

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第一學期七、八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	合唱團	32	是■ 否□	每週【 2 】節
2	電影欣賞社	32	是■ 否□	每週【 2 】節
3	太鼓隊	32	是■ 否□	每週【 2 】節
4	科技社	32	是■ 否□	每週【 2 】節
5	團體活動社	32	是■ 否□	每週【 2 】節
6	田徑社	32	是■ 否□	每週【 2 】節
7	國術社	32	是■ 否□	每週【 2 】節
8	籃球社	32	是■ 否□	每週【 2 】節
9	排球隊(男排)	32	是■ 否□	每週【 2 】節
10	排球隊(女排)	32	是■ 否□	每週【 2 】節
11	直笛隊	32	是■ 否□	每週【 2 】節
12	排球社	32	是■ 否□	每週【 2 】節
13	合唱團	32	是■ 否□	每週【 2 】節
14	創意機器人社	32	是■ 否□	每週【 2 】節
15	拼布社	32	是■ 否□	每週【 2 】節
16	健康體適能社	32	是■ 否□	每週【 2 】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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第二學期七、八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	合唱團	32	是■ 否□	每週【 2 】節
2	電影欣賞社	32	是■ 否□	每週【 2 】節
3	太鼓隊	32	是■ 否□	每週【 2 】節
4	科技社	32	是■ 否□	每週【 2 】節
5	團體活動社	32	是■ 否□	每週【 2 】節
6	田徑社	32	是■ 否□	每週【 2 】節
7	國術社	32	是■ 否□	每週【 2 】節
8	籃球社	32	是■ 否□	每週【 2 】節
9	排球隊（男排）	32	是■ 否□	每週【 2 】節
10	排球隊（女排）	32	是■ 否□	每週【 2 】節
11	直笛隊	32	是■ 否□	每週【 2 】節
12	排球社	32	是■ 否□	每週【 2 】節
13	合唱團	32	是■ 否□	每週【 2 】節
14	創意機器人社	32	是■ 否□	每週【 2 】節
15	拼布社	32	是■ 否□	每週【 2 】節
16	健康體適能社	32	是■ 否□	每週【 2 】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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第一學期_七、八_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	合唱團	實施年級	七、八	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	23
彈性學習課程規範	2. <input 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	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。						
課程目標	透過合唱團隊的合作。培養音樂鑑賞、音樂專業先修。						
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 08/29-09/04		無					
第 2 週 09/05-09/11		課程分組					
第 3 週 09/12-09/18	2	人聲介紹	1. 人聲音域探索 2. 認識彼此的聲音	1. 準備開口唱歌 2. 發聲練習	無		
第 4 週 09/19-09/25	2	展開笑容、開口唱歌	1. 人聲音域探索 2. 認識彼此的聲音	1. 發聲練習 2. 新曲目練習	無		
第 5 週 09/26-10/02	2	展開笑容、開口唱歌	1. 人聲音域探索 2. 認識彼此的聲音	1. 發聲練習 2. 新曲目練習	無		
第 6 週 10/03-10/09	2	展開笑容、開口唱歌	1. 人聲音域探索 2. 認識彼此的聲音	1. 發聲練習 2. 新曲目練習	無		

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 7 週 10/10-10/16		國慶日補假				
第 8 週 10/17-10/23	2	準備音樂比賽	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 9 週 10/24-10/30	2	準備音樂比賽	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 10 週 10/31-11/06	2	準備音樂比賽	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 11 週 11/07-11/13	2	準備音樂比賽	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 12 週 11/14-11/20	2	準備音樂比賽	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 13 週 11/21-11/27		第二次段考				
第 14 週 11/28-12/04	2	展開笑容、開口唱歌	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 15 週 12/05-12/11	2	展開笑容、開口唱歌	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 16 週 12/12-12/18	2	展開笑容、開口唱歌	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 17 週 12/19-12/25	2	展開笑容、開口唱歌	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 18 週 12/26-01/01	2	展開笑容、開口唱歌	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 19 週 01/02-01/08	2	展開笑容、開口唱歌	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 20 週 01/09-01/15	2	展開笑容、開口唱歌	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 21 週 01/16-01/22		第三次段考				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第二學期_七、八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	合唱團	實施年級	七、八	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	23
彈性學習課程規範	2. <input 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	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。						
課程目標	透過合唱團隊的合作。培養音樂鑑賞、音樂專業先修，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。						
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 02/06-02/12		無					
第 2 週 02/13-02/19	2	展開笑容、開口唱歌	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無		
第 3 週 02/20-02/26	2	準備音樂比賽	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無		
第 4 週 02/27-03/05		228 紀念日放假					
第 5 週 03/06-03/12	2	準備音樂比賽	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無		
第 6 週 03/13-03/19	2	準備音樂比賽	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無		

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 7 週 03/20-03/26	2	準備音樂比賽	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 8 週 03/27-04/02	2	準備音樂比賽	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 9 週 04/03-04/09		兒童節放假				
第 10 週 04/10-04/16	2	準備音樂比賽	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 11 週 04/17-04/23	2	準備音樂比賽	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 12 週 04/24-04/30	2	準備音樂比賽	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 13 週 05/01-05/07	2	準備音樂會	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 14 週 05/08-05/14	2	準備音樂會	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 15 週 05/15-05/21	2	準備音樂會	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 16 週 05/22-05/28	2	準備音樂會	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 17 週 05/29-06/04	2	準備音樂會	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 18 週 06/05-06/11	2	準備音樂會	1. 發聲練習 2. 曲目練習	1. 發聲練習 2. 曲目練習	無	
第 19 週 06/12-06/18		端午節放假				

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 20 週 06/19-06/25	2	學期末同樂會	合唱團期末頒獎	加油 再出發	無	
第 21 週 06/26-07/02		第三次段考				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第一學期 七、八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		電影欣賞社	實施年級	七、八年級	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	12
彈性學習課程規範		2. <input 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		J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。						
課程目標		一、能調劑身心並且放鬆心情。 二、能思考人生的意義且建立確正價值觀。 三、能同理其他人並且願意主動伸出援手。						
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 08/29-09/04		無						
第 2 週 09/05-09/11	2	家庭關係(一)	1.觀賞《速成家庭》	1.能理解該部影片意義	1.口頭表達 2.學習反思單			
第 3 週 09/12-09/18	2	家庭關係(一)	1.觀賞《速成家庭》 2.討論影片涵義	1.能理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單			
第 4 週 09/19-09/25	2	家庭關係(二)	1.觀賞《我的意外爸爸》	1.能理解該部影片意義	1.口頭表達 2.學習反思單			
第 5 週 09/26-10/02	2	家庭關係(二)	1.觀賞《我的意外爸爸》 2.討論影片涵義	1.能理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單			
第 6 週 10/03-10/09	2	家庭關係(三)	1.觀賞《我和我的冠軍女兒》	1.能理解該部影片意義	1.口頭表達 2.學習反思單			

第 7 週 10/10-10/16		國慶日補假				
第 8 週 10/17-10/23	2	家庭關係(三)	1.觀賞《我和我的冠軍女兒》 2.討論影片涵義	1.能理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 9 週 10/24-10/30	2	家庭關係(四)	1.觀賞《為巴比祈禱》	1.能理解該部影片意義	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 10 週 10/31-11/06	2	家庭關係(四)	1.觀賞《為巴比祈禱》 2.討論影片涵義	1.能理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 11 週 11/07-11/13	2	家庭關係(五)	1.觀賞《爸爸的便當是世界第一》	1.能理解該部影片意義	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 12 週 11/14-11/20	2	家庭關係(五)	1.觀賞《爸爸的便當是世界第一》 2.討論影片涵義	1.理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 13 週 11/21-11/27		第二次段考				
第 14 週 11/28-12/04	2	家庭關係(六)	1.觀賞《飲食男女》	1.能理解該部影片意義	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 15 週 12/05-12/11	2	家庭關係(六)	1.觀賞《飲食男女》 2.討論影片涵義	1.理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 16 週 12/12-12/18	2	家庭關係(七)	1.觀賞《喜宴》	1.能理解該部影片意義	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 17 週 12/19-12/25	2	家庭關係(七)	1.觀賞《喜宴》 2.討論影片涵義	1.理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片	1.口頭表達 2.學習反思單	

				心得感想		
第 18 週 12/26-01/01	2	家庭關係(八)	1.觀賞《美麗人生》	1.能理解該部影片意義	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 19 週 01/02-01/08	2	家庭關係(八)	1.觀賞《美麗人生》 2.討論影片涵義	1.理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片 心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 20 週 01/09-01/15	2	家庭關係(九)	1.觀賞《救救菜英文》 2.討論影片涵義	1.理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片 心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 21 週 01/16-01/22		第三次段考				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第二學期 七、八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	電影欣賞社	實施年級	七、八年級	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	12
彈性學習課程規範	2.□社團活動與技藝課程(■社團活動□技藝課程)						
總綱或領綱核心素養	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。						
課程目標	一、能調劑身心並且放鬆心情。 二、能思考人生的意義且建立確正價值觀。 三、能同理其他人並且願意主動伸出援手。						
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 02/06-02/12		無					
第 2 週 02/13-02/19	2	自我突破(一)	1.觀賞《關鍵少數》	1.理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單		
第 3 週 02/20-02/26	2	自我突破(一)	1.觀賞《關鍵少數》 2.討論影片涵義	1.理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單		
第 4 週 02/27-03/05		228 紀念日放假					
第 5 週 03/06-03/12	2	自我突破(二)	1.觀賞《墊底辣妹》	1.理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單		

第 6 週 03/13-03/19	2	自我突破(二)	1.觀賞《墊底辣妹》 2.討論影片涵義	1.理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片 心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 7 週 03/20-03/26	2	自我突破(三)	1.觀賞《隱藏的大明 興》	1.理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片 心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 8 週 03/27-04/02	2	自我突破(三)	1.觀賞《隱藏的大明 星》 2.討論影片涵義	1.理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片 心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 9 週 04/03-04/09		兒童節放假				
第 10 週 04/10-04/16	2	自我突破(四)	1.觀賞《飛耀奇蹟》	1.理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片 心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 11 週 04/17-04/23	2	自我突破(四)	1.觀賞《飛耀奇蹟》 2.討論影片涵義	1.理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片 心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 12 週 04/24-04/30	2	自我突破(五)	1.觀賞《白日夢冒險 王》	1.理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片 心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 13 週 05/01-05/07	2	自我突破(五)	1.觀賞《白日夢冒險 王》 2.討論影片涵義	1.理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片 心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 14 週 05/08-05/14	2	自我突破(六)	1.觀賞《高年級實習 生》	1.理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片 心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 15 週 05/15-05/21	2	自我突破(六)	1.觀賞《高年級實習生》 2.討論影片涵義	1.理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 16 週 05/22-05/28	2	自我突破(七)	1.觀賞《白日夢冒險王》	1.理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 17 週 05/29-06/04	2	自我突破(七)	1.觀賞《白日夢冒險王》 2.討論影片涵義	1.理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 18 週 06/05-06/11	2	自我突破(八)	1.觀賞《翻轉幸福》	1.理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 19 週 06/12-06/18		端午節放假				
第 20 週 06/19-06/25	2	自我突破(八)	1.觀賞《翻轉幸福》 2.討論影片涵義	1.理解該部影片意義 2.能說出看完該部影片心得感想	1.口頭表達 2.學習反思單	
第 21 週 06/26-07/02		第三次段考				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第一學期七、八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	太鼓隊	實施年級	七、八	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	13
彈性學習課程規範	2. <input 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	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力，欣賞各種藝術的風格和價值，並了解美感的特質、認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。 J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。						
課程目標	從實務練習中，熟悉太鼓打擊技巧，節奏訓練、動作展演、團隊合作，以及太鼓曲目之詮釋技巧。並不定期參與盛會演出，展現本校太鼓隊結合力與美的堅強實力，藉以推廣太鼓教育並提升太鼓音樂教育素養。						
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 08/29-09/04		無					
第 2 週 09/05-09/11		課程分組					
第 3 週 09/12-09/18	2	太鼓基本能力培養	太鼓技巧基礎練習	能夠使用各類打擊練習進行肢體、節奏的訓練	實作評量		
第 4 週 09/19-09/25	2	比賽曲 A 段練習	比賽曲分部練習(一)	能夠打出自己負責聲部的音及節奏	口說、心得分享		
第 5 週 09/26-10/02	2	比賽曲 A 段練習	比賽曲分部練習(二)	精熟練習	實作評量		
第 6 週 10/03-10/09	2	比賽曲 B 段練習	比賽曲分部練習(一)	能夠打出自己負責聲部的音及節奏	口說、心得分享		
第 7 週 10/10-10/16		國慶日補假					

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 8 週 10/17-10/23	2	比賽曲 B 段練習	比賽曲分部練習(二)	精熟練習	實作評量	
第 9 週 10/24-10/30	2	比賽曲練習	比賽曲詮釋	能清楚曲目的音樂語法及詮釋方法	口說、心得分享	
第 10 週 10/31-11/06	2	比賽曲練習	比賽曲團練	能夠全團合奏出比賽曲	實作評量	
第 11 週 11/07-11/13	2	賽前準備	1. 比賽曲目彩排 2. 比賽動線走位	演練正式上台的狀況	本校舞台體驗、實際舞台體驗	
第 12 週 11/14-11/20	2	賽後檢討	觀賞比賽影片	分享比賽時的心情及觀賽心得	心得分享、經驗交流	
第 13 週 11/21-11/27		第二次段考				
第 14 週 11/28-12/04	2	自選曲 1 練習	自選曲分部練習(一)	能夠打出自己負責聲部的音及節奏	口說、心得分享	
第 15 週 12/05-12/11	2	自選曲 1 練習	自選曲分部練習(二)	精熟練習	口說、心得分享	
第 16 週 12/12-12/18	2	自選曲 1 練習	自選曲團練	能夠全團合奏	口說、心得分享	
第 17 週 12/19-12/25	2	自選曲 1 精熟	團隊練習	能夠全團合奏	實作評量	
第 18 週 12/26-01/01	2	自選曲 2 練習	自選曲分部練習(一)	能夠打出自己負責聲部的音及節奏	口說、心得分享	
第 19 週 01/02-01/08	2	自選曲 2 練習	自選曲分部練習(二)	精熟練習	口說、心得分享	
第 20 週 01/09-01/15	2	準備下學期各方邀約	討論下學期太鼓隊活動及演出曲目	能夠對於太鼓隊活動有持續的熱情	口說、心得分享	

