

南投縣中原國民小學 114 學年度彈性學習課程計畫

【第一學期】

課程名稱	活力中原/投入我心		年級/班級	六年級/甲、乙班
彈性學習課程類別	☐ 統整性(☐ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題)探究課程 ☒ 社團活動與技藝課程 ☐ 特殊需求領域課程 ☐ 其他類課程		上課節數	每周 1 節，共 20 周，共 20 節
			設計教師	陳漢章
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	☐ 國語文 ☐ 英語文(不含國小低年級) ☐ 本土語文 ☐ 臺灣手語 ☐ 新住民語文 ☐ 數學 ☐ 生活課程 ☒ 健康與體育 ☐ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ☒ 綜合活動 ☐ 資訊科技(國小) ☐ 科技(國中)		☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☒ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☐ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☐ 家庭教育 ☐ 戶外教育 ☐ 原住民教育 ☐ 國際教育 ☐ 性別平等教育 ☐ 多元文化教育 ☐ 生涯規劃教育 ※請於學習表現欄位填入所勾選之議題實質內涵※ ※交通安全請於學習表現欄位填入主題內容重點， 例：交 A-I-3 辨識社區道路環境的常見危險。※	
對應的學校願景 (統整性探究課程)	健康、實踐、品格	與學校願景呼應之說明	1. 透過參與課程的過程，讓學生享受運動的樂趣，培養健康的身心 2. 在與同儕互動中體驗團隊合作的意義，積極面對生活的各種挑戰，實現自我成長。 3. 在活動過程中學習與人相處之互動，尊重與運動禮節。	
設計理念	彈性課程教學以樂趣體育為出發點，希望學生能透過了解運動、享受運動的樂趣進而培養學生具備良好的身體適應能力，注重適性發展，從而獲得更高的自信與成就感…等正向回饋，讓學生在獲得成就感中能勇於面對挑戰，養成自我欣賞與自主學習的生活態度。			

附件 3-3 (國中小各年級適用)

總綱核心素養具體內涵	E-A2 具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考素養，並能行動與反思，以有效處理及解決生活、生命問題。 E-B2 具備善用科技、資訊與各類媒體之能力，培養相關倫理及媒體識讀的素養，俾能分析、思辨、批判人與科技、資訊及媒體之關係。 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。	領綱核心素養具體內涵	綜-E-A2 探索學習方法，培養思考能力與自律負責的態度，並透過體驗與實踐解決日常生活問題。 健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。
課程目標	透過參與籃球運動，體驗運動的樂趣與愉悅，培養對籃球的興趣與熱愛。在團隊競賽與同儕互動中，理解合作與團隊精神的重要性，積極投入並享受運動過程。學習適應各類賽事情境，提升運動觀賞與分析能力，同時培養面對挑戰的積極態度，促進自我成長與全面發展。		

教學進度		學習表現	學習內容 可由學校自訂 若參考領綱，至少 包含 2 領域以上	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源 自選/編教 材須經課發 會審查通過
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」					

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
一 二	人球合一 (球操)/2 節	健體 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。	健體 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 綜 Bb-III-1 團體中的角色探索。	1. 能熟練操作籃球活動與身體的關係 2. 基礎籃球運動與身體活動的保健知識。	精熟籃球運動的轉、繞、拋、接、拍…等各項基礎能力 個目標聚焦在籃球的基本技能學習，以下是一些適合的學習活動，可以幫助學習者精熟這些技術： 1. 轉身與繞球訓練 - 基礎轉身訓練：單腳為軸進行前轉、後轉，保持平衡並控制重心。 - 繞球操控：繞球繞腰、繞腿、繞頭，提高球感與手部靈活度。 - 單手拋球與接球：透過牆面進行單手拋接球，提高反應與手眼	操作觀察、實作	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
					協調。		
三四五	與球共舞 (運球)/3 節	健體 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。	健體 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 綜 Bb-III-1 團體中的角色探索。	1. 能熟練操作籃球活動與空間環境的關係 2. 認識籃球進攻動作技能概念與動作練習的策略。 3. 運用運球來回移動技能的練習策略。	1. 基礎運球 2. 移動運球 3. 變化運球 拍球與運球訓練 • 原地與行進間運球：控制不同高度、速度的拍球，強化手感與節奏。 變向運球：進行跨下、背後、體前變向運球，提高突破能力。	平時觀察、實作	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
六七	傳遞接龍(傳球)/2 節	健體 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。 品E3溝通合作與和諧人際關係。	健體 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 綜 Bb-III-1 團體中的角色探索。	1. 理解籃球運動運動相關的拍球、傳接球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防規則 2. 認識籃球進攻動作技能概念與動作練習的策略。 3. 能學習正確投籃動作。	1. 雙手胸前傳球 2. 直線兩點輪轉 3. 三角傳球 4. 三人八字傳球。 (一) 暖身活動 (10 分鐘) 運動前暖身 (5 分鐘) 伸展操 (手臂、肩膀、腰部、膝蓋、腳踝) 籃球基本控球暖身 (左右手拍球、繞球、低重心拍球) 遊戲熱身 (5 分鐘) 追逐運球比賽 (學生	平時觀察、實作 口頭回饋：學生分享學習心得與挑戰 觀察評量：教師觀察學生的基本技術掌握度 小組互評：夥伴互相給予技術改進建議	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂 若參考領綱，至少 包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
					分成小組，在一定範圍內互相運球並試圖碰觸對方的球) (二)教學講解與示範(15 分鐘) 籃球基本技術介紹與示範(拍球、傳接球、帶球、追逐球、停球) 時間與空間概念(如何判斷傳球時機、運球節奏) 攻防關係(如何在防守壓力下進行技術動作) 規則簡介		

