

臺南市公立關廟區關廟國民中學 114 學年度第一學期七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	閱讀欣賞社	21	是■ 否□	■每週【1】節 □隔週【 】節
2	竹編工藝社	21	是■ 否□	■每週【1】節 □隔週【 】節
3	生活客語社	21	是■ 否□	■每週【1】節 □隔週【 】節
4	越語社	21	是■ 否□	■每週【1】節 □隔週【 】節
5	黏土創作社	21	是■ 否□	■每週【1】節 □隔週【 】節
6	直笛社	21	是■ 否□	■每週【1】節 □隔週【 】節
7	管樂社	21	是■ 否□	■每週【1】節 □隔週【 】節
8	絲竹社	21	是■ 否□	■每週【1】節 □隔週【 】節
9	民族舞蹈社	21	是■ 否□	■每週【1】節 □隔週【 】節

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

10	書法社	21	是■ 否□	■每週【1】節 □隔週【 】節
11	羽球社	21	是■ 否□	■每週【1】節 □隔週【 】節
12	籃球社	21	是■ 否□	■每週【1】節 □隔週【 】節
13	太鼓社	21	是■ 否□	■每週【1】節 □隔週【 】節
14	排球社	21	是■ 否□	■每週【1】節 □隔週【 】節
15	舉重社	20	是■ 否□	■每週【1】節 □隔週【 】節
16	跆拳道社	21	是■ 否□	■每週【1】節 □隔週【 】節
17	武術社	21	是■ 否□	■每週【1】節 □隔週【 】節

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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	閱讀欣賞社	實施年級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	1
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	國-J-B3 具備欣賞文學與相關藝術的能力，並培養創作的興趣，透過對文本的反思與分享，印證生活經驗，提升審美判斷力。						

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

		國-J-C2 在國語文學習情境中，與他人合作學習，增進理解、溝通與包容的能力，在生活中建立友善的人際關係。				
課程目標		1.能閱讀書本 2.能表達分享書本文章				
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 週	1 節	準備週				
第 2 週	1	課程與環境介紹	1. 課程與閱覽室介紹 2.圖書分類 3.教師導讀	能閱讀書本 能表達分享書本文章	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 3 週	1	各自閱讀與分享	原子習慣：細微改變	能欣賞文章，體會意涵	每組派一位同學，能上	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			帶來巨大成就的實證 法則	透過閱讀增進對自我的 認同	台利用簡短 5~8 分鐘闡 述所讀內容，同組同學 可製作相關簡報，每週 一組代表繳交學習紀 錄。	
第 4 週	1	各自閱讀與分享	為什麼不能等一下： 王宏哲給孩子的情緒 教育	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的 認同	每組派一位同學，能上 台利用簡短 5~8 分鐘闡 述所讀內容，同組同學 可製作相關簡報，每週 一組代表繳交學習紀 錄。	
第 5 週	1	各自閱讀與分享	有錢人想的和你不一 樣	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的	每組派一位同學，能上 台利用簡短 5~8 分鐘闡	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				認同	述所讀內容，同組同學 可製作相關簡報，每週 一組代表繳交學習紀錄。	
第 6 週	1	各自閱讀與分享	從心歸零：800 公里 聖雅各朝聖之路	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的 認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 7 週	1	各自閱讀與分享	矽谷阿雅 追不到夢想就創一個！從台灣 記者到臉書電商產品	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的 認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			經理的顛覆筆記		可製作相關簡報，每週 一組代表繳交學習紀錄。	
第 8 週	1	各自閱讀與分享	妖怪公館的新房客 視覺小說 SP：緋紅之夜	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 9 週	1	各自閱讀與分享	如果你聽見	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					一組代表繳交學習紀錄。	
第 10 週	1	各自閱讀與分享	魔笛：童話推理事件簿	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 11 週	1	各自閱讀與分享	大武山下	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					錄。	
第 12 週	1	各自閱讀與分享	鷹飛基隆：台灣最美的四季賞鷹秘境	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 13 週	1	各自閱讀與分享	為什麼要睡覺？：睡出健康與學習力、夢出創意的新科學	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 14 週	1	各自閱讀與分享	太空探險小圖鑑：跟著可愛角色學習，徹底了解宇宙整體的不可思議！	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 15 週	1	各自閱讀與分享	成為更好的自己：未來少年的 18 堂心理必修課	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 16 週	1	各自閱讀與分享	看漫畫，學莊子	能欣賞文章，體會意涵	每組派一位同學，能上	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				透過閱讀增進對自我的認同	台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 17 週	1	各自閱讀與分享	屁屁偵探讀本：被怪盜盯上的新娘	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 18 週	1	各自閱讀與分享	這些國家，你一定沒去過：融融歷險記	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			387 天邦交國之旅	認同	述所讀內容，同組同學 可製作相關簡報，每週 一組代表繳交學習紀 錄。	
第 19 週	1	各自閱讀與分享	妖怪、貓島、富士山， 我在日本旅圖中	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的 認同	每組派一位同學，能上 台利用簡短 5~8 分鐘闡 述所讀內容，同組同學 可製作相關簡報，每週 一組代表繳交學習紀 錄。	
第 20 週	1	各自閱讀與分享	不懂神話，就只能看 裸體了啊：認識藝術 的快速鍵，逛美術館	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的 認同	每組派一位同學，能上 台利用簡短 5~8 分鐘闡 述所讀內容，同組同學	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			不再若有所思、腦袋 空空		可製作相關簡報，每週 一組代表繳交學習紀 錄。	
第 21 週	1	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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		閱讀欣賞社	實施年級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	1
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		國-J-B3 具備欣賞文學與相關藝術的能力，並培養創作的興趣，透過對文本的反思與分享，印證生活經驗，提升審美判斷力。 國-J-C2 在國語文學習情境中，與他人合作學習，增進理解、溝通與包容的能力，在生活中建立友善的人際關係。						
課程目標		1.能閱讀書本 2.能表達分享書本文章						
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 週	1	準備週						

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 2 週	1	各自閱讀與分享	藝術的故事	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 3 週	1	各自閱讀與分享	寫給年輕人的西洋美術史	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 4 週	1	各自閱讀與分享	用一天說歷史：從石器時	能欣賞文章，體會意涵	每組派一位同學，能	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			代到數位時代，你的一天 是人類累積的百萬年	透過閱讀增進對自我的認同	上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 5 週	1	各自閱讀與分享	街仔路採集誌：無用之用 再發現！看見台式加減美學	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 6 週	1	各自閱讀與分享	給作家標個價：舊書店的文學論	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 7 週	1	各自閱讀與分享	去冒險吧！20 個平凡冒險家的超酷旅程	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 8 週	1	各自閱讀與分享	STEAM 創造家：建築師萊特：改變世界的形狀	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 9 週	1	各自閱讀與分享	外婆阿貝拉的禮物	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 10 週	1	各自閱讀與分享	話語權的世紀角力：從 TED、論壇到智庫，公共知識分子及意見領袖面對「思想產業」的理念拉鋸	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			與道德考驗		報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 11 週	1	各自閱讀與分享	餐桌上的語言學家：從菜單看全球飲食文化史	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 12 週	1	各自閱讀與分享	嫌疑犯 X 的獻身	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					交學習紀錄。	
第 13 週	1	各自閱讀與分享	我討厭過的大人們	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 14 週	1	各自閱讀與分享	離開以後，你有沒有更自由	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 15 週	1	各自閱讀與分享	給你的一段話：擁有一點 自信，必要時也可以展現 自私	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能 上台利用簡短 5~8 分 鐘闡述所讀內容，同 組同學可製作相關簡 報，每週一組代表繳 交學習紀錄。	
第 16 週	1	各自閱讀與分享	開始，期待好日子	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能 上台利用簡短 5~8 分 鐘闡述所讀內容，同 組同學可製作相關簡 報，每週一組代表繳 交學習紀錄。	
第 17 週	1	各自閱讀與分享	生命的答案水知道	能欣賞文章，體會意涵	每組派一位同學，能	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				透過閱讀增進對自我的認同	上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 18 週	1	各自閱讀與分享	謙卑的力量：放下，才是真正的抵達	能欣賞文章，體會意涵 透過閱讀增進對自我的認同	每組派一位同學，能上台利用簡短 5~8 分鐘闡述所讀內容，同組同學可製作相關簡報，每週一組代表繳交學習紀錄。	
第 19 週	1	布可星球挑戰	1.網站介紹 2.闖關答題實作	1.能創意思考，體會意涵 2.透過闖關更深化閱讀感受	每位學生能在網站上完成解題，並展現推	

					理分析。	
第 20 週	1	布可星球挑戰	1.網站介紹 2.闖關答題實作	1.能創意思考，體會意涵 2.透過闖關更深化閱讀感受	每位學生能在網站上 完成解題，並展現推理分析。	
第 21 週	1	休業式				

社團活動或技藝課程名稱	竹編工藝社	實施年級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	2
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	家 Cc-IV-2 生活用品的創意設計與製作，以及個人興趣與能力的覺察。 輔 Dd-IV-3 多元文化社會的互動與關懷。						
課程目標	1.察覺並能表達不同感官的感受，培養對環境的觀察能力。 2.培養嘗試問題解決的能力，並增進創造生活之美的實踐力。						
課程架構脈絡							

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

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 週	1 節	準備週				
第 2 週	1	課程與環境介紹	1.課程目標 2.作品範例	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能了解課程目標 和學習內容	
第 3 週	1	作品 1	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能熟習竹編教材 並操作基本竹編編織 方法	
第 4 週	1	作品 1	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能熟習竹編教材 並操作基本竹編編織 方法	
第 5 週	1	作品 1	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能熟習竹編教材 並操作基本竹編編織 方法	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 6 週	1	作品 1	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能熟習竹編教材 並操作基本竹編編織 方法	
第 7 週	1	作品 1	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能熟習竹編教材 並操作基本竹編編織 方法	
第 8 週	1	作品 2	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能熟習竹編教材 並操作基本竹編編織 方法	
第 9 週	1	作品 2	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能熟習竹編教材 並操作基本竹編編織 方法	
第 10 週	1	作品 2	1.作品結構	1.能創意思考，體會意涵	學生能熟習竹編教材	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.編織方法	2.透過創作增進對自我的認同	並操作基本竹編編織方法	
第 11 週	1	作品 2	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能熟習竹編教材 並操作基本竹編編織方法	
第 12 週	1	作品 2	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能熟習竹編教材 並操作基本竹編編織方法	
第 13 週	1	作品 3	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織方法並完成指定作品	
第 14 週	1	作品 3	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織方法並完成指定作品	
第 15 週	1	作品 3	1.作品結構	1.能創意思考，體會意涵	學生能操作竹編編織	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.編織方法	2.透過創作增進對自我的認同	方法並完成指定作品	
第 16 週	1	作品 3	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織 方法並完成指定作品	
第 17 週	1	作品 3	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織 方法並完成指定作品	
第 18 週	1	作品 4	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織 方法並完成指定作品	
第 19 週	1	作品 4	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織 方法並完成指定作品	
第 20 週	1	作品 4	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織 方法並完成指定作品	
第 21 週	1	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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		竹編工藝社	實施年級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	2
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		家 Cc-IV-2 生活用品的創意設計與製作，以及個人興趣與能力的覺察。 輔 Dd-IV-3 多元文化社會的互動與關懷。						
課程目標		1.察覺並能表達不同感官的感受，培養對環境的觀察能力。 2.培養嘗試問題解決的能力，並增進創造生活之美的實踐力。						
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 週	1	準備週						
第 2 週	1	課程與環境介紹	1.課程目標 2.作品範例	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能了解課程目標 和學習內容			
第 3 週	1	作品 1	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織 方法並完成指定作品			
第 4 週	1	作品 1	1.作品結構	1.能創意思考，體會意涵	學生能操作竹編編織			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.編織方法	2.透過創作增進對自我的認同	方法並完成指定作品	
第 5 週	1	作品 1	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織 方法並完成指定作品	
第 6 週	1	作品 1	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織 方法並完成指定作品	
第 7 週	1	作品 1	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織 方法並完成指定作品	
第 8 週	1	作品 1	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織 方法並完成指定作品	
第 9 週	1	作品 2	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織 方法並完成指定作品	
第 10 週	1	作品 2	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織 方法並完成指定作品	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 11 週	1	作品 2	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織方法並完成指定作品	
第 12 週	1	作品 2	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織方法並完成指定作品	
第 13 週	1	作品 2	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織方法並完成指定作品	
第 14 週	1	作品 2	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織方法並完成指定作品	
第 15 週	1	作品 2	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織方法並完成指定作品	
第 16 週	1	作品 3	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織方法並完成指定作品	
第 17 週	1	作品 3	1.作品結構	1.能創意思考，體會意涵	學生能操作竹編編織	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.編織方法	2.透過創作增進對自我的認同	方法並完成指定作品	
第 18 週	1	作品 3	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織 方法並完成指定作品	
第 19 週	1	作品 3	1.作品結構 2.編織方法	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能操作竹編編織 方法並完成指定作品	
第 20 週	1	作品欣賞	老師講評與心得分享	透過閱讀美學的薰陶，對生活 建構細膩的思考模式，體現人 生真善美。	學生心得分享	
第 21 週	1	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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	生活客語社	實施年級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	3
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						

