

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第一學期七年級團體活動時間-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	流行舞蹈社	20	是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 2 】節
2	合唱團	20	是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 2 】節
3	吉他社	20	是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 2 】節
4	足球社	20	是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 2 】節
5	信望愛研習社	20	是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 2 】節
6	桌球社	20	是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 2 】節
7	圖書館研習社	20	是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 2 】節
8	模型社	20	是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 2 】節
9	童軍社	20	是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 2 】節
10	籃球社	20	是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 2 】節
11	管弦樂社	20	是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 2 】節

◎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。

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第一學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱	流行舞蹈社	實施年級	七	教學節數	本學期共(20)節	
彈性學習課程規範	2. 社團活動					
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。 J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。					
課程目標	1. 提升學生的舞蹈技巧與身體協調能力 2. 培養舞蹈創意與表演能力 3. 增強自信與團隊合作精神 4. 激發學生對舞蹈的興趣與熱情					
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	2	舞蹈入門與熱身	舞蹈基本概念、熱身運動	了解舞蹈基本知識，掌握正確的熱身方法	學生參與度與熱身動作的正確性	
第四週 運動週	2	運動週				
第六週	2	街舞風格介紹	街舞的基本概念與歷史	了解街舞的風格與背景	學生對街舞風格的理解	
第八週	2	街舞基本動作	街舞基本動作練習	掌握街舞基本動作	動作的精確度與流暢性	
第十週	2	節奏感與音樂理解	舞蹈與音樂的關聯	提升對音樂節奏的理解與掌握	動作與音樂的配合度	
第十二週	2	身體控制與動作連貫	提高身體控制力與動作連貫性	掌握身體控制技巧，提高動作連貫性	動作的流暢度與控制力	
第十四週	2	編舞基礎	編舞的基本原則與技巧	了解編舞的基本原則，掌握簡單的編舞技巧	編舞作品的創意與完整性	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第十六週	2	團隊合作練習	團隊合作的重要性與技巧	提升團隊合作能力，學會與隊友協作	團隊合作的效果與表現	
第十八週	2	舞台表演技巧	舞台表演的基本技巧與要點	提升舞台表演能力，自信地進行舞蹈表演	舞台表演的效果與表現力	
第二十週	2	期末動態成果發表				

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第一學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱		合唱團	實施年級	七	教學節數	本學期共(20)節	
彈性學習課程規範		2. 社團活動					
總綱或領綱核心素養		B3 藝術涵養 與 美感素養 C2 人際關係 與 團隊合作					
課程目標		藉由合唱團平常的練習活動提升藝術感知、鑑賞能力、個人美感。 以期學生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	2	新生介紹	新生介紹	認識新生	無		
第四週 運動週	2	運動週					
第六週	2	發聲	初階發聲練習	對發聲的初階認識	上台老師打分數		
第八週	2	發聲	初階發聲練習	對發聲的初階認識	上台老師打分數		
第十週	2	認識新歌	經典名曲 1	對此歌的歌譜認識	整體分部成績		
第十二週	2	認識新歌	經典名曲 2	對此歌的歌譜認識	整體分部成績		
第十四週	2	排演隊型	經典名曲 1	排演	整體分部成績		
第十六週	2	排演練習	經典名曲 2	排演	整體分部成績		
第十八週	2	發聲	進階發聲及換氣	對發聲的入門認識	個人演練		
第二十週	2	期末成果					

