

# 112 學年度高一微型課程大綱

|                 |   |              |               |
|-----------------|---|--------------|---------------|
| 課程名稱            | 運動身心靈：籃球  |              |               |
| 學分總數            |   |              |               |
| 開設時段            | <input type="checkbox"/> 全學期 16 週 <input checked="" type="checkbox"/> 前八週 <input checked="" type="checkbox"/> 後八週   |              |               |
| 選修方式            | 跨班上課  | 任教老師         |               |
| 與十二年國教課綱對應之核心素養 | <input checked="" type="checkbox"/> A1身心素質與自我精進 <input checked="" type="checkbox"/> A2系統思考與解決問題<br><input checked="" type="checkbox"/> A3規劃執行與創新應變 <input checked="" type="checkbox"/> B1符號運用與溝通表達<br><input checked="" type="checkbox"/> C2人際關係與團隊合作   |              |               |
| 對應大學學群          | <input type="checkbox"/> 社會與心理 <input type="checkbox"/> 大眾傳播 <input type="checkbox"/> 外語 <input type="checkbox"/> 文史哲 <input checked="" type="checkbox"/> 教育<br><input type="checkbox"/> 法政 <input type="checkbox"/> 管理 <input type="checkbox"/> 財經 <input checked="" type="checkbox"/> 遊憩與運動 <input type="checkbox"/> 其他學群 |              |               |
| 學習目標            | 透過分組活動的方式，使學生共同設計有關籃球訓練的方法及競賽的攻防戰術，引導學生在既有的能力及觀念中自主增能。<br>另一方面，讓學生深入了解此運動的專業層面，製造不同的情境，提升學生解決問題的能力，並於分組活動的過程中獲得個人社交技能以及正向發展。  |              |               |
| 教學大綱與進度         | 週次  | 單元／主題        | 內容綱要          |
|                 | 一   | 課程介紹及概籃球運動概論 | 課程說明及分組       |
|                 | 二   | 籃球規則細談       | 籃球裁判法         |
|                 | 三   | 籃球基本動作教學     | 攻守基本動作教學、分組練習 |
|                 | 四   | 籃球訓練理論       | 運動訓練法         |
|                 | 五   | 探討籃球技術       | 分組討論及分享       |
|                 | 六   | 探討籃球戰術       | 分組討論及分享       |
|                 | 七   | 實戰演練一        | 分組演練及回饋       |
|                 | 八   | 實戰演練二        | 分組演練及回饋       |
| 評量方式            | 課堂參與及出席率：30%、：40%、期末回饋 30%  |              |               |
| 資源配合            | 籃球場地及器材   |              |               |
| 備註              | 1. 須穿著學校運動服出席，請自備替換衣物、毛巾及水壺。<br>2. 除課程需要嚴禁使用手機。<br>3. 課程須於戶外進行身體活動，請斟酌。   |              |               |