

## C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

臺南市立東山區東原國民中學 108 學年度第一學期 體育班七八九年級彈性學習 籃球 課程計畫

教材來源	自編	教學節數	每週 ( 10 ) 節 本學期共 ( 194 ) 節		
課程目標	運動技能專長訓練				
相關領域					
能力指標 (總綱核心素養)					
融入議題之能力指標 (議題實質內涵)					
教學期程	能力指標-代號 (學習內容、學習表現)	單元名稱	節數	表現任務(評量方式)	備註 融入議題能力指標
9/2~9/27	3-2-3,3-2-4,3- 3-1,3-3-2,3-3-3,3-3-4,3-3-5	1. 暖身、馬克操、腳步訓練。 2. 運球練習 3. 傳球練習 4. 上籃練習 5. 投籃練習 6. 防守步伐練習 7. 快攻練習 8. 多打少快攻練習 9. 少守多補防練習 10. 三對三小組攻守 11. 體能訓練	30	實作評量 訓練態度評量	
9/30~11/1	3-2-3,3-2-4,3- 3-1,3-3-2,3-3-3,3-3-4,3-3-5	1. 暖身、馬克操、腳步訓練。 2. 運球練習 3. 傳球練習 4. 上籃練習 5. 投籃練習 6. 防守步伐練習 7. 快攻練習	40	實作評量 訓練態度評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

		<ol style="list-style-type: none"> <li>8. 多打少快攻練習</li> <li>9. 少守多補防練習</li> <li>10. 三對三小組攻守</li> <li>11. 體能訓練</li> </ol>			
11/4~11/29	3-2-3,3-2-4,3- 3-1,3-3-2,3-3-3,3-3-4,3-3-5	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 暖身、馬克操、腳步訓練。</li> <li>2. 運球練習</li> <li>3. 傳球練習</li> <li>4. 上籃練習</li> <li>5. 投籃練習</li> <li>6. 防守步伐練習</li> <li>7. 快攻練習</li> <li>8. 多打少快攻練習</li> <li>9. 少守多補防練習</li> <li>10. 三對三小組攻守</li> <li>11. 體能訓練</li> </ol>	50	實作評量 訓練態度評量	
12/2~12/6	3-2-3,3-2-4,3- 3-1,3-3-2,3-3-3,3-3-4,3-3-5	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 暖身、馬克操、腳步訓練。</li> <li>2. 運球練習</li> <li>3. 傳球練習</li> <li>4. 上籃練習</li> <li>5. 投籃練習</li> <li>6. 防守步伐練習</li> <li>7. 快攻練習</li> <li>8. 多打少快攻練習</li> <li>9. 少守多補防練習</li> <li>10. 三對三小組攻守</li> <li>11. 體能訓練</li> <li>12. 假日練習賽</li> </ol>	8	實作評量 訓練態度評量	
12/9~1/3	3-2-3,3-2-4,3- 3-1,3-3-2,3-3-3,3-3-4,3-3-5	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 暖身、馬克操、腳步訓練。</li> <li>2. 運球練習</li> <li>3. 傳球練習</li> <li>4. 上籃練習</li> <li>5. 投籃練習</li> <li>6. 防守步伐練習</li> <li>7. 快攻練習</li> <li>8. 多打少快攻練習</li> </ol>	40	實作評量 訓練態度評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

		<ol style="list-style-type: none"> <li>9. 少守多補防練習</li> <li>10. 三對三小組攻守</li> <li>11. 體能訓練</li> <li>12. 假日練習賽</li> </ol>			
1/6~1/17	3-2-3,3-2-4,3- 3-1,3-3-2,3-3-3,3-3-4,3-3-5	<ol style="list-style-type: none"> <li>13. 暖身、馬克操、腳步訓練。</li> <li>14. 運球練習</li> <li>15. 傳球練習</li> <li>16. 上籃練習</li> <li>17. 投籃練習</li> <li>18. 防守步伐練習</li> <li>19. 快攻練習</li> <li>20. 多打少快攻練習</li> <li>21. 少守多補防練習</li> <li>22. 三對三小組攻守</li> <li>23. 體能訓練</li> <li>24. 假日練習賽</li> </ol>	20	實作評量 訓練態度評量	
1/20~1/22	3-2-3,3-2-4,3- 3-1,3-3-2,3-3-3,3-3-4,3-3-5	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 暖身、馬克操、腳步訓練。</li> <li>2. 運球練習</li> <li>3. 傳球練習</li> <li>4. 上籃練習</li> <li>5. 投籃練習</li> <li>6. 防守步伐練習</li> <li>7. 快攻練習</li> <li>8. 多打少快攻練習</li> <li>9. 少守多補防練習</li> <li>10. 三對三小組攻守</li> <li>11. 體能訓練</li> <li>12. 假日練習賽</li> </ol>	8	實作評量 訓練態度評量	

