

南臺科技大學 107 學年度第 2 學期課程資訊

課程代碼	04D04807
課程中文名稱	體育生活(四)：籃球(F)
課程英文名稱	Physical Education(IV)：Basketball
學分數	1.0
必選修	管制必修
開課班級	四技國企二甲 四技國企二乙四技財金二甲四技財金二乙四技財金二丙四技資工二甲四技資工二乙四技生技二甲四技生技二乙
任課教師	方佩欣
上課教室(時間)	週四第 3 節() 週四第 4 節()
課程時數	2
實習時數	0
授課語言 1	華語
授課語言 2	
輔導考照 1	
輔導考照 2	
課程概述	四技二年級體育生活課程實施興趣選項 體育教育中心依學校場地 學生選課興趣項目決定開課項目
先修科目或預備能力	
課程學習目標與核心能力之對應	<p>※編號，中文課程學習目標，英文課程學習目標，對應系指標</p> <p>-----</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.發展全身性的協調性，增強肌力的強度，讓健康成為生活的要素，--，1 建構健康生活 2.訓練反應的靈敏性及生理機能的強化，對於照護自身健康的能力持續發展，--，2 永續健康照護 3.透過籃球技巧的精進學習，以籃球做為與人互動的工具，建立良好的人際關係，--，3 休閒技能養成 4.透過籃球運動的競技活動，讓參與者內斂養成各項良好的運動精神及健全人格，--，4 尊重生命價值 5.以運動能力為標準，組織健全的社群活動，並發展社群組織，讓運動走進社區活動，--，5 真誠關懷社會 6.透過運動的美感，培養創造及創新的人力素養，--，6 運動藝術欣賞 7.透過運動的美感，培養創造及創新的人力素養，--，7 優質情緒管理 8.合群的態度是競爭力重要的一環，透過團體的競技活動，加以磨練，--，8 強化團體意識

中文課程大綱	以每一個開課單項敘述為主
英/日文課程大綱	Divided into individual interesting options
課程進度表	<p>第1週 課程內容及評量方式介紹</p> <p>第2週：動靜態暖身教學；進階傳接球/運球技巧</p> <p>第3週：上籃及投籃訓練、體能訓練</p> <p>第4週：全場快攻練習</p> <p>第5週：防守步伐講解與演練</p> <p>第6週：盯人防守</p> <p>第7週：區域防守</p> <p>第8週：期中術科測驗</p> <p>第9週：期中考週</p> <p>第10週：規則講解；3 on 3(一)</p> <p>第11週：規則講解；3 on 3(二)</p> <p>第12週：影片欣賞</p> <p>第13週：5 on 5 對抗賽(一)；籃球裁判練習</p> <p>第14週：5 on 5 對抗賽(二)；籃球裁判練習</p> <p>第15週：5 on 5 對抗賽(三)；籃球裁判練習</p> <p>第16週：期末術科測驗</p> <p>第17週：期末筆試(籃球規則)、術科補測驗</p> <p>第18週：期末考週</p>
教學方式與評量方法	<p>※課程學習目標，教學方式，評量方式</p> <p>-----</p> <p>發展全身性的協調性，增強肌力的強度，讓健康成為生活的要素，課堂講授，筆試</p> <p>訓練反應的靈敏性及生理機能的強化，對於照護自身健康的能力持續發展，課堂講授，筆試</p> <p>透過籃球技巧的精進學習，以籃球做為與人互動的工具，建立良好的人際關係，課堂講授實作演練，日常表現其他、術科測驗、其他、術科測驗、實作</p> <p>透過籃球運動的競技活動，讓參與者內斂養成各項良好的運動精神及健全人格，課堂講授啟發思考，日常表現</p> <p>以運動能力為標準，組織健全的社群活動，並發展社群組織，讓運動走進社區活動，課堂講授啟發思考，日常表現</p> <p>透過運動的美感，培養創造及創新的人力素養，課堂講授分組討論啟發思考，日常表現</p> <p>透過運動的美感，培養創造及創新的人力素養，實作演練，日常表現</p> <p>合群的態度是競爭力重要的一環，透過團體的競技活動，加以磨練，實作演練，日常表現</p>
指定用書	書名：

	作者： 書局： 年份： ISBN： 版本：
參考書籍	1.籃球運動規則 2.傑里·V.克勞斯等/籃球技術與訓練精要/人民郵電出版社 3.日高哲朗（主編）/圖解籃球個人技術：基礎訓練 180 項/人民郵電出版社 4.林貴福總校閱/速度、敏捷及反應的運動訓練法-含 260 種專項運動訓練課程：提升運動訓練水準及競技運動表現/禾楓書局 5.國際運動醫療科學研究所/體能訓練圖解全書：一本搞懂身體質量調校·競技水準提升·賽前調整訓練·訓練週期規劃/晨星
教學軟體	
課程規範	1.上課勿遲到、早退，請假依學校規定辦理，並宜事先告知老師。 2.上課中禁止玩手機、隨意飲食。 3.請穿著運動服、運動鞋。未穿著運動服者斟酌扣平時分數。 4.未能於期中術科、期末術科、期末筆試週參與考試者，需提前告知老師並請假，未事先告知或未請假而曠考者不予補考。 課程評分標準： 期中術科測驗:10% 期末術科測驗:15% 期末作業：5%(籃球訓練照片製作) 期末筆試:10%(籃球規則為出題範圍) 平時成績:50%-出席率 上課態度、表現、活動參與度、服裝儀容：10% 備註：遲到一節課扣 1 分；請假(除喪假外)一節課扣 2 分、公假一節課扣 1.5 分；曠課一節課扣 2.5 分。每周上課時數兩小時(兩節課)，如缺課時數(含請假)達上課總時數(扣除期中、期末考週及放假時數)三分之一，學期總成績不予及格。