

二、每週課程進度表		課程名稱	籃球	項目	
周次	課程主題	節數	教材	評量方式	
1	9/1 (一) 開學，設定學期階段目標	5+3	角錐、戰術板	實作評量	
2	9/8-9/12，1. 攻、守基本組合2. 特殊攻防(2對2、3對3組合、2攻1)3. 基本體能、肌力70%4. 校際賽	5+3	碼錶、圓盤、計時器	課堂觀察	
3	9/15-9/19，1. 攻、守基本組合2. 特殊攻防(5對5、3對3組合、2攻1)3. 基本體能、肌力70%4. 校際賽	5+3	碼錶、圓盤、計時器、重訓器材	課堂觀察	
4	9/22-9/26，9/23~9/27體促盃1. 個人防守滑步2. 個人基本動作3. 一對一單打4. 2·3線防守5. 2、3人小組組合6. 基本體能、肌力70%	5+3	碼錶、圓盤、計時器、重訓器材	實作評量	
5	9/23-10/03，1. 強化、檢討和修正比賽內容	5+3	碼錶、圓盤、計時器、重訓器材	實作評量	
6	10/06-10/10，1. 攻、守基本組合2. 特殊攻防3. 整體攻防4. 球員特性加強與訓練5. 強化心理素質6. 體能、肌力70%	5+3	圓盤、計時器	實作評量	
7	10/13-10/17，一段，1. 攻、守基本組合2. 特殊攻防3. 整體攻防4. 球員特性加強與訓練5. 強化心理素質6. 體能、肌力70%	5+3	圓盤、碼錶	實作評量	
8	10/20-10/24基本體能、肌力70%球感	5+3	碼錶、圓盤、計時器、重訓器材	課堂觀察	
9	10/27-10/31，1. 攻、守基本組合2. 特殊攻防3. 整體攻防4. 球員特性加強與訓練5. 強化心理素質6. 體能、肌力70%	5+3	碼錶、圓盤、計時器、重訓器材	課堂觀察	
10	11/03-11/07，1. 攻、守基本組合2. 特殊攻防3. 整體攻防(5對5 (半場))4. 體能、肌力70%5. 校內循環賽6. 校際賽	5+3	碼錶、圓盤、計時器、	實作評量	
11	11/10-11/14，基層訓練站1. 強化、檢討和修正比賽內容	5+3	碼錶、圓盤、計時器、重訓器材	實作評量	
12	11/17-11/21，1. 強化、檢討和修正比賽內容	5+3	碼錶、圓盤、計時器、重訓器材	實作評量	
13	11/24-11/28二段，1. 攻、守基本組合 2. 特殊攻防	5+3	碼錶、圓盤、計時器	實作評量	
14	12/01-12/05，1. 攻、守基本組合 2. 特殊攻防 3. 整體攻防(5人防守、5人快攻)	5+3	碼錶、圓盤、計時器	實作評量	
15	12/08-12/12，乙級聯賽縣市預賽，1. 強化、檢討和修正比賽內容	5+3	碼錶、圓盤、計時器	課堂觀察	
16	12/15-12/19，乙級聯賽縣市預賽，1. 強化、檢討和修正比賽內容	5+3	計時器、滾桶	課堂觀察	
17	12/22-12/26，乙級聯賽縣市預賽，1. 強化、檢討和修正比賽內容	5+3	碼錶、圓盤、計時器	實作評量	
18	12/29-01/02，乙級聯賽縣市預賽，1. 強化、檢討和修正比賽內容	5+3	碼錶、圓盤、計時器	實作評量	
19	01/05-1/09基本體能、肌力70%球感	5+3	碼錶、圓盤、計時器	實作評量	
20	1/12-1/16三段基本體能、肌力70%球感	5+3	碼錶、圓盤、計時器	實作評量	
21	1/19-1/20三段基本體能、肌力70%球感 (課程結束)	5+3	碼錶、圓盤、計時器	實作評量	