

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度社團辦理一覽總表

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
01	桌球社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】節
02	Tee Ball 社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】節
03	羽球社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】節
04	管樂社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】節
05	吉他社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】節
06	歌唱技巧社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】節
07	機器人程式與創課鐵人社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】節
08	電影欣賞社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】節
09	熱舞社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】節
10	科學及生態 研究社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】節
11	咖啡拉花社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】節
12	攝影社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】節

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

13	動漫社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】節
14	籃球社(國二&國三)	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】節
15	籃球社(國一)	20	是 ☐ 否 ☒	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】節
20	桌遊社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】節
17	田徑社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】節
18	創意料理社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】節
19	台江專題研究社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】節
20	旋風扯鈴社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】節
21	魔術社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】節
22	排球社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【2】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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第一學期七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	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	01
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		A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作						
課程目標		藉由桌球社的訓練加強身心素質，且在比賽中培養良好的人際互動關係與和諧互助的團隊合作。						
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	桌球入門	桌球概論，中華隊選手球拍的演進，日常體能訓練	學生能認識球拍種類及握拍方式	實作			
第四週	2	常見的握拍方式	握拍法及其起源	學生能認識握拍方式及運用	實作			
第九週	2	旋轉判斷	左右旋轉上下旋轉	控制球	實作			
第十一週	2	基本擊球動作（一）	正手攻球	學生能認識擊球方式及運用身體的力量	實作&比賽			
第十二週	2	基本擊球動作（二）	反手攻球	學生能認識擊球方式及運用身體的力量並妥善防守	實作&比賽			
第十四週	2	步伐的移動	移動訓練	學生能運用放鬆的感覺使得腳下容易動起來	實作&比賽			
第十七週	2	放鬆的效用	放鬆訓練	學生能認識放鬆方式及運用	實作			
第十八週	2	發球練習	簡易發球	精準命中預想落點	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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第二學期七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	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	01
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		A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作						
課程目標		藉由桌球社的訓練加強身心素質，且在比賽中培養良好的人際互動關係與和諧互助的團隊合作。						
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	規則簡介	桌球基本規則了解彈跳規律	學生能認識基本規則	實作			
第五週	2	自行拍球	訓練手感	學生能認識握拍方式及運用	實作			
第八週	2	旋轉判斷進階	強烈旋轉及弱旋轉	控制球	實作			
第十週	2	基本擊球動作（一）	正手攻球揮拍動作	學生能認識擊球方式及運用身體的力量	實作&比賽			
第十二週	2	基本擊球動作（二）	反手攻球揮拍動作	學生能認識擊球方式及運用身體的力量並妥善防守	實作&比賽			
第十四週	2	步伐的移動	移動訓練	學生能運用放鬆的感覺使得腳下容易動起來	實作&比賽			
第十六週	2	放鬆的效用	放鬆訓練	學生能認識放鬆方式及運用	實作			

第十九週	2	發球練習	簡易發球	精準命中預想落點	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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第一學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		Tee Ball 社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	02
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		A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作						
課程目標		1. 培養學生對球類運動的興趣。 2. 由練習中，養成溝通協調及團隊合作的精神						
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	球場禮儀規範 器材正確使用與保養	1. 球場器材使用及保養 2. 場地的使用規範與禮貌	養成學生對於進出球場應有的尊重及對器材的重視	能說出器材名稱並正確操作			
第四週	2	傳接你我他	1. 異質分組，先以徒手傳接球，並去適應不同夥伴間能力的個別差異 2. 個人對牆傳接	尊重不同能力的個別差異 習得投球正確的出手角度	九宮格直準小比賽			

第九週	2	接球點線面	1. 練習高、中、低三種球路的接球方法 2. 協助指導能力稍落後同學接球的判斷	1. 學會三種球路的判斷與接球方法。 2. 分享接球心得	1. 能做出三種球路的接球動作。 2. 能說出接球動作重點	
第十一週	2	強棒出擊 1	1. 不同身材不同的握棒方法 2. 五點球路的揮棒	1. 能了解符合自己身材的握棒方法。 2. 能做出針對五種球路的揮棒方法	揮棒方式是否正確	
第十二週	2	強棒出擊 2	1. 練習揮擊羽球 2. 定點打擊	能正確集中擊球點並且揮棒動作流暢	擊球點是否正確無誤	
第十四週	2	攻守練習 1	輪流進行開放打擊練習，其餘同學練習守備	同學能判斷來球的方向並做出正確接球動作	接球至否正確、接球傳球動作是否流暢	
第十七週	2	攻守練習 2	同學各自就內外野守備位置進行接球練習，能判斷來球的方向並做出正確接球動作	當球擊出後，同學能立刻判斷並準確接球	能做出移位、接球、傳球的正確判斷與動作	
第十八週	2	壘間追追追	練習跑壘路線 分組跑壘比賽	能針對球分別擊往內外野如何應變跑壘	能全速衝刺並能分別內外野的跑壘並做出正確路線	

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第二學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	Tee Ball 社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	02
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	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作						
課程目標	將平時練習技能運動於比賽中，除習得動作技巧，並培養選手平時自我要球的積極態度						
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	固若金湯	內外野守備練習	能做出滾地球、平飛球、高飛球的正確接球	能正確判斷球路並確實補接		
第五週	2	別怕. 我在你身邊	內外野守備補位練習	能正確判斷補位路線，並練習短距離壘間傳接球	補位方向與時間正確		
第八週	2	體能訓練	老鷹抓小雞體能訓練-耐力訓練	藉由遊戲，吸引學生投入體能訓練，增強健康體適能	能確實跑完老師所要求的距離，並嚴格要求自己		

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第十週	2	傳接球練習 1	短中長距離傳接球	學會多種球路接法	能判斷並做出正確接球動作	
第十二週	2	傳接球練習 2	高飛、平飛、滾地、前進、後推接球練習	學會多種球路接法	能判斷並做出正確接球動作	
第十四週	2	規則講解	1. 比賽影片撥放 2. 簡明規則說明	觀賞影片中，習得比賽規則	欣賞運動場上表現及選手風度	
第十六週	2	球場對決 1	1. 團隊間學習如何安排隊員守備位置與棒次 2. 分組比賽	藉由比賽守備位置的編排，團隊挑論並互相交換意見	能尊重團隊意見，彼此分享	
第十九週	2	球場對決 2	1. 分組比賽	1. 尊重裁判判決 2. 在比賽中做出練習所學	要求自己在比賽中，除做出正確動作，並能欣賞他人表現	

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第一學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		羽球社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	03
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		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-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		透過循序漸進的課程設計，讓學生學習羽球技巧，進而得到運動的快樂及成就感。 學習第二運動專長及培養正當休閒活動，增進人際互動及優良品德						
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	羽球運動介紹	羽球器材介紹 羽球比賽項目介紹	認識羽球運動用具及比賽項目	實作評量			

第四週	2	羽球握拍練習	正手握拍 反手握拍	學習正反手握拍擊球及控球	實作評量	
第九週	2	羽球發球	正手發球 反手發球	學習正手及反手發球	實作評量	
第十一週	2	長遠球練習	長遠球動作講解 後場長遠球練習	學習正確長遠球擊球動作	實作評量	
第十二週	2	切球練習	切球動作講解 切球練習	學習正確切球動作	實作評量	
第十四週	2	推平球	平球擊球講解及練習 (正手、反手)	學習平球對打練習	實作評量	
第十七週	2	小球練習	小球講解及練習 (正手、反手)	學習小球控球	實作評量	
第十八週	2	殺球練習	殺球動作講解 殺球練習	學習正當殺球動作	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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第二學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	羽球社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	03
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	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-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	透過循序漸進的課程設計，讓學生學習羽球技巧，進而得到運動的快樂及成就感。 學習第二運動專長及培養正當休閒活動，增進人際互動及優良品德						
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	羽球單打介紹	單打規則講解及裁判工作	了解單打比賽規則及學習裁判工作	實作評量	
第五週	2	單打步伐講解	單打步法教學	學習如何用正確腳步移動至場上每一個位置	實作評量	
第八週	2	單打戰術運用	單打戰術教學	學會在比賽當中運用各種不同球路技巧	實作評量	
第十週	2	羽球雙打介紹	雙打規則講解	了解雙打比賽規則	實作評量	
第十二週	2	羽球雙打跑位	雙打移動位置	學習如何與搭檔在比賽中互相配合	實作評量	
第十四週	2	雙打戰術運用	雙打戰術教學	學習如何運用各種技巧與搭檔能有良好的配合	實作評量	
第十六週	2	模擬比賽	模擬比賽	透過模擬比賽學習正規比賽流程	實作評量	
第十九週	2	模擬比賽	模擬比賽	透過模擬比賽學習正規比賽流程	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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第一學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	管樂社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	04
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	A1：身心素質與自我精進 B3：藝術生活與美學涵養 C2：人際關係與團隊合作						
課程目標	1. 增強學生對音樂的熱忱 2. 提升學生的音樂專業能力 3. 鼓勵學生音樂表現自我						
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	認識樂器，認識音符	介紹各種類樂器，每顆音符的差異	認識各種樂器 認識各種音符的差異	考孩子們各種樂器的名稱 各種音符的名稱	
第四週	2	選樂器，號嘴教學	選擇樂器，讓號嘴樂器發出聲音	選擇適合的樂器 讓樂器發出對的聲音	問孩子有沒有喜歡此像樂器 聽號嘴發出的聲音是否正確	
第九週	2	音階，節拍	降 B 大調音階，拍子教學	學習基本音階 學習正確節拍	音階由下到上吹奏一遍 考學生的節拍正確性	
第十一週	2	基本練習	四分音符，八分音符，十六分音符音階練習	學習基本拍值 流暢的音階上下行	各種音符音階吹奏乙遍	
第十二週	2	基本曲子	簡單樂曲吹奏	學習基本樂曲節奏感	樂曲完整吹奏乙遍	
第十四週	2	小考試	音階考試，樂曲考試	對音階及樂曲的完整概念	合奏方式考試	
第十七週	2	曲子練習	學生自主分部練習	對曲子的熟悉提升	個人曲子驗收	
第十八週	2	合奏，成果小發表	克服對舞台緊張感	學生自我表現	舞臺發表	

