

臺南市公立東區裕文國民小學 112 學年度第一學期五、六年級社團辦理一覽總表

社團編號	社團活動名稱	社團教學總節數	是否跨年級實施	預計實施方式
1	籃球隊	40	是 <input checked="" type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
2	田徑隊	40	是 <input checked="" type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
3	羽球隊	40	是 <input checked="" type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
4	合唱團(A+B)	40	是 <input checked="" type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
5	裕文小子玩科學	40	是 <input checked="" type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
6	棋藝社	40	是 <input checked="" type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
7	動漫插畫課	40	是 <input checked="" type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
8	悅讀俱樂部	40	是 <input checked="" type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
9	小創課輕鬆學	40	是 <input checked="" type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
10	動手玩創意	40	是 <input checked="" type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
11	科學報報	40	是 <input checked="" type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
12	國際英閱繪	40	是 <input checked="" type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
13	好好玩人生與數學	40	是 <input checked="" type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節

臺南市公立東區裕文國民小學 112 學年度第一學期五、六年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	田徑	實施年級	五、六	教學節數	本學期共(40)節	社團編號	2
彈性學習課程規範	2. ■社團活動與技藝課程 (<input checked="" type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程)						
總綱或領綱核心素養	<p>1. 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。</p> <p>2. 健體-E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。</p> <p>3. 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。</p>						
課程目標	<p>1. 能熟悉田徑之跑步的正確技巧。</p> <p>2. 能促使個人涵養出守法、互助合作、公平競爭、艱毅耐勞，尊重人他以及個人也能盡其在我，發揮最高才智的精神</p> <p>3. 能認識田徑比賽的規則。</p> <p>4. 能樂於參與田徑賽，並與隊友同心合作。</p> <p>5. 能在競賽中培養勝不驕敗不餒的運動家精神。</p>						
課程架構脈絡							
教學期程	節數	單元或課程名稱	學習內容	學習目標	學習評量(評量方式)	備註	
第一. 二. 三周	6	基本動作正確性及觀念性	基本認識	1. 能認識田徑競賽規則	能說出正確的田徑規則		
第四. 五. 六周	6	提升心肺耐力及全面性體能建立	間接跑	1. 能提升個人肌耐力體適能。	平時觀察、實作		

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第七.八周	4	漸進性高訓練	折返跑	1.了解有助體適能要素促進的活動，並積極參與	做出正確動作、實作	
第九.十周	4	加強身體柔軟協調性	柔軟訓練	1.能提升個人柔軟度	實作	
第十一.十二周	4	強化專項體能與質的訓練	專項體能	1.能提升個人專項技能	實作	資訊教育
第十三.十四周	4	速度訓練	短跑、衝刺	1.能提升個人速度	實作	
第十五.十六周	4	專項技術訓練	專項訓練	1.在活動中表現身體的協調性。	實作	
第十七周	2	選手心理建設	選手心理建設	1.了解並培養健全的生活態度	實作	品德教育
第十八.十九周	4	模擬比賽	模擬比賽	1.能了解運動規則，參與比賽，表現運動技能	測驗	環境教育
第二十周	2	調整	調整	1.分析自我與他人的差異，從中學會關心自己，並建立個人價值感	觀察	品德教育

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎備註可加註說明各社團以年段或班群實施現況、議題融入或教材設計說明，無則免填。

◎各社團務必寫一份。

臺南市公立東區裕文國民小學 112 學年度第二學期五、六年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	田徑	實施年級	五、六	教學節數	本學期共(40)節	社團編號	2
彈性學習課程規範	2. 社團活動與技藝課程 (<input checked="" type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程)						
總綱或領綱核心素養	1. 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。 2. 健體-E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。 3. 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。						
課程目標	1. 能熟悉田徑之跑步的正確技巧。 2. 能促使個人涵養出守法、互助合作、公平競爭、艱毅耐勞，尊重人他以及個人也能盡其在我，發揮最高才智的精神 3. 能認識田徑比賽的規則。 4. 能樂於參與田徑賽，並與隊友同心合作。 5. 能在競賽中培養勝不驕敗不餒的運動家精神。						
課程架構脈絡							
教學期程	節數	單元或課程名稱	學習內容	學習目標	學習評量(評量方式)	備註	
第一、二、三周	6	基本動作正確性及觀念性	基本認識	1. 能認識田徑競賽規則	能說出正確的田徑規則		
第四、五、六周	6	提升心肺耐力及全面性體能建立	間接跑	1. 能提升個人肌耐力體適能。	平時觀察、實作		
第七、八周	4	漸進性高訓練	折返跑	1. 了解有助體適能要素促進的活動，並積極參與	做出正確動作、實作		

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第九.十周	4	加強身體柔軟協調性	柔軟訓練	1. 能提升個人柔軟度	實作	
第十一.十二周	4	強化專項體能與質的訓練	專項體能	1.能提升個人專項技能	實作	資訊教育
第十三.十四周	4	速度訓練	短跑、衝刺	1. 能提升個人速度	實作	
第十五.十六周	4	專項技術訓練	專項訓練	1.在活動中表現身體的協調性。	實作	
第十七周	2	選手心理建設	選手心理建設	1.了解並培養健全的生活態度	實作	品德教育
第十八.十九周	4	模擬比賽	模擬比賽	1. 能了解運動規則，參與比賽，表現運動技能	測驗	環境教育
第二十周	2	調整	調整	1.分析自我與他人的差異，從中學會關心自己，並建立個人價值感	觀察	品德教育

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎備註可加註說明各社團以年段或班群實施現況、議題融入或教材設計說明，無則免填。

◎各社團務必寫一份。