

臺南市公立歸仁區歸仁國民中學一一五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	棒球隊	21	是 ☒ 否 ☐	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
2	桌球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
3	足球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
4	絲竹樂	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
5	合唱團	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
6	直笛隊	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
7	舞蹈表演	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
8	童軍社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
9	龍獅隊	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
10	布袋球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
11	書法社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
12	街舞社	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)

13	吉他社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
14	校刊編輯社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
15	籃球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
16	羽球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
17	紙黏土社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
18	EQ 養成社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
19	桌遊社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
20	魔術社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
21	ELTA 社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節

臺南市公立歸仁區歸仁國民中學一一五學年度第二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	棒球隊	21	是 ☒ 否 ☐	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
2	桌球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
3	足球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
4	絲竹樂	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
5	合唱團	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
6	直笛隊	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
7	舞蹈表演	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
8	童軍社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
9	龍獅隊	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
10	布袋球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
11	書法社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
12	街舞社	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)

13	吉他社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
14	校刊編輯社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
15	籃球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
16	羽球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
17	紙黏土社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
18	EQ 養成社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
19	桌遊社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
20	魔術社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節
21	ELTA 社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【1】節 ☐ 隔週【 】節

臺南市歸仁國民中學 115 學年度第一學期七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		棒球隊	實施年級	七年級	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		具備良好的身心發展技能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 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		1.學習瞭解棒球基本技能與規則，體驗棒球比賽及促進個人體適能。 2.享受棒球運動的樂趣，並培養規律的運動興趣。						
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 1 週	1	瞭解棒球規則	上課講解.實際操練	瞭解棒球比賽的規則與知識	瞭解棒球規則			
第 2 週	1	傳接球基本動作練習	個人接球和傳球的基本動作練習	運用腳步的移動配合腰部旋轉跟手部擺臂動作 將球傳到目標	兩人一組距離 10m~30m 傳接球來回 30 球			
第 3 週	1	傳接球基本動作練習	個人接球和傳球的基本動作練習	運用腳步的移動配合腰部旋轉跟手部擺臂動作 將球傳到目標	兩人一組距離 10m~30m 傳接球來回 30 球			
第 4 週	1	傳接球基本動作練習	個人接球和傳球的基本動作練習	運用腳步的移動配合腰部旋轉跟手部擺臂動作 將球傳到目標	兩人一組距離 10m~30m 傳接球來回 30 球			
第 5 週	1	傳接球基本動作練習	個人接球和傳球的基本動作練習	運用腳步的移動配合腰部旋轉跟手部擺臂動作 將球傳到目標	兩人一組距離 10m~30m 傳接球來回 30 球			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 6 週	1	內外野手基本動作練習	腳步的移動接球、腳步的移動傳球基本動作練習	運用移動腳步到定點接球，接球後腳步的移動傳球。	內野手在內野區域接傳練習，外野手在外野區域接傳練習。	
第 7 週	1	內外野手基本動作練習	腳步的移動接球、腳步的移動傳球基本動作練習	運用移動腳步到定點接球，接球後腳步的移動傳球。	內野手在內野區域接傳練習，外野手在外野區域接傳練習。	
第 8 週	1	內外野手基本動作練習	腳步的移動接球、腳步的移動傳球基本動作練習	運用移動腳步到定點接球，接球後腳步的移動傳球。	內野手在內野區域接傳練習，外野手在外野區域接傳練習。	
第 9 週	1	內外野手基本動作練習	腳步的移動接球、腳步的移動傳球基本動作練習	運用移動腳步到定點接球，接球後腳步的移動傳球。	內野手在內野區域接傳練習，外野手在外野區域接傳練習。	
第 10 週	1	打擊基本動作練習	練習運用腳、腰、手部的旋轉基本動作練習	固定式打擊、打 T 網、15M 的距離打擊練習。	固定式打擊 2 人一組、打 T 網 2 人一組、15M 的距離 2 人一組，每組 15 球。	
第 11 週	1	打擊基本動作練習	練習運用腳、腰、手部的旋轉基本動作練習	固定式打擊、打 T 網、15M 的距離打擊練習。	固定式打擊 2 人一組、打 T 網 2 人一組、15M 的距離 2 人一組，每組 15 球。	
第 12 週	1	打擊基本動作練習	練習運用腳、腰、手部的旋轉基本動作練習	固定式打擊、打 T 網、15M 的距離打擊練習。	固定式打擊 2 人一組、打 T 網 2 人一組、15M 的距離 2 人一組，每組 15 球。	
第 13 週	1	打擊基本動作練習	練習運用腳、腰、手部的旋轉基本動作練習	固定式打擊、打 T 網、15M 的距離打擊練習。	固定式打擊 2 人一組、打 T 網 2 人一組、15M	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			習		的距離 2 人一組，每組 15 球。	
第 14 週	1	訓練守備補位練習	訓練擊球後的內外守備移動補位練習	訓練內外野手移動補位練習。	運用模擬比賽訓練補位練習。	
第 15 週	1	訓練守備補位練習	訓練擊球後的內外守備移動補位練習	訓練內外野手移動補位練習。	運用模擬比賽訓練補位練習。	
第 16 週	1	跑壘練習	練習跑壘與離壘的基本動作與觀念	訓練學員正確的跑壘和離壘動作與觀念。	分 4 組，分別在 4 個壘包上練習跑壘和離壘動作。	
第 17 週	1	跑壘練習	練習跑壘與離壘的基本動作與觀念	訓練學員正確的跑壘和離壘動作與觀念。	分 4 組，分別在 4 個壘包上練習跑壘和離壘動作。	
第 18 週	1	分組比賽	練習模擬比賽練習	訓練整體攻、守、跑練習。	分 2 組整體比賽練習。	
第 19 週	1	分組比賽	練習模擬比賽練習	訓練整體攻、守、跑練習。	分 2 組整體比賽練習。	
第 20 週	1	分組比賽	練習模擬比賽練習	訓練整體攻、守、跑練習。	分 2 組整體比賽練習。	
第 21 週	1	分組比賽	練習模擬比賽練習	訓練整體攻、守、跑練習。	分 2 組整體比賽練習。	

