組討論戰術並且如何執行	觀察檢核 行為檢核 口語評量	籃球、角錐、白板

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(國中小新課綱版-部定+校訂)

第 16 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能積極參與並和他人互相合作並完成活動。	分組完成籃球比賽	觀察檢核行為檢核口語評量	籃球、角錐、記分板
第 17 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能積極參與並和他人互相合作並完成活動。	分組討論實行成果及改進的地方	觀察檢核行為檢核口語評量	籃球、角錐、白板
第 18 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能積極參與並和他人互相合作並完成活動。	分組解析其他隊戰術及優缺點	觀察檢核行為檢核口語評量	籃球、角錐、白板
第 19 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能積極參與並和他人互相合作並完成活動。	分組完成籃球比賽	觀察檢核行為檢核口語評量	籃球、角錐、記分板
第 20 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能積極參與並和他人互相合作並完成活動。	分組討論如何破解其他隊戰術	觀察檢核行為檢核口語評量	籃球、角錐、白板
第 21 週	6	籃球高手	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	能積極參與並和他人互相合作並完成活動。	分組完成籃球比賽	觀察檢核行為檢核口語評量	籃球、角錐、記分板

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(國中小新課綱版-部定+校訂)

				戰術。				