

彰化縣111學年度花壇國民中學 體育班

籃球體育專業課程計畫

本課程計畫經花壇國民中學體育班發展委員會111年6月10日審議通過

本課程計畫經花壇國民中學課程發展委員會111年6月24日審議通過

本課程計畫經彰化縣政府111年9月19日府教體字第1110361681號核準備查

彰化縣立花壇國民中學 111 學年度體育班課程規劃領域/科目/每週節數

七年級

領域科目/實施規範節數			教育階段	國民中學
			階段/年級	第四學習階段
			節數	
部定課程	領域學習課程	語文	國語文(5)	5
			本土語言/ 台灣手語(1)	1
			英語文(3)	3
		數學(4)		4
		社會(3) (歷史、地理、公民與社會)		3
		自然科學(3) (理化、生物、地球科學)		3
		藝術(2-3) (音樂、視覺藝術、表演藝術)		2
		綜合活動(2-3) (家政、童軍、輔導)		2
		科技(1-2) (資訊科技、生活科技)		1
		健康與體育(2-3) (健康教育、體育)		2
	特殊類型 班級課程	體育專業(5) (專項體能訓練、專項技術訓練)		5
領域學習節數(30-34)			30	
校訂課程	彈性學習課程 (1-4)	統整性主題/專題/ 議題探究課程		0
		社團活動與技藝課程		2
		特殊需求領域課程 (體育專業)		1
		其他類課程		1
學習總節數(32-35節)			35	

彰化縣立花壇國民中學 111 學年度體育班課程規劃領域/科目/每週節數

九年級

領域科目/實施規範節數			教育階段	國民中學
			階段/年級	第四學習階段
			節數	
部定課程	領域學習課程	語文	國語文(5)	5
			本土語言/ 台灣手語	0
			英語文(3)	3
		數學(4)		4
		社會(3) (歷史、地理、公民與社會)		3
		自然科學(3) (理化、生物、地球科學)		3
		藝術(2-3) (音樂、視覺藝術、表演藝術)		2
		綜合活動(2-3) (家政、童軍、輔導)		2
		科技(1-2) (資訊科技、生活科技)		1
		健康與體育(2-3) (健康教育、體育)		2
	特殊類型 班級課程	體育專業(5) (專項體能訓練、專項技術訓練)		5
領域學習節數(30-34)			30	
校訂課程	彈性學習課程 (1-5)	統整性主題/專題/ 議題探究課程		0
		社團活動與技藝課程		1
		特殊需求領域課程 (體育專業)		1
		其他類課程		2
學習總節數(32-35節)			34	

彰化縣立花壇國民中學 111 學年度體育班體育專業課表

實施年級：7 年級 8 年級 9 年級

星期 節次	一	二	三	四	五
第一節	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程
第二節	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程
第三節	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程
第四節	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程
第五節	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程
第六節	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程	專項術科
第七節	專項術科	專項術科	專項術科	專項術科	專項術科

備註：體育專業課程，請於上課日之第六節課起實施。

彰化縣立花壇國民中學 111 學年度體育班體育專業課表

實施年級：7 年級 8 年級 9 年級

星期 節次	一	二	三	四	五
第一節	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程
第二節	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程
第三節	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程
第四節	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程
第五節	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程
第六節	學科課程	學科課程	學科課程	學科課程	專項術科
第七節	專項術科	專項術科	專項術科	專項術科	專項術科

備註：體育專業課程，請於上課日之第六節課起實施。

彰化縣立花壇國民中學 111 學年度體育班(籃球)體育專業

課程計畫

- 說明：1. 特殊需求領域課程另依十二年國民基本教育體育班課程實施規範、體育專業領域課程綱要等相關辦法辦理。
2. 教學進度可單週呈現或以單元數週呈現。
3. []處為可選填之項目。

