

臺南市公立楠西區楠西國民小學 109 學年度第一學期(中)年級彈性學習課程計畫-社團活動與技藝課程

課程名稱	扯鈴社團	實施年級 (班級組別)	中年級	教學節數	本學期共(20)節	
彈性學習課程	2. ■社團活動與技藝課程(■社團活動□技藝課程)					
設計理念	希望學生透過學習扯鈴的過程發現原來扯鈴也可以這麼有趣，進而培養耐心、專注力和團隊合作與自信心。					
總綱或領綱核心 素養	E-C1 具備從證據討論事情，以及和他人有條理溝通的態度。					
課程目標	1. 培養耐心 2. 訓練專注力 3. 提升學生團隊合作與自信心					
課程架構脈絡						
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習內容	學習目標	學習評量(評量方式)	備註
第 1-5 週	5	運鈴-調鈴-螞蟻上樹	1. 認識不同材質的扯鈴器材 2. 學習更換扯鈴線 3. 學習扯鈴技巧	1. 能認識不同類型的扯鈴，及其基本差異。 2. 能正確更換扯鈴線。	1. 能聆聽老師講解，並辨別不同的扯鈴類型。 2. 能正確、自行綑綁扯鈴線。	
第 6-10 週	5	解鈴-金蟬脫殼	1. 反覆學習扯鈴技巧的分解動作及連續動作。	1. 能學會當次扯鈴技巧	1. 能仔細觀看老師示範。 2. 能正確做出扯鈴技巧。	
第 11-15 週	5	金雞上架	1. 反覆學習扯鈴技巧的分解動作及連續動作。	1. 能學會當次扯鈴技巧	1. 能仔細觀看老師示範。 2. 能正確做出扯鈴技巧。	
第 16-20 週	5	金雞飛渡	1. 反覆學習扯鈴技巧的分解動作及連續動作。	1. 能學會當次扯鈴技巧	1. 能仔細觀看老師示範。 2. 能正確做出扯鈴技巧。	

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎彈性學習課程之第 2 及 4 類規範(社團活動與技藝課程或其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。

◎彈性學習課程之第 2 類規範(社團活動與技藝課程或其他類課程)，如無相關領域「學習表現」，敘明「無」即可。

臺南市公立楠西區楠西國民小學 109 學年度第二學期(中)年級彈性學習課程計畫-社團活動與技藝課程

課程名稱	扯鈴社團	實施年級 (班級組別)	中年級	教學節數	本學期共(20)節	
彈性學習課程	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)					
設計理念	希望學生透過學習扯鈴的過程發現原來扯鈴也可以這麼有趣，進而培養耐心、專注力和團隊合作與自信心。					
總綱或領綱核心 素養	E-C1 具備從證據討論事情，以及和他人有條理溝通的態度。					
課程目標	1. 培養耐心 2. 訓練專注力 3. 提升學生團隊合作與自信心					
課程架構脈絡						
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習內容	學習目標	學習評量(評量方式)	備註
第 1-5 週	5	拋鈴-蜻蜓點水	1. 反覆學習扯鈴技巧的分解動作及連續動作。	1. 能學會當次扯鈴技巧	1. 能仔細觀看老師示範。 2. 能正確做出扯鈴技巧。	
第 6-10 週	5	狗急跳牆	1. 反覆學習扯鈴技巧的分解動作及連續動作。	1. 能學會當次扯鈴技巧	1. 能仔細觀看老師示範。 2. 能正確做出扯鈴技巧。	
第 11-15 週	5	蜘蛛結網	1. 反覆學習扯鈴技巧的分解動作及連續動作。	1. 能學會當次扯鈴技巧	1. 能仔細觀看老師示範。 2. 能正確做出扯鈴技巧。	
第 16-20 週	5	金手指	1. 反覆學習扯鈴技巧的分解動作及連續動作。	1 能學會當次扯鈴技巧	1. 能仔細觀看老師示範。 2. 能正確做出扯鈴技巧。	

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎彈性學習課程之第 2 及 4 類規範(社團活動與技藝課程或其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。

◎彈性學習課程之第 2 類規範(社團活動與技藝課程或其他類課程)，如無相關領域「學習表現」，敘明「無」即可。