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

課程目標		1. 能聽懂並使用基本客語用語，進行日常生活的簡易對話。 2. 能結合圖像、聲音等媒材，進行多元方式的客語學習與簡易創作。 3. 認識客家文化特色與生活方式，尊重並欣賞多元族群文化。				
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 週	1 節	準備週				
第 2 週	1 節	社團介紹與客語自我介紹	介紹社團規則與活動、自我介紹用語練習	了解社團目的，能用客語簡單自我介紹		
第 3 週	1 節	客語基本用語與問候	學習打招呼、早安晚安等基本問候語	掌握基本問候語並能運用於簡單情境	情境對話演練	
第 4 週	1 節	家庭成員稱呼	學習稱呼家中成員及家庭相關詞彙	學會使用客語稱呼家庭成員	詞彙配對與對應練習	
第 5 週	1 節	學校與教室用語	教室內常見物品與基本指令用語	能聽懂並使用教室常見用語	指令回應與物品辨認	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 6 週	1 節	數字與日期	學習 1-100 數字、星期與月份表達方式	熟悉數字與日期的說法	聽力與口說測驗	
第 7 週	1 節	天氣與季節	介紹天氣變化及季節詞彙	能描述天氣與季節變化	圖文配對與口說練習	
第 8 週	1 節	客庄文化介紹	認識客家族群分布與特色文化	認識客家文化背景與生活特色	文化問答與心得分享	
第 9 週	1 節	常見客家美食	介紹常見的客家美食與飲食文化	了解常見客家料理並能簡單描述	圖卡配對與口語描述	
第 10 週	1 節	客語歌謠學唱 (一)	學唱簡單客語童謠或民謠	能跟唱簡單客語歌曲	歌唱錄音與發音評量	
第 11 週	1 節	期中複習與小測驗	複習前半學期內容並進行簡易測驗	複習並鞏固前段課程內容	小測驗 (筆試+口試)	
第 12 週	1 節	交通與出行	學習交通工具名稱與	能運用客語描述交通與	角色扮演互動評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			問路表達	詢問方向		
第 13 週	1 節	購物與金錢用語	學習購物場景對話與 金額表達	掌握購物相關基本用語	模擬購物對話演練	
第 14 週	1 節	節慶與習俗	介紹客家節慶及相關 習俗	了解客家重要節慶與習 俗	節慶問答小組討論	
第 15 週	1 節	客語繪本導讀	閱讀簡單客語繪本並 練習朗讀	提升閱讀理解與朗讀能 力	朗讀與簡答測驗	
第 16 週	1 節	客語歌謠學唱 (二)	進階客語歌謠練習與 歌詞理解	能流暢演唱常見客語歌 謠	歌唱表現與歌詞理解	
第 17 週	1 節	日常對話實作練習	角色扮演實作日常生 活對話	能自然運用客語進行日 常對話	對話演練觀察評量	
第 18 週	1 節	客語戲劇排練	分組練習簡短客語戲 劇	培養團隊合作與表達能 力	分組戲劇演出評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 19 週	1 節	成果發表準備	規劃與排練成果發表活動	準備公開成果展示，展現學習成果	成果展練習表現記錄	
第 20 週	1 節	總結與回饋	回顧學期學習內容並進行心得分享	能反思並表達本學期學習心得	學習單與口頭回饋	
第 21 週	1 節	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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	生活客語社	實施年級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	3
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	1. 能聽懂並使用基本客語用語，進行日常生活的簡易對話。 2. 能結合圖像、聲音等媒材，進行多元方式的客語學習與簡易創作。 3. 認識客家文化特色與生活方式，尊重並欣賞多元族群文化。						
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	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 1 週	1 節	準備週				
第 2 週	1 節	社團介紹與客語自我介紹	介紹社團規則與活動、自我介紹用語練習	了解社團目的，能用客語簡單自我介紹	口語自我介紹練習	
第 3 週	1 節	客語基本用語與問候	學習打招呼、早安晚安等基本問候語	掌握基本問候語並能運用於簡單情境	情境對話演練	
第 4 週	1 節	家庭成員稱呼	學習稱呼家中成員及家庭相關詞彙	學會使用客語稱呼家庭成員	詞彙配對與對應練習	
第 5 週	1 節	學校與教室用語	教室內常見物品與基本指令用語	能聽懂並使用教室常見用語	指令回應與物品辨認	
第 6 週	1 節	社團介紹與客語自我介紹	介紹社團規則與活動、自我介紹用語練習	了解社團目的，能用客語簡單自我介紹	口語自我介紹練習	
第 7 週	1 節	數字與日期	學習 1-100 數字、星期與月份表達方式	熟悉數字與日期的說法	聽力與口說測驗	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 8 週	1 節	天氣與季節	介紹天氣變化及季節詞彙	能描述天氣與季節變化	圖文配對與口說練習	
第 9 週	1 節	客庄文化介紹	認識客家族群分布與特色文化	認識客家文化背景與生活特色	文化問答與心得分享	
第 10 週	1 節	常見客家美食	介紹常見的客家美食與飲食文化	了解常見客家料理並能簡單描述	圖卡配對與口語描述	
第 11 週	1 節	客語歌謠學唱 (一)	學唱簡單客語童謠或民謠	能跟唱簡單客語歌曲	歌唱錄音與發音評量	
第 12 週	1 節	期中複習與小測驗	複習前半學期內容並進行簡易測驗	複習並鞏固前段課程內容	小測驗 (筆試+口試)	
第 13 週	1 節	交通與出行	學習交通工具名稱與問路表達	能運用客語描述交通與詢問方向	角色扮演互動評量	
第 14 週	1 節	購物與金錢用語	學習購物場景對話與金額表達	掌握購物相關基本用語	模擬購物對話演練	
第 15 週	1 節	節慶與習俗	介紹客家節慶及相關習俗	了解客家重要節慶與習俗	節慶問答小組討論	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 16 週	1 節	客語繪本導讀	閱讀簡單客語繪本並練習 朗讀	提升閱讀理解與朗讀能力	朗讀與簡答測驗	
第 17 週	1 節	客語歌謠學唱 (二)	進階客語歌謠練習與歌詞 理解	能流暢演唱常見客語歌謠	歌唱表現與歌詞理解	
第 18 週	1 節	日常對話實作練習	角色扮演實作日常生活對 話	能自然運用客語進行日常對話	對話演練觀察評量	
第 19 週	1 節	客語戲劇排練	分組練習簡短客語戲劇	培養團隊合作與表達能力	分組戲劇演出評量	
第 20 週	1 節	總結與回饋	回顧學期學習內容並進行 心得分享	能反思並表達本學期學習心得	學習單與口頭回饋	
第 21 週	1 節	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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	越語社	實施年級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	4
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)						

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

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		1. 能聽懂並使用基本越語用語，進行日常生活的簡易對話。 2. 能結合圖像、聲音等媒材，進行多元方式的越語學習與簡易創作。 3. 認識越南文化特色與生活方式，尊重並欣賞多元族群文化。				
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 週	1	準備週				
第 2 週	1	社團介紹與越南文化初識	了解越南語社團內容與學習目標	了解越南語學習內容與文化背景	口頭訪談與文化理解紀錄	
第 3 週	1	越南語發音與拼音介紹	學習越南語母音與子音	掌握越南語拼音與聲調	拼音練習檢核	
第 4 週	1	越南語基本問候語	學習打招呼、問好語句	能說出基本問候語	基本問候語表達練習	
第 5 週	1	自我介紹練習	介紹姓名、年齡、國籍	能自我介紹	自我介紹錄音或現場發表	
第 6 週	1	數字與年齡表達	學習 1 到 100 的數字	能說出數字與年齡	數字書寫與口說測驗	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 7 週	1	日期與星期	學習星期、月份表達	能表達日期與時間	小組練習與檢核表	
第 8 週	1	家庭成員稱謂	學習家庭關係用語	能介紹家庭成員	家庭圖卡配對與描述	
第 9 週	1	職業與場所詞彙	學習描述職業與場所	能描述工作與地點	職業詞語配對遊戲	
第 10 週	1	日常動作動詞	學習基本動詞：吃、喝、 去等	能使用日常動作動詞	動詞短句造句活動	
第 11 週	1	顏色與形狀詞	學習常見顏色與形狀	能說出顏色與形狀	顏色遊戲與描述任務	
第 12 週	1	越南食物名稱 (一)	認識越南傳統與常見 料理	認識越南飲食文化	文化小測驗與單字辨識	
第 13 週	1	越南食物名稱 (二)	學習餐廳點餐對話	能進行點餐對話	點餐角色扮演	
第 14 週	1	喜好與興趣表達	表達喜歡或討厭的事 物	能表達個人喜好	喜好表達活動記錄	
第 15 週	1	天氣與季節用語	學習描述天氣變化	能描述天氣情況	氣象預報模擬對話	
第 16 週	1	購物常用語 (一)	學習買賣與詢問價格	能進行基本購物溝通	購物短劇活動	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			用語			
第 17 週	1	購物常用語（二）	模擬購物情境對話	能應對模擬購物情境	會話練習記錄單	
第 18 週	1	中秋節與越南文化	介紹越南中秋節特色 與活動	了解越南中秋節習俗	文化介紹短講或影片欣賞	
第 19 週	1	綜合練習與口語表達	整合語言練習與應用	能整合語言進行口語表達	語言整合口說任務	
第 20 週	1 節	成果準備與練習	準備成果發表內容	能準備並呈現成果	成果準備觀察與回饋單	
第 21 週	1 節	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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	越語社	實施年級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	4
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	4. 能聽懂並使用基本越語用語，進行日常生活的簡易對話。 5. 能結合圖像、聲音等媒材，進行多元方式的越語學習與簡易創作。 6. 認識越南文化特色與生活方式，尊重並欣賞多元族群文化。						
課程架構脈絡							