課程名稱	專項術科 運動種類：籃球	課程類別	<input checked="" type="checkbox"/> 部定課程/特殊類型班及課程（體育專業，每週5節） <input checked="" type="checkbox"/> 校定課程/彈性學習課程/特殊需求領域課程（體育專業課程，每週1節）
實施年級	<input type="checkbox"/> 5年級 <input type="checkbox"/> 6年級 <input checked="" type="checkbox"/> 7年級 <input type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級	節數	每週 6 節 第 1 學期 共100節 每週 6 節 第 2 學期 共95節
設計理念	一、具籃球專項體能，熟知運動科學訓練理論與方法。 二、發展籃球運動技術，發揮個人競技運動能力。 三、發展籃球運動戰術、戰略認知與應變能力，應用於競賽中。 四、發展籃球運動心理、心智能力，提昇競技心理素質。 五、依學生身心發展狀況，漸進發展全面性籃球基礎體能與專項技術能力。 六、在專項訓練中維護身體健康，預防運動傷害及意外事件發生。		
課程目標	一、培養籃球之競技體能。 二、精進籃球之技術水準。 三、發展籃球之戰術運用。 四、提升籃球之心理素質		
核心素養	<input type="checkbox"/> 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。 <input type="checkbox"/> 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。 <input type="checkbox"/> 體-J-A3具備善用競技運動的各項資源，擬定運動計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 <input type="checkbox"/> 體-J-B1具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解競技運動的基本概念，應用於日常生活中。 <input type="checkbox"/> 體-J-B2具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 <input type="checkbox"/> 體-J-B3具備審美與表現的能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方		

		<p>式，以增進生活中豐富的美感體驗。</p> <p><input type="checkbox"/>體-J-C1具備生活中有關競技運動的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。</p> <p><input type="checkbox"/>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和諧互動的素養。</p> <p><input type="checkbox"/>體-J-C3具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際競技運動議題，並尊重與欣賞其間的差異。</p>			
學習階段 重點		學習 表現	<p>P-IV-2 理解並執行陣地攻守性球類運動組合性體能訓練。</p> <p>T-IV-2 理解並執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。</p> <p>Ta-IV-2 了解並執行陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻、防守戰術與策略運用。</p>		
		學習 內容	<p>P-IV-A3 陣地攻守性球類運動心肺耐力、肌力、肌耐力的組合性體能。</p> <p>T-IV-B3 陣地攻守性球類運動之運（控）、投、射（踢）、罰等，個人組合性進攻動作。</p> <p>Ta-IV-C3 陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻戰術。</p>		
第 1 學 期	週次	節數	單元/主題	教學內容	[評量]
	1	5	球感訓練 體能訓練	原地運球、原地傳球、體能訓練、循環敏捷訓練、肌力訓練	實作評量 課堂觀察
	2	4	球感訓練 體能訓練	原地運球、原地傳球、體能訓練、循環敏捷訓練、肌力訓練	實作評量 課堂觀察
	3	6	球感訓練 體能訓練	原地運球、原地傳球、體能訓練、循環敏捷訓練、肌力訓練	實作評量 課堂觀察
	4	6	球感訓練 體能訓練	原地運球、原地傳球、體能訓練、循環敏捷訓練、肌力訓練	實作評量 課堂觀察
	5	6	球感訓練 體能訓練	原地運球、原地傳球、體能訓練、循環敏捷訓練、肌力訓練	實作評量 課堂觀察
	6	6	球感訓練 體能訓練	原地運球、原地傳球、體能訓練、循環敏捷訓練、肌力訓練	實作評量 課堂觀察
	7	3	個人技術訓練	行進過人運球、行進傳球、定點投籃、個人籃下技術動作。	實作評量 課堂觀察
	8	6	個人技術訓練	行進過人運球、行進傳球、定點投籃、個人籃下技術動作。	實作評量 課堂觀察