第 21 週 01/16-01/22		第三次段考				
-----------------------	--	-------	--	--	--	--

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第二學期七、八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	太鼓隊	實施年級	七、八	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	13
彈性學習課程規範	2. <input 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	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力，欣賞各種藝術的風格和價值，並了解美感的特質、認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。 J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。						
課程目標	從實務練習中，熟悉太鼓打擊技巧，節奏訓練、動作展演、團隊合作，以及太鼓曲目之詮釋技巧。並不定期參與盛會演出，展現本校太鼓隊結合力與美的堅強實力，藉以推廣太鼓教育並提升太鼓音樂教育素養。						
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 02/06-02/12		無					
第 2 週 02/13-02/19	2	自選曲 1、2 複習	自選曲團練	能夠全團合奏	口說、心得分享		
第 3 週 02/20-02/26	2	自選曲 3 練習	自選曲分部練習(一)	能夠打出自己負責聲部的音及節奏	口說、心得分享		
第 4 週 02/27-03/05		228 紀念日放假					
第 5 週 03/06-03/12	2	自選曲 3 練習	自選曲分部練習(二)	精熟練習	口說、心得分享		
第 6 週 03/13-03/19	2	自選曲 3 練習	自選曲分部練習(三)	精熟練習	實作評量		
第 7 週 03/20-03/26	2	自選曲 3 練習	自選曲團練	能夠全團合奏	口說、心得分享		

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 8 週 03/27-04/02	2	自選曲 3 精熟	自選曲團練	能夠全團合奏	實作評量	
第 9 週 04/03-04/09		兒童節放假				
第 10 週 04/10-04/16	2	團隊練習	團隊練習	能夠全團合奏	實作評量	
第 11 週 04/17-04/23	2	團隊練習	團隊練習	能夠全團合奏	實作評量	
第 12 週 04/24-04/30	2	討論	討論畢業典禮表演內容	藉由討論凝聚表演共識	心得發表	
第 13 週 05/01-05/07	2	分部練習	演練畢業典禮表演曲目	能夠打出自己負責聲部的音及節奏	口說、心得分享	
第 14 週 05/08-05/14	2	分部練習	演練畢業典禮表演曲目	能夠打出出自己負責聲部的音及節奏	實作評量	
第 15 週 05/15-05/21	2	團隊練習	演練畢業典禮表演曲目	能夠全團合奏	口說、心得分享	
第 16 週 05/22-05/28	2	團隊練習	演練畢業典禮表演曲目	能夠全團合奏	實作評量	
第 17 週 05/29-06/04	2	團隊練習	演練畢業典禮表演曲目	能夠全團合奏	實作評量	
第 18 週 06/05-06/11	2	團隊練習	演練畢業典禮表演曲目	能夠全團合奏	實作評量	
第 19 週 06/12-06/18		端午節放假				
第 20 週 06/19-06/25	2	回顧與展望	檢討一年來表現並對隔年定下目標	能夠省思自己不足之處，並欣賞自己的優點	心得分享	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 21 週 06/26-07/02		第三次段考				
-----------------------	--	-------	--	--	--	--

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第一學期_七八_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		科技社	實施年級	七八	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	14
彈性學習課程規範		2. <input 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		J-A2 具備理解 情境全貌，並做 獨立思考與分析 的知能，運用適 當的策略處理解 決生活及生命議 題。 J-B2 具備善用科 技、資訊與媒體 以增進學習的素 養，並察覺、思 辨人與科技、資 訊、媒體的互動 關係。 J-C2 具備利他與 合群的知能與態 度，並培育相互 合作及與人和諧 互動的素養。						
課程目標		以科技實作與探究，透過專題實作方式，培養學生創意思考、解決問題的能力。						
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 08/29-09/04		無						
第 2 週 09/05-09/11		課程分組						
第 3 週 09/12-09/18	2	科技的起源、創意思考	科技的起源與演進。 創意思考的方法。	了解日常科技的意涵與設計製作的基本概念。 解科技產品的基本原理、發展歷程、與創新關鍵。 利用「創意技法」激發創意。	1. 課堂討論 2. 教師提問			
第 4 週 09/19-09/25	2	創意思考	創意思考的方法。	利用「創意技法」激發創意。	1. 課堂討論 2. 教師提問			
第 5 週 09/26-10/02	2	創意思考	創意思考的方法。	學習各項創意技法的應用時機：	1. 課堂討論 2. 教師提問			

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

				腦力激盪法、檢核法、魚骨圖、心智圖。 練習以「筆談式腦力激盪法」獲取創意。 了解溝通與傳達的意義。		
第 6 週 10/03-10/09	2	科技實作專題一	競賽模擬練習	精熟練習	實作評量	
第 7 週 10/10-10/16		國慶日補假				
第 8 週 10/17-10/23	2	科技實作專題一	競賽模擬練習	精熟練習	實作評量	
第 9 週 10/24-10/30	2	科技實作專題一	競賽模擬練習	精熟練習	實作評量	
第 10 週 10/31-11/06	2	科技實作專題一	競賽模擬練習	精熟練習	實作評量	
第 11 週 11/07-11/13	2	賽後檢討	觀賞比賽照片、影片	分享比賽時的心情及觀賽心得	心得分享	
第 12 週 11/14-11/20	2	解決問題的能力	學習問題解決的步驟。	能運用設計流程，實際設計並製作科技產品以解決問題。	1. 課堂討論 2. 教師提問	
第 13 週 11/21-11/27		第二次段考				
第 14 週 11/28-12/04	2	解決問題的能力	淺談科技的應用與生活的改變。	能了解科技產品的基本原理、發展歷程、與創新關鍵。	1. 課堂討論 2. 教師提問	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 15 週 12/05-12/11	2	解決問題的能力	淺談科技的應用與生活的改變。	能了解科技產品的基本原理、發展歷程、與創新關鍵。	1. 課堂討論 2. 教師提問	
第 16 週 12/12-12/18	2	科技實作專題二	競賽模擬練習	精熟練習	實作評量	
第 17 週 12/19-12/25	2	科技實作專題二	競賽模擬練習	精熟練習	實作評量	
第 18 週 12/26-01/01	2	科技實作專題二	競賽模擬練習	精熟練習	實作評量	
第 19 週 01/02-01/08	2	科技實作專題二	競賽模擬練習	精熟練習	實作評量	
第 20 週 01/09-01/15	2	賽後檢討	觀賞比賽照片、影片	分享比賽時的心情及觀賽心得	心得分享	
第 21 週 01/16-01/22		第三次段考				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第二學期_七八_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		科技社	實施年級	七八	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	14
彈性學習課程規範		2. <input 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		J-A2 具備理解 情境全貌，並做 獨立思考與分析 的知能，運用適 當的策略處理解 決生活及生命議 題。 J-B2 具備善用科 技、資訊與媒體 以增進學習的素 養，並察覺、思 辨人與科技、資 訊、媒體的互動 關係。 J-C2 具備利他與 合群的知能與態 度，並培育相互 合作及與人和諧 互動的素養。						
課程目標		以科技實作與探究，透過專題實作方式，培養學生創意思考、解決問題的能力。						
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 02/06-02/12		無						
第 2 週 02/13-02/19	2	科技探究專題_ 能源與動力的應用	生 A-IV-4 日常科技 產品的能源與動力應 用。 生 S-IV-2 科技對社 會與環境的影響。	1. 了解能源的轉換與各 個能源的應用。 2. 了解人類運用能源的 演進，及反思未來的能 源技術應如何發展才能 將地球資源永續經營。 3. 了解目前臺灣發電與 供電的情形，以及了解 目前臺灣綠能發電的發 展現況與未來計畫。	1. 課堂討論 2. 教師提問			
第 3 週 02/20-02/26	2	科技探究專題_ 能源與動力的應用	生 A-IV-4 日常科技 產品的能源與動力應 用。	1. 了解如何將相同的能 源轉換成不同能量形式 並加以利用，同時讓能	1. 課堂討論 2. 教師提問			

			生 S-IV-2 科技對社會與環境的影響。	源的利用更有效率。 2. 常見科技產品之能源轉換運用介紹。		
第 4 週 02/27-03/05		228 紀念日放假				
第 5 週 03/06-03/12	2	科技探究專題_ 能源與動力的應用	生 A-IV-4 日常科技產品的能源與動力應用。 生 S-IV-2 科技對社會與環境的影響。	1. 了解人類開發能源後如何加快人們日常的脚步，讓生活更便利及更有效率。以及了解在科技進步的背後所造成的負面影響。 2. 了解目前因人類過度開發後的地球目前面臨的問題後，因思考如何尋找新資源或者從你我生活中節約能源。	1. 課堂討論 2. 教師提問	
第 6 週 03/13-03/19	2	科技探究專題_ 活動：界定問題、蒐集資料 能源與電、發電模組設計	生 N-IV-2:科技的系統。 生 P-IV-4:設計的流程。 生 S-IV-2:科技對社會與環境的影響。	1. 統整各種發電方式，說明電力傳輸系統。 2. 介紹發電模組。 3. 展開作品的設計發想。	實作評量	
第 7 週 03/20-03/26	2	科技探究專題_ 活動：界定問題、蒐集資料	生 N-IV-2:科技的系統。 生 P-IV-4:設計的流程。	1. 認識充放電電路板。 2. 學習測試元件電壓。 3. 決定發電元件的組	實作評量	

		發電模組設計	程。 生 P-IV-5:材料的選用與加工處理。	合方式。		
第 8 週 03/27-04/02	2	科技探究專題_ 活動：界定問題、蒐集資料 發電模組設計	生 P-IV-4:設計的流程。 生 P-IV-5:材料的選用與加工處理。 生 P-IV-6:常用的機具操作與使用。	1. 電路規畫。 2. 繪製設計圖、電路圖。	實作評量	
第 9 週 04/03-04/09		兒童節放假				
第 10 週 04/10-0416	2	科技探究專題_ 活動：界定問題、蒐集資料 發電模組設計 測試修正 機具材料	生 P-IV-4:設計的流程。 生 P-IV-5:材料的選用與加工處理。 生 P-IV-6:常用的機具操作與使用。	1. 外盒製作。	實作評量	
第 11 週 04/17-0423	2	科技探究專題_ 活動：界定問題、蒐集資料 發電模組設計	生 P-IV-4:設計的流程。 生 P-IV-5:材料的選用與	1. 電路銲接。	實作評量	

		測試修正 機具材料	加工處理。 生 P-IV-6:常用的機 具操 作與使用。			
第 12 週 04/24-04/30	2	科技探究專題_ 活動：界定問題、蒐 集資料 發電模組設計 測試修正 機具材料	生 P-IV-4:設計的流 程。 生 P-IV-5:材料的選 用與 加工處理。 生 P-IV-6:常用的機 具操 作與使用。	1. 電路銲接。 2. 測試各元件功能。	實作評量	
第 13 週 05/01-05/07	2	科技探究專題_ 活動：界定問題、蒐 集資料 測試修正 活動回顧	生 P-IV-4:設計的流 程。 生 P-IV-5:材料的選 用與 加工處理。 生 P-IV-6:常用的機 具操 作與使用。	1. 測試修正。 2. 作品外觀調整。 3. 活動回顧與反思。	實作評量	
第 14 週 05/08-05/14	2	科技實作專題三	競賽模擬練習	精熟練習	實作評量	
第 15 週 05/15-05/21	2	科技實作專題三	競賽模擬練習	精熟練習	實作評量	
第 16 週 05/22-05/28	2	科技實作專題三	競賽模擬練習	精熟練習	實作評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 17 週 05/29-06/04	2	科技實作專題三	競賽模擬練習	精熟練習	實作評量	
第 18 週 06/05-06/11	2	科技實作專題三	競賽模擬練習	精熟練習	實作評量	
第 19 週 06/12-06/18		端午節放假				
第 20 週 06/19-06/25	2	賽後檢討	觀賞比賽照片、影片	分享比賽時的心情及觀 賽心得	心得分享	
第 21 週 06/26-07/02		第三次段考				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第一學期 八 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	團體活動	實施年級	八	教學節數	本學期共(16)節	社團編號	15
彈性學習課程規範	2. <input 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>A1-身心素質與自我精進 J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。</p> <p>B1-符號運用與溝通表達 J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>C2-人際關係與團隊合作 J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>						
課程目標	透過班級團體活動，增進自我精進學習的能力，培養團隊合作的精神。						
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 08/29-09/04		無					
第 2 週 09/05-09/11		課程分組	大聯盟分組	透過分組，尋找合作學習的夥伴	我的神隊友名單		
第 3 週 09/12-09/18	2	新學期目標-我的讀書計畫 STEP1	利用分組討論、自我省思制定讀書的計畫表	訂做適合自己的學習目標及讀書計畫	我的 STUDY 學習單		
第 4 週 09/19-09/25	2	新學期目標-我的讀書計畫 STEP2	透過分組討論、自我省思執行讀書計畫表的成效	執行自己的讀書計畫並發表感想	我的 STUDY 學習單		
第 5 週 09/26-10/02	2	新學期目標-我的讀書計畫 STEP3	透過分組討論、自我省思進行讀書計畫表	執行自己的讀書計畫並做進一步的改進與規劃	我的 STUDY 學習單		

			的修正			
第 6 週 10/03-10/09	2	自我展現 T 台秀	練習走步、儀態訓練	學習大方展現自己， 培養穩健台風	我的台步練習表	
第 7 週 10/10-10/16		國慶日補假				
第 8 週 10/17-10/23	2	自我展現 T 台秀	小組藉由團隊合作激 發創意，結合基本台 步	學習共同創作， 增強團隊默契	我的神台步創作	
第 9 週 10/24-10/30	2	自我展現 T 台秀	小組團隊合作表演創 意台步	藉由共同發表， 展現練習成果	團體表演	
第 10 週 10/31-11/06	2	趣味接力	進行分組花式接力賽	利用趣味活動練習增進 團隊合作精神	接力心得單	
第 11 週 11/07-11/13	2	趣味接力	進行混組花式接力賽	利用趣味活動練習增進 團隊合作精神	接力心得單分享	
第 12 週 11/14-11/20	2	趣味接力	進行進階花式接力賽	利用趣味活動練習增進 團隊合作精神	神隊友感謝卡	
第 13 週 11/21-11/27		第二次段考				
第 14 週 11/28-12/04	2	對你唱首小情歌	蒐集整理各種情歌類 型，找出小組喜歡的 歌曲	了解交往過程中可能 有的情緒與行為	我的小情歌學習單	
第 15 週 12/05-12/11	2	對你唱首小情歌	對於小組選出的歌 曲，搜尋歌詞及可能 的故事背景			
第 16 週 12/12-12/18	2	對你唱首小情歌	小組討論並分析各類 型情歌對自己的影響			