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第一學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱		吉他社	實施年級	七	教學節數	本學期共(20)節	
彈性學習課程規範		2. 社團活動					
總綱或領綱核心素養		B3 藝術涵養 與 美感素養					
課程目標		藉由吉他的練習活動提升藝術感知、鑑賞能力、個人美感。					
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	2	新生介紹	新生介紹		新生介紹	無	
第四週 運動週	2	運動週					
第六週	2	旋律練習 1	手指練習		認識音樂	要素分辨	
第八週	2	旋律練習 2	三指法 歌曲:任意門、倒帶		旋律感培養	旋律培養	
第十週	2	三和弦與調性	歌曲:愛很簡單、怎麼了、靈魂舞		和弦認識	認識和弦	
第十二週	2	和弦運用	歌曲:slow rock、可惜沒如果、新不了情		自彈自唱素養	自彈自唱	
第十四週	2	律動與節拍 1	歌曲:面具、勢在必行、天空之城		節奏感培養	節奏感	
第十六週	2	律動與節拍 2	歌曲:面具、勢在必行、天空之城		風格認識	風格介紹	
第十八週	2	期末表演	期末表演		表演	吉他表演	
第二十週	2	期末表演	期末表演		表演	吉他表演	

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第一學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱		足球社	實施年級	七	教學節數	本學期共(20)節	
彈性學習課程規範		2. 社團活動					
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		藉由足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	
第二週	2	新生介紹及場地探勘	新生介紹及場地探勘	熟悉環境	無		
第四週 運動週	2	運動週					
第六週	2	戰術講解	戰術	瞭解足球陣形	學習態度		
第八週	2	分組對抗	比賽	增加熟鍊度	帶球射門		
第十週	2	戰術講解	戰術	瞭解足球陣形	學習態度		
第十二週	2	分組對抗	比賽	增加熟鍊度	學習態度、簡易對話		
第十四週	2	戰術講解	戰術	瞭解足球陣形	學習態度、簡易對話		
第十六週	2	分組對抗	比賽	增加熟鍊度	學習態度		
第十八週	2	期末驗收	找出弱點、加強精進	基本能力要求達標	射門臨場反應		
第二十週	2	期末驗收	找出弱點、加強精進	基本能力要求達標	射門臨場反應		

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第一學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱		信望愛研習社	實施年級	七	教學節數	本學期共(20)節	
彈性學習課程規範		2. 社團活動					
總綱或領綱核心素養		A1 身心素質與自我精進 C1 道德實踐 與 公民意識 C2 人際關係 與 團隊合作					
課程目標		藉由小組活動去認識自我，在反思中提升靈性，真正去實踐道德而非被約束，有正確清楚的公民意識，在活動中增進人際關係與學習團隊合作。					
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	
第二週	2	小組公約	認識同學	認識同學	無		
第四週 運動週	2	運動週					
第六週	2	活動介紹	社團宗旨	社團宗旨	小組分享		
第八週	2	美術館及林百貨	參觀	看見美好	口頭分享		
第十週	2	復活節活動	彩蛋	認識耶穌的愛	彩蛋作品		
第十二週	2	太平境教會及公報社	教會及報社	了解台灣最古老教會	小組分享		
第十四週	2	台南聖教會	信息、遊戲、影片	團隊合作	小組分享		
第十六週	2	台南聖教會	信息、遊戲、影片	發現生命之美	團隊合作		
第十八週	2	感恩活動	信望愛學習	生命之美好	口頭分享		
第二十週	2	期末成果					

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第一學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱		桌球社	實施年級	七	教學節數	本學期共(20)節	
彈性學習課程規範		2. 社團活動					
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
第二週	2	新生介紹及場地探勘	新生介紹及場地探勘	新生介紹及場地探勘		無	
第四週 運動週	2	運動週					
第六週	2	反手推球講解	反手推球	可對推 5 球以上		2 人對打計算	
第八週	2	正手推球講解	正手推球	連續擊球 3 次		多球測驗	
第十週	2	左推右攻講解及腳步移位	左推右攻	連續 3 組以上		多球測驗	
第十二週	2	搓球講解	搓球	對搓 5 球以上		2 人對打計算	
第十四週	2	雙打比賽	介紹規則並分組比賽	培養默契		分組循環比賽	
第十六週	2	單打比賽	個人賽	自信建立		比賽	
第十八週	2	雙打比賽	分組比賽	團隊合作		分組循環比賽	
第二十週	2	期末成果					