臺南市歸仁國民中學 115 學年度第二學期七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		棒球隊	實施年級	七年級	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		具備良好的身心發展技能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 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		1.學習瞭解棒球基本技能與規則，體驗棒球比賽及促進個人體適能。 2.享受棒球運動的樂趣，並培養規律的運動興趣。						
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 1 週	1	瞭解棒球規則	上課講解.實際操練	瞭解棒球比賽的規則與知識	瞭解棒球規則			
第 2 週	1	傳接球基本動作練習	個人接球和傳球的基本動作練習	運用腳步的移動配合腰部旋轉跟手部擺臂動作 將球傳到目標	兩人一組距離 10m~30m 傳接球來回 30 球			
第 3 週	1	傳接球基本動作練習	個人接球和傳球的基本動作練習	運用腳步的移動配合腰部旋轉跟手部擺臂動作 將球傳到目標	兩人一組距離 10m~30m 傳接球來回 30 球			
第 4 週	1	傳接球基本動作練習	個人接球和傳球的基本動作練習	運用腳步的移動配合腰部旋轉跟手部擺臂動作 將球傳到目標	兩人一組距離 10m~30m 傳接球來回 30 球			
第 5 週	1	傳接球基本動作練習	個人接球和傳球的基本動作練習	運用腳步的移動配合腰部旋轉跟手部擺臂動作 將球傳到目標	兩人一組距離 10m~30m 傳接球來回 30 球			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 6 週	1	內外野手基本動作練習	腳步的移動接球、腳步的移動傳球基本動作練習	運用移動腳步到定點接球，接球後腳步的移動傳球。	內野手在內野區域接傳練習，外野手在外野區域接傳練習。	
第 7 週	1	內外野手基本動作練習	腳步的移動接球、腳步的移動傳球基本動作練習	運用移動腳步到定點接球，接球後腳步的移動傳球。	內野手在內野區域接傳練習，外野手在外野區域接傳練習。	
第 8 週	1	內外野手基本動作練習	腳步的移動接球、腳步的移動傳球基本動作練習	運用移動腳步到定點接球，接球後腳步的移動傳球。	內野手在內野區域接傳練習，外野手在外野區域接傳練習。	
第 9 週	1	內外野手基本動作練習	腳步的移動接球、腳步的移動傳球基本動作練習	運用移動腳步到定點接球，接球後腳步的移動傳球。	內野手在內野區域接傳練習，外野手在外野區域接傳練習。	
第 10 週	1	打擊基本動作練習	練習運用腳、腰、手部的旋轉基本動作練習	固定式打擊、打 T 網、15M 的距離打擊練習。	固定式打擊 2 人一組、打 T 網 2 人一組、15M 的距離 2 人一組，每組 15 球。	
第 11 週	1	打擊基本動作練習	練習運用腳、腰、手部的旋轉基本動作練習	固定式打擊、打 T 網、15M 的距離打擊練習。	固定式打擊 2 人一組、打 T 網 2 人一組、15M 的距離 2 人一組，每組 15 球。	
第 12 週	1	打擊基本動作練習	練習運用腳、腰、手部的旋轉基本動作練習	固定式打擊、打 T 網、15M 的距離打擊練習。	固定式打擊 2 人一組、打 T 網 2 人一組、15M 的距離 2 人一組，每組 15 球。	
第 13 週	1	打擊基本動作練習	練習運用腳、腰、手部的旋轉基本動作練習	固定式打擊、打 T 網、15M 的距離打擊練習。	固定式打擊 2 人一組、打 T 網 2 人一組、15M	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			習		的距離 2 人一組，每組 15 球。	
第 14 週	1	訓練守備補位練習	訓練擊球後的內外守備移動補位練習	訓練內外野手移動補位練習。	運用模擬比賽訓練補位練習。	
第 15 週	1	訓練守備補位練習	訓練擊球後的內外守備移動補位練習	訓練內外野手移動補位練習。	運用模擬比賽訓練補位練習。	
第 16 週	1	跑壘練習	練習跑壘與離壘的基本動作與觀念	訓練學員正確的跑壘和離壘動作與觀念。	分 4 組，分別在 4 個壘包上練習跑壘和離壘動作。	
第 17 週	1	跑壘練習	練習跑壘與離壘的基本動作與觀念	訓練學員正確的跑壘和離壘動作與觀念。	分 4 組，分別在 4 個壘包上練習跑壘和離壘動作。	
第 18 週	1	分組比賽	練習模擬比賽練習	訓練整體攻、守、跑練習。	分 2 組整體比賽練習。	
第 19 週	1	分組比賽	練習模擬比賽練習	訓練整體攻、守、跑練習。	分 2 組整體比賽練習。	
第 20 週	1	分組比賽	練習模擬比賽練習	訓練整體攻、守、跑練習。	分 2 組整體比賽練習。	
第 21 週	1	分組比賽	練習模擬比賽練習	訓練整體攻、守、跑練習。	分 2 組整體比賽練習。	

臺南市歸仁國民中學 115 學年度第一學期七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		桌球社	實施年級	七年級	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		J-A1 具備良好的身心發展知能與態度						
課程目標		養成規律運動的習慣						
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 1-2 週	2	桌球	球感練習+擊球預備動作(認識桌球器材)	1.增進手眼協調能力。 2.了解桌球的運動方式。 3.學會桌球運動的基本技巧。 4.培養努力不懈的精神和毅力。 5.養成規律運動的習慣。	1.觀察 2.實作及表現			
第 3-4 週	2	桌球	正手發平球(桌球規則講解-發球&對打)	1.增進手眼協調能力。 2.了解桌球的運動方式。 3.學會桌球運動的基本技巧。 4.培養努力不懈的精神和毅力。 5.養成規律運動的習慣。	1.觀察 2.實作及表現			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 5-6 週	2	桌球	反手拍	1.增進手眼協調能力。 2.了解桌球的運動方式。 3.學會桌球運動的基本技巧。 4.培養努力不懈的精神和毅力。 5.養成規律運動的習慣。	1.觀察 2.實作及表現	
第 7-8 週	2	桌球	正手拍	1.增進手眼協調能力。 2.了解桌球的運動方式。 3.學會桌球運動的基本技巧。 4.培養努力不懈的精神和毅力。 5.養成規律運動的習慣。	1.觀察 2.實作及表現	
第 9-10 週	2	桌球	正反手切球發球+反手切球	1.增進手眼協調能力。 2.了解桌球的運動方式。 3.學會桌球運動的基本技巧。 4.培養努力不懈的精神和毅力。 5.養成規律運動的習慣。	1.觀察 2.實作及表現	
第 11-12 週	2	桌球	反手切球	1.增進手眼協調能力。 2.了解桌球的運動方式。 3.學會桌球運動的基本技巧。 4.培養努力不懈的精神	1.觀察 2.實作及表現	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				和毅力。 5.養成規律運動的習慣。		
第 13-14 週	2	桌球	綜合練習	1.增進手眼協調能力。 2.了解桌球的運動方式。 3.學會桌球運動的基本技巧。 4.培養努力不懈的精神和毅力。 5.養成規律運動的習慣。	1.觀察 2.實作及表現	
第 15-16 週	2	桌球	綜合練習	1.增進手眼協調能力。 2.了解桌球的運動方式。 3.學會桌球運動的基本技巧。 4.培養努力不懈的精神和毅力。 5.養成規律運動的習慣。	1.觀察 2.實作及表現	
第 17-18 週	2	桌球	單打比賽	1.增進手眼協調能力。 2.了解桌球的運動方式。 3.學會桌球運動的基本技巧。 4.培養努力不懈的精神和毅力。 5.養成規律運動的習慣。	1.觀察 2.實作及表現	
第 19-21 週	3	桌球	雙打比賽	1.增進手眼協調能力。 2.了解桌球的運動方式。 3.學會桌球運動的基本	1.觀察 2.實作及表現	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				技巧。 4.培養努力不懈的精神和毅力。 5.養成規律運動的習慣。		
--	--	--	--	--	--	--

臺南市歸仁國民中學 115 學年度第二學期七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	桌球社	實施年級	七年級	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	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度						
課程目標	養成規律運動的習慣						
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 1-2 週	2	桌球	球感練習+擊球預備動作(認識桌球器材)	1.增進手眼協調能力。 2.了解桌球的運動方式。 3.學會桌球運動的基本技巧。 4.培養努力不懈的精神和毅力。 5.養成規律運動的習慣。	1.觀察 2.實作及表現		

