

名稱	中文名稱：籃球競技生理學		
	英文名稱：basketball sports physiology		
授課年段	<input type="checkbox"/> 高一 <input checked="" type="checkbox"/> 高二 <input type="checkbox"/> 高三		
內容屬性	<input type="checkbox"/> 學科補強 <input type="checkbox"/> 學科充實/增廣 <input type="checkbox"/> 選手培訓 <input checked="" type="checkbox"/> 通識課程 (單選)		
師資	王立興教師		
學習目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 瞭解人體生理構造。</li> <li>2. 瞭解籃球技巧。</li> <li>3. 熟悉籃球發力方式與肌肉運作原理</li> <li>4. 瞭解籃球運動時之生理運作。</li> </ol>		
課程要求	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 準時上課，按時繳交作業。</li> <li>2. 上課認真，努力練習。</li> <li>3. 互相尊重，小組搭配合作。</li> </ol>		
教學大綱	週次/序	單元/主題	內容綱要
	1	示範並分析籃球基本動作要領及方法	
	2	強化個人的運、傳、投籃能力.	
	3	強化個人攻擊與防守訓練.	
	4	體能速度、耐力、敏捷訓練.	
	5	組合連貫基本動作技術及戰術	
	6	團隊配合練習 傳球：人移動傳接球、全場跑動傳接球練習	
	7	團隊配合練習 運球—全場繞圈變向運球	
	8	人對抗單打練習：投籃—運球半場跑動投籃練習、 接固定球投籃練習、接球突破練習	
	9	過人動作練習 2對2練習、3對3練習、全場攻防戰術運用	
10	運動傷害：踝關節復健、緊急處置、運動紮貼		
備註			