

苗栗縣竹南國民小學 114 學年度上學期
(篮球社) 教學計劃表

教學目標及課程內容簡介

一、上課時段：週一、週二 15:40~17:00

二、招生對象：4-6 年級

三、課程簡介：籃球是許多人小時候的玩伴，有球就可以練習，也容易上手，喜歡一起團結合作的感覺，為了想變強，還會自主訓練，甚至有「籃球治百病」的傳說。沒有基礎的同學，也能透過籃球社，知道各種基本動作的練法，有一定程度的同學，來籃球社可以讓自己的動作更精進、體能更卓越，並且可以與同學互相切磋，認識更多志同道合的人，與老師一起談論籃球，一起討論戰術，一起在場上揮灑汗水。學校去年已完成「全場」的籃框架設，更能安排比賽場上會發生的技、戰術演練，讓同學享受國小籃球「正式」比賽的感覺。

師資簡介

指導老師：指導老師：王聲曜

學歷：國立臺灣體育運動大學 體育碩士

經歷：苗栗縣立竹南國中 體育老師兼籃球教練

苗栗縣立竹南國小 社團老師

週一課程教學計畫表

次數	日期	授課內容
1	9/15	課堂介紹、基礎單手運球練習、上籃
2	9/22	高低、背後、跨下運球、上籃
3	10/13	轉身運球、綜合運球，左右手上籃
4	10/20	雙手運球、阻力運球、基礎傳球
5	10/27	綜合運球，左右手上籃、雙人傳球上籃
6	11/3	兩人傳球、兩人、三人進攻組合
7	11/10	綜合運(傳)球、1打1、2打2訓練
8	11/17	綜合運(傳)球、1打1、2打2訓練
9	12/1	區域、盯人防守隊形講解
10	12/8	1打1、2打2、3打3訓練
11	12/15	3打2打1、全場攻守訓練
12	12/22	全場分組對抗(雙敗淘汰)
13	12/29	全場分組對抗(雙敗淘汰)
14	115/1/5	全場分組對抗(冠軍戰)、三分球大賽

苗栗縣竹南國民小學 114 學年度第二學期 籃球 社

週二課程教學計畫表

次數	日期	授課內容
1	9/16	課堂介紹、基礎單手運球練習、上籃
2	9/23	高低、背後、跨下運球、上籃
3	9/30	轉身運球、綜合運球，左右手上籃
4	10/7	雙手運球、阻力運球、基礎傳球
5	10/14	綜合運球，左右手上籃、雙人傳球上籃
6	10/21	兩人傳球、兩人、三人進攻組合
7	10/28	綜合運(傳)球、1打1、2打2訓練
8	11/4	綜合運(傳)球、1打1、2打2訓練
9	11/11	區域、盯人防守隊形講解
10	11/18	1打1、2打2、3打3訓練
11	11/25	3打2打1、全場攻守訓練
12	12/2	全場分組對抗(雙敗淘汰)
13	12/9	全場分組對抗(雙敗淘汰)
14	12/16	全場分組對抗(冠軍戰)、三分球大賽

承辦人：

學務處：

校長：