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 3-4 週	2	桌球	正手發平球(桌球規則講解-發球&對打)	1.增進手眼協調能力。 2.了解桌球的運動方式。 3.學會桌球運動的基本技巧。 4.培養努力不懈的精神和毅力。 5.養成規律運動的習慣。	1.觀察 2.實作及表現	
第 5-6 週	2	桌球	反手拍	1.增進手眼協調能力。 2.了解桌球的運動方式。 3.學會桌球運動的基本技巧。 4.培養努力不懈的精神和毅力。 5.養成規律運動的習慣。	1.觀察 2.實作及表現	
第 7-8 週	2	桌球	正手拍	1.增進手眼協調能力。 2.了解桌球的運動方式。 3.學會桌球運動的基本技巧。 4.培養努力不懈的精神和毅力。 5.養成規律運動的習慣。	1.觀察 2.實作及表現	
第 9-10 週	2	桌球	正反手切球發球+反手切球	1.增進手眼協調能力。 2.了解桌球的運動方式。 3.學會桌球運動的基本技巧。 4.培養努力不懈的精神	1.觀察 2.實作及表現	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				和毅力。 5.養成規律運動的習慣。		
第 11-12 週	2	桌球	反手切球	1.增進手眼協調能力。 2.了解桌球的運動方式。 3.學會桌球運動的基本技巧。 4.培養努力不懈的精神和毅力。 5.養成規律運動的習慣。	1.觀察 2.實作及表現	
第 13-14 週	2	桌球	綜合練習	1.增進手眼協調能力。 2.了解桌球的運動方式。 3.學會桌球運動的基本技巧。 4.培養努力不懈的精神和毅力。 5.養成規律運動的習慣。	1.觀察 2.實作及表現	
第 15-16 週	2	桌球	綜合練習	1.增進手眼協調能力。 2.了解桌球的運動方式。 3.學會桌球運動的基本技巧。 4.培養努力不懈的精神和毅力。 5.養成規律運動的習慣。	1.觀察 2.實作及表現	
第 17-18 週	2	桌球	單打比賽	1.增進手眼協調能力。 2.了解桌球的運動方式。 3.學會桌球運動的基本	1.觀察 2.實作及表現	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				技巧。 4.培養努力不懈的精神和毅力。 5.養成規律運動的習慣。		
第 19-21 週	3	桌球	雙打比賽	1.增進手眼協調能力。 2.了解桌球的運動方式。 3.學會桌球運動的基本技巧。 4.培養努力不懈的精神和毅力。 5.養成規律運動的習慣。	1.觀察 2.實作及表現	

臺南市歸仁國民中學 115 學年度第一學期七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		足球社	實施年級	七年級	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		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。 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		1.學習足球基本技能，體驗足球比賽及促進健康體適能。 2.享受足球運動的樂趣，並養成規律運動習慣。						
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	了解足球規則	1.上課講解 2.實際操練	1.能了解足球規則 2.能了解身體各部位都能傳接球除了手以外	是否了解規則			
第 2 週	1	基本動作練習	1.內、外側、腳背傳接球	1.能準確使用腳內側部位將球傳到目標	兩人一組距離 15m，各部位傳接球左右腳各 20 下			
第 3 週	1	基本動作練習	1.內、外側、腳背傳接球	1.能準確使用腳外側部位將球傳到目標。	兩人一組距離 15m，各部位傳接球左右腳各 20 下			
第 4 週	1	基本動作練習	1.內、外側、腳背傳接球	1.能準確使用腳背部位將球傳到目標。	兩人一組距離 15m，各部位傳接球左右腳各 20 下。			
第 5 週	1	基本動作練習	1.頭頂傳球	1.能準確使用頭部位將球傳到目標。	兩人一組距離 15m，頭部位傳球各 20 下			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 6 週	1	基本動作練習	1.內側停球	能準確使用腳內側部位將來球停在範圍內。	在 15M 的距離，內側停球方式將球停在規定範圍內。	
第 7 週	1	基本動作練習	1.外側停球	能準確使用腳外側部位將來球停在範圍內。	在 15M 的距離外側停球方式將球停在規定範圍內。	
第 8 週	1	基本動作練習	1.大腿停球	能準確使用大腿部位將來球停在範圍內。	在 15M 的距離大腿停球方式將球停在規定範圍內。	
第 9 週	1	基本動作練習	1.綜合部位停球	能夠依來球的位置來決定停球部位，並能將球停在範圍內。	在 15M 的距離依來球位置選擇控球部位，並停在規定範圍內。	
第 10 週	1	基本動作練習	1.直線盤運球	能夠用很好的力道控制球，並加速。	在規定時間內完成直線盤運球來回。	
第 11 週	1	基本動作練習	1.S 型盤運球	能夠用很好的力道控制球，並加速。	在規定時間內完成 S 型盤運球來回。	
第 12 週	1	基本動作練習	1.盤運球及假動作	能夠帶球中做出假身、假腳的假動作。	在盤運球來回時帶入假動作。	
第 13 週	1	基本動作練習	1.盤運球過人	能夠利用假動作加上速度變化過人。	在盤運球來回時帶入假動作過人。	
第 14 週	1	基本動作練習	1.移動中的射門	在移動中能準確將球射入球門。	在 20m 距離中將移動中的球射進球門。	
第 15 週	1	基本動作練習	1.停球後的射門	依來球的位置來決定停球部位，並射入球門。	在 20m 距離中將隊友發出的球停球後並射進球門。	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 16 週	1	基本動作練習	1.頭頂射門	以頭頂方式射門，並頂入球門。	在 8m 距離中以頭頂球的方式將球射進球門。	
第 17 週	1	基本動作練習	1.定點射門	有守門員的狀況下將球射在球門兩側。	PK 大戰的方式將球射進。	
第 18 週	1	比賽	1.攻擊方向攻守，傳接球配合小組配合及團隊戰術	能夠將個人所習得技術使用於比賽中。	於比賽中得分	
第 19 週	1	比賽	1.攻擊方向攻守，傳接球配合小組配合及團隊戰術	能夠將個人所習得技術使用於比賽中。	於比賽中得分	
第 20 週	1	比賽	1.攻擊方向攻守，傳接球配合小組配合及團隊戰術	能夠將個人所習得技術使用於比賽中。	於比賽中得分	
第 21 週	1	比賽	1.攻擊方向攻守，傳接球配合小組配合及團隊戰術	能夠將個人所習得技術使用於比賽中。	於比賽中得分	

臺南市歸仁國民中學 115 學年度第二學期七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		足球社	實施年級	七年級	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		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。 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		1.學習足球基本技能，體驗足球比賽及促進健康體適能。 2.享受足球運動的樂趣，並養成規律運動習慣。						
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	課程介紹與雙腳踏球	利用腳底踏球方式控制球	能準確使用腳底部位踏球前後左右	在 15M 的距離腳底踏球來回左右			
第 2 週	1	雙腳內側互碰控球	利用雙腳內側部位互碰方式控制球	能準確使用雙腳內側部位互碰前後左右	在 15M 的距離雙腳內側互碰來回左右			
第 3 週	1	小組傳球	撞牆式傳球	能準確使用腳內外側部位將球傳到目標	在 30M 的距離依規定方式將球傳到目標			
第 4 週	1	小組傳球	疊瓦式傳球	能準確使用腳內外側部位將球傳到目標	在 30M 的距離依規定方式將球傳到目標			
第 5 週	1	小組傳球	交叉式傳球	能準確使用腳內外側部位將球傳到目標	在 30M 的距離依規定方式將球傳到目標			
第 6 週	1	小組傳球	斜跑式傳球	能準確使用腳內外側部位將球傳到目標	在 30M 的距離依規定方式將球傳到目標			
第 7 週	1	小組傳球	交叉式盤球	能準確使用腳內外側部位將球盤到目標交換	在 30M 的距離依規定方式將球盤到目標交換			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 8 週	1	小組傳球	轟天雷	1. 能準確使用內外側部位 2. 將球踢高過隊友的頭部並轉身停球	在 30M 的距離，依規定方式將球踢高過隊友頭部後，轉身停球在規定範圍內	
第 9 週	1	協調性訓練	腳步互換移動	能夠雙腳靈活變換	在 15M 的距離雙腳靈活變換	
第 10 週	1	協調性訓練	腳步互換移動	能夠雙腳靈活變換	在 15M 的距離雙腳靈活變換	
第 11 週	1	協調性訓練	腳步互換移動	能夠雙腳靈活變換	在 15M 的距離雙腳靈活變換	
第 12 週	1	協調性訓練	腳步互換移動	能夠雙腳靈活變換	在 15M 的距離雙腳靈活變換	
第 13 週	1	協調性訓練	腳步互換移動	能夠雙腳靈活變換	在 15M 的距離雙腳靈活變換	
第 14 週	1	協調性訓練	腳步互換移動	能夠雙腳靈活變換	在 15M 的距離雙腳靈活變換	
第 15 週	1	個人一對一防守	1.腳步互換移動 2.封鎖角度慢慢向前搶球 3.阻止敵人向前突破	阻止敵人向前突破	在規定距離範圍中一對一攻防。	
第 16 週	1	二對二協防	1.腳步互換移動 2.封鎖角度慢慢向前搶球 3.阻止敵人傳球向前突破	阻止敵人傳球向前突破	在規定距離範圍中二對二攻防。	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 17 週	1	一搶三	傳球跑位接應	傳球跑位接應隊友互相幫忙直到搶球者搶到球	傳球跑位接應隊友互相幫忙	
第 18 週	1	二搶四	傳球跑位接應	傳球跑位接應隊友互相幫忙直到搶球者搶到球	傳球跑位接應隊友互相幫忙	
第 19 週	1	比賽	攻擊方向攻守，傳接球配合小組配合及團隊戰術	能夠將個人所習得技術使用於比賽中。	於比賽中得分	
第 20 週	1	比賽	攻擊方向攻守，傳接球配合小組配合及團隊戰術	能夠將個人所習得技術使用於比賽中。	於比賽中得分	
第 21 週	1	比賽	攻擊方向攻守，傳接球配合小組配合及團隊戰術	能夠將個人所習得技術使用於比賽中。	於比賽中得分	