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂 若參考領綱，至少 包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
					帶球違例（走步、二運） 時間規則（24 秒進攻、8 秒過半場、3 秒禁區） （三）技能練習（20 分鐘） 基本控球與運球訓練（5 分鐘） 變速運球、變向運球（過障礙物） 傳接球練習（5 分鐘） 胸前傳、反彈傳、頭		

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂 若參考領綱，至少 包含 2 領域以上				自選/編教材 須經課發會 審查通過
					上傳（兩人一組） 攻防應用練習（10 分鐘） 2 對 2 攻防練習：一組進攻，一組防守，練習傳導與運球判斷 （四）課堂討論與評量（5 分鐘） 教師提問引導討論 運球時，應該如何保持低重心？ 如何判斷傳球的最佳時機？ 防守時，應該如何站		

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
					位來影響進攻方？		
八 九 十 十一 十二	投入你心 (投籃) /5 節	健體 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。	健體 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 綜 Bb-III-1 團體中的角色探索。	1. 認識投籃訓練、投準訓練動作技能的練習策略。 2. 運用運球來回跑、上籃練習動作技能的練習策略。 3. 認識籃球進攻動作技能概念與動作練習的策略。	1. 雙手擦板投籃 2. 運球定點投籃 3. 上籃 4. 三步上籃 5. 運球上籃 6. S 型運球投籃 7. S 型運球投籃	平時觀察、實作	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
十三	愛我有多少 (學習檢測) /1 節	健體 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 健體 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。	健體 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 綜 Bb-III-1 團體中的角色探索。 綜 Bb-III-2 團隊運作的問題與解決。 綜 Bb-III-3 團隊合作的技巧。	1. 檢驗投籃訓練、投準訓練動作技能的練習策略。	1. 運球定點投籃 10 球 2. 運球上籃 10 球	運球定點投籃 10 球、運球上籃 10 球	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
十四 十五	雙人共舞 (傳接進攻) /2 節	健體 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 健體 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。 品E3溝通合作與和諧人	健體 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 綜 Bb-III-1 團體中的角色探索。 綜 Bb-III-2 團隊運作的問題與解決。 綜 Bb-III-3 團隊合作的技巧。	1. 運用運球來回跑、上籃練習動作技能的練習策略。 2. 認識籃球進攻動作技能概念與動作練習的策略。	1. 兩人小組運球全場來回 2. 雙人傳球投籃 3. 雙人傳球上籃	平時觀察、實作	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
		際關係。					
十六十七	守著你 (防守練習) /2 節	健體 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 健體 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合	健體 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 綜 Bb-III-1 團體中的角色探索。 綜 Bb-III-2 團隊運作的問題與解決。 綜 Bb-III-3 團隊合作的技巧。	1. 認識籃球防守動作技能概念與動作練習的策略。 2. 發展籃球防守動作技能概念與動作練習的策略。	1. 後衛防守 2. 內線防守	平時觀察、實作	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
		作達成共同目標。					
十八十九	你來我往 (2 打一) (分組練習) /2 節	健體 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 健體 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合	健體 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 綜 Bb-III-1 團體中的角色探索。 綜 Bb-III-2 團隊運作的問題與解決。 綜 Bb-III-3 團隊合作的技巧。	1. 認識籃球進攻動作技能概念與動作練習的策略。 2. 發展籃球防守動作技能概念與動作練習的策略。	1. 分組二打一練習與分析	平時觀察、實作	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
		作達成共同目標。					
二十	我懂你(認識服裝與器具)/1 節	健體 Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。 健體 Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。 安 E7 探究運動基本的保健。 綜 3a-III-1 辨識周遭環境的潛藏危機，運用各	健體 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 安 E7 探究運動基本的保健。 綜 Ca-III-2 辨識環境潛藏危機的方法。 綜 Ca-III-3 化解危機的資源或策略。	1. 認識籃球運動器材與簡易規則	1. 認識籃球運動器材 2. 認識籃球規則	籃球運動知能學習單	