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

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 週	1	準備週				
第 2 週	1	越南春節文化介紹	認識越南春節風俗與習慣	了解越南春節文化背景	文化問答與影片欣賞	
第 3 週	1	節慶用語學習	學習與節慶相關詞語	掌握與節慶相關詞彙	詞彙卡練習與遊戲	
第 4 週	1	節日問候語與書寫練習	學習節日問候語與書寫方式	能說與寫節慶問候語	節慶賀卡書寫作品	
第 5 週	1	越南傳統服飾與風俗	介紹越南民族服飾與習俗	了解越南傳統服飾與文化特色	服飾介紹小報設計	
第 6 週	1	越南地理與旅遊景點 (一)	了解越南主要城市與觀光景點	能說出越南主要城市與景點	地圖填寫活動與簡報	
第 7 週	1	越南地理與旅遊景點 (二)	介紹世界遺產與著名建築	能介紹越南著名旅遊地點	旅遊導覽口說活動	
第 8 週	1	交通工具詞彙	學習交通工具名稱	能使用交通工具詞語	詞彙配對與短句造句	
第 9 週	1	越南語方向與問路	學習問路與指路表達方式	能進行問路與方向溝通	問路對話練習評量	
第 10 週	1	越南學校生活詞彙	學習學校設施與上課詞彙	掌握校園生活相關詞語	詞語填空與圖示配對	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 11 週	1	越南校園對話練習	模擬校園對話	能進行簡易校園情境對話	校園對話角色扮演	
第 12 週	1	常用感官形容詞 (一)	學習描述味道、聲音、氣味等 形容詞	能描述感官經驗	形容詞分類練習	
第 13 週	1	常用感官形容詞 (二)	描述人或物外貌與感覺	能運用形容詞描述人事物	口語形容活動	
第 14 週	1	越南歌曲欣賞與學唱	欣賞並學唱簡單越南歌曲	能唱出越南歌曲	歌唱表現與創意動作	
第 15 週	1	歌曲詞彙解析與練習	解析歌詞內容並進行應用	能解釋並使用歌詞內容	詞句改寫與應用練習	
第 16 週	1	日常生活情境會話 (一)	學習生活化對話內容	能應用所學進行情境會話	情境對話錄音作業	
第 17 週	1	日常生活情境會話 (二)	進行實際會話練習	能與同儕進行對話練習	對話小組演練	
第 18 週	1	成果海報設計與創作	設計海報呈現所學內容	能製作簡報或海報呈現學習內容	小組海報創作與設計	
第 19 週	1	成果發表練習與排練	模擬發表並修正內容	能清楚表達成果內容	模擬發表錄影與修正	
第 20 週	1	成果發表	正式成果展示	能口頭發表成果	成果展示評量表	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 21 週	1	休業式				
--------	---	-----	--	--	--	--

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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		黏土創作社	實施年 級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	5
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		家 Cc-IV-2 生活用品的創意設計與製作，以及個人興趣與能力的覺察。 輔 Dd-IV-3 多元文化社會的互動與關懷。						
課程目標		(一) 認識手作文化之美。 (二) 瞭解視覺美的形式原理原則、美感教育之核心素養。 (三) 透過手作剪、貼、摺等技巧，融入生活情境與經驗，增強學生對藝術學習的興趣。 (四) 認識手工書文化，拓展其藝術認知領域、眼界並運用在生活中。						
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	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 1 週	1 節	準備週				
第 2 週	1	課程與環境介紹	1.課程目標 2.作品範例	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生了解課程目標及學習內容	
第 3 週	1	作品 1	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 4 週	1	作品 1	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 5 週	1	作品 1	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 6 週	1	作品 1	1.作品結構	1.能創意思考，體會意涵	學生能發揮創意巧思運用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.泥土塑形技巧	2.透過創作增進對自我的認同	用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 7 週	1	作品 1	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運 用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 8 週	1	作品 2	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運 用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 9 週	1	作品 2	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運 用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 10 週	1	作品 2	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運 用教材並實際執行構想	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					最後從完成度評定表現	
第 11 週	1	作品 2	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 12 週	1	作品 2	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 13 週	1	作品 3	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 14 週	1	作品 3	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 15 週	1	作品 3	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 16 週	1	作品 3	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 17 週	1	作品 3	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 18 週	1	作品 4	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 19 週	1	作品 4	1.作品結構	1.能創意思考，體會意涵	學生能發揮創意巧思運用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.泥土塑形技巧	2.透過創作增進對自我的認同	用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 20 週	1	作品 4	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 21 週	1	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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	黏土創作社	實施年級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	5
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	家 Cc-IV-2 生活用品的創意設計與製作，以及個人興趣與能力的覺察。 輔 Dd-IV-3 多元文化社會的互動與關懷。						
課程目標	(一) 認識手作文化之美。 (二) 瞭解視覺美的形式原理原則、美感教育之核心素養。 (三) 透過手作剪、貼、摺等技巧，融入生活情境與經驗，增強學生對藝術學習的興趣。 (四) 認識手工書文化，拓展其藝術認知領域、眼界並運用在生活中。						

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

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 週	1	準備週				
第 2 週	1	課程與環境介紹	1.課程目標 2.作品範例	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能了解課程目標和學習內容	
第 3 週	1	作品 1	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 4 週	1	作品 1	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 5 週	1	作品 1	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教材並實際執行構想	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					最後從完成度評定表現	
第 6 週	1	作品 1	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教 材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 7 週	1	作品 1	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教 材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 8 週	1	作品 1	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教 材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 9 週	1	作品 1	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教 材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 10 週	1	作品 2	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 11 週	1	作品 2	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 12 週	1	作品 2	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 13 週	1	作品 2	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 14 週	1	作品 2	1.作品結構	1.能創意思考，體會意涵	學生能發揮創意巧思運用教	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.泥土塑形技巧	2.透過創作增進對自我的認同	材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 15 週	1	作品 2	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教 材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 16 週	1	作品 2	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教 材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 17 週	1	作品 2	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教 材並實際執行構想 最後從完成度評定表現	
第 18 週	1	作品 2	1.作品結構 2.泥土塑形技巧	1.能創意思考，體會意涵 2.透過創作增進對自我的認同	學生能發揮創意巧思運用教 材並實際執行構想	

					最後從完成度評定表現	
第 19 週	1	作品欣賞	老師講評與心得 分享	透過閱讀美學的薰陶，對生活建構細膩的思考模式，體現人生真善美。	學生心得分享	
第 20 週	1	作品欣賞	老師講評與心得 分享	透過閱讀美學的薰陶，對生活建構細膩的思考模式，體現人生真善美。	學生心得分享	
第 21 週	1	休業式				

社團活動或技藝課程名稱	直笛社	實施年 級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)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□技藝課程)						

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

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-A3 嘗試規劃與執行藝術活動，因應情境需求發揮創意。 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	1. 認識音名、唱名及記譜。認識直笛的歷史及直笛家族。 2. 能透過各種媒介尋找音樂會資訊。 3. 瞭解音樂會聆聽細節 4. 認識節奏。 5. 認識基本拍子與強弱變化。 6. 能熟悉基本指揮法。 7. 透過不同的整合練習，掌握「肢體」、「聲音」、「情緒」等表演元素之間，相加相乘的效果與變化。 8. 培養學生之間的默契，進而增加團體間的互動機會，養成學生間正向的人際關係，建立自信。 9. 認識不同的表演藝術創作型態，從中產生許多新的理解和詮釋方法。 10. 培養學生之間的默契，進而增加團體間的互動機會，養成學生間正向的人際關係，建立自信

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

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 週	1 節	準備週				
第 2 週	1	課程與環境介紹	2. 課程說明 2.樂器演奏方式 3.曲目介紹	能欣賞音樂，體會意涵，透過演奏增進對自我的認同	學生能了解學習的目標及內容。	
第 3 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 4 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					果。	
第 5 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法 及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 6 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法 及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 7 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法 及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 8 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 9 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 10 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 11 週	1	曲目 2	1.樂譜	1.能欣賞音樂，體會意涵	學生能掌握樂器的按法	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.直笛	2.透過演奏增進對自我的認同	及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 12 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 13 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 14 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					段完成指定的演奏成果。	
第 15 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 16 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 17 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					果。	
第 18 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法 及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 19 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法 及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 20 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法 及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	

第 21 週	1	休業式				
--------	---	-----	--	--	--	--

社團活動或技藝課程名稱	黏土創作社	實施年級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)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□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-A3 嘗試規劃與執行藝術活動，因應情境需求發揮創意。 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	1. 認識音名、唱名及記譜。認識直笛的歷史及直笛家族。 2. 能透過各種媒介尋找音樂會資訊。 3. 瞭解音樂會聆聽細節 4. 認識節奏。 5. 認識基本拍子與強弱變化。 6. 能熟悉基本指揮法。						

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			7. 透過不同的整合練習，掌握「肢體」、「聲音」、「情緒」等表演元素之間，相加相乘的效果與變化。			
			8. 培養學生之間的默契，進而增加團體間的互動機會，養成學生間正向的人際關係，建立自信。			
			9. 認識不同的表演藝術創作型態，從中產生許多新的理解和詮釋方法。			
			10.培養學生之間的默契，進而增加團體間的互動機會，養成學生間正向的人際關係，建立自信			
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 週	1	準備週				
第 2 週	1	課程與環境介紹	1.課程目標 2.樂器演奏方式 3.曲目介紹	能欣賞音樂，體會意涵，透過演奏增進對自我的認同	學生能了解學習的目標及內容。	
第 3 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 4 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 5 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 6 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 7 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 8 週	1	曲目 2	1.樂譜	1.能欣賞音樂，體會意涵	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.直笛	2.透過演奏增進對自我的認同	奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 9 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 10 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 11 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 12 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					定的演奏成果。	
第 13 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 14 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 15 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 16 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 17 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 18 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 19 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 20 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.直笛	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	學生能掌握樂器的按法及演奏方法，並能分階段完成指定的演奏成果。	
第 21 週	1	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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、八、九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	7
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		音 1-IV-1 能理解音樂符號並回應指揮，進行歌唱及演奏，展現音樂美感意識。 音 2-IV-1 能使用適當的音樂語彙，賞析各類音樂作品，體會藝術文化之美。						
課程目標		1.能使用樂器 2.能團體演奏曲目						
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 週	1 節	準備週						
第 2 週	1	課程與環境介紹	3. 課程目標 2.樂器演奏方式 3.曲目介紹	能欣賞音樂，體會意涵，透過 演奏增進對自我的認同	演奏成果			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 3 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 4 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 5 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 6 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.木管樂器、銅管	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			樂器、打擊樂器		2.每位學生能自行演奏 完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 7 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					果。	
第 8 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.木管樂器、銅管 樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運 所屬樂器 2.每位學生能自行演奏 完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引 導並融入合奏，完成和 諧性、集體展現演奏成 果。	
第 9 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.木管樂器、銅管 樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運 所屬樂器 2.每位學生能自行演奏 完成指定曲目	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 10 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 11 週	1	曲目 2	1.樂譜	1.能欣賞音樂，體會意涵	1.每位學生能熟悉用運	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.木管樂器、銅管 樂器、打擊樂器	2.透過演奏增進對自我的認同	所屬樂器 2.每位學生能自行演奏 完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引 導並融入合奏，完成和 諧性、集體展現演奏成 果。	
第 12 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.木管樂器、銅管 樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運 所屬樂器 2.每位學生能自行演奏 完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引 導並融入合奏，完成和	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					諧性、集體展現演奏成果。	
第 13 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 14 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 15 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 16 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 17 週	1	曲目 4	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 18 週	1	曲目 4	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 19 週	1	曲目 4	1.樂譜 2.木管樂器、銅管	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			樂器、打擊樂器		2.每位學生能自行演奏 完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 20 週	1	曲目 4	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					諧性、集體展現演奏成果。	
第 21 週	1	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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、八、九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	7
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		音 1-IV-1 能理解音樂符號並回應指揮，進行歌唱及演奏，展現音樂美感意識。 音 2-IV-1 能使用適當的音樂語彙，賞析各類音樂作品，體會藝術文化之美。						
課程目標		1.能使用樂器 2.能團體演奏曲目						
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 週	1	準備週						
第 2 週	1	課程與環境介紹	1.課程目標 2.樂器演奏方	能欣賞音樂，體會意涵，透過演奏 增進對自我的認同				

