

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第一學期九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	木球社	18	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
2	籃球 A 社	18	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
3	籃球 B 社	18	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
4	手作療癒社	18	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
5	舞蹈的演化論	18	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
6	舞蹈賞析	18	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
7	手工藝社	18	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
8	桌遊社	18	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
9	排球社	18	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
10	桌球社	18	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
11	田徑社	18	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
12	卡巴迪社	18	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

◎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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第一學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	木球社	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(19)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	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	1.多元提供學生自我潛能開發之學習內涵。 2.藉由各種不同的形式，引導學生體現生活之美，以增進生活的豐富性。 3.妥善運用跨班級互動的學習機會，讓學生在社團學習之中，提升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	
第二週 (9/4)	1	木球運動&規則	口頭講解	複習學習、更了解木球運動&提昇學習力	抽問	新手課程	
第三週 (9/11)	1	揮桿技巧學習	示範模擬	流暢揮桿&提昇學習力	目測		
第四週 (9/18)	1	揮桿技巧精進	空揮高爾夫球桿	柔軟度&專注力學習	目測		
第五週 (9/25)	1	短距離木球傳接	雙人一組對傳	準確傳遞(力道控制) & 情緒管理	準確度		
第六週 (10/2)	1	中距離木球傳接	雙人一組對傳	準確傳遞(力道控制) & 情緒管理	準確度		
第七週 (10/9)	1	長距離木球傳接	雙人一組對傳	準確傳遞(力道控制) & 情緒管理	準確度	彈性調整至 9/23 上課	
第九週 (10/24)	1	攻門練習(3M 線)	三人一組	攻門準度學習~鐘擺推擊	準度		

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第八週 (10/16)	1	攻門練習(3M 線)	三人一組	攻門準度學習~鐘擺推擊	準度	
第九週 (10/23)	1	攻門練習(3M 線)	一排 5 顆球	各角度攻門技巧&情緒管理	準度	
第十週 (10/30)	1	攻門練習(5M 線)	三人一組	攻門準度學習~鐘擺推擊	準度	
第十一週 (11/6)	1	攻門練習(5M 線)	一排 5 顆球	各角度攻門技巧&情緒管理	準度	
第十二週 (11/13)	1	下球道桿數練習	個人桿數	每球道 4 桿技巧	完成球道數	
第十三週 (11/20)	1	下球道桿數練習	雙人桿數	搭配默契	完成桿數	
第十四週 (11/27)	1	下球道桿數練習	4 個人團體桿數	每球道 4 桿技巧總合	完成桿數	
第十五週 (12/4)	1	球道賽練習	個人球道賽	競爭力培育	輸&贏(競賽精神)	
第十六週 (12/11)	1	球道賽練習	雙人球道賽	搭配默契競爭力培育	輸&贏(競賽精神)	
第十七週 (12/18)	1	球道賽練習	4 個人團體球道賽	對抗組合調整&競爭力培育	輸&贏(競賽精神)	
第十八週 (12/25)	1	期末成果驗收	個人桿數	個人挑戰最佳成績	挑戰力	
第二十週 (1/8)	1	期末成果驗收	個人桿數	個人挑戰最佳成績	挑戰力	
第二十一週 (1/15)	1	期末成果驗收	個人球道賽	抽籤對抗賽	挑戰力	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

◎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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第一學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	籃球	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(19)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	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	1. 多元提供學生自我潛能開發之學習內涵。 2. 藉由各種不同的形式，引導學生體現生活之美，以增進生活的豐富性。 3. 妥善運用跨班級互動的學習機會，讓學生在社團學習之中，提升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	
第二週 (9/4)	1	籃球運球基本動作	運球	個人運球動作要點分析。	示範及實作		
第三週 (9/11)	1	籃球傳球基本動作	傳球	個人傳球、小組傳球動作要點分析。	示範及實作		
第四週 (9/18)	1	籃球運球、傳球基本動作	運球、傳球	運球、傳球組合動作要點分析實作。	示範及實作		
第五週 (9/25)	1	籃球運球上籃	籃球運球上籃	運球上籃動作分析。	示範及實作		
第六週 (10/2)	1	籃球運球上籃	籃球運球上籃	運球上籃動作分析。	示範及實作		
第七週 (10/9)	1	籃球運球上籃	籃球運球上籃	運球上籃動作分析。	示範及實作	彈性調整至 9/23 上課	
第八週 (10/16)	1	籃球運球上籃	籃球運球上籃	運球上籃動作分析。	示範及實作		

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第九週 (10/23)	1	籃球小組傳球	進階小組傳球練習	三人、四人小組傳球跑動分析練習。	示範及實作	
第十週 (10/30)	1	籃球小組傳球	進階小組傳球練習	三人、四人小組傳球跑動分析練習。	示範及實作	
第十一週 (11/6)	1	籃球投籃	籃球投籃	籃球投籃動作分析實作。	示範及實作	
第十二週 (11/13)	1	籃球投籃	籃球投籃	籃球投籃動作分析實作。	示範及實作	
第十三週 (11/20)	1	防守動作	個人防守動作	個人防守動作分析及演練。	示範及實作	
第十四週 (11/27)	1	防守動作	團隊防守動作	團隊防守動作分析及演練。	示範及實作	
第十五週 (12/4)	1	籃球團隊組合	三人8字上籃、投籃	8字上籃、投籃動作分析及演練。	示範及實作	
第十六週 (12/11)	1	籃球團隊組合	一對一、二對二	一對一、二對二進攻、防守動作分析及演練。	示範及實作	
第十七週 (12/18)	1	三對三籃球比賽	三對三分組比賽	利用分組比賽讓學生了解團隊合作及欣賞比賽的能力。	示範及實作	
第十八週 (12/25)	1	三對三籃球比賽	三對三分組比賽	利用分組比賽讓學生了解團隊合作及欣賞比賽的能力。	示範及實作	
第二十週 (1/8)	1	測驗	綜合測驗	測驗各種籃球技能並瞭解自身能力。	示範及實作	
第二十一週 (1/15)	1	測驗	綜合測驗	測驗各種籃球技能並瞭解自身能力。	示範及實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

◎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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第一學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		籃球	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(19)節	社團編號	3
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		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		1. 多元提供學生自我潛能開發之學習內涵。 2. 藉由各種不同的形式，引導學生體現生活之美，以增進生活的豐富性。 3. 妥善運用跨班級互動的學習機會，讓學生在社團學習之中，提升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		
第二週 (9/4)	1	籃球基本動作綜合練習、三對三規則複習及比賽	複習： 1、球感練習 2、運球 3、傳接球(原地) 4、三對三規則複習及比賽	1、培養籃球球感(繞球、手指彈球) 2、能瞭解並做出籃球運球(左右手運球、原地、移位)之動作 3、能瞭解並做出籃球傳接球(胸前、彈地、頭頂)之動作 4、能在練習時綜合應用出籃球技巧與動作 5、學會三對三籃球比賽規則 6、實際參與三對三籃球比賽	1. 情意的學習態度如何 2. 動作是否流暢協調			

				7、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中		
第三週 (9/11)	1	籃球基本動作綜合練習、三對三規則複習及比賽	複習： 1、球感練習 2、運球 3、傳接球(原地) 4、三對三規則複習及比賽	1、培養籃球球感(繞球、手指彈球) 2、能瞭解並做出籃球運球(左右手運球、原地、移位)之動作 3、能瞭解並做出籃球傳接球(胸前、彈地、頭頂)之動作 4、能在練習時綜合應用出籃球技巧與動作 5、學會三對三籃球比賽規則 6、實際參與三對三籃球比賽 7、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中	1. 情意的學習態度如何 2. 動作是否流暢協調	
第四週 (9/18)	1	籃球基本動作綜合練習、三對三規則複習及比賽	複習： 1、運球 2、傳接球(原地) 3、籃下投籃(擦板) 4、三對三規則複習及比賽	1、能瞭解並做出籃球運球(左右手運球、原地、移位)之動作 2、能瞭解並做出籃球傳接球(胸前、彈地、頭頂)之動作	1. 情意的學習態度如何 2. 動作是否流暢協調	

				<ul style="list-style-type: none"> 3、能瞭解並做出籃下籃球(擦板)投籃之動作 4、能在練習時綜合應用出籃球技巧與動作 5、學會三對三籃球比賽規則 6、實際參與三對三籃球比賽 7、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中 		
<p>第五週 (9/25)</p>	<p>1</p>	<p>籃球基本動作綜合練習、三對三規則複習及比賽</p>	<p>複習：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1、運球 2、傳接球(原地) 3、籃下投籃(擦板) 4、三對三規則複習及比賽 	<ul style="list-style-type: none"> 1、能瞭解並做出籃球運球(左右手運球、原地、移位)之動作 2、能瞭解並做出籃球傳接球(胸前、彈地、頭頂)之動作 3、能瞭解並做出籃下籃球(擦板)投籃之動作 4、能在練習時綜合應用出籃球技巧與動作 5、學會三對三籃球比賽規則 6、實際參與三對三籃球比賽 7、將所學之籃球技巧與 	<ul style="list-style-type: none"> 1. 情意的學習態度如何 2. 動作是否流暢協調 	

				動作流暢應用於籃球比賽當中		
第六週 (10/2)	1	籃球基本動作綜合練習、三對三規則複習及比賽	複習： 1、運球 2、傳接球(原地) 3、籃下投籃(罰球線) 4、三對三規則複習及比賽	1、能瞭解並做出籃球運球(左右手運球、原地、移位)之動作 2、能瞭解並做出籃球傳接球(胸前、彈地、頭頂)之動作 3、能瞭解並做出籃下籃球(罰球線)投籃之動作 4、能在練習時綜合應用出籃球技巧與動作 5、學會三對三籃球比賽規則 6、實際參與三對三籃球比賽 7、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中	1. 情意的學習態度如何 2. 動作是否流暢協調	
第七週 (10/9)	1	籃球基本動作綜合練習、三對三規則複習及比賽	複習： 1、運球(原地、移位) 2、傳接球(原地) 3、籃下投籃(籃下、罰球線) 4、三對三規則複習及比賽	1、能瞭解並做出籃球運球(左右手運球、原地、移位)之動作 2、能瞭解並做出籃球傳接球(胸前、彈地、頭頂)之動作 3、能瞭解並做出籃下籃	1. 情意的學習態度如何 2. 動作是否流暢協調	彈性調整至9/23上課

				<p>球(罰球線)投籃之動作</p> <p>4、能在練習時綜合應用出籃球技巧與動作</p> <p>5、學會三對三籃球比賽規則</p> <p>6、實際參與三對三籃球比賽</p> <p>7、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中</p>	
<p>第八週 (10/16)</p>	<p>1</p>	<p>籃球基本動作綜合練習、三對三規則複習及比賽</p>	<p>複習：</p> <p>1、籃球基本動作綜合練習『運球(原地、移位)；傳接球；籃下投籃(籃下、罰球線)』</p> <p>2、傳接球(兩人跑位互傳)</p> <p>3、三對三規則複習及比賽</p>	<p>1、能瞭解並做出籃球運球(左右手運球、原地、移位)之動作</p> <p>2、能瞭解並做出籃球傳接球(胸前、彈地、頭頂)之動作</p> <p>3、能瞭解並做出籃下籃球(罰球線)投籃之動作</p> <p>4、能瞭解並做出籃球兩人跑位傳接球</p> <p>5、能在練習時綜合應用出籃球技巧與動作</p> <p>6、學會三對三籃球比賽規則</p> <p>7、實際參與三對三籃球比賽</p>	<p>1. 情意的學習態度如何</p> <p>2. 動作是否流暢協調</p>