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第一學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱		圖書館研習社	實施年級	七	教學節數	本學期共(20)節	
彈性學習課程規範		2. 社團活動					
總綱或領綱核心素養		A2 系統思考與解決問題					
課程目標		藉由圖書館研習社的訓練，釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力。					
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	
第二週	2	相見歡	培養閱讀習慣	認識閱讀	借閱紀錄		
第四週 運動週	2	運動週					
第六週	2	認識圖書館	培養閱讀習慣	認識閱讀	借閱紀錄		
第八週	2	圖書分類大綱	學習主題閱讀	主題閱讀	借閱紀錄		
第十週	2	書的歷史與結構	認識書的歷史與結構	認識書的歷史與結構	借閱紀錄		
第十二週	2	電子書與電子期刊	認識雲端資源	認識雲端資源	借閱紀錄		
第十四週	2	快樂悅讀活動	閱讀與書寫	閱讀與書寫	閱讀心得		
第十六週	2	青春博客來閱讀平台	推薦圖書與書寫	分享閱讀	推薦文		
第十八週	2	國文學科中心寫作學習 網站之課外閱讀測驗	閱讀理解	閱讀理解	閱讀測驗		
第二十週	2	期末成果					

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第一學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱		模型社	實施年級	七	教學節數	本學期共(20)節	
彈性學習課程規範		2. 社團活動					
總綱或領綱核心素養		B3 藝術涵養 與 美感素養					
課程目標		藉由模型社的訓練提升藝術感知、鑑賞能力、個人美感，進而運用創新的能力打破既有格局做出個人的風格作品。					
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
第二週	2	新生介紹	新生介紹	新生介紹		無	
第四週 運動週	2	運動週					
第六週	2	認識模型	認識模型種類	分別模型種類		自行購買模型	
第八週	2	組裝模型	膠合及非膠合模型組裝	組裝模型		組裝部件	
第十週	2	膠合模型組裝	膠合模型製作	膠水使用		膠合部件	
第十二週	2	膠合模型組裝	膠合模型製作	膠水使用及固定		膠合模型主體	
第十四週	2	模型外部上色	模型零件上色	模型漆使用		均勻上色	
第十六週	2	模型作品評分	評分作品	手作細膩程度		作品完成度	
第十八週	2	成果展示	展示作品	觀摩學習、提升美感		能欣賞他人作品	
第二十週	2	期末成果					

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第一學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱		童軍社	實施年級	七	教學節數	本學期共(20)節	
彈性學習課程規範		2. 社團活動					
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-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。 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		培養學生的自理能力與團隊合作精神 提升戶外活動技能與生存能力 增強學生的責任感與領導能力 激發學生對自然的熱愛與環保意識					
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	2	童軍精神與歷史介紹 童軍誓詞與規範	童軍運動的起源、精神與歷史 童軍誓詞、規範與禮儀	了解童軍運動的背景與核心價值 掌握童軍誓詞與基本規範，提升禮儀意識		學生對童軍精神的理解與認識 誓詞的背誦與理解	
第四週 運動週	2	運動週					
第六週	2	繩結與結繩技巧	基本繩結與結繩技巧	學會常用繩結，提升動手能力		繩結的正確性與熟練度	
第八週	2	地圖與指南針使用	地圖閱讀與指南針使用方法	掌握地圖閱讀與指南針使用技巧，提升方向感		地圖與指南針的使用正確性	
第十週	2	緊急救護與安全知識	基本急救知識與技能（如 CPR、傷口處理）	掌握基本急救技能，提高應急能力		急救操作的正確性與熟練度	
第十二週	2	帳篷搭建技巧	帳篷的搭建方法與技巧	掌握帳篷搭建技巧，能獨立完成搭建		帳篷搭建的速度與穩固性	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第十四週	2	野外烹飪基本技巧	野外生火與烹飪基本技巧	掌握野外生火與簡單烹飪技能	生火與烹飪的成功率與安全性	
第十六週	2	野外求生與生活技能	如水源尋找、淨水等	掌握基本的野外求生技能，提高應變能力	技能的掌握度與實際操作效果	
第十八週	2	自然觀察與環保意識	自然觀察的方法與技巧	掌握自然觀察技能，增強對自然的熱愛	觀察報告的詳細度與準確性	
第二十週	2	期末成果-小組競賽	綜合運用所學童軍技能	童軍技能綜合訓練	依小組競賽排名	