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			式 3.曲目介紹			
第 3 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 4 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 5 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 6 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			器		指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 7 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 8 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.木管樂器、銅	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			管樂器、打擊樂器		2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 9 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 10 週	1	曲目 2	1.樂譜	1.能欣賞音樂，體會意涵	1.每位學生能熟悉用運所屬	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	2.透過演奏增進對自我的認同	樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 11 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 12 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 13 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					體展現演奏成果。	
第 14 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 15 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 16 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 17 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 18 週	1	曲目 4	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並融入合奏，完成和諧性、集體展現演奏成果。	
第 19 週	1	曲目 4	1.樂譜 2.木管樂器、銅管樂器、打擊樂	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬樂器 2.每位學生能自行演奏完成	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			器		指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並 融入合奏，完成和諧性、集 體展現演奏成果。	
第 20 週	1	曲目 4	1.樂譜 2.木管樂器、銅 管樂器、打擊樂 器	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.每位學生能熟悉用運所屬 樂器 2.每位學生能自行演奏完成 指定曲目 3.學生能理解指揮的引導並 融入合奏，完成和諧性、集 體展現演奏成果。	
第 21 週	1	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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		絲竹社	實施年級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	8
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		音 1-IV-1 能理解音樂符號並回應指揮，進行歌唱及演奏，展現音樂美感意識。 音 2-IV-1 能使用適當的音樂語彙，賞析各類音樂作品，體會藝術文化之美。						
課程目標		(一)透過實施國樂教育陶冶學生品德。 (二)藉由參與國樂合奏培養音樂修養及個人演奏能力。 (三)於校內社團時間訓練器樂及樂團合奏技能。						
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 週	1 節	準備週						
第 2 週	1	課程與環境介紹	4. 課程說明 2. 樂器演奏方式	能欣賞音樂，體會意涵，透過 演奏增進對自我的認同		學生能了解學習的目標 及內容。		

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 3 週	1	樂器結構介紹	認識樂器的結構	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同		
第 4 週	1	樂器結構介紹	認識樂器的結構	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同		
第 5 週	1	樂器結構介紹	認識樂器的結構	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同		
第 6 週	1	樂器結構介紹	認識樂器的結構	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同		
第 7 週	1	國樂簡介 國樂基礎訓練-音階、 節奏、基本練習	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 8 週	1	國樂基礎訓練-樂理、 基本練習	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	
第 9 週	1	國樂基礎訓練-樂理、 基本練習	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	
第 10 週	1	國樂基礎訓練-樂理、 基本練習	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	
第 11 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習	1.能欣賞音樂，體會意涵	演奏實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	2.透過演奏增進對自我的認同		
第 12 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	
第 13 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	
第 14 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			樂理訓練 樂曲合奏			
第 15 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	
第 16 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	
第 17 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習 樂理訓練	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			樂曲合奏			
第 18 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	
第 19 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	
第 20 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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		絲竹社	實施年級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	8
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		音 1-IV-1 能理解音樂符號並回應指揮，進行歌唱及演奏，展現音樂美感意識。 音 2-IV-1 能使用適當的音樂語彙，賞析各類音樂作品，體會藝術文化之美。						
課程目標		(一)透過實施國樂教育陶冶學生品德。 (二)藉由參與國樂合奏培養音樂修養及個人演奏能力。 (三)於校內社團時間訓練器樂及樂團合奏技能。						
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 週	1	準備週						
第 2 週	1	課程與環境介紹	5. 課程說明 2. 樂器演奏方式	能欣賞音樂，體會意涵，透過演奏 增進對自我的認同		學生能了解學習的目標及內容。		
第 3 週	1	樂器結構介紹	認識樂器的結	1.能欣賞音樂，體會意涵				

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			構	2.透過演奏增進對自我的認同		
第 4 週	1	樂器結構介紹	認識樂器的結構	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同		
第 5 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	
第 6 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	
第 7 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			樂理訓練 樂曲合奏			
第 8 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	
第 9 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	
第 10 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習 樂理訓練	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			樂曲合奏			
第 11 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	
第 12 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	
第 13 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 14 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	
第 15 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	
第 16 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	
第 17 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習	1.能欣賞音樂，體會意涵	演奏實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	2.透過演奏增進對自我的認同		
第 18 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	
第 19 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習 樂理訓練 樂曲合奏	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	
第 20 週	1	合奏訓練-國樂曲目等	音階練習 節奏練習	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	演奏實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			樂理訓練 樂曲合奏			
第 21 週	1	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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	民族舞蹈社	實施年 級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	9
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-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。						
課程目標	1.增進身體表達能力 2.加強節奏感 3.身體節奏之融和 4.展現自信						

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

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 週	1 節	準備週				
第 2 週	1	認識舞蹈	1. 舞 蹈 風 格 的 區 別。 2. 拉筋。	勇於展現自己。	觀摩、實作	
第 3 週	1	暖身與肌力訓練	1. 基本暖身動作教 學。 2. 肌力訓練。	能自行帶暖身。	觀摩、實作	
第 4 週	1	協調性	1. 利用節奏來訓練 身體協調性。 2. 拉筋。	開發身體的延展性。	觀摩、實作	
第 5 週	1	基本單一動作 1	1. 腿部訓練	區分前腿、旁腿、後腿。	觀摩、實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.肌力訓練。			
第 6 週	1	基本單一動作 1	1.腿部訓練 2.肌力訓練。	區分前腿、旁腿、後腿。	觀摩、實作	
第 7 週	1	基本單一動作 2	1.腰部訓練。 2.拉筋。	發揮百分之百柔軟度。	觀摩、實作	
第 8 週	1	基本單一動作 3	1.彈跳訓練。 2.肌力訓練。	發揮百分之百彈跳力。	觀摩、實作	
第 9 週	1	基本單一動作 4	1.旋轉訓練。 2.拉筋。	掌握旋轉技巧。	觀摩、實作	
第 10 週	1	空間	1.利用動作元素移動方位。 2.拉筋。	了解方位的區分。	平時態度	
第 11 週	1	組合練習 1	1.基本動作組合。	將動作熟記。	平時態度	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.拉筋。			
第 12 週	1	組合練習 2	1.基本動作組合。 2.肌力訓練。	將動作完成百分之 40。	平時態度	
第 13 週	1	組合練習 3	1.基本動作組合。 2.拉筋。	將動作完成百分之 80。	平時態度	
第 14 週	1	技巧單一動作 1	1.力氣運用。 2.複習基本組合。 3.肌力訓練。	如何控制力量釋放。	平時態度	
第 15 週	1	技巧單一動作 1	1.力氣運用。 2.複習基本組合。 3.肌力訓練。	如何控制力量釋放。	平時態度	
第 16 週	1	技巧單一動作 2	1.技巧訓練。 2.複習基本組合	完成技巧動作。	平時態度	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			3.拉筋。			
第 17 週	1	技巧單一動作 2	1.技巧訓練。 2.複習基本組合 3.拉筋。	完成技巧動作。	平時態度	
第 18 週	1	組合練習 1	1.基本與技巧組合 2.肌力訓練。	將動作完成百分之 50。	平時態度	
第 19 週	1	組合練習 2	1.基本與技巧組合 2.肌力訓練。	將動作完成百分之 90。	平時態度	
第 20 週	1	組合小品呈現	呈現。	將動作完成百分之 100。	分組呈現。	
第 21 週	1	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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	民族舞蹈社	實施年級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	9
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)						

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

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。				
課程目標		1.增進身體表達能力 2.加強節奏感 3.身體節奏之融和 4.展現自信				
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 週	1	準備週				
第 2 週	1	舞感	1.複習動作。 2.肌力訓練	複習身體的舞感。	平時態度	
第 3 週	1	組合練習 1	1.腿部組合 2.拉筋。	掌握表演性。	平時態度	
第 4 週	1	組合練習 2	1.腰部組合。	掌握表演性。	平時態度	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.肌力訓練。			
第 5 週	1	組合練習 3	1.彈跳組合。 2.拉筋。	掌握表演性。	平時態度	
第 6 週	1	組合練習 4	1.腰部組合。 2.肌力訓練。	掌握表演性。	平時態度	
第 7 週	1	組合練習 5	1.彈跳組合。 2.拉筋。	掌握表演性。	平時態度	
第 8 週	1	組合練習 6	1.協調組合(武 舞)。 2.肌力訓練。	掌握表演性。	平時態度	
第 9 週	1	組合練習 7	1.協調組合(文 舞)。 2.拉筋。	掌握表演性。	平時態度	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 10 週	1	組合小考	1.抽考組合。 2.肌力訓練。	基本組合的區分。	分組小考。	
第 11 週	1	劇目編排 1	1.劇目練習。 2.拉筋。	將動作熟記。	平時態度	
第 12 週	1	劇目編排 2	1.劇目練習。 2.肌力訓練。	將動作完成百分之 10。	平時態度	
第 13 週	1	劇目編排 3	1.劇目練習。 2.拉筋。	將動作完成百分之 20。	平時態度	
第 14 週	1	劇目編排 4	1.劇目練習。 2.肌力訓練。	將動作完成百分之 30。	平時態度	
第 15 週	1	劇目編排 5	1.劇目練習。 2.拉筋。	將動作完成百分之 40。	平時態度	
第 16 週	1	劇目編排 6	1.劇目練習。	將動作完成百分之 50。	平時態度	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.肌力訓練。			
第 17 週	1	劇目編排 7	1.劇目練習。 2.拉筋。	將動作完成百分之 60。	平時態度	
第 18 週	1	劇目編排 8	1.劇目練習。 2.肌力訓練。	將動作完成百分之 70。	平時態度	
第 19 週	1	劇目編排 9	1.劇目練習。 2.肌力訓練。	將動作與表情完成百分之 100。	團體呈現。	
第 20 週	1	劇目呈現	呈現。	將動作與表情完成百分之 100。	團體呈現。	
第 21 週	1	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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	書法社	實施年級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)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)						

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

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-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。 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。
課程目標	1. 認識書法藝術與文化價值。 2. 培養書寫技能與審美能力。 3. 發展創作與表達能力。 4. 理解章法與構圖概念。 5. 提升藝術欣賞與批判思考能力。 6. 培養表達與溝通能力。 7. 強化團隊合作與責任感。
課程架構脈絡	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

