

南投縣爽文國民小學 112 學年度彈性學習課程計畫

【第一學期】

課程名稱	北中寮聯合運動會課程計畫		年級/班級	全校
彈性學習課程類別	☐ 統整性(☐ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題)探究課程 ☐ 社團活動與技藝課程 ☐ 特殊需求領域課程 ☒ 其他類課程		上課節數	10 節
			設計教師	林志任
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	☐ 國語文 ☐ 英語文(不含國小低年級) ☐ 本土語文 ☐ 臺灣手語 ☐ 新住民語文 ☐ 數學 ☐ 生活課程 ☒ 健康與體育 ☐ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ☒ 綜合活動 ☐ 資訊科技(國小) ☐ 科技(國中)		☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 品德教育 ☒ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☒ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☒ 家庭教育 ☐ 戶外教育 ☐ 原住民教育 ☐ 國際教育 ☐ 性別平等教育 ☐ 多元文化教育 ☐ 生涯規劃教育 ※請於學習表現欄位填入所勾選之議題實質內涵※ ☒ 交通安全請於學習表現欄位填入主題內容重點， 例：交 A-I-3 辨識社區道路環境的常見危險。※	
對應的學校願景 (統整性探究課程)	健康-多元適性 健康身心 活力朝氣 積極-樂觀進取 知行合一 不屈不撓 互動-理性溝通 樂於分享 團隊合作	與學校願景呼應之說明	北中寮聯合運動會期望透過運動會的競合過程，培養學童擁有健康的身心、不屈不撓的奮戰精神積以及團隊合作和良好的人際互動關係。	
設計理念	藉由學校運動會的活動，讓學生來討論活動內容，表達活動時應使用的技巧，透過實際的練習，可促進團體合作，達到活動真正的意義。			
總綱核心素養具體內涵	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身	領綱核心素養具體內涵	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。	

	心 健全發展，並認識 個人特質，發展運 動與保健的潛能 E-A3 具備擬定 計畫與實作的能 力，並以創新思 考方式，因應日 常生活情境 E-C1 具備個人生 活道德的知識與 是非判斷的能 力，理解並遵守 社會道德規範， 培養公 民意識， 關懷生態環境。 E-C2 具備理解他 人感受，樂於 與 人互動，並與團 隊成員合作之素 養。	健體-E-A3 具備擬定基本的 運動與保健計畫及實作能力，並以 創新思考方式，因 應日常生活情境 健體-E-C1 具備生活中有關 運動與健康的道 德知識與是非判 斷能力，理解並遵 守相關的道德規 範，培養 公民意 識，關懷社會。 健體-E-C2 具備同理他人感 受，在體育活動和 健康生活中樂於 與人互動、公平競 爭，並與團隊成員合作， 促進身心健康。 綜-E-A1 認識個人特 質，初探生涯 發展，覺察生 命變化歷程， 激發潛能，促 進身心健全發 展。 綜-E-A3 規劃、執行學 習及生活計 畫，運用資源 或策略，預防 危機、保護自 己，並以創新 思考方式，因 應日常生活情 境。 綜-E-C1 關懷生態環境 與周遭人事 物，體驗服務 歷程與樂趣， 理解並遵守道 德規範，培養 公民意識。 綜-E-C2 理解他人感 受，樂於與人 互動，學習尊 重他人，增進 人際關係，與 團隊成員合作 達成團體目 標。
課程目標	1. 培養學生具備健康生活與體育的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。 2. 養成學生規律運動健康生活的習慣。 3. 培養學生良好人際關係與團隊合作精神。	

附件 3-3 (九年一貫／十二年國教併用)

教學進度		學習表現 須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	學習內容 可由學校自訂 若參考領域，至少包含 2 領域以上	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源 自選/編教材須經課發會審查通過
週次	單元名稱/節數						
十三	競賽項目練習/1	健康 1b-III-1 理解健康技能和 生活技能對健康維護的重要 性。 健康 1b-III-2 認識健康技能和 生活技能的基本步驟。 綜 2b-III-1 參與各項活動， 適切表 現自己在團體中的角 色，協同 合作達成共同目 標。 安 E6 了解自己的身體。 安 E7 探究運動基本的保健。 家 E13 熟悉與家庭生活 相關 的社區資源。	1. 起點、 終點規則 說明 2. 安全指 導 3. 器材使 用 4. 接力棒 收拾	1. 認真參與各項 競賽活動。 2. 能互助合作， 快速返回起點	認真參與活動並服從 裁判和遵守競賽規則	1. 發表： 能說出起 點和終點 的規則 2. 實做： 能完成跑 步運動。 3. 觀察： 能觀察自 己和同學 的運動方 式是否正 確。	健體課本
十四	運動會預演/2	健康 1b-III-1 理解健康技能和 生活技能對健康維護的重要 性。 健康 1b-III-2 認識健康技能和 生活技能的基本步驟。	表演節目 彩排	1. 競賽中能遵守 規則，安全的抵 達終點。	認真參與活動並服從 裁判和遵守競賽規則	1. 實做： 能完成運 動會時活 動項目的 預演。	健體課本

附件 3-3 (九年一貫／十二年國教併用)

教學進度		學習表現 須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	學習內容 可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源 自選/編教材須經課發會審查通過
週次	單元名稱 /節數						
		綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。 安 E6 了解自己的身體。 安 E7 探究運動基本的保健。 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 生 E2 理解人的身體與心理面向。				2. 觀察：同學是否有遵守裁判和競賽規則	
十五	北中寮聯合運動會 /7	健康 1b-III-1 理解健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 健康 1b-III-2 認識健康技能和生活技能的基本步驟。 綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。 家 E13 熟悉與家庭生活相關	內容：表演、進場、田賽、徑賽、趣味賽等	1. 認真參與各項競賽活動。 2. 能互助合作，快速返回起點	認真參與活動並服從裁判和遵守競賽規則	1. 實做：確實完成各項競賽和表演	健體課本

附件 3-3 (九年一貫／十二年國教併用)

教學進度		學習表現 須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	學習內容 可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源 自選/編教材須經課發會審查通過
週次	單元名稱 /節數						
		的社區資源。 安 E6 了解自己的身體。 生 E2 理解人的身體與心理面向。 安 E7 探究運動基本的保健。					

【註：

1. 本表格係依〈國民中學及國民小學課程計畫備查作業參考原則〉設計而成。
2. 依課程設計理念，可採擇高度相關之總綱各教育階段核心素養或各領域/科目核心素養，以敘寫課程目標。
3. 本表格舉例係以一至五年級為例，倘六年級辦理十二年國教之彈性課程者，其上課『節數』請依照「九年一貫課程各學習領域學習節數一覽表」填寫。
4. 計畫可依實際教學進度填列，週次得合併填列。