

桃園市啟英高級中學111學年度第1學期彈性學習微課程計畫書

科目 名稱	中文名稱 :飛盤躲避球	授課教師	簡宏洋
	英文名稱 :		
開課 年段	☐ 高一 ☒ 高二 ☐ 高三	預定修課 人數上限	☐ 25人 ☒ 43人 ☐ 其他(人)
課程 設計 期程	☒ 週期性授課(六週) ☐ 1學期 ☐ 1學年		
課綱 核心 素養 (可複 選)	自主行動		
	☒ A1身心素質與自我精進	☐ A2系統思考與解決問題	☐ A3規劃執行與創新應變
	溝通互動		
	☐ B1符號運用與溝通表達	☐ B2科技資訊與媒體素養	☒ B3藝術涵養與美感素養
	社會參與		
	☐ C1道德實踐與公民意識	☒ C2人際關係與團隊合作	☐ C3多元文化與國際理解
課程 屬性	☐ 專題探究 ☐跨領域/科目專題 ☐跨領域/科目統整 ☐探索體驗 ☐實作(實驗) ☐第二外語 ☐本土語文 ☐職涯試探 ☐全民國防教育 ☐通識性課程 ☐大學預修課程 ☒其它 ☐特殊需求		
學生 圖像	☐ 創思力：培養學生各領域專業能力，藉由多元學習模式，培養學生創意發想以及邏輯思考能力。 ☐ 品格力：藉由各領專業培養，養成學生具備各領域基本品格及高尚職業道德感。 ☐ 統整力：培育學生具備資料、資訊蒐集的基本能力外，培養分析資料、資訊的基礎知能，進而統整資訊，歸類整理成為極具使用價值的資料。 ☐ 國際力：在未來的世界地球村的前提下，培育學生具備跨界、跨國之知能與技能，提升學生國際競爭力。 ☒ 技術力：藉由各領域專業培養，引發學生技術學習興趣，透過多元教學模式，提升學		

	生各領域技術能力。
議題融入課程 (至多3項)	☐ 性別平等 ☐ 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 ☐ 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

大學

☐資訊 ☐工程 ☐數理化 ☐醫藥衛生 ☐生命科學 ☐生物資源 ☐地政

學群

大學 學群 對應 (至多 3項) 他

☐地球環境 ☐藝術 ☐社會心理 ☐大眾傳播 ☐外語

☐文史哲 ☐教育 ☐管理 ☐財經 ☒遊憩與運動 ☐其

課程目標 (請條列)	1.讓學生認識躲避飛盤運動、進而提升學生對躲避飛盤的興趣。 2.啟發自我潛能，鍛煉身體控制能力，並可促進全身發展。 3.增加肢體反應能力，提高身體素質，增進心肺適能。 4.能培養孩子學習團隊默契，訓練孩子學會體諒與互相支持。		
課程內容綱要預定進度表(請規劃第1週到第6週之順序條列授課主題)			
週次	課程單元	課程內容	備註
1	手感練習	增加對飛盤投射的熟悉度	
2	控盤能力(一)	分組擲準與距離調整練習	
3	控盤能力(二)	分組助跑傳接與閃躲技術練習	
4	擲遠能力(一)	擲遠練習以及分組對抗	
5	擲遠能力(二)	分組對抗以及簡要規則說明	
6	團隊合作	團隊分組競賽、活動回饋分享	
教材來源	美新圖書公司 謳馨圖書公司		
預期效益	讓學生認識、操作、熟悉躲避飛盤技術，培養興趣及運動習慣，進而提升身體素質。		
評量方式	出席率30% 術科測驗30% 競賽結果40%		