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 週	1 節	準備週				
第 2 週	1	社團介紹與書法欣賞	認識書法藝術與風格	了解書法的基本概念與價值	口頭發表與欣賞紀錄單	
第 3 週	1	書法用具介紹與正確使用	學習使用毛筆、墨、硯台	能正確使用書法工具	實作觀察與工具使用檢核	
第 4 週	1	基本筆畫練習 (一)	練習點、橫、豎等筆畫	掌握基本筆畫書寫技巧	筆畫臨摹練習評分	
第 5 週	1	基本筆畫練習 (二)	複習並精進基本筆畫	提升筆畫熟練度	筆畫整合作品評分	
第 6 週	1	偏旁部首練習 (一)	學習常見部首及結構	認識常用部首	部首練習作業檢核	
第 7 週	1	偏旁部首練習 (二)	進行部首組字練習	能運用部首組字	組字作業呈現	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 8 週	1	結構組合練習 (一)	學習左右、上下等 組字方式	理解字的基本結構	結構練習成果觀察	
第 9 週	1	結構組合練習 (二)	掌握結構比例與位 置	能書寫出結構正確的字	結構組合作品檢查	
第 10 週	1	字體介紹：楷書 (一)	介紹楷書特色與代 表作品	認識楷書特點	字帖臨摹比對	
第 11 週	1	字體介紹：楷書 (二)	觀摩與臨摹楷書字 帖	能臨摹楷書作品	臨摹準確度評量	
第 12 週	1	楷書臨摹練習	進行楷書練習與修 正	提升臨摹與觀察能力	書寫整潔度與姿勢檢核	
第 13 週	1	創作練習：姓名書寫	書寫自己的名字	能書寫個人姓名	書寫正確與版面整齊	
第 14 週	1	節慶書法：中秋主題	學習中秋節相關詞 語書寫	能應用書法表達節慶主題	主題書寫創作評分	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 15 週	1	創作練習：詩句書寫	挑選詩句進行書法 創作	能以書法書寫詩句	詩句選字與創意書寫	
第 16 週	1	構圖與章法初探	學習排版與構圖技 巧	了解構圖與章法	構圖與章法評分	
第 17 週	1	期中成果整理與展出	整理作品準備展出	能完成書法作品展出	展出作品與小組回饋	
第 18 週	1	節慶書法：重陽主題	書寫重陽節相關詞 語	能表達節日意涵	節慶作品創作評比	
第 19 週	1	自由創作與討論	自由選字進行書法 創作	提升創意書寫能力	創作內容與個人風格表現	
第 20 週	1	成果展準備	製作展出作品與說 明	能組織並呈現作品	展出準備度與合作參與	

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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	書法社	實施年級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	10
-------------	-----	------	-------	------	-----------	------	----

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

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-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-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。 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。				
課程目標		1. 認識書法藝術與文化價值。 2. 培養書寫技能與審美能力。 3. 發展創作與表達能力。 4. 理解章法與構圖概念。 5. 提升藝術欣賞與批判思考能力。 6. 培養表達與溝通能力。 7. 強化團隊合作與責任感。				
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

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 1 週	1	準備週				
第 2 週	1	寒假回顧與分享	分享寒假中與書 法相關經驗	能分享書法相關經驗	分享內容紀錄單	
第 3 週	1	書法作品欣賞與臨摹	欣賞名家作品與 臨摹學習	提升鑑賞與臨摹能力	臨摹作品與書寫觀察	
第 4 週	1	草書簡介與基本筆法	認識草書特點與 寫法	了解草書書寫特性	草書筆法操作檢核	
第 5 週	1	草書臨摹練習 (一)	臨摹草書常用字	能書寫草書常用字	草書臨摹成果評量	
第 6 週	1	草書臨摹練習 (二)	加強草書筆畫與 連筆	精進草書運筆技巧	草書連筆表現評分	
第 7 週	1	行書簡介與基本筆法	介紹行書特色與 結構	認識行書特色	行書基本功觀察	
第 8 週	1	行書臨摹練習 (一)	臨摹行書常用語	能書寫行書詞語	行書臨摹作品檢視	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 9 週	1	行書臨摹練習 (二)	強化行書運筆技 巧	提升行書整體表現	整體表現與風格展現	
第 10 週	1	節慶書法：元宵主題	學習元宵相關語 詞與創作	能結合節慶創作主題	主題書寫創作評分	
第 11 週	1	對聯創作與設計	構思與設計書法 對聯	能設計與書寫對聯	對聯構思與呈現	
第 12 週	1	藝術書法欣賞與創作	欣賞藝術書法創 作形式	欣賞不同風格藝術書法	創意表現與風格觀察	
第 13 週	1	書法與現代設計結合	結合現代圖文設 計書寫	能將書法應用於設計	圖文結合與設計評分	
第 14 週	1	書寫日常詞語創作	創作生活中常用 字詞	能運用書法於生活實用面	作品實用性與整潔度評量	
第 15 週	1	實用書法：祝賀詞練習	練習賀卡與祝賀	能書寫常見祝賀語	書寫內容與場合適切性	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			詞書寫			
第 16 週	1	構圖與章法進階應用	應用章法進行畫面配置	能應用章法完成畫面編排	章法應用與構圖設計	
第 17 週	1	期中創作成果整理	整理作品並互評交流	能完成並整理個人作品	小組互評與個人檢核	
第 18 週	1	節慶書法：端午主題	練習端午主題書法作品	能以書法表達節慶文化	節慶主題創作檢核	
第 19 週	1	成果展前作品完成	完成最終創作作品	完成具創意與主題性的作品	創作完成度與完整性	
第 20 週	1	成果展佈置與演練	展出規劃與實地排演	參與展覽準備與策劃	展覽參與度與合作精神	
第 21 週	1	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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、八、九	教學節數	本學期共(21)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		健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。 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。 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。						
課程目標		1.能養成固定運動的習慣，有計畫地提升體適能與運動技能。 2.能充分實踐運用，進而有效提升身體適能，養成規律運動習慣。						
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 1 週	1 節	準備週						
第 2 週	1	課程與環境介紹	6. 環境簡介	1. 能完成指定動作		學生了解課程目標及學		

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.運動注意事項	2.透過運動增進對自我的認同	習內容	
第 3 週	1	基本動作 1 握拍	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 4 週	1	基本動作 1 握拍	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 5 週	1	基本動作 2 揮拍	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 6 週	1	基本動作 2 揮拍	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 7 週	1	基本動作 2 揮拍	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 8 週	1	基本動作 2 揮拍	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 9 週	1	基本動作 2 揮拍	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 10 週	1	基本動作 3 單腳跳	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 11 週	1	基本動作 3 單腳跳	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 12 週	1	基本動作 4 雙腳跳	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 13 週	1	基本動作 4 雙腳跳	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 14 週	1	基本動作 5 米字型步法-前場	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 15 週	1	基本動作 5	1.基本動作	1.能完成指定動作	示範及實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

		米字型步法-前場	2.分組比賽	2.透過運動增進對自我的認同		
第 16 週	1	基本動作 5 米字型步法-前場	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 17 週	1	基本動作 6 米字型步法-中場	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 18 週	1	基本動作 6 米字型步法-中場	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 19 週	1	小組對抗賽	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 20 週	1	小組對抗賽	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 21 週	1	休業式				

C6-1 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		羽球社	實施年級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)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		健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。 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。 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。						
課程目標		1.能養成固定運動的習慣，有計畫地提升體適能與運動技能。 2.能充分實踐運用，進而有效提升身體適能，養成規律運動習慣。						
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 1 週	1	準備週						
第 2 週	1	課程與環境介紹	1. 環境簡介 2.運動注意事項	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同		學生了解課程目標及學習內容		
第 3 週	1	基本動作 1	1.基本動作	1.能完成指定動作		示範及實作		

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

		米字型法-後場	2.分組比賽	2.透過運動增進對自我的認同		
第 4 週	1	基本動作 1 米字型法-後場	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 5 週	1	基本動作 1 米字型法-後	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 6 週	1	基本動作 2 發球及平擊球技術	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 7 週	1	基本動作 2 發球及平擊球技術	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 8 週	1	基本動作 2 發球及平擊球技術	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 9 週	1	基本動作 3 長球及網前短球技術	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 10 週	1	基本動作 3 長球及網前短球技術	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 11 週	1	基本動作 3 長球及網前短球技術	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 12 週	1	基本動作 4 切墜球、挑球技術	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 13 週	1	基本動作 4 切墜球、挑球技術	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 14 週	1	基本動作 4 切墜球、挑球技術	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 15 週	1	基本動作 5 殺球與接殺球技術	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 16 週	1	基本動作 5	1.基本動作	1.能完成指定動作	示範及實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

		殺球與接殺球技術	2.分組比賽	2.透過運動增進對自我的認同		
第 17 週	1	基本動作 5 殺球與接殺球技術	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 18 週	1	基本動作 6 體能訓練	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 19 週	1	小組對抗賽	1.基本動作 2.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 20 週	1	小組對抗賽	1.基本動作 2.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 21 週	1	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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	八	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	12
-------------	-----	-----	---	------	-----------	------	----

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			級				
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			健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。 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。 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。				
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 1 週	1 節	準備週					
第 2 週	1	課程與環境介紹	1.環境簡介 2.運動注意事項	2. 能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生了解課程目標及學 習內容		

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 3 週	1	基本動作 1	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 4 週	1	基本動作 1	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 5 週	1	基本動作 1	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 6 週	1	基本動作 2	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 7 週	1	基本動作 2	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 8 週	1	基本動作 2	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 9 週	1	基本動作 3	1.基本動作	1.能完成指定動作	示範及實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.分組比賽	2.透過運動增進對自我的認同		
第 10 週	1	基本動作 3	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 11 週	1	基本動作 3	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 12 週	1	基本動作 4	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 13 週	1	基本動作 4	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 14 週	1	基本動作 5	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 15 週	1	基本動作 5	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 16 週	1	基本動作 5	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 17 週	1	基本動作 6	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 18 週	1	基本動作 6	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 19 週	1	小組對抗賽	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 20 週	1	小組對抗賽	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 21 週	1	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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、八、九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	12
-------------	-----	------	-------	------	-----------	------	----

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

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		健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。 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。 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。				
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 1 週	1	準備週				
第 2 週	1	課程與環境介紹	2. 環境簡介 2.運動注意事項	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生了解課程目標及學習內容	
第 3 週	1	基本動作 1	1.基本動作	1.能完成指定動作	示範及實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.分組比賽	2.透過運動增進對自我的認同		
第 4 週	1	基本動作 1	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 5 週	1	基本動作 1	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 6 週	1	基本動作 2	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 7 週	1	基本動作 2	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 8 週	1	基本動作 2	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 9 週	1	基本動作 3	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 10 週	1	基本動作 3	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 11 週	1	基本動作 3	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 12 週	1	基本動作 4	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 13 週	1	基本動作 4	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 14 週	1	基本動作 4	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 15 週	1	基本動作 5	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 16 週	1	基本動作 5	1.基本動作	1.能完成指定動作	示範及實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.分組比賽	2.透過運動增進對自我的認同		
第 17 週	1	基本動作 5	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 18 週	1	基本動作 6	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	示範及實作	
第 19 週	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 20 週	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 21 週	1	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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	太鼓社	實施年級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)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)						