				8、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中	
第九週 (10/23)	1	籃球基本動作綜合練習、三對三規則複習及比賽	<p>複習：</p> <p>1、籃球基本動作綜合練習『運球(原地、移位)；傳接球；籃下投籃(籃下、罰球線)』</p> <p>2、傳接球(兩人跑位互傳)</p> <p>3、三對三規則複習及比賽</p>	<p>1、能瞭解並做出籃球運球(左右手運球、原地、移位)之動作</p> <p>2、能瞭解並做出籃球傳接球(胸前、彈地、頭頂)之動作</p> <p>3、能瞭解並做出籃下籃球(罰球線)投籃之動作</p> <p>4、能瞭解並做出籃球兩人跑位傳接球</p> <p>5、能在練習時綜合應用出籃球技巧與動作</p> <p>6、學會三對三籃球比賽規則</p> <p>7、實際參與三對三籃球比賽</p> <p>8、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中</p>	<p>1. 情意的學習態度如何</p> <p>2. 動作是否流暢協調</p> <p>3. 能於適當時機使用適當技巧與動作</p>
第十週 (10/30)	1	籃球基本動作綜合練習、三對三規則複習及比賽	<p>複習：</p> <p>1、運球(原地、移位)</p> <p>2、傳接球</p> <p>3、籃下投籃(籃下、罰</p>	<p>1、能瞭解並做出籃球運球(左右手運球、原地、移位)之動作</p> <p>2、能瞭解並做出籃球傳</p>	<p>1. 情意的學習態度如何</p> <p>2. 動作是否流暢協調</p> <p>3. 能於適當時機使用適當技巧與動作</p>

			<p>球線)</p> <p>4、傳接球(兩人跑位互傳)</p> <p>3、三對三規則複習及比賽</p>	<p>接球(胸前、彈地、頭頂)之動作</p> <p>3、能瞭解並做出籃下籃球(罰球線)投籃之動作</p> <p>4、能瞭解並做出籃球兩人跑位傳接球</p> <p>5、能在練習時綜合應用出籃球技巧與動作</p> <p>6、學會三對三籃球比賽規則</p> <p>7、實際參與三對三籃球比賽</p> <p>8、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中</p>		
<p>第十一週 (11/6)</p>	<p>1</p>	<p>籃球基本動作綜合練習、三對三規則複習及比賽</p>	<p>複習：</p> <p>1、運球(原地、移位)</p> <p>2、傳接球</p> <p>3、籃下投籃(籃下、罰球線)</p> <p>4、傳接球(兩人跑位互傳)</p> <p>5、三對三規則複習及比賽</p>	<p>1、能瞭解並做出籃球運球(左右手運球、原地、移位)之動作</p> <p>2、能瞭解並做出籃球傳接球(胸前、彈地、頭頂)之動作</p> <p>3、能瞭解並做出籃下籃球(罰球線)投籃之動作</p> <p>4、能瞭解並做出籃球兩人跑位傳接球</p> <p>5、能在練習時綜合應用</p>	<p>1. 情意的學習態度如何</p> <p>2. 動作是否流暢協調</p> <p>3. 能於適當時機使用適當技巧與動作</p>	

				出籃球技巧與動作 6、學會三對三籃球比賽規則 7、實際參與三對三籃球比賽 8、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中	
第十二週 (11/13)	1	籃球基本動作綜合練習、籃球進階動作、三對三規則複習及比賽	複習： 1、籃球動作綜合練習『運球(原地、移位)；傳接球；籃下投籃(籃下、罰球線)；傳接球(兩人跑位互傳)；兩人傳接球+籃下擦板投籃』 2、三對三籃球比賽	1、能在練習時綜合應用出籃球技巧與動作 2、學會三對三籃球比賽規則 3、實際參與三對三籃球比賽 4、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中	1. 情意的學習態度如何 2. 動作是否流暢協調 3. 能於適當時機使用適當技巧與動作
第十三週 (11/20)	1	籃球基本動作綜合練習、籃球進階動作、三對三規則複習及比賽	複習： 1、籃球動作綜合練習『運球(原地、移位)；傳接球；籃下投籃(籃下、罰球線)；傳接球(兩人跑位互傳)；兩人傳接球+籃下擦板投籃』 2、三對三籃球比賽	1、能在練習時綜合應用出籃球技巧與動作 2、學會三對三籃球比賽規則 3、實際參與三對三籃球比賽 4、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中	1. 情意的學習態度如何 2. 動作是否流暢協調 3. 能於適當時機使用適當技巧與動作

第十四週 (11/27)	1	籃球基本動作綜合練習、籃球進階動作、三對三規則複習及比賽	複習： 1、籃球動作綜合練習『運球(原地、移位)；傳接球；籃下投籃(籃下、罰球線)；傳接球(兩人跑位互傳)；兩人傳接球+籃下擦板投籃』 2、三對三籃球比賽	1、能在練習時綜合應用出籃球技巧與動作 2、學會三對三籃球比賽規則 3、實際參與三對三籃球比賽 4、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中	1. 情意的學習態度如何 2. 能瞭解籃球比賽規則	
第十五週 (12/4)	1	籃球基本動作綜合練習、籃球進階動作、三對三規則複習及比賽	複習： 1、籃球動作綜合練習『運球(原地、移位)；傳接球；籃下投籃(籃下、罰球線)；傳接球(兩人跑位互傳)；兩人傳接球+籃下擦板投籃』 2、三對三籃球比賽	1、能在練習時綜合應用出籃球技巧與動作 2、學會三對三籃球比賽規則 3、實際參與三對三籃球比賽 4、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中	1. 情意的學習態度如何 2. 能瞭解籃球比賽規則	
第十六週 (12/11)	1	籃球動作綜合練習、籃球比賽	複習： 1、籃球動作綜合練習『運球(原地、移位)；傳接球；籃下投籃(籃下、罰球線)；傳接球(兩人跑位互傳)；兩人傳接球+籃下擦板投籃』	1、能在練習時綜合應用出籃球技巧與動作 2、學會三對三籃球比賽規則 3、實際參與三對三籃球比賽 4、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比	1. 情意的學習態度如何 2. 能瞭解籃球比賽規 3. 能流暢應用籃球技巧於比賽當中	

			2、三對三籃球比賽	賽當中		
第十七週 (12/18)	1	籃球動作綜合練習、 籃球比賽	複習： 1、籃球動作綜合練習 『運球(原地、移位)； 傳接球；籃下投籃(籃 下、罰球線)；傳接球 (兩人跑位互傳)；兩 人傳接球+籃下擦板 投籃』 2、三對三籃球比賽	1、能在練習時綜合應用 出籃球技巧與動作 2、學會三對三籃球比賽 規則 3、實際參與三對三籃球 比賽 4、將所學之籃球技巧與 動作流暢應用於籃球比 賽當中	1. 情意的學習態度如何 2. 能瞭解籃球比賽規 3. 能流暢應用籃球技巧於 比賽當中	
第十八週 (12/25)	1	籃球動作綜合練習、 籃球比賽	複習： 1、籃球動作綜合練習 『運球(原地、移位)； 傳接球；籃下投籃(籃 下、罰球線)；傳接球 (兩人跑位互傳)；兩 人傳接球+籃下擦板 投籃』 2、三對三籃球比賽	1、能在練習時綜合應用 出籃球技巧與動作 2、學會三對三籃球比賽 規則 3、實際參與三對三籃球 比賽 4、將所學之籃球技巧與 動作流暢應用於籃球比 賽當中	1. 情意的學習態度如何 2. 能瞭解籃球比賽規 3. 能流暢應用籃球技巧於 比賽當中	
第二十週 (1/8)	1	籃球動作綜合練習、 籃球比賽	複習： 1、籃球動作綜合練習 『運球(原地、移位)； 傳接球；籃下投籃(籃 下、罰球線)；傳接球 (兩人跑位互傳)；兩	1、能在練習時綜合應用 出籃球技巧與動作 2、學會三對三籃球比賽 規則 3、實際參與三對三籃球 比賽	1. 情意的學習態度如何 2. 能瞭解籃球比賽規 3. 能流暢應用籃球技巧於 比賽當中	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

			人傳接球+籃下擦板投籃』 2、三對三籃球比賽	4、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中		
第二十一週 (1/15)	1	籃球動作綜合練習、 籃球比賽	複習： 1、籃球動作綜合練習『運球(原地、移位)；傳接球；籃下投籃(籃下、罰球線)；傳接球(兩人跑位互傳)；兩人傳接球+籃下擦板投籃』 2、三對三籃球比賽	1、能在練習時綜合應用出籃球技巧與動作 2、學會三對三籃球比賽規則 3、實際參與三對三籃球比賽 4、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中	1. 情意的學習態度如何 2. 能瞭解籃球比賽規 3. 能流暢應用籃球技巧於比賽當中	

◎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。

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第一學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	手作療癒社	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(19)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>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-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	<p>1. 多元提供學生自我潛能開發之學習內涵。</p> <p>2. 藉由各種不同的形式，引導學生體現生活之美，以增進生活的豐富性。</p> <p>3. 妥善運用跨班級互動的學習機會，讓學生在社團學習之中，提升與人和諧互動的素養。</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	
第二週 (9/4)	1	課程內容介紹	繪製自己的圖像	動手製作,激發想像創造力	示範及實作		
第三週 (9/11)	1	繩結編織(1)	平結手鍊(1) 雙向平結	動手製作,培養生活能力	示範及實作		
第四週 (9/18)	1	繩結編織(2)	平結手鍊(2) 雙向平結	動手製作,培養生活能力	示範及實作		
第五週 (9/25)	1	繩結編織(3)	平結手鍊(3) 雙向平結	動手製作,培養生活能力	示範及實作		
第六週 (10/2)	1	繩結編織(4)	金剛結手鍊(1)	動手製作,培養生活美感	示範及實作		
第七週 (10/9)	1	繩結編織(5)	金剛結手鍊(2)	動手製作,培養生活美感	示範及實作	彈性調整至9/23上課	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第八週 (10/16)	1	繩結編織(6)	金剛結手鍊(3)	動手製作, 培養生活美感	示範及實作分享	
第九週 (10/23)	1	繩結編織(7)	葉子吊飾(1) 斜捲結	動手製作, 培養生活美感	示範及實作	
第十週 (10/30)	1	繩結編織(8)	葉子吊飾(2) 斜捲結	動手製作, 培養生活美感	示範及實作	
第十一週 (11/6)	1	繩結編織(9)	葉子吊飾(3) 斜捲結	動手製作, 激發想像創造力	示範及實作	
第十二週 (11/13)	1	繩結編織(10)	葉子吊飾(4) 平結	動手製作, 激發想像創造力	示範及實作分享	
第十三週 (11/20)	1	繩結編織(11)	棉繩杯墊(1) 雀頭結	動手製作, 激發想像創造力	示範及實作	
第十四週 (11/27)	1	繩結編織(12)	棉繩杯墊(2) 雙繞結	動手製作, 激發想像創造力	示範及實作	
第十五週 (12/4)	1	繩結編織(13)	棉繩杯墊(3) 雙繞結	動手製作, 激發想像創造力	示範及實作	
第十六週 (12/11)	1	繩結編織(14)	棉繩杯墊(4) 雙繞結	動手製作, 激發想像創造力	示範及實作分享	
第十七週 (12/18)	1	貓頭鷹鑰匙圈(1)	剪紙型及布	動手製作, 激發想像創造力	示範及實作	
第十八週 (12/25)	1	貓頭鷹鑰匙圈(2)	運用各種針法的技巧	動手製作, 激發想像創造力	示範及實作	
第二十週 (1/8)	1	貓頭鷹鑰匙圈(3)	運用各種針法的技巧	動手製作, 激發想像創造力	示範及實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第二十一週 (1/15)	1	貓頭鷹鑰匙圈(4)	運用各種針法的技巧	動手製作,激發想像創造力	示範及實作分享	
-----------------	---	-----------	-----------	--------------	---------	--

