

臺南市公立南化區南化國民小學 114 學年度第一學期低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	低年級武術	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 114 學年度第一學期低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	低	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-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，體會武術防身健身的益處，慢慢的建立自信心，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 1-10 週	9	初級長拳 1. 馬步雙劈拳 2. 拗弓步衝拳 3. 蹬腿衝拳 4. 馬步衝拳	1. 基本動作練習。 2. 初級長拳基本步法、拳法練習。 3. 初級長拳動作要領練習。 4. 初級長拳第 1 至第 4 式的套路練習。	1. 了解拳術的歷史及故事。 2. 了解身體活動與系統合作的關係，並運用身體做出各種不同的活動。 3. 掌握基本的拳術動作方法、動作名稱，並提高對武術的興趣。	1. 注意老師解說並確實操作動作。 2. 基本動作的穩定性熟悉套路動作組合。 3. 拳法勁力、動作協調性完成初級長拳組合動作。 4. 學習態度與團隊表現。			
第 11-22 週	10	初級長拳 1. 弓步推掌 2. 拗弓步推掌	1. 複習初級長拳第 1 至第 4 式的動作。 2. 初級長拳第 5 式至第 8 式的套路練習。 3. 初級長拳前 8 式套	1. 了解拳術的歷史及故事。 2. 了解身體活動與系統合作的關係，並運用	1. 注意老師解說並確實操作動作。 2. 基本動作的穩定性熟悉套路動作組合。 3. 拳法勁力、動作協調			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

		3. 弓步擣手砍掌 4. 弓步穿手推掌	路練習。 4. 配合音樂與他人合作 完成初級長拳前 8 式 的套路表演。	身體做出各種不同的活動。 3. 掌握基本的拳術動作方法、動作名稱，並提高對武術的興趣。	性完成初級長拳組合動作。 4. 學習態度與團隊表現。	
--	--	------------------------	---	--	-------------------------------	--

◎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 114 學年度第二學期低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	低年級武術	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 114 學年度第二學期低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	低	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-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，體會武術防身健身的益處，慢慢的建立自信心，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 1-10 週	8	初級長拳 1. 虛步上架 2. 馬步下壓 3. 拗弓步衝拳 馬步衝拳	1. 基本動作練習。 2. 初級長拳基本步法、拳法練習。 3. 初級長拳動作要領練習。 4. 初級長拳第 9 至第 12 式的套路練習。	1. 了解拳術的歷史及故事。 2. 了解身體活動與系統合作的關係，並運用身體做出各種不同的活動。 3. 掌握基本的拳術動作方法、動作名稱，並提高對武術的興趣。	1. 注意老師解說並確實操作動作。 2. 基本動作的穩定性熟悉套路動作組合。 3. 拳法勁力、動作協調性完成初級長拳組合動作。 4. 學習態度與團隊表現。			
第 11-22 週	11	初級長拳 1. 弓步雙擺掌 2. 弓步撩掌 3. 推掌彈踢	1. 複習初級長拳第 9 至第 12 式的動作。 2. 初級長拳第 13 式至第 16 式的套路練習。	1. 了解拳術的歷史及故事。 2. 了解身體活動與系統合作的關係，並運用身體做出各種不同的	1. 注意老師解說並確實操作動作。 2. 基本動作的穩定性熟悉套路動作組合。 3. 拳法勁力、動作協調			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

		弓步上架推掌	習。 3. 初級長拳前 16 式 套路練習。 4. 配合音樂與他人合 作完 成初級長拳前 16 式的套 路表演。	活動。 3. 掌握基本的拳術動作 方法、動作名 稱，並提高對武術的 興趣。	性完成初級長拳組合 動作。 4. 學習態度與團隊表 現。	
--	--	--------	---	---	--	--

◎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。