附件 3-3（國中小各年級適用）

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂 若參考領綱，至少 包含 2 領域以上				自選/編教材 須經課發會 審查通過
		項資源或策略 化解危機。					

【第二學期】

課程名稱	活力中原/投入我心		年級/班級	六年級/甲、乙班
彈性學習課程類別	☐ 統整性(☐ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題)探究課程 ☒ 社團活動與技藝課程 ☐ 特殊需求領域課程 ☐ 其他類課程		上課節數	每周 1 節，共 20 周，共 20 節
			設計教師	陳漢章
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	☐ 國語文 ☐ 英語文(不含國小低年級) ☐ 本土語文 ☐ 臺灣手語 ☐ 新住民語文 ☐ 數學 ☐ 生活課程 ☒ 健康與體育 ☐ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ☒ 綜合活動 ☐ 資訊科技(國小) ☐ 科技(國中)		☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☒ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☐ 家庭教育 ☐ 戶外教育 ☐ 原住民教育 ☐ 國際教育 ☐ 性別平等教育 ☐ 多元文化教育 ☐ 生涯規劃教育 ※請於學習表現欄位填入所勾選之議題實質內涵※ ※交通安全請於學習表現欄位填入主題內容重點， 例：交 A-I-3 辨識社區道路環境的常見危險。※	
對應的學校願景 (統整性探究課程)	健康、實踐、品格	與學校願景呼應之說明	4. 透過參與課程的過程，讓學生享受運動的樂趣，培養健康的身心 5. 在與同儕互動中體驗團隊合作的意義，積極面對生活的各種挑戰，實現自我成長。 6. 在活動過程中學習與人相處之互動，尊重與運動禮節。	
設計理念	彈性課程教學以樂趣體育為出發點，希望學生能透過了解運動、享受運動的樂趣進而培養學生具備良好的身體適應能力，注重適性發展，從而獲得更高的自信與成就感…等正向回饋，讓學生在獲得成就感中能勇於面對挑戰，養成自我欣賞與自主學習的生活態度。			
總綱核心素養具體內涵	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛	領綱核心素養具體內涵	綜-E-A1 認識個人特質，初探生涯發展，覺察生命變化歷程，激發潛能，促進身心健全發展。 健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

	能。 E-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 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。		進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。
課程目標	1. 享受運動過程的樂趣與愉悅感，進而喜愛籃球運動。 2. 團體運動比賽中，理解小組合作學習的優點，願意投入運動，對活動參與有正向感受 3 樂於參與籃球運動，並處理能各類賽事狀況，能夠欣賞運動賽事。 4. 在與同儕互動中體驗團隊合作的意義，並能積極面對生活的各種挑戰，實現自我成長。		