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 17 週 12/19-12/25	2	對你唱首小情歌	學生分享自己如何面對感情中的議題			
第 18 週 12/26-01/01	2	請你聽我說	由主席指定議題， 即席演講一分鐘	訓練成員表達能力及開放的聯想力。	上台發表	
第 19 週 01/02-01/08	2	請你聽我說	觀賞影片，隨機即席 發表看法三十秒	訓練成員表達能力及思考組織的能力	上台發表	
第 20 週 01/09-01/15	2	結業式	複習成發	複習本學期學習的主題： 自律、合作、情緒教育， 填寫課程問卷	問卷	
第 21 週 01/16-01/22		第三次段考				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第二學期 八 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	團體活動	實施年級	八	教學節數	本學期共(16)節	社團編號	15
彈性學習課程規範	2. <input 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>A1-身心素質與自我精進 J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。</p> <p>B1-符號運用與溝通表達 J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>C2-人際關係與團隊合作 J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>						
課程目標	透過班級團體活動，增進自我精進學習的能力，培養團隊合作的精神。						
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 02/06-02/12		無					
第 2 週 02/13-02/19	2	課程分組	進行重新分組	以大聯盟選秀方式重新分組	我的神隊友名單		
第 3 週 02/20-02/26	2	生涯規劃師	對於有興趣了解的職業，蒐集資料或進行訪談。	認識社會上不同行業，對未來生涯規畫進行初步試探。	行行出狀元調查學習單		
第 4 週 02/27-03/05		228 紀念日放假					
第 5 週 03/06-03/12	2	生涯規劃師	對於小組調查的職業資訊，上台報告進行分享。	認識社會上不同行業，對未來生涯規畫進行初步試探。	行行出狀元調查學習單		

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 6 週 03/13-03/19	2	生涯規劃師	對於各組報告的行業，發表感想。	認識社會上不同行業，對未來生涯規畫進行初步試探。	行行出狀元調查學習單	
第 7 週 03/20-03/26	2	環保隨行包	環保議題影片分享	認識環境保護重要性，	影片心得單	
第 8 週 03/27-04/02	2	環保隨行包	小組分享討論生活中可行的做法，並規劃執行	對於環保的執行方法，能省思自己可以改變的作為	我的環保小撇步	
第 9 週 04/03-04/09		兒童節放假				
第 10 週 04/10-04/16	2	環保隨行包	環保議題執行	對於環保議題可以討論並在生或中做出改變	我的環保小撇步	
第 11 週 04/17-04/23	2	環保隨行包	環保議題執行心得分享	對於討論結果實際執行後能提出省思	我的環保小撇步	
第 12 週 04/24-04/30	2	人生壓力球	小組成員透過討論分享完成壓力調查單	探討壓力來源及增進自我認識	壓力調查單	
第 13 週 05/01-05/07	2	人生壓力球	小組成員上台發表	探討壓力來源及增進自我認識	壓力調查單	
第 14 週 05/08-05/14	2	人生壓力球	各組回饋分享	了解壓力的管理方法	壓力調查單	
第 15 週 05/15-05/21	2	我的藝術醫生	分享藝術對人的療愈成效	學習抒發自己的壓力，提升自我療癒力	心得分享	
第 16 週 05/22-05/28	2	我的藝術醫生	討論各種藝術對於自己生活中的幫助	學習抒發自己的壓力，提升自我療癒力	心得分享	
第 17 週 05/29-06/04	2	我的藝術醫生	創作療癒小卡	將藝術轉化為治癒他人的工具	療癒小卡	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 18 週 06/05-06/11	2	我的藝術醫生	創作療癒小卡	將藝術轉化為治癒他人的工具	療癒小卡	
第 19 週 06/12-06/18		端午節放假				
第 20 週 06/19-06/25	2	結業式	複習成發	複習本學期所學過主題(職涯探索、環境保護、藝術創作)，填寫問卷	問卷	
第 21 週 06/26-07/02		第三次段考				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第一學期八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	田徑	實施年級	七、八、 九年級	教學節數	本學期共(17)節	社團編號	16
彈性學習課程規範	2. <input 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	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。						
課程目標	第四階段國中生是學生身心及生理發展的快速期，也是自我探索與人際發展的關鍵期，課程中施以專業體育及運動教育，輔導其適性發展與社會參與，培育運動專業人才。						
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 08/30-09/05		課程分組					
第 2 週 09/06-09/12	1	計畫並發展田徑 專項運動技能	P-IV-A1 P-IV-A2 Ps-IV-D1	了解一般體能與專項體能之異 同 自我評估優劣勢	報告 同儕互評		
第 3 週 09/13-09/19	1	評估個人及他人的 田徑基本動作 表現，以改善運 動技能。	P-IV-A1 P-IV-A2 Ps-IV-D1	了解一般體能與專項體能之異 同 自我評估優劣勢	報告 同儕互評		
第 4 週 09/20-09/26	1	分析個人身體狀 況、精進馬克操基 本動作技術	T-IV-B1 T-V-B1	上半身(擺臂)動作強化 下半身(跑姿)動作強化	實作 口試 同儕互評		

第 5 週 09/27-10/03	1	分析個人身體狀況、精進馬克操基本動作技術	P-IV-A3 T-IV-B1 T-IV-B3 T-V-B1	了解各式跑姿 了解傷害預防及其處理	實作 口試 同儕互評	
第 6 週 10/04-10/10	1	『精進基礎體能』	P-IV-A3 P-V-A3	了解與運用循環、階梯及間歇訓練之內容、負荷及安全原則	實作 口試 同儕互評	
第 7 週 10/11-10/17		段考週				
第 8 週 10/18-10/24	1	『精進基礎體能』	P-IV-A3 P-V-A3	了解與運用有氧、無氧訓練之內容、負荷及安全原則	實作 口試 同儕互評	
第 9 週 10/25-10/31	1	『精進基礎體能』	P-IV-A3 P-V-A3	了解與運用敏捷、協調與速度等專項運動之原理原則	實作 口試 同儕互評	
第 10 週 11/01-11/07	1	『精進速度技術』	T-IV-B1 T-IV-B3	理解並操作跑、踢、蹬等專項進階技術	實作 口試 同儕互評	
第 11 週 11/08-11/14	1	『精進專項技術』	T-IV-B1 T-IV-B2 T-IV-B3 Ta-IV-C1	理解並操作跑、擲/踢、蹬及接力等專項進階技術 理解並執行配速	實作 口試 同儕互評	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 12 週 11/15-11/21	1	『精進專項技術』	T-IV-B1 T-IV-B2 T-IV-B3 Ta-IV-C1	理解並操作跑、擲/踢、蹬及接力等專項進階技術 理解並執行配速	實作 口試 同儕互評	
第 13 週 11/22-11/28	1	『精進專項技術』	T-IV-B1 T-IV-B2 T-IV-B3 Ta-IV-C1	理解並操作跑、擲/踢、蹬及接力等專項進階技術 理解並執行配速	實作 口試 同儕互評	
第 14 週 11/29-12/05		段考週				
第 15 週 12/06-12/12	1	『精進專項技術』	T-IV-B1 T-IV-B2 T-IV-B3 Ta-IV-C1 Ta-IV-C2 Ta-IV-C3	理解並操作跑、擲/踢、蹬及接力等專項進階技術 理解並執行配速、規則與情報蒐集 遵守並運用競賽規則、指令與道德	實作 口試 同儕互評	
第 16 週 12/13-12/19	1	『強化肌力、彈跳力』	P-IV-A1 P-IV-A2 P-IV-A3	了解與運用無氧訓練、爆發力等專項體能之原理原則	實作 口試 同儕互評	
第 17 週 12/20-12/26	1	『精進專項技術』	T-IV-B1 T-IV-B2 T-IV-B3 Ta-IV-C1 Ta-IV-C2 Ta-IV-C3	理解並操作跑、擲/踢、蹬及接力等專項進階技術 理解並執行配速、規則與情報蒐集 遵守並運用競賽規則、指令與道德	實作 口試 同儕互評	

			Ps-IV-D2 Ps-IV-D3 Ps-IV-D4	溝通管道訓練與心理技巧之提升 了解並執行環境適應能力		
第 18 週 12/27-01/02	1	『精進專項技術』	T-IV-B1 T-IV-B2 T-IV-B3 Ta-IV-C1 Ta-IV-C2 Ta-IV-C3 Ps-IV-D2 Ps-IV-D3 Ps-IV-D4	理解並操作跑、擲/踢、蹬及接力等專項進階技術 理解並執行配速、規則與情報蒐集 遵守並運用競賽規則、指令與道德 溝通管道訓練與心理技巧之提升 了解並執行環境適應能力	實作 口試 同儕互評	
第 19 週 01/03-01/09	1	『強化肌力、彈跳力』	P-IV-A1 P-IV-A2 P-IV-A3	了解與運用無氧訓練、爆發力等專項體能之原理原則	實作 口試 同儕互評	
第 20 週 01/10-01/16	1	『精進速度技術』	T-IV-B1 T-IV-B3	理解並操作跑、踢、蹬等專項進階技術	實作 口試 同儕互評	
第 21 週 01/17-01/23		段考週				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第二學期八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	田徑	實施年級	七、八、 九年級	教學節數	本學期共(17)節	社團編號	16
彈性學習課程規範	2. <input 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	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。						
課程目標	第四階段國中生是學生身心及生理發展的快速期，也是自我探索與人際發展的關鍵期，課程中施以專業體育及運動教育，輔導其適性發展與社會參與，培育運動專業人才。						
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 02/14-02/20		開學週					
第 2 週 02/21-02/27	1	複習上學期教導技術	T-IV-B1 T-IV-B2 T-IV-B3	了解專項技術的共同性與特殊性	實作 口試 同儕互評		
第 3 週 02/28-03/06		228 紀念日補假					
第 4 週 03/07-03/13	1	『精進基礎體能』	P-IV-A3 P-V-A3	了解與運用循環、階梯及間歇訓練之內容、負荷及安全原則	實作 口試 同儕互評		
第 5 週 03/14-03/20	1	『精進基礎體能』	P-IV-A3 P-V-A3	了解與運用有氧、無氧訓練之內容、負荷及安全原則	實作 口試		

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

					同儕互評	
第 6 週 03/21-03/27	1	『精進基礎體能』	P-IV-A3 P-V-A3	了解與運用敏捷、協調與速度等專項運動之原理原則	實作 口試 同儕互評	
第 7 週 03/28-04/03	1	『精進速度技術』	T-IV-B1 T-IV-B3	理解並操作跑、踢、蹬等專項進階技術	實作 口試 同儕互評	
第 8 週 04/04-04/10	1	第一次術科測驗				
第 9 週 04/11-04/17	1	『強化肌力、彈跳力』	P-IV-A1 P-IV-A2 P-IV-A3	了解與運用無氧訓練、爆發力等專項體能之原理原則	實作 口試 同儕互評	
第 10 週 04/18-04/24	1	『精進專項技術』	T-IV-B1 T-IV-B2 T-IV-B3	理解並操作跑、擲/踢、蹬及接力等專項進階技術 理解並執行配速	實作 口試 同儕互評	
第 11 週 04/25-05/01	1	『精進速度技術』	T-IV-B1 T-IV-B3	理解並操作跑、踢、蹬等專項進階技術	實作 口試 同儕互評	
第 12 週 05/02-05/08	1	『精進專項技術』	T-IV-B1 T-IV-B2 T-IV-B3	理解並操作跑、擲/踢、蹬及接力等專項進階技術 理解並執行配速	實作 口試	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

					同儕互評	
第 13 週 05/09-05/15	1	『精進專項技術』	T-IV-B1 T-IV-B2 T-IV-B3	理解並操作跑、擲/踢、蹬 及接力等專項進階技術 理解並執行配速	實作 口試 同儕互評	
第 14 週 05/16-05/22	1	『精進專項技術』	T-IV-B1 T-IV-B2 T-IV-B3 Ta-IV-C1	理解並操作跑、擲/踢、蹬 及接力等專項進階技術 理解並執行配速	實作 口試 同儕互評	
第 15 週 05/23-05/29	1	『強化肌力、彈跳 力』	P-IV-A1 P-IV-A2 P-IV-A3	了解與運用無氧訓練、爆 發力等專項體能之原理原 則	實作 口試 同儕互評	
第 16 週 05/30-06/05	1	『精進速度技術』	T-IV-B1 T-IV-B3	理解並操作跑、踢、蹬等 專項進階技術	實作 口試 同儕互評	
第 17 週 06/06-06/12	1	『精進專項技術』	T-IV-B1 T-IV-B2 T-IV-B3 Ta-IV-C1 Ta-IV-C2 Ta-IV-C3 Ps-IV-D2 Ps-IV-D3	理解並操作跑、擲/踢、蹬 及接力等專項進階技術 理解並執行配速、規則與 情報蒐集 遵守並運用競賽規則、指 令與道德 溝通管道訓練與心理技巧 之提升	實作 口試 同儕互評	

			Ps-IV-D4	了解並執行環境適應能力		
第 18 週 06/13-06/19	1	『精進速度技術』	T-IV-B1 T-IV-B3	理解並操作跑、踢、蹬等 專項進階技術	實作 口試 同儕互評	
第 19 週 06/20-06/26	1	『精進專項技術』	T-IV-B1 T-IV-B2 T-IV-B3 Ta-IV-C1 Ta-IV-C2 Ta-IV-C3 Ps-IV-D2 Ps-IV-D3 Ps-IV-D4	理解並操作跑、擲/踢、蹬 及接力等專項進階技術 理解並執行配速、規則與 情報蒐集 遵守並運用競賽規則、指 令與道德 溝通管道訓練與心理技巧 之提升 了解並執行環境適應能力	實作 口試 同儕互評	
第 20 週 06/27-07/03		段考週				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第一學期八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	國術	實施年級	七、八年級	教學節數	本學期共(17)節	社團編號	17
彈性學習課程規範	2. <input 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	J-A1、J-A2、J-A3、J-B1、J-C2						
課程目標	1. 探索自我與身體活動，了解實現自我的含意。 2. 並養成規律運動的習慣以促進健康。 3. 經由個人與團體活動，建立積極正向與互助合作的生活態度。 4. 培養遵守共同規範，並尊重他人的態度，積極實踐安全生活。						
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 08/30-09/05		課程分組					
第 2 週 09/06-09/12	1	武術運動之認識	Bd-IV-1 武術套 路動作與攻防演 練應用	認識武術分類	1. 觀察 2. 課前準備 3. 實作及表現 4. 分組討論		
第 3 週 09/13-09/19	1	基本步法、手法	Bd-IV-1 武術套 路動作與攻防演 練應用	習練武術基本功	1. 觀察 2. 實作及表現		
第 4 週 09/20-09/26	1	基本踢法	Bd-IV-1 武術套 路動作與攻防演	習練武術基本功	1. 觀察 2. 實作及表現		
第 5 週 09/27-10/03	1	行進踢法、基本難度	Bd-IV-1 武術 套路動作與攻防 演練應用	習練武術基本功	1. 觀察 2. 實作及表現		
第 6 週 10/04-10/10	1	翻滾動作	Bd-IV-1 武術 套路動作與攻防 演練應用	習練武術基本功	1. 觀察 2. 實作及表現		

