

**表5-1**

**112學年度臺中市后里區后里國民小學五年級第一學期學校體育班總體課程計畫進度總表（新課綱版本）**

製表日期：112年7月27日

週次	日期	學校行事	課程計畫內容	部定課程	校訂課程			
				特殊類型班級課程	彈性學習課程			
				體育專業	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
一~十	112/8/30   112/11/4	8/30(三) 開學日(正式上課) 第一週友善校園週 第二週品德教育週  9/23(六)補行上課  9/29(五)中秋節  10/9(一)國慶日 調整放假  10/10(一)國慶日 10/31(二)- 11/1(三)  第一次定期評量	單元/ 主題 名稱	體能我最行(20) 肢體開發趣(20)	【行動我第一】 簡報輕鬆學(3) 電腦輸入設備之 使用技巧(4) 簡報更酷炫(3)  【品格我驕傲】 勤儉實踐家(3) 省水大作戰(3)  【行動我第一】 分身變變變(3) 誰家的孩子(1) 神機妙算有一套 (1) 我愛吃披薩(1) 智慧瑰寶(1)		【行動我第一】 體能衝衝衝(10) 基礎動作(10)	【行動我第一】 身高體重視力測 量(1) 疫苗注射(1)  【行動我第一】 國民體育日跳繩 競賽(1)  【行動我第一】 防災體驗活動(1)
			教學 重點	1.搶手移動連絡 動作訓練。 2.立技接寢技連 結動作之能力。 3.加強與相反邊 的選手應戰能力 之技術學習。 4.第一時間快節 奏搶手攻擊練習。				
			評量 方式	口語評量 實作評量				
第一次定期評量								

十一~二十一	112/11/5   113/1/19	1/1(日)元旦放假 1一天 1/9-1/10 <b>第二次定期評量</b> 1/19(五) 休業式(正常上課)  1/21(日)寒假開始	單元/ 主題 名稱	關鍵一擊-戰術運用(40)	【行動我第一】 簡報多媒體(3) 簡報玩遊戲(4) 網路好公民(4)  【行動我第一】 誰家的孩子(2) 神機妙算有一套(2) 我愛吃披薩(2) 智慧瑰寶(2)	【行動我第一】 攻心為上(10) 戰術設定(10)	【美感我最優】 環境教育戶外學習(7)  【行動我第一】 運動會(12)
			教學 重點	1.維持基本體能。 2.加強專項體能。 3.速度及爆發力訓練 並以符合柔道運動的 間歇訓練為主。			
			評量 方式	口語評量 實作評量			
第二次定期評量							

註1：節數安排請符合新課綱課程規定。

註2：各項課程之節數進度，各校可視實際開課節數調整及合併欄位。

註3：彈性學習課程欄位填寫單元/主題名稱即可。

註4：新課綱課程設計應適切融入性別平等、人權、環境、海洋、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、家庭教育、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育、原住民族教育等議題。

**表5-2**

**112學年度臺中市后里區后里國民小學五年級第二學期學校體育班總體課程計畫進度總表（新課綱版本）**

製表日期：112年7月27日

週次	日期	學校行事	課程計畫內容	部定課程	校訂課程			
				特殊類型班級課程	彈性學習課程			
				體育專業	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
一~十	113/2/15   113/4/20	2/10(六)寒假結束 2/15(四)開學日 上班不上課 2/16(五)正式上課 2/17(六)補行上班上課 第一週友善校園週 第二週品德教育週 2/28(二)和平紀念日 4/4(四)兒童節、 4/5(五)清明節、 4/16(二)-4/17(三)	單元/ 主題 名稱	敏捷好身手(20) 翻轉你我他(20)	【行動我第一】 魔幻大師(4) 天籟之影(4) 解題高手(4)  【品格我驕傲】 聽見花開的聲音(3) 大愛小學士(3)  【行動我第一】 臺灣特有種知多少(4)		【行動我第一】 敏捷一二三(11) 翻滾吧(11)	【美感我最優】 兒童節成果展演(10)  【行動我第一】 身高體重測量(1)
			教學重點	1. 著重強化技術基本動作並反覆練習。 2. 反應能力之應變。 3. 加強聯絡搭配應用技術之熟練度。				
			評量方式	口語評量 實作評量				
第一次定期評量								

十一~二十	113/4/21   113/6/30	6/4(二)-6/5(三)六年級畢業生成績評量 6/10(一)端午節 6/13(四)畢業典禮 6/20(四)-6/21(五) <b>第二次定期評量</b> 6/28(五)休業式(正常上課) 7/1(一)暑假開始	單元/ 主題 名稱	愛的暴抱(20) 大顯身手(20)	【行動我第一】 抽絲剝繭(4) 運算思維(4)  【行動我第一】 生態保育(2) 萬丈高樓平地起(2) 真相大獨家(2) 和諧美麗的世界(2) 我的心中有你(2)	【行動我第一】 攻擊與防守(11) 模擬訓練(10)	【品格我驕傲】 畢業典禮(5)  【溝通我最行】 自治市長選舉(1)
			教學 重點	1.臨場戰術應用。 2.以柔道競賽方式為訓練方向並分段訓練,進行分析對手動作型態及加以模擬演練。			
			評量 方式	口語評量 實作評量			
第二次定期評量							

註1：節數安排請符合新課綱課程規定。

註2：各項課程之節數進度，各校可視實際開課節數調整及合併欄位。

註3：彈性學習課程欄位填寫單元/主題名稱即可。

註4：新課綱課程設計應適切融入性別平等、人權、環境、海洋、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、家庭教育、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育、原住民族教育等議題。