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第二學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	管樂社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	04
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	A1：身心素質與自我精進 B3：藝術生活與美學涵養 C2：人際關係與團隊合作						

課程目標		1. 增強學生對音樂的熱忱 2. 提升學生的音樂專業能力 3. 鼓勵學生音樂表現自我				
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	基本練習複習音階	降 b 大調音階	熟悉音階及音的對錯	上台吹奏音階乙遍	
第五週	2	旋律	基本旋律認識	認識音行旋律	哼唱旋律	
第八週	2	練習發出飽滿聲音	吹奏出飽滿音色	長音練習	分部方式評量	
第十週	2	裝飾奏，音程	裝飾奏種類認識，音程音準認知	裝飾奏演示，音程演示	裝飾奏視譜，音程抽考	
第十二週	2	音樂術語合奏術語	常見多數術語介紹	認識譜上術語	術語考試	
第十四週	2	和聲音準	和聲及音準練習	和聲音準乾淨程度	合奏課練習	
第十六週	2	曲子練習	學習各種曲子	樂曲熟悉	合奏課曲子練習	
第十九週	2	成果發表	樂曲完整演奏	熟悉舞台表演	舞台發表	

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第一學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	吉他社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	05
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		J-E 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 J-F 1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。				
課程目標		讓學生能夠學習吉他的基本知識與各種技巧(指法、彈奏方法)，促使磨練演奏能力的同時也能引起興趣，自主精進並願意向外展演。				
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	吉他基礎介紹	吉他基本介紹·調音·初學者必懂和弦	讓學生初步了解吉他構造及和弦	隨堂問答	
第四週	2	歌曲·節奏練習	和弦練習·右手該做什麼·學第一首歌·Slow Soul 節奏	認識節奏·了解如何吉他演奏	隨堂抽測	
第九週	2	歌曲·節奏練習	第二首歌·Pick應用·左右手協調訓練·Slow Soul 節奏複習	認識節奏·了解如何吉他演奏	隨堂抽測	
第十一週	2	歌曲·節奏練習	第三首歌·右手節奏變化·Slow Soul 節奏複習	認識節奏·了解如何吉他演奏	隨堂抽測	
第十二週	2	進階和弦介紹	進階和弦介紹及練習·2045 級數和弦及應用	認識和弦·了解如何應用	隨堂抽測	
第十四週	2	歌曲·節奏練習	學習第四首歌(上)·Folk Rock 節奏	認識節奏·了解如何吉他演奏	隨堂抽測	
第十七週	2	歌曲·節奏練習	學習第四首歌(下)·Folk Rock 節奏複習·歌曲連貫性練習	認識節奏·了解如何吉他演奏	隨堂抽測	
第十八週	2	班內成果發表	課程總回顧·成果發	鼓勵學生上台表演	練習成果發表	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

			表會			
--	--	--	----	--	--	--

- ◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第二學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		吉他社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	05
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		J-E 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 J-F 1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。						
課程目標		讓學生能夠學習吉他的基本知識與各種技巧(指法、彈奏方法)，促使磨練演奏能力的同時也能引起興趣，自主精進並願意向外展演。						
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	上學期課程複習	複習上學期所學的和弦及節奏類型	認識節奏·了解如何吉他演奏	隨堂問答			
第五週	2	歌曲·節奏練習	第五首歌(上)·Slow Rock 節奏	認識節奏·了解如何吉他演奏	隨堂抽測			
第八週	2	歌曲·節奏練習	第五首歌(下)·Slow Rock 節奏複習·封閉和弦	認識節奏·了解如何吉他演奏	隨堂抽測			
第十週	2	歌曲·節奏練習	第五首歌複習·移調夾使用原理·級數使用樂理	認識節奏·了解如何吉他演奏	隨堂抽測			
第十二週	2	歌曲·節奏練習	封閉和弦推演	認識節奏·了解如何吉他演奏	隨堂抽測			
第十四週	2	歌曲·節奏練習	第六首歌·簡易六線譜介紹	認識節奏·了解如何吉他演奏	隨堂抽測			
第十六週	2	歌曲·節奏練習	學習一套和弦彈奏數十首歌	認識節奏·了解如何吉他演奏	隨堂抽測			

第十九週	2	班內成果發表	課程總回顧·成果發表會	鼓勵學生上台表演	練習成果發表	
------	---	--------	-------------	----------	--------	--

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第一學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		歌唱技巧社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	06
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		A 自主行動 ■ A1. 身心素質與自我精進 ■ A2. 系統思考與問題解決 ■ A3. 規劃執行與創新應變 B 溝通互動 ■ B1. 符號運用與溝通表達 ■ B2. 科技資訊與媒體素養 ■ B3. 藝術涵養與美感素養 C 社會參與 ■ C1. 道德實踐與公民意識 ■ C2. 人際關係與團隊合作 ■ C3. 多元文化與國際理解						
課程目標		1、歌唱技巧理論、舞台經驗傳承及歌唱技巧能力培養。 2、技巧提問、歌唱實務教學、落實互動教學。 3、學生上台的影像歸納、歸類成數位檔或資料庫。						
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	唱歌同好來交手(一)	自選一首拿手的歌 Show	了解社員聲音的能力	上台實際體驗切磋技巧			
第四週	2	唱歌同好來交手(二)	自選一首拿手的歌 Show	了解社員聲音的能力	上台實際體驗切磋技巧			
第九週	2	如何正確使用聲帶	聲帶正確使用的教導	聲帶要好好被對待	上台實際體驗切磋技巧			
第十一週	2	如何把歌唱好(一)	學習正確的腹式呼吸唱法	學習正確的腹式呼吸唱法	上台實際體驗切磋技巧			
第十二週	2	如何把歌唱好(二)	學習正確的腹式呼吸唱法	學習正確的腹式呼吸唱法	上台實際體驗切磋技巧			
第十四週	2	我喜歡舞台(一)	學習上台的基本功	傳授上舞台具備要素	上台實際體驗切磋技巧			

第十七週	2	我喜歡舞台(二)	學習上台的基本功	傳授上舞台具備要素	上台實際體驗切磋技巧	
第十八週	2	拿起麥克風唱吧	展現一個學期社團所學技巧實際運用	可以駕馭舞台展現自信	上台實際體驗切磋技巧	

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第二學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		歌唱技巧社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	06
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		A 自主行動 ☒ A1. 身心素質與自我精進 ☒ A2. 系統思考與問題解決 ☒ A3. 規劃執行與創新應變 B 溝通互動 ☒ B1. 符號運用與溝通表達 ☒ B2. 科技資訊與媒體素養 ☒ B3. 藝術涵養與美感素養 C 社會參與 ☒ C1. 道德實踐與公民意識 ☒ C2. 人際關係與團隊合作 ☒ C3. 多元文化與國際理解						
課程目標		1、歌唱技巧理論、舞台經驗傳承及歌唱技巧能力培養。 2、技巧提問、歌唱實務教學、落實互動教學。 3、學生上台的影像歸納、歸類成數位檔或資料庫。						
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	麥克風我愛你	學習如何駕馭麥克風	不再畏懼麥克風	上台實際體驗切磋技巧			
第五週	2	如何找到 match 的人合唱(一)	Test社員的音準與音色進行配組	找聲音 match 的組合	上台實際體驗切磋技巧			
第八週	2	如何找到 match 的人合唱(二)	Test社員的音準與音色進行配組	找聲音 match 的組合	上台實際體驗切磋技巧			
第十週	2	練唱經典合唱歌曲-屋頂	男女合聲部分分開練唱再進行合唱	男女合聲音準能準確	上台實際體驗切磋技巧			
第十二週	2	練唱經典合唱歌曲-手心的薔薇	男女合聲部分分開練唱再進行合唱	男女合聲音準能準確	上台實際體驗切磋技巧			

第十四週	2	練唱經典合唱歌曲-不該	男女合聲部分分開練唱再進行合唱	男女合聲音準能準確	上台實際體驗切磋技巧	
第十六週	2	歌唱達人舞台show(一)	自選自己拿手的歌曲上台表演	我也是歌手的自信展現	上台實際體驗切磋技巧	
第十九週	2	歌唱達人舞台show(二)	自選自己拿手的歌曲上台表演	我也是歌手的自信展現	上台實際體驗切磋技巧	

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第一學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	機器人程式與創課鐵人社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	07
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	J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題 J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。 J-B2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 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	創作過程中培養「好思考、喜思考、樂創作、肯創作」之科技人的思維與習性。具體而言在培養青少年在科技上知識力與思考力的成長以及為我國未來的科技人材奠基實作能力。 1. 培養同學們的規劃力、想像力、分析力等思考活潑化 2. 培養同學們之加工製作實作力與貫徹力。 3. 培養同學們以共同合作產生團隊創意的能力。 4. 培養同學們重視效率與品質的概念。 5. 培養同學們機構設計的能力。						
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	
第三週	2	1.PowerTech Remocon 介紹及競賽說明 2. 工具介紹及使用練	認識 Powertech 競賽，了解這項活動的文化，喜歡並融入其	認識青少年科技創作競賽 認識手工具及熟悉操作	分組討論，上台發表		

		習	中 手工具操作及裁切、 鑽孔體驗	應用		
第四週	2	1. 馬達測試及齒輪盒組裝 2. 機器人機構設計裁切	認識馬達零件動手組裝馬達 了解木板應用於機器人之處繪製機構草圖	完成馬達組裝 完成機構設計	機構設計圖	
第九週	2	1. 機器人機構設計、裁切 2. 機器人機身組裝	機器人機構裁切與組裝	完成機構裁切		
第十一週	2	1. 機器人機構裁切 2. 機器人機身組裝	機器人機構裁切與組裝	完成機構組裝	完成機器人機身組裝	
第十二週	2	1. 機器人投籃機構教學 2. 藍芽遙控器接線學習與組裝	認識藍芽 連線測試 馬達控制	完成藍芽檢測、組裝		
第十四週	2	2. 測試三分高手運作機能 3. 調整三分高手整體結構	機構運作測試與調整	完成測試與調整	完成機器人作品	
第十七週	2	1. 彩繪造型設計 2. 計時投籃賽測試	機器人造型設計、彩繪 比賽準備	完成機器人造型設計	分組討論、上台發表	
第十八週	2	1. 彩繪造型設計 2. 三分高手機器人計時投籃賽	三分高手機器人計時投籃賽	完成競賽	投籃成績	