臺南市立歸仁國民中學 115 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		絲竹樂	實施年級	七年級	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		藝-J-A1 參與藝術活動，增進美感知能。 藝-J-B3 善用多元感官，探索理解藝術與生活的關聯，以展現美感意識。 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		團體演奏《穆桂英掛帥》、《動靜隱揚之間》、《司馬庫斯》、《牛犁歌》						
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	《穆桂英掛帥》	音樂語法	風格語法色彩	術科測驗			
第 2 週	1	《穆桂英掛帥》	音樂語法	風格語法色彩	術科測驗			
第 3 週	1	《穆桂英掛帥》	音樂語法	風格語法色彩	術科測驗			
第 4 週	1	《穆桂英掛帥》	音樂語法	風格語法色彩	術科測驗			
第 5 週	1	《動靜隱陽之間》	快速音群訓練	速度變化掌握	術科測驗			
第 6 週	1	《動靜隱陽之間》	快速音群訓練	速度變化掌握	術科測驗			
第 7 週	1	《動靜隱陽之間》	快速音群訓練	速度變化掌握	術科測驗			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 8 週	1	《動靜隱陽之間》	快速音群訓練	速度變化掌握	術科測驗	
第 9 週	1	《牛犁歌》	節奏訓練	節拍變化掌握	術科測驗	
第 10 週	1	《牛犁歌》	節奏訓練	節拍變化掌握	術科測驗	
第 11 週	1	《牛犁歌》	節奏訓練	節拍變化掌握	術科測驗	
第 12 週	1	《牛犁歌》	節奏訓練	節拍變化掌握	術科測驗	
第 13 週	1	《司馬庫斯》	音色變化訓練	各類泛音演奏形式	術科測驗	
第 14 週	1	《司馬庫斯》	音色變化訓練	各類泛音演奏形式	術科測驗	
第 15 週	1	《司馬庫斯》	音色變化訓練	各類泛音演奏形式	術科測驗	
第 16 週	1	《司馬庫斯》	音色變化訓練	各類泛音演奏形式	術科測驗	
第 17 週	1	《穆桂英掛帥》	音樂語法	風格語法色彩	術科測驗	
第 18 週	1	《穆桂英掛帥》	音樂語法	風格語法色彩	術科測驗	
第 19 週	1	《動靜隱陽之間》	快速音群訓練	速度變化掌握	術科測驗	
第 20 週	1	樂曲總複習	上述綜合訓練	上述綜合訓練	術科測驗	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 21 週	1	樂曲總複習	上述綜合訓練	上述綜合訓練	術科測驗	
--------	---	-------	--------	--------	------	--

臺南市立歸仁國民中學 115 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		絲竹樂	實施年級	七年級	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		藝-J-A1 參與藝術活動，增進美感知能。 藝-J-B3 善用多元感官，探索理解藝術與生活的關聯，以展現美感意識。 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		團體演奏《鬧紅火》、《難忘的潑水節》、《雲想花想》						
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	《鬧紅火》	音階變化、音準掌握	現代音樂風格	術科測驗			
第 2 週	1	《鬧紅火》	音階變化、音準掌握	現代音樂風格	術科測驗			
第 3 週	1	《鬧紅火》	音階變化、音準掌握	現代音樂風格	術科測驗			
第 4 週	1	《鬧紅火》	音階變化、音準掌握	現代音樂風格	術科測驗			
第 5 週	1	《難忘的潑水節》	旋律語法表達	民族音樂風格	術科測驗			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 6 週	1	《難忘的潑水節》	旋律語法表達	民族音樂風格	術科測驗	
第 7 週	1	《難忘的潑水節》	旋律語法表達	民族音樂風格	術科測驗	
第 8 週	1	《難忘的潑水節》	旋律語法表達	民族音樂風格	術科測驗	
第 9 週	1	《難忘的潑水節》	旋律語法表達	民族音樂風格	術科測驗	
第 10 週	1	《雲想花想》	音階變化、音準掌握	協奏曲音樂風格	術科測驗	
第 11 週	1	《雲想花想》	聲部平衡訓練	協奏曲音樂風格	術科測驗	
第 12 週	1	《雲想花想》	聲部平衡訓練	協奏曲音樂風格	術科測驗	
第 13 週	1	《雲想花想》	聲部平衡訓練	協奏曲樂風格	術科測驗	
第 14 週	1	《雲想花想》	聲部平衡訓練	協奏曲音樂風格	術科測驗	
第 15 週	1	《鬧紅火》	音階變化、音準掌握	現代音樂風格	術科測驗	
第 16 週	1	《鬧紅火》	音階變化、音準掌握	現代音樂風格	術科測驗	
第 17 週	1	《難忘的潑水節》	旋律語法表達	民族音樂風格	術科測驗	
第 18 週	1	《難忘的潑水節》	旋律語法表達	民族音樂風格	術科測驗	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 19 週	1	《難忘的潑水節》	旋律語法表達	民族音樂風格	術科測驗	
第 20 週	1	樂曲總複習	上述綜合訓練	上述綜合訓練	術科測驗	
第 21 週	1	樂曲總複習	上述綜合訓練	上述綜合訓練	術科測驗	