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第一學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱		籃球社	實施年級	七	教學節數	本學期共(20)節	
彈性學習課程規範		2. 社團活動					
總綱或領綱核心素養		A1 身心素質與自我精進					
課程目標		藉由籃球社的訓練加強身心素質及穩定，進而自我精進。					
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	2	社團介紹、選舉幹部、 講解規定	1. 課程介紹 2. 上課規定事項 3. 基本體能 4. 球操(Ball control)		使社員盡快進入狀況		
第四週 運動週	2	運動週					
第六週	2	基本動作	1.(傳球、運球、投籃) 2. 傳、接球的技巧(持球) 3. 各種傳接球 4. 運球上籃		熟悉基本動作		
第八週	2	基本動作	1. 各種運球之基本動作練習 2. 停球的要領(重心腳、旋轉) 3. 籃下球(空心球及擦板球) 4. 變換運球上籃		熟悉基本動作		
第十週	2	投籃練習	1. 介紹各種投籃 2. 跳投 3. 罰球		熟悉基本動作		
第十二週	2	上籃練習	1. 全場運球上籃練習 2. 兩人全場傳球上籃練習		熟悉基本動作		
第十四週	2	規則講解	1. 籃球規則介紹 2. 講解場上五人的稱呼及價值 3. 進攻、防守觀念及動作 4. 一對一		熟悉規則		
第十六週	2	規則講解	1. 三對三鬥牛規則介紹 2. 三對三		熟悉規則		
第十八週	2	友誼賽	全場五對五		實戰演練		
第二十週	2	期末成果					

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第一學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱		管弦樂社	實施年級	七	教學節數	本學期共(20)節	
彈性學習課程規範		2. 社團活動					
總綱或領綱核心素養		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-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		培養學生的音樂素養與表演能力 提升樂器演奏技巧與音樂理解 增強團隊合作精神與舞台表演經驗 激發學生對音樂的興趣與熱情					
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	2	基礎音樂理論與樂器介紹	基本音樂理論（音符、節奏、音階等）	了解基本音樂理論，為演奏奠定基礎		理論知識問答與小測驗	
第四週 運動週	2	運動週					
第六週	2	樂器基礎演奏技巧（上）	基本指法與吹奏技巧	掌握基本指法與吹奏技巧		指法與吹奏的正確性	
第八週	2	樂器基礎演奏技巧（下）	延續上節內容，進一步練習基本技巧	鞏固基本指法與吹奏技巧		指法與吹奏的熟練度	
第十週	2	樂曲演奏（上）	學習與練習樂曲	能夠演奏樂曲		樂曲演奏的正確性與流暢度	
第十二週	2	樂曲演奏（下）	延續上節內容，進一步練習樂曲	熟練演奏樂曲		樂曲演奏的熟練度與表現力	
第十四週	2	音樂表現技巧	音樂表現與情感表達技巧	提升音樂表現力與情感表達能力		音樂表現的情感投入與表現力	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第十六週	2	舞台表演技巧	舞台表演的基本技巧與要點	提升舞台表演能力，自信地進行表演	舞台表演的效果與表現力	
第十八週	2	合奏基礎	合奏的基本原則與方法	了解合奏的基本原則，初步進行合奏	合奏的協調性與表現力	
第二十週	2	期末成果	準備表演曲目	掌握排練技巧，提升樂隊的整體表現	樂曲演奏的熟練度與表現力	