◎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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第一學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	舞蹈的進化論	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(19)節	社團編號	5
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>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-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	<p>1. 多元提供學生自我潛能開發之學習內涵。</p> <p>2. 藉由各種不同的形式，引導學生體現生活之美，以增進生活的豐富性。</p> <p>3. 妥善運用跨班級互動的學習機會，讓學生在社團學習之中，提升與人和諧互動的素養。</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	
第二週 (9/4)	1	舞蹈演化論_序章	世界的時間軸(上)	了解舞蹈的起源	討論與發表		
第三週 (9/11)	1	舞蹈演化論_序章	世界的時間軸(下)	了解舞蹈的起源	討論與發表		
第四週 (9/18)	1	最早的職業舞者?	舞蹈的功能性(上)	了解舞蹈的功能性	討論與發表		
第五週 (9/25)	1	最早的職業舞者?	舞蹈的功能性(下)	了解舞蹈的功能性	討論與發表		
第六週 (10/2)	1	東西方舞蹈大不同	東方舞蹈與西方舞蹈的不同(上)	能比較出東西方舞蹈的特性	學習單		
第七週 (10/9)	1	東西方舞蹈大不同	東方舞蹈與西方舞蹈的不同(下)	能比較出東西方舞蹈的特性	討論與發表	彈性調整至 9/23 上課	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第八週 (10/16)	1	東西方舞蹈的 心電感應	東方舞蹈與西方舞蹈 神奇的相同(上)	同中求異、異中求同	討論與發表	
第九週 (10/23)	1	東西方舞蹈的 心電感應	東方舞蹈與西方舞蹈 神奇的相同(下)	同中求異、異中求同	討論與發表	
第十週 (10/30)	1	舞蹈的演變	你最喜歡的舞蹈類型	能理解舞蹈與 歷史的演變	討論與發表	
第十一週 (11/6)	1	舞蹈的演變	你最喜歡的舞蹈時期	能理解舞蹈與 歷史的演變	學習單	
第十二週 (11/13)	1	舞蹈的演變	向古代說掰掰(複習)	能理解舞蹈與 歷史的演變	討論與發表	
第十三週 (11/20)	1	近代舞蹈	工業革命與藝術	工業革命與 近代化的影響	討論與發表	
第十四週 (11/27)	1	現代舞蹈	工業革命與舞蹈	工業革命與 近代化的影響	討論與發表	
第十五週 (12/4)	1	舞蹈進化論	針對特定時期搜尋 舞蹈資料	尋找有興趣的 舞蹈風格主題	小組創作	
第十六週 (12/11)	1	舞蹈進化論	針對特定時期搜尋 舞蹈資料	尋找有興趣的 舞蹈風格主題	小組創作	
第十七週 (12/18)	1	舞蹈進化論	師生討論並給予意見	討論並組織報告內容	小組創作	
第十八週 (12/25)	1	舞蹈進化論	師生討論並給予意見	討論並組織報告內容	小組創作	
第二十週 (1/8)	1	進化到下學期囉	小組報告(一)	小組發表	成果驗收	
第二十一週 (1/15)	1	進化到下學期囉	小組報告(二)	小組發表	成果驗收	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

◎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。

臺南市立大橋國民中學112學年度第一學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		舞蹈賞析	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(19)節	社團編號	6
彈性學習課程規範		2. 社團活動與技藝課程(社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程)						
總綱或領綱核心素養		藝-J-A1 參與藝術活動，增進美感知能。 藝-J-B3 善用多元感官，探索理解藝術與生活的關聯，以展現美感意識。 藝-J-C2 透過藝術實踐，建立利他與合群的知能，培養團隊合作與溝通協調的能力。						
課程目標		透過課程學習，豐富人生。						
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		
第二週 (9/4)	1	舞蹈的起源	如何定義舞蹈	什麼是舞蹈	師生互動			
第三週 (9/11)	1	舞蹈的功能	舞蹈與藝術文化 舞蹈與休閒娛樂	舞蹈對於藝術文化的影響 舞蹈的休閒效益	課堂討論			
第四週 (9/18)	1	舞蹈類型介紹	概略介紹概略介紹各 類型的表現方式	了解舞蹈類型從古至今 的轉變	範例賞析與解說			
第五週 (9/25)	1	舞蹈與運動類型一1	舞蹈種類與型態	藉由表現方式能清楚分 辨舞蹈類型	賞析			
第六週 (10/2)	1	舞蹈與運動類型一2	舞蹈種類與型態	藉由表現方式能清楚分 辨舞蹈類型	賞析			
第七週 (10/9)	1	舞蹈與運動類型一3	舞蹈種類與型態	藉由表現方式能清楚分 辨舞蹈類型	賞析	彈性調整至9/23上課		

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第八週 (10/16)	1	期中感想分享	交換與聆聽同儕間的不同意見	前一階段的學習感受	口頭分享與回饋	
第九週 (10/23)	1	舞蹈美學-1	舞蹈美學概念	學習美的判斷	賞析	
第十週 (10/30)	1	舞蹈美學-2	舞蹈美學概念	學習美的判斷	賞析	
第十一週 (11/6)	1	舞蹈美學-3	舞蹈美學概念	學習美的判斷	賞析與討論	
第十二週 (11/13)	1	舞蹈與節奏(初)-1	節奏與舞蹈的搭配	音樂在舞蹈上的呈現方式	賞析	
第十三週 (11/20)	1	舞蹈與節奏(初)-2	舞蹈律動	音樂在舞蹈上的呈現方式	賞析	
第十四週 (11/27)	1	舞蹈與節奏(初)-3	舞蹈律動	音樂在舞蹈上的呈現方式	賞析與課堂討論	
第十五週 (12/4)	1	芭蕾舞的介紹	起源與歷史	芭蕾舞從古至今的變化	課堂討論	
第十六週 (12/11)	1	芭蕾的世界	如何成為優秀的芭蕾舞	觀察並了解成為舞者的 心態與原因	賞析	
第十七週 (12/18)	1	芭蕾的世界	了解舞者困境	如何面對與突破困境	賞析與提問	
第十八週 (12/25)	1	芭蕾的世界	國內外生態	知曉國內外環境的差異	課堂討論	
第二十週 (1/8)	1	作品	比較作品表現差異性	能簡單敘述作品樣貌及 感受	口頭討論	
第二十一週 (1/15)	1	期末檢討與評量	舞蹈表演特性	互相討論與分享	期末評量與口頭討論	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

◎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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第一學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	手工藝社	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(19)節	社團編號	7
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	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。 綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。 綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，培養利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。						
課程目標	1. 多元提供學生自我潛能開發之學習內涵。 2. 藉由各種不同的形式，引導學生體現生活之美，以增進生活的豐富性。 3. 妥善運用跨班級互動的學習機會，讓學生在社團學習中，提升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	
第二週 (9/4)	1	摺紙吊飾(一)	櫻花摺紙	摺 30 小朵組成 6 花瓣	確實摺對		
第三週 (9/11)	1	摺紙吊飾(二)	櫻花組合	上白膠黏上吊飾	確實組裝完成		
第四週 (9/18)	1	壓花卡片	認識花材	學習構圖黏上花材	確實完成	準備信封	
第五週 (9/25)	1	毛巾熊	毛巾熊的摺法	橡皮筋固定	確實完成		
第六週 (10/2)	1	不織布鑰匙圈(一)	甜甜圈	手縫技巧(毛邊縫)	確實完成		
第七週 (10/9)	1	不織布鑰匙圈(二)	甜甜圈	完成配件，塞棉花	完成裝上鑰匙圈	彈性調整至 9/23 上課	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第八週 (10/16)	1	麻繩吸鐵(一)	剪圓上白膠繞麻繩	順圓完成帽子上吸鐵	確實完成	
第九週 (10/23)	1	麻繩吸鐵(二)	設計帽延	與黏土結合裝飾	確實完成	
第十週 (10/30)	1	黏土創作(一)	蛋糕留言夾	設計蛋糕裝飾	確實完成	
第十一週 (11/6)	1	黏土創作(二)	蛋糕留言夾	蛋糕體完成	確實完成	
第十二週 (11/13)	1	黏土創作(三)	蛋糕留言夾	裝飾與蛋糕體組合	完成後裝上留言夾	
第十三週 (11/20)	1	書簽	紙藝娃娃製作	貼字完成	確實完成	
第十四週 (11/27)	1	聖誕節框飾(一)	聖誕紅葉片	待乾備用	確實完成	
第十五週 (12/4)	1	聖誕節框飾(二)	葉片組合	組成花	確實完成	
第十六週 (12/11)	1	聖誕節框飾(三)	組合裝框	乾燥花裝飾	確實完成	
第十七週 (12/18)	1	聖誕節框飾(四)	配件設計~	雪人~禮物~拐杖糖	確實組合	
第十八週 (12/25)	1	蝶古巴特(一)	零錢包~	剪紙構圖	確實完成	
第二十週 (1/8)	1	蝶古巴特(二)	零錢包~	上 AB 膠完成	吹風機吹乾	
第二十一週 (1/15)	1	點點畫	小品畫	構圖上色	確實完成	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

◎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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第一學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		桌遊社	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(19)節	社團編號	8
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>綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。</p> <p>綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。</p> <p>綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，培養利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。</p>						
課程目標		<ol style="list-style-type: none"> 讓情緒透過遊戲有個適當的出口 學習團體合作及促進人際關係 透過遵守遊戲規則學習三思後行、不衝動行事及增強溝通能力 發揮創造力及想像力，培養心智敏銳及自我認知及肯定 						
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		
第二週 (9/4)	1	認識桌遊	<ol style="list-style-type: none"> 何謂桌遊? 桌遊遊戲有那些? 	了解桌遊，以及大致有那些桌遊的遊戲，並非只侷限在自己認定的桌遊遊戲。	清楚了解並且接受嘗試或喜愛不同的桌遊遊戲。			
第三週 (9/11)	1	皇家德國蟑螂	<ol style="list-style-type: none"> 訓練觀察力、判斷力及記憶力 決定相信與懷疑 	透過遊戲訓練專注觀察及記憶力，並在每次出牌中選擇相信或懷疑，腦力激盪加上內心的擺	懂得判斷，遇到事情會有邏輯的辨別及處理。			

			<p>就在一線之間</p> <p>3. 自信養成及挫折面對</p>	<p>動，正向面對所選擇的結果。</p>		
<p>第四週 (9/18)</p>	1	<p>皇家德國蟑螂</p>	<p>1. 訓練觀察力、判斷力及記憶力</p> <p>2. 決定相信與懷疑 就在一線之間</p> <p>3. 自信養成及挫折面對</p>	<p>透過遊戲訓練專注觀察及記憶力，並在每次出牌中選擇相信或懷疑，腦力激盪加上內心的擺動，正向面對所選擇的結果。</p>	<p>懂得判斷，遇到事情會有邏輯的辨別及處理。</p>	
<p>第五週 (9/25)</p>	1	<p>出租公寓</p>	<p>1. 練習數字邏輯及金錢運用</p> <p>2. 訓練膽量、表達能力、判斷力</p> <p>3. 練習經營收租的概念</p> <p>4. 培養互動的人際關係</p> <p>5. 在獎賞跟懲罰中培養自信及抗壓力</p>	<p>透過遊戲賺取租金中，懂得如何安排適合的租客入住，並且會用功能牌卡來保護自己的房客跟自己的權益。</p>	<p>面對事情會有邏輯的思考及運用相關資源來幫助自己或他人。</p>	
<p>第六週 (10/2)</p>	1	<p>出租公寓</p>	<p>1. 練習數字邏輯及金錢運用</p> <p>2. 訓練膽量、表達能</p>	<p>透過遊戲賺取租金中，懂得如何安排適合的租客入住，並且會用功能</p>	<p>面對事情會有邏輯的思考及運用相關資源來幫助自己或他人。</p>	

			<p>力、判斷力</p> <p>3. 練習經營收租的概念</p> <p>4. 培養互動的人際關係</p> <p>5. 在獎賞跟懲罰中培養自信及抗壓力</p>	牌卡來保護自己的房客跟自己的權益。		
第七週 (10/9)	1	什麼不見了	<p>1. 訓練觀察力，反應力，記憶力</p> <p>2. 認識 80 年代台灣的事物</p> <p>3. 在獎賞跟懲罰中培養自信及抗壓力</p>	透過遊戲訓練觀察力及記憶力之外，也讓同學認識他們不曾經歷過的歷史，來一場懷舊之旅。	活化腦部細胞，讓腦袋有在運作，而不單單只侷限在有限的思考內。	彈性調整至9/23上課
第八週 (10/16)	1	什麼不見了	<p>1. 訓練觀察力，反應力，記憶力</p> <p>2. 認識 80 年代台灣的事物</p> <p>3. 在獎賞跟懲罰中培養自信及抗壓力</p>	透過遊戲訓練觀察力及記憶力之外，也讓同學認識他們不曾經歷過的歷史，來一場懷舊之旅。	活化腦部細胞，讓腦袋有在運作，而不單單只侷限在有限的思考內。	
第九週 (10/23)	1	妙探尋兇	<p>1. 記憶力、反應力</p> <p>2. 培養邏輯力及溝</p>	透過當偵探的角色，用記憶力及觀察力來破案，從中獲得自我肯定。	同學會依照自己的觀察及判斷做出決定，並從中得到自我的肯定。	

