

臺南市私立北區寶仁國民小學 113 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	喜悅閱讀	22	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
2	肢體律動	22	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】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。

臺南市私立北區寶仁國民小學 113 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	肢體律動	實施年級	三	教學節數	本學期共(22)節	社團編號	2
彈性學習課程規範	3. <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-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。 健體-E-A2 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。 健體-E-B3 具備運動與健康有關的創作和欣賞的基本素養，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。 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，並與團隊成員合作，促進身心健康。						
課程目標	1. 能生活中，嘗試自我覺察並修正個人上下學與遊戲的不當行為，練習各項安全行為。 2. 養成遵守遊戲注意事項的好習慣。 3. 從自己能完成來得到自我悅納感，知道自己做得到，也能自己做。 4. 能在運動過程中，表現認真參與活動的積極態度，並避免運動傷害。 5. 能注意同學的動作，學習、了解如何完成指示動作，並能與同學培養默契通力合作，完成動作。 6. 在遊戲中表達出對肢體各部位的認識及完整概念，並能靈活操作身體表現動作。 7. 能盡力的完成教材動作，並能做出教材闖關活動的動作技巧。 8. 能識自己身體活動能力，並選擇適合自己的運動。						

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
第一~三週 08/25~09/14	3	健康活力 GO	開學準備週 熱身律動操	1. 能利用身體進行伸展活動。 2. 能表現認真參與活動的積極態度。	口頭評量 行為檢核	
第四~六週 09/15~10/05	3	團體遊戲我最棒	基礎律動 團體遊戲課程	1. 遵守遊戲規則，並與同學互助合作。 2. 在遊戲中表達出對肢體各部位的認識，並能靈活操作身體表現動作。 3. 能完成基本舞步動作	觀察評量 口頭評量 態度評量	
第七~十四週 10/06~11/30	8	JUMP !GOGOGO	初階有氧舞蹈 運動會單項練習 (大會操)	1. 能主動參與各種身體活動。 2. 能表現認真參與活動的積極態度。	觀察評量 口頭評量 態度評量	
第十五~十八週 12/01~12/28	4	流行唱跳一把抓	體適能訓練 流行歌曲律動	1. 能靈活運用肢體，表現出閃躲及移動身體的動作。 2. 能運用身體做出指定動作。	觀察評量 口頭評量 態度評量	
第十九~二十二週 12/29~01/25	4	大手牽小手 跳舞你和我	土風舞課程 學期回顧	1. 能專注欣賞他人優良動作表現。 2. 與同學培養默契，完成動作。 3. 能觀察他人活動的表現。	操作評量 行為檢核 態度評量	

◎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。

臺南市私立北區寶仁國民小學 113 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	喜悅閱讀	22	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】節 <input type="checkbox"/> 隔週【 】節
2	肢體律動	22	是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 每週【 1 】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。

臺南市私立北區寶仁國民小學 113 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	肢體律動	實施年級	三	教學節數	本學期共(22)節	社團編號	2
彈性學習課程規範	3. <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-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。 健體-E-A2 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。 健體-E-B3 具備運動與健康有關的創作和欣賞的基本素養，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。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 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，並與團隊成員合作，促進身心健康。						
課程目標	1. 能生活中，嘗試自我覺察並修正個人上下學與遊戲的不當行為，練習各項安全行為。 2. 養成遵守上下學與遊戲注意事項的好習慣。 3. 從自己能完成來得到自我悅納感，知道自己做得到，也能自己做。 4. 能在運動過程中，表現認真參與活動的積極態度，並避免運動傷害。 5. 能注意同學的動作，學習、了解如何完成指示動作，並能與同學培養默契通力合作，完成動作。 6. 在遊戲中表達出對肢體各部位的認識及完整概念，並能靈活操作身體表現動作。 7. 能盡力的完成教材動作，並能做出教材闖關活動的動作技巧。						

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

8. 能識自己身體活動能力，並選擇適合自己的運動。

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
第一~四週 02/02~03/01	4	活力動滋動	開學準備週 分組及舞蹈複習	1. 能利用身體進行伸展活動。 2. 能表現認真參與活動的積極態度。	口頭評量 行為檢核	
第五~八週 3/2~3/29	4	舞力全開	初階有氧舞蹈 肌力及體適能訓練	1. 能靈活運用肢體，表現出閃躲及移動身體的動作。 2. 能運用身體做出指定動作。	觀察評量 口頭評量 態度評量	
第九~十二週 3/30~4/26	4	超級變變變	異國曲風舞蹈	1. 能靈活運用肢體，表現出閃躲及移動身體的動作。 2. 能運用身體做出指定動作。	觀察評量 口頭評量 態度評量	
第十三~十六週 4/27~5/24	4	嘿唷!我的朋友	土風舞課程 流行歌曲律動	1. 與同學培養默契，完成動作。 2. 能表現認真參與活動的積極態度。	觀察評量 口頭評量 態度評量	
第十七~二十一週 5/25~7/5	6	翻玩向前行	團體遊戲課程 學期回顧	1. 能專注欣賞他人優良動作表現。 2. 與同學培養默契，完成動作。 3. 能觀察他人活動的表現。	操作評量 行為檢核 態度評量	

◎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。