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第二學期七年級團體活動時間-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	流行舞蹈社	22	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節
2	合唱團	22	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節
3	吉他社	22	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節
4	足球社	22	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節
5	信望愛研習社	22	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節
6	桌球社	22	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節
7	圖書館研習社	22	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節
8	模型社	22	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節
9	童軍社	22	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節
10	籃球社	22	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節
11	管弦樂社	22	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節

◎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。

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第二學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱		流行舞蹈社	實施年級	七	教學節數	本學期共(22)節	
彈性學習課程規範		2. 社團活動					
總綱或領綱核心素養		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。 J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。					
課程目標		提升學生的舞蹈技巧與舞台表現力 培養創意與自信，增強團隊合作精神 激發學生對流行舞蹈的熱情與興趣 增強體能與節奏感，提高舞蹈編排能力					
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	
第一週	2	基本步伐與轉身技巧	基本舞步與轉身技巧	掌握基本步伐與轉身技巧，提高動作協調性	步伐與轉身的正確性與穩定性		
第三週	2	運動會					
第五週	2	爵士舞基礎	爵士舞的基本動作與風格	了解爵士舞風格，掌握基本爵士舞動作	爵士舞動作的正確性與表現力		
第七週	2	動作連貫性訓練	提高動作連貫性的技巧	提升舞蹈動作的連貫性與流暢度	動作連貫性的流暢度與自然度		
第九週	2	清明連假					
第十一週	2	舞蹈創作基礎	舞蹈創作的原則與方法	掌握舞蹈創作的基 本方法，嘗試創作舞 蹈片段	創作片段的創意與完整性		
第十三週	2	舞蹈編排技巧	舞蹈編排的基本技巧與方法	提升舞蹈編排能力， 能獨立編排簡單舞	編排片段的創意與表現力		

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

				蹈		
第十五週	2	團隊合作舞蹈	團隊合作舞蹈的基本原則與方法	提升團隊合作能力，能夠協同完成舞蹈	團隊合作的協調性與表現力	
第十七週	2	端午連假				
第十九週	2	舞台表演準備	舞台表演的實踐與演練	提升舞台表演能力，自信地進行表演	表演準備工作的完成度與效果	
第二十一週	2	期末成果發表	舞台表演的實踐	提升舞台表演能力，自信地進行表演	表演工作的完成度與效果	

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第二學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱		合唱團	實施年級	七	教學節數	本學期共(22)節	
彈性學習課程規範		2. 社團活動					
總綱或領綱核心素養		B3 藝術涵養 與 美感素養 C2 人際關係 與 團隊合作					
課程目標		藉由合唱團平常的練習活動提升藝術感知、鑑賞能力、個人美感。 以期學生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	
第一週	2	新生介紹	新生介紹	認識新生	無		
第三週	2	運動會					
第五週	2	發聲	初階發聲練習	對發聲的初階認識	上台老師打分數		
第七週	2	發聲	初階發聲練習	對發聲的初階認識	上台老師打分數		
第九週	2	清明節					
第十一週	2	認識新歌	經典名曲 1	對此歌的歌譜認識	整體分部成績		
第十三週	2	認識新歌	經典名曲 2	對此歌的歌譜認識	整體分部成績		
第十五週	2	排演隊型	經典名曲 1	排演	整體分部成績		
第十七週	2	端午節					
第十九週	2	排演練習	經典名曲 2	排演	整體分部成績		
第二十一週	2	期末成果發表	舞台表演的實踐	提升舞台表演能力，自信地進行表演	表演工作的完成度與效果		

