

臺南市公立南化區西埔國民小學 109 學年度第一學期三年級社團辦理一覽總表

社團編號	社團活動名稱	社團教學總節數	是否跨年級實施	預計實施方式
1	鼓動青春(太鼓)	36	是 <input checked="" type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
2	東拉西扯(扯鈴)	36	是 <input checked="" type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
3			是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 每週【 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
4			是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 每週【 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
5			是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 每週【 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
6			是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 每週【 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
7			是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 每週【 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
8			是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 每週【 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
9			是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 每週【 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
10			是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 每週【 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節

◎如行列太多或不足，請自行增刪。

◎上列全部社團請如實一一撰寫社團個別之 C6-1 彈性學習課程計畫。

◎實施如有跨年級實施也請敘明，實施週次如有與其他類課程對開也請於最右一欄如實說明。

臺南市公立南化區西埔國民小學 109 學年度第一學期三年級彈性學習課程計畫-**社團活動與技藝課程**

社團活動或技藝課程名稱	鼓動青春(太鼓)	實施年級	三、四	教學節數	本學期共(36)節	社團編號	1
彈性學習課程規範	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)						
總綱或領綱核心素養	E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。						
課程目標	一、培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。 二、養成規律運動與健康生活的習慣。						
課程架構脈絡							
教學期程	節數	單元或課程名稱	學習內容	學習目標	學習評量(評量方式)	備註	
第 1 週	2	太鼓介紹	認識太鼓種類及音色	能了解太鼓種類及音色	實作評量	3-4 年級分組實施	
第 2 週	2	基本姿勢教學	認識擊鼓姿勢	能學會各種擊鼓姿勢	實作評量	3-4 年級分組實施	
第 3 週	2	基本打法教學	鼓棒握法、敲擊方式、擊鼓力度、技巧	能學會鼓棒握法、敲擊方式、擊鼓力度、技巧	實作評量	3-4 年級分組實施	
第 4 週	4	基本打法教學	鼓棒握法、敲擊方式、擊鼓力度、技巧	能學會鼓棒握法、敲擊方式、擊鼓力度、技巧	實作評量	3-4 年級分組實施	
第 5 週	0	基本打法教學	鼓棒握法、敲擊方式、擊鼓力度、技巧	能學會鼓棒握法、敲擊方式、擊鼓力度、技巧	實作評量	3-4 年級分組實施	
第 6 週	0	基本打法教學	鼓棒握法、敲擊方式、擊鼓力度、技巧	能學會鼓棒握法、敲擊方式、擊鼓力度、技巧	實作評量	3-4 年級分組實施	

第 7 週	2	節奏感練習	學習樂曲節奏感	能跟著節奏正確敲擊	實作評量	3-4 年級分組實施
第 8 週	2	節奏感練習	學習樂曲節奏感	能跟著節奏正確敲擊	實作評量	3-4 年級分組實施
第 9 週	2	太鼓遊戲	透過遊戲學習節奏感	能順利完成節奏遊戲	實作評量	3-4 年級分組實施
第 10 週	2	太鼓遊戲	透過遊戲學習節奏感	能順利完成節奏遊戲	實作評量	3-4 年級分組實施
第 11 週	2	初級樂曲練習 1	簡易樂曲敲擊練習	能順利完成樂曲敲擊	實作評量	3-4 年級分組實施
第 12 週	2	初級樂曲練習 1	簡易樂曲敲擊練習	能順利完成樂曲敲擊	實作評量	3-4 年級分組實施
第 13 週	2	初級樂曲練習 1	簡易樂曲敲擊練習	能順利完成樂曲敲擊	實作評量	3-4 年級分組實施
第 14 週	2	初級樂曲練習 2	簡易樂曲敲擊練習	能順利完成樂曲敲擊	實作評量	3-4 年級分組實施
第 15 週	2	初級樂曲練習 2	簡易樂曲敲擊練習	能順利完成樂曲敲擊	實作評量	3-4 年級分組實施
第 16 週	2	初級樂曲練習 2	簡易樂曲敲擊練習	能順利完成樂曲敲擊	實作評量	3-4 年級分組實施
第 17 週	2	初級樂曲練習 3	簡易樂曲敲擊練習	能順利完成樂曲敲擊	實作評量	3-4 年級分組實施
第 18 週	0	初級樂曲練習 3	簡易樂曲敲擊練習	能順利完成樂曲敲擊	實作評量	3-4 年級分組實施
第 19 週	2	初級樂曲練習 3	簡易樂曲敲擊練習	能順利完成樂曲敲擊	實作評量	3-4 年級分組實施
第 20 週	2	表演活動	以練習樂曲進行表演	能以練習樂曲進行表演	實作評量	3-4 年級分組實施
第 21 週	0					