			<p>通能力</p> <p>3. 透過角色的扮演，練習表達自己的情緒</p> <p>4. 在獎賞跟懲罰中培養自信及抗壓力</p>			
第十週 (10/30)	1	妙探尋兇	<p>1. 記憶力、反應力</p> <p>2. 培養邏輯力及溝通能力</p> <p>3. 透過角色的扮演，練習表達自己的情緒</p> <p>4. 在獎賞跟懲罰中培養自信及抗壓力</p>	透過當偵探的角色，用記憶力及觀察力來破案，從中獲得自我肯定。	同學會依照自己的觀察及判斷做出決定，並從中得到自我的肯定。	
第十一週 (11/6)	1	狼人殺	<p>1. 培養記憶力、反應力</p> <p>2. 培養邏輯力及溝通能力</p> <p>3. 透過角色的扮演，練習表達自己的情緒</p>	透過角色扮演遊戲中，可以順暢的表達自己的情緒及想法，也可以讓自己在正面跟反面思想上做出不同選擇的體驗。	可以藉遊戲表達自己的情緒跟想法，並自己練習在正面跟反面中做出選擇，並從中學習要做出正確的選擇。	

			4. 在獎賞跟懲罰中培養自信及抗壓力			
第十二週 (11/13)	1	狼人殺	1. 培養記憶力、反應力 2. 培養邏輯力及溝通能力 3. 透過角色的扮演，練習表達自己的情緒 4. 在獎賞跟懲罰中培養自信及抗壓力	透過角色扮演遊戲中，可以順暢的表達自己的情緒及想法，也可以讓自己在正面跟反面思想上做出不同選擇的體驗。	可以藉遊戲表達自己的情緒跟想法，並自己練習在正面跟反面中做出選擇，並從中學習要做出正確的選擇。	
第十三週 (11/20)	1	狼人殺	1. 培養記憶力、反應力 2. 培養邏輯力及溝通能力 3. 透過角色的扮演，練習表達自己的情緒 4. 在獎賞跟懲罰中培養自信及抗壓力	透過角色扮演遊戲中，可以順暢的表達自己的情緒及想法，也可以讓自己在正面跟反面思想上做出不同選擇的體驗。	可以藉遊戲表達自己的情緒跟想法，並自己練習在正面跟反面中做出選擇，並從中學習要做出正確的選擇。	
第十四週 (11/27)	1	狼人殺	1. 培養記憶力、反應力 2. 培養邏輯力及溝	透過角色扮演遊戲中，可以順暢的表達自己的情緒及想法，也可以讓自己在正面跟反面思想	可以藉遊戲表達自己的情緒跟想法，並自己練習在正面跟反面中做出	分組 PK 賽

			<p>通能力</p> <p>3. 透過角色的扮演，練習表達自己的情緒</p> <p>4. 在獎賞跟懲罰中培養自信及抗壓力</p>	<p>上做出不同選擇的體驗。也透過比賽的方式培養團體合作及自我的肯定。</p>	<p>選擇，並從中學習要做出正確的選擇。</p> <p>在分組 PK 賽中培養運動家的風範。</p>	
第十五週 (12/4)	1	侃侃而猜	<p>1. 練習語言的表達及發問的能力</p> <p>2. 透過每次的發問線索找到答案</p> <p>3. 訓練智能的思考</p> <p>4. 陶冶性情，增進跟同學間的人際關係</p> <p>5. 了解每個人生命經驗的獨特性</p>	<p>透過遊戲問答腦力會激盪思考，透過線索找到答案獲得分數之外，也可了解同學間對於同樣一件事件的不同想法跟做法。</p>	<p>會冷靜思考，不衝動，在問答中學習跟同學間的互動關係。</p>	
第十六週 (12/11)	1	眨眨眼	<p>1. 培養觀察力跟理解力</p> <p>2. 學習如何用臉部表情打 PASS 找到自己的夥伴</p> <p>3. 訓練自己要誠實的拿捏</p> <p>4. 活絡同學之間的人</p>	<p>透過遊戲過程中，紓解情緒及壓力，並從同學的臉部表情中判斷出自己的夥伴，相互合作一起拿到分數分享成果。</p>	<p>同學之間的情感交流順暢及紓解內心不好之情緒及壓力。</p>	

			際關係			
第十七週 (12/18)	1	估估劃劃	<ol style="list-style-type: none"> 1. 培養默契考驗 2. 練習敘述表達 3. 活絡同學之間的人際關係 4. 腦力激盪，訓練理解能力 	遊戲過程中，可以使用國台語或是英語來描述手中的牌卡，同學間腦力激盪及理解能力大爆發，努力拿到最高分享受成果。	同學之間的情感交流順暢及紓解內心不好之情緒及壓力。	
第十八週 (12/25)	1	大頭娃娃	<ol style="list-style-type: none"> 1. 訓練想像力及記憶力 2. 練習敘述表達 3. 活絡同學之間的人際關係 	透過遊戲過程中，發揮天馬行空的想像力及促進記憶力，並在當中獲得歡樂。	同學之間的情感交流順暢及紓解內心不好之情緒及壓力。	
第二十週 (1/8)	1	分組 PK 賽	<ol style="list-style-type: none"> 1. 複習前面四種遊戲的遊戲規則及玩法 2. 在獎賞跟懲罰中培養自信及抗壓力 	透過每款遊戲再一次的複習中，再一次的訓練自己，並跟同學之間的情感串聯交流。	透過每款遊戲再一次的複習中，再一次的訓練自己，並跟同學之間的情感串聯交流。	
第二十一週 (1/15)	1	桌遊大集合	將本學期所有玩過的桌遊讓學生自行選擇並透過遊戲當中再一次的體驗過程。			

◎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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第一學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		排球社	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(19)節	社團編號	9
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		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-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。 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. 培養團體紀律與個人良好學習態度。 2. 注重準備運動與場地安全，避免運動傷害。 3. 學習正確技巧提高排球知識觀念。 4. 體會自身能力發展，逐步提升個人自信。 3. 建立良好運動觀念與維持運動習慣。						
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		
第二週 (9/4)	1	排球基本知識	場地、器材規格介紹	1. 了解男、女場地標準之基本知識 2. 了解室內外排球材質差異	1. 上課學習態度 2. 問題問答正確與否			
第三週 (9/11)	1	排球基本知識	場地、器材規格介紹	1. 了解男、女場地標準之基本知識 2. 了解室內外排球材質差異	1. 上課學習態度 2. 問題問答正確與否			
第四週 (9/18)	1	排球基本知識	高低手動作介紹	了解基本動作差異	1. 上課學習態度 2. 問題問答正確與否			
第五週 (9/25)	1	排球基本知識	高低手動作訓練	了解基本動作差異	1. 上課學習態度 2. 問題問答正確與否			

第六週 (10/2)	1	排球基本動作	低手傳、接球	1. 了解並練習低手傳接球之技巧 2. 能做出低手傳接球之動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調	
第七週 (10/9)	1	排球基本動作	低手傳、接球(移位)	1. 了解並練習低手傳接球(移位)之技巧 2. 能做出高手傳接球(移位)之動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調	彈性調整至9/23上課
第八週 (10/16)	1	排球基本動作	高手傳、接球	1. 了解並練習高手傳接球之技巧 2. 能做出低手傳接球之動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調	
第九週 (10/23)	1	排球基本動作	高手傳、接球(移位)	1. 了解並練習高手傳接球(移位)之技巧 2. 能做出高手傳接球(移位)之動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調	
第十週 (10/30)	1	排球基本動作	低手發球	1. 了解並練習低手發球之技巧 2. 能做出低手發球之動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調	
第十一週 (11/6)	1	排球基本動作	高手發球	1. 了解並練習高手發球之技巧 2. 能做出高手發球之動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調	
第十二週 (11/13)	1	排球基本動作	接發球(定點)	1. 了解並練習接發球(定點)之技巧	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

				2. 能做出接發球(定點)之動作	
第十三週 (11/20)	1	排球基本動作	接發球(移位)	1. 了解並練習接發球(移位)之技巧 2. 能做出接發球(移位)之動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調
第十四週 (11/27)	1	排球進階動作	扣球	1. 了解並練習扣球之技巧 2. 能做出扣球之動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調
第十五週 (12/4)	1	排球進階動作	接扣球(定點)	1. 了解並練習接扣球(定點)之技巧 2. 能做出接扣球(定點)之動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調
第十六週 (12/11)	1	排球進階動作	接扣球(移位)	1. 了解並練習接扣球(移位)之技巧 2. 能做出接扣球(移位)之動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調
第十七週 (12/18)	1	排球基本、進階動作 綜合練習	動作綜合練習	能在練習時綜合應用出排球技巧與動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調
第十八週 (12/25)	1	排球基本、進階動作 綜合練習	動作綜合練習	能在練習時綜合應用出排球技巧與動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調
第二十週 (1/8)	1	排球比賽	排球比賽	1. 實際參與排球比賽 2. 學會擔任排球比賽球員及裁判 3. 將所學之排球技巧與動作流暢應用於排球比	1. 上課學習態度 2. 能了解排球比賽規則, 並擔任裁判 3. 能流暢應用排球技巧與比賽當中

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

				賽當中		
第二十一週 (1/15)	1	排球比賽	排球比賽	<ol style="list-style-type: none"> 1. 實際參與排球比賽 2. 學會擔任排球比賽球員及裁判 3. 將所學之排球技巧與動作流暢應用於排球比賽當中 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 上課學習態度 2. 能了解排球比賽規則, 並擔任裁判 3. 能流暢應用排球技巧與比賽當中 	

◎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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第一學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	桌球社	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(19)節	社團編號	10
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	1. 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。 2. 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。 3. 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. 增進桌球運動之技術與基本知識。 2. 促進體能均衡發展。 3. 學習人我間合作互助精神。 4. 培養終身的休閒活動。						
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	
第二週 (9/4)	1	基本功練習	反手推擋	強調穩定與動作的正確性。	實作評量		
第三週 (9/11)	1	基本功練習	反手推擋	強調穩定與動作的正確性。	實作評量		
第四週 (9/18)	1	基本功練習	反手推擋	強調穩定與動作的正確性。	實作評量		
第五週 (9/25)	1	基本功練習	正手推擋	強調穩定與動作的正確性。	實作評量		
第六週 (10/2)	1	基本功練習	正手推擋	強調穩定與動作的正確性。	實作評量		
第七週 (10/9)	1	基本功練習	正手推擋	強調穩定與動作的正確性。	實作評量	彈性調整至 9/23 上課	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第八週 (10/16)	1	基本功練習	下旋切球	強調穩定與動作的正確性。	實作評量
第九週 (10/23)	1	基本功練習	下旋切球	強調穩定與動作的正確性。	實作評量
第十週 (10/30)	1	基本功練習	下旋切球	強調穩定與動作的正確性。	實作評量
第十一週 (11/6)	1	基本功練習	發球接發球	強調穩定與動作的正確性。	實作評量
第十二週 (11/13)	1	基本功練習	發球接發球	強調穩定與動作的正確性。	實作評量
第十三週 (11/20)	1	基本功練習	發球接發球	強調穩定與動作的正確性。	實作評量
第十四週 (11/27)	1	對打戰術應用	發球搶攻及防守	結合基本功運用戰術，讓學生對於比賽概念更全面。	實作評量
第十五週 (12/4)	1	對打戰術應用	發球搶攻及防守	結合基本功運用戰術，讓學生對於比賽概念更全面。	實作評量
第十六週 (12/11)	1	對打戰術應用	發球搶攻及防守	結合基本功運用戰術，讓學生對於比賽概念更全面。	實作評量
第十七週 (12/18)	1	對打戰術應用	發球搶攻及防守	結合基本功運用戰術，讓學生對於比賽概念更全面。	實作評量
第十八週 (12/25)	1	比賽規則講解	比賽規則講解	使學生了解正式比賽規則。	實作評量

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第二十週 (1/8)	1	分組比賽	分組比賽	融合這學期所學，檢視自己進步之處。	實作評量	
第二十一週 (1/15)	1	分組比賽	分組比賽	融合這學期所學，檢視自己進步之處。	實作評量	

