國立南科國際實驗高級中學國小部 108 學年度第一學期六年級彈性學習【運動會】設計架構表

一、總綱核心素養(具體內涵)：

E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展~~，並認識個人特質，發展生命潛能~~。

E-C2 具備~~理解他人感受~~，樂於與人互動，並與團隊合作之素養。

二、課程目標：

利用趣味競賽及個人賽中，進行體能訓練與學習互助合作。

三、課程架構表：

教學期程	單元名稱	節數	學習目標	領域核心素養	學習重點		評量方式	設計者/授課教師
					學習表現	學習內容		
第 15 週	趣味競賽(大隊接力)	2	1. 了解大隊接力基本規則和要領。 2.能和別人合作、正向溝通及展現團隊精神默契。	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。	健 1d-Ⅲ-1 了解運動技能的要素和要領。 健 2c-Ⅲ-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。	接棒者: 1. 屈膝前傾，回頭注視跑者。 2. 當跑者跑至起跑記號處迅速回頭起跑。 傳棒者: 1. 當距接棒者一大步時喊「接」。 2. 保持高速進行，注視接棒者的手掌。	能完成 16 人大隊接力	曾毓恆
第 15 週	100 公尺賽跑	1	1. 了解 100 公尺競賽要素和要領。 2. 競賽中積極參與、接受挑戰跑至終點。	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。	健 2c-Ⅲ-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 健 1d-Ⅲ-1 了解運動技能的要素和要領。	賽跑規則：聽從裁判指示起跑並跑至終點。	能完成 100 公尺賽跑。	曾毓恆
第 15 週	跳高	2	1. 了解跳高競賽要素和要領。		健 2c-Ⅲ-3 表現積極參與、接受挑戰的學習	1.助跑練習 屈膝抬腿跑，兩臂自然	能以單腳起跳過桿	曾毓恆

Created by free version of DocuFreezer

			2. 競賽中積極參與、接受挑戰成功踩板，並跳出個人最佳成績。		態度。 健 1d-Ⅲ-1 了解運動技能的要素和要領。	前擺振。速度由慢加快，步幅由小而大。起跳前兩步稍降低重心，上體微後傾。 2.起跑練習 身體後傾，往上方垂直跳起。前導腳向前上方擺振，大腿靠近胸部。兩臂向前上方擺振提高重心，將向前的速度變成向上的速度。起跳點視橫竿高度，和試跳姿勢而定。	後不碰落竿子。	
第 15 週	樂樂棒球擲遠	2	1. 了解投擲競賽要素和要領。 2. 競賽中積極參與、接受挑戰投出個人最佳成績。		健 2c-Ⅲ-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 健 1d-Ⅲ-1 了解運動技能的要素和要領。	1.助跑完成後，以墊步方式協助投擲。 2.投擲時，全身力量一起使用，注意扭腰的力量。 3.球離手時，大約向 55 度處投擲，投出後眼睛要注意式球的方向飛行。	能完成投擲動作並不超出投擲線。	曾毓恆

彈性學習課程設計架構表撰寫說明：

※編碼的**第二碼為學習階段別**：

Ⅰ代表第一學習階段（國民小學 1-2 年級）

Ⅱ代表第二學習階段（國民小學 3-4 年級）

Ⅲ代表第三學習階段（國民小學 5-6 年級）。

老師們在尋找指標時，要留意，不要找錯學習階段喔！

※**各個領綱的 PDF 檔皆可從目次的地方超連結到裡面的內容**，老師們可以善加利用，才不用一直滾動滑鼠找頁次喔！

※各個**領綱的第肆大點**是**核心素養**。在領綱裡的核心素養指的是**「總綱核心素養」與「領域核心素養」相對應的參照。**老師們可以善加利用。

※各個**領綱的第貳大點**是**課程目標**的說明，其撰寫方式可供大家參考。

※在**領綱的附錄一**裡都有**「該領域學習重點(學習表現與學習內容)與領域核心素養呼應表參考示例表」**，老師們可以善加利用，找尋您要填寫的指標。

※**評量方式**的寫法可參考領綱裡**「實施要點」下方「學習評量」**的用語。

Created by free version of DocuFreezer