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎備註可加註說明各社團以年段或班群實施現況、議題融入或教材設計說明，無則免填。

◎各社團務必寫一份，9/30 前補齊。

臺南市公立南化區西埔國民小學 109 學年度第一學期三年級彈性學習課程計畫-社團活動與技藝課程

社團活動或技藝課程名稱	東拉西扯(扯鈴)	實施年級	三、四	教學節數	本學期共(36)節	社團編號	2
彈性學習課程規範	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)						
總綱或領綱核心素養	E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。						
課程目標	一、培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。 二、養成規律運動與健康生活的習慣。						
課程架構脈絡							
教學期程	節數	單元或課程名稱	學習內容	學習目標	學習評量(評量方式)	備註	
第 1-5 週	10	扯鈴初級	1. 扯鈴介紹與收線 2. 綁線木棍 3. 綁線炭棍 4. 起鈴 5. 猴子翻跟斗	1. 能了解扯鈴器材及使用方式 2. 扯鈴安全注意事項解說 3. 基本運鈴技巧	1. 能說出器材名稱及使用方法 2. 能說出扯鈴安全注意事項 3. 能三分鐘運鈴不掉鈴	3-4 年級分組實施	
第 6-10 週	8	扯鈴初級	1. 扯鈴高拋 2. 拋鈴點地 3. 拋鈴轉身 4. 扭轉乾坤 5. 蜘蛛結網	1. 能學會扯鈴高拋技巧 2. 能學會拋鈴點地技巧 3. 能學會拋鈴轉身技巧 4. 能學會扭轉乾坤技巧 5. 能學會蜘蛛結網技巧	1. 能完成扯鈴高拋技巧 2. 能完成拋鈴點地技巧 3. 能完成拋鈴轉身技巧 4. 能完成扭轉乾坤技巧 5. 能完成蜘蛛結網技巧	3-4 年級分組實施	
第 11-15 週	10	扯鈴中級	1. 半斤八兩 2. 左右望月 3. 平沙落雁	1. 能學會半斤八兩技巧 2. 能學會左右望月技巧 3. 能學會平沙落雁技巧	1. 能完成半斤八兩技巧 2. 能完成左右望月技巧 3. 能完成平沙落雁技巧	3-4 年級分組實施	

			4. 風火螞蟻 5. 噴射蜻蜓	4. 能學會風火螞蟻技巧 5. 能學會噴射蜻蜓技巧	4. 能完成風火螞蟻技巧 5. 能完成噴射蜻蜓技巧	
第 16-21 週	8	扯鈴中級	1. 蜘蛛燈籠 2. 平沙駕金雞 3. 倒掛金鉤 4. 大輪迴 5. 金龍繞玉柱	1. 能學會蜘蛛燈籠技巧 2. 能學會平沙駕金雞技巧 3. 能學會倒掛金鉤技巧 4. 能學會大輪迴技巧 5. 能學會金龍繞玉柱技巧	1. 能完成蜘蛛燈籠技巧 2. 能完成平沙駕金雞技巧 3. 能完成倒掛金鉤技巧 4. 能完成大輪迴技巧 5. 能完成金龍繞玉柱技巧	3-4 年級分組實施

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎備註可加註說明各社團以年段或班群實施現況、議題融入或教材設計說明，無則免填。

◎各社團務必寫一份，9/30 前補齊。

臺南市公立南化區西埔國民小學 109 學年度第二學期三年級社團辦理一覽總表

社團編號	社團活動名稱	社團教學總節數	是否跨年級實施	預計實施方式
1	鼓動青春(太鼓)	36	是 <input checked="" type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
2	東拉西扯(扯鈴)	36	是 <input checked="" type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
3			是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 每週【 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
4			是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 每週【 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
5			是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 每週【 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
6			是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 每週【 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
7			是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 每週【 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
8			是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 每週【 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
9			是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 每週【 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
10			是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 每週【 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節