◎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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第一學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		田徑社	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(19)節	社團編號	11
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		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		1. 多元提供學生自我潛能開發之學習內涵。 2. 藉由各種不同的形式，引導學生體現生活之美，以增進生活的豐富性。 3. 妥善運用跨班級互動的學習機會，讓學生在社團學習之中，提升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		
第二週 (9/4)	1	基本熱身操	慢跑及伸展動作	實作慢跑及伸展動作的要點及重要性。	示範及實作			
第三週 (9/11)	1	基本動態操	慢跑及動態伸展	實作慢跑及動態伸展的動作要點及重要性。	示範及實作			
第四週 (9/18)	1	基本馬克操	馬克操 A 及馬克操 B	實作馬克操 A 及馬克操 B 的動作要點及重要性。	示範及實作			
第五週 (9/25)	1	基本動態馬克操	動態型馬克操	實作動態馬克操的動作要點及重要性。	示範及實作			
第六週 (10/2)	1	基本體能	間歇體能訓練	實作間歇訓練及了解間歇訓練主要提升何種體能。	示範及實作			
第七週 (10/9)	1	基本體能	法特雷克體能訓練	實作法特雷克訓練及了解法特雷克訓練主要提升何種體能。	示範及實作	彈性調整至 9/23 上課		

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第八週 (10/16)	1	基本體能	敏捷、協調訓練	實作敏捷及協調訓練及了解敏捷及協調如何提升。	示範及實作	
第九週 (10/23)	1	基本體能	循環體能訓練	實作8-12項不同器材進行循環式訓練，同時了解各項器材及動作如何操作並提升體能。	示範及實作	
第十週 (10/30)	1	專項準備	金字塔訓練	實作並了解何謂金字塔訓練？利用課表長度的不同及秒數的變化搭配由少到多在到少的課表，達到提升專項體能的準備。	示範及實作	
第十一週 (11/6)	1	專項準備	輕重訓	利用自身體重、重訓器材，實作並了解各課表訓練何種肌群、也藉此認識人體肌群。	示範及實作	
第十二週 (11/13)	1	專項體能	配速訓練	藉由課表的改變，使學習者了解配速的重要性及實作配速跑。	示範及實作	
第十三週 (11/20)	1	專項體能	欄架操訓練	利用欄架，實作欄架操並了解其中過欄動作及協調動作。	示範及實作	
第十四週 (11/27)	1	專項體能	擺手訓練	利用接力棒，實作原地擺手傳接棒及慢跑傳接棒，了解傳接棒及默契	示範及實作	

				的重要性。		
第十五週 (12/4)	1	專項體能	跳部訓練	實作跳步的起跳腳測量、起跳速度、落地動作並了解各個分解動作的重要性。	示範及實作	
第十六週 (12/11)	1	專項體能	擲部訓練	實作擲部的出手動作、出手速度、出手角度，並了解各個環節分解動作的重要性及安全性。	示範及實作	
第十七週 (12/18)	1	專項體能	起跑訓練	實作起跑架，並了解各項細節動作，前腳角度、後腳角度及反應速度。	示範及實作	
第十八週 (12/25)	1	體能恢復期	滾筒按摩 徒手按摩	實作並了解各項滾筒按摩及徒手按摩恢復的原理及效果。	示範及實作	
第二十週 (1/8)	1	測驗	測驗各單項	測驗各單項並瞭解自身能力。	示範及實作	
第二十一週 (1/15)	1	過渡調整期	田徑遊戲	攻城堡 接力遊戲	示範及實作	

◎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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第一學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		卡巴迪社	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(19)節	社團編號	12
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		健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-B3 具備審美與表現的能力，了解運動與健康在美學上的特質與表現方式，以增進生活中的豐富性與美感體驗。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。						
課程目標		1. 多元提供學生自我潛能開發之學習內涵。 2. 藉由各種不同的形式，引導學生體現生活之美，以增進生活的豐富性。 3. 妥善運用跨班級互動的學習機會，讓學生在社團學習之中，提升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		
第二週 (9/4)	1	卡巴迪運動起源與規則介紹	卡巴迪運動起源與現況、比賽規則介紹	了解卡巴迪運動起源並熟悉比賽規則	課堂評量			
第三週 (9/11)	1	卡巴迪個人底線防守基本動作	底線抓腳、撲腳動作及時機運用	個人底線做防守動作時，抓腳及撲腳動作要點示範及使用時機分析。	示範及實作			
第四週 (9/18)	1	兩人防守隊型轉換及攔截搭配動作	兩人防守站位及隊型變換，以及攔截搭配	雙人防守外圍一人站位及擒抱攔截時機及底線一人站位及撲腳防守動作使用時機分析。	示範及實作			
第五週 (9/25)	1	卡巴迪三人防守基本動作	三人防守隊型轉換及攔截搭配動作	三人三點防守站位、三人牽手防守站位及隊型轉換動作要點示範及	示範及實作			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

				攔截時機分析與運用。		
第六週 (10/2)	1	卡巴迪四人防守基本動作	四人防守隊型轉換及攔截搭配動作	四人雙邊防守站位及隊型轉換動作要點示範及攔截時機分析與運用。	示範及實作	
第七週 (10/9)	1	卡巴迪五人防守基本動作	五人防守隊型轉換及攔截搭配動作	五人 2.1.2 防守站位及隊型轉換動作要點示範及攔截時機分析與運用。	示範及實作	彈性調整至 9/23 上課
第八週 (10/16)	1	卡巴迪個人外圍防守基本動作	外圍單人擒抱攔截及轉入正面擋動作	個人外圍做防守動作時，單人擒抱攔截及轉入正面擋防守動作示範及使用時機分析。	示範及實作	
第九週 (10/23)	1	卡巴迪進攻技巧基本動作	進攻步伐動作、踩得分線動作示範	縱向進攻及橫向進攻步伐教學，點踩、跑踩得及後交叉踩得分線動作要點示範及運用	示範及實作	
第十週 (10/30)	1	卡巴迪進攻技巧基本動作	假動作示範	縱向進攻及橫向進攻步伐接假動作示範及運用	示範及實作	
第十一週 (11/6)	1	卡巴迪五人制防守技巧及比賽規則說明	五人制比賽規則及實作	利用分組輪流攻守演練讓學生熟悉比賽規則	示範及實作	
第十二週 (11/13)	1	五人制比賽	五人制分組比賽	利用分組比賽讓學生熟悉比賽規則，增加比賽經驗，學會團隊合作及	實作	

				欣賞比賽的能力。		
第十三週 (11/20)	1	卡巴迪進攻技巧基本動作	三連攻動作	縱向進攻步伐及橫向進攻步伐接三連攻動作串連示範及運用	示範及實作	
第十四週 (11/27)	1	卡巴迪六人防守基本動作	六人防守隊型轉換及攔截搭配動作	六人 2.2.2 防守站位及 2.1.1.2 防守站位，隊型轉換動作要點示範及攔截時機分析與運用。	示範及實作	
第十五週 (12/4)	1	卡巴迪七人防守基本動作	七人防守隊型轉換及攔截搭配動作	7人 2.2.1.2 防守隊型轉換動作要點示範及攔截時機分析與運用。	示範及實作	
第十六週 (12/11)	1	卡巴迪進攻技巧基本動作	十字進攻步伐搭配進攻動作運用	縱向進攻步伐加橫向進攻步伐串連為十字進攻步伐，動作示範及運用	示範及實作	
第十七週 (12/18)	1	戰術運用	防守與進攻戰術說明與演練	防守隊型戰術運用及進攻戰術使用時機說明	示範及實作	
第十八週 (12/25)	1	分組比賽	五人制分組比賽	利用分組比賽讓學生熟悉比賽規則，增加比賽經驗，學會團隊合作及欣賞比賽的能力。	實作	
第二十週 (1/8)	1	測驗	綜合測驗	測驗各種卡巴迪技能並瞭解自身能力。	實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第二十一週 (1/15)	1	測驗	綜合測驗	測驗各種卡巴迪技能並 瞭解自身能力。	實作	
-----------------	---	----	------	-----------------------	----	--

◎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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第二學期九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	木球社	15	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
2	籃球 A 社	15	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
3	籃球 B 社	15	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
4	手作療癒社	15	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
5	舞蹈的演化論	15	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
6	舞蹈賞析	15	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
7	手工藝社	15	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
8	桌遊社	15	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
9	排球社	15	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
10	桌球社	15	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
11	田徑社	15	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
12	卡巴迪社	15	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

◎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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第二學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		木球社	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(15)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		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		1.多元提供學生自我潛能開發之學習內涵。 2.藉由各種不同的形式，引導學生體現生活之美，以增進生活的豐富性。 3.妥善運用跨班級互動的學習機會，讓學生在社團學習之中，提升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		
第三週 (2/26)	1	揮桿技巧精進	空揮高爾夫球桿	柔軟度&專注力學習	目測			
第四週 (3/4)	1	短距離木球傳接	雙人一組對傳	準確傳遞(力道控制) & 情緒管理	準確度			
第五週 (3/11)	1	中距離木球傳接	雙人一組對傳	準確傳遞(力道控制) & 情緒管理	準確度			
第六週 (3/18)	1	長距離木球傳接	雙人一組對傳	準確傳遞(力道控制) & 情緒管理	準確度			
第七週 (3/25)	1	攻門練習(3M 線)	三人一組	攻門準度學習~鐘擺推擊	準度			
第八週 (4/1)	1	攻門練習(3M 線)	一排 5 顆球	各角度攻門技巧&情緒管理	準度			
第九週 (4/8)	1	攻門練習(5M 線)	三人一組	攻門準度學習~鐘擺推擊	準度			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第十週 (4/15)	1	攻門練習(5M 線)	一排 5 顆球	各角度攻門技巧&情緒管理	準度	
第十一週 (4/22)	1	下球道桿數練習	個人桿數	每球道 4 桿技巧	完成球道數	
第十二週 (4/29)	1	下球道桿數練習	雙人桿數	搭配默契	完成桿數	
第十三週 (5/6)	1	下球道桿數練習	4 個人團體桿數	每球道 4 桿技巧總合	完成桿數	
第十四週 (5/13)	1	球道賽練習	個人球道賽	競爭力培育	輸&贏(競賽精神)	
第十五週 (5/20)	1	球道賽練習	雙人球道賽	搭配默契競爭力培育	輸&贏(競賽精神)	
第十六週 (5/27)	1	期末成果驗收	個人桿數	個人挑戰最佳成績	挑戰力	
第十七週 (6/3)	1	期末成果驗收	個人球道賽	抽籤對抗賽	挑戰力	

◎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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第二學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		籃球	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(15)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		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		1. 多元提供學生自我潛能開發之學習內涵。 2. 藉由各種不同的形式，引導學生體現生活之美，以增進生活的豐富性。 3. 妥善運用跨班級互動的學習機會，讓學生在社團學習之中，提升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		
第三週 (2/26)	1	籃球運球基本動作	運球	個人運球動作要點分析。	示範及實作			
第四週 (3/4)	1	籃球傳球基本動作	傳球	個人傳球、小組傳球動作要點分析。	示範及實作			
第五週 (3/11)	1	籃球運球、傳球基本動作	運球、傳球	運球、傳球組合動作要點分析實作。	示範及實作			
第六週 (3/18)	1	籃球運球上籃	籃球運球上籃	運球上籃動作分析。	示範及實作			
第七週 (3/25)	1	籃球運球上籃	籃球運球上籃	運球上籃動作分析。	示範及實作			
第八週 (4/1)	1	籃球運球上籃	籃球運球上籃	運球上籃動作分析。	示範及實作			
第九週 (4/8)	1	籃球運球上籃	籃球運球上籃	運球上籃動作分析。	示範及實作			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第十週 (4/15)	1	籃球小組傳球	進階小組傳球練習	三人、四人小組傳球跑動分析練習。	示範及實作	
第十一週 (4/22)	1	籃球小組傳球	進階小組傳球練習	三人、四人小組傳球跑動分析練習。	示範及實作	
第十二週 (4/29)	1	籃球投籃	籃球投籃	籃球投籃動作分析實作。	示範及實作	
第十三週 (5/6)	1	籃球投籃	籃球投籃	籃球投籃動作分析實作。	示範及實作	
第十四週 (5/13)	1	防守動作	個人防守動作	個人防守動作分析及演練。	示範及實作	
第十五週 (5/20)	1	防守動作	團隊防守動作	團隊防守動作分析及演練。	示範及實作	
第十六週 (5/27)	1	籃球團隊組合	三人8字上籃、投籃	8字上籃、投籃動作分析及演練。	示範及實作	
第十七週 (6/3)	1	測驗	綜合測驗	測驗各種籃球技能並瞭解自身能力。	示範及實作	