◎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。

		5. 培養同學們機構設計的能力。				
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
第三週	2	機器人機構設計與裁切	機構設計與裁切	完成機構設計	機構設計圖	
第五週	2	機器人機構設計與裁切	機構設計與裁切	完成機構裁切		
第八週	2	清道達人機身組裝 清道達人集球機構教學	動手組裝馬達	完成馬達組裝		
第十週	2	機身與集球機構結合	機身與集球機構結合	完成機構組裝		
第十二週	2	1. 藍芽遙控器接線組裝 2. 測試機器人運作機能	認識藍芽 連線測試 馬達控制	完成藍芽檢測、組裝	完成機器人作品	
第十四週	2	1. 彩繪造型設計 2. 計時集球賽測試	機器人造型設計、彩繪 比賽準備	完成機器人造型設計		
第十六週	2	清道達人集球賽競賽規則公告 調整與探討得分秘訣	機構運作測試與調整	測試調整機器人機制	分組討論、上台發表	
第十九週	2	清道達人集球大 PK	清道達人集球大 PK	完成機器人競賽	集球成績	

◎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。

課程目標		訓練學生對電影涵義的探悉及增進表述能力				
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
第三週	2	介紹勵志影片所涵括的條件及其旨意	以「大娛樂家」為例說明之	盼學生能閱讀他人生命歷程	師生互動問答	
第四週	2	電影欣賞	「大娛樂家」	藉由賞析影片並探討其意涵	師生互動問答	
第九週	2	電影欣賞	「冰上奇蹟」	帶領學生了解美蘇冷戰背景及運動真諦	師生互動問答	
第十一週	2	電影欣賞	「冰上奇蹟」	藉由賞析影片並探討團結的重要性	師生互動問答	
第十二週	2	電影欣賞	「海防最前線」	探討「付出」「犧牲」的心理及偉大之處	師生互動問答	
第十四週	2	電影欣賞	「海防最前線」	分享其他偉人事蹟	師生互動問答	
第十七週	2	訓練學生上台分享電影欣賞的心得	分享表述	學生能統整感想並表達	師生互動問答	
第十八週	2	成果分享	分組製作並上台報告	學習團隊合作	成果分享	

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第二學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	電影欣賞社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	08
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		科技資訊與媒體素養 藝術涵養 多元文化與國際理解				
課程目標		訓練學生對電影涵義的探悉及增進表述能力				
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
第三週	2	介紹親情影片所涵括的條件及其旨意	以「與神同行」為例說明之	盼學生能閱讀他人生命歷程	師生互動問答	
第五週	2	電影欣賞	「與神同行」	藉由賞析影片並探討其意涵	師生互動問答	
第八週	2	電影欣賞	「未來的未來」	帶領學生了解日本動畫片特質及手足真情	師生互動問答	
第十週	2	電影欣賞	「未來的未來」	藉由賞析影片並探討家庭的重要性	師生互動問答	
第十二週	2	電影欣賞	「速成家庭」	探討「領養」的條件及何謂親情	師生互動問答	
第十四週	2	電影欣賞	「速成家庭」	分享家庭的真諦在於愛及付出, 接納	師生互動問答	
第十六週	2	訓練學生上台分享電影欣賞的心得	分享表述	學生能統整感想並表達	師生互動問答	
第十九週	2	成果分享	分組製作並上台報告	學習團隊合作	成果分享	

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第一學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		熱舞社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	09
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		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-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		從基礎學習街舞來源與種類，並練習聽拍與身體律動，進而學習 HIPHOP、GIRLSTYLE 舞風						
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	基本街舞認識與介紹	視 A-IV-1 藝術常識、藝術鑑賞方法。 音 A-IV-1 器樂曲與聲樂曲，如：傳統戲曲、音樂劇、世界音樂、電影配樂等多元風格之樂曲。各種音樂展演形式，以及樂曲之作曲家、音樂表演團體與創作背景。	認識街舞歷史與各種舞風	能清楚說出街舞來源與種類			
第四週	2	音樂認知與舞感培養	Ib-IV-2 各種社交舞蹈。 表 E-IV-1 聲音、身體、情感、時間、空間、勁力、即興、動作等戲劇或舞蹈元素。	學會聽各種歌曲節拍與數拍	能獨立聽音樂數正確拍子			

			表 E-IV-3 戲劇、舞蹈與其他藝術元素的結合演出。			
第九週	2	基礎律動養成	表 E-IV-1 聲音、身體、情感、時間、空間、勁力、即興、動作等戲劇或舞蹈元素。 表 E-IV-3 戲劇、舞蹈與其他藝術元素的結合演出。	利用身體關節跟著節奏律動與基礎律動方式學習	能準確使用身體環節跟拍	
第十一週	2	HIPHOP 舞風基本元素	表 E-IV-1 聲音、身體、情感、時間、空間、勁力、即興、動作等戲劇或舞蹈元素。 表 E-IV-3 戲劇、舞蹈與其他藝術元素的結合演出。 表 E-IV-2 肢體動作與語彙、角色建立與表演、各類型文本分析與創作。	學會HIPHOP 舞風各種基本動作元素	能完整記得並呈現HIPHOP 基本動作元素	
第十二週	2	HIPHOP 排舞小品	表 E-IV-1 聲音、身體、情感、時間、空間、勁力、即興、動作等戲劇或舞蹈元素。 表 E-IV-3 戲劇、舞蹈與其他藝術元素的結合演出。 表 E-IV-2 肢體動作與語彙、角色建立與	學會老師編排之 HIPHOP 排舞	能精準配合特定歌曲跳出完整排舞	

			表演、各類型文本分析與創作。			
第十四週	2	Girlstyle 舞風基本元素	表 E-IV-1 聲音、身體、情感、時間、空間、勁力、即興、動作等戲劇或舞蹈元素。 表 E-IV-3 戲劇、舞蹈與其他藝術元素的結合演出。 表 E-IV-2 肢體動作與語彙、角色建立與表演、各類型文本分析與創作。	學會 Girlstyle 舞風各種基本動作元素	能完整記得並呈現 Girlstyle 基本動作元素	
第十七週	2	Girlstyle 排舞小品	表 E-IV-1 聲音、身體、情感、時間、空間、勁力、即興、動作等戲劇或舞蹈元素。 表 E-IV-3 戲劇、舞蹈與其他藝術元素的結合演出。 表 E-IV-2 肢體動作與語彙、角色建立與表演、各類型文本分析與創作。	學會老師編排之 Girlstyle 排舞	能精準配合特定歌曲跳出完整排舞	
第十八週	2	Locking 排舞小品	Ib-IV-2 各種社交舞蹈。 表 E-IV-1 聲音、身體、情感、時間、空間、勁力、即興、動作等戲劇或舞蹈元素。	學會老師編排之 Locking 排舞	能精準配合特定歌曲跳出完整排舞	

			表 E-IV-3 戲劇、舞蹈與其他藝術元素的結合演出。			
--	--	--	-----------------------------	--	--	--

- ◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第二學期七年級彈性學習課程計畫

[illegible]

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

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	進階律動與體能	Ib-IV-2 各種社交舞蹈。 表 E-IV-1 聲音、身體、情感、時間、空間、勁力、即興、動作等戲劇或舞蹈元素。	學會進階律動	準確跟上節奏並配合複雜性律動	
第五週	2	街舞展現形式介紹	視 A-IV-1 藝術常識、藝術鑑賞方法。	了解街舞展現方式	清楚了解並說出街舞呈現之形式	
第八週	2	Popping 舞風基本元素	Ib-IV-2 各種社交舞蹈。 表 E-IV-1 聲音、身體、情感、時間、空間、勁力、即興、動作等戲劇或舞蹈元素。 表 E-IV-3 戲劇、舞蹈與其他藝術元素的結合演出。	學會 Popping 舞風各種基本動作元素	能完整記得並呈現 Popping 基本動作元素	
第十週	2	Popping 排舞小品	Ib-IV-2 各種社交舞蹈。 表 E-IV-1 聲音、身體、情感、時間、空間、勁力、即興、動作等戲劇或舞蹈元素。 表 E-IV-3 戲劇、舞蹈與其他藝術元素的結合演出。	學會老師編排之 Popping 排舞	能精準配合特定歌曲跳出完整排舞	

第十二週	2	Breaking 舞風基本元素	Ib-IV-2 各種社交舞蹈。 表 E-IV-1 聲音、身體、情感、時間、空間、動力、即興、動作等戲劇或舞蹈元素。 表 E-IV-3 戲劇、舞蹈與其他藝術元素的結合演出。	學會Breaking舞風各種基本動作元素	能完整記得並呈現Breaking基本動作元素	
第十四週	2	Breaking 排舞小品	Ib-IV-2 各種社交舞蹈。 表 E-IV-1 聲音、身體、情感、時間、空間、動力、即興、動作等戲劇或舞蹈元素。 表 E-IV-3 戲劇、舞蹈與其他藝術元素的結合演出。	學會老師編排之Breaking排舞	能精準配合特定歌曲跳出完整排舞	
第十六週	2	個人 Solo 編排	Ib-IV-2 各種社交舞蹈。 表 E-IV-1 聲音、身體、情感、時間、空間、動力、即興、動作等戲劇或舞蹈元素。 表 E-IV-3 戲劇、舞蹈與其他藝術元素的結合演出。	學習自主獨創個人舞蹈編排	能自主獨創個人舞蹈編排	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第十九週	2	Solo 驗收	Ib-IV-2 各種社交舞蹈。 表 E-IV-1 聲音、身體、情感、時間、空間、勁力、即興、動作等戲劇或舞蹈元素。 表 E-IV-3 戲劇、舞蹈與其他藝術元素的結合演出。	學會以 Cypher 方式呈現個人舞蹈	能以 Cypher 方式呈現個人舞蹈	
------	---	---------	--	---------------------	--------------------	--