	9	6	個人技術訓練	行進過人運球、行進傳球、定點投籃、個人籃下技術動作。	實作評量 課堂觀察
	10	6	個人技術訓練	行進過人運球、行進傳球、定點投籃、個人籃下技術動作。	實作評量 課堂觀察
	11	6	個人技術訓練	一對一行進過人運球、行進傳球、定點投籃、個人籃下技術動作。	實作評量 課堂觀察
	12	6	個人技術訓練	一對一行進過人運球、行進傳球、定點投籃、個人籃下技術動作。	實作評量 課堂觀察
	13	6	個人技術訓練 小組戰術應用	兩人小組配合戰術、二對二過人運球、防守步	實作評量 課堂觀察
	14	4	個人技術訓練 小組戰術應用	兩人小組配合戰術、二對二過人運球、防守步	實作評量 課堂觀察
	15	6	個人技術訓練 小組戰術應用	三人小組配合戰術、二對二過人運球、防守步	實作評量 課堂觀察
	16	6	個人技術訓練 小組戰術應用	三人小組配合戰術、兩人快攻、三人快攻、防守步	實作評量 課堂觀察
	17	6	放鬆訓練 選手心理訓練 期末測驗	賽後放鬆、選手心理輔導	實作評量 課堂觀察
	18	6	放鬆訓練 選手心理訓練 期末測驗	賽後放鬆、選手心理輔導	實作評量 課堂觀察
	19	5	放鬆訓練 選手心理訓練 期末測驗	賽後放鬆、選手心理輔導	實作評量 課堂觀察
	20	6	放鬆訓練 選手心理訓練 期末測驗	賽後放鬆、選手心理輔導	實作評量 課堂觀察
	21	2	放鬆訓練 選手心理訓練 期末測驗	賽後放鬆、選手心理輔導、期末紙筆測驗	實作評量 課堂觀察 紙筆測驗
第2學期	1	6	球感訓練 體能訓練	原地運球、原地傳球、體能訓練、循環敏捷訓練、肌力訓練	實作評量 課堂觀察
	2	6	球感訓練 體能訓練	原地運球、原地傳球、體能訓練、循環敏捷訓練、肌力訓練	實作評量 課堂觀察
	3	4	球感訓練 體能訓練	原地運球、原地傳球、體能訓練、循環敏捷訓練、肌力訓練	實作評量 課堂觀察
	4	6	球感訓練 體能訓練	原地運球、原地傳球、體能訓練、循環敏捷訓練、肌力訓練	實作評量 課堂觀察

5	6	個人技術訓練	行進過人運球、行進傳球、定點投籃、個人籃下技術動作。	實作評量 課堂觀察
6	4	個人技術訓練	行進過人運球、行進傳球、定點投籃、個人籃下技術動作。	實作評量 課堂觀察
7	6	個人技術訓練	一對一行進過人運球、行進傳球、定點投籃、個人籃下技術動作。	實作評量 課堂觀察
8	3	個人技術訓練	一對一行進過人運球、行進傳球、定點投籃、個人籃下技術動作。	實作評量 課堂觀察
9	6	個人技術訓練 小組戰術應用	兩人小組配合戰術、二對二過人運球、防守步	實作評量 課堂觀察
10	6	個人技術訓練 小組戰術應用	兩人小組配合戰術、二對二過人運球、防守步	實作評量 課堂觀察
11	6	個人技術訓練 小組戰術應用	三人小組配合戰術、兩人快攻、三人快攻、防守步	實作評量 課堂觀察
12	6	個人技術訓練 小組戰術應用	四人小組配合戰術、三人快攻、四人快攻、防守步	實作評量 課堂觀察
13	4	小組戰術應用 團隊訓練 選手心理訓練	五人陣地組合、模擬比賽訓練、選手心理訓練：意象訓練	實作評量 課堂觀察
14	6	小組戰術應用 團隊訓練 選手心理訓練	五人陣地組合、模擬比賽訓練、選手心理訓練：意象訓練	實作評量 課堂觀察
15	6	小組戰術應用 團隊訓練 選手心理訓練	五人陣地戰術、模擬比賽訓練、選手心理訓練：意象訓練	實作評量 課堂觀察
16	6	小組戰術應用 團隊訓練 選手心理訓練	五人陣地戰術、模擬比賽訓練、選手心理訓練：意象訓練	實作評量 課堂觀察
17	6	放鬆訓練 選手心理訓練 期末測驗	賽後放鬆、選手心理輔導	實作評量 課堂觀察
18	6	放鬆訓練 選手心理訓練 期末測驗	賽後放鬆、選手心理輔導	實作評量 課堂觀察
19	3	放鬆訓練 選手心理訓練 期末測驗	賽後放鬆、選手心理輔導	實作評量 課堂觀察
20	4	放鬆訓練 選手心理訓練 期末測驗	賽後放鬆、選手心理輔導	實作評量 課堂觀察