◎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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第二學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	籃球	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(15)節	社團編號	3
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	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	1. 多元提供學生自我潛能開發之學習內涵。 2. 藉由各種不同的形式，引導學生體現生活之美，以增進生活的豐富性。 3. 妥善運用跨班級互動的學習機會，讓學生在社團學習之中，提升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	
第三週 (2/26)	1	籃球基本、進階動作 綜合練習 籃球比賽	1、籃球基本、進階動作綜合練習『運球(原地、移位)；傳接球；籃下投籃(籃下、罰球線)；傳接球(兩人跑位互傳)；兩人傳接球+籃下擦板投籃』 2、三對三籃球比賽	1、能在做出籃球基本、進階動作與技巧 2、學會三對三籃球比賽規則 3、實際參與三對三籃球比賽 4、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中	1. 情意的學習態度如何 2. 能瞭解籃球比賽規 3. 能流暢應用籃球技巧於比賽當中		
第四週 (3/4)	1	籃球基本、進階動作 綜合練習 籃球比賽	1、籃球基本、進階動作綜合練習『運球(原地、移位)；傳接球；籃下投籃(籃下、罰球線)；傳接球(兩人跑	1、能在做出籃球基本、進階動作與技巧 2、學會三對三籃球比賽規則 3、實際參與三對三籃球	1. 情意的學習態度如何 2. 能瞭解籃球比賽規 3. 能流暢應用籃球技巧於比賽當中		

			位互傳);兩人傳接球+籃下擦板投籃』 2、三對三籃球比賽	比賽 4、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中		
第五週 (3/11)	1	籃球基本、進階動作 綜合練習 籃球比賽	1、籃球基本、進階動作綜合練習『運球(原地、移位);傳接球;籃下投籃(籃下、罰球線);傳接球(兩人跑位互傳);兩人傳接球+籃下擦板投籃』 2、三對三籃球比賽	1、能在做出籃球基本、進階動作與技巧 2、學會三對三籃球比賽規則 3、實際參與三對三籃球比賽 4、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中	1. 情意的學習態度如何 2. 能瞭解籃球比賽規 3. 能流暢應用籃球技巧於比賽當中	
第六週 (3/18)	1	籃球基本動作練習 籃球比賽	1、基本動作綜合練習 2、三人傳接球+籃下擦板投籃 3、三對三籃球比賽	1、能在做出籃球基本、進階動作與技巧 2、學會三對三籃球比賽規則 3、實際參與三對三籃球比賽 4、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中	1. 情意的學習態度如何 2. 能瞭解籃球比賽規 3. 能流暢應用籃球技巧於比賽當中	
第七週 (3/25)	1	籃球基本動作練習 籃球比賽	1、基本動作綜合練習 2、三人傳接球+籃下擦板投籃 3、三對三籃球比賽	1、能在做出籃球基本、進階動作與技巧 2、學會三對三籃球比賽規則	1. 情意的學習態度如何 2. 能瞭解籃球比賽規 3. 能流暢應用籃球技巧於比賽當中	

				<p>3、實際參與三對三籃球比賽</p> <p>4、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中</p>		
第八週 (4/1)	1	籃球基本動作練習 籃球比賽	<p>1、籃球基本、進階動作綜合練習『運球(原地、移位);傳接球;籃下投籃(籃下、罰球線);傳接球(兩人跑位互傳);兩人傳接球+籃下擦板投籃;三人傳接球+籃下擦板投籃』</p> <p>2、二步上籃</p> <p>3、三對三籃球比賽</p>	<p>1、能在做出籃球基本、進階動作與技巧</p> <p>2、學會三對三籃球比賽規則</p> <p>3、實際參與三對三籃球比賽</p> <p>4、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中</p>	<p>1. 情意的學習態度如何 2. 能瞭解籃球比賽規 3. 能流暢應用籃球技巧於比賽當中</p>	
第九週 (4/8)	1	籃球基本動作練習 籃球比賽	<p>1、籃球基本、進階動作綜合練習『運球(原地、移位);傳接球;籃下投籃(籃下、罰球線);傳接球(兩人跑位互傳);兩人傳接球+籃下擦板投籃;三人傳接球+籃下擦板投籃』</p> <p>2、二步上籃</p>	<p>1、能在做出籃球基本、進階動作與技巧</p> <p>2、學會三對三籃球比賽規則</p> <p>3、實際參與三對三籃球比賽</p> <p>4、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中</p>	<p>1. 情意的學習態度如何 2. 能瞭解籃球比賽規 3. 能流暢應用籃球技巧於比賽當中</p>	

			3、三對三籃球比賽			
第十週 (4/15)	1	籃球基本動作練習 籃球比賽	1、基本動作綜合練習 2、三對三籃球比賽	1、能在做出籃球基本、 進階動作與技巧 2、學會三對三籃球比賽 規則 3、實際參與三對三籃球 比賽 4、將所學之籃球技巧與 動作流暢應用於籃球比 賽當中	1. 情意的學習態度如何 2. 能 瞭解籃球比賽規 3. 能流暢應 用籃球技巧於比賽當中	
第十一週 (4/22)	1	籃球基本動作練習 籃球比賽	1、基本動作綜合練習 2、三對三籃球比賽	1、能在做出籃球基本、 進階動作與技巧 2、學會三對三籃球比賽 規則 3、實際參與三對三籃球 比賽 4、將所學之籃球技巧與 動作流暢應用於籃球比 賽當中	1. 情意的學習態度如何 2. 能 瞭解籃球比賽規 3. 能流暢應 用籃球技巧於比賽當中	
第十二週 (4/29)	1	籃球基本動作練習 籃球比賽	1、基本動作綜合練習 2、三對三籃球比賽	1、能在做出籃球基本、 進階動作與技巧 2、學會三對三籃球比賽 規則 3、實際參與三對三籃球 比賽	1. 情意的學習態度如何 2. 能 瞭解籃球比賽規 3. 能流暢應 用籃球技巧於比賽當中	

				4、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中	
第十三週 (5/6)	1	籃球基本動作練習 籃球比賽	1、基本動作綜合練習 2、三對三籃球比賽	1、能在做出籃球基本、進階動作與技巧 2、學會三對三籃球比賽規則 3、實際參與三對三籃球比賽 4、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中	1. 情意的學習態度如何 2. 能瞭解籃球比賽規 3. 能流暢應用籃球技巧於比賽當中
第十四週 (5/13)	1	籃球基本動作練習 籃球比賽	1、基本動作綜合練習 2、三對三籃球比賽	1、能在做出籃球基本、進階動作與技巧 2、學會三對三籃球比賽規則 3、實際參與三對三籃球比賽 4、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中	1. 情意的學習態度如何 2. 能瞭解籃球比賽規 3. 能流暢應用籃球技巧於比賽當中
第十五週 (5/20)	1	籃球基本動作練習 籃球比賽	1、基本動作綜合練習 2、三對三籃球比賽	1、能在做出籃球基本、進階動作與技巧 2、學會三對三籃球比賽規則 3、實際參與三對三籃球	1. 情意的學習態度如何 2. 能瞭解籃球比賽規 3. 能流暢應用籃球技巧於比賽當中

				比賽 4、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中		
第十六週 (5/27)	1	籃球比賽	籃球比賽	1、學會三對三籃球比賽規則 2、實際參與三對三籃球比賽 3、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中	1. 情意的學習態度如何 2. 能瞭解籃球比賽規 3. 能流暢應用籃球技巧於比賽當中	
第十七週 (6/3)	1	籃球比賽	籃球比賽	1、學會三對三籃球比賽規則 2、實際參與三對三籃球比賽 3、將所學之籃球技巧與動作流暢應用於籃球比賽當中	1. 情意的學習態度如何 2. 能瞭解籃球比賽規 3. 能流暢應用籃球技巧於比賽當中	

◎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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第二學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	手作療癒社	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(15)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	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	1. 多元提供學生自我潛能開發之學習內涵。 2. 藉由各種不同的形式，引導學生體現生活之美，以增進生活的豐富性。 3. 妥善運用跨班級互動的學習機會，讓學生在社團學習之中，提升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	
第三週 (2/26)	1	課程內容介紹	樣本介紹	激發想像創造力	示範及實作		
第四週 (3/4)	1	粽子香包吊飾(1)	選布及打雙結	動手製作，激發想像創造力	示範及實作		
第五週 (3/11)	1	粽子香包吊飾(2)	布邊平針或回針縫	動手製作，培養生活手縫能力	示範及實作		
第六週 (3/18)	1	粽子香包吊飾(3)	填充棉花和檜木屑	動手製作，培養生活手縫能力	示範及實作		
第七週 (3/25)	1	粽子香包吊飾(4)	立體藏針縫完成作品	動手製作，培養生活能力	示範及實作分享		
第八週 (4/1)	1	立體鉛筆袋(1)	選布、拉鍊配色	動手製作，激發想像創造力	示範及實作		
第九週 (4/8)	1	立體鉛筆袋(2)	拉鍊與本布縫合(1)	動手製作，培養生活手縫能力	示範及實作		

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第十週 (4/15)	1	立體鉛筆袋(3)	拉鍊與本布縫合(2)	動手製作，激發想像創造力	示範及實作	
第十一週 (4/22)	1	立體鉛筆袋(4)	拉鍊與裡布(1)	動手製作，培養生活手縫能力	示範及實作	
第十二週 (4/29)	1	立體鉛筆袋(5)	拉鍊與裡布(2)	動手製作，培養生活手縫能力	示範及實作	
第十三週 (5/6)	1	立體鉛筆袋(6)	筆袋兩側縫耳拉	動手製作，培養生活能力	示範及實作	
第十四週 (5/13)	1	立體鉛筆袋(7)	兩端立體 4 邊縫合	動手製作，培養生活能力	示範及實作	
第十五週 (5/20)	1	立體鉛筆袋(8)	裡布立體 2 邊縫合	動手製作，培養生活能力	示範及實作	
第十六週 (5/27)	1	立體鉛筆袋(9)	裡布收尾藏針縫	動手製作，培養生活能力	示範及實作分享	
第十七週 (6/3)	1	分享與省思	回饋	培養情意及美感養成	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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第二學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	舞蹈的進化論	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(15)節	社團編號	5
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	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	1. 多元提供學生自我潛能開發之學習內涵。 2. 藉由各種不同的形式，引導學生體現生活之美，以增進生活的豐富性。 3. 妥善運用跨班級互動的學習機會，讓學生在社團學習之中，提升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	
第三週 (2/26)	1	舞蹈風格點點名	複習上學期舞蹈風格	查找資料發現舞蹈世界的有趣	討論與發表		
第四週 (3/4)	1	舞蹈風格點點名	想想近代舞蹈的類型	可以發表找到的舞蹈類型	討論與發表		
第五週 (3/11)	1	芭蕾舞	芭蕾舞的起源與演變	宮廷舞之祖_芭蕾舞	討論與發表		
第六週 (3/18)	1	芭蕾舞	可甜可鹹、又美又嗆的芭蕾舞	來跳芭蕾舞	體驗並發表		
第七週 (3/25)	1	現代舞	脫掉舞鞋的反思	現代舞的演變	討論與發表		
第八週 (4/1)	1	現代舞	Free style	現代舞的演變	討論與發表		
第九週 (4/8)	1	國標舞	國標就是一片海	國標舞的種類	討論與發表		