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第一學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		科學及生態研究社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	10
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		J-A1 能應用科學知識、方法與態度於日常生活當中。 J-A2 能將所習得的科學知識，連結到自己觀察到的自然現象及實驗數據，學習自我或團體探索證據、回應多元觀點，並能對問題、方法、資訊或數據的可信性抱持合理的懷疑態度或進行檢核，進而解釋因果關係或提出問題可能的解決方案。 J-A3 具備從日常生活經驗中找出問題，並能根據問題特性、資源等因素，善用生活週遭的物品、器材儀器、科技設備與資源，規劃自然科學探究活動。 J-B1 能分析歸納、製作圖表、使用資訊與數學運算等方法，整理自然科學資訊或數據，並利用稍複雜之口語、影像、文字與圖案、繪圖或實物、科學名詞、數學公式、模型或其他新媒體形式，表達探究之過程、發現與成果、價值和限制等。 J-C1 從日常學習中，主動關心 自然環境相關公共議題，尊重生命的重要性。 J-C2 透過合作學習，發展與同儕溝通、共同參與、共同執行及共同發掘科學相關知識的能力。						
課程目標		讓學生能夠親手完成客製化作品、或是重現國中所學理化課程中的經典實驗						
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	分組及基本器材介紹	學習基本器材如燒杯、錐形瓶、量筒的使用，以及過濾法的使用	熟稔操作技巧以及實驗室安全	實作與小組報告			
第四週	2	初階震盪反應-蘭瓶實驗	由葡萄糖與亞甲藍的鹼性溶液控制還原反應	由學生調控，發現震盪的條件	實作與小組報告			
第九週	2	金屬焰色	由常見金屬鹽類、鎂帶等進行燃燒並觀察火焰顏色	知道簡易能階概念並能判斷不同金屬焰色	實作與小組報告			

第十一週	2	石膏鑄模	先由乙酸乙酯蝕刻保麗龍做為模子，再以硫酸鈣注模成型	自行設計不同形狀，並體驗石膏塑型	實作與小組報告	
第十二週	2	非牛頓流體	調整麵粉與水的比例	由學生自行尋找適當的比例並有不同效果	實作與小組報告	
第十四週	2	分子模型的製作	利用竹籤與保麗龍球製作成指定模型	認識碳六十以及其他重要分子結構	實作與小組報告	
第十七週	2	雞蛋降落傘	將蛋以膠帶、吸管等支架保護	學生分組討論最佳方式，並以實驗結果檢視成效	實作與小組報告	
第十八週	2	社團評鑑	由學生自行組織呈現方式，向評審呈現成果	製作海報、PPT 等並練習口說在限定時間內完成報告	實作與小組報告	

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第二學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		科學及生態研究社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	10
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		J-A1 能應用科學知識、方法與態度於日常生活當中。 J-A2 能將所習得的科學知識，連結到自己觀察到的自然現象及實驗數據，學習自我或團體探索證據、回應多元觀點，並能對問題、方法、資訊或數據的可信性抱持合理的懷疑態度或進行檢核，進而解釋因果關係或提出問題可能的解決方案。 J-A3 具備從日常生活經驗中找出問題，並能根據問題特性、資源等因素，善用生活週遭的物品、器材儀器、科技設備與資源，規劃自然科學探究活動。 J-B1 能分析歸納、製作圖表、使用資訊與數學運算等方法，整理自然科學資訊或數據，並利用稍複雜之口語、影像、文字與圖案、繪圖或實物、科學名詞、數學公式、模型或其他新媒體形式，表達探究之過程、發現與成果、價值和限制等。 J-C1 從日常學習中，主動關心 自然環境相關公共議題，尊重生命的重要性。 J-C2 透過合作學習，發展與同儕溝通、共同參與、共同執行及共同發掘科學相關知識的能力。						
課程目標		讓學生能夠親手完成客製化作品、或是重現國中所學理化課程中的經典實驗						
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	社團博覽會	展示上學期社團成果，並吸引新成員加入	學生自行組織呈現，包含實驗表演與實驗解說等	實作與小組報告			

第五週	2	天氣瓶	以樟腦與硝酸鉀等利用溶解度對溫度差異製作出針狀結晶	融入上學期理化的單元，計算溶解度與容質克數	實作與小組報告	
第八週	2	果凍蠟	以市售果凍蠟為基底，加入不同顏色並以自製晶體作為裝飾	融入上學期理化的單元，蠟的相變化，並知道蠟不能直接燃燒，而需要可燃物	實作與小組報告	
第十週	2	科學演講	由昆山大學教授來演講，議題為生命的起源，並帶活動	尊重生命議題，並由學生討論並總結出各組結論	實作與小組報告	
第十二週	2	科學影片	探索蜜蜂的奧秘，並請同學分組分享	了解蜂種差異，並知道辨別蜂蜜優劣的方法	實作與小組報告	
第十四週	2	酒精皂製作	將市售酒精皂加熱液化後加入精油及樹葉萃取液客製成手工皂	融入下學期理化的單元，了解肥皂熔點低的特性，以及肥皂去汙的原理	實作與小組報告	
第十六週	2	乾洗手、防曬乳	調整油類、乳化劑與氧化鋅比例製作勻相乳，過程添加精油或是抗氧化劑	了解一般物理性、化學性防曬的優缺點，以及保養品中抗氧化的必要性	實作與小組報告	
第十九週	2	社團評鑑	由學生自行組織呈現方式，向評審呈現成果	製作海報、PPT 等並練習口說在限定時間內完成報告	實作與小組報告	

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第一學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		咖啡拉花社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	11
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		A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作						
課程目標		1. 讓學生了解平時常喝的飲品、平時常見的咖啡拉花如何製作而成。 2. 讓學生學習到創意飲品、咖啡拉花製作方式。						
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	鮮奶紅茶、黑糖撞奶	飲品搖盪法	讓學生了解，最基本的	操作態度			

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	柳橙鮮奶蜜、藍色夏威夷	漸層飲品	透過簡單的調製法，做出美觀的飲品	操作態度	
第五週	2	奇異之吻、蝶豆花檸檬汁	漸層飲品	透過簡單的調製法，做出美觀的飲品	操作態度	
第八週	2	枸杞菊花茶、蜂蜜菊花茶	養生茶品	透過悶泡法做出養生茶品	操作態度	
第十週	2	洛神花茶、桂圓紅棗茶	養生茶品	透過悶泡法做出養生茶品	操作態度	
第十二週	2	黑森林果粒茶、舒壓茶	養生茶品	透過悶泡法做出養生茶品	操作態度	
第十四週	2	熱桔茶、熱柚子茶	熱水果茶	讓學生操作製做養生水果茶	操作態度	
第十六週	2	拉花練習(愛心圖案)	拉花製作	一對一教學操作咖啡拉花	操作態度	
第十九週	2	拉花練習(愛心圖案)	拉花製作	觀察學生學習拉花進度	操作態度	

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第一學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	攝影社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	12
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	A1 身心素質與自我精進 B1. 符號運用與溝通表達 C2 人際關係與團隊合作						

課程目標		1. 激發創意設計、培養藝術美感、訓練手作技巧 2. 結合創意、美感、手作，應用製作生活中的小飾品				
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	相機元件介紹	相機基本操作	能學會相機基本操作	根據作品的創意、美感、技巧的達成度，給予分數	
第四週	2	相機開關機、選單設定	相機基本操作	能學會相機基本操作	根據作品的創意、美感、技巧的達成度，給予分數	
第九週	2	相機快門、焦段設定	相機基本操作	能學會相機基本操作	根據作品的創意、美感、技巧的達成度，給予分數	
第十一週	2	對焦設定	相機基本操作	能學會相機基本操作	根據作品的創意、美感、技巧的達成度，給予分數	
第十二週	2	相機光圈、ISO 設定	相機基本操作	能學會相機基本操作	根據作品的創意、美感、技巧的達成度，給予分數	
第十四週	2	校園植物	構圖技巧	學習拍攝植物的構圖技巧	根據作品的創意、美感、技巧的達成度，給予分數	
第十七週	2	校園植物發表會	圖片欣賞	學習欣賞攝影照片與分享	根據作品的創意、美感、技巧的達成度，給予分數	
第十八週	2	校園植物發表會	圖片欣賞	學習欣賞攝影照片與分享	根據作品的創意、美感、技巧的達成度，給予分數	

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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第二學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		攝影社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	12
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		A1 身心素質與自我精進 B1. 符號運用與溝通表達 C2 人際關係與團隊合作						
課程目標		1. 激發創意設計、培養藝術美感、訓練手作技巧 2. 結合創意、美感、手作，應用製作生活中的小飾品						
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	校園建築物拍攝	構圖技巧	學習拍攝建築的構圖技巧	根據作品的創意、美感、技巧的達成度，給予分數			
第五週	2	校園建築物拍攝分享會	圖片欣賞	學習欣賞攝影照片與分享	根據作品的創意、美感、技巧的達成度，給予分數			
第八週	2	人像拍攝構圖介紹	構圖技巧	學習拍攝人像的構圖技巧	根據作品的創意、美感、技巧的達成度，給予分數			
第十週	2	人像拍攝成果發表	圖片欣賞	學習欣賞攝影照片與分享	根據作品的創意、美感、技巧的達成度，給予分數			
第十二週	2	近拍技巧介紹	構圖技巧	學習拍攝近拍的構圖技巧	根據作品的創意、美感、技巧的達成度，給予分			