評量規劃	<p>1. 定期/總結性評量:比例 40 %</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>紙筆測驗 <input checked="" type="checkbox"/>實作評量 <input type="checkbox"/>檔案評量 <input type="checkbox"/>作業評定 <input type="checkbox"/>口頭報告</p> <p><input type="checkbox"/>同儕互評 <input type="checkbox"/>課堂觀察 <input type="checkbox"/>其它_____</p> <p>2. 平時/形成性評量:比例 60 %</p> <p><input type="checkbox"/>紙筆測驗 <input type="checkbox"/>實作評量 <input type="checkbox"/>檔案評量 <input type="checkbox"/>作業評定 <input type="checkbox"/>口頭報告</p> <p><input type="checkbox"/>同儕互評 <input checked="" type="checkbox"/>課堂觀察 <input checked="" type="checkbox"/>其它 <u>體育班訓練日誌書寫</u></p>		
教學設施 設備需求	籃球 籃球場 重量訓練室 體能訓練室		
教材來源	1. 運動訓練法 2. 自編	師資來源	校內教師
備註			

彰化縣立花壇國民中學 111 學年度體育班(籃球)體育專業

課程計畫

- 說明：1. 特殊需求領域課程另依十二年國民基本教育體育班課程實施規範、體育專業領域課程綱要等相關辦法辦理。
2. 教學進度可單週呈現或以單元數週呈現。
3. []處為可選填之項目。

課程名稱	專項術科 運動種類：籃球	課程類別	<input checked="" type="checkbox"/> 部定課程/特殊類型班及課程（體育專業，每週5節） <input checked="" type="checkbox"/> 校定課程/彈性學習課程/特殊需求領域課程（體育專業課程，每週1節）
實施年級	<input type="checkbox"/> 5年級 <input type="checkbox"/> 6年級 <input type="checkbox"/> 7年級 <input type="checkbox"/> 8年級 <input checked="" type="checkbox"/> 9年級	節數	每週 6 節 第 1 學期 共100節 每週 6 節 第 2 學期 共95節
設計理念	一、具籃球專項體能，熟知運動科學訓練理論與方法。 二、發展籃球運動技術，發揮個人競技運動能力。 三、發展籃球運動戰術、戰略認知與應變能力，應用於競賽中。 四、發展籃球運動心理、心智能力，提昇競技心理素質。 五、依學生身心發展狀況，漸進發展全面性籃球基礎體能與專項技術能力。 六、在專項訓練中維護身體健康，預防運動傷害及意外事件發生。		
課程目標	一、培養籃球之競技體能。 二、精進籃球之技術水準。 三、發展籃球之戰術運用。 四、提升籃球之心理素質		
核心素養	<input type="checkbox"/> 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。 <input type="checkbox"/> 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。 <input type="checkbox"/> 體-J-A3具備善用競技運動的各項資源，擬定運動計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 <input type="checkbox"/> 體-J-B1具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解競技運動的基本概念，應用於日常生活中。 <input type="checkbox"/> 體-J-B2具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 <input type="checkbox"/> 體-J-B3具備審美與表現的能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方		

