

臺南市鹽水區鹽水國民小學 111 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

◎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。

## 臺南市鹽水區鹽水國民小學 111 學年度第一學期五年級社團彈性學習課程計畫

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. <b>■社團活動與技藝課程</b> ( <b>■社團活動</b> <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	10	運動方程式	<ol style="list-style-type: none"> <li>體能訓練：折返跑</li> <li>腳步移動：橫移</li> </ol>	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	網球規則一把罩	<ol style="list-style-type: none"> <li>體能訓練</li> <li>站位訓練</li> </ol>	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	10	握拍與發球	<ol style="list-style-type: none"> <li>體能訓練</li> <li>腳步移動</li> <li>發球練習</li> </ol>	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	6	對角發球	<ol style="list-style-type: none"> <li>體能訓練</li> <li>腳步移動</li> <li>定點練習</li> </ol>	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	6	正手拍擊球	<ol style="list-style-type: none"> <li>體能訓練</li> <li>腳步移動</li> <li>揮拍動作</li> </ol>	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。

臺南市鹽水區鹽水國民小學 111 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

◎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。

## 臺南市鹽水區鹽水國民小學 111 學年度第二學期五年級社團彈性學習課程計畫

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(40)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	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	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	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	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20週	4	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。