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第二學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱		吉他社	實施年級	七	教學節數	本學期共(22)節	
彈性學習課程規範		2. 社團活動					
總綱或領綱核心素養		B3 藝術涵養 與 美感素養					
課程目標		藉由吉他的練習活動提升藝術感知、鑑賞能力、個人美感。					
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
第一週	2	新生介紹	新生介紹		新生介紹	無	
第三週	2	運動會					
第五週	2	發聲	手指練習		認識音樂	要素分辨	
第七週	2	旋律練習 2	三指法 歌曲:任意門、倒帶		旋律感培養	旋律培養	
第九週	2	清明節					
第十一週	2	三和弦與調性	歌曲:愛很簡單、怎麼了、靈魂舞		和弦認識	認識和弦	
第十三週	2	和弦運用	歌曲:slow rock、可惜沒如果、新不了情		自彈自唱素養	自彈自唱	
第十五週	2	律動與節拍 1	歌曲:面具、勢在必行、天空之城		節奏感培養	節奏感	
第十七週	2	端午節					
第十九週	2	律動與節拍 2	歌曲:面具、勢在必行、天空之城		風格認識	風格介紹	
第二十一週	2	期末表演	期末表演		表演	吉他表演	

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第二學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱		足球社	實施年級	七	教學節數	本學期共(22)節	
彈性學習課程規範		2. 社團活動					
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		藉由足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	
第一週	2	新生介紹及場地探勘	新生介紹及場地探勘	熟悉環境	無		
第三週	2	運動會					
第五週	2	戰術講解	戰術	瞭解足球陣形	學習態度		
第七週	2	分組對抗	比賽	增加熟鍊度	帶球射門		
第九週	2	清明節					
第十一週	2	戰術講解	戰術	瞭解足球陣形	學習態度		
第十三週	2	分組對抗	比賽	增加熟鍊度	學習態度、簡易對話		
第十五週	2	戰術講解	戰術	瞭解足球陣形	學習態度、簡易對話		
第十七週	2	端午節					
第十九週	2	分組對抗	比賽	增加熟鍊度	學習態度		
第二十一週	2	期末驗收	找出弱點、加強精進	基本能力要求達標	射門臨場反應		

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第二學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱		信望愛研習社	實施年級	七	教學節數	本學期共(22)節	
彈性學習課程規範		2. 社團活動					
總綱或領綱核心素養		A1 身心素質與自我精進 C1 道德實踐 與 公民意識 C2 人際關係 與 團隊合作					
課程目標		藉由小組活動去認識自我，在反思中提升靈性，真正去實踐道德而非被約束，有正確清楚的公民意識，在活動中增進人際關係與學習團隊合作。					
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	
第一週	2	小組公約	認識同學	認識同學	無		
第三週	2	運動會					
第五週	2	活動介紹	社團宗旨	社團宗旨	小組分享		
第七週	2	美術館及林百貨	參觀	看見美好	口頭分享		
第九週	2	清明節					
第十一週	2	復活節活動	彩蛋	認識耶穌的愛	彩蛋作品		
第十三週	2	太平境教會及公報社	教會及報社	了解台灣最古老教會	小組分享		
第十五週	2	台南聖教會	信息、遊戲、影片	團隊合作	小組分享		
第十七週	2	端午節					
第十九週	2	台南聖教會	信息、遊戲、影片	發現生命之美	團隊合作		
第二十一週	2	感恩活動	信望愛學習	生命之美好	口頭分享		

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第二學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱		桌球社	實施年級	七	教學節數	本學期共(22)節	
彈性學習課程規範		2. 社團活動					
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
第一週	2	新生介紹及場地探勘	新生介紹及場地探勘	新生介紹及場地探勘		無	
第三週	2	運動會					
第五週	2	反手推球講解	反手推球	可對推 5 球以上		2 人對打計算	
第七週	2	正手推球講解	正手推球	連續擊球 3 次		多球測驗	
第九週	2	清明節					
第十一週	2	左推右攻講解及腳步移位	左推右攻	連續 3 組以上		多球測驗	
第十三週	2	搓球講解	搓球	對搓 5 球以上		2 人對打計算	
第十五週	2	雙打比賽	介紹規則並分組比賽	培養默契		分組循環比賽	
第十七週	2	端午節					
第十九週	2	單打比賽	個人賽	自信建立		比賽	
第二十一週	2	雙打比賽	分組比賽	團隊合作		分組循環比賽	