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第十週 (4/15)	1	國標舞	分享有趣及有特色的 國標舞蹈	國標舞不同的特性	討論與發表	
第十一週 (4/22)	1	亞洲舞蹈	中國、印尼泰國 不太熟	了解中國舞及印尼泰國 舞蹈的特性	討論與發表	
第十二週 (4/29)	1	亞洲舞蹈	日韓努力與娛樂結合	了解日韓傳統舞蹈 的特性	討論與發表	
第十三週 (5/6)	1	街舞	街舞又是另一片海	了解街舞的特性	討論與發表	
第十四週 (5/13)	1	街舞	試著去辨別流行舞的 種類	了解街舞的特性	討論與發表	
第十五週 (5/20)	1	啦啦舞蹈	介紹啦啦舞蹈	了解啦啦舞蹈的特性	討論與發表	
第十六週 (5/27)	1	啦啦舞蹈	邁向卓越的啦啦舞	了解啦啦舞蹈的特性	討論與發表	
第十七週 (6/3)	1	遺珠之憾	發表課程感想	可找出世界上 其他有特色的舞蹈	小組報告	

◎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。

臺南市立大橋國民中學112學年度第二學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	舞蹈美學賞析	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(15)節	社團編號	6
彈性學習課程規範	2. 社團活動與技藝課程(社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程)						
總綱或領綱核心素養	藝-J-A1 參與藝術活動，增進美感知能。 藝-J-B3 善用多元感官，探索理解藝術與生活的關聯，以展現美感意識。 藝-J-C2 透過藝術實踐，建立利他與合群的知能，培養團隊合作與溝通協調的能力。						
課程目標	透過課程學習，豐富人生。						
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	
第三週 (2/26)	1	現代舞簡介	現代舞演進	了解現代舞對世界影響	課堂討論		
第四週 (3/4)	1	現代舞在台灣	歷史演進與改變	世界各地現代舞發展	課堂討論與作品賞析		
第五週 (3/11)	1	如何欣賞現代舞	作品介紹	認識現代舞蹈表現方式	課堂討論與作品賞析		
第六週 (3/18)	1	作品賞析	國外作品介紹	能簡略表達舞蹈呈現方式	作品賞析		
第七週 (3/25)	1	作品賞析	國外作品介紹	能簡略表達舞蹈呈現方式	作品賞析		
第八週 (4/1)	1	期中評量	感受作品的美	能描述現代舞的特色與表現重點	課堂討論與分享		
第九週 (4/8)	1	體操與舞蹈	體操與舞蹈的連結	清楚體操選手的標準	賞析		

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第十週 (4/15)	1	體操與舞蹈	舞蹈體操選手的養成	了解體操與其他舞蹈類型關聯	賞析	
第十一週 (4/22)	1	體操與舞蹈	舞蹈體操選手的養成	了解體操與其他舞蹈類型關聯	賞析	
第十二週 (4/29)	1	流行舞蹈	舞蹈種類	能分辨流行舞種類	賞析	
第十三週 (5/6)	1	流行舞蹈	相異類型舞蹈結合	了解各種類型舞蹈的結合方式	賞析	
第十四週 (5/13)	1	流行舞蹈	作品介紹	藉由作品觸發對舞蹈的心情感受	賞析與討論	
第十五週 (5/20)	1	重踢躑	作品介紹	了解何謂重踢躑	賞析	
第十六週 (5/27)	1	重踢躑	作品介紹	能清楚描述重踢躑特色	賞析	
第十七週 (6/3)	1	期末總檢討	回顧本學習學習內容	分享心得	課堂回饋與討論	

◎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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第二學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	手工藝社	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(15)節	社團編號	7
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	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。 綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。 綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，培養利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。						
課程目標	1. 多元提供學生自我潛能開發之學習內涵。 2. 藉由各種不同的形式，引導學生體現生活之美，以增進生活的豐富性。 3. 妥善運用跨班級互動的學習機會，讓學生在社團學習中，提升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	
第三週 (2/26)	1	纏繞畫	認識基本原素	構圖	學習與練習		
第四週 (3/4)	1	摺紙	幸運草摺法	組合加莖完成	確實組合		
第五週 (3/11)	1	圓鏡(一)	黏土~小玫瑰花	完成待乾	確實完成		
第六週 (3/18)	1	圓鏡(二)	黏土~小雛菊	完成待乾	確實完成		
第七週 (3/25)	1	圓鏡(三)	黏土~葉子	組合	確實完成		
第八週 (4/1)	1	盆栽(一)	黏土~多肉	待乾	確實完成		

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第九週 (4/8)	1	盆栽(二)	黏土~多肉	待乾	確實完成	
第十週 (4/15)	1	盆栽(三)	組合	乾燥花組盆	確實完成	
第十一週 (4/22)	1	Love 相框(一)	黏土康乃馨	待乾	確實完成	
第十二週 (4/29)	1	Love 相框(二)	黏土康乃馨	組合	確實完成	
第十三週 (5/6)	1	香皂花	小品康乃馨花束	乾燥花組合	蝴蝶結	
第十四週 (5/13)	1	串珠(一)	表格粽子	對穿~過洞練習	確實完成	
第十五週 (5/20)	1	串珠(二)	表格粽子	餘線過洞完成	結上金線完成	
第十六週 (5/27)	1	粽子香包吊飾	練習回針縫	塞棉花	吊飾完成	
第十七週 (6/3)	1	零食花束	畢業花束	竹籤黏零食包組合	大蝴蝶結	

◎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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第二學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		桌遊社	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(15)節	社團編號	8
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>綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。</p> <p>綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。</p> <p>綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，培養利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。</p>						
課程目標		<ol style="list-style-type: none"> 讓情緒透過遊戲有個適當的出口 學習團體合作及促進人際關係 透過遵守遊戲規則學習三思後行、不衝動行事及增強溝通能力 發揮創造力及想像力，培養心智敏銳及自我認知及肯定 						
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		
第三週 (2/26)	1	拉密(1)	<ol style="list-style-type: none"> 訓練冷靜思考、表達能力、判斷力 練習數字邏輯 在有限制條件下，激發潛能 在獎賞跟懲罰中培養自信及抗壓力 	腦力激盪，活化腦細胞，從中可以剝絲抽繭預先知道答案，並且在不能掌控的變化中，也能很有邏輯的推演模擬。	學會對事情從不同的角度去觀看思考，學會沙盤演練及危機處理。			

<p>第四週 (3/4)</p>	<p>1</p>	<p>拉密(2)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 訓練冷靜思考、表達能力、判斷力 2. 練習數字邏輯 3. 在有限制條件下，激發潛能 4. 在獎賞跟懲罰中培養自信及抗壓力 	<p>腦力激盪，活化腦細胞，從中可以剝絲抽繭預先知道答案，並且在不能掌控的變化中，也能很有邏輯的推演模擬。</p>	<p>學會對事情從不同的角度去觀看思考，學會沙盤演練及危機處理。</p>	
<p>第五週 (3/11)</p>	<p>1</p>	<p>拉密(3)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 訓練冷靜思考、表達能力、判斷力 2. 練習數字邏輯 3. 在有限制條件下，激發潛能 4. 在獎賞跟懲罰中培養自信及抗壓力 	<p>腦力激盪，活化腦細胞，從中可以剝絲抽繭預先知道答案，並且在不能掌控的變化中，也能很有邏輯的推演模擬。</p>	<p>學會對事情從不同的角度去觀看思考，學會沙盤演練及危機處理。</p>	
<p>第六週 (3/18)</p>	<p>1</p>	<p>拉密(4)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 訓練冷靜思考、表達能力、判斷力 2. 練習數字邏輯 3. 在有限制條件下，激發潛能 4. 在獎賞跟懲罰中培養自信及抗壓力 	<p>腦力激盪，活化腦細胞，從中可以剝絲抽繭預先知道答案，並且在不能掌控的變化中，也能很有邏輯的推演模擬。也透過比賽的方式培養團體合作及自我的肯定。</p>	<p>學會對事情從不同的角度去觀看思考，學會沙盤演練及危機處理。在分組 PK 賽中培養運動家的風範。</p>	<p>分組 PK 賽</p>

第七週 (3/25)	1	拉密變臉版(1)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 訓練冷靜思考、表達能力、判斷力 2. 練習數字邏輯 3. 在有限制條件下，激發潛能 4. 在獎賞跟懲罰中培養自信及抗壓力 	腦力激盪，活化腦細胞，從中可以剝絲抽繭預先知道答案，並且在不能掌控的變化中，也能很有邏輯的推演模擬。	學會對事情從不同的角度去觀看思考，學會沙盤演練及危機處理。
第八週 (4/1)	1	拉密變臉版(2)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 訓練冷靜思考、表達能力、判斷力 2. 練習數字邏輯 3. 在有限制條件下，激發潛能 4. 在獎賞跟懲罰中培養自信及抗壓力 	腦力激盪，活化腦細胞，從中可以剝絲抽繭預先知道答案，並且在不能掌控的變化中，也能很有邏輯的推演模擬。	學會對事情從不同的角度去觀看思考，學會沙盤演練及危機處理。
第九週 (4/8)	1	德國圍棋/德國 3D 圍棋	<ol style="list-style-type: none"> 1. 培養平面跟立體空間的邏輯能力 2. 訓練表達能力、判斷力 3. 訓練智能的思考 4. 在獎賞跟懲罰中培養自信及抗壓力 	透過遊戲腦力會激盪思考，利用平面跟在 3D 立體的空間內學會計謀布局，智取獲得勝利。	會冷靜思考，不衝動，有正確的判斷力。
第十週 (4/15)	1	德國圍棋/德國 3D 圍棋	<ol style="list-style-type: none"> 1. 培養平面跟立體空間的邏輯能力 	透過遊戲腦力會激盪思考，利用平面跟在 3D	會冷靜思考，不衝動，有正確的判斷力。

			<ol style="list-style-type: none"> 2. 訓練表達能力、判斷力 3. 訓練智能的思考 4. 在獎賞跟懲罰中培養自信及抗壓力 	立體的空間內學會計謀布局，智取獲得勝利。		
第十一週 (4/22)	1	作伙來辦桌	<ol style="list-style-type: none"> 1. 扮演總舖師的角色體驗 2. 有計畫的完成手路菜 3. 練習認知記憶 	透過遊戲中，讓同學認識食材到如何完成一道料理，並且體驗總舖師角色扮演的歷程。	同學之間的情感交流順暢及紓解內心不好之情緒及壓力。	
第十二週 (4/29)	1	人生履歷	<ol style="list-style-type: none"> 1. 練習經營自己的人生 2. 增進知識、訓練健康、培養人際關係或者是努力工作來賺取更多金錢 3. 思考希望自己擁有什麼樣的人生呢？ 	透過遊戲中，讓同學思考如果有再一次的人生，你會希望自己擁有什麼樣的人生呢？	可以瞭解現實人生中很多時候是無法重來的，該如何減少遺憾跟後悔，如何懂得累積籌碼而為將來而戰，重新規劃及修正自己的人生方向。	
第十三週 (5/6)	1	密室逃脫	<ol style="list-style-type: none"> 1. 練習互相合作解開謎團 2. 腦力激盪及運用 3. 破解密碼後一同享受成果 	腦力激盪，活化腦細胞，從中可以剝絲抽繭一同找到答案，並且逃脫成功。	同學之間的情感交流順暢及練習團體互助合作的過程。	
第十四週 (5/13)	1	分組 PK 賽	<ol style="list-style-type: none"> 1. 複習前面三種遊戲的遊戲規則及 	透過每款遊戲再一次的複習中，再一次的訓練自己，並跟同學之間的	透過每款遊戲再一次的複習中，再一次的訓練自己，並跟同學之間的	

			<p>玩法</p> <p>2. 在獎賞跟懲罰中培養自信及抗壓力</p>	情感串聯交流。	情感串聯交流。	
第十五週 (5/20)	1	人生履歷	<p>1. 練習經營自己的人生</p> <p>2. 增進知識、訓練健康、培養人際關係或者是努力工作來賺取更多金錢</p> <p>3. 思考希望自己擁有什麼樣的人生呢？</p>	透過遊戲中，讓同學思考如果有再一次的人生，你會希望自己擁有什麼樣的人生呢？	可以瞭解現實人生中很多時候是無法重來的，該如何減少遺憾跟後悔，如何懂得累積籌碼而為將來而戰，重新規劃及修正自己的人生方向。	
第十六週 (5/27)	1	人生履歷	<p>1. 練習經營自己人生</p> <p>2. 增進知識、訓練健康、培養人際關係或者是努力工作來賺取更多金錢</p> <p>3. 思考希望自己擁有什麼樣的人生呢？</p>	透過遊戲中，讓同學思考如果有再一次的人生，你會希望自己擁有什麼樣的人生呢？	可以瞭解現實人生中很多時候是無法重來的，該如何減少遺憾跟後悔，如何懂得累積籌碼而為將來而戰，重新規劃及修正自己的人生方向。	
第十七週 (6/3)	1	桌遊大集合	將本學期所有玩過的桌遊讓學生自行選擇並透過遊戲當中再一次的體驗過程。			