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
一二	健康好手(體適能活動) /2 節	健體 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。	健體 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 綜 Bb-III-1 團體中的角色探索。 綜 Bb-III-2 團隊運作的問題與解決。	一、認識折返跑 10 趟、馬克操、核心肌群訓練動作技能概念與動作練習的策略。	1. 兩人一組，10 公尺折返跑 2. 馬克操 30 次 3. 核心肌群:棒式、空中腳踏車、繩梯	平時觀察、實作	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
		綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。	綜 Bb-III-3 團隊合作的技巧。				
三四	攻防卡位 (內線進攻)/3 節	健體 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。	健體 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 綜 Bb-III-1 團體中的角色探索。 綜 Bb-III-2 團隊運作的問題與解決。 綜 Bb-III-3 團隊合作的技巧。	1. 能熟練操作籃球活動與空間環境的關係 2. 防守動作：防守動作及戰術教學 3. 進攻戰術及狀況演練。	一、要位 <u>簡單的重述一下這個動作。</u> 1. <u>迎向球接球</u> ，接球時使用墊步，雙腳著地； 2. 接球後 <u>感受一下防守者在哪</u> ； 3. 往高位做假動作後，向後延伸內側腳，重心放低、跨大步； 4. <u>迅速的轉身</u> ，球拿低，並用力且快速的運「一次」球後， <u>用力起跳貼近籃框出手</u> 。	平時觀察、實作	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
五 六	互不相讓 (一打一練習) /2 節	健體 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。	健體 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 綜 Bb-III-1 團體中的角色探索。 綜 Bb-III-2 團隊運作的問題與解決。 綜 Bb-III-3 團隊合作的技巧。	1. 防守動作：防守動作及戰術教學 2. 進攻戰術及狀況演練。	1. 跳投 (Jump Shot) A. 定點跳投 B. 拔起跳投 C. 急停跳投 2. 切入 A. 上籃 B. 跳投 C. 轉身勾球 3. 卡位進攻 A. 下勾投 B. 上拋投 C. 擠撞跳投 D. 轉身跳投	平時觀察、實作	
七	規則講解	健體 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 3d-III-3 透過體驗或實踐，	健體 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 綜 Bb-III-1 團體中的角色探索。 Bb-III-2 團隊運	1. 理解籃球運動運動相關的拍球、傳接球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防規則 2. 認識籃球場地規則	(一)違例： 兩次運球、 走步、 <u>持球 5 秒未進攻</u> ： <u>籃下進攻 3 秒</u> ：翻球 (二)犯規： 籃技術犯規、	課堂問答、記錄參與學生的表現	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
		解決練習或比賽的問題。 綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。	作的問題與解決。 綜 Bb-III-3 團隊合作的技巧。		身體接觸犯規、故意犯規 奪權犯規：		
八九	分組對抗 (一打一) /2 節	健體 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作	健體 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 綜 Bb-III-1 團體中的角色探索。 綜 Bb-III-2 團隊運作的問題與解決。 綜 Bb-III-3 團隊合作的技巧。	1. 比賽演練：一對一實戰演練。	1. 一對一，計時三分鐘，以半場為比賽場地 2. 進攻方進球依罰球 1 分、投球、2 分、三分球 3 分，規則進行。 3. 進攻方進球得分後，防守方搶下籃板，需將球帶回三分線外，才算取得球權，可以開始進攻；若有一方犯規或違例，立即攻守輪替或罰球。 4. 比賽時間結束時，得分較高的組別獲勝	循環賽制，依照勝負關係計分，勝者一分，敗者零分，作為成績評量依據	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
		達成共同目標。					
十	專例分析一/1 節	健體 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 健體 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。	健體 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 綜 Bb-III-1 團體中的角色探索。 綜 Bb-III-2 團隊運作的問題與解決。 綜 Bb-III-3 團隊合作的技巧。	一對一實戰演練結果分析與檢討。	1. 進行 1 對 1 練習賽 2. 錄影分析賽事內容與檢討 3. 修正後再進行 1 隊 1	課堂問答、記錄參與學生的表現	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
十一 十二	戰術講解與實作 /2 節	健體 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 健體 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。	健體 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 綜 Bb-III-1 團體中的角色探索。 綜 Bb-III-2 團隊運作的問題與解決。 綜 Bb-III-3 團隊合作的技巧。	1. 認識籃球進攻動作技能概念與動作練習的策略。 2. 表現籃球場上團隊合作、友善的互動行為。	基礎戰術說明與應用練習 1. 擋拆戰術 2. 傳切戰術 3.	課堂問答、記錄參與學生的表現	
十三 十四 十五	分組對抗 (三打三) /3 節	健體 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 健體 3d-III-3	健體 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 綜 Bb-III-1 團體中的角色探索。	比賽演練：三對三實戰演練。	1. 進行五對五練習賽	循環賽制，依照勝負關係計分，勝者一分，敗者零分，作為成績評量依據	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
		透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。	綜 Bb-III-2 團隊運作的問題與解決。 綜 Bb-III-3 團隊合作的技巧。				
十六	專例分析二/1 節	健體 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 健體 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 綜 2b-III-1 參與各項活動，	健體 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 綜 Bb-III-1 團體中的角色探索。 綜 Bb-III-2 團隊運作的問題與解決。 綜 Bb-III-3 團隊合作的技巧。	三對三實戰演練結果分析與檢討。	錄影分析賽事內容與檢討	課堂問答、記錄參與學生的表現	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
		適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。					
十七 十八 十九	分組對抗 (五打五) /3 節	健體 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 健體 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。	健體 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 綜 Bb-III-1 團體中的角色探索。 綜 Bb-III-2 團隊運作的問題與解決。 綜 Bb-III-3 團隊合作的技巧。	五隊五實戰演練與檢討。	1. 進行五對五練習賽 2. 錄影分析賽事內容與檢討 3. 修正後再進行五隊五比賽	循環賽制，依照勝負關係計分，勝者一分，敗者零分，作為成績評量依據	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
二十	星星知我心(認識籃球規則與身體防護)/1 節	健體 d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 安 E7 探究運動基本的保健。 綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。	健體 Bc-III-1 基礎運動傷害預防與處理方法。 安 E7 探究運動基本的保健。健體 Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。	基礎籃球運動與身體活動的保健知識。	1. 認識籃球運動規則 2. 籃球與身體防護	籃球運動 知能學習單	

註：

1. 本表格係依〈國民中學及國民小學課程計畫備查作業參考原則〉設計而成。
2. 依課程設計理念，可採擇高度相關之總綱各教育階段核心素養或各領域/科目核心素養，以敘寫課程目標。
3. 計畫可依實際教學進度填列，週次得合併填列。