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 7 週 10/11-10/17		段考週				
第 8 週 10/18-10/24	1	翻滾動作	Bd-IV-1 武術 套路動作 與攻防 演練應用	習練武術基本功	1. 觀察 2. 實作及表 現	
第 9 週 10/25-10/31	1	競技武術南北拳	Bd-IV-1 武術 套路動作 與攻防 演練應用	習練武術拳術 套路	1. 觀察 2. 實作及表 現	
第 10 週 11/01-11/07	1	競技武術南北拳	Bd-IV-1 武術 套路動作 與攻防 演練應用	習練武術拳術 套路	1. 觀察 2. 實作及表 現	
第 11 週 11/08-11/14	1	競技武術南北拳	Bd-IV-1 武術 套路動作 與攻防 演練應用	習練武術拳術 套路	1. 觀察 2. 實作及表 現	
第 12 週 11/15-11/21	1	競技武術南北拳	Bd-IV-1 武術 套路動作 與攻防 演練應用	習練武術拳術 套路	1. 觀察 2. 實作及表 現	
第 13 週 11/22-11/28	1	競技武術南北拳 總複習	Bd-IV-1 武術 套路動作 與攻防 演練應用	習練武術拳術 套路	1. 觀察 2. 實作及表 現	
第 14 週 11/29-12/05		段考週				
第 15 週 12/06-12/12	1	競技武術南北器械	Bd-IV-1 武術 套路動作 與攻防 演練應用	習練武術器械 套路	1. 觀察 2. 實作及表 現	
第 16 週 12/13-12/19	1	競技武術南北器械	Bd-IV-1 武術 套路動作 與攻防 演練應用	習練武術器械 套路	1. 觀察 2. 實作及表 現	
第 17 週 12/20-12/26	1	競技武術南北器械	Bd-IV-1 武術 套路動作 與攻防 演練應用	習練武術器械 套路	1. 觀察 2. 實作及表 現	
第 18 週 12/27-01/02	1	競技武術南北器械	Bd-IV-1 武術 套路動作 與攻防 演練應用	習練武術器械 套路	1. 觀察 2. 實作及表 現	
第 19 週 01/03-01/09	1	競技武術南北器械	Bd-IV-1 武術 套路動作 與攻防 演練應用	習練武術器械 套路	1. 觀察 2. 實作及表 現	

第 20 週 01/10-01/16	1	競技武術南北器械 總複習	Bd-IV-1 武術 套路動作 與攻防 演練應用	習練武術器械 套路	1. 觀察 2. 實作及表 現 3. 記錄	
第 21 週 01/17-01/23		段考週				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第二學期八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	田徑	實施年級	七、八、 九年級	教學節數	本學期共(17)節	社團編號	17
彈性學習課程規範	2. <input 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	J-A1、J-A2、J-A3、J-B1、J-C2						
課程目標	1. 探索自我與身體活動，了解實現自我的含意。 2. 並養成規律運動的習慣以促進健康。 3. 經由個人與團體活動，建立積極正向與互助合作的生活態度。 4. 培養遵守共同規範，並尊重他人的態度，積極實踐安全生活。						
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 02/14-02/20		開學週					
第 2 週 02/21-02/27	1	武術運動之認識	Bd-IV-1 武術套 路動 作與攻防演 練應用	認識武術分類	1. 觀察 2. 課前準備 3. 實作及表現 4. 分組 討論		

第 3 週 02/28-03/06		228 紀念日補假				
第 4 週 03/07-03/13	1	基本步法、手法	Bd-IV-1 武術套 路動 作與攻防演 練應用	習練武術基本功	1. 觀察 2. 實作及表現	
第 5 週 03/14-03/20	1	基本踢法	Bd-IV-1 武術套 路動 作與攻防演	習練武術基本功	1. 觀察 2. 實作及表現	
第 6 週 03/21-03/27	1	行進踢法、基本難度	Bd-IV-1 武術 套路動 作與攻防 演練應用	習練武術基本功	1. 觀察 2. 實作及表現	
第 7 週 03/28-04/03	1	翻滾動作	Bd-IV-1 武術 套路動 作與攻防 演練應用	習練武術基本功	1. 觀察 2. 實作及表現	
第 8 週 04/04-04/10	1	第一次術科測驗				
第 9 週 04/11-04/17	1	翻滾動作	Bd-IV-1 武術 套路動 作與攻防 演練應用	習練武術基本功	1. 觀察 2. 實作及表現	
第 10 週 04/18-04/24	1	競技武術南北拳	Bd-IV-1 武術 套路動 作與攻防 演練應用	習練武術拳術 套路	1. 觀察 2. 實作及表現	
第 11 週 04/25-05/01	1	競技武術南北拳	Bd-IV-1 武術 套路動 作與攻防 演練應用	習練武術拳術 套路	1. 觀察 2. 實作及表現	
第 12 週 05/02-05/08	1	競技武術南北拳	Bd-IV-1 武術 套路動 作與攻防 演練應用	習練武術拳術 套路	1. 觀察 2. 實作及表現	
第 13 週 05/09-05/15	1	競技武術南北拳	Bd-IV-1 武術 套路動 作與攻防 演練應用	習練武術拳術 套路	1. 觀察 2. 實作及表現	
第 14 週 05/16-05/22	1	競技武術南北拳 總 複習	Bd-IV-1 武術 套路動 作與攻防 演練應用	習練武術拳術 套路	1. 觀察 2. 實作及表現	
第 15 週 05/23-05/29	1	競技武術南北器械	Bd-IV-1 武術 套路動 作與攻防 演練應用	習練武術器械 套路	1. 觀察 2. 實作及表現	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 16 週 05/30-06/05	1	競技武術南北器械	Bd-IV-1 武術 套路動作與攻防 演練應用	習練武術器械 套路	1. 觀察 2. 實作及表現	
第 17 週 06/06-06/12	1	競技武術南北器械	Bd-IV-1 武術 套路動作與攻防 演練應用	習練武術器械 套路	1. 觀察 2. 實作及表現	
第 18 週 06/13-06/19	1	競技武術南北器械	Bd-IV-1 武術 套路動作與攻防 演練應用	習練武術器械 套路	1. 觀察 2. 實作及表現	
第 19 週 06/20-06/26	1	競技武術南北器械 總複習	Bd-IV-1 武術 套路動作與攻防 演練應用	習練武術器械 套路	1. 觀察 2. 實作及表現 3. 記錄	
第 20 週 06/27-07/03		段考週				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第一學期七、八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	籃球社團	實施年級	七、八	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	18
彈性學習課程規範	2. <input 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>A1-身心素質與自我精進 J-A1-具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐</p> <p>A2-系統思考與解決問題 J-A2-具備理解情境全貌、並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題</p> <p>C2-人際關係與團隊合作 J-C2-具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>						
課程目標	提升學生協調性、反應速度與身體素質的強化，並且讓學生了解團隊合作中溝通與配合的重要性。						
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 08/29-09/04		開學週					
第 2 週 09/05-09/11		課程分組					
第 3 週 09/12-09/18	2	球感練習	提升對球的感覺與反應速度	持球時的協調性			
第 4 週 09/19-09/25	2	球感練習	提升對球的感覺與反應速度	持球時的協調性			
第 5 週 09/26-10/02	2	球感練習	提升對球的感覺與反應速度	持球時的協調性	實作		
第 6 週 10/03-10/09	2	運球	運球行進間變化動作	提升行進中運球的能力			

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 7 週 10/10-10/16		國慶日補假				
第 8 週 10/17-10/23	2	運球	運球行進間變化動作	提升行進中運球的能力		
第 9 週 10/24-10/30	2	運球	運球行進間變化動作	提升行進中運球的能力	實作	
第 10 週 10/31-11/06	2	投籃	動作調整與如何運用 身體發力投籃	能夠在實戰中提升命中 率		
第 11 週 11/07-11/13	2	投籃	動作調整與如何運用 身體發力投籃	能夠在實戰中提升命中 率		
第 12 週 11/14-11/20	2	投籃	動作調整與如何運用 身體發力投籃	能夠在實戰中提升命中 率	實作	
第 13 週 11/21-11/27		第二次段考				
第 14 週 11/28-12/04	2	三對三團隊觀念	了解三對三的基本走 位觀念與團隊配合	能結合投、切、傳的能力 應用在實戰中		
第 15 週 12/05-12/11	2	三對三團隊觀念	了解三對三的基本走 位觀念與團隊配合	能結合投、切、傳的能力 應用在實戰中		
第 16 週 12/12-12/18	2	三對三團隊觀念	了解三對三的基本走 位觀念與團隊配合	能結合投、切、傳的能力 應用在實戰中		
第 17 週 12/19-12/25	2	籃球規則講解	介紹與講解籃球規則	了解規則提升在實戰中 避免無謂的犯規與違例	學習反思單	
第 18 週 12/26-01/01	2	籃球規則講解	介紹與講解籃球規則	了解規則提升在實戰中 避免無謂的犯規與違例		

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 19 週 01/02-01/08	2	全場比賽	團隊戰術的應用與五人走位配合。	能結合投、切、傳的能力與戰術搭配應用在實戰中，並且了解團隊合作重要性		
第 20 週 01/09-01/15	2	全場比賽	團隊戰術的應用與五人走位配合。	能結合投、切、傳的能力與戰術搭配應用在實戰中，並且了解團隊合作重要性	實作	
第 21 週 01/16-01/22		第三次段考				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第二學期七、八 1 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	籃球社團	實施年級	七、八	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	18
彈性學習課程規範	2. <input 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>A1-身心素質與自我精進 J-A1-具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐 A2-系統思考與解決問題 J-A2-具備理解情境全貌、並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題 C2-人際關係與團隊合作 J-C2-具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>						
課程目標	提升學生協調性、反應速度與身體素質的強化，並且讓學生了解團隊合作中溝通與配合的重要性。						
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 02/06-02/12		無					
第 2 週 02/13-02/19	2	球感練習	提升對球的感覺與反應速度	持球時的協調性			

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 3 週 02/20-02/26	2	球感練習	提升對球的感覺與反應速度	持球時的協調性		
第 4 週 02/27-03/05		228 紀念日放假				
第 5 週 03/06-03/12	2	球感練習	提升對球的感覺與反應速度	持球時的協調性	實作	
第 6 週 03/13-03/19	2	運球	運球行進間變化動作	提升行進中運球的能力		
第 7 週 03/20-03/26	2	運球	運球行進間變化動作	提升行進中運球的能力		
第 8 週 03/27-04/02	2	運球	運球行進間變化動作	提升行進中運球的能力	實作	
第 9 週 04/03-04/09		兒童節放假				
第 10 週 04/10-04/16	2	投籃	動作調整與如何運用身體發力投籃	能夠在實戰中提升命中率		
第 11 週 04/17-04/23	2	投籃	動作調整與如何運用身體發力投籃	能夠在實戰中提升命中率		
第 12 週 04/24-04/30	2	投籃	動作調整與如何運用身體發力投籃	能夠在實戰中提升命中率		
第 13 週 05/01-05/07	2	三對三團隊觀念	了解三對三的基本走位觀念與團隊配合	能結合投、切、傳的能力應用在實戰中		
第 14 週 05/08-05/14	2	三對三團隊觀念	了解三對三的基本走位觀念與團隊配合	能結合投、切、傳的能力應用在實戰中		
第 15 週 05/15-05/21	2	三對三團隊觀念	了解三對三的基本走位觀念與團隊配合	能結合投、切、傳的能力應用在實戰中		

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 16 週 05/22-05/28	2	籃球規則講解	介紹與講解籃球規則	了解規則提升在實戰中 避免無謂的犯規與違例		
第 17 週 05/29-06/04	2	籃球規則講解	介紹與講解籃球規則	了解規則提升在實戰中 避免無謂的犯規與違例	學習反思單	
第 18 週 06/05-06/11	2	全場比賽	團隊戰術的應用與五人 走位配合。	能結合投、切、傳的能力 與戰術搭配應用在實戰 中，並且了解團隊合作 重要性	實作	
第 19 週 06/12-06/18		端午節放假				
第 20 週 06/19-06/25	2	全場比賽	團隊戰術的應用與五人 走位配合。	能結合投、切、傳的能力 與戰術搭配應用在實戰 中，並且了解團隊合作 重要性	實作	
第 21 週 06/26-07/02		第三次段考				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第一學期__七、八__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	男排	實施年級	七、八	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	19
彈性學習課程規範	2. <input 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	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。						
課程目標	教授學生排球基本技術及培養運動家精神						
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 08/29-09/04		無					
第 2 週 09/05-09/11		課程分組					
第 3 週 09/12-09/18	2	低手接球	低手接球	確實低手接到位	對牆 50 下		
第 4 週 09/19-09/25	2	低手接球	低手接球	確實低手接到位	對牆 50 下		
第 5 週 09/26-10/02	2	低手接球	低手接球	確實低手接到位	對牆 50 下		
第 6 週 10/03-10/09	2	低手接球	低手接球	確實低手接到位	對牆 50 下		
第 7 週 10/10-10/16		國慶日補假					

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 8 週 10/17-10/23	2	高手托球	高手托球	高手托遠及長	對牆 50 下	
第 9 週 10/24-10/30	2	高手托球	高手托球	高手托遠及長	對牆 50 下	
第 10 週 10/31-11/06	2	高手托球	高手托球	高手托遠及長	對牆 50 下	
第 11 週 11/07-11/13	2	高手托球	高手托球	高手托遠及長	對牆 50 下	
第 12 週 11/14-11/20	2	發球	發球	正確發球姿勢	發球九宮格	
第 13 週 11/21-11/27		第二次段考				
第 14 週 11/28-12/04	2	發球	發球	正確發球姿勢	發球九宮格	
第 15 週 12/05-12/11	2	發球	發球	正確發球姿勢	發球九宮格	
第 16 週 12/12-12/18	2	發球	發球	正確發球姿勢	發球九宮格	
第 17 週 12/19-12/25	2	綜合練習	綜合練習	上場對打	按實力分組	
第 18 週 12/26-01/01	2	綜合練習	綜合練習	上場對打	按實力分組	
第 19 週 01/02-01/08	2	綜合練習	綜合練習	上場對打	按實力分組	
第 20 週 01/09-01/15	2	綜合練習	綜合練習	上場對打	按實力分組	