◎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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第二學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		排球社	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(15)節	社團編號	9
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		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-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。 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. 培養團體紀律與個人良好學習態度。 2. 注重準備運動與場地安全，避免運動傷害。 3. 學習正確技巧提高排球知識觀念。 4. 體會自身能力發展，逐步提升個人自信。 3. 建立良好運動觀念與維持運動習慣。						
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		
第三週 (2/26)	1	排球基本知識	場地、器材規格介紹	1. 了解男、女場地標準之基本知識 2. 了解室內外排球材質差異	1. 上課學習態度 2. 問題問答正確與否			
第四週 (3/4)	1	排球基本知識	場地、器材規格介紹	1. 了解男、女場地標準之基本知識 2. 了解室內外排球材質差異	1. 上課學習態度 2. 問題問答正確與否			
第五週 (3/11)	1	排球基本知識	高低手動作介紹	了解基本動作差異	1. 上課學習態度 2. 問題問答正確與否			
第六週 (3/18)	1	排球基本知識	高低手動作訓練	了解基本動作差異	1. 上課學習態度 2. 問題問答正確與否			

第七週 (3/25)	1	排球基本動作	低手傳、接球	1. 了解並練習低手傳接球之技巧 2. 能做出低手傳接球之動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調
第八週 (4/1)	1	排球基本動作	低手傳、接球(移位)	1. 了解並練習低手傳接球(移位)之技巧 2. 能做出高手傳接球(移位)之動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調
第九週 (4/8)	1	排球基本動作	高手傳、接球	1. 了解並練習高手傳接球之技巧 2. 能做出低手傳接球之動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調
第十週 (4/15)	1	排球基本動作	高手傳、接球(移位)	1. 了解並練習高手傳接球(移位)之技巧 2. 能做出高手傳接球(移位)之動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調
第十一週 (4/22)	1	排球基本動作	低手發球	1. 了解並練習低手發球之技巧 2. 能做出低手發球之動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調
第十二週 (4/29)	1	排球基本動作	高手發球	1. 了解並練習高手發球之技巧 2. 能做出高手發球之動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調
第十三週 (5/6)	1	排球基本動作	接發球(定點)	1. 了解並練習接發球(定點)之技巧	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

				2. 能做出接發球(定點)之動作	
第十四週 (5/13)	1	排球基本動作	接發球(移位)	1. 了解並練習接發球(移位)之技巧 2. 能做出接發球(移位)之動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調
第十五週 (5/20)	1	排球進階動作	扣球	1. 了解並練習扣球之技巧 2. 能做出扣球之動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調
第十六週 (5/27)	1	排球進階動作	接扣球(定點和移位)	1. 了解並練習接扣球(定點和移位)之技巧 2. 能做出接扣球(定點和移位)之動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調
第十七週 (6/3)	1	排球基本、進階動作 綜合練習	動作綜合練習	能在練習時綜合應用出排球技巧與動作	1. 上課學習態度 2. 動作是否流暢協調

◎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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第二學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	桌球社	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(15)節	社團編號	10
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	1. 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。 2. 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。 3. 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. 增進桌球運動之技術與基本知識。 2. 促進體能均衡發展。 3. 學習人我間合作互助精神。 4. 培養終身的休閒活動。						
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	
第三週 (2/26)	1	基本功練習	正反手對攻及腳步	強調連續對打能力、發球穩定性。	實作評量		
第四週 (3/4)	1	基本功練習	正反手對攻及腳步	強調連續對打能力、發球穩定性。	實作評量		
第五週 (3/11)	1	基本功練習	下旋正反手切球	強調連續對打能力、發球穩定性。	實作評量		
第六週 (3/18)	1	基本功練習	下旋正反手切球	強調連續對打能力、發球穩定性。	實作評量		
第七週 (3/25)	1	戰術應用練習	側旋發球及接發	讓學生對於桌球旋轉理解力更敏銳。	實作評量		
第八週 (4/1)	1	戰術應用練習	側旋發球及接發	讓學生對於桌球旋轉理解力更敏銳。	實作評量		

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第九週 (4/8)	1	戰術應用練習	發接發搶攻戰術應用	強調簡單常用的實戰技戰術。	實作評量	
第十週 (4/15)	1	戰術應用練習	發接發搶攻戰術應用	強調簡單常用的實戰技戰術。	實作評量	
第十一週 (4/22)	1	戰術應用練習	發接發搶攻戰術應用	強調簡單常用的實戰技戰術。	實作評量	
第十二週 (4/29)	1	戰術應用練習	發接發搶攻戰術應用	強調簡單常用的實戰技戰術。	實作評量	
第十三週 (5/6)	1	戰術應用練習	發接發搶攻戰術應用	強調簡單常用的實戰技戰術。	實作評量	
第十四週 (5/13)	1	戰術應用練習	發接發搶攻戰術應用	強調簡單常用的實戰技戰術。	實作評量	
第十五週 (5/20)	1	分組比賽	分組比賽	融合這學期所學技戰術，檢視自己進步。	實作評量	
第十六週 (5/27)	1	分組比賽	分組比賽	融合這學期所學技戰術，檢視自己進步。	實作評量	
第十七週 (6/3)	1	分組比賽	分組比賽	融合這學期所學技戰術，檢視自己進步。	實作評量	

◎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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第二學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		田徑社	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(15)節	社團編號	11
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		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		1. 多元提供學生自我潛能開發之學習內涵。 2. 藉由各種不同的形式，引導學生體現生活之美，以增進生活的豐富性。 3. 妥善運用跨班級互動的學習機會，讓學生在社團學習之中，提升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		
第三週 (2/26)	1	進階熱身操	慢跑及 PNF 伸展	實作慢跑及 PNF 伸展的要點及重要性。	示範及實作			
第四週 (3/4)	1	進階動態操	慢跑及進階動態伸展	實作慢跑及進階動態伸展的動作要點及重要性。	示範及實作			
第五週 (3/11)	1	進階馬克操 AB	進階馬克操及馬克操 B	實作進階馬克操 A 的動作要點及重要性。	示範及實作			
第六週 (3/18)	1	進階動態馬克操	進階動態型馬克操	實作動態馬克操的動作要點及重要性。	示範及實作			
第七週 (3/25)	1	綜合體能	間歇及法特雷克	實作間歇訓練及法特雷克訓練了解間歇訓練主要提升何種體能。	示範及實作			
第八週 (4/1)	1	綜合體能	敏捷、協調訓練	實作繩梯及折返跑訓練及了解敏捷及協調如何	示範及實作			

				提升。		
第九週 (4/8)	1	綜合體能	綜合循環訓練	實作8-12項不同器材進行循環式訓練，同時了解各項器材及動作如何操作並提升體能。	示範及實作	
第十週 (4/15)	1	專項準備	金字塔訓練	實作並了解何謂金字塔訓練？利用課表長度的不同及秒數的變化搭配由少到多在到少的課表，達到提升專項體能的準備。	示範及實作	
第十一週 (4/22)	1	專項準備	輕重訓	利用自身體重、重訓器材，實作並了解各課表訓練何種肌群、也藉此認識人體肌群。	示範及實作	
第十二週 (4/29)	1	專項體能	配速訓練	藉由課表的改變，使學習者了解配速的重要性及實作配速跑。	示範及實作	
第十三週 (5/6)	1	專項體能	欄架操訓練	利用欄架，實作欄架操並了解其中過欄動作及協調動作。	示範及實作	
第十四週 (5/13)	1	專項體能	擺手訓練	利用接力棒，實作原地擺手傳接棒及慢跑傳接棒，了解傳接棒及默契的重要性。	示範及實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第十五週 (5/20)	1	專項體能	跳部訓練	實作跳步的起跳腳測量、起跳速度、落地動作並了解各個分解動作的重要性。	示範及實作	
第十六週 (5/27)	1	專項體能	擲部訓練	實作擲部的出手動作、出手速度、出手角度，並了解各個環節分解動作的重要性及安全性。	示範及實作	
第十七週 (6/3)	1	專項體能	起跑訓練	實作起跑架，並了解各項細節動作，前腳角度、後腳角度及反應速度。	示範及實作	

◎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。

臺南市立大橋國民中學 112 學年度第二學期九年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	卡巴迪社	實施年級	九年級	教學節數	本學期共(15)節	社團編號	12
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-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體-J-B3 具備審美與表現的能力，了解運動與健康在美學上的特質與表現方式，以增進生活中的豐富性與美感體驗。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>						
課程目標	<p>1. 多元提供學生自我潛能開發之學習內涵。</p> <p>2. 藉由各種不同的形式，引導學生體現生活之美，以增進生活的豐富性。</p> <p>3. 妥善運用跨班級互動的學習機會，讓學生在社團學習之中，提升與人和諧互動的素養。</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	
第三週 (2/26)	1	卡巴迪進攻技巧基本動作	假動作示範	縱向進攻及橫向進攻步伐接假動作示範及運用	示範及實作		
第四週 (3/4)	1	卡巴迪進攻技巧基本動作	行進式進攻動作串連	行進式移動做進攻步伐串連手部進攻動作	示範及實作		
第五週 (3/11)	1	卡巴迪進攻技巧基本動作	行進式進攻動作串連	行進式移動做進攻步伐串連腿部進攻動作	示範及實作		
第六週 (3/18)	1	卡巴迪個人外圍防守基本動作	外圍單人擒抱攔截及轉入正面擋動作	個人外圍做防守動作時，單人擒抱攔截及轉入正面擋防守動作示範及使用	示範及實作		

				時機分析。		
第七週 (3/25)	1	卡巴迪雙人外圍防守 基本動作	外圍雙人手網攔截 及轉入正面擋動作	兩人一組外圍做防守動 作 時，轉入正面擋防守動 作及勾腳示範與使用時 機分析。	示範及實作	
第八週 (4/1)	1	兩人防守隊型轉換及 攔截搭配動作	兩人防守站位及隊型 變換，以及攔截搭配	雙人防守外圍一人站位 及擒抱攔截時機及底 線一人站位及撲腳防守 動作使用時機分析。	示範及實作	
第九週 (4/8)	1	卡巴迪三人防守基本 動作	三人防守隊型轉換及 攔截搭配動作	三人三點防守站位、三 人牽手防守站位及隊 型轉換動作要點示範及 攔截時機分析與運 用。	示範及實作	
第十週 (4/15)	1	卡巴迪四人防守基本 動作	四人防守隊型轉換及 攔截搭配動作	四人雙邊防守站位及隊 型轉換動作要點示範 及攔截時機分析與運 用。	示範及實作	
第十一週 (4/22)	1	卡巴迪五人防守基本 動作	五人防守隊型轉換及 攔截搭配動作	五人 2.1.2 防守站位 及隊型轉換動作要點示 範及攔截時機分析與運 用。	示範及實作	
第十二週 (4/29)	1	卡巴迪六人防守基本 動作	六人防守隊型轉換及 攔截搭配動作	六人 2.2.2 防守站位 及 2.1.1.2 防守站位， 隊型轉換動作要點示範	示範及實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

				及攔截時機分析與運用。		
第十三週 (5/6)	1	卡巴迪七人防守基本動作	七人防守隊型轉換及攔截搭配動作	7人 2.2.1.2 防守隊型轉換動作要點示範及攔截時機分析與運用。	示範及實作	
第十四週 (5/13)	1	分組比賽	五人制分組比賽	利用分組比賽讓學生熟悉比賽規則，增加比賽經驗，學會團隊合作及欣賞比賽的能力。	實作	
第十五週 (5/20)	1	分組比賽	七人制分組比賽	利用分組比賽讓學生熟悉比賽規則，增加比賽經驗，學會團隊合作及欣賞比賽的能力。	實作	
第十六週 (5/27)	1	測驗	綜合測驗	測驗各種卡巴迪技能並瞭解自身能力。	實作	
第十七週 (6/3)	1	測驗	綜合測驗	測驗各種卡巴迪技能並瞭解自身能力。	實作	

◎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。