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

總綱或領綱核心素養		音 1-IV-1 能理解音樂符號並回應指揮，進行歌唱及演奏，展現音樂美感意識。 音 2-IV-1 能使用適當的音樂語彙，賞析各類音樂作品，體會藝術文化之美。				
課程目標		1.能使用樂器 2.能團體演奏曲目				
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 週	1 節	準備週				
第 2 週	1	課程與環境介紹	7. 課程計畫 2.樂器演奏方式 3.曲目介紹	能欣賞音樂，體會意涵，透過演奏增進對自我的認同	學生了解課程目標及學習內容	
第 3 週	1	曲目 1	1. 樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.學生能了解鼓棒的握法及所配置鼓型演奏方	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					式 2.學生能團體演出中展現節奏性及合群性	
第 4 週	1	曲目 1	1. 樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.學生能了解鼓棒的握法及所配置鼓型演奏方式 2.學生能團體演出中展現節奏性及合群性	
第 5 週	1	曲目 1	1. 樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.學生能了解鼓棒的握法及所配置鼓型演奏方式 2.學生能團體演出中展現節奏性及合群性	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 6 週	1	曲目 1	1. 樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.學生能了解鼓棒的握法及所配置鼓型演奏方式 2.學生能團體演出中展現節奏性及合群性	
第 7 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.學生能了解鼓棒的握法及所配置鼓型演奏方式 2.學生能團體演出中展現節奏性及合群性	
第 8 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.學生能了解鼓棒的握法及所配置鼓型演奏方式	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					2.學生能團體演出中展現節奏性及合群性	
第 9 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.學生能了解鼓棒的握法及所配置鼓型演奏方式 2.學生能團體演出中展現節奏性及合群性	
第 10 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.學生能了解鼓棒的握法及所配置鼓型演奏方式 2.學生能團體演出中展現節奏性及合群性	
第 11 週	1	曲目 2	1.樂譜	1.能欣賞音樂，體會意涵	1.學生能了解鼓棒的握	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.各類太鼓	2.透過演奏增進對自我的認同	法及所配置鼓型演奏方式 2.學生能團體演出中展現節奏性及合群性	
第 12 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.學生能了解鼓棒的握法及所配置鼓型演奏方式 2.學生能團體演出中展現節奏性及合群性	
第 13 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.學生能了解鼓棒的握法及所配置鼓型演奏方式 2.學生能團體演出中展	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					現節奏性及合群性	
第 14 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.學生能了解鼓棒的握法及所配置鼓型演奏方式 2.學生能團體演出中展現節奏性及合群性	
第 15 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.學生能了解鼓棒的握法及所配置鼓型演奏方式 2.學生能團體演出中展現節奏性及合群性	
第 16 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.學生能了解鼓棒的握法及所配置鼓型演奏方	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					式 2.學生能團體演出中展現節奏性及合群性	
第 17 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.學生能了解鼓棒的握法及所配置鼓型演奏方式 2.學生能團體演出中展現節奏性及合群性	
第 18 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.學生能了解鼓棒的握法及所配置鼓型演奏方式 2.學生能團體演出中展現節奏性及合群性	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 19 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.學生能了解鼓棒的握法及所配置鼓型演奏方式 2.學生能團體演出中展現節奏性及合群性	
第 20 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	1.學生能了解鼓棒的握法及所配置鼓型演奏方式 2.學生能團體演出中展現節奏性及合群性	
第 21 週	1	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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	太鼓社	實施年級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	13
-------------	-----	------	-------	------	-----------	------	----

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

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		音 1-IV-1 能理解音樂符號並回應指揮，進行歌唱及演奏，展現音樂美感意識。 音 2-IV-1 能使用適當的音樂語彙，賞析各類音樂作品，體會藝術文化之美。				
課程目標		1.能使用樂器 2.能團體演奏曲目				
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 週	1	準備週				
第 2 週	1	課程與環境介紹	1.課程目標 2.樂器演奏方式 3.曲目介紹	能欣賞音樂，體會意涵，透過演奏增進對自我的認同	學生了解課程目標及學習內容	
第 3 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	示範及實作	
第 4 週	1	曲目 1	1.樂譜	1.能欣賞音樂，體會意涵	示範及實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.各類太鼓	2.透過演奏增進對自我的認同		
第 5 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	示範及實作	
第 6 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	示範及實作	
第 7 週	1	曲目 1	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	示範及實作	
第 8 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	示範及實作	
第 9 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	示範及實作	
第 10 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	示範及實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 11 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	示範及實作	
第 12 週	1	曲目 2	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	示範及實作	
第 13 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	示範及實作	
第 14 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	示範及實作	
第 15 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	示範及實作	
第 16 週	1	曲目 3	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	示範及實作	
第 17 週	1	曲目 4	1.樂譜	1.能欣賞音樂，體會意涵	示範及實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.各類太鼓	2.透過演奏增進對自我的認同		
第 18 週	1	曲目 4	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	示範及實作	
第 19 週	1	曲目 4	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	示範及實作	
第 20 週	1	曲目 4	1.樂譜 2.各類太鼓	1.能欣賞音樂，體會意涵 2.透過演奏增進對自我的認同	示範及實作	
第 21 週	1	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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、八、九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	14
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-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-A3 運用國語文能力吸收新知，並訂定計畫、自主學習，發揮創新精神，增進個人的應變能力。 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。						

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

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 1 週	1	準備週				
第 2 週	1	規則講解	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 。	實作評量、學習及態度 等情意評量	
第 3 週	1	規則講解	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 。	實作評量、學習及態度 等情意評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 4 週	1	基本動作演練	高低手動作介紹	1.了解並練習高低手動作之技巧。 2.能做出高低手動作之動作。	實作評量、學習及態度 等情意評量	
第 5 週	1	基本動作演練	高低手動作介紹	1.了解並練習高低手動作之技巧。 2.能做出高低手動作之動作。	實作評量、學習及態度 等情意評量	
第 6 週	1	基本動作演練	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。	實作評量、學習及態度 等情意評量	
第 7 週	1	基本動作演練	低手傳、接球	1.了解並練習低手傳、接	實作評量、學習及態度	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				球之技巧。 2.能做出低手傳、接球之動作。	等情意評量	
第 8 週	1	基本動作演練	低手傳、接球(移位)	1.了解並練習低手傳、接球(移位)之技巧。 2.能做出低手傳、接球(移位)之動作。	實作評量、學習及態度 等情意評量	
第 9 週	1	基本動作演練	高手傳、接球	1.了解並練習高手傳、接球之技巧。 2.能做出高手傳、接球之動作。	實作評量、學習及態度 等情 意評量	
第 10 週	1	基本動作演練	高手傳、接球(移位)	1.了解並練習高手傳、接球(移位)之技巧。	實作評量、學習及態度 等情意評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				2.能做出高手傳、接球(移位)之動作。		
第 11 週	1	基本動作演練	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。	實作評量、學習及態度 等情意評量	
第 12 週	1	基本動作演練	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。	實作評量、學習及態度 等情意評量	
第 13 週	1	基本動作演練	接發球(定點)	1.了解並練習接發球(定點)之技巧。 2.能做出接發球(定點)	實作評量、學習及態度 等情意評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				之動作。		
第 14 週	1	基本動作演練	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。	實作評量、學習及態度 等情意評量	
第 15 週	1	排球進階動作	扣球	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。	實作評量、學習及態度 等情意評量	
第 16 週	1	排球進階動作	接扣球(定點)	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。	實作評量、學習及態度 等情意評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 17 週	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。	實作評量、學習及態度 等情意評量	
第 18 週	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	實作評量、學習及態度 等情意評量	
第 19 週	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	實作評量、學習及態度 等情意評量	
第 20 週	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賽當中。	實作評量、學習及態度 等情意評量	

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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、八、九	教學節數	本學期共(21)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		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。 J-A3 運用國語文能力吸收新知，並訂定計畫、自主學習，發揮創新精神，增進個人的應變能力。 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.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 1 週	1	準備週						
第 2 週	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	實作評量、學習及態 度等情意評量			
第 3 週	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	實作評量、學習及態 度等情意評量			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 4 週	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賽當中	實作評量、學習及態度等情意評量	
第 5 週	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賽當中	實作評量、學習及態度等情意評量	
第 6 週	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賽當中	實作評量、學習及態度等情意評量	
第 7 週	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賽當中	實作評量、學習及態度等情意評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				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	度等情意評量	
第 8 週	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 用於排球比賽當中	實作評量、學習及態 度等情意評量	
第 9 週	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 用於排球比賽當中	實作評量、學習及態 度等情意評量	
第 10 週	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	實作評量、學習及態 度等情意評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				所學之排球技巧與動作流暢應 用於排球比賽當中		
第 11 週	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賽當中	實作評量、學習及態度等情意評量	
第 12 週	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賽當中	實作評量、學習及態度等情意評量	
第 13 週	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	實作評量、學習及態度等情意評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				用於排球比賽當中		
第 14 週	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賽當中	實作評量、學習及態度等情意評量	
第 15 週	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賽當中	實作評量、學習及態度等情意評量	
第 16 週	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賽當中	實作評量、學習及態度等情意評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 17 週	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賽當中	實作評量、學習及態度等情意評量	
第 18 週	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賽當中	實作評量、學習及態度等情意評量	
第 19 週	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賽當中	實作評量、學習及態度等情意評量	
第 20 週	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賽當中	實作評量、學習及態度等情意評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				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	度等情意評量	
第 21 週	1	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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		舉重社	實施年級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)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		Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。 Fa-IV-1 自我認同概念建立與自我實現。						
課程目標		能養成固定運動的習慣，有計畫地提升體適能與運動技能。 能充分實踐運用，進而有效提升身體適能，養成規律運動習慣。						
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 1 週	1	準備週						

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 2 週	1	課程與環境介紹	1. 環境簡介 2.運動注意事項	1. 能完成指定動作 透過運動增進對自我的認同	學生了解課程目標及學習內容	
第 3 週	1	基本動作 1	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 4 週	1	基本動作 1	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 5 週	1	基本動作 1	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 6 週	1	基本動作 1	1.基本動作	1.能完成指定動作	學生理解舉重基本練習	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.分組比賽	2.透過運動增進對自我的認同	並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 7 週	1	基本動作 2	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 8 週	1	基本動作 2	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 9 週	1	基本動作 3	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 10 週	1	基本動作 3	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				的認同	個人漸進式訓練。	
第 11 週	1	基本動作 3	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成 個人漸進式訓練。	
第 12 週	1	基本動作 4	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成 個人漸進式訓練。	
第 13 週	1	基本動作 4	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成 個人漸進式訓練。	
第 14 週	1	基本動作 5	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成 個人漸進式訓練。	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 15 週	1	基本動作 5	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成 個人漸進式訓練。	
第 16 週	1	基本動作 5	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成 個人漸進式訓練。	
第 17 週	1	基本動作 6	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成 個人漸進式訓練。	
第 18 週	1	基本動作 6	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成 個人漸進式訓練。	
第 19 週	1	成果展現	1.基本動作	1.能完成指定動作	學生理解舉重基本練習	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.分組比賽	2.透過運動增進對自我的認同	並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 20 週	1	成果展現	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 21 週	1	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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		舉重社	實施年級	七、八、九	教學節數	本學期共(21)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		Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。 Fa-IV-1 自我認同概念建立與自我實現。						
課程目標		能養成固定運動的習慣，有計畫地提升體適能與運動技能。 能充分實踐運用，進而有效提升身體適能，養成規律運動習慣。						
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

