

臺南市公立白河區玉豐國民小學 115 學年度第一學期五、六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	武術	38	是 ☒ 否 ☐	☒ 每週【 2 】節 ☐ 隔週【 】節
2	舞龍	36	是 ☒ 否 ☐	☒ 每週【 2 】節 ☐ 隔週【 】節
3			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
4			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節

◎如行列太多或不足，請自行增刪。

◎上列全部社團請如實一一撰寫社團個別之 C6-1 彈性學習課程計畫。

◎實施如有跨年級實施也請敘明，實施週次如有與其他類課程對開也請於最右一欄如實說明。

臺南市公立白河區玉豐國民小學 115 學年度第一學期五、六年級彈性學習課程計畫-社團活動與技藝課程

社團活動或技藝課程 名稱	武術	實施年級	5、6	教學節數	本學期共(40)節	
彈性學習課程規範	2. ☒ 社團活動與技藝課程(☒ 社團活動 ☐ 技藝課程)					
總綱或領綱核心素養	E-B3 具備藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，培養生活環境中的美感體驗。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。 E-C3 具備理解與關心本土與國際事務的素養，並認識與包容文化的多元性。					
課程目標	(一)經由傳統武術的學習，激發學生對傳統武藝的興趣。 (二)熟練武術技術動作要領，鍛練全身筋骨素質；培養由技入道的肢體訓練與心性修練。 (三)瞭解武術是修身、養性、健身及防身之身心並修運動，促進個人全面健康，同時建立生涯運動習慣。					
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(新課綱版-社團與技藝類)

第 1～3 週	6	基本步型訓練	1. 五步拳-弓 2. 五步拳-馬 3. 五步拳-仆 4. 五步拳-虛 5. 五步拳-歇	1. 能學會五步拳-弓 2. 能學會五步拳-馬 3. 能學會五步拳-仆 4. 能學會五步拳-虛 5. 能學會五步拳-歇	1. 實作評量 2. 態度評量	
第 4～5 週	4	步法練習	1. 馬步 2. 前立弓步 3. 後立坐步 4. 撲步	1. 能學會馬步 2. 能學會前立弓步 3. 能學會後立坐步 4. 能學會撲步	1. 實作評量 2. 態度評量	
第 6～9 週	8	空手技法（一）	1. 正拳 2. 上擋 3. 外擋 4. 內擋 5. 下擋 6. 擺擋 7. 手刀擋 8. 肘擊 9. 面打 10. 彈手	1. 能學會正拳 2. 能學會上擋 3. 能學會外擋 4. 能學會內擋 5. 能學會下擋 6. 能學會擺擋 7. 能學會手刀擋 8. 能學會肘擊 9. 能學會面打 10. 能學會彈手	1. 實作評量 2. 態度評量	
第 10～13 週	8	空手技法（二）	1. 正拳二次擊 2. 正拳三次擊 3. 上擋面打兩次擊 4. 內擋彈手兩次擊 5. 外擋肘擊面打 6. 手刀擋手刀砍 7. 下擋面打兩次擊 8. 擺擋橫槌兩次擊	1. 能學會正拳二次擊 2. 能學會正拳三次擊 3. 能學會上擋面打兩次擊 4. 能學會內擋彈手兩次擊 5. 能學會外擋肘擊面打 6. 能學會手刀擋手刀	1. 實作評量 2. 態度評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

				砍 7. 能學會下擋面打兩次擊 8. 能學會擺擋橫槌兩次擊		
第 14~17 週	8	腿擊技法	1. 抬腳彈腿 2. 前踢 3. 側踢 4. 迴旋踢	1. 能學會抬腳彈腿 2. 能學會前踢 3. 能學會側踢 4. 能學會迴旋踢	1. 實作評量 2. 態度評量	
第 18~20 週	6	羅漢單打 總複習	1. 羅漢單打 10 式	1. 能學會羅漢單打並於朝會演示	1. 實作評量 2. 態度評量 3. 朝會演示	
第 21 週	0	期末評量				

◎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，9/30 前補齊。

臺南市公立白河區玉豐國民小學 115 學年度第二學期五、六年級彈性學習課程計畫-社團活動與技藝課程

社團活動或技藝課程名稱	舞龍	實施年級	5.6	教學節數	本學期共(40)節	
彈性學習課程規範	2. ☒ 社團活動與技藝課程(☒ 社團活動 ☐ 技藝課程)					
總綱或領綱核心素養	E-B3 具備藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展， 培養生活環境中的美感體驗。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。 藝-E-A1 參與藝術活動，探索生活美感。					
課程目標	一、發揚民俗體育，提倡正當休閒活動，鍛鍊強健的體魄。 二、延續舞龍優良傳統民俗技藝，將藝術文化豐饒、厚植我年輕學子心靈。 三、推動鄉土文化教學，維護我中華傳統民俗，培養孩子愛鄉、愛家情懷。					
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 1～3 週	6	十八羅漢鼓(一)	1. 十八羅漢鼓介紹 2. 十八羅漢鼓背譜	1. 知道十八羅漢鼓的基本內容 2. 能將十八羅漢鼓的譜背熟	分組練習、實作評量	
第 4～5 週	4	十八羅漢鼓(二)	1. 十八羅漢鼓動作教學 2. 十八羅漢鼓分部教學	1. 學會十八羅漢鼓動作 2. 學會十八羅漢鼓分部	分組練習、實作評量	
第 6～9 週	8	十八羅漢鼓(三)	1. 十八羅漢鼓演奏強弱訓練 2. 十八羅漢鼓演奏訓練	1. 能演奏出十八羅漢鼓的強弱 2. 能完整演奏十八羅漢鼓	分組練習、實作評量	
第 10～14 週	10	迎賓鼓(一)	1. 迎賓鼓齊奏 2. 迎賓鼓分部	1. 學會迎賓鼓齊奏 2. 學會迎賓鼓分部	分組練習、實作評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版-社團與技藝類)

第 15～19 週	10	迎賓鼓(二)	1. 迎賓鼓背譜 2. 迎賓鼓動作教學 迎賓鼓演奏	1. 能將迎賓鼓的譜背熟 2. 能學會迎賓鼓的動作 3. 能完成迎賓鼓演奏	分組練習、實作評量	
第 20～21 週	2	期末評量	期末評量	期末評量	1. 實作評量 2. 態度評量	

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎備註可加註說明各社團以年段或班群實施現況、議題融入或教材設計說明，無則免填。