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第一學期七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		合唱團	實施年級	七年級	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		藝-J-A1 參與藝術活動，增進美感知能。 藝-J-B3 善用多元感官，探索理解藝術與生活的關聯，以展現美感意識。 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		學會唱《Light of Grace》、《再見的時候》						
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	1	《Light of Grace》	《Light of Grace》 A 段旋律	分部習唱 A 段旋律	教師觀察			
第二週	1	《Light of Grace》	《Light of Grace》 A 段旋律	分部習唱 A 段旋律	教師觀察			
第三週	1	《Light of Grace》	《Light of Grace》 A' 段旋律	分部習唱 A' 段旋律	教師觀察			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第四週	1	《Light of Grace》	《Light of Grace》 A' 段旋律	分部習唱 A' 段旋律	教師觀察	
第五週	1	《Light of Grace》	《Light of Grace》 B 段旋律、A 段歌詞	分部習唱 B 段旋律、A 段歌詞	教師觀察	
第六週	1	《Light of Grace》	《Light of Grace》 B 段旋律、A 段歌詞	分部習唱 B 段旋律、A 段歌詞	教師觀察	
第七週	1	《Light of Grace》	《Light of Grace》 B 段旋律、A' 段歌詞	分部習唱 B 段旋律、A' 段歌詞	教師觀察	
第八週	1	《Light of Grace》	《Light of Grace》 C 段旋律、B 段歌詞	分部習唱 C 段旋律、B 段歌詞	教師觀察	
第九週	1	《Light of Grace》	《Light of Grace》 C 段旋律、B 段歌詞	分部習唱 C 段旋律、B 段歌詞	教師觀察	
第十週	1	《Light of Grace》	《Light of Grace》 C 段旋律、C 段歌詞	分部習唱 C 段旋律、C 段歌詞	教師觀察	
第十一週	1	《Light of Grace》	《Light of Grace》 A-B-A' 合唱	合唱 A-B-A' 段落	教師觀察	
第十二週	1	《Light of Grace》	《Light of Grace》 A-B-A' -C 合唱	合唱 A-B-A' -C 段落	教師觀察	
第十三週	1	《Light of Grace》	《Light of Grace》 A-B-A' -C 合唱	合唱 A-B-A' -C 段落	教師觀察、分組表演	
第十四週	1	《再見的時候》	《再見的時候》 AB 段旋律	分部習唱 A、B 段旋律	教師觀察	
第十五週	1	《再見的時候》	《再見的時候》 C 段旋律、A 段歌詞	分部習唱 C 段旋律、A 段歌詞	教師觀察	
第十六週	1	《再見的時候》	《再見的時候》 D 段旋律、AB 段歌詞	分部習唱 D 段旋律、AB 段歌詞	教師觀察	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第十七週	1	《再見的時候》	《再見的時候》 CD 段歌詞、合唱 A-B	分部習唱 CD 段歌詞 合唱 A、B 段	教師觀察	
第十八週	1	《再見的時候》	《再見的時候》 合唱 CD 段，動作排練	合唱 C、D 段 動作排練	教師觀察	
第十九週	1	《再見的時候》	《再見的時候》 動作排練	合唱 A-B-C-D-C 段	教師觀察、分組表演	
第二十週	1	《Light of Grace》 《再見的時候》	《Light of Grace》 《再見的時候》	總複習《Light of Grace》 總複習《再見的時候》	教師觀察、分組表演	
第二十一週	1	《Light of Grace》 《再見的時候》	《Light of Grace》 《再見的時候》	總複習《Light of Grace》 總複習《再見的時候》	教師觀察、分組表演	

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第二學期七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		合唱團	實施年級	七年級	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		藝-J-A1 參與藝術活動，增進美感知能。 藝-J-B3 善用多元感官，探索理解藝術與生活的關聯，以展現美感意識。 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		學會唱《Cantate Domino》、《燦爛》						
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)

第一週	1	《Cantate Domino》	《Cantate Domino》 A 段旋律	分部習唱 A 段旋律	教師觀察	
第二週	1	《Cantate Domino》	《Cantate Domino》 B 段旋律	分部習唱 B 段旋律	教師觀察	
第三週	1	《Cantate Domino》	《Cantate Domino》 AB 段旋律、A 段歌詞	分部習唱 AB 段旋律、A 段歌詞	教師觀察	
第四週	1	《Cantate Domino》	《Cantate Domino》 C 段旋律、B 段歌詞	分部習唱 C 段旋律、B 段歌詞	教師觀察	
第五週	1	《Cantate Domino》	《Cantate Domino》 D 段旋律、C 段歌詞	分部習唱 D 段旋律、C 段歌詞	教師觀察	
第六週	1	《Cantate Domino》	《Cantate Domino》 CD 段旋律、D 段歌詞	分部習唱 CD 段旋律、D 段歌詞	教師觀察	
第七週	1	《Cantate Domino》	《Cantate Domino》 E 段旋律、ABC 段歌詞	分部習唱 E 段旋律、ABC 段歌詞	教師觀察	
第八週	1	《Cantate Domino》	《Cantate Domino》 合唱 A-B-C、D-E 歌詞	分部習唱 D-E 歌詞、 合唱 A-B-C	教師觀察	
第九週	1	《Cantate Domino》	《Cantate Domino》 動作排練	總複習 《Cantate Domino》	教師觀察	
第十週	1	《Cantate Domino》	《Cantate Domino》 動作排練	總複習 《Cantate Domino》	教師觀察、分組表演	
第十一週	1	《燦爛》	燦爛- A 段旋律	分部習唱 A 段旋律	教師觀察	
第十二週	1	《燦爛》	燦爛- A 段旋律	分部習唱 A 段旋律	教師觀察	
第十三週	1	《燦爛》	燦爛- B 段旋律、A 段歌詞	分部習唱 B 段旋律、A 段歌詞	教師觀察	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第十四週	1	《燦爛》	燦爛- B 段旋律、A 段歌詞	分部習唱 B 段旋律、A 段歌詞	教師觀察	
第十五週	1	《燦爛》	燦爛- C 段旋律、B 段歌詞	分部習唱 C 段旋律、B 段歌詞	教師觀察	
第十六週	1	《燦爛》	燦爛- C 段旋律、B 段歌詞	分部習唱 C 段旋律、B 段歌詞	教師觀察	
第十七週	1	《燦爛》	燦爛- C 段歌詞、合唱 AB 段	分部習唱 C 段歌詞、 合唱 A-B 段	教師觀察	
第十八週	1	《燦爛》	燦爛- 合唱 ABC 段	合唱 A-B-C 段	教師觀察	
第十九週	1	《Cantate Domino》 《燦爛》	《Cantate Domino》、 《燦爛》整體表演	總複習 《Cantate Domino》、 《燦爛》	教師觀察、分組表演	
第二十週	1	《Cantate Domino》 《燦爛》	《Cantate Domino》、 《燦爛》整體表演	總複習 《Cantate Domino》、 《燦爛》	教師觀察、分組表演	
第二十一週	1	《Cantate Domino》 《燦爛》	《Cantate Domino》、 《燦爛》整體表演	總複習 《Cantate Domino》、 《燦爛》	教師觀察、分組表演	