					數	
第十四週	2	校園植物近拍	構圖技巧	學習拍攝植物近拍的構圖技巧	根據作品的創意、美感、技巧的達成度，給予分數	
第十六週	2	近拍照分享發表	圖片欣賞	學習欣賞攝影照片與分享	根據作品的創意、美感、技巧的達成度，給予分數	
第十九週	2	成果發表	圖片欣賞	學習欣賞攝影照片與分享	根據作品的創意、美感、技巧的達成度，給予分數	

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第一學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		動漫社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	13
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		A1 身心素質與自我精進 B3 藝術涵養與美感素養 C3 多元文化與國際理解						
課程目標		希望學生能從動漫中體會到除了歡笑與感動外，還能學習到其他的人、事、物，及作者想表達的涵義，並能從中學習到正確的倫理道德，學會分辨是非對錯。						
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	ACG 新手上路	了解何謂 ACG 及動漫產業	讓同學們了解所謂 ACG 的意思以及其產業文化的發展。				

第四週	2	動漫名曲分享	認識動漫經典名曲	每部作品都會有一首一聽就能將旋律記在腦中的主題曲，讓同學們互相分享自己最熟悉的是哪一首主題曲。	分組討論並上台分享	
第九週	2	二創周邊製作	將自己喜歡的作品角色，做成吊飾	讓學生動手將自己喜歡的角色做成周邊。	作品製作	
第十一週	2	ACG 猜謎遊戲	從遊戲中認識不同領域的作品	以遊戲方式讓同學們可以互相交流外，還能認識一些沒有設掠過的作品。	分組競賽	
第十二週	2	動漫欣賞	觀賞不同於主流的經典作品	除了王道系列作品外，還有其他經典名作有待同學們欣賞。		
第十四週	2	Cosplay 介紹(髮、裝)	認識何謂 Cosplay	了解所謂的 Cosplay 的裝扮過程，以及可以從中學習到那些技能及技巧。		
第十七週	2	同人場次介紹	認識 ACG 場次活動與動漫二創產業	認識場次活動，並欣賞照片、影片等紀錄，讓同學更能清楚認識同人展。		
第十八週	2	社刊製作	社團成果製作成刊物	以動漫為方向的創作，分為繪圖、寫作、介紹等。	作品製作	

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第二學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	動漫社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	13
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	A1 身心素質與自我精進 B3 藝術涵養與美感素養 C3 多元文化與國際理解						

課程目標		希望學生能從動漫中體會到除了歡笑與感動外，還能學習到其他的人、事、物，及作者想表達的涵義，並能從中學習到正確的倫理道德，學會分辨是非對錯。				
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	ACG 聖地巡禮	認識動漫當中出現過的場地	從動漫中也能增加地理知識	分組討論並上台報告	
第五週	2	動漫分享、交流	互相分享喜歡的作品	對於自己喜歡的作品，如何讓其他人也產生興趣呢？	個人上台報告	
第八週	2	繪圖教學	基本繪圖技巧教學	請專業的繪圖老師教導基本的身體架構及 Q 版繪圖	繳交作品	
第十週	2	ACG 猜謎遊戲	從遊戲中認識不同領域的作品	以遊戲方式讓同學們可以互相交流外，還能認識一些沒有設掠過的作品。	分組競賽	
第十二週	2	舞台劇分享	欣賞與認識動漫舞台劇	讓學生解動漫除了動畫及電影外，還能以舞台劇的形式呈現。		
第十四週	2	聲優介紹	認識聲優	對於角色的喜愛，除了本身角色個性上的設定外，最重要的就是聲優的表現，介紹幾位著名的聲優給學生認識。		
第十六週	2	Cosplay 介紹(道具)	基礎道具製作教學	基本的道具教學，讓學生思考如何活用生活用品製作一個道具。	分組討論並上台報告	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第十九週	2	期末同樂會	同好交流及分享			
------	---	-------	---------	--	--	--

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第一學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		籃球社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	15
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		A1 身體素質，與自我精進 A3 規劃執行，與創新應變 C2 人際關係及團隊合作						
課程目標		1. 辦理三對三籃球賽，及五對五籃球賽，讓孩子從事裁判紀錄台等工作。 2. 從廣視野，看待籃球賽事。						
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	安全動線及籃球基本動作	1. 認識環境 2. 上課細節(要求)	1. 運球 2. 傳球 3. 觀念建立	測驗運球			
第四週	2	籃球觀念及基本動作。	1. 基本運球 2. 兩人跑動傳球上籃	1. 上籃 2. 傳球 3. 運球	測驗傳球			
第九週	2	籃球觀念及基本動作。	1. 基本運球 2. 2 對 2 攻防	1. 上籃 2. 運球 3. 傳球	測驗路線			
第十一週	2	籃球觀念及基本動作	1. 基本運球 2. 團體快攻路線	1. 上籃 2. 運球 3. 傳球	測驗路線			
第十二週	2	籃球觀念及基本動作	1. 基本運球 2. 三打二 二打一快攻路線	1. 上籃 2. 運球 3. 傳球	測驗擦板投籃			
第十四週	2	籃球觀念及基本動作	1. 基本運球 2. 分組對抗	1. 上籃 2. 運球 3. 傳球	測驗五點上籃			
第十七週	2	籃球觀念及基本動作	1. 基本運球 2. 分組對抗(上籃、投	1. 上籃 2. 運球	測驗罰球			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

			籃) 3. 快攻路線	3. 傳球		
第十八週	2	籃球觀念及基本動作	1. 規則講解 2. 分組對抗(三對三)	1. 上籃 2. 運球 3. 傳球	測驗三對三競賽	

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第二學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	籃球社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	15
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	A1 身體素質，與自我精進 A3 規劃執行，與創新應變 C2 人際關係及團隊合作						
課程目標	1. 辦理三對三籃球賽，及五對五籃球賽，讓孩子從事裁判紀錄台等工作。 2. 從廣視野，看待籃球賽事。 3. 教授籃球裁判手勢。						
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	籃球觀念及基本動作	1. 規則講解 2. 分組對抗(五對五)	1. 運球 2. 傳球 3. 觀念建立	測驗分組競賽		
第五週	2	籃球觀念及基本動作	1. 規則講解 2. 分組對抗(三對三) 3. 體能訓練	1. 運球 2. 傳球 3. 觀念建立	測驗體能		
第八週	2	籃球觀念及基本動作	1. 規則講解 2. 分組對抗(三對三)	1. 運球 2. 傳球 3. 觀念建立	測驗分組競賽		
第十週	2	籃球觀念及基本動作	1. 規則講解 2. 分組對抗(三對三)	1. 運球 2. 傳球 3. 觀念建立	測驗分組競賽		
第十二週	2	籃球觀念及基本動作	1. 規則講解 2. 分組對抗(三對三)	1. 運球 2. 傳球 3. 觀念建立	測驗分組競賽		
第十四週	2	籃球觀念及基本動作	1. 規則講解 2. 分組對抗(三對三)	1. 運球 2. 傳球 3. 觀念建立	測驗分組競賽		

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第十六週	2	籃球觀念及基本動作	1. 規則講解 2. 分組對抗(五對五) 3. 快攻路線建立 4. 辦理比賽	1. 運球 2. 傳球 3. 觀念建立	測驗辦理比賽分組進行。	
第十九週	2	1. 籃球觀念及基本動作	1. 規則講解 2. 分組對抗(五對五) 3. 辦理比賽			

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第一學期七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	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	20
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	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作						
課程目標	透過桌遊消除人與人之間的隔閡，讓桌遊帶走科技冷漠的影響						
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	合作桌遊	桌遊：Super Rhino	了解遊戲式學習的原理	參與度		
第四週	2	合作桌遊	桌遊：鼠國英雄	了解遊戲式學習的原理	參與度		
第九週	2	合作桌遊	桌遊：搶救彩虹	了解遊戲式學習的原理	參與度		
第十一週	2	合作桌遊	桌遊：諾亞方舟	能透過桌遊體驗及設計了解桌遊遊戲機制	參與度		
第十二週	2	合作桌遊	桌遊：蘋果樹	能透過桌遊體驗及設計了解桌遊遊戲機制	參與度		
第十四週	2	表達桌遊	桌遊：估估劃劃	能透過桌遊體驗及設計了解桌遊遊戲機制	參與度		
第十七週	2	表達桌遊	桌遊：估估劃劃	培養探究之興趣以及研究、創造和解決問題之能力	參與度		

第十八週	2	表達桌遊	桌遊：內鬼疑雲	培養探究之興趣以及研究、創造和解決問題之能力	繳交學習筆記	
------	---	------	---------	------------------------	--------	--

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第二學期七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	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	20
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		A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作						
課程目標		透過桌遊消除人與人之間的隔閡，讓桌遊帶走科技冷漠的影響						
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	合作桌遊	桌遊：瘟疫危機	了解遊戲式學習的原理	參與度			
第五週	2	合作桌遊	桌遊：聊齋	了解遊戲式學習的原理	參與度			
第八週	2	合作桌遊	桌遊：禁制沙漠	了解遊戲式學習的原理	參與度			
第十週	2	合作桌遊	桌遊：禁制天空	能透過桌遊體驗及設計了解桌遊遊戲機制	參與度			
第十二週	2	合作桌遊	桌遊：禁制之島	能透過桌遊體驗及設計了解桌遊遊戲機制	參與度			
第十四週	2	表達桌遊	桌遊：風聲	能透過桌遊體驗及設計了解桌遊遊戲機制	參與度			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第十六週	2	表達桌遊	桌遊：妙語說書人	培養探究之興趣以及研究、創造和解決問題之能力	參與度	
第十九週	2	表達桌遊	桌遊：間諜危機	培養探究之興趣以及研究、創造和解決問題之能力	繳交學習筆記	

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第一學期七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	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	17
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	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作						
課程目標	培養訓練選手動作技能、認真自我學習與達成自我理想目標						
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	田徑訓練(短距離)	慢跑熱身動作→柔軟操→跳繩→高低欄架抬腿跑→速度跑→收操	訓練動作敏捷性	實際比賽		
第四週	2	田徑訓練(短距離)	慢跑熱身動作→柔軟操→教馬克操動作→速度跑→追逐跑訓練→收操	基本動作熟練與速度訓練	實際比賽		