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 1 週	1	準備週				
第 2 週	1	課程與環境介紹	1.環境簡介 2.運動注意事項	1.能完成指定動作 透過運動增進對自我的認同	學生了解課程目標及 學習內容	
第 3 週	1	基本動作 1	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 4 週	1	基本動作 1	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 5 週	1	基本動作 1	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 6 週	1	基本動作 2	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 7 週	1	基本動作 2	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 8 週	1	基本動作 2	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					成個人漸進式訓練。	
第 9 週	1	基本動作 3	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 10 週	1	基本動作 3	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 11 週	1	基本動作 3	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 12 週	1	基本動作 4	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 13 週	1	基本動作 4	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 14 週	1	基本動作 4	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 15 週	1	基本動作 5	1.基本動作	1.能完成指定動作	學生理解舉重基本練習	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			2.分組比賽	2.透過運動增進對自我的認同	習 並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 16 週	1	基本動作 5	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 17 週	1	基本動作 5	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 18 週	1	基本動作 6	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 19 週	1	基本動作 6	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 20 週	1	成果展現	1.基本動作 2.分組比賽	1.能完成指定動作 2.透過運動增進對自我的認同	學生理解舉重基本練習 並能在教練指導下完成個人漸進式訓練。	
第 21 週	1	休業式				

C6-1 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			跆拳道社	實施年級	七.八.九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	16
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			藉由跆拳道訓練提升兒童心肺功能，培養長期運動健身觀念，促進身體健康強化自我自信之崇禮、尚義、服從、忍耐之跆拳道武道精神。						
課程目標			跆拳道不僅能強身健體，目的就在於通過對身心的雙重修煉，促進體格和人格的完善。						
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 週	1 節	準備週							
第 2 週	1	體能/綜合體能訓練	一、準備動作 1.平行預備動作 二、步法基本動作 1.馬步基本動作 2.弓步基本動作 3.前行步基本動作	1.能學會跆拳道步法之基本動作。 2.能學會跆拳道正拳 拳頭之基本握法。			示範及實作		

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 3 週	1	體能/綜合體能 訓練	一、準備動作 1.平行預備動作 二、步法基本動作 1.馬步基本動作 2.弓步基本動作 3.前行步基本動作	1.能學會跆拳道步法之基本動作。 2.能學會跆拳道正拳 拳頭之基本握法。	示範及實作	
第 4 週	1	體能/綜合體能 訓練	一、正拳拳頭基本握法 二、馬步+正拳基本動作 1.左右拳打法 2.三拳 (上、中、下)基本打法	能學會跆拳道之基 本步法結合拳 法之應用。	示範及實作	
第 5 週	1	體能/綜合體能 訓練	一、正拳拳頭基本握法 二、馬步+正拳基本動作 1.左右拳打法 2.三拳 (上、中、下)基本打法	能學會跆拳道之基 本步法結合拳 法之應用。	示範及實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 6 週	1	體能/綜合體能 訓練	一、正拳拳頭基本握法 二、馬步+正拳基本動作 1.左右拳打法 2.三拳 (上、中、下)基本打法	能學會跆拳道之基 本步法結合拳 法之應用。	示範及實作	
第 7 週	1	技術/組合技術 訓練	一、踢擊預備動作 二、基本踢擊動作 1.前抬腳 2.前踢 3.旋踢 三、基本防預手法 1.下防 2.中防 3.上防 四、基本動作組合踢擊	1.能學會跆拳道踢擊預備之動作。 2.能學會跆拳道基本踢擊之動作。	示範及實作	
第 8 週	1	技術/組合技術 訓練	一、踢擊預備動作 二、基本踢擊動作 1.前抬腳 2.前踢 3.旋踢	1.能學會跆拳道踢擊預備之動作。 2.能學會跆拳道基本踢擊之動作。	示範及實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			三、基本防預手法 1.下防 2.中防 3.上防 四、基本動作組合踢擊			
第 9 週	1	技術/組合技術 訓練	一、踢擊預備動作 二、基本踢擊動作 1.前抬腳 2.前踢 3.旋踢 三、基本防預手法 1.下防 2.中防 3.上防 四、基本動作組合踢擊	1.能學會跆拳道踢擊預備之動作。 2.能學會跆拳道基本踢擊之動作。	示範及實作	
第 10 週	1	技術/組合技術 訓練	一、踢擊預備動作 二、基本踢擊動作 1.前抬腳 2.前踢 3.旋踢 三、基本防預手法	1.能學會跆拳道踢擊預備之動作。 2.能學會跆拳道基本踢擊之動作。	示範及實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			1.下防 2.中防 3.上防 四、基本動作組合踢擊			
第 11 週	1	技術/組合技術 訓練	一、跆拳道歷史	了解跆拳道歷史的演變	能說出跆拳道的歷史。	
第 12 週	1	技術/組合技術 訓練	二、踢擊預備動作	1.能學會跆拳道基本手法 2.能應用跆拳道基本動作自由組合搭配。	1.能作出踢擊預備動作及基本踢擊動作。2.能作出基本防預之手法。	
第 13 週	1	戰術/實戰戰術 訓練	三、基本踢擊動作 1.前抬腳 2.前踢 3.旋踢 5	1.能學會跆拳道基本手法 2.能應用跆拳道基本動作自由組合搭配。	1.能作出踢擊預備動作及基本踢擊動作。2.能作出基本防預之手法。	
第 14 週	1	戰術/實戰戰術	三、基本踢擊動作 1.前	1.能學會跆拳道基本手法 2.能應用跆拳道	1.能作出踢擊預備	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

		訓練	抬腳 2.前踢 3.旋踢 5	拳基本動作自由組合搭配。	動作及基本踢擊動作。 2.能作出基本防預之手法。	
第 15 週	1	戰術/實戰戰術 訓練	四、基本防預手法 1.下防 2.中防 3.上防 五、基本動作組合踢擊	1.能學會跆拳道基本手法 2.能應用跆拳道基本動作自由組合搭配。	1.能作出踢擊預備動作及基本踢擊動作。 2.能作出基本防預之手法。	
第 16 週	1	戰術/實戰戰術 訓練	四、基本防預手法 1.下防 2.中防 3.上防 五、基本動作組合踢擊	1.能學會跆拳道基本手法 2.能應用跆拳道基本動作自由組合搭配。	1.能作出踢擊預備動作及基本踢擊動作。 2.能作出基本防預之手法。	
第 17 週	1	心理/選手心理 訓練	一、基本動作組合踢擊 1.旋踢+旋踢 2.旋踢+下	能了解跆拳道晉級之方法。	能說出跆拳道晉級方法。	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			壓 3.下壓+旋踢 二、踢 靶踢擊(單腳) 1.前踢 2.旋 踢			
第 18 週	1	心理/選手心理 訓練	一、基本動作組合踢擊 1.旋踢+旋踢 2.旋踢+下 壓 3.下壓+旋踢 二、踢 靶踢擊(單腳) 1.前踢 2.旋 踢 5	1.能應用基本動作相 互組合搭配 踢擊。 2.能學會踢擊踢靶	1.能作出踢擊預備 動作及基本踢擊動 作。2.能作出基本 防預之手法。	
第 19 週	1	心理/選手心理 訓練	比賽影片觀賞	能專注的觀賞跆拳道比賽影片。	能提問跆拳道比賽相 關問題	
第 20 週	1	心理/選手心理 訓練	總評量(測驗)	能了解自己的學習成效，並加以改 進。	能提問跆拳道比賽相 關問題	
第 21 週	1	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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		跆拳道社	實施年級	七.八.九	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	16
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		藉由跆拳道訓練提升兒童心肺功能，培養長期運動健身觀念，促進身體健康強化自我自信之崇禮、尚義、服從、忍耐之跆拳道武道精神。						
課程目標		跆拳道不僅能強身健體，目的就在於通過對身心的雙重修煉，促進體格和人格的完善。						
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 週	1	準備週						
第 2 週	1	體能/綜合體能訓練	一、準備動作 1. 平行預備動作 二、步法基本動作 1.馬步基本動作 2. 弓步基本動作 3.前行步基本動作	1.能學會跆拳道步法之基本動作。2.能學會跆拳道正拳拳頭之基本握法。		1.能作出跆拳道基本步法、手法之動作。2.能結合跆拳道基本步法、手法之動作		
第 3 週	1	體能/綜合體能訓練	一、準備動作 1.平行預備動作	1.能學會跆拳道步法之基本動作。2.能學會跆拳道正拳拳頭		1.能作出跆拳道基本步法、手法之動作。2.能結合跆拳道		

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			二、步法基本動作 1.馬步基本動作 2. 弓步基本動作 3.前 行步基本動作	之基本握法。	基本步法、手法之動作	
第 4 週	1	體能/綜合體能訓練	一、正拳拳頭基本握法 二、馬步+正拳基本動作 1.左右拳打法 2.三拳(上、中、下)基本打法	能學會跆拳道之基本步法結合拳法之應用。	1.能作出跆拳道基本步法、手法之動作。2.能結合跆拳道基本步法、手法之動作	
第 5 週	1	體能/綜合體能訓練	一、正拳拳頭基本握法 二、馬步+正拳基本動作 1.左右拳打	能學會跆拳道之基本步法結合拳法之應用。	1. 能作出跆拳道基本步法、手法之動作。 2. 能結合跆拳道基本步法、手法之動作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			法 2.三拳(上、中、下)基本打法			
第 6 週	1	技術/組合技術訓練	一、踢擊預備動作 二、基本踢擊動作 1.前抬腳 2.前踢 3.旋踢 三、基本防預手法 1.下防 2.中防 3.上防 四、基本動作 組合踢擊	1.能學會跆拳道踢擊預備之動作。 2.能學會跆拳道基本踢擊之動作。	示範及實作	
第 7 週	1	技術/組合技術訓練	一、跆拳道之歷史 二、踢擊預備動作 三、基本踢擊動作	1.能學會跆拳道踢擊預備之動作。 2.能學會跆拳道基本踢擊之動作。	示範及實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			1.前抬腳 2.前踢 3.旋踢 5 四、基本防預手法 1.下防 2.中防 3.上防 五、基本動作組合踢擊			
第 8 週	1	技術/組合技術訓練	一、跆拳道之歷史 二、踢擊預備動作 三、基本踢擊動作 1.前抬腳 2.前踢 3.旋踢 5 四、基本防預手法 1.下防 2.中防 3.上防 五、基本動作組合踢擊	1.能學會跆拳道踢擊預備之動作。2.能學會跆拳道基本踢擊之動作。	示範及實作	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 9 週	1	技術/組合技術訓練	一、跆拳道歷史	了解跆拳道歷史的演變	能說出跆拳道歷史。	
第 10 週	1	技術/組合技術訓練	二、踢擊預備動作	1.能學會跆拳道基本手法 2.能應用跆拳道基本動作自由組合搭配。	1.能作出踢擊預備動作及基本踢擊動作。2.能作出基本防預之手法。	
第 11 週	1	戰術/實戰戰術訓練	三、基本踢擊動作 1.前抬腳 2.前踢 3.旋踢 5	1.能學會跆拳道基本手法 2.能應用跆拳道基本動作自由組合搭配。	1.能作出踢擊預備動作及基本踢擊動作。2.能作出基本防預之手法。	
第 12 週	1	戰術/實戰戰術訓練	三、基本踢擊動作 1.前抬腳 2.前踢 3.旋踢 5	1.能學會跆拳道基本手法 2.能應用跆拳道基本動作自由組合搭配。	1.能作出踢擊預備動作及基本踢擊動作。2.能作出基本防預之手法。	
第 13 週	1	戰術/實戰戰術訓練	四、基本防預手法 1.下防 2.中防 3.上防 五、基本動作	1.能學會跆拳道基本手法 2.能應用跆拳道基本動作自由組合搭配。	1.能作出踢擊預備動作及基本踢擊動作。2.能作出基本防預之手法。	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			組合踢擊			
第 14 週	1	戰術/實戰戰術訓練	四、基本防預手法 1.下防 2.中防 3.上防 五、基本動作 組合踢擊	1.能學會跆拳道基本手法 2.能應用跆拳道基本動作自由組合搭配。	1.能作出踢擊預備動作及基本踢擊動作。2.能作出基本防預之手法。	
第 15 週	1	戰術/實戰戰術訓練	跆拳道比賽裝備介紹。	能認識跆拳道比賽裝備。	能說出跆拳道比賽裝備。	
第 16 週	1	心理/選手心理訓練	一、基本動作組合 踢擊 1.旋踢+旋踢 2.旋踢+下壓 3.下壓+旋踢 二、踢靶 踢擊(單腳) 1.前踢 2.旋踢	能了解跆拳道晉級之方法。	能說出跆拳道晉級方法。	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 17 週	1	心理/選手心理訓練	一、基本動作組合 踢擊 1.旋踢+旋踢 2.旋踢+下壓 3.下壓+旋踢 二、踢靶 踢擊(單腳) 1.前踢 2.旋踢 5	1.能應用基本動作相互組合搭配踢擊。2.能學會踢擊踢靶	1.能踢出跆拳道基本動作組合之踢擊。2.能使用踢擊踢靶。	
第 18 週	1	心理/選手心理訓練	一、基本動作組合 踢擊 1.旋踢+旋踢 2.旋踢+下壓 3.下壓+旋踢 二、踢靶 踢擊(單腳) 1.前踢 2.旋踢 5	1.能應用基本動作相互組合搭配踢擊。2.能學會踢擊踢靶	1.能踢出跆拳道基本動作組合之踢擊。2.能使用踢擊踢靶。	
第 19 週	1	心理/選手心理訓練	比賽影片觀賞	能專注的觀賞跆拳道比賽影片。	能提問跆拳道比賽相關問題	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 20 週	1	心理/選手心理訓練	總評量(測驗)	能了解自己的學習成效，並加以改進。	能提問跆拳道比賽相關問題	
第 21 週	1	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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		武術社	實施年級	七.八.九	教學節數	本學期共(21)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		具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探索生命意義，並不斷自我精進，追求至善。 具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。						
課程目標		1.提升體能訓練 2.培養武術基本認知及興趣 3.增強身心靈的素質 4.強調品德、修養、防身等價值觀						
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		備註

