

臺南市公(私)立鹽水區鹽水國民小學 110 學年度第一學期五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	跟著報紙去旅行	42	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	■每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
2	運動「樂」羽球「趣」	42	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	■每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
3	心中有「數」	42	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	■每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
4	網球	42	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	■每週【 2 】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

◎教學期程請敘明週次起訖，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。

臺南市公立鹽水區鹽水國民小學 110 學年度第一學期五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	網球	實施年級	五年級	教學節數	本學期共(42)節	社團編號	4
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	<p>健體-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。</p> <p>健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。</p> <p>健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。</p>						
課程目標	由網球運動增進健康與體育的素養，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 至 5 週 8/31-10/3	10	運動方程式	1. 體能訓練：折返跑 2. 腳步移動：橫移	認識基礎體能，建立良好運動習慣	能完成定向腳步位移		
第 6 至 10 週 10/4-11/7	10	網球規則一把罩	1. 體能訓練 2. 站位訓練	看完一場網球比賽，了解比賽規則	能模擬對手的戰法與站位		
第 11 至 15 週 11/8-12/12	10	握拍與發球	1. 體能訓練 2. 腳步移動 3. 發球練習	檢視基本動作是否確實，練習發球	能做出完整發球動作		
第 16 至 18 週 12/13-1/2	6	對角發球	1. 體能訓練 2. 腳步移動 3. 定點練習	穩定的基礎練習，以提高進球率	能正確將球發到對角		
第 19 至 21 週 1/3-1/20	6	正手拍擊球	1. 體能訓練 2. 腳步移動 3. 揮拍動作	小組互相練習學習團體合作精神	能拉高球 10 顆，每個角 10 分鐘		

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

◎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。

臺南市公(私)立鹽水區鹽水國民小學 110 學年度第二學期五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	跟著報紙去旅行	40	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	■每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
2	運動「樂」羽球「趣」	40	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	■每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
3	心中有「數」	40	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	■每週【 2 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
4	網球	40	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	■每週【 2 】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

◎教學期程請敘明週次起訖，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。

臺南市公立鹽水區鹽水國民小學 110 學年度第二學期 5 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	網球	實施年級	五年級	教學節數	本學期共(42)節	社團編號	4
彈性學習課程規範	2. <input checked="" type="checkbox"/> 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	<p>健體-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。</p> <p>健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。</p> <p>健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。</p>						
課程目標	由網球運動增進健康與體育的素養，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 至 5 週 2/17-3/20	10	運動方程式	1. 體能訓練：折返跑 2. 發球練習	了解及預測球的彈跳及落點	學生能預測球的落點，將球發到對角		
第 6 至 10 週 3/21-4/24	10	正手拍擊球	1. 體能訓練：橫移 2. 互相拉球	定點揮拍接發球	能完成正拍擊球動作		
第 11 至 15 週 4/25-5/29	10	反手拍擊球	1. 耐力訓練：橫移 2. 互相拉球	定點揮拍接發球	能完成反拍擊球動作		
第 16 至 18 週 5/30-6/19	6	擋球與追短球	1. 耐力訓練：跳繩 2. 擋球、追短球	前後排練習擋球、追短球，培養團隊站位默契	能運用戰術進行擋球、追短球		
第 19 至 21 週 6/20-6/30	6	以球會友	1. 耐力訓練：跳繩 2. 綜合練習	運用網球技術與知識，實際運用於比賽中	能運用運動技能，完成球賽		

◎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。