		<p>式，以增進生活中豐富的美感體驗。</p> <p><input type="checkbox"/>體-J-C1具備生活中有關競技運動的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。</p> <p><input type="checkbox"/>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和諧互動的素養。</p> <p><input type="checkbox"/>體-J-C3具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際競技運動議題，並尊重與欣賞其間的差異。</p>			
學習階段 重點	學習 表現	<p>P-IV-2 理解並執行陣地攻守性球類運動組合性體能訓練。</p> <p>T-IV-2 理解並執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。</p> <p>Ta-IV-2 了解並執行陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻、防守戰術與策略運用。</p> <p>Ta-IV-5 遵守並運用競賽規則、指令與道德。</p> <p>Ps-IV-2 了解陣地攻守性球類運動自我與團隊狀態，運用心理技能提升成績。</p>			
	學習 內容	<p>P-IV-A3 陣地攻守性球類運動心肺耐力、肌力、肌耐力的組合性體能。</p> <p>T-IV-B3 陣地攻守性球類運動之運（控）、投、射（踢）、罰等，個人組合性進攻動作。</p> <p>T-IV-B4 陣地攻守性球類運動之抄、截、盯人與區域等，個人組合性防守動作與步伐。</p> <p>T-IV-B5 陣地攻守性球類運動之傳接球、快攻、多打少之攻防等組合性團隊合作技術。</p> <p>Ta-IV-C3 陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻戰術。</p> <p>Ta-IV-C4 陣地攻守性球類運動之盯人防守、區域協防等組合性防守策略。</p> <p>Ps-IV-D3 目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地攻守性球類運動心理技能。</p> <p>Ps-IV-D4 陣地攻守性球類運動自我狀態分析、主動溝通及凝聚力。</p>			
	週次	節數	單元/主題	教學內容	[評量]
第1學期	1	5	球感訓練 體能訓練	原地運球、原地傳球、體能訓練、循環敏捷訓練、肌力訓練	實作評量 課堂觀察
	2	4	球感訓練 體能訓練	原地運球、原地傳球、體能訓練、循環敏捷訓練、肌力訓練	實作評量 課堂觀察
	3	6	球感訓練 體能訓練	原地運球、原地傳球、體能訓練、循環敏捷訓練、肌力訓練	實作評量 課堂觀察
	4	6	球感訓練 體能訓練	原地運球、原地傳球、體能訓練、循環敏捷訓練、肌力訓練	實作評量 課堂觀察
	5	6	球感訓練 體能訓練	原地運球、原地傳球、體能訓練、循環敏捷訓練、肌力訓練	實作評量 課堂觀察
	6	6	球感訓練 體能訓練	原地運球、原地傳球、體能訓練、循環敏捷訓練、肌力訓練	實作評量 課堂觀察

	7	3	個人技術訓練	行進過人運球、行進傳球、定點投籃、個人籃下技術動作。	實作評量 課堂觀察
	8	6	個人技術訓練	行進過人運球、行進傳球、定點投籃、個人籃下技術動作。	實作評量 課堂觀察
	9	6	個人技術訓練	行進過人運球、行進傳球、定點投籃、個人籃下技術動作。	實作評量 課堂觀察
	10	6	個人技術訓練	行進過人運球、行進傳球、定點投籃、個人籃下技術動作。	實作評量 課堂觀察
	11	6	個人技術訓練	一對一行進過人運球、行進傳球、定點投籃、個人籃下技術動作。	實作評量 課堂觀察
	12	6	個人技術訓練	一對一行進過人運球、行進傳球、定點投籃、個人籃下技術動作。	實作評量 課堂觀察
	13	6	個人技術訓練 小組戰術應用	兩人小組配合戰術、二對二過人運球、防守步	實作評量 課堂觀察
	14	4	個人技術訓練 小組戰術應用	兩人小組配合戰術、二對二過人運球、防守步	實作評量 課堂觀察
	15	6	個人技術訓練 小組戰術應用	三人小組配合戰術、二對二過人運球、防守步	實作評量 課堂觀察
	16	6	個人技術訓練 小組戰術應用	三人小組配合戰術、兩人快攻、三人快攻、防守步	實作評量 課堂觀察
	17	6	放鬆訓練 選手心理訓練 期末測驗	賽後放鬆、選手心理輔導	實作評量 課堂觀察
	18	6	放鬆訓練 選手心理訓練 期末測驗	賽後放鬆、選手心理輔導	實作評量 課堂觀察
	19	5	放鬆訓練 選手心理訓練 期末測驗	賽後放鬆、選手心理輔導	實作評量 課堂觀察
	20	6	放鬆訓練 選手心理訓練 期末測驗	賽後放鬆、選手心理輔導	實作評量 課堂觀察
	21	2	放鬆訓練 選手心理訓練 期末測驗	賽後放鬆、選手心理輔導、期末紙筆測驗	實作評量 課堂觀察 紙筆測驗
第 2 學 期	1	6	球感訓練 體能訓練	原地運球、原地傳球、體能訓練、循環敏捷訓練、肌力訓練	實作評量 課堂觀察
	2	6	球感訓練 體能訓練	原地運球、原地傳球、體能訓練、循環敏捷訓練、肌力訓練	實作評量 課堂觀察