第 21 週 01/16-01/22		第三次段考				
-----------------------	--	-------	--	--	--	--

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第二學期__七、八__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	男排	實施年級	七、八	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	19
彈性學習課程規範	2. <input 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	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。						
課程目標	教授學生排球基本技術及培養運動家精神						
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 02/06-02/12		無					
第 2 週 02/13-02/19	2	扣球腳步練習	扣球腳步練習	以正確的脚步練習扣球	目測給分		
第 3 週 02/20-02/26	2	扣球腳步練習	扣球腳步練習	以正確的脚步練習扣球	目測給分		
第 4 週 02/27-03/05		228 紀念日放假					
第 5 週 03/06-03/12	2	扣球腳步練習	扣球腳步練習	以正確的脚步練習扣球	目測給分		
第 6 週 03/13-03/19	2	扣球腳步練習	扣球腳步練習	以正確的脚步練習扣球	目測給分		
第 7 週 03/20-03/26	2	扣球腳步練習	扣球腳步練習	以正確的脚步練習扣球	目測給分		

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 8 週 03/27-04/02	2	自拋自扣	自拋自扣	自己拋球並跳起扣球	目測給分	
第 9 週 04/03-04/09		兒童節放假				
第 10 週 04/10-04/16	2	自拋自扣	自拋自扣	自己拋球並跳起扣球	目測給分	
第 11 週 04/17-04/23	2	自拋自扣	自拋自扣	自己拋球並跳起扣球	目測給分	
第 12 週 04/24-04/30	2	自拋自扣	自拋自扣	自己拋球並跳起扣球	目測給分	
第 13 週 05/01-05/07	2	自拋自扣	自拋自扣	自己拋球並跳起扣球	目測給分	
第 14 週 05/08-05/14	2	綜合練習	綜合練習	上場對打	按實力分組	
第 15 週 05/15-05/21	2	綜合練習	綜合練習	上場對打	按實力分組	
第 16 週 05/22-05/28	2	綜合練習	綜合練習	上場對打	按實力分組	
第 17 週 05/29-06/04	2	綜合練習	綜合練習	上場對打	按實力分組	
第 18 週 06/05-06/11	2	綜合練習	綜合練習	上場對打	按實力分組	
第 19 週 06/12-06/18		端午節放假				
第 20 週 06/19-06/25	2	綜合練習	綜合練習	上場對打	按實力分組	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 21 週 06/26-07/02		第三次段考				
-----------------------	--	-------	--	--	--	--

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第一學期七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	排球	實施年級	七、八、 九年級	教學節數	本學期共(17)節	社團編號	20
彈性學習課程規範	2. <input 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	體-J-B3 具備審美與表現能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方式，以增進生活中豐富的美感體驗。 體-J-C1 具備生活中有關競技運動的道德思辯與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。 體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解競技運動的基本概念，應用於日常生活中。						
課程目標	第四階段國中生是學生身心及生理發展的快速期，也是自我探索與人際發展的關鍵期，課程中施以專業體育及運動教育，輔導其適性發展與社會參與，培育運動專業人才。						
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 08/30-09/05		課程分組					
第 2 週 09/06-09/12	1	認識排球起源、背景、排球規則概述、球場禮節。評估個人及他人的排球基本動作表現，以改善運動技能。	P-IV-A1 P-IV-A2 Ps-IV-D1	了解一般體能與專項體能之異同 自我評估優劣勢	報告 同儕互評		
第 3 週 09/13-09/19	1	1. 體能訓練-肌力訓練、速度訓練 2. 強化排球基本動作。(低、上手傳球、發球、攔網)	P-IV-A3 P-IV-A2 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解排球基本動作要領 了解運動防守補位觀念	報告 同儕互評		

		3. 防守補位觀念				
第 4 週 09/20-09/26	1	1. 體能訓練- 肌力訓練、速度訓練 2. 強化排球基本動作。(低、上手傳球、發球、攔網) 3. 進階攻擊練習	P-IV-A3 P-IV-A2 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解排球基本動作要領 了解運用防守補位觀念 了解運用攻擊時機掌握	實作 口試 同儕互評	
第 5 週 09/27-10/03	1	1. 體能訓練- 肌力訓練、速度訓練 2. 強化排球基本動作。(低、上手傳球、發球、攔網) 3. 進階攻擊練習	P-IV-A3 P-IV-A2 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解排球基本動作要領 了解運用防守補位觀念 了解運用攻擊時機掌握	實作 口試 同儕互評	
第 6 週 10/04-10/10	1	1. 體能訓練- 肌力訓練、重量訓練 2. 進階攔網練習 3. 進階攻擊練習 4. 進階發球練習。	P-IV-A3 P-IV-A4 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解排球基本動作要領 了解運用防守補位觀念 了解運用發球動作要領	實作 口試 同儕互評	
第 7 週 10/11-10/17		段考週				
第 8 週 10/18-10/24	1	1. 體能訓練-速度訓練。 2. 進階攔網練習 3. 進階攻擊練習 4. 進階發球練習。	P-IV-A3 P-IV-A2 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解排球基本動作要領 了解運用防守補位觀念 了解運用發球動作要領	實作 口試 同儕互評	

第 9 週 10/25-10/31	1	1. 體能訓練- 肌力訓練、耐力訓練。 2. 前排攔網後防守訓練。 3. 全隊聯防。	P-IV-A3 P-IV-A2 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解排球基本動作要領 了解運用防守補位觀念 了解運用隊型防守	實作 口試 同儕互評	
第 10 週 11/01-11/07	1	1. 體能訓練- 肌力訓練、耐力訓練。 2. 策略攔網後防守再攻擊。 3. 強化攻擊技術 (擊球點、手腕運用、腳步移動)。 4. 加強舉球員專門訓練(移動能力、修正球、比賽節奏掌握)	P-IV-A3 P-IV-A2 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解與運用肌力與耐力訓練等 專項運動之原理原則。 了解與運用攻擊位置站位。 了解與運動舉球員的舉球觀念。	實作 口試 同儕互評	
第 11 週 11/08-11/14	1	1. 體能訓練- 肌力訓練、耐力訓練。 2. 策略攔網後防守再攻擊。 3. 強化發球技術 (擊球點掌握、漂浮球、扣球式發球練習)。 4. 加強舉球員專門訓練(移動能力、修正球、比賽節奏掌	P-IV-A3 P-IV-A2 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解與運用肌力與耐力訓練等 專項運動之原理原則。 了解與運用攻擊位置站位。 了解與運動舉球員的舉球觀念。 了解攔網觀念及相關動作要領。	實作 口試 同儕互評	

		握)				
第 12 週 11/15-11/21	1	1. 體能訓練- 肌力訓練、耐力訓練。 2. 自由球員專訓 (體能、防守觀念、 站位) 3. 加強舉球員專門 訓練(移動能力、修 正球、比賽節奏掌 握) 4. 強化接發球。	P-IV-A3 P-IV-A4 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解與運用肌力與耐力訓練等 專項運動之原理原則。 了解與運用攻擊位置站位。 了解與運動舉球員的舉球觀 念。 了解接球觀念及相關動作要 領。	實作 口試 同儕互評	
第 13 週 11/22-11/28	1	1. 體能訓練 爆發力訓練、核心 肌群訓練。 2. 自由球員專訓 (體能、防守觀念、 站位) 3. 舉球員配攻擊手 (戰術演練) 4. 強化接發球。	P-IV-A3 P-IV-A4 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解與運用爆發力與核心肌群 訓練等專項運動之原理原則。 了解與運動舉球員的舉球觀 念。	實作 口試 同儕互評	
第 14 週 11/29-12/05		段考週				
第 15 週 12/06-12/12	1	1. 體能訓練 核心肌群訓練、重 量訓練。 2. 強化攻擊戰術。 3. 模擬比賽戰術演 練	P-IV-A3 P-IV-A4 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解與運用核心肌群訓練等專 項運動之原理原則。 了解與運用攻擊觀念。 了解隊型戰術運用觀念。	實作 口試 同儕互評	

第 16 週 12/13-12/19	1	1. 體能訓練 核心肌群訓練、重量訓練。 2. 舉球員配攻擊手(戰術演練) 3. 後排攻擊訓練 4. 強化修正球+攻擊。 5. 模擬比賽情況訓練	P-IV-A3 P-IV-A4 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解與運用核心肌群訓練等專項運動之原理原則。 了解與運動舉球員的舉球觀念。 了解隊型戰術運用觀念。 了解隊型戰術運用觀念。	實作 口試 同儕互評	
第 17 週 12/20-12/26	1	1. 體能訓練 核心肌群訓練、重量訓練。 2 模擬比賽戰術演練	P-IV-A3 P-IV-A4 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解與運用核心肌群訓練等專項運動之原理原則。 了解隊型戰術運用觀念。	實作 口試 同儕互評	
第 18 週 12/27-01/02	1	1. 體能訓練 核心肌群訓練、耐力訓練。 2. 策略攔網後防守演練。 3. 模擬比賽戰術演練	P-IV-A3 P-IV-A4 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解與運用核心肌群訓練等專項運動之原理原則。 了解攔網動作運用觀念。 了解隊型戰術運用觀念。	實作 口試 同儕互評	
第 19 週 01/03-01/09	1	1. 體能訓練 核心肌群訓練、耐力訓練。 2. 策略攔網後防守演練。 3. 模擬比賽戰術演練	P-IV-A3 P-IV-A4 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解與運用核心肌群訓練等專項運動之原理原則。 了解隊型戰術運用觀念。	實作 口試 同儕互評	

第 20 週 01/10-01/16	1	1. 體能訓練 核心肌群訓練、耐力訓練。 2. 策略攔網後防守演練。 3. 模擬比賽戰術演練	P-IV-A3 P-IV-A4 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解與運用核心肌群訓練等專項運動之原理原則。 了解隊型戰術運用觀念。	實作 口試 同儕互評	
第 21 週 01/17-01/23		段考週				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第二學期七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	排球	實施年級	七、八、 九年級	教學節數	本學期共(17)節	社團編號	20
彈性學習課程規範	2. <input 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	體-J-B3 具備審美與表現能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方式，以增進生活中豐富的美感體驗。 體-J-C1 具備生活中有關競技運動的道德思辯與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。 體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解競技運動的基本概念，應用於日常生活中。						
課程目標	第四階段國中生是學生身心及生理發展的快速期，也是自我探索與人際發展的關鍵期，課程中施以專業體育及運動教育，輔導其適性發展與社會參與，培育運動專業人才。						
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 02/14-02/20		開學週				
第 2 週 02/21-02/27	1	1. 運動傷害的預防及處理方式 2. 體能訓練-速度訓練	Ta-IV-C8 P-IV-A3 T-IV-B3	了解一般體能與專項體能之異同 自我評估優劣勢	實作 口試 同儕互評	
第 3 週 02/28-03/06		228 紀念日補假				
第 4 週 03/07-03/13	1	1. 體能訓練-肌力訓練、速度訓練 2. 強化防守動作。(移動防守) 3. 防守補位觀念	P-IV-A3 P-IV-A2 T-IV-B3	了解與運用循環、階梯及間歇訓練之內容、負荷及安全原則。 了解排球訪守相關位置站位。	實作 口試 同儕互評	
第 5 週 03/14-03/20	1	1. 體能訓練-肌力訓練、速度訓練 2. 強化防守動作。(移動防守) 3. 進階防守動作(魚躍、滾翻) 4. 策略發球觀念建立。	P-IV-A3 P-IV-A2 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解如何發出有利於己方的發球位置。 了解與運用敏捷、協調與速度等專項運動之原理原則。	實作 口試 同儕互評	
第 6 週 03/21-03/27	1	1. 體能訓練-肌力訓練、速度訓練 2. 強化防守動作。(個人防守) 3. 進階防守動作(魚躍、滾翻) 4. 策略發球觀念運	P-IV-A3 P-IV-A2 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解與運用肌力與速度等專項運動之原理原則 了解與運用敏捷、協調與速度等專項運動之原理原則。	實作 口試 同儕互評	

		用。				
第 7 週 03/28-04/03	1	1. 體能訓練- 肌力訓練、重量訓練 2. 強化後排聯防站 位。 3. 進階防守動作(魚 躍、滾翻) 4. 策略發球觀念運 用。	P-IV-A3 P-IV-A2 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解與運用肌力與重量訓 練等專項運動之原理原 則。 了解與運用接球位置。	實作 口試 同儕互評	
第 8 週 04/04-04/10	1	第一次術科測驗				
第 9 週 04/11-04/17	1	1. 體能訓練- 肌力訓練、耐力訓 練。 2. 策略攔網後防守 再攻擊。 3. 強化攻擊技術(擊 球點、手腕運用、腳 步移動)。 4. 加強舉球員專門 訓練(移動能力、修 正球、比賽節奏掌 握)	P-IV-A3 P-IV-A2 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解與運用肌力與耐力訓 練等專項運動之原理原 則。 了解與運用攻擊位置站 位。 了解與運動舉球員的舉球 觀念。	實作 口試 同儕互評	
第 10 週 04/18-04/24	1	1. 體能訓練- 肌力訓練、耐力訓 練。 2. 策略攔網後防守 再攻擊。 3. 強化發球技術(擊	P-IV-A3 P-IV-A2 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解與運用肌力與耐力訓 練等專項運動之原理原 則。 了解與運用攻擊位置站 位。	實作 口試 同儕互評	

		球點掌握、漂浮球、扣球式發球練習)。 4. 加強舉球員專門訓練(移動能力、修正球、比賽節奏掌握)		了解與運動舉球員的舉球觀念。 了解攔網觀念及相關動作要領。		
第 11 週 04/25-05/01	1	1. 體能訓練-肌力訓練、耐力訓練。 2. 自由球員專訓(體能、防守觀念、站位) 3. 加強舉球員專門訓練(移動能力、修正球、比賽節奏掌握) 4. 強化接發球。	P-IV-A3 P-IV-A4 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解與運用肌力與耐力訓練等專項運動之原理原則。 了解與運用攻擊位置站位。 了解與運動舉球員的舉球觀念。 了解接球觀念及相關動作要領。	實作 口試 同儕互評	
第 12 週 05/02-05/08	1	1. 體能訓練爆發力訓練、核心肌群訓練。 2. 自由球員專訓(體能、防守觀念、站位) 3. 舉球員配攻擊手(戰術演練) 4. 強化接發球。	P-IV-A3 P-IV-A4 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解與運用爆發力與核心肌群訓練等專項運動之原理原則。 了解與運動舉球員的舉球觀念。	實作 口試 同儕互評	
第 13 週 05/09-05/15	1	1. 體能訓練核心肌群訓練、重量訓練。 2. 舉球員配攻擊手	P-IV-A3 P-IV-A4 T-IV-B3 Ps-IV-D6	了解與運用核心肌群訓練等專項運動之原理原則。 了解與運動舉球員的舉球觀念。	實作 口試 同儕互評	

