

102 學年度苗栗縣立三灣國中社團活動成果報告

社團名稱：籃球社

一、教師基本資料：

姓名	楊聖光老師	生日	57 年 9 月 29 日	身份字號	G120850227
電話	0986-068059	住址	苗栗縣頭份鎮新華里中正一路 630 號		

二、授課課程大綱：

- 1、培養學生對籃球運動之興趣。
- 2、增進籃球有關知識及基本技術。
- 3、熟練籃球基本動作、發展身體協調性。
- 4、認識比賽方法及規則。

三、上課時間表：

102 學年度第一學期社團指導教師上課時間表

※星期三：社團時間－第三、四節（10：05－11：55）

次數	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
時間	9/11	9/18	9/25	10/2	10/9	10/16	10/23	10/30	11/6	11/13
次數	11	12	13	14	15	16	17			
時間	11/20	11/27	12/4	12/11	12/18	1/8	1/15			

四、學生名冊：

編號	班級	座號	姓名
01	七年忠班	2	林柏成
02	七年忠班	14	謝正祥
03	七年忠班	21	李豪恩
04	七年忠班	22	柏振鈞
05	七年忠班	26	黎德正
06	七年忠班	27	徐祥
07	七年忠班	29	李佳澤
08	七年孝班	3	邱楷智
09	七年孝班	8	許永縉
10	七年孝班	17	邱乙玲
11	七年孝班	21	彭浩軒
12	七年孝班	24	吳姿儀
13	七年孝班	27	羅綺瑜
14	七年孝班	28	范盛維
15	七年仁班	1	張宇圻
16	七年仁班	2	羅子修
17	七年仁班	7	巫建毅
18	七年仁班	9	邱振瑋
19	七年仁班	15	藍巧芳
20	七年仁班	18	劉忞峰
21	七年仁班	19	邱冠博
22	七年仁班	21	張劭寧
23	七年仁班	28	吳嘉珊
24	八年孝班	12	柏聖傑
25	八年仁班	15	陳子淵
26	九年孝班	8	翁翔歲
27	九年孝班	30	何宸智

三灣國中 102 學年第 1 學期 籃球社 教學進度表

上課日期、時間：102/9/11~103/1/15 每週三上午 10:05~11:55

上課次數	上課日期	課程內容	指導老師簽名
1.	9/11	1. 籃球史 2. 規則 3. 傷害預防	
2.	9/18	1. 傳接球 2. 講解運球、投籃	
3.	9/25	1. 運球 2. 複習傳接球 3. 分組比賽	
4.	10/2	1. 投籃 2. 複習運球 3. 分組比賽	
5.	10/9	1. 運球上籃 2. 複習投籃 3. 分組比賽	
6.	10/16	1. 防守步伐練習 2. 複習運球上籃 3. 分組比賽	
7.	10/23	1. 兩人全場傳接上籃 2. 分組比賽	
8.	10/30	1. 行進間運球上籃 2. 傳接球 3. 單、雙手定位投籃	
9.	11/6	1. 行進間運球上籃 2. 行進間傳接球上籃	
10.	11/13	1. 8 字換手運球上籃 2. 籃下跳投	
11.	11/20	1. 正面假動作運球上籃 2. 轉身假動作運球上籃	
12.	11/27	1. 假動作及運球混合練習 2. 三人 8 字傳接球上籃	
13.	12/4	1. 個人進攻基本動作 2. 個人防守基本動作	
14.	12/11	1. 雙人進攻基本動作演練	
15.	12/18	1 三人小組基本快攻進攻法	
16.	1/8	1. 盯人防守講解與練習 2. 分組比賽	
17.	1/15	1. 區域联防講解與練習 2. 分組比賽	
附註			

五、社團活動相片(12 張)

中興高級商工職業學校 102 學年度高中職適性學習社區教育資源均質化
102-4 協助社區國中青春活力多元社團活動計畫-三灣國中-籃球社
指導老師: 楊聖光老師 學生人數: 27 人

課前說明



學生練習一



學生練習二



學生練習三



圖片說明



圖片說明



中興高級商工職業學校 102 學年度高中職適性學習社區教育資源均質化
102-4 協助社區國中青春活力多元社團活動計畫-三灣國中-籃球社
指導老師: 楊聖光老師 學生人數: 27 人

課前說明



學生練習一



學生練習二



學生練習三



圖片說明



圖片說明

