**桃園市桃園區莊敬國小113學年度社團課程計畫表**

**以年段分組**

|  |
| --- |
| 1. 社團名稱： 體能運動遊戲社 |
| 1. 社團活動時間：   □1.每週二 15:40-17:10 |
| 1. 活動場地**（請塡1，2，3順序，如有衝堂，將以二、三意願協調）**：   請勾選：□一般教室、□電腦教室、□音樂教室（一）、□自然科教室  □ 棟穿堂 、▓1體育場、▓2地下室、□其他： |
| 1. 社團成立宗旨：   以遊戲帶入多元運動課程，依遊戲任務去觀察及思考策略，幫助孩子增進體能、提升基礎運動能力、頭腦思考及靈活轉換。遊戲化運動教學，能使孩子更投入。  更多教學動態及照片請搜尋臉書【玩轉運動趣】、IG【funsports1709】。 |
| 1. 招生資格： 2. 1-6 年級學生 |
| 1. 預計招生人數：　16　人 |
| 七、授課教師： 潘銘揚 |

**桃園市桃園區莊敬國小113學年度社團課程計畫表**

**上學期**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 八、課程大綱：（請詳細說明，以利審核） | | |
| 週次 | 主題 | 內容與課程形式說明 |
| 一 | 物換星移 | 肌力與肌耐力訓練，觀察、團隊合作與溝通、團隊接力練習。 |
| 二 | 打地鼠 | 觀察力、反應力與肌力趣味遊戲。 |
| 三 | 小小英雄 | 肌力、爆發力、反應力訓練、甩開敵人達成任務。 |
| 四 | 小英雄合作賽 | 肌力、爆發力、反應力訓練、與隊友合作達成任務。 |
| 五 | 狐狸尾巴 | 肌力與肌耐力訓練，觀察、攻擊、防守、閃躲反應練習。 |
| 六 | 狐狸尾巴 | 觀察、攻擊、防守、閃躲反應、團隊溝通與合作、策略討論。 |
| 七 | 偷寶藏 | 團隊合作、溝通協調、策略思考與運用、任務分工、觀察力與下肢肌力。 |
| 八 | 偷寶對抗賽 | 團隊合作、溝通協調、策略思考與運用、任務分工、觀察力與下肢肌力。 |
| 九 | 摸膝蓋 | 個人肌力、肌耐力、反應、觀察、攻擊與防守練習。 |
| 十 | 摸膝蓋 | 個人肌力、肌耐力、反應、觀察、攻擊與防守練習，團隊溝通合作與策略討論。 |
| 十一 | 剪刀石頭布 | 跳躍協調、腳步轉換、肌力、觀察與任務反應辨別練習。 |
| 十二 | 進攻城堡 | 障礙跳躍協調、腳步轉換、肌力、速度、反應及觀察力訓練。 |
| 十三 | 小小服務生 | 上肢與下肢穩定、觀察、攻擊、防守、閃躲反應練習。 |
| 十四 | 小小服務生 | 觀察、攻擊、防守、閃躲反應、團隊溝通與合作、策略討論。 |

**下學期**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 八、課程大綱：（請詳細說明，以利審核） | | |
| 週次 | 主題 | 內容與課程形式說明 |
| 一 | 剪刀石頭布 | 跳躍協調、腳步轉換、肌力、觀察與任務反應辨別練習。 |
| 二 | 進攻城堡 | 障礙跳躍協調、腳步轉換、肌力、速度、反應及觀察力訓練。 |
| 三 | 記憶地盤 | 肌力、肌耐力、記憶練習、團隊溝通互助、任務分配。 |
| 四 | 左右反應賽 | 方向辨別、跳躍協調、專注力、瞬間反應力的加強練習。 |
| 五 | 四角鬼抓人 | 肌力與肌耐力、方向辨別、移動中的閃躲反應練習。 |
| 六 | 偷寶藏 | 團隊合作、溝通協調、策略思考與運用、任務分工、觀察力與下肢肌力。 |
| 七 | 偷寶對抗賽 | 團隊合作、溝通協調、策略思考與運用、任務分工、觀察力與下肢肌力。 |
| 八 | 魔術方塊 | 肌力與肌耐力訓練，並同時搭配邏輯小遊戲訓練頭腦思考。 |
| 九 | 帽子紅綠燈 | 微調規則的捕抓遊戲，加強訓練肌力、觀察力與團隊策略合作。 |
| 十 | 帽子紅綠燈 | 微調規則的捕抓遊戲，加強訓練肌力、觀察力與團隊策略合作。 |
| 十一 | 警察抓小偷 | 專注力、任務角色判斷、反應力、肌力、爆發力訓練。 |
| 十二 | 狐狸尾巴 | 肌力與肌耐力訓練，觀察、攻擊、防守、閃躲反應練習 |
| 十三 | 狐狸尾巴 | 觀察、攻擊、防守、閃躲反應、團隊溝通與合作、策略討論。 |
| 十四 | 手眼協調 | 上下肢肌力、手腦並用、歸納與整理速度訓練。 |

※如欲開設多班，請分別填寫申請表。

※請以一整學年28週次為計畫，上學期14週次、下學期14週次。

申請人：　　洪詩閔