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

					式)	
第 1 週	1 節	準備週				
第 2 週	1	武術介紹	武德觀念基本認知	長拳是我國武術歷史中，影響深遠的一種武術門派，也是北派武術的代表指標，本門的淵源溯至當年南京中央國術館的一代名宿韓慶堂大師，由於在台授徒眾多，影響鉅大，練武熱潮日益興盛，其後更由當年具有“韓門五虎”美稱的沈茂惠、唐克杰、姜長根、王建緒、孟憲明等名師承先啟後更加發揚光大，奠定了長拳門厚實的基礎。未曾學藝先學禮，未曾習武先習德。為本門的教學宗旨。 武術在現代除了是一種中華民俗藝術的表現外，更是一種讓能身心靈達到快樂健康的運動。	講解	
第 3 週	1	步法基本功	馬步、弓步、仆步、獨立步練習	介紹基本步法:弓步、馬步、仆步、獨立步，並實際帶領學生練習。	講解、動作演練	
第 4 週	1	步法基本功	虛步、歇步練習 馬步、弓步、仆步、獨立步練習	介紹基本步法:弓步、馬步、仆步、獨立步、虛步、歇步，並實際	講解、動作演練	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			立步複習	帶領學生練習。		
第 5 週	1	拳法基本功訓練	拳、掌、勾、劍指、虎爪練習	介紹基本拳法:拳、掌、勾、劍指、虎爪，並實際帶領學生練習。 拳法講求「沉肩墜肘」，出手時，肩關節鬆活下沉，才能順利的送力，而且使出手穩定，達到兩力相增相成的效果。而且手肘關節尖與地面垂直向地，則自然就能關起手肘，使出手成一直線，手法才會正確，運用勁力才能控制自如。	講解、動作演練	
第 6 週	1	拳法基本功訓練	拳、掌、勾、劍指、虎爪練習	介紹基本拳法:拳、掌、勾、劍指、虎爪，並實際帶領學生練習。 拳法講求「沉肩墜肘」，出手時，	講解、動作演練	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				肩關節鬆活下沉，才能順利的送力，而且使出手穩定，達到兩力相增相成的效果。而且手肘關節尖與地面垂直向地，則自然就能關起手肘，使出手成一直線，手法才會正確，運用勁力才能控制自如。		
第 7 週	1	拳法步法基本功綜合訓練	彈腿 1、2 段動作講解及演練	彈腿 1、2 段動作講解及演練	講解、動作演練	
第 8 週	1	拳法步法基本功綜合訓練	彈腿 3、4 段動作講解及演練	彈腿 3、4 段動作講解及演練	講解、動作演練	
第 9 週	1	拳法步法基本功綜合訓練	彈腿 1~5 段動作講解及演練	彈腿 1~5 段動作講解及演練	講解、動作演練	
第 10 週	1	拳法步法基本功綜合訓練	彈腿 6、7 段動作講解及演練	彈腿 6、7 段動作講解及演練	講解、動作演練	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

		功綜合訓練	演練			
第 11 週	1	拳法步法基本 功綜合訓練	彈腿 8 段動作講解及演 練	彈腿 8 段動作講解及演練	講解、動作演練	
第 12 週	1	期中測驗	彈腿 1~8 段動作測驗、 腹肌、背肌、核心肌群 測試	彈腿 1~8 段動作測驗，及身體素 質測試	彈腿 1~8 段動作測 驗，及身體素質測 試	
第 13 週	1	旗藝	揮旗、網花、撩花	基本旗法	講解、動作演練	
第 14 週	1	節目編排	綜合以上訓練內容，實 際編排表演節目	綜合以上訓練內容，實際編排表演 節目	講解、動作演練	
第 15 週	1	節目編排	綜合以上訓練內容，實 際編排表演節目	綜合以上訓練內容，實際編排表演 節目	講解、動作演練	
第 16 週	1	節目編排	綜合以上訓練內容，實 際編排表演節目	綜合以上訓練內容，實際編排表演 節目	講解、動作演練	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 17 週	1	聯歡會暨社團 發表				
第 18 週	1	武術基本腿法 介紹及綜合練習	正踢、外擺、內擺、彈 踢、蹬腿，及綜合運 用。	學習基本腿法: 正踢、外擺、內擺、 彈踢、蹬腿，及綜合運用。 步法、腿法講求「抵腰貼胯」。即 是緊扣腰馬，運用腰勁。步法變換 及出腿踢腿亦須注意貼胯，低襠護 襠，運用腰勁，使腿法送力順利而 穩定。	講解、動作演練	
第 19 週	1	武術基本腿法 介紹及綜合練習	正踢、外擺、內擺、彈 踢、蹬腿，及綜合運 用。	學習基本腿法: 正踢、外擺、內擺、 彈踢、蹬腿，及綜合運用。 步法、腿法講求「抵腰貼胯」。即 是緊扣腰馬，運用腰勁。步法變換	講解、動作演練	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				及出腿踢腿亦須注意貼胯，低襠護襠，運用腰勁，使腿法送力順利而穩定。		
第 20 週	1	期末測驗	基本腿法動作測驗、腹肌、背肌、核心肌群測試	基本腿法動作測驗，及身體素質測試	基本腿法動作測驗，及身體素質測試	
第 21 週	1	休業式				

臺南市公立關廟區關廟國民中學 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	武術社	實施年級	七.八.九	教學節數	本學期共(21)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	具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。 具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。						
課程目標	1. 增強身心靈的素質 2. 培養武術基本認知及興趣 3. 強調品德、修養、防身等價值觀 4. 提升體能訓練						
課程架構脈絡							

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

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 週	1	準備週				
第 2 週	1	武術步法複習	馬步、弓步、仆步、虛步、歇步、獨立步複習	講解、動作演練	講解、動作演練	
第 3 週	1	武術拳法複習	拳、掌、勾、劍指、虎爪複習	講解、動作演練	講解、動作演練	
第 4 週	1	武術基本腿法複習	正踢、外擺、內擺、彈踢、蹬腿，及綜合運用。	講解、動作演練	講解、動作演練	
第 5 週	1	旗藝複習	揮旗、網花、撩花、雙撩花、蝴蝶撩花、背花、組合訓練	基本旗法及組合訓練	講解、動作演練	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 6 週	1	旗藝複習	揮旗、網花、撩 花、雙撩花、蝴蝶 撩花、背花、組合 訓練	基本旗法及組合訓練	講解、動作演練	
第 7 週	1	第一次身體素質測驗	腹肌、背肌、核心 肌群測試	身體素質測試	身體素質測試	
第 8 週	1	拳法步法基本功綜合 複習	彈腿 1~5 段動作講 解及演練	彈腿 1~5 段動作講解及演練	講解、動作演練	
第 9 週	1	拳法步法基本功綜合 複習	彈腿 1~5 段動作講 解及演練	彈腿 1~5 段動作講解及演練	講解、動作演練	
第 10 週	1	拳法步法基本功綜合 複習	彈腿 5~10 段動作 講解及演練	彈腿 5~10 段動作講解及演練	講解、動作演練	
第 11 週	1	拳法步法基本功綜合	彈腿 5~10 段動作	彈腿 5~10 段動作講解及演練	講解、動作演練	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

		複習	講解及演練			
第 12 週	1	拳法步法基本功綜合 複習	彈腿 1~10 段動作 講解及演練	彈腿 1~10 段動作講解及演練	講解、動作演練	
第 13 週	1	期中測驗(彈腿比賽)	彈腿 10 段動作測試	彈腿 10 段動作測試	彈腿 10 段動作測試	
第 14 週	1	雙節棍訓練	雙節棍攻擊式、網 花、撩花、雙撩 花、蝴蝶撩花學習 及複習	雙節棍法訓練	講解、動作演練	
第 15 週	1	雙節棍訓練	雙節棍攻擊式、網 花、撩花、雙撩 花、蝴蝶撩花學習 及複習	雙節棍法及組合訓練	講解、動作演練	
第 16 週	1	雙節棍訓練	雙節棍攻擊式、網	雙節棍法及組合訓練	講解、動作演練	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			花、撩花、雙撩 花、蝴蝶撩花、背 花、過背、換把、 組合訓練			
第 17 週	1	雙節棍訓練	雙節棍攻擊式、網 花、撩花、雙撩 花、蝴蝶撩花、背 花、過背、換把、 組合訓練	雙節棍法及組合訓練	講解、動作演練	
第 18 週	1	雙節棍訓練	雙節棍攻擊式、網 花、撩花、雙撩 花、蝴蝶撩花、背 花、過背、換把、	雙節棍法及組合訓練	講解、動作演練	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			組合訓練			
第 19 週	1	雙節棍訓練	雙節棍攻擊式、網 花、撩花、雙撩 花、蝴蝶撩花、背 花、過背、換把、 組合訓練	雙節棍法及組合訓練	講解、動作演練	
第 20 週	1	期末測驗	雙節棍攻擊式、網 花、撩花、雙撩 花、蝴蝶撩花、背 花、過背、換把、 測驗	雙節棍法及組合測驗	雙節棍法及組合測驗	
第 21 週	1	休業式				

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)