109學年度第1學期課外社團活動課程計畫

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 社團名稱 | 籃球社A、B | 授課教師 | 廖韋任 老師 |
| 授課對象 | 3-6年級 |
| 籃球社A星期一16:00-17:30籃球社B星期二16:00-17:30 | 上課地點 | 康寧國小室外籃球場 |
| 授課內容 |

|  |
| --- |
| 了解基本規則，再說明該運動的進行過程，最後在進行技術上的訓練。漸進式的教學過程，能開啟學生對於籃球的興趣，更能培養運動的好習慣並學習運動家的精神與道德。  |

 |
| 週次 | 課程進度 | 週次 | 課程進度 |
| 1 | 課堂規則介紹籃球規則介紹 | 11 |

|  |
| --- |
| 上籃訓練，小組攻防訓練  |

 |
| 2 | 球感訓練(團體遊戲) | 12 |

|  |
| --- |
| 小組攻防訓練，3對3規則介紹  |

 |
| 3 |

|  |  |
| --- | --- |
| 球感訓練(個人技術統合) |  |

 | 13 |

|  |
| --- |
| 3對3實戰  |

 |
| 4 |

|  |
| --- |
| 傳接球訓練，運球訓練 |

 | 14 |

|  |
| --- |
| 3對3實戰  |

 |
| 5 |

|  |
| --- |
| 傳接球訓練，運球訓練 |

 | 15 |

|  |
| --- |
| 5對5全場規則介紹  |

 |
| 6 |

|  |
| --- |
| 籃下投籃訓練，定點投籃訓練 |

 | 16 |

|  |
| --- |
| 全場比賽攻防訓練  |

 |
| 7 |

|  |
| --- |
| 籃下投籃訓練，定點投籃訓練 |

 | 17 |

|  |
| --- |
| 全場比賽攻防訓練  |

 |
| 8 |

|  |
| --- |
| 跑位投籃訓練，定點投籃訓練 |

 | 18 |

|  |
| --- |
| 全場比賽攻防訓練  |

 |
| 9 |

|  |
| --- |
| 跑位投籃訓練，上籃訓練 |

 | 19 |  |
| 10 |

|  |
| --- |
| 上籃訓練，小組攻防訓練 |

 | 20 |  |