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第九週	2	田徑訓練(短距離)	慢跑熱身動作→馬克操→漸速跑→200 速度訓練→收操	基本動作熟練與速度訓練	實際比賽	
第十一週	2	田徑訓練(短距離)	慢跑熱身動作→馬克操→漸速跑→100 公尺訓練爆發力→收操	訓練短距離爆發力訓練	實際比賽	
第十二週	2	田徑訓練(短距離)	慢跑熱身動作→馬克操→漸速跑→60 公尺速度跑→100 公尺爆發力訓練→收操	短距離訓練與協調力訓練	實際比賽	
第十四週	2	田徑訓練(短距離)	慢跑熱身動作→馬克操→漸速跑→200 速度訓練→收操	短距離訓練與協調力訓練	實際比賽	
第十七週	2	田徑訓練(短距離)	慢跑熱身動作→馬克操→漸速跑→跳繩→100 公尺爆發力訓練→收操	訓練短距離爆發力訓練	實際比賽	
第十八週	2	田徑訓練(短距離)	慢跑熱身動作→馬克操→漸速跑→階梯訓練→收操	體能反應訓練	實際比賽	

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第二學期七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	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	17
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		A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作						
課程目標		培養訓練選手動作技能、認真自我學習與達成自我理想目標						
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	田徑訓練(短距離)	慢跑熱身動作→馬克操→漸速跑→200 速度爆發力訓練→收操	短距離爆發力訓練	實際比賽			
第五週	2	田徑訓練(短距離)	慢跑熱身動作→馬克操→速度跑→80 公尺追逐跑訓練→收操	短距離速度訓練	實際比賽			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第八週	2	田徑訓練(短距離)	慢跑熱身動作→馬克操→漸速跑→200 速度訓練→收操	短距離速度訓練	實際比賽	
第十週	2	田徑訓練(短距離)	慢跑熱身動作→馬克操→漸速跑→100 公尺訓練爆發力→收操	短距離爆發力訓練	實際比賽	
第十二週	2	田徑訓練(短距離)	慢跑熱身動作→馬克操→漸速跑→100 公尺爆發力訓練→腹背肌訓練→收操	短距離訓練與補強動作訓練	實際比賽	
第十四週	2	田徑訓練(短距離)	慢跑熱身動作→馬克操→漸速跑→200 速度訓練→腹背肌訓練→收操	短距離爆發力訓練與補強動作訓練	實際比賽	
第十六週	2	田徑訓練(短距離)	慢跑熱身動作→馬克操→漸速跑→60 公尺→100 公尺爆發力訓練→收操	短距離爆發力訓練	實際比賽	
第十九週	2	田徑訓練(短距離)	慢跑熱身動作→馬克操→漸速跑→階梯訓練→收操	體能反應訓練	實際比賽	

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第一學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	創意料理社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	18
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	A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與問題解決 C2 人際關係與團隊合作						
課程目標	1. 讓孩子從做中學珍惜食物的得來不易 2. 藉由情意技能培養負責任的態度 3. 能協助家人準備料理						
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	食材的好	以中式辛香料為主，介紹各種食材的益處	能利用日常生活中常見的食材來幫助身體	1. (30 %)經由個人心得回饋，培養系統思考	和國中的家政課做結合，由基礎的刀工、洗	

					以及認識多元文化的特色。 2. (20 %)經由分組討論，建立起人際關係的互動，以及自我精進的能力。	滌、認識食材、烹煮方法，在日常生活中接觸實做料理的過程，能體驗家人的辛勞並珍惜食物的可貴。
第五週	2	相剋食材	利用時事新聞來介紹不同同時食用的食物	能知道哪些食物是不適合一起食用以免有反效果	1. (30 %)經由個人心得回饋，培養系統思考以及認識多元文化的特色。 2. (20 %)經由分組討論，建立起人際關係的互動，以及自我精進的能力。	民以食為天，因此藉由各國文化的特色飲食，來放眼看見國際文化的不同，並透過實作的過程中，更能了解食材的變化及食材所代表的意義。
第八週	2	四季食材	利用季節來介紹四季適合食用的食材	四季都有不同的食物是適合食用的也是所謂的季節性	1. (30 %)經由個人心得回饋，培養系統思考以及認識多元文化的特色。 2. (20 %)經由分組討論，建立起人際關係的互動，以及自我精進的能力。	和國中的家政課做結合，由基礎的刀工、洗滌、認識食材、烹煮方法，在日常生活中接觸實做料理的過程，能體驗家人的辛勞並珍惜食物的可貴。
第十週	2	各國新年食材	分享各國新年所代表的食材及其文化意義	認識不同文化背景的國家代表性的食物為何	1. (30 %)經由個人心得回饋，培養系統思考以及認識多元文化的特色。 2. (20 %)經由分組討論，建立起人際關係的互動，以及自我精進的能力。	民以食為天，因此藉由各國文化的特色飲食，來放眼看見國際文化的不同，並透過實作的過程中，更能了解食材的變化及食材所代表的意義。

第十二週	2	中西用餐禮儀	利用餐具來介紹用餐禮儀，中；公筷母匙、英；左叉右刀	能正確的使用餐桌禮儀和餐具的使用	1. (30 %)經由個人心得回饋，培養系統思考以及認識多元文化的特色。 2. (20 %)經由分組討論，建立起人際關係的互動，以及自我精進的能力。	和國中的家政課做結合，由基礎的刀工、洗滌、認識食材、烹煮方法，在日常生活中接觸實做料理的過程，能體驗家人的辛勞並珍惜食物的可貴。
第十四週	2	實做中式料理課程講解一	中式烹煮方法之一；煎，所需準備食材及烹煮過程方法，製作由米食為主的食物~~煎米餅	在分組過程中能有分工合作的觀念	1. (50 %)經由分組實作建立團隊合作的精神以及問題解決的方法，和食材擺盤的美感素養。	民以食為天，因此藉由各國文化的特色飲食，來放眼看見國際文化的不同，並透過實作的過程中，更能了解食材的變化及食材所代表的意義。
第十六週	2	實做中式料理課程實作二	煎米餅的製作過程	能各其所職的完成自己的工作也能適時的給予他人協助	1. (50 %)經由分組實作建立團隊合作的精神以及問題解決的方法，和食材擺盤的美感素養。	和國中的家政課做結合，由基礎的刀工、洗滌、認識食材、烹煮方法，在日常生活中接觸實做料理的過程，能體驗家人的辛勞並珍惜食物的可貴。
第十九週	2	回饋心得	寫下料理課程的感想	反省自己的表現	1. (30 %)經由個人心得回饋，培養系統思考以及認識多元文化的特色。 2. (20 %)經由分組討論，建立起人際關係的互動，以及自我精進的能力。	民以食為天，因此藉由各國文化的特色飲食，來放眼看見國際文化的不同，並透過實作的過程中，更能了解食材的變化及食材所代表的意義。

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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第二學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		創意料理社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	18
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		A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與問題解決 C2 人際關係與團隊合作						
課程目標		1. 讓孩子從做中學珍惜食物的得來不易 2. 藉由情意技能培養負責任的態度 3. 能協助家人準備料理						
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	中餐的烹煮方法	煎、煮、炒、燉、川燙、熬、燜的介紹	能利用日常生活中常見的食材來幫助身體	1. (30 %)經由個人心得回饋，培養系統思考以及認識多元文化的特色。 2. (20 %)經由分組討論，建立起人際關係的互動，以及自我精進的能力。	和國中的家政課做結合，由基礎的刀工、洗滌、認識食材、烹煮方法，在日常生活中接觸實做料理的過程，能體驗家人的辛勞並珍惜食物的可貴。		
第四週	2	西餐的烹煮方法	炸、拌、煎、調味、生吃的介紹	能知道哪些食物是不適合一起食用以免有反效果	1. (30 %)經由個人心得回饋，培養系統思考以及認識多元文化的特色。 2. (20 %)經由分組討	民以食為天，因此藉由各國文化的特色飲食，來放眼看見國際文化的不同，並透過實作的過程中，更能		

					論，建立起人際關係的互動，以及自我精進的能力。	了解食材的變化及食材所代表的意義。
第九週	2	神奇調味料	帶來並分享世界各國不同的調味料	四季都有不同的食物是適合食用的也是所謂的季節性	1. (30 %)經由個人心得回饋，培養系統思考以及認識多元文化的特色。 2. (20 %)經由分組討論，建立起人際關係的互動，以及自我精進的能力。	和國中的家政課做結合，由基礎的刀工、洗滌、認識食材、烹煮方法，在日常生活中接觸實做料理的過程，能體驗家人的辛勞並珍惜食物的可貴。
第十一週	2	調味料大變身	將帶來的調味料分別淋在同一種食物上，讓同學品嚐味道的變化	認識不同文化背景的國家代表性的食物為何	1. (30 %)經由個人心得回饋，培養系統思考以及認識多元文化的特色。 2. (20 %)經由分組討論，建立起人際關係的互動，以及自我精進的能力。	民以食為天，因此藉由各國文化的特色飲食，來放眼看見國際文化的不同，並透過實作的過程中，更能了解食材的變化及食材所代表的意義。
第十二週	2	各國代表性食物	利用網路知名的特色餐廳，來介紹各國因文化不同，而發展出的特色料理	能正確的使用餐桌禮儀和餐具的使用	1. (30 %)經由個人心得回饋，培養系統思考以及認識多元文化的特色。 2. (20 %)經由分組討論，建立起人際關係的互動，以及自我精進的能力。	和國中的家政課做結合，由基礎的刀工、洗滌、認識食材、烹煮方法，在日常生活中接觸實做料理的過程，能體驗家人的辛勞並珍惜食物的可貴。
第十四週	2	實做西式料理課程講解一	西式烹煮方法之一；調味，所需準備食材及烹煮過程方法，製作由醬	在分組過程中能有分工合作的觀念	1. (50 %)經由分組實作建立團隊合作的精神以及問題解決的方法，	民以食為天，因此藉由各國文化的特色飲食，來放眼看見國際