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第二學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱		圖書館研習社	實施年級	七	教學節數	本學期共(22)節	
彈性學習課程規範		2. 社團活動					
總綱或領綱核心素養		A2 系統思考與解決問題					
課程目標		藉由圖書館研習社的訓練，釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力。					
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	
第一週	2	相見歡	培養閱讀習慣	認識閱讀	借閱紀錄		
第三週	2	運動會					
第五週	2	認識圖書館	培養閱讀習慣	認識閱讀	借閱紀錄		
第七週	2	圖書分類大綱	學習主題閱讀	主題閱讀	借閱紀錄		
第九週	2	清明節					
第十一週	2	書的歷史與結構	認識書的歷史與結構	認識書的歷史與結構	借閱紀錄		
第十三週	2	電子書與電子期刊	認識雲端資源	認識雲端資源	借閱紀錄		
第十五週	2	快樂悅讀活動	閱讀與書寫	閱讀與書寫	閱讀心得		
第十七週	2	端午節					
第十九週	2	青春博客來閱讀平台	推薦圖書與書寫	分享閱讀	推薦文		
第二十一週	2	國文學科中心寫作學習 網站之課外閱讀測驗	閱讀理解	閱讀理解	閱讀測驗		

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第二學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱		模型社	實施年級	七	教學節數	本學期共(22)節	
彈性學習課程規範		2. 社團活動					
總綱或領綱核心素養		B3 藝術涵養 與 美感素養					
課程目標		藉由模型社的訓練提升藝術感知、鑑賞能力、個人美感，進而運用創新的能力打破既有格局做出個人的風格作品。					
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	
第一週	2	新生介紹	新生介紹	新生介紹	無		
第三週	2	運動會					
第五週	2	認識模型	認識模型種類	分別模型種類	自行購買模型		
第七週	2	組裝模型	膠合及非膠合模型組裝	組裝模型	組裝部件		
第九週	2	清明節					
第十一週	2	膠合模型組裝	膠合模型製作	膠水使用	膠合部件		
第十三週	2	膠合模型組裝	膠合模型製作	膠水使用及固定	膠合模型主體		
第十五週	2	模型外部上色	模型零件上色	模型漆使用	均勻上色		
第十七週	2	端午節					
第十九週	2	模型作品評分	評分作品	手作細膩程度	作品完成度		
第二十一週	2	成果展示	展示作品	觀摩學習、提升美感	能欣賞他人作品		

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第二學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱		童軍社	實施年級	七	教學節數	本學期共(22)節	
彈性學習課程規範		2. 社團活動					
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-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。 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。 J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。					
課程目標		• 培養學生的領導能力與團隊合作精神 • 提升野外求生技能與環境保護意識 • 增強自律與責任感 • 激發學生對自然與戶外活動的興趣					
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	
第一週	2	新生介紹及場地探勘	新生介紹及場地探勘	熟悉環境			
第三週	2	運動會					
第五週	2	團隊合作訓練	團隊合作的原則與技巧	提升學生的團隊合作能力與協作精神	團隊合作活動中的表現與協調性		
第七週	2	環境保護基礎	環境保護的基本知識與重要性	提升學生的環境保護意識	通過問答測驗檢驗對環境保護知識的理解		
第九週	2	清明節					
第十一週	2	地圖與指南針使用	地圖與指南針的基本使用方法	掌握地圖與指南針的使用技巧	地圖與指南針使用的正確性		
第十三週	2	定向越野實踐	定向越野的基本技巧與實踐	提升學生的定向越野能力	定向越野活動中的表現	小組定向越野挑戰	
第十五週	2	戶外探索的基本技巧	野外探索的基本技巧	掌握野外探索的技巧，提升	野外探索技能實踐中的		

