

臺南市公立南化區西埔國民小學 112 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)	42	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)	42	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 112 學年度第一學期三年級彈性學習課程計畫

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( 42 )節	社團編號	1
彈性學習課程規範	2. <b>社團活動與技藝課程</b> ( <input checked="" type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程)							
總綱或領綱核心素養	<b>E-A1</b> 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。 <b>E-A2</b> 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。 <b>E-A3</b> 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	口頭評量：能分辨太鼓的種類與音色	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：展現各種擊鼓方式	3-4 年級分組實施		
第 3-6 週	8	基本打法教學	1. 鼓棒握法 2. 敲擊方式 3. 擊鼓力度 4. 敲擊技巧	1. 能學會鼓棒握法 2. 能學會敲擊方式 3. 能掌握擊鼓力度 4. 能掌握敲擊技巧	實作評量： 1. 用正確的鼓棒握法敲擊鼓面 2. 演練各種敲擊方式 3. 表現擊鼓力道 4. 表現敲擊技巧	3-4 年級分組實施		
第 7-8 週	4	節奏感練習	樂曲節奏感	能跟著節奏正確敲擊	實作評量：能否跟上節奏敲擊	3-4 年級分組實施		

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 9-10 週	4	太鼓遊戲	學習節奏感	能順利完成節奏遊戲	實作評量：能否順利跟上節奏敲擊	3-4 年級分組實施
第 11-13 週	6	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：能否熟練樂曲敲擊	3-4 年級分組實施
第 14-16 週	6	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：能否熟練樂曲敲擊	3-4 年級分組實施
第 17-19 週	6	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：能否熟練樂曲敲擊	3-4 年級分組實施
第 20-21 週	4	表演活動	成果展演	能搭配樂曲進行表演，展現成果。	實作評量：能否熟練表演動作	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。

## 臺南市公立南化區西埔國民小學 112 學年度第一學期三年級彈性學習課程計畫

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(42 )節	社團編號	2
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><b>E-A1</b> 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><b>E-A2</b> 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。</p> <p><b>E-A3</b> 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。</p>							
課程目標	<p>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。</p> <p>二、養成規律運動與健康生活的習慣。</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 1-5 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. 能了解扯鈴安全注意事項 3. 學會基本運鈴技巧	口頭評量： 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 實作評量： 能三分鐘運鈴不掉鈴	3-4 年級分組實施		
第 6-10 週	10	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	實作評量： 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	3-4 年級分組實施		

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

					5. 能完成蜘蛛結網技巧	
第 11-15 週	10	扯鈴中級	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 半斤八兩</li> <li>2. 左右望月</li> <li>3. 平沙落雁</li> <li>4. 風火螞蟻</li> <li>5. 噴射蜻蜓</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能學會半斤八兩技巧</li> <li>2. 能學會左右望月技巧</li> <li>3. 能學會平沙落雁技巧</li> <li>4. 能學會風火螞蟻技巧</li> <li>5. 能學會噴射蜻蜓技巧</li> </ol>	實作評量： <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能完成半斤八兩技巧</li> <li>2. 能完成左右望月技巧</li> <li>3. 能完成平沙落雁技巧</li> <li>4. 能完成風火螞蟻技巧</li> <li>5. 能完成噴射蜻蜓技巧</li> </ol>	3-4 年級分組實施
第 16-21 週	12	扯鈴中級	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 蜘蛛燈籠</li> <li>2. 平沙駕金雞</li> <li>3. 倒掛金鈎</li> <li>4. 大輪迴</li> <li>5. 金龍繞玉柱</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能學會蜘蛛燈籠技巧</li> <li>2. 能學會平沙駕金雞技巧</li> <li>3. 能學會倒掛金鈎技巧</li> <li>4. 能學會大輪迴技巧</li> <li>5. 能學會金龍繞玉柱技巧</li> </ol>	實作評量： <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能完成蜘蛛燈籠技巧</li> <li>2. 能完成平沙駕金雞技巧</li> <li>3. 能完成倒掛金鈎技巧</li> <li>4. 能完成大輪迴技巧</li> <li>5. 能完成金龍繞玉柱技巧</li> </ol>	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。

臺南市公立南化區西埔國民小學 112 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)	40	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)	40	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 112 學年度第二學期三年級彈性學習課程計畫

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( 40 )節	社團編號	1
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	<b>E-A1</b> 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。 <b>E-A2</b> 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。 <b>E-A3</b> 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：能否熟練樂曲敲擊	3-4 年級分組實施	
第 6-10 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：能否熟練樂曲敲擊	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：能否熟練樂曲敲擊	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：能否熟練比賽樂曲敲擊	3-4 年級分組實施	
第 19-20 週	4	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：能否熟練表演動作	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。

## 臺南市公立南化區西埔國民小學 112 學年度第二學期三年級彈性學習課程計畫

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( 40 )節	社團編號	2
彈性學習課程規範		2. <b>社團活動與技藝課程</b> ( <input checked="" type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程)						
總綱或領綱核心素養		<b>E-A1</b> 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。 <b>E-A2</b> 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。 <b>E-A3</b> 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	實作評量： 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	10	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	實作評量： 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	實作評量： 1. 能完成半斤八兩技巧 2. 能完成左右望月技巧	3-4 年級分組實施		



C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

				巧	3. 能完成平沙落雁技巧	
第 16-20 週	10	團體扯鈴	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 遊龍戲鳳</li> <li>2. 圓形移位</li> <li>3. 八人接龍</li> <li>4. 八人對拋</li> <li>5. 長繩滾鈴</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能學會遊龍戲鳳技巧</li> <li>2. 能學會圓形移位技巧</li> <li>3. 能學會八人接龍技巧</li> <li>4. 能學會八人對拋技巧</li> <li>5. 能學會長繩滾鈴技巧</li> </ol>	實作評量： <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能完成遊龍戲鳳技巧</li> <li>2. 能完成圓形移位技巧</li> <li>3. 能完成八人接龍技巧</li> <li>4. 能完成八人對拋技巧</li> <li>5. 能完成長繩滾鈴技巧</li> </ol>	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。