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第一學期七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		直笛隊	實施年級	七年級	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。 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		
第一週	1	Raise your hats 1. Sombrero	第 1~20 小節	1. 認識作曲家 2. 介紹曲風 3. 認識節奏 4. 寫譜	1. 學生課堂參與態度 2. 分部練習吹奏 3. 檢查樂譜			
第二週	1	Raise your hats 1. Sombrero	第 1~21 小節	1. 認識節奏 2. 練習吹奏	1. 學生課堂參與態度 2. 分部拍打節奏			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				3. 分析樂句 4. 分部練習	3. 分部練習吹奏	
第三週	1	Raise your hats 1. Sombrero	第 22~37 小節	1. 認識節奏 2. 練習吹奏 3. 分析樂句 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部拍打節奏 3. 分部練習吹奏	
第四週	1	Raise your hats 1. Sombrero	第 22~37 小節	1. 認識節奏 2. 練習吹奏 3. 分析樂句 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部拍打節奏 3. 分部練習吹奏	
第五週	1	Raise your hats 1. Sombrero	第 38~55 小節	1. 認識節奏 2. 練習吹奏 3. 分析樂句 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部拍打節奏 3. 分部練習吹奏	
第六週	1	Raise your hats 1. Sombrero	第 38~55 小節	1. 認識節奏 2. 練習吹奏 3. 分析樂句 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部拍打節奏 3. 分部練習吹奏	
第七週	1	Raise your hats 1. Sombrero	全	1. 複習節奏 2. 練習吹奏 3. 流暢完成樂段 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部練習吹奏 3. 分組練習	
第八週	1	Raise your hats 1. Sombrero	全	1. 複習節奏 2. 練習吹奏 3. 流暢完成樂段 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分組練習 3. 分組表演	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第九週	1	Raise your hats 4.Top Hat	第 1~20 小節	1. 複習節奏 2. 練習吹奏 3. 流暢完成樂曲 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部練習吹奏 3. 分組練習	
第十週	1	Raise your hats 4.Top Hat	第 1~20 小節	1. 複習節奏 2. 練習吹奏 3. 流暢完成樂曲 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部練習吹奏 3. 分組練習	
第十一週	1	Raise your hats 4.Top Hat	第 20~36 小節	1. 複習節奏 2. 練習吹奏 3. 流暢完成樂曲 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部練習吹奏 3. 分組練習	
第十二週	1	Raise your hats 4.Top Hat	第 20~36 小節	1. 複習節奏 2. 練習吹奏 3. 流暢完成樂曲 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部練習吹奏 3. 分組練習	
第十三週	1	Raise your hats 4.Top Hat	第 37~52 小節	1. 認識作曲家 2. 介紹曲風 3. 認識節奏 4. 寫譜	1. 學生課堂參與態度 2. 分部練習吹奏 3. 檢查樂譜	
第十四週	1	Raise your hats 4.Top Hat	第 37~52 小節	1. 認識節奏 2. 練習吹奏 3. 分析樂句 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部拍打節奏 3. 分部練習吹奏	
第十五週	1	Raise your hats 4.Top Hat	第 53~70 小節	1. 認識節奏 2. 練習吹奏	1. 學生課堂參與態度 2. 分部拍打節奏	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				3. 分析樂句 4. 分部練習	3. 分部練習吹奏	
第十六週	1	Raise your hats 4. Top Hat	第 53~70 小節	1. 認識節奏 2. 練習吹奏 3. 分析樂句 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部練習吹奏	
第十七週	1	Raise your hats 4. Top Hat	全	1. 複習節奏 2. 練習吹奏 3. 流暢完成樂曲 4. 分組練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部練習吹奏 3. 上台練習	
第十八週	1	Raise your hats 4. Top Hat	全	1. 複習節奏 2. 練習吹奏 3. 流暢完成樂曲 4. 分組練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部練習吹奏 3. 上台預演	
第十九週	1	Raise your hats 1. Sombrero 4. Top Hat	全	1. 複習節奏 2. 練習吹奏 3. 流暢完成樂曲 4. 分組練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部拍打節奏 3. 分部練習吹奏	
第二十週	1	Raise your hats 1. Sombrero 4. Top Hat	全	分組上台表演	1. 學生課堂參與態度 2. 分部練習吹奏 3. 分組表演	
第二十一週	1	Raise your hats 1. Sombrero 4. Top Hat	全	分組上台表演	1. 學生課堂參與態度 2. 分組練習 3. 分組表演	

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第二學期七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		直笛隊	實施年級	七年級	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。 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		
第一週	1	Hivyo ndivyo	第 263~273 小節	1. 認識作曲家 2. 介紹曲風 3. 認識節奏 4. 寫譜	1. 學生課堂參與態度 2. 分部練習吹奏 3. 檢查樂譜			
第二週	1	Hivyo ndivyo	第 263~273 小節	1. 認識節奏 2. 練習吹奏	1. 學生課堂參與態度 2. 分部拍打節奏			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				3. 分析樂句 4. 分部練習	3. 分部練習吹奏	
第三週	1	Hivyo ndivyo	第 274~284 小節	1. 認識節奏 2. 練習吹奏 3. 分析樂句 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部拍打節奏 3. 分部練習吹奏	
第四週	1	Hivyo ndivyo	第 274~284 小節	1. 複習節奏 2. 練習吹奏 3. 流暢完成樂段 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部拍打節奏 3. 分部練習吹奏	
第五週	1	Hivyo ndivyo	第 285~302 小節	1. 認識節奏 2. 練習吹奏 3. 分析樂句 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部拍打節奏 3. 分部練習吹奏	
第六週	1	Hivyo ndivyo	第 285~302 小節	1. 認識節奏 2. 練習吹奏 3. 分析樂句 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部拍打節奏 3. 分部練習吹奏	
第七週	1	Hivyo ndivyo	第 263~302 小節	1. 認識節奏 2. 練習吹奏 3. 分析樂句 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部拍打節奏 3. 分部練習吹奏	
第八週	1	Hivyo ndivyo	第 263~302 小節	1. 認識節奏 2. 練習吹奏 3. 分析樂句 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部練習吹奏 3. 分組練習	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第九週	1	Hivyo ndivyo	第 303~316 小節	1. 認識節奏 2. 練習吹奏 3. 分析樂句 1. 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部練習吹奏	
第十週	1	Hivyo ndivyo	第 303~316 小節	1. 認識節奏 2. 練習吹奏 3. 分析樂句 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部練習吹奏 3. 上台練習	
第十一週	1	Hivyo ndivyo	第 317~334 小節	1. 認識節奏 2. 練習吹奏 3. 分析樂句 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部練習吹奏 3. 上台預演	
第十二週	1	Hivyo ndivyo	第 317~334 小節	1. 複習節奏 2. 練習吹奏 3. 流暢完成樂段 4. 分組練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分組練習 3. 分組表演	
第十三週	1	Hivyo ndivyo	第 335~347 小節	1. 複習節奏 2. 練習吹奏 3. 流暢完成樂段 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分組練習 3. 分組表演	
第十四週	1	Hivyo ndivyo	第 335~347 小節	1. 認識作曲家 2. 介紹曲風 3. 認識節奏 4. 寫譜	1. 學生課堂參與態度 2. 分部練習吹奏 3. 檢查樂譜	
第十五週	1	Hivyo ndivyo	全	1. 認識節奏 2. 練習吹奏	1. 學生課堂參與態度 2. 分部拍打節奏	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				3. 分析樂句 4. 分部練習	3. 分部練習吹奏	
第十六週	1	Hivyo ndivyo	全	1. 認識節奏 2. 練習吹奏 3. 分析樂句 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部拍打節奏 3. 分部練習吹奏	
第十七週	1	Hivyo ndivyo	全	1. 複習節奏 2. 練習吹奏 3. 流暢完成樂段 4. 分部練習	1. 學生課堂參與態度 2. 分部拍打節奏 3. 分部練習吹奏	
第十八週	1	歡慶校慶	青春有你	1. 籌畫節目 2. 分析樂句 3. 分部練習 4. 完成合奏	1. 學生課堂參與態度 2. 分部拍打節奏 3. 分部練習吹奏	
第十九週	1	歡慶校慶	青春有你	1. 籌畫節目 2. 分析樂句 3. 分部練習 4. 完成合奏	1. 學生課堂參與態度 2. 分部拍打節奏 3. 分部練習吹奏	
第二十週	1	期末成果發表會	1. 分組上台表演	1. 四人一組 2. 完成一首樂曲	1. 學生課堂參與態度 2. 分組練習 3. 分組表演	
第二十一週	1	期末成果發表會	1. 分組上台表演	1. 四人一組 2. 完成一首樂曲	1. 學生課堂參與態度 2. 分組練習 3. 分組表演	

臺南市歸仁國民中學 115 學年度第一學期七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		舞蹈表演	實施年級	七年級	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		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 1-5 週	5	認識舞蹈	1.認識自己的身體 2.認識不同的舞蹈型式	身體律動	觀摩、實作			
第 6-10 週	5	身體律動的方式及練習	1.肢體的運用 2.動作的練習	可達到指定的動作與姿勢	實作			
第 11-15 週	5	舞碼教學	韓國團體	舞碼動作位置記憶	分組考試			
第 16-21 週	6	上臺呈現	分組呈現比賽	勇敢展現	舞臺表現			