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

		與安全知識	與安全知識	野外求生能力	表現	
第十七週	2	端午節				
第十九週	2	戶外體能訓練	戶外體能訓練的基本方法與技巧	提升學生的體能與耐力	體能訓練的效果與表現	
第二十一週	2	選幹部	選幹部	輔導傳承		

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第二學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱		籃球社	實施年級	七	教學節數	本學期共(22)節	
彈性學習課程規範		2. 社團活動					
總綱或領綱核心素養		A1 身心素質與自我精進					
課程目標		藉由籃球社的訓練加強身心素質及穩定，進而自我精進。					
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
第一週	2	社團介紹、選舉幹部、講解規定	1. 課程介紹 2. 上課規定事項 3. 基本體能 4. 球操(Ball control)		使社員盡快進入狀況		
第三週	2	運動會					
第五週	2	基本動作	1. (傳球、運球、投籃) 2. 傳、接球的技巧(持球) 3. 各種傳接球 4. 運球上籃		熟悉基本動作		
第七週	2	基本動作	1. 各種運球之基本動作練習 2. 停球的要領(重心腳、旋轉) 3. 籃下球(空心球及擦板球) 4. 變換運球上籃		熟悉基本動作		
第九週	2	清明節					
第十一週	2	投籃練習	1. 介紹各種投籃 2. 跳投 3. 罰球		熟悉基本動作		
第十三週	2	上籃練習	1. 全場運球上籃練習 2. 兩人全場傳球上籃練習		熟悉基本動作		
第十五週	2	規則講解	1. 籃球規則介紹 2. 講解場上五人的稱呼及價值 3. 進攻、防守觀念及動作 4. 一對一		熟悉規則		
第十七週	2	端午節					
第十九週	2	規則講解	1. 三對三鬥牛規則介紹 2. 三對三		熟悉規則		
第二十一週	2	社團成果-友誼賽	全場五對五		實戰演練		

台南市私立長榮高級中學附屬國中部 114 學年度第二學期彈性學習課程計畫-團體活動時間-社團

社團活動名稱		管弦樂社	實施年級	七	教學節數	本學期共(22)節	
彈性學習課程規範		2. 社團活動					
總綱或領綱核心素養		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。 J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。					
課程目標		提升學生的音樂演奏技巧與樂理知識 培養合作演奏的默契與團隊精神 增強音樂表現力與舞台自信心 激發學生對音樂的熱情與興趣					
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
第一週	2	樂理基礎知識	基本樂理知識	了解音樂理論的基本概念		樂理知識的理解與應用	
第三週	2	運動會					
第五週	2	合奏基礎訓練	合奏的基本原則與技巧	提升合奏的協調性與默契		合奏的協調性與表現力	
第七週	2	樂隊分部排練	不同樂器組的分部排練	提升各樂器組的合奏能力		分部排練的協調性與表現力	
第九週	2	清明節					
第十一週	2	音樂表現技巧	音樂表現的基本技巧與方法	提升音樂表現力與感染力		音樂表現的感染力與情感表達	
第十三週	2	作品練習與排練	作品的分段練習與排練	提升作品的演奏水平		作品演奏的準確性與表現力	
第十五週	2	即興演奏技巧	即興演奏的基本技巧與方法	掌握即興演奏的基本技巧，提升音樂即興能力		即興演奏的創意與表現力	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第十七週	2	端午節				
第十九週	2	演出準備工作	演出準備的基本工作 與技巧	做好演出準備，提高演出質量	準備工作的完成度與 效果	
第二十一週	2	社團成果發表	公開表演的準備工作	做好公開表演的準備，提高表 演信心	表演工作的完成度與 表現力	