			料調出不同味道為主的食物~~~義大利麵		和食材擺盤的美感素養。	文化的不同，並透過實作的過程中，更能了解食材的變化及食材所代表的意義。
第十七週	2	實做西式料理課程實作二	義大利麵的製作過程	能各其所職的完成自己的工作也能適時的給予他人協助	1. (50 %)經由分組實作建立團隊合作的精神以及問題解決的方法，和食材擺盤的美感素養。	和國中的家政課做結合，由基礎的刀工、洗滌、認識食材、烹煮方法，在日常生活中接觸實做料理的過程，能體驗家人的辛勞並珍惜食物的可貴。
第十八週	2	回饋心得	寫下料理課程的感想	反省自己的表現	1. (30 %)經由個人心得回饋，培養系統思考以及認識多元文化的特色。 2. (20 %)經由分組討論，建立起人際關係的互動，以及自我精進的能力。	民以食為天，因此藉由各國文化的特色飲食，來放眼看見國際文化的不同，並透過實作的過程中，更能了解食材的變化及食材所代表的意義。

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第一學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	台江專題研究社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	19
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		J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 J-B2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。				
課程目標		1.瞭解海洋廢棄物對於生態環境與生物所造成的影響。 2.於台江海岸執行淨灘活動。 3.瞭解現今海洋環境變遷及其相關議題。 4.承諾願意改變個人生活習慣以減少製造垃圾。 5.行動倡議成果發表				
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	課程簡介、分組	課程簡介、分組	課程簡介、分組		
第四週	2	團隊建立、台江國家公園簡介	透過濕地遊戲認識濕地的定義與功能，並介紹台江國家公園重要的濕地資源。	1. 認識濕地的定義、類型與功能。 2. 了解濕地環境面臨的危機與挑戰。		作業：你最關注的台江環境議題
第九週	2	世界咖啡館—台江環境議題討論	透過角色扮演方式，讓學員模擬台江環境所面臨的危機與挑戰，引導反思人類與環境之間的相互關係。	瞭解現今海洋環境變遷及其相關議題。	小組報告(一)	
第十一週	2	台江好潮—潮間帶踏查	針對所蒐集到的海廢樣本透過團隊討論探討垃圾的組成、來源與可能的影響並思	了解海洋廢棄物對於潮間帶環境與生物的影響及威脅		台管處 環教教室(戶外課程)

			考可能的解決策略與方式。			
第十二週	2	海洋廢棄物(上)、塑膠微粒洗集 那些海龜教我們的塑	什麼是海洋廢棄物從哪裡來 透過歷年淨灘成果了解 海洋廢棄物對於海洋生物的影響,介紹 ICC 國際淨灘行動與海洋廢棄物的影響	瞭解海洋廢棄物對於生態環境與生物所造成的影響。	小組報告(二)	海湧工作室~郭芙
第十四週	2	海洋廢棄物(下)	海岸進行淨灘行動,守護台江海岸	於台江海岸執行淨灘活動,承諾願意改變個人生活習慣以減少製造垃圾		四草大橋潮間帶(戶外課程)
第十七週	2	設計思考—環境行動倡議設計	透過團隊討論探討垃圾的組成、來源與可能的影響並思考可能的解決 策略與方式。	透過團隊討論探討垃圾的組成、來源與可能的影響並思考可能的解決策略與方式。	小組報告(三)	作業:執行環境行動倡議設計+紀錄
第十八週	2	行動倡議成果發表會	成果發表	成果發表	成果發表	

◎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。

			構出一些共識之外，同時也希望學生察覺自己對於新聞的迷思概念，最後能對於新聞事件做簡單的分類。	知。 4. 能察覺自己對於新聞的迷思概念。		
第十二週	2	睜大眼睛看新聞	這一單元共有四個活動，前兩個活動以平面新聞（報紙）來進行，後面兩個活動則由視聽新聞（網路或電視新聞）來進行，希望學生在閱讀新聞之後，能有批判新聞報導的能力，了解新聞在報導的過程中可能出現的缺失，讓學生對於新聞有後設認知的覺知力，進而能夠有選擇性的瞭解新聞內容，而非全盤接受新聞報導內容。	1. 從平面新聞閱讀中，歸納出新聞報導的重點。 2. 比較不同報紙的特色（就排版、圖片、敘寫手法、標題等）。 3. 能夠對各家報社的同一新聞事件的報導方式作分析比較。 4. 察覺新聞標題對於讀者的影響。 5. 能覺知新聞事件對於個人或社會的影響力。 6. 辨別新聞畫面或記者用詞是否恰當。	行為觀察 口頭發表 實作評量	
第十四週	2					
第十六週	2	換你報新聞	最後一個單元，共有兩個活動，分別是請學生篩選報導、寫新聞標題，重新編排出一份報紙；另一個是請學生挑選有關全球生態或環境議題的相關事件，結合新聞播報的簡單要件，完成新聞播報練習。	1. 能替新聞事件寫出適當、不誇大的標題。 2. 簡單的選擇適合的報導，編排出一份報紙。 3. 瞭解新聞播報時的固定用語。 4. 能用自己的話，清楚說明一則新聞消息。	行為觀察 口頭發表 實作評量	
第十九週	2					

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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第一學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	旋風扯鈴社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	20
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	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作						
課程目標	1. 了解扯鈴運動簡史和扯鈴的構造名稱。 2. 培養對扯鈴運動產生興趣，並增進互助合作和專注欣賞的精神。 3. 能做出運鈴、調鈴等基本技術和個人基本動作技巧和方法。 4. 擬定練習計畫，勤加練習，熟能生巧。						
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	扯鈴基本介紹與實際操作	扯鈴構造說明與使用 注意事項 介紹扯鈴相關比賽與表演 實地操作扯鈴	學生對於扯鈴能有初步認知，以利日後進階動作教學。 指導以正確方式練習扯鈴。			

第四週	2	扯鈴基礎練習： 運鈴、調鈴	學習基礎運鈴方式， 避免運動傷害 學習調整扯鈴，以利 動作流暢	指導學生操作扯鈴動作 的完整性與正確性。 建立基礎操作扯鈴技 巧。	口試、動作術科測驗。 藉由口試與學生實際做 出的動作是否標準，以 及全班各動作的達成 率，做為改進教學的參 考。	
第九週	2	扯鈴基本動作練習： 金蟬脫殼、過河大橋	示範教學，一節課一 個動作學習 動作呈現與分解教學	循序漸進指導學生完成 動作。 動作學習成功之學生， 協助指導仍在學習中之 學學生，建立同儕互助 精神。	· 口試、動作術科測 驗。 藉由口試與學生實際做 出的動作是否標準，以 及全班各動作的達成 率，做為改進教學的參 考。	
第十一週	2	扯鈴基本動作練習： 抬頭望月、金雞獨立	示範教學，一節課一 個動作學習 動作呈現與分解教學	循序漸進指導學生完成 動作。 動作學習成功之學生， 協助指導仍在學習中之 學學生，建立同儕互助 精神。	· 口試、動作術科測 驗。 藉由口試與學生實際做 出的動作是否標準，以 及全班各動作的達成 率，做為改進教學的參 考。	
第十二週	2	扯鈴基本動作複習： 金蟬脫殼、過河大橋 抬頭望月、金雞獨立	複習目前教授之動 作，修正動作正確性 與流暢性	觀察學生學習狀況，針 對學習進度落後之學生 予以加強。	口試、動作術科測驗。 藉由口試與學生實際做 出的動作是否標準，以 及全班各動作的達成 率，做為改進教學的參 考。	
第十四週	2	扯鈴基本動作練習： 摺棉被、蜘蛛結網	示範教學，一節課一 個動作學習 動作呈現與分解教學	循序漸進指導學生完成 動作。 動作學習成功之學生， 協助指導仍在學習中之 學學生，建立同儕互助 精神。	口試、動作術科測驗。 藉由口試與學生實際做 出的動作是否標準，以 及全班各動作的達成 率，做為改進教學的參 考。	

					考。	
第十七週	2	扯鈴基本動作練習： 金手指、鑽石結網	示範教學，一節課一個動作學習 動作呈現與分解教學	循序漸進指導學生完成動作。 動作學習成功之學生，協助指導仍在學習中之學學生，建立同儕互助精神。	口試、動作術科測驗。藉由口試與學生實際做出的動作是否標準，以及全班各動作的達成率，做為改進教學的參考。	
第十八週	2	扯鈴基本動作複習： 摺棉被、蜘蛛結網 金手指、鑽石結網	複習目前教授之動作，修正動作正確性與流暢性	觀察學生學習狀況，針對學習進度落後之學生予以加強。	口試、動作術科測驗。藉由口試與學生實際做出的動作是否標準，以及全班各動作的達成率，做為改進教學的參考。	

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第二學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	旋風扯鈴社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	20
-------------	-------	------	-----	------	-----------	------	----

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		A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作				
課程目標		1. 了解扯鈴運動簡史和扯鈴的構造名稱。 2. 培養對扯鈴運動產生興趣，並增進互助合作和專注欣賞的精神。 3. 能做出運鈴、調鈴等基本技術和個人基本動作技巧和方法。 4. 擬定練習計畫，勤加練習，熟能生巧。				
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	扯鈴基本動作複習 上學期教授之扯鈴動作複習 運鈴、調鈴 金蟬脫殼、過河大橋 抬頭望月、金雞獨立 摺棉被、蜘蛛結網 金手指、鑽石結網	複習上學期教授之扯鈴動作，檢視學習狀況與成果	熟能生巧，駕輕就熟，藉由複習動作找回扯鈴手感，以利往後進階動作之學習。	口試、動作術科測驗。藉由口試與學生實際做出的動作是否標準，以及全班各動作的達成率，做為改進教學的參考。	
第五週	2	扯鈴進階動作練習 繞腳	動作介紹與呈現，分解教學	此動作相較過去學習之動作難度較高，需多一些時間練習。 循序漸進指導學生完成動作。 動作學習成功之學生，協助指導仍在學習中之學學生，建立同儕互助精神。	口試、動作術科測驗。藉由口試與學生實際做出的動作是否標準，以及全班各動作的達成率，做為改進教學的參考。	
第八週	2	扯鈴進階動作練習 繞腳	動作介紹與呈現，分解教學	循序漸進指導學生完成動作。 動作學習成功之學生，協助指導仍在學習中之學學生，建立同儕互助	口試、動作術科測驗。藉由口試與學生實際做出的動作是否標準，以及全班各動作的達成率，做為改進教學的參	