臺南市歸仁國民中學 115 學年度第二學期七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		舞蹈表演	實施年級	七年級	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		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 1-5 週	5	認識舞蹈	1.認識自己的身體 2.認識不同的舞蹈型式	身體律動	觀摩、實作			
第 6-10 週	5	身體律動的方式及練習	1.肢體的運用 2.動作的練習	可達到指定的動作與姿勢	實作			
第 11-15 週	5	舞碼教學	韓國團體	舞碼動作位置記憶	分組考試			
第 16-21 週	6	上臺呈現	分組呈現比賽	勇敢展現	舞臺表現			

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第一學期七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		童軍社	實施年級	七年級	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		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。 綜 J B3 運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。 綜 J C2 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，培養利他與合群的態度。						
課程目標		學習童軍精神、知識、技能，提升生活品質，服務他人及社會，實踐生命意義。						
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	1	相見歡	1. 團康活動 2. 姓名接龍	1. 利用團康活動認識同伴並正向溝通。 2. 參加活動並記住同伴的姓名。	1. 能正確說出同伴的姓名。			
第二週	1	默契	1. 分組 2. 童軍歌曲教唱	1. 小隊制度的分工。 2. 提升團隊合作與團體動力。	1. 能說出同組同伴。 2. 能唱出童軍歌曲。			
第三週	1	童軍精神	1. 諾言 2. 規律 3. 銘言	1. 建立及執行童軍禮節與團隊規範。	1. 能記憶並背誦出諾言、規律、銘言。	融入議題:人權教育、品德教育		
第四週	1	童軍精神	1. 團呼 2. 童軍史	1. 提升團隊合作與團體動力。 2. 認識世界童軍活動資訊及分享。	1. 能自己說出團呼。 2. 能帶領團呼。 3. 能簡易說出童軍史。			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第五週	1	童軍精神	1. 手號操	1. 提升團隊合作與團體動力。 2. 建立團隊規範。	1. 能遵守手號操。 2. 能帶領手號操。	
第六週	1	童軍禮節	1. 童軍禮節 2. 持棍禮	1. 建立及執行童軍禮節與團隊規範。	1. 能說出童軍禮節。 2. 能操作童軍禮節及持棍禮。	
第七週	1	童軍技能	1. 追蹤記號 2. 收繩	1. 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。	1. 能正確畫出及用自然物做出追蹤記號。 2. 能正確操作收繩。	
第八週	1	童軍技能	1. 單結 2. 8 字結 3. 活結	1. 學習各種繩結，並運用在野外旅行活動中，提升活動品質。	1. 能正確操作單結。 2. 能正確操作 8 字結。 3. 能正確操作活結。	
第九週	1	童軍技能	1. 平結 2. 接繩結 3. 雙套結	1. 學習各種繩結，並運用在野外旅行活動中，提升活動品質。	1. 能正確操作平結。 2. 能正確操作接繩結。 3. 能正確操作雙套結。	
第十週	1	童軍技能	童軍棍操作	1. 學習旅行裝備使用及安全知能的培養。	1. 能正確操作童軍棍。	
第十一週	1	露營技能	1. 營地選擇 2. 帳篷保養	1. 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。	1. 收集並分析營地資訊，選擇適當的露營場地。 2. 能正確保養及收納帳篷。	融入議題:環境教育、戶外教育
第十二週	1	露營技能	帳篷教學	1. 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。	1. 能正確搭建蒙古包。	融入議題:環境教育、戶外教育

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第十三週	1	工程繩結	1. 方回結 2. 十字結	1. 學會各種繩結，並運用在野外旅行活動中，提升活動品質。	1. 能正確操作方回結。 2. 能正確操作十字結。	
第十四週	1	工程繩結	1. 剪立結 2. 聯立剪立結	1. 學會各種繩結，並運用在野外旅行活動中，提升活動品質。	1. 能正確操作剪立結。 2. 能正確操作聯立剪立結。	
第十五週	1	工程	旗桿工程模型	1. 製作旗桿工程模型	1. 能正確製作一座旗桿工程模型。	
第十六週	1	工程	營門拉繩練習	1. 能建設營地，提升活動品質。	1. 能正確做出營門拉繩。	融入議題:戶外教育
第十七週	1	工程	斥候工程(瞭望台)	1. 能規劃並建設營地，提升活動品質。	1. 能正確做出瞭望台。	融入議題:戶外教育
第十八週	1	通訊	雙旗	1. 能使用雙旗通訊。	1. 能正確使用電碼本。 2. 能正確收發雙旗。	
第十九週	1	休閒	棍舞教學	1. 能學會棍舞基本動作。	1. 能正確做到棍舞基本動作。	
第二十週	1	休閒	棍舞	1. 能配合音樂表演棍舞。	1. 能正確配合音樂做到棍舞表演。	
第二十一週	1	學期總結				

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第二學期七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	童軍社	實施年級	七年級	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	綜JA1 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。 綜JB3 運用創新的能力豐富生活，於個人及家庭生活環境中展現美感，提升生活品質。 綜JC2 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，培養利他與合群的態度。						
課程目標	學習童軍精神、知識、技能，提升生活品質，服務他人及社會，實踐生命意義。						
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	默契	1. 童軍歌曲教唱 2. 分組	1. 提升團隊合作與團體動力。 2. 小隊制度的分工。	1. 能唱出童軍歌曲。 2. 能向他人介紹同組同伴。		
第 2 週	1	休閒	1. 團康活動 2. 大地遊戲	1. 能參與及帶領團康活動。 2. 參與及帶領大地遊戲。	1. 帶領團康活動。 2. 帶領大地遊戲。		
第 3 週	1	休閒	蛇舞	1. 能學會蛇舞個人基本動作。	1. 能正確做到蛇舞個人基本動作。		
第 4 週	1	休閒	蛇舞	1. 能學會蛇舞團隊動作。	1. 能正確做到蛇舞團隊動作。		

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 5 週	1	休閒	蛇舞	2. 能配合音樂表演蛇舞。	1. 能正確配合音樂做到蛇舞表演。	
第 6 週	1	急救	包紮	1. 學會三角巾包紮法	1. 能正確做出三角巾包紮。	融入議題:防災教育
第 7 週	1	急救	擔架	1. 學會臨時擔架製作法	1. 能正確做出臨時擔架。	融入議題:防災教育
第 8 週	1	工程	工程繩結(雙套結、十字結、方回結、剪立結)	1. 複習雙套結、十字結、方回結、剪立結	1. 能正確做出雙套結、十字結、方回結、剪立結	
第 9 週	1	工程	精神堡壘	1. 學習製作精神堡壘。	1. 能小隊合作做出精神堡壘。	
第 10 週	1	工程	鞦韆結、漁人結、三套結、椅結	1. 學會鞦韆結、漁人結、三套結、椅結。	1. 能正確做到鞦韆結、漁人結、三套結、椅結。	
第 11 週	1	工程	貓爪結、花聯結、槓桿結	1. 學會貓爪結、花聯結、槓桿結。	1. 能正確做到貓爪結、花聯結、槓桿結。	
第 12 週	1	訊號	聲光通訊	1. 能使用聲(哨子)、光(手電筒)進行通訊。	1. 能正確使用電碼本。 2. 能正確收發聲光通訊。	
第 13 週	1	手工藝	領圈	1. 利用打包帶製作領圈。	1. 利用打包帶完成領圈。	
第 14 週	1	露營	露營食譜計畫	1. 學會露營食譜。	1. 撰寫 2 天 1 夜的露營食譜計畫。	融入議題:環境教育、戶外教育
第 15 週	1	露營	野外炊事	1. 生火 2. 製作蛇麵	1. 完成蛇麵。	融入議題:環境教育、戶外教育