		(戰術演練) 3. 後排攻擊訓練 4. 強化修正球+攻擊。 5. 模擬比賽情況訓練	Ps-IV-8	了解隊型戰術運用觀念。 了解隊型戰術運用觀念。		
第 14 週 05/16-05/22	1	1. 體能訓練 核心肌群訓練。 2. 舉球員配攻擊手 (戰術演練) 3. 後排攻擊訓練 4. 強化修正球+攻擊。	P-IV-A3 P-IV-A4 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解與運用核心肌群訓練 等專項運動之原理原則。 了解與運動舉球員的舉球 觀念。 了解隊型戰術運用觀念。	實作 口試 同儕互評	
第 15 週 05/23-05/29	1	1. 體能訓練- 肌力訓練、耐力訓練。 2. 策略攔網後防守 再攻擊。 3. 強化攻擊技術(擊 球點、手腕運用、腳 步移動)。 4. 加強舉球員專門 訓練(移動能力、修 正球、比賽節奏掌 握)	P-IV-A3 P-IV-A4 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解與運用核心肌群訓練 等專項運動之原理原則。 了解隊型戰術運用觀念。	實作 口試 同儕互評	
第 16 週 05/30-06/05	1	1. 體能訓練 核心肌群訓練、耐力 訓練。 2. 策略攔網後防守 演練。	P-IV-A3 P-IV-A4 T-IV-B3 Ps-IV-D6	了解與運用核心肌群訓練 等專項運動之原理原則。 了解攔網動作運用觀念。 了解隊型戰術運用觀念。	實作 口試 同儕互評	

		3. 模擬比賽戰術演練	Ps-IV-8			
第 17 週 06/06-06/12	1	1. 體能訓練 核心肌群訓練、耐力訓練。 2. 策略攔網後防守演練。 3. 模擬比賽戰術演練	P-IV-A3 P-IV-A4 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解與運用核心肌群訓練等專項運動之原理原則。 了解隊型戰術運用觀念。	實作 口試 同儕互評	
第 18 週 06/13-06/19	1	1. 體能訓練 核心肌群訓練、耐力訓練。 2. 策略攔網後防守演練。 3. 模擬比賽戰術演練	P-IV-A3 P-IV-A4 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解與運用核心肌群訓練等專項運動之原理原則。 了解隊型戰術運用觀念。	實作 口試 同儕互評	
第 19 週 06/20-06/26	1	1. 體能訓練 核心肌群訓練、耐力訓練。 2. 策略攔網後防守演練。 3. 模擬比賽戰術演練	P-IV-A3 P-IV-A4 T-IV-B3 Ps-IV-D6 Ps-IV-8	了解與運用核心肌群訓練等專項運動之原理原則。 了解隊型戰術運用觀念。	實作 口試 同儕互評	
第 20 週 06/27-07/03		段考週				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第一學期七、八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	直笛團	實施年級	七、八年級	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	21
彈性學習課程規範	2. <input 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>A1-身心素質與自我精進 J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。</p> <p>B1-符號運用與溝通表達 J-B1-具備運用各類符號表達情意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>B3-藝術涵養與美感素養 J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力，欣賞各種藝術的風格和價值，並了解美感的特質、認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。</p> <p>C2-人際關係與團隊合作 J-C2-具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>						
課程目標	以直笛為媒介，增進個人音樂素養及吹奏技巧，促進人際關係及團體溝通和合奏能力						
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 08/29-09/04		無					
第 2 週 09/05-09/11		課程分組					
第 3 週 09/12-09/18	2	認識彼此，認識樂器	認識彼此，認識樂器並分配樂器	認識彼此，認識樂器並分配樂器	實作評量		
第 4 週 09/19-09/25	2	基本練習+比賽曲目練習	熟悉樂器操作並練習簡單視譜	直笛基本操作練習並練習比賽曲目	實作評量		

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 5 週 09/26-10/02	2	基本練習+比賽曲目練習	熟悉樂器操作並練習簡單視譜	直笛基本操作練習並練習比賽曲目	實作評量	
第 6 週 10/03-10/09	2	基本練習+比賽曲目練習	熟悉樂器操作並練習簡單視譜	直笛基本操作練習並練習比賽曲目	實作評量	
第 7 週 10/10-10/16		國慶日補假				
第 8 週 10/17-10/23	2	比賽曲目練習	精進比賽曲目詮釋及吹奏技巧	精進比賽曲目詮釋及吹奏技巧	實作評量	
第 9 週 10/24-10/30	2	比賽曲目練習	精進比賽曲目詮釋及吹奏技巧	精進比賽曲目詮釋及吹奏技巧	實作評量	
第 10 週 10/31-11/06	2	比賽曲目練習	精進比賽曲目詮釋及吹奏技巧	精進比賽曲目詮釋及吹奏技巧	實作評量	
第 11 週 11/07-11/13	2	比賽曲目練習	精進比賽曲目詮釋及吹奏技巧	精進比賽曲目詮釋及吹奏技巧	實作評量	
第 12 週 11/14-11/20	2	比賽曲目練習	精進比賽曲目詮釋及吹奏技巧	精進比賽曲目詮釋及吹奏技巧	實作評量	
第 13 週 11/21-11/27		第二次段考				
第 14 週 11/28-12/04	2	賽後檢討	觀摩各校或歷年吹奏影片並討論檢討改進	觀摩各校或歷年吹奏影片並討論檢討改進	口頭討論	
第 15 週 12/05-12/11	2	基本練習及聖誕組曲練習	以技巧練習專用曲目做個別技巧精進並練習聖誕組曲	以技巧練習專用曲目做個別技巧精進並練習聖誕組曲	實作評量	
第 16 週 12/12-12/18	2	基本練習及聖誕組曲練習	以技巧練習專用曲目做個別技巧精進並練習聖誕組曲	以技巧練習專用曲目做個別技巧精進並練習聖誕組曲	實作評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 17 週 12/19-12/25	2	聖誕組曲練習	精熟聖誕組曲並討論 演出方式及採排	精熟聖誕組曲並討論演 出方式及採排	實作評量	
第 18 週 12/26-01/01	2	基本練習	以技巧練習專用曲目 做個別技巧精進	以技巧練習專用曲目做 個別技巧精進	實作評量	
第 19 週 01/02-01/08	2	基本練習	以技巧練習專用曲目 做個別技巧精進	以技巧練習專用曲目做 個別技巧精進	實作評量	
第 20 週 01/09-01/15	2	基本練習	以技巧練習專用曲目 做個別技巧精進	以技巧練習專用曲目做 個別技巧精進	實作評量	
第 21 週 01/16-01/22		第三次段考				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第二學期七、八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	直笛團	實施年級	七、八年級	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	21
彈性學習課程規範	2. <input 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>A1-身心素質與自我精進 J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。</p> <p>B1-符號運用與溝通表達 J-B1-具備運用各類符號表達情意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>B3-藝術涵養與美感素養 J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力，欣賞各種藝術的風格和價值，並了解美感的特質、認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。</p> <p>C2-人際關係與團隊合作 J-C2-具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>						
課程目標	以直笛為媒介，增進個人音樂素養及吹奏技巧，促進人際關係及團體溝通和合奏能力						
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	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 1 週 02/06-02/12		無				
第 2 週 02/13-02/19	2	基本練習	以技巧練習專用曲目 做個別技巧精進	以技巧練習專用曲目做 個別技巧精進	實作評量	
第 3 週 02/20-02/26	2	基本練習	以技巧練習專用曲目 做個別技巧精進	以技巧練習專用曲目做 個別技巧精進	實作評量	
第 4 週 02/27-03/05		228 紀念日放假				
第 5 週 03/06-03/12	2	基本練習	以技巧練習專用曲目 做個別技巧精進	以技巧練習專用曲目做 個別技巧精進	實作評量	
第 6 週 03/13-03/19	2	基本練習	以技巧練習專用曲目 做個別技巧精進	以技巧練習專用曲目做 個別技巧精進	實作評量	
第 7 週 03/20-03/26	2	基本練習並開始熟悉 下學年比賽曲目	以技巧練習專用曲目 做個別技巧精進，另 外也開始準備下學年 比賽曲目	以技巧練習專用曲目做 個別技巧精進，另外也 開始準備下學年比賽曲 目	實作評量	
第 8 週 03/27-04/02	2	熟悉下學年比賽曲目	欣賞下學年比賽曲目 各種版本，並開始視 奏練習	欣賞下學年比賽曲目各 種版本，並開始視奏練 習	實作評量	
第 9 週 04/03-04/09		兒童節放假				
第 10 週 04/10-04/16	2	練習下學年比賽曲目	練習下學年比賽曲目	練習下學年比賽曲目	實作評量	
第 11 週 04/17-04/23	2	練習下學年比賽曲目 並準備畢業典禮曲目	複習下學年比賽曲 目，視譜畢業典禮曲 目	複習下學年比賽曲目， 視譜畢業典禮曲目	實作評量	

第 12 週 04/24-04/30	2	練習下學年比賽曲目 並準備畢業典禮曲目	複習下學年比賽曲目， 練習畢業典禮曲目	複習下學年比賽曲目， 練習畢業典禮曲目	實作評量	
第 13 週 05/01-05/07	2	練習下學年比賽曲目 並準備畢業典禮曲目	複習下學年比賽曲目， 練習畢業典禮曲目	複習下學年比賽曲目， 練習畢業典禮曲目	實作評量	
第 14 週 05/08-05/14	2	練習下學年比賽曲目 並準備畢業典禮曲目	複習下學年比賽曲目， 練習畢業典禮曲目	複習下學年比賽曲目， 練習畢業典禮曲目	實作評量	
第 15 週 05/15-05/21	2	練習下學年比賽曲目 並準備畢業典禮曲目	複習下學年比賽曲目， 練習畢業典禮曲目	複習下學年比賽曲目， 練習畢業典禮曲目	實作評量	
第 16 週 05/22-05/28	2	練習下學年比賽曲目 並準備畢業典禮曲目	複習下學年比賽曲目， 練習畢業典禮曲目	複習下學年比賽曲目， 練習畢業典禮曲目	實作評量	
第 17 週 05/29-06/04	2	練習下學年比賽曲目 並準備畢業典禮曲目	複習下學年比賽曲目， 練習畢業典禮曲目	複習下學年比賽曲目， 練習畢業典禮曲目	實作評量	
第 18 週 06/05-06/11	2	練習下學年比賽曲目 並準備畢業典禮曲目	複習下學年比賽曲目， 練習畢業典禮曲目	複習下學年比賽曲目， 練習畢業典禮曲目	實作評量	
第 19 週 06/12-06/18		端午節放假				
第 20 週 06/19-06/25	2	課程總檢討	統計一整年的各項表現 並給與獎懲，辦理直笛 直笛團頒獎典禮暨團	統計一整年的各項表現 並給與獎懲，辦理直笛 團頒獎典禮暨團康活動	口頭討論	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

			康活動			
第 21 週 06/26-07/02		第三次段考				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第一學期__七、八__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	排球社	實施年級	七、八	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	22
彈性學習課程規範	2. <input 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	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。						
課程目標	第四階段國中生是學生身心及生理發展的快速期，也是自我探索與人際發展的關鍵期，課程中施以專業體育及運動教育，輔導其適性發展與社會參與，培育運動專業人才。						
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 08/29-09/04		無					
第 2 週 09/05-09/11		課程分組					
第 3 週 09/12-09/18	2	引起動機自我介紹	協調訓練、低球接球	瞭解排球運動	實作評量		
第 4 週 09/19-09/25	2	排球動作	敏捷訓練、低手接球	瞭解排球動作	實作評量		
第 5 週 09/26-10/02	2	排球動作	耐力訓練、低手接球	瞭解排球動作	實作評量		
第 6 週 10/03-10/09	2	排球動作	敏捷訓練、上手接球	瞭解排球動作	實作評量		
第 7 週 10/10-10/16		段考週				國慶日補假	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 8 週 10/17-10/23	2	排球動作	協調訓練、上手接球	瞭解排球動作	實作評量	
第 9 週 10/24-10/30	2	排球動作	耐力訓練、上手接球	瞭解排球動作	實作評量	
第 10 週 10/31-11/06	2	排球動作	敏捷訓練、攻擊動作	瞭解排球動作	實作評量	
第 11 週 11/07-11/13	2	排球動作	協調訓練、攻擊動作	瞭解排球動作	實作評量	
第 12 週 11/14-11/20	2	排球動作	耐力訓練、攻擊動作	瞭解排球動作	實作評量	
第 13 週 11/21-11/27		段考週				
第 14 週 11/28-12/04	2	排球動作	敏捷訓練、發球	瞭解排球動作	實作評量	
第 15 週 12/05-12/11	2	排球動作	協調訓練、發球	瞭解排球動作	實作評量	
第 16 週 12/12-12/18	2	排球動作	耐力訓練、發球	瞭解排球動作	實作評量	
第 17 週 12/19-12/25	2	模擬比賽	排球禮儀、分組對抗	瞭解排球動作	實作評量	
第 18 週 12/26-01/01	2	模擬比賽	規則解說、分組對抗	瞭解排球動作	實作評量	
第 19 週 01/02-01/08	2	模擬比賽	規則解說、分組對抗	瞭解排球動作	實作評量	
第 20 週 01/09-01/15	2	心得分享	心得分享	檢討比賽結果	口頭發表	

第 21 週 01/16-01/22		段考週				
-----------------------	--	-----	--	--	--	--

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第二學期__七、八__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	排球社	實施年級	七、八	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	22
彈性學習課程規範	2. <input 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	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。						
課程目標	第四階段國中生是學生身心及生理發展的快速期，也是自我探索與人際發展的關鍵期，課程中施以專業體育及運動教育，輔導其適性發展與社會參與，培育運動專業人才。						
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 02/06-02/12		開學週					
第 2 週 02/13-02/19	2	排球動作	協調訓練、低手接球	瞭解排球動作	實作評量		
第 3 週 02/20-02/26	2	排球動作	耐力訓練、高手接球	瞭解排球動作	實作評量		
第 4 週 02/27-03/05		228 紀念日補假					
第 5 週 03/06-03/12	2	排球動作	敏捷訓練、發球	瞭解排球動作	實作評量		
第 6 週 03/13-03/19	2	排球動作	協調訓練、排球戰術	瞭解排球動作	實作評量		
第 7 週 03/20-03/26	2	排球動作	耐力訓練、排球戰術	瞭解排球動作	實作評量		