				精神。	考。	
第十週	2	扯鈴進階動作練習 繞腳+繞腳半轉	動作介紹與呈現，分 解教學	循序漸進指導學生完成 動作。 動作學習成功之學生， 協助指導仍在學習中之 學學生，建立同儕互助 精神。	口試、動作術科測驗。 藉由口試與學生實際做 出的動作是否標準，以 及全班各動作的達成 率，做為改進教學的參 考。	
第十二週	2	扯鈴進階動作練習 繞腳半轉+前甩+側甩	動作介紹與呈現，分 解教學	循序漸進指導學生完成 動作。 動作學習成功之學生， 協助指導仍在學習中之 學學生，建立同儕互助 精神。	口試、動作術科測驗。 藉由口試與學生實際做 出的動作是否標準，以 及全班各動作的達成 率，做為改進教學的參 考。	
第十四週	2	扯鈴進階動作練習 繞腳前甩+側甩	動作介紹與呈現，分 解教學	循序漸進指導學生完成 動作。 動作學習成功之學生， 協助指導仍在學習中之 學學生，建立同儕互助 精神。	口試、動作術科測驗。 藉由口試與學生實際做 出的動作是否標準，以 及全班各動作的達成 率，做為改進教學的參 考。	
第十六週	2	扯鈴進階動作複習 繞腳半轉+前甩+側甩	複習目前教授之動 作，修正動作正確性 與流暢性	觀察學生學習狀況，針 對學習進度落後之學生 予以加強。	口試、動作術科測驗。 藉由口試與學生實際做 出的動作是否標準，以 及全班各動作的達成 率，做為改進教學的參 考。	
第十九週	2	期末總複習間成果驗 收與小競賽	檢視在一年社團課中 的學習收穫 舉辦競賽活動增進學 生互動與趣味性	學生學習成果驗收，聆 聽學生對於社團課程之 教學回饋。 透過扯鈴競賽活動，給 予學生獎勵，增加學習		

				自信		
--	--	--	--	----	--	--

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第一學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	魔術社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	21
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	A1 身心素質與自我精進 A3 規劃執行與創新應變						
課程目標	用魔術融合藝術，帶動學生學習新技能風氣，讓學生能在舞台上發光發熱展現個人獨特魅力						
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	
第三週	2	講魔術師須遵守的薩斯頓三原則/新學期道具介紹	專業魔術道具介紹說明 生活魔術教學與應用	讓各位同學利用雙手就能變魔術	實際操作	準備紙/筆/一雙靈活的雙手	
第四週	2	魔術專業道具真迷人	專業魔術道具教學&應用	練習說話口條與手法	實際操作	發放專業魔術道具乙份 01.	
第九週	2	專業紙牌說明	紙牌專業技能講解概論	撲克牌不只拿來博弈，紙牌在手，魔術表演樂無窮.	實際操作	材料:一副牌	
第十一週	2	魔術專業道具真迷人	專業魔術道具教學&應用	練習說話口條與手法	實際操作	專業魔術道具兩份 02.	

第十二週	2	生活魔術介紹	1. 硬幣 2. 橡皮筋 3. 吸管	讓同學了解到利用生活用品也能創造大驚奇.	實際操作	材料:橡皮筋/吸管/硬幣
第十四週	2	魔術專業道具真迷人	專業魔術道具教學&應用	練習說話口條與手法	實際操作	專業魔術道具兩份03.
第十七週	2	生活大驚奇 01.	1. 橡皮筋初階 2. 橡皮筋中階 3. 橡皮筋進階	原來吃完便當的橡皮筋就可以直接做表演.	實際操作	材料:橡皮筋
第十八週	2	總複習	配合老師表演魔術	讓學生勇於上台表演.	實際操作	本學期所有教材

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第二學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	魔術社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	21
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	A1 身心素質與自我精進 A3 規劃執行與創新應變						
課程目標	用魔術融合藝術，帶動學生學習新技能風氣，讓學生能在舞台上發光發熱展現個人獨特魅力						
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	
第三週	2	講魔術師須遵守的薩斯頓三原則/新學期道具介紹	專業魔術道具介紹說明. 生活魔術教學與應用	讓各位同學利用雙手就能變魔術	實際操作	準備紙/筆/一雙靈活的雙手	
第五週	2	魔術專業道具真迷人	專業魔術道具教學&應用	練習說話口條與手法	實際操作	發放專業魔術道具乙份 01.	
第八週	2	生活大驚奇 02.	1. 硬幣介紹初階 2. 硬幣手法中階	硬幣不只拿來購物, 在	實際操作	材料:硬幣 6 枚	

			3. 硬幣魔術進階	魔術師手中就能創造奇蹟。		
第十週	2	魔術專業道具真迷人	專業魔術道具教學&應用	練習說話口條與手法	實際操作	專業魔術道具兩份02.
第十二週	2	生活魔術介紹	1. 硬幣 2. 橡皮筋 3. 吸管	讓同學了解到利用生活用品也能創造大驚奇。	實際操作	材料: 橡皮筋/ 吸管/ 硬幣
第十四週	2	魔術專業道具真迷人	專業魔術道具教學&應用	練習說話口條與手法	實際操作	專業魔術道具兩份03.
第十六週	2	紙牌戲法 01	1. 牌類魔術初階 2. 牌類魔術中階 3. 牌類魔術進階	運用手指 活化腦細胞	實際操作	材料: 紙牌一副
第十九週	2	總複習	配合老師表演魔術讓同學欣賞	讓學生勇於上台表演。	實際操作	本學期所有教材

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第一學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		高爾夫球社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	22
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		A1 身心素質與自我精進						
課程目標		推桿基礎設定						
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	推桿	推桿基本動作握法站	正確的推桿動作	實作			

			姿			
第四週	2	推桿基本動作複習	推桿基本動作握法站姿	正確的推桿動作	實作	
第九週	2	推桿距離控制（短距離）	了解推桿的力度掌握	推桿距離控制	實作	
第十一週	2	推桿距離控制（長距離）	了解推桿的力度掌握	推桿距離控制	實作&比賽	
第十二週	2	推桿距離控制練習	了解推桿的力度掌握	推桿距離控制	實作&比賽	
第十四週	2	推桿方向控制	推桿的方向設定	推桿方向控制	實作&比賽	
第十七週	2	推桿方向控制	推桿的方向設定	推桿方向控制	實作	
第十八週	2	推桿方向控制複習	推桿的方向設定	推桿方向控制	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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第二學期七年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	高爾夫球社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	22
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	A1 身心素質與自我精進						
課程目標	高爾夫球揮桿基礎						
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	高爾夫球揮桿基礎	鐵桿站姿與握法	正確的揮桿動作	實作	
第五週	2	高爾夫球揮桿基礎複習	鐵桿站姿與握法	正確的揮桿動作	實作	
第八週	2	高爾夫球揮桿基礎	鐵桿 7 步驟介紹	正確的揮桿動作	實作	
第十週	2	高爾夫球揮桿基礎	鐵桿 7 步驟練習	正確的揮桿動作	實作&比賽	
第十二週	2	高爾夫球揮桿基礎	半揮桿練習	正確的揮桿動作	實作&比賽	
第十四週	2	高爾夫球揮桿基礎	揮桿平面設定	正確的揮桿動作	實作&比賽	
第十六週	2	高爾夫球揮桿基礎	揮桿路徑分析	正確的揮桿動作	實作	
第十九週	2	高爾夫球揮桿基礎	揮桿順序設定	正確的揮桿動作	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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第一學期七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	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	22
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	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作						

課程目標		藉由排球社的訓練加強身心素質，且在比賽中培養良好的人際互動關係與和諧互助的團隊合作。				
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	排球發展沿革介紹、球具介紹	排球歷史	排球歷史	實作	
第四週	2	低手傳接	低收傳接球技巧	學習低收傳接球技巧	實作	
第九週	2	移位低手傳接	移動低手傳接球技巧	學習移動低手傳接球技巧	實作	
第十一週	2	低手傳接比賽	低手傳接球訓練及比賽	實戰比賽訓練低手傳接球	實作&比賽	
第十二週	2	低手發球	低手發球技巧	學習低手發球技巧	實作	
第十四週	2	肩上發球	肩上發球技巧	學習肩上發球技巧	實作	
第十七週	2	高手傳接	高手傳接球技巧	學習高手傳接球技巧	實作	
第十八週	2	綜合練習	綜合練習	綜合練習	實作&比賽	

◎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。

臺南市私立安南區瀛海中學 114 學年度第二學期七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	七年級	教學節數	本學期共(20)節	社團編號	22
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		A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作				
課程目標		藉由排球社的訓練加強身心素質，且在比賽中培養良好的人際互動關係與和諧互助的團隊合作。				
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	接發球	接發球技巧	學習接發球	實作	
第五週	2	接扣球	接扣球技巧	學習接扣球	實作	
第八週	2	基本扣球	扣球技巧	學習基本扣球	實作	
第十週	2	低手、扣球組合	低手、扣球組合練習	利用低手、扣球組合練習穩定度	實作	
第十二週	2	低手、扣球組合	低手、扣球組合練習	利用低手、扣球組合練習穩定度	實作	
第十四週	2	六人防守隊形	六人防守隊形練習	學習六人防守隊形跑未及補位	實作	
第十六週	2	綜合練習、分組競賽	綜合練習、分組競賽	綜合練習、分組競賽	實作&比賽	
第十九週	2	綜合練習、分組競賽	綜合練習、分組競賽	綜合練習、分組競賽	實作&比賽	

◎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。