

臺南市公立南化區南化國民小學 112 學年度第一學期中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	中年級武術	21	是 ☒ 否 ☐	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
2			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
3			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
4			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
5			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
6			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
7			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
8			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
9			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
10			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 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。

臺南市公立南化區南化國民小學 112 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

社團活動或技藝課程名稱	武術	實施年級	中	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	
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	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-B3 具備藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，培養生活環境中的美感體驗。 E-C1 具備個人生活道德的知識與是非判斷的能力，理解並遵守社會道德規範，培養公民意識關懷生態環境。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。						
課程目標	提昇學生對武術的認知及學習興趣，體會武術中實際之攻防意識，進而獲得防身健身技巧，慢慢的建立自信心，對於人格養成，有著良性誘導作用，培養對自己的美感體現，並關懷他人感受，樂於與人互動，培養團隊之間的默契及責任感，增進對學校之情感及向心力。						
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 1-7 週	6	一馬當先	1. 基本動作練習 2. 基本步法、手法練習 3. 二路長拳動作要領練習 二路長拳(一): 第 1 式~第 11 式套路練習	1. 了解武術動作中每一個招式的意涵 2. 熟記每個招式的要領、確實做出拳法分段動作 3. 大方地演練自己所學到的技術 學會二路長拳之拳法並與他人合作演練，培養團隊之間的默契	1. 注意老師解說並確實操作動作 2. 基本步型&步法的穩定性 3. 熟悉套路動作組合完成二路長拳組合動作		
第 8-14 週	7	大力金剛腿	1. 基本動作練習 2. 複習二路長拳第 1 至第 11 式動作 3. 二路長拳(二): 第 12 式~第 22 式套	1. 了解武術動作中每一個招式的意涵 2. 熟記每個招式的要領、確實做出拳法分段動作	1. 注意老師解說並確實操作動作 2. 基本動作的穩定性 3. 熟悉套路動作組合 4. 拳法勁力、動作協		

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			路練習	3. 大方地演練自己所學到的技術 4. 確實連貫做出二路長拳套路動作 學會二路長拳之拳法並與他人合作演練，培養團隊之間的默契	調性 完成二路長拳組合動作	
第 15-21 週	5	大顯神威	1. 基本動作練習 2. 複習二路長拳第 12 至第 22 式動作 3. 二路長拳(二): 第 23 式~第 32 式套路練習 二路長拳總複習	1. 了解武術動作中每一個招式的意涵 2. 熟記每個招式的要領、確實做出拳法分段動作 3. 大方地演練自己所學到的技術 4. 確實連貫做出二路長拳套路動作 5. 學會二路長拳之拳術並與他人合作演練，培養團隊之間的默契 配合音樂的曲目，並掌握二路長拳之拳法節奏變化	1. 注意老師解說並確實操作動作 2. 基本動作的穩定性 3. 熟悉套路動作組合 4. 拳法勁力、動作協調性 完成-二路長拳組合動作	

◎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。

臺南市公立南化區南化國民小學 112 學年度第二學期中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	中年級武術	20	是 ☒ 否 ☐	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
2			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
3			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
4			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
5			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
6			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
7			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
8			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
9			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
10			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 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。

臺南市公立南化區南化國民小學 112 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

社團活動或技藝課程名稱		武術	實施年級	中	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	
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		E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-B3 具備藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，培養生活環境中的美感體驗。 E-C1 具備個人生活道德的知識與是非判斷的能力，理解並遵守社會道德規範，培養公民意識關懷生態環境。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。						
課程目標		提昇學生對武術的認知及學習興趣，體會武術中實際之攻防意識，進而獲得防身健身技巧，慢慢的建立自信心，對於人格養成，有著良性誘導作用，培養對自己的美感體現，並關懷他人感受，樂於與人互動，培養團隊之間的默契及責任感，增進對學校之情感及向心力。						
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 1-7 週	5	神氣小子	1. 基本動作練習 2. 基本步法、手法練習 3. 乙組棍術動作要領練習 乙組棍術(一): 第 1 式~第 11 式套路練習	1. 了解武術動作中每一個招式的意涵 2. 熟記每個招式的要領、確實做出棍法分段動作 3. 大方地演練自己所學到的技術 學會乙組棍術之棍法並與他人合作演練，培養團隊之間的默契	1. 注意老師解說並確實操作動作 2. 基本動作的穩定性 3. 熟悉套路動作組合完成乙組棍術組合動作			
第 8-14 週	7	動魄武集	1. 基本動作練習 2. 複習乙組棍術第 1 至第 11 式動作 乙組棍術(二): 第 12	1. 了解武術動作中每一個招式的意涵 2. 熟記每個招式的要領、確實做出棍法	1. 注意老師解說並確實操作動作 2. 基本動作的穩定性 3. 熟悉套路動作組合			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			式~第 22 式套路練習	分段動作 3. 大方地演練自己所學到的技術 4. 確實連貫做出乙組棍術套路動作 學會乙組棍術之棍法並與他人合作演練，培養團隊之間的默契	4. 拳法勁力、動作協調性 完成乙組棍術組合動作	
第 15-20 週	5	聞雞起武	1. 基本動作練習 2. 複習乙組棍術第 12 至第 22 式動作 3. 乙組棍術(二): 第 23 式~第 32 式套路練習 4. 乙組棍法總複習	1. 了解武術動作中每一個招式的意涵 2. 熟記每個招式的要領、確實做出棍法分段動作 3. 大方地演練自己所學到的技術 4. 確實連貫做出乙組棍術套路動作 5. 學會乙組棍術之棍法並與他人合作演練，培養團隊之間的默契 配合音樂的曲目，並掌握乙組棍術之棍法節奏變化	1. 注意老師解說並確實操作動作 2. 基本動作的穩定性 3. 熟悉套路動作組合 4. 拳法勁力、動作協調性 完成乙組棍術組合動作	

◎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。