

臺北市仁愛國小資優班 106 學年度上學期聯課活動

「不可能的任務」活動計畫

106/10/24

一、活動目標：

1. 運用任務授予方式，以活動培養學生思考及問題解決能力，展現知識能量之實作與運用。
2. 能由活動參與中激發領導才能及創意思考，並以行動力與執行力展現團隊動能。
3. 能由團隊合作拓展人際視野，增進小組同儕情誼，凝聚團體向心，共同完成活動任務。

二、活動內容：

週別	日期	星期	活動名稱	活動內容	活動類型	活動地點	備註
11	11/08	三	特務沙龍	活動內容介紹及競賽規則說明	全體	演藝廳	7:55 集合
12	11/15	三	絕地任務	根據不同活動項目，集思廣益，尋求問題解決方案	小隊	各隊教室	運動會練習
13	11/22	三	臥虎藏龍	根據不同活動項目，分組練習，精熟團隊過關技能	小隊	各隊教室	
14	11/29	三	特務行不行	依專長及興趣任務編組	小隊	各隊教室	
15	12/06	三	各顯神通	個測週 課程彈性調整	個人	原班教室	12/04-08 個測
16	12/13	三	八仙過海	分組練習，培養團隊過關默契進行「不可能的任務」競賽 1	全體	分組競賽教室	7:55 集合
17	12/20	三	捨我其誰	分組練習，精熟團隊過關技能進行「不可能的任務」競賽 2	全體	分組競賽教室	7:55 集合
18	12/27	三	火盃的考驗	進行「不可能的任務」競賽 3 活動後小隊成員分享與回饋	全體	分組競賽教室	7:55 集合 仁愛星光秀

三、競賽規則：

(一)一般競賽規定：

1. 比賽當日，除因事、病、公假而無法參與活動，並完成請假程序者外，各小隊之每位報名成員，均須上場參與活動，小隊得分以團隊平均得分高者勝(同分並列)
2. 活動評審，委由資優班老師(裁判長+副裁判長)擔任，職司順利推展競賽暨正確公平計分之責。
3. 各小隊長帶領參與報名之分項競賽活動，小隊成員要服從隊(組)長的領導，以優良的秩序，充分運用各種知識、技能與資源，分工合作，展現團隊效能，爭取團隊榮譽。



(二)分項競賽規則：

◆ 翻天覆地(手眼協調)：

1. 競賽項目：共有三項，由對賽的二位小組長猜拳抽題。細項介紹如下：

(1)抽筋擒拿手：

參賽者要將兩枝筷子由手背拋起，然後在半空接住；筷子的數量每次會增加兩枝，重覆五次，直至參賽者成功接住十二支筷子為止。

※影片參考：三民國小 vs 國北實小 超級總動員 S9 第十七集(規則 19' 55-20' 16、示範 21' 52-22' 35)

(2)筷塊長大：

參賽者要使用筷子將六粒立方塊依次疊高在另一位同小隊成員手握的 12 公分直尺上，並保持 3 秒不掉落。

※影片參考：希希隊 vs 潘若迪隊 超級總動員 S9 第二十八集(規則 09' 03-09' 19、示範 13' 12-14' 16)

(3)螺帽疊羅漢：

參賽者要將以筷子串住的六個螺帽移到指定位置，並依序向上疊起來，疊好後須保持 3 秒不掉落才算成功。

※影片參考：復興國小 vs 豐年國小 超級總動員 S10 第三集(規則 25' 06-25' 20、示範 27' 19-28' 17)

2. 器材：競賽組提供給各小隊數量相同之器材練習；筷子 16 雙、立方塊 36 粒、12 公分直尺 5 把、螺絲 120 個。

◆ 知識巨人(粗動作能力與平衡感)：

1. 競賽項目：共有三項，由對賽的二位小組長猜拳抽題。細項介紹如下：

(1)旋轉 360：

參賽者要將裝有半瓶水的寶特瓶向空中拋起，讓寶特瓶旋轉一圈後站立在桌面上。

※影片參考「決戰一分鐘」何建邦 235 秒完成十關小遊戲 - 235 seconds finish 'minut(Youtube 頻道，網址 <https://www.youtube.com/watch?v=At26nbMjk2s&feature=youtu.be>)

(2)聰明曬衣王：

參賽者要先疊好二個紙筒，並在上方放置一根伸縮桿，而後將六個衣架平分於兩邊垂直掛，要保持全部的平衡達 5 秒以上才算過關。

※影片參考仁愛國小 vs 關渡國小 超級總動員 S9 第四十七集(規則 01' 43-01' 58、示範 03' 20-03' 50)

(3)一氣呵成：

參賽者要利用一個氣球(可不斷吹氣)，將 20 個杯口朝上的疊杯吹倒。

※影片參考仁愛國小 vs 關渡國小 超級總動員 S9 第四十七集(規則 07' 25-07' 36、示範 11' 27-12' 20)

2. 器材：競賽組提供給各小隊數量相同之器材練習：寶特瓶 7 個(自行準備 650cc 大小的寶礦力或御茶園等瓶子，建議勿用礦泉水瓶，易破)、衣架 7*7 個、疊杯(12 個)6 組、10 吋氣球 150 個。

◆ 指尖魔法(細動作能力)：

1. 競賽項目：共有三項，由對賽的二位小組長猜拳抽題。細項介紹如下：

(1)雙龍出海：

參賽者手握兩個乒乓球，將乒乓球彈向桌面，利用彈力使其彈進距離出手點 45 公分處的兩個疊杯中(可同時彈兩球或兩球分別彈進)。

※影片參考中山國小 vs 靜心國小 超級總動員 S9 第二十集(規則 22' 26-22' 39、示範 26' 06-27' 08)

(2)我是超級桌球王：

參賽者要使用疊杯底將乒乓球自甲桌籃子拍至距離 2 公尺遠乙桌上的籃子內，中間若掉落將要回到起點重新開始。

※影片參考明湖國小 vs 積穗國小 超級總動員 S9 第四十六集(規則 18' 58-19' 12、示範 23' 18-23' 48)

(3)倒轉金字塔：

參賽者要將以 10 個疊杯以 1-2-3-4 的順序由下至上疊好四層，每層中間並以紙盤相隔；全部疊好後須維持 5 秒不垮才算成功。

※影片參考板橋國小 vs 芭里國小 超級總動員 S9 第四十二集(規則 13' 48-14' 08、示範 15' 01-15' 35)

2. 器材：競賽組提供給各小隊數量相同之器材練習；乒乓球 28 個、蛋糕紙盤 28 個。

四、計分方式：

(一)分項競賽計分：

1. 一人 1 分鐘，若未完成則無法得分。
2. 小隊競賽以團隊平均得分高者勝(同分並列)。
3. 各分項競賽，第一名小隊可得團隊積點 7 分；第二名 5 分；第三名 4 分；第四名 3 分；第五名 2 分；第六名 1 分。

(二)總成績：

三項競賽成績之得分累計，依名次頒發獎品(委請班親會總務組協助採購)；若有總成績同分情形，則並列相同名次。

五、競賽日程：

	翻天覆地	知識巨人	指尖魔法
12/13	1+2 小隊	3+4 小隊	5+6 小隊
12/20	3+6 小隊	1+5 小隊	2+4 小隊
12/27	4+5 小隊	2+6 小隊	1+3 小隊