**112下陽光課程進度說明**

教師：李芊僾  
星期/課程項目：星期三/五/六/ 幼兒&基礎籃球

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 堂 | 課程主題 | 教學重點 |
| 1 | 基本動作 | 球感/運球 |
| 2 | 基本動作 | 傳球/運球 |
| 3 | 移動訓練 | 運球變化&腳步 |
| 4 | 移動訓練 | 運球變化&腳步 |
| 5 | 進攻籃框 | 上籃、投籃技術 |
| 6 | 進攻籃框 | 上籃、投籃技術 |
| 7 | 進攻籃框 | 上籃、投籃技術 |
| 8 | 綜合訓練 | 運球、上籃、投籃組合 |
| 9 | 綜合訓練 | 運球、上籃、投籃組合 |
| 10 | 實戰訓練 | 規則講解/空間介紹 |
| 11 | 實戰訓練 | 1對1攻防練習 |
| 12 | 實戰訓練 | 3對3攻防練習 |
| 13 | 多站式檢核 | 個人技術考核 |
| 14 | 跑動式訓練 | 雙/三人傳球進攻 |
| 15 | 跑動式訓練 | 雙/三人傳球進攻 |
| 16 | 小組配合 | 傳切/切傳 |
| 17 | 小組配合 | 擋拆組合 |
| 18 | 正規比賽 | 老師設定目標/學生互相溝通/分享球/攻守轉換配合 |
| 19 | 正規比賽 | 老師設定目標/學生互相溝通/分享球/攻守轉換配合 |
| 20 | 正規比賽 | 設定個人目標/團體合作比賽 |

**備註：課程內容以20週為單位安排，實際課程進度會依照實際堂數，按照學生程度及學習狀況進行調整。**