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 8 週 03/27-04/02	2	排球動作	敏捷訓練、排球戰術			
第 9 週 04/03-04/09		兒童節放假				
第 10 週 04/10-04/16	2	模擬比賽	排球戰術	瞭解排球動作	實作評量	
第 11 週 04/17-04/23	2	模擬比賽	排球戰術	瞭解排球動作	實作評量	
第 12 週 04/24-04/30	2	模擬比賽	排球戰術	瞭解排球動作	實作評量	
第 13 週 05/01-05/07	2	模擬比賽	排球戰術	瞭解排球動作	實作評量	
第 14 週 05/08-05/14	2	模擬比賽	排球戰術	瞭解排球動作	實作評量	
第 15 週 05/15-05/21	2	模擬比賽	排球戰術	瞭解排球動作	實作評量	
第 16 週 05/22-05/28	2	模擬比賽	排球戰術	瞭解排球動作	實作評量	
第 17 週 05/29-06/04	2	模擬比賽	競賽欣賞、排球戰術	瞭解排球動作	實作評量	
第 18 週 06/05-06/11	2	模擬比賽	競賽欣賞、排球戰術	瞭解排球動作	實作評量	
第 19 週 06/12-06/18		端午節放假				
第 20 週 06/19-06/25	2	模擬比賽	分組對抗賽	瞭解排球動作	實作評量	

第 21 週 06/26-07/02		第三次段考	心得分享			
-----------------------	--	-------	------	--	--	--

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第一學期七、八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	合唱團	實施年級	七、八年級	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	11
彈性學習課程規範	2. <input 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>J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。</p> <p>J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力，欣賞各種藝術的風格和價值，並了解美感的特質、認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。</p> <p>J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>						
課程目標	培養對合唱音樂的知能及表現能力，在團隊中互相合作、和諧互動，在表演中學習美感培育與豐富生活經驗						
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 08/29-09/04		無					
第 2 週 09/05-09/11		合唱團團務介紹、 聲部分組	音樂比賽影片欣賞	瞭解合唱的美麗	口頭問答		
第 3 週 09/12-09/18	2	聲樂基礎訓練(一)	1. 人體身腔共鳴介紹 2. 呼吸練習	1. 了解聲音與人體共鳴腔的關係藉以了解正確的發聲方法 2. 學會腹式呼吸	合唱指導 個別歌唱指導		
第 4 週 09/19-09/25	2	聲樂基礎訓練(二)	1. 語言與聲音的奧妙 2. 肺活量訓練 3. 發聲練習	能夠知道各母音、子音的重要性及發聲位置	個別歌唱指導 合唱指導		
第 5 週 09/26-10/02	2	聲樂基礎訓練 比賽指定曲練習	1. 聲音的應用 2. 認識並練習比賽指	歌曲練習：能了解曲目的架構與特色	個別歌唱指導 合唱指導		

			定曲			
第 6 週 10/03-10/09	2	聲樂基礎訓練 比賽指定曲練習	1. 聲音的應用 2. 熟練比賽指定曲	發聲練習 歌曲練習：能清楚曲目的音樂語法及詮釋	個別歌唱指導 合唱指導	
第 7 週 10/10-10/16		國慶日補假				
第 8 週 10/17-10/23	2	聲樂基礎訓練 比賽自選曲練習	1. 聲音的應用 2. 認識並練習比賽自選曲	發聲練習 歌曲練習：能了解曲目的架構與特色	個別歌唱指導 合唱指導	
第 9 週 10/24-10/30	2	聲樂基礎訓練 比賽自選曲練習	1. 聲音的應用 2. 熟練比賽指定曲	發聲練習 歌曲練習：能清楚曲目的音樂語法及詮釋	個別歌唱指導 合唱指導	
第 10 週 10/31-11/06	2	音樂比賽甄選與訓練	1. 聲音的綜合應用 2. 分部練習 3. 團練	發聲練習 歌曲練習	個別歌唱指導 合唱指導	
第 11 週 11/07-11/13	2	音樂比賽甄選與訓練	1. 聲音的綜合應用 2. 分組分部練習 3. 團練	發聲練習 歌曲練習	個別歌唱指導 合唱指導	
第 12 週 11/14-11/20	2	音樂比賽甄選與訓練	1. 曲目的詮釋與分析 2. 團練	能夠完整的演唱比賽選曲	個別歌唱指導 合唱指導	
第 13 週 11/21-11/27		第二次段考				
第 14 週 11/28-12/04	2	賽前準備	1. 比賽曲目彩排 2. 比賽動線走位	演練正式上台的狀況	本校舞台體驗、實際舞台體驗	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 15 週 12/05-12/11	2	賽後檢討 聖誕歌曲練習	各團隊影片觀摩	藉由觀摩、討論中學習	團體討論 心得分享	
第 16 週 12/12-12/18	2	聲樂基礎訓練 聖誕歌曲熟練	聲音的應用	發聲練習 歌曲練習	個別歌唱指導 合唱指導	
第 17 週 12/19-12/25	2	聲樂基礎訓練 聖誕歌曲彩排	聖誕節活動演練	準備報佳音活動道具及 說明報佳音動線	活動討論 合唱指導	
第 18 週 12/26-01/01	2	聖誕報佳音活動	到校園各角落報佳音	藉由在校園走唱的活 動，活化合唱音樂	實作評量	
第 19 週 01/02-01/08	2	延續聖誕活動- 分享歡樂分享愛	聖誕禮物交換、好話 分享	藉由聖誕交換禮物活動 增進團員們的感情	準備禮物、一句好話	
第 20 週 01/09-01/15	2	期末檢討與同樂	預告下學期合唱團活 動及演出曲目	能夠對於合唱團活動有 持續的熱情	口說、心得分享	
第 21 週 01/16-01/22		第三次段考				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第二學期____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	合唱團	實施年級	七、八年級	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	11
彈性學習課程規範	2. <input 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>J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。</p> <p>J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力，欣賞各種藝術的風格和價值，並了解美感的特質、認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。</p> <p>J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>						
課程目標	培養對合唱音樂的知能及表現能力，在團隊中互相合作、和諧互動，在表演中學習美感培育與豐富生活經驗						
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 02/06-02/12		無					
第 2 週 02/13-02/19	2	基礎訓練(一)	1. 暖身與暖聲 2. 發聲練習	重新喚回同學們對於聲音與身體的記憶	合唱指導 個別歌唱指導		
第 3 週 02/20-02/26	2	基礎訓練(二)	1. 語言與聲音的奧妙 2. 發聲練習	能夠知道各母音、子音的重要性及發聲位置	個別歌唱指導 合唱指導		
第 4 週 02/27-03/05		228 紀念日放假					
第 5 週 03/06-03/12	2	聲樂基礎訓練 歌曲練習	聲音的應用	發聲練習 歌曲練習	個別歌唱指導 合唱指導		
第 6 週 03/13-03/19	2	聲樂基礎訓練 歌曲練習	聲音的應用	發聲練習 歌曲練習	個別歌唱指導 合唱指導		

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 7 週 03/20-03/26	2	聲樂基礎訓練 歌曲練習	聲音的應用	發聲練習 歌曲練習	個別歌唱指導 合唱指導	
第 8 週 03/27-04/02	2	聲樂基礎訓練 歌曲練習	聲音的應用	發聲練習 歌曲練習	個別歌唱指導 合唱指導	
第 9 週 04/03-04/09		兒童節放假				
第 10 週 04/10-04/16	2	聲樂基礎訓練 歌曲練習	聲音的應用	發聲練習 歌曲練習	個別歌唱指導 合唱指導	
第 11 週 04/17-04/23	2	聲樂基礎訓練 歌曲練習	聲音的應用	發聲練習 歌曲練習	個別歌唱指導 合唱指導	
第 12 週 04/24-04/30	2	聲樂基礎訓練 歌曲練習	聲音的應用	發聲練習 歌曲練習	個別歌唱指導 合唱指導	
第 13 週 05/01-05/07	2	聲樂基礎訓練 歌曲練習	聲音的應用	發聲練習 歌曲練習	個別歌唱指導 合唱指導	
第 14 週 05/08-05/14	2	聲樂基礎訓練 歌曲練習	聲音的應用	發聲練習 歌曲練習	個別歌唱指導 合唱指導	
第 15 週 05/15-05/21	2	聲樂基礎訓練 歌曲練習	聲音的應用	發聲練習 歌曲練習	個別歌唱指導 合唱指導	
第 16 週 05/22-05/28	2	聲樂基礎訓練 歌曲練習	聲音的應用	發聲練習 歌曲練習	個別歌唱指導 合唱指導	
第 17 週 05/29-06/04	2	聲樂基礎訓練 歌曲練習	聲音的應用	發聲練習 歌曲練習	個別歌唱指導 合唱指導	
第 18 週 06/05-06/11	2	期末展演	將本學期所學做一個 成果展	能夠熟悉各曲目的內 涵、細節、詮釋，並勇 於發表	實作評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 19 週 06/12-06/18		端午節放假				
第 20 週 06/19-06/25	2	期末檢討與同樂	給予即將離團的八年級同學們祝福	能夠對於合唱團活動有持續的熱情與關心	口說、心得分享	
第 21 週 06/26-07/02		第三次段考				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第一學期^八七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	創意機器人社	實施年級	七八	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	24
彈性學習課程規範	2. <input 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	A3-規劃執行與創新應變 J-A3-具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。 B2-科技資訊與媒體素養 J-B2-具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 C2-人際關係與團隊合作 J-C2-具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。						
課程目標	透過不同類型的機器人與程式設計，培養邏輯思考、手作實務、機械工程、程式設計四大領域整合能力，也能從中學習團隊合作、彼此幫助，期許學生能從中提升自我學習及創作能力，更在未來有機會參與競賽挑戰。						
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 08/29-09/04		無					
第 2 週 09/05-09/11		課程分組					
第 3 週 09/12-09/18	2	碰碰車	學習組裝機器人並認識零件	認識零件並且學習控制馬達作不同的運用			
第 4 週 09/19-09/25	2	基礎車	學習組裝機器人並認識零件	認識零件並且學習控制馬達作不同的運用			
第 5 週 09/26-10/02	2	獨木橋	學習組裝機器人並認識零件	認識零件並且學習控制馬達作不同的運用			
第 6 週 10/03-10/09	2	飛鏢射手	學習組裝機器人並認識零件	認識零件並且學習控制馬達作不同的運用			

第 7 週 10/10-10/16		國慶日補假				
第 8 週 10/17-10/23	2	芝麻開門	認識不同機器人組裝圖且運用按鈕感測器	實作更多按鈕感測器範例並運用按鈕解決問題		
第 9 週 10/24-10/30	2	遙控車	認識不同機器人組裝圖且運用按鈕感測器	實作更多按鈕感測器範例並運用按鈕解決問題		
第 10 週 10/31-11/06	2	旋轉機關槍	認識不同機器人組裝圖且運用按鈕感測器	實作更多按鈕感測器範例並運用按鈕解決問題		
第 11 週 11/07-11/13	2	記憶訓練機	了解顏色感測器原理且做不同運用	使用顏色感測器做不同題目力求達到全面認識		
第 12 週 11/14-11/20	2	折返跑機器人	了解顏色感測器原理且做不同運用	使用顏色感測器做不同題目力求達到全面認識		
第 13 週 11/21-11/27		第二次段考				
第 14 週 11/28-12/04	2	相撲機器人	了解顏色感測器原理且做不同運用	使用顏色感測器做不同題目力求達到全面認識		
第 15 週 12/05-12/11	2	倉儲分類器	了解顏色感測器原理且做不同運用	使用顏色感測器做不同題目力求達到全面認識		
第 16 週 12/12-12/18	2	龜兔賽跑	了解顏色感測器原理且做不同運用	使用顏色感測器做不同題目力求達到全面認識		
第 17 週 12/19-12/25	2	停車系統	自然界的奧妙超音波距離感測器的方便	利用超音波做變化練習並且認識程式的多樣性		
第 18 週 12/26-01/01	2	小雞啄米	自然界的奧妙超音波距離感測器的方便	利用超音波做變化練習並且認識程式的多樣性		
第 19 週 01/02-01/08	2	衝鋒左右閃	自然界的奧妙超音波距離感測器的方便	利用超音波做變化練習並且認識程式的多樣性		

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 20 週 01/09-01/15	2	投籃高手	自然界的奧妙超音波 距離感測器的方便	利用超音波做變化練習 並且認識程式的多樣性		
第 21 週 01/16-01/22		第三次段考				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第二學期七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	創意機器人社	實施年級	七八	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	24
彈性學習課程規範	2. <input 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	A3-規劃執行與創新應變 J-A3-具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。 B2-科技資訊與媒體素養 J-B2-具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 C2-人際關係與團隊合作 J-C2-具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。						
課程目標	透過不同類型機器人與程式設計，培養邏輯思考、手作實務、機械工程、程式設計四大領域整合能力，也能從中學學習團隊合作、彼此幫助，期許學生能從中提升自我學習創作能力，更在未來有機會參與競賽挑戰。						
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 02/06-02/12		無					
第 2 週 02/13-02/19	2	自動投球機	組裝機器並且了解齒輪變化	認識不同的齒輪並用不同齒輪變化控制機構			
第 3 週 02/20-02/26	2	機器尺蠖	仿生機器人	利用樂高模仿日常見的生物且學習運動原理			
第 4 週 02/27-03/05		228 紀念日放假					
第 5 週 03/06-03/12	2	雷神之槌	組裝機器並且了解齒輪變化	認識不同的齒輪並用不同齒輪變化控制機構			
第 6 週 03/13-03/19	2	節拍達人	了解機器無所不在並以生活為例來做機器	利用樂高做出生活中不同的事物			

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 7 週 03/20-03/26	2	萬能怪手	了解機器無所不在並以生活為例來做機器	利用樂高做出生活中不同的事物		
第 8 週 03/27-04/02	2	旋風碰碰砲	學習機器不只是工具也能是玩具	利用不同機構以及不同程式控制機器互相互動		
第 9 週 04/03-04/09		兒童節放假				
第 10 週 04/10-04/16	2	超級拳擊手	學習機器不只是工具也能是玩具	利用不同機構以及不同程式控制機器互相互動		
第 11 週 04/17-04/23	2	小飛象	仿生機器人	利用樂高模仿日常見的生物且學習運動原理		
第 12 週 04/24-04/30	2	戰鬥陀螺	組裝機器並且了解齒輪變化	認識不同的齒輪並用不同齒輪變化控制機構		
第 13 週 05/01-05/07	2	甲蟲王者	仿生機器人	利用樂高模仿日常見的生物且學習運動原理		
第 14 週 05/08-05/14	2	魔術帽子	機器人桌游	利用機器人變魔術		
第 15 週 05/15-05/21	2	投石車	現代科技與過去科技的不同	比較現代機器與過去機器的好壞		
第 16 週 05/22-05/28	2	翼手龍	仿生機器人	利用樂高模仿日常見的生物且學習運動原理		
第 17 週 05/29-06/04	2	橫衝直撞	比賽題目練習運用	利用所學製作比賽程式		
第 18 週 06/05-06/11	2	音樂大師	科技與藝術的創新	利用樂高做演唱會		
第 19 週 06/12-06/18		端午節放假				