◎如行列太多或不足，請自行增刪。

◎上列全部社團請如實一一撰寫社團個別之 C6-1 彈性學習課程計畫。

◎實施如有跨年級實施也請敘明，實施週次如有與其他類課程對開也請於最右一欄如實說明。

臺南市公立南化區西埔國民小學 109 學年度第二學期三年級彈性學習課程計畫-**社團活動與技藝課程**

社團活動或技藝課程名稱	鼓動青春(太鼓)	實施年級	三、四	教學節數	本學期共(36)節	社團編號	1
彈性學習課程規範	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)						
總綱或領綱核心素養	E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。						
課程目標	一、培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。 二、養成規律運動與健康生活的習慣。						
課程架構脈絡							
教學期程	節數	單元或課程名稱	學習內容	學習目標	學習評量(評量方式)	備註	
第 1-5 週	10	中級樂曲練習 1	進階樂曲敲擊練習	能順利完成樂曲敲擊	實作評量	3-4 年級分組實施	
第 6-10 週	8	中級樂曲練習 1	進階樂曲敲擊練習	能順利完成樂曲敲擊	實作評量	3-4 年級分組實施	
第 11-15 週	10	中級樂曲練習 2	進階樂曲敲擊練習	能順利完成樂曲敲擊	實作評量	3-4 年級分組實施	
第 16-18 週	6	比賽樂曲練習	太鼓比賽樂曲練習	能順利完成比賽樂曲敲擊	實作評量	3-4 年級分組實施	
第 19 週	2	表演活動	以練習樂曲進行表演	能以練習樂曲進行表演	實作評量	3-4 年級分組實施	
第 20 週	0	表演活動	以練習樂曲進行表演	能以練習樂曲進行表演	實作評量	3-4 年級分組實施	

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎備註可加註說明各社團以年段或班群實施現況、議題融入或教材設計說明，無則免填。

◎各社團務必寫一份，9/30 前補齊。

臺南市公立南化區西埔國民小學 109 學年度第二學期三年級彈性學習課程計畫-社團活動與技藝課程

社團活動或技藝課程名稱	東拉西扯(扯鈴)	實施年級	三、四	教學節數	本學期共(36)節	社團編號	2
彈性學習課程規範	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)						
總綱或領綱核心素養	E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。						
課程目標	一、培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。 二、養成規律運動與健康生活的習慣。						
課程架構脈絡							
教學期程	節數	單元或課程名稱	學習內容	學習目標	學習評量(評量方式)	備註	
第 1-5 週	10	扯鈴高級	1. 八仙過海 2. 二先傳道 3. 大鵬展翅	1. 能學會八仙過海技巧 2. 能學會二先傳道技巧 3. 能學會大鵬展翅技巧	1. 能完成扯鈴高拋技巧 2. 能完成拋鈴點地技巧 3. 能完成拋鈴轉身技巧	3-4 年級分組實施	
第 6-10 週	8	扯鈴高級	1. 單離手 2. 小旋繞 3. 一柱擎天	1. 能學會單離手技巧 2. 能學會小旋繞技巧 3. 能學會一柱擎天技巧	1. 能完成扯鈴高拋技巧 2. 能完成拋鈴點地技巧 3. 能完成拋鈴轉身技巧	3-4 年級分組實施	
第 11-15 週	10	扯鈴高級	1. 移花接木 2. 左右逢源 3. 單頭鈴打地	1. 能學會移花接木技巧 2. 能學會左右逢源技巧 3. 能學會單頭鈴打地技巧	1. 能完成半斤八兩技巧 2. 能完成左右望月技巧 3. 能完成平沙落雁技巧	3-4 年級分組實施	
第 16-20 週	8	團體扯鈴	1. 遊龍戲鳳 2. 圓形移位 3. 八人接龍	1. 能學會遊龍戲鳳技巧 2. 能學會圓形移位技巧 3. 能學會八人接龍技巧	1. 能完成遊龍戲鳳技巧 2. 能完成圓形移位技巧 3. 能完成八人接龍技巧	3-4 年級分組實施	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

			4. 八人對拋 5. 長繩滾鈴	4. 能學會八人對拋技巧 5. 能學會長繩滾鈴技巧	4. 能完成八人對拋技巧 5. 能完成長繩滾鈴技巧	
--	--	--	--------------------	------------------------------	------------------------------	--

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎備註可加註說明各社團以年段或班群實施現況、議題融入或教材設計說明，無則免填。

◎各社團務必寫一份，9/30 前補齊。