◎「備註」欄請填入可融入教學之重大議題的「能力指標（學習重點）序號」，及是否為「自編」單元，或主題課程。

◎表現任務(評量方式)請具體敘寫。

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

## C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

臺南市立東山區東原國民中學 108 學年度第二學期 體育班七八九年級彈性學習 籃球 課程計畫

教材來源	自編	教學節數	每週 ( 10 ) 節 本學期共 ( 194 ) 節		
課程目標	運動技能專長訓練				
相關領域					
能力指標 (總綱核心素養)					
融入議題之能力指標 (議題實質內涵)					
教學期程	能力指標-代號 (學習內容、學習表現)	單元名稱	節數	表現任務(評量方式)	備註 融入議題能力指標
2/11~2/28	3-2-3,3-2-4,3- 3-1,3-3-2,3-3-3,3-3-4,3-3-5	1. 暖身、馬克操、腳步訓練。 2. 運球練習 3. 傳球練習 4. 上籃練習 5. 投籃練習 6. 防守步伐練習 7. 快攻練習 8. 多打少快攻練習 9. 少守多補防練習 10. 三對三小組攻守 11. 體能訓練	30	1. 情意的學習態度如何 2. 動作是否流暢協調	
3/2~3/27	3-2-3,3-2-4,3- 3-1,3-3-2,3-3-3,3-3-4,3-3-5	1. 暖身、馬克操、腳步訓練。 2. 運球練習 3. 傳球練習 4. 上籃練習 5. 投籃練習 6. 防守步伐練習 7. 快攻練習	40	1. 情意的學習態度如何 2. 動作是否流暢協調	

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

		<ol style="list-style-type: none"> <li>8. 多打少快攻練習</li> <li>9. 少守多補防練習</li> <li>10. 三對三小組攻守</li> <li>11. 體能訓練</li> <li>12. 假日練習賽</li> </ol>			
3/30~5/1	3-2-3,3-2-4,3- 3-1,3-3-2,3-3-3,3-3-4,3-3-5	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 暖身、馬克操、腳步訓練。</li> <li>2. 運球練習</li> <li>3. 傳球練習</li> <li>4. 上籃練習</li> <li>5. 投籃練習</li> <li>6. 防守步伐練習</li> <li>7. 快攻練習</li> <li>8. 多打少快攻練習</li> <li>9. 少守多補防練習</li> <li>10. 三對三小組攻守</li> <li>11. 體能訓練</li> </ol>	50	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 情意的學習態度如何</li> <li>2. 動作是否流暢協調</li> </ol>	
5/4~5/8	3-2-3,3-2-4,3- 3-1,3-3-2,3-3-3,3-3-4,3-3-5	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 暖身、馬克操、腳步訓練。</li> <li>2. 運球練習</li> <li>3. 傳球練習</li> <li>4. 上籃練習</li> <li>5. 投籃練習</li> <li>6. 防守步伐練習</li> <li>7. 快攻練習</li> <li>8. 多打少快攻練習</li> <li>9. 少守多補防練習</li> <li>10. 三對三小組攻守</li> <li>11. 體能訓練</li> <li>12. 假日練習賽</li> </ol>	8	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 情意的學習態度如何</li> <li>2. 動作是否流暢協調</li> </ol>	
5/11~5/29	3-2-3,3-2-4,3- 3-1,3-3-2,3-3-3,3-3-4,3-3-5	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 暖身、馬克操、腳步訓練。</li> <li>2. 運球練習</li> <li>3. 傳球練習</li> <li>4. 上籃練習</li> <li>5. 投籃練習</li> <li>6. 防守步伐練習</li> <li>7. 快攻練習</li> </ol>	40	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 情意的學習態度如何</li> <li>2. 動作是否流暢協調</li> </ol>	

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

		<ol style="list-style-type: none"> <li>8. 多打少快攻練習</li> <li>9. 少守多補防練習</li> <li>10. 三對三小組攻守</li> <li>11. 體能訓練</li> </ol>			
6/1~6/26	3-2-3,3-2-4,3- 3-1,3-3-2,3-3-3,3-3-4,3-3-5	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 暖身、馬克操、腳步訓練。</li> <li>2. 運球練習</li> <li>3. 傳球練習</li> <li>4. 上籃練習</li> <li>5. 投籃練習</li> <li>6. 防守步伐練習</li> <li>7. 快攻練習</li> <li>8. 多打少快攻練習</li> <li>9. 少守多補防練習</li> <li>10. 三對三小組攻守</li> <li>11. 體能訓練</li> <li>12. 假日練習賽</li> </ol>	20	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 情意的學習態度如何</li> <li>2. 動作是否流暢協調</li> </ol>	
6/29~6/30	3-2-3,3-2-4,3- 3-1,3-3-2,3-3-3,3-3-4,3-3-5	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 暖身、馬克操、腳步訓練。</li> <li>2. 運球練習</li> <li>3. 傳球練習</li> <li>4. 上籃練習</li> <li>5. 投籃練習</li> <li>6. 防守步伐練習</li> <li>7. 快攻練習</li> <li>8. 多打少快攻練習</li> <li>9. 少守多補防練習</li> <li>10. 三對三小組攻守</li> <li>11. 體能訓練</li> </ol>	8	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 情意的學習態度如何</li> <li>2. 動作是否流暢協調</li> </ol>	

◎「備註」欄請填入可融入教學之重大議題的「能力指標（學習重點）序號」，及是否為「自編」單元，或主題課程。

◎表現任務(評量方式)請具體敘寫。

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。