3	4	球感訓練 體能訓練	原地運球、原地傳球、體能訓練、循環敏捷訓練、肌力訓練	實作評量 課堂觀察
4	6	球感訓練 體能訓練	原地運球、原地傳球、體能訓練、循環敏捷訓練、肌力訓練	實作評量 課堂觀察
5	6	個人技術訓練	行進過人運球、行進傳球、定點投籃、個人籃下技術動作。	實作評量 課堂觀察
6	4	個人技術訓練	行進過人運球、行進傳球、定點投籃、個人籃下技術動作。	實作評量 課堂觀察
7	6	個人技術訓練	一對一行進過人運球、行進傳球、定點投籃、個人籃下技術動作。	實作評量 課堂觀察
8	3	個人技術訓練	一對一行進過人運球、行進傳球、定點投籃、個人籃下技術動作。	實作評量 課堂觀察
9	6	個人技術訓練 小組戰術應用	兩人小組配合戰術、二對二過人運球、防守步	實作評量 課堂觀察
10	6	個人技術訓練 小組戰術應用	兩人小組配合戰術、二對二過人運球、防守步	實作評量 課堂觀察
11	6	個人技術訓練 小組戰術應用	三人小組配合戰術、兩人快攻、三人快攻、防守步	實作評量 課堂觀察
12	6	個人技術訓練 小組戰術應用	四人小組配合戰術、三人快攻、四人快攻、防守步	實作評量 課堂觀察
13	4	小組戰術應用 團隊訓練 選手心理訓練	五人陣地組合、模擬比賽訓練、選手心理訓練：意象訓練	實作評量 課堂觀察
14	6	小組戰術應用 團隊訓練 選手心理訓練	五人陣地組合、模擬比賽訓練、選手心理訓練：意象訓練	實作評量 課堂觀察
15	6	小組戰術應用 團隊訓練 選手心理訓練	五人陣地戰術、模擬比賽訓練、選手心理訓練：意象訓練	實作評量 課堂觀察
16	6	小組戰術應用 團隊訓練 選手心理訓練	五人陣地戰術、模擬比賽訓練、選手心理訓練：意象訓練	實作評量 課堂觀察
17	6	放鬆訓練 選手心理訓練 期末測驗	賽後放鬆、選手心理輔導	實作評量 課堂觀察
評量規劃		1. 定期/總結性評量:比例 40 % <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 <input type="checkbox"/> 作業評定 <input type="checkbox"/> 口頭報告 <input type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 課堂觀察 <input type="checkbox"/> 其它_____		
		2. 平時/形成性評量:比例 60 %		

	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗 <input type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 <input type="checkbox"/> 作業評定 <input type="checkbox"/> 口頭報告 <input type="checkbox"/> 同儕互評 <input checked="" type="checkbox"/> 課堂觀察 <input checked="" type="checkbox"/> 其它 體育班訓練日誌書寫		
教學設施 設備需求	籃球 籃球場 重量訓練室 體能訓練室		
教材來源	1. 運動訓練法 2. 自編	師資來源	校內教師
備註			

體育班籃球專項訓練課程教練：

彰化縣立花壇國民中學 陳弘輝 教練



彰化縣立花壇國民中學 朱慧菱 老師