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 20 週 06/19-06/25	2	超級足球車	機構的運用及程式的 變化	利用不同參數調整達到 最好的效果		
第 21 週 06/26-07/02		第三次段考				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第一學期__七__八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	拼布社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(16)節	社團編號	25
彈性學習課程規範	2. <input 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>A2-系統思考與解決問題 J-A2-具備理解情境全貌、並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題</p> <p>B1-符號運用與溝通表達 J-B1-具備運用各類符號表達情意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>C2-人際關係與團隊合作 J-C2-具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>						
課程目標	期待透過手作的過程，讓學生在其中不僅可以增加手部的靈活，也能在當中學習配色、構圖，再藉由引導學生構思設計，期待學生不僅是寓教於樂、更能將所學習到的能力落實在生活小物中。						
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 08/29-09/04		無					
第 2 週 09/05-09/11	1	課程分組	運用小團體分組建立同儕之間彼此互相協助的學習氛圍。	使社團氣氛凝聚，同學與老師能彼此熟悉熱絡。			
第 3 週 09/12-09/18	1	零錢包	觀察布料材質差異與顏色搭配的選擇性。	培養學生觀察比較布料的材質，運用手感體察。			
第 4 週 09/19-09/25	1	零錢包	錢包開口樣式的設計	培養學生學習運用設計的原理並思考如何符合實用性。			
第 5 週 09/26-10/02	1	零錢包	介紹針線基本縫法	培養學生對針線的握持力，學習基本的手縫動	觀察學生針黹縫線的密緻度。		

				作。		
第 6 週 10/03-10/09	1	零錢包	專注-以全神貫注態度來一步一步完成自己的作品。	培養學生對事物的專注力，學習控制自手部的動作靈活度。	評估學生縫線線條吻合圖案的程度。	
第 7 週 10/10-10/16		國慶日補假				
第 8 週 10/17-10/23	1	零錢包	專注-以全神貫注態度來一步一步完成自己的作品。	培養學生對事物的專注力，學習控制自手部的動作靈活度。		
第 9 週 10/24-10/30	1	零錢包	專注-以全神貫注態度來一步一步完成自己的作品。	培養學生對事物的專注力，學習控制自手部的動作靈活度。		
第 10 週 10/31-11/06	1	零錢包	專注-以全神貫注態度來一步一步完成自己的作品。	培養學生對事物的專注力，學習控制自手部的動作靈活度。		
第 11 週 11/07-11/13	1	零錢包	專注-以全神貫注態度來一步一步完成自己的作品。	培養學生對事物的專注力，學習控制自手部的動作靈活度。	觀察學生錢包形狀有無歪斜的程度。	
第 12 週 11/14-11/20	1	零錢包	專注-以全神貫注態度來一步一步完成自己的作品。	培養學生對事物的專注力，學習控制自手部的動作靈活度。	評估學生錢包內裡與表布對稱縫合的程度。	
第 13 週 11/21-11/27		第二次段考				
第 14 週 11/28-12/04	1	零錢包	專注-以全神貫注態度來一步一步完成自	培養學生對事物的專注力，學習控制自手部的		

			己的作品。	動作靈活度。		
第 15 週 12/05-12/11	1	零錢包	學習四合扣與表布對接的縫法技巧。	培養學生對事物的專注力，學習控制自手部的動作靈活度。		
第 16 週 12/12-12/18	1	零錢包	學習四合扣與表布對接的縫法技巧。	培養學生對事物的專注力，學習控制自手部的動作靈活度。		
第 17 週 12/19-12/25	1	零錢包	學習拉鍊與表布對接的縫法技巧。	培養學生對事物的專注力，學習控制自手部的動作靈活度。		
第 18 週 12/26-01/01	1	零錢包	學習拉鍊與表布對接的縫法技巧。	培養學生對事物的專注力，學習控制自手部的動作靈活度。	評估學生零錢包拉鍊與表布對縫的程度。	
第 19 週 01/02-01/08	1	零錢包	互相觀摩並能欣賞構圖與色彩搭配的美感。	學習分享自己完成作品的經驗，並欣賞其他同學的作品。	評估學生零錢包四合扣與表布對縫的程度。	
第 20 週 01/09-01/15	1	零錢包	互相觀摩並能欣賞其他同學的作品。	學習分享自己完成作品的經驗，並體察其他同學作品的差異。	評估並欣賞學生完成零錢包的作品。	
第 21 週 01/16-01/22		第三次段考				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第二學期__七^八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	拼布社	實施年級	七年級 八	教學節數	本學期共(16)節	社團編號	25
彈性學習課程規範	2. <input 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>A2-系統思考與解決問題 J-A2-具備理解情境全貌、並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題</p> <p>B1-符號運用與溝通表達 J-B1-具備運用各類符號表達情意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>C2-人際關係與團隊合作 J-C2-具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>						
課程目標	期待透過手作的過程，讓學生在其中不僅可以增加手眼的協調靈活，也能在當中學習縫線與布塊的組合樂趣，再引導學生藉由作品的完成，體會到從做中學的成就感，亦能將所學習到的能力落實在日常生活中。						
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 02/06-02/12		無					
第 2 週 02/13-02/19	1	文青風拼布袋	根據自己的需求，學習布口袋的定性選擇。	了解自己的喜好與專長，並且學習設計拼布圖案。			
第 3 週 02/20-02/26	1	文青風拼布袋	根據自己的需求，設計布口袋的數量與圖形。	根據自己的實用與需求，學習設計布口袋的樣式。			
第 4 週 02/27-03/05		228 紀念日放假					
第 5 週 03/06-03/12	1	文青風拼布袋	觀察布塊的特性與顏色，設計構思搭配的	能夠利用現有的布塊，創意不同的巧思，並組			

			圖案。	構成為拼布的圖案。		
第 6 週 03/13-03/19	1	文青風拼布袋	觀察布塊的特性與顏色，設計構思搭配的圖案。	培養學生對手作的專注力，學習增加自己手縫的靈活度。		
第 7 週 03/20-03/26	1	文青風拼布袋	學習摺邊與留縫份的縫法技巧。	培養學生對手作的專注力，學習增加自己手縫的靈活度。	評估學生袋型的圖案完成程度。	
第 8 週 03/27-04/02	1	文青風拼布袋	學習摺邊與留縫份的縫法技巧。	培養學生對手作的專注力，學習增加自己手縫的靈活度。	觀察學生袋型的縫邊有無正確。	
第 9 週 04/03-04/09		兒童節放假				
第 10 週 04/10-04/16	1	文青風拼布袋	學習摺邊與留縫份的縫法技巧。	培養學生專注力，並學習和老師或同學討論拼布過程遇到的疑難。		
第 11 週 04/17-04/23	1	文青風拼布袋	學習摺邊與留縫份的縫法技巧。	培養學生專注力，並學習針對困難處，進行討論。		
第 12 週 04/24-04/30	1	文青風拼布袋	學習暗扣的縫法技巧。	培養學生專注力，並學習針對困難處，進行彈性的調整。		
第 13 週 05/01-05/07	1	文青風拼布袋	學習暗扣的縫法技巧。	培養學生專注力，並學習針對困難處，進行彈性的調整。		

第 14 週 05/08-05/14	1	文青風拼布袋	學習鈕扣繩的縫法技巧。	培養學生專注力，並學習針對困難處，進行討論。		
第 15 週 05/15-05/21	1	文青風拼布袋	學習鈕扣繩的縫法技巧。	培養學生專注力，並學習針對困難處，進行彈性的調整。	評估學生拼布鈕扣或暗釦的完成程度。	
第 16 週 05/22-05/28	1	文青風拼布袋	學習滾邊與表布對接的縫法技巧。	培養學生專注力，並學習針對困難處，進行討論。		
第 17 週 05/29-06/04	1	文青風拼布袋	學習滾邊與表布對接的縫法技巧。	培養學生專注力，並學習針對困難處，進行彈性的調整。		
第 18 週 06/05-06/11	1	文青風拼布袋	學習滾邊與表布對接的縫法技巧。	學習分享自己完成作品的經驗，並欣賞其他同學的作品。	評估學生拼布滾邊縫的完成程度。	
第 19 週 06/12-06/18		端午節放假				
第 20 週 06/19-06/25	1	文青風拼布袋	互相觀摩並能欣賞其他同學的作品。	學習分享自己完成作品的經驗，並體察其他同學作品的差異。	評估並欣賞學生完成零錢包的作品。	
第 21 週 06/26-07/02		第三次段考				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第一學期七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	健康體適能	實施年級	七八	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	26
彈性學習課程規範	2. <input 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>A2-系統思考與解決問題 J-A2-具備理解情境全貌、並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題 C2-人際關係與團隊合作 J-C2-具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>						
課程目標	<p>1. 認識健康體適能 2. 認是如何藉由運動提升體適能與促進健康 3. 簡易體適能檢測方法 4. 學習團隊合作互助精神</p>						
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 08/29-09/04		無					
第 2 週 09/05-09/11		課程分組					
第 3 週 09/12-09/18	2	健康體適能 (一)	健康體適能的理論與觀念	瞭解體適能與健康的關係	學習單、分組討論		
第 4 週 09/19-09/25	2	自我體適能檢測 (一)	心肺耐力	瞭解自己的體適能檢測結果	測 800、1600m 時間		
第 5 週 09/26-10/02	2	自我體適能檢測 (二)	仰臥起坐、坐姿體前彎、立定跳遠	瞭解自己的體適能檢測結果	測仰臥起坐、坐姿體前彎、立定跳遠		

第 6 週 10/03-10/09	2	自我體適能檢測 (三)	仰臥起坐、坐姿體前彎、立定跳遠	瞭解自己的體適能檢測結果	測仰臥起坐、坐姿體前彎、立定跳遠	
第 7 週 10/10-10/16		國慶日補假				
第 8 週 10/17-10/23	2	AED、CPR 急救訓練 (一)	AED 使用、CPR	培養自救及救人能力	練習 AED、CPR	
第 9 週 10/24-10/30	2	AED、CPR 急救訓練 (二)	AED、CPR 分組練習	培養自救及救人能力	練習 AED、CPR	
第 10 週 10/31-11/06	2	健康體適能 (二)	健康體適能的理論與觀念	瞭解體適能與健康的關係	學習單、表達能力	
第 11 週 11/07-11/13	2	心肺有氧適能 (一)	心肺耐力	瞭解心肺耐力與健康關係	學習單、分組討論	
第 12 週 11/14-11/20	2	心肺有氧適能 (二)	心肺耐力	瞭解心肺耐力與有氧運動	分組練習	
第 13 週 11/21-11/27		第二次段考				
第 14 週 11/28-12/04	2	心肺有氧適能 (三)	心肺耐力	有氧運動訓練	分組測驗	
第 15 週 12/05-12/11	2	健康體適能 (三)	健康體適能的理論與觀念	瞭解體適能與健康的關係	學習單、表達能力	
第 16 週 12/12-12/18	2	敏捷性與協調性 (一)	體能活動(趣味競賽)	培養敏捷與協調能力	分組練習	
第 17 週 12/19-12/25	2	敏捷性與協調性 (二)	體能活動(趣味競賽)	培養敏捷與協調能力	分組競賽	
第 18 週 12/26-01/01	2	敏捷性與協調性 (三)	體能活動(趣味競賽)	培養敏捷與協調能力	分組對抗賽	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 19 週 01/02-01/08	2	體重控制(一)	體重控制與健康	瞭解體重控制與健康的關係	紙筆測驗	
第 20 週 01/09-01/15	2	體重控制(二)	體重控制與運動	瞭解體重控與運動的關係	分組練習	
第 21 週 01/16-01/22		第三次段考				

◎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。

臺南市立麻豆國民中學 110 學年度第二學期^{七、八}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	健康體適能	實施年級	七八	教學節數	本學期共(32)節	社團編號	26
彈性學習課程規範	2. <input 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	A2-系統思考與解決問題 J-A2-具備理解情境全貌、並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題 C2-人際關係與團隊合作 J-C2-具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。						
課程目標	1. 認識健康體適能 2. 認是如何藉由運動提升體適能與促進健康 3. 簡易體適能檢測方法 4. 學習團隊合作互助精神						
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 02/06-02/12		無					
第 2 週 02/13-02/19	2	健康體適能 (四)	健康體適能的理論與觀念	瞭解體適能與健康的關係	分組報告		
第 3 週 02/20-02/26	2	爆發力與速度(一)	分組接力練習與競賽	培養爆發力	折返跑練習		
第 4 週 02/27-03/05		228 紀念日放假					

第 5 週 03/06-03/12	2	爆發力與速度(二)	分組接力練習與競賽	培養速度力	100、200m 練習	
第 6 週 03/13-03/19	2	爆發力與速度(三)	分組接力練習與競賽	培養爆發力與速度	分組競賽	
第 7 週 03/20-03/26	2	專項體能活動(一)	足球遊戲	綜合運用心肺耐力、敏捷協調性、爆發力與速度	分組練習	
第 8 週 03/27-04/02	2	專項體能活動(二)	足球遊戲	綜合運用心肺耐力、敏捷協調性、爆發力與速度	分組競賽	
第 9 週 04/03-04/09		兒童節放假				
第 10 週 04/10-04/16	2	肌力與肌耐力(一)	徒手核心肌群(間歇運動)	核心肌群訓練	分組練習	
第 11 週 04/17-04/23	2	肌力與肌耐力(二)	徒手核心肌群(間歇運動)	核心肌群訓練	分組練習	
第 12 週 04/24-04/30	2	肌力與肌耐力(三)	徒手核心肌群(間歇運動)	核心肌群訓練	分組練習	
第 13 週 05/01-05/07	2	肌力與肌耐力(四)	重量訓練	重量訓練	分組練習	
第 14 週 05/08-05/14	2	肌力與肌耐力(五)	重量訓練	重量訓練	分組練習	
第 15 週 05/15-05/21	2	肌力與肌耐力(六)	重量訓練	重量訓練	分組練習	
第 16 週 05/22-05/28	2	專項體能活動(二)	球類遊戲	綜合運用核心肌群與重量訓練	分組競賽	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 17 週 05/29-06/04	2	專項體能活動(三)	球類遊戲	綜合運用核心肌群與重量訓練	分組競賽	
第 18 週 06/05-06/11	2	期末測驗(一)	基本體能測驗	檢測體適能	前後測對照	
第 19 週 06/12-06/18		端午節放假				
第 20 週 06/19-06/25	2	期末測驗(二)	基本體能測驗	檢測體適能	前後測對照	
第 21 週 06/26-07/02		第三次段考				

◎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。