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 16 週	1	估測	永備尺	1. 測量自己的永備尺。	1. 完成自己的永備尺。	
第 17 週	1	估測	測量估計法	1. 學會測量估計法。	1. 實際運用測量估計法測量生活中的物品。	
第 18 週	1	地圖	製圖	1. 學會繪製地圖技巧。	1. 繪製一學校簡圖。	
第 19 週	1	觀察	植物	1. 學會辨識校園植物。	1. 能辨識5種校園植物，並說出其用途。	融入議題:環境教育、戶外教育
第 20 週	1	觀察	植物	1. 學會辨識校園植物。	1. 能辨識5種校園植物，並說出其用途。	融入議題:環境教育、戶外教育
第 21 週	1	學期總結				

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第一學期七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		龍獅隊	實施年級	七年級	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		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-U-A2 具備系統思考、分析與探索體育與健康的素養，深化後設思考，並積極面對挑戰，以解決人生中各種體育與健康的問題。 健體-U-A3 具備規劃、實踐與檢討反省的素養，並以創新的態度與作為，因應新的體育與健康情境或問題。 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。						
課程目標		1. 了解龍獅文化。 2. 基本龍獅運動教學（八字舞龍、穿騰舞龍、人體造型）。 3. 基礎體能訓練（跑步、肌力訓練）。						
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 1-4 週	4	了解舞獅運動	運動起源、規則了解	1. 清楚規則運用 2. 場地大小的了解	實際操作			
第 5-8 週	4	基本動作（舞龍）	八字舞龍、穿騰舞龍	1. 做到舞龍基本動作	實際操作			
第 9-12 週	4	基本動作（醒獅）	舉花頭、三拜、密點	1. 做到醒獅基本動作	實際操作			
第 13-16 週	4	進階動作（舞龍）	人體造型難度	1. 做到舞龍進階動作	實際操作			
第 16-21 週	6	進階動作（醒獅）	雙人配合難度動作	1. 做到醒獅進階動作	實際操作			

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第二學期七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		龍獅隊	實施年級	七年級	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		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-U-A2 具備系統思考、分析與探索體育與健康的素養，深化後設思考，並積極面對挑戰，以解決人生中各種體育與健康的問題。 健體-U-A3 具備規劃、實踐與檢討反省的素養，並以創新的態度與作為，因應新的體育與健康情境或問題。 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。						
課程目標		4. 了解龍獅文化。 5. 基本龍獅運動教學（八字舞龍、穿騰舞龍、人體造型）。 6. 基礎體能訓練（跑步、肌力訓練）。						
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 1-4 週	4	了解舞獅運動	運動起源、規則了解	3. 清楚規則運用 4. 場地大小的了解	實際操作			
第 5-8 週	4	基本動作（舞龍）	八字舞龍、穿騰舞龍	1. 做到舞龍基本動作	實際操作			
第 9-12 週	4	基本動作（醒獅）	舉花頭、三拜、密點	1. 做到醒獅基本動作	實際操作			
第 13-16 週	4	進階動作（舞龍）	人體造型難度	1. 做到舞龍進階動作	實際操作			
第 16-21 週	6	進階動作（醒獅）	雙人配合難度動作	1. 做到醒獅進階動作	實際操作			

臺南市歸仁國民中學 115 年度第一學期七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		布袋球社	實施年級	七年級	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)						
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		1.了解布袋球規則，能夠學習基本技能並運用，及促進健康體適能。 2.參與布袋球運動的樂趣，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 1-2 週	2	運動類型與規則	了解運動技能要素和發展由來。	1.能分辨各種運動類型。 2.能知道布袋球所需裝備、設施、場域及規則。	口頭評量：能說出布袋球的發展由來及規則。			
第 3-4 週	2	運動傷害與防護	暖身、伸展動作原則。 基礎運動傷害預防與處理方法。	1.能操作暖身及伸展運動。 2.能知道運動傷害的預防與處理方法。	能說出傷害處理步驟及方式。 能做出暖身及伸展運動。			
第 5-10 週	5	拋擲準度	以距離調整的方式，讓學生了解拋球姿勢及實作感受。	能正確做出擲球動作。	1.能拋到指定位置 2.短距離輕易得分			
第 11-16 週	6	結合策略	雙方同時模擬比賽需讓選手了解如何保護自己的分數，並與隊友一起結合策略。	1.能正確調整策略進行 2.操作手眼協調性	1.能命中得分位置。 2.以賽場狀況運用策略。			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 16~21 週	5	分組實作	須以實際比賽進行模式，包含裁判角色一同操作練習	1.能正確判分。 2.小組能自主完成比賽。	以表演賽形式作為測驗標準。	
-----------	---	------	-------------------------	--------------------------	---------------	--

臺南市歸仁國民中學 115 學年度第二學期七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		樂樂棒社	實施年級	七年級	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)						
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		1.了解布袋球規則，能夠學習基本技能並運用，及促進健康體適能。 2.參與布袋球運動的樂趣，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 1-2 週	2	運動類型與規則	了解運動技能要素和發展由來。	1.能分辨各種運動類型。 2.能知道布袋球所需裝備、設施、場域及規則。	口頭評量： 能說出布袋球的發展由來及規則。			
第 3~4 週	2	運動傷害與防護	暖身、伸展動作原則。基礎運動傷害預防與處理方法。	1.能操作暖身及伸展運動。 2.能知道運動傷害的預	能說出傷害處理步驟及方式。 能做出暖身及伸展運			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				防與處理方法。	動。	
第 5~10 週	5	拋擲準度	以距離調整的方式，讓學生了解拋球姿勢及實作感受。	能正確做出擲球動作。	1.能拋到指定位置 2.短距離輕易得分	
第 11~16 週	6	結合策略	雙方同時模擬比賽需讓選手了解如何保護自己的分數，並與隊友一起結合策略。	1.能正確調整策略進行 2.操作手眼協調性	1.能命中得分位置。 2.以賽場狀況運用策略。	
第 16~21 週	5	分組實作	須以實際比賽進行模式，包含裁判角色一同操作練習	1.能正確判分。 2.小組能自主完成比賽。	以表演賽形式作為測驗標準。	

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第一學期七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	書法社	實施年級	七年級	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-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	中國書法藝術蘊含著無數的中國文化，它有著極高的實用性與藝術價值，可惜由於時代的演變，已漸被忽略。希望透過輕鬆踏實的方式進行書法教學，期待在潛移默化中，陶冶學生心性並改變其氣質。						
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	書法入門	書法用具與保養之道	能說出書法用具的用途與保養的方法。	口頭問答	
第 2 週	1					
第 3 週	1		教師示範執筆與寫字姿勢、運筆方式	能說出正確的執筆與寫字姿勢、運筆方式	實作練習	
第 4 週	1		正確的執筆與寫字姿勢、運筆方式	能作出正確的執筆與寫字姿勢、運筆方式	實作練習	
第 5 週	1					
第 6 週	1	文字演進與書法家的故事	歷代書風與書體演變	能簡述書法各體的特色	口頭問答	
第 7 週	1					
第 8 週	1		書法家的故事	能簡述文字的演進過程	口頭問答	
第 9 週	1					
第 10 週	1		文字演進與書法家的故事	能完成單元學習單	學習單	
第 11 週	1	北魏墓誌基本筆法、結構與章法	北魏墓誌基本筆劃與範字	能欣賞魏碑之美	口頭問答	
第 12 週	1		北魏墓誌之基本筆法、接筆要領、結構及章法要領。	能使用基本筆法、接筆要領、結構及章法要領。	實作練習	
第 13 週	1					

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 14 週	1		司馬顯姿墓誌字帖	能臨摹司馬顯姿墓誌字帖	實作練習	
第 15 週	1		司馬顯姿墓誌字帖	能臨摹司馬顯姿墓誌字帖	實作練習	
第 16 週	1	作品形式與欣賞要點	書法作品之形式	能說出書法作品之形式	口頭問答	
第 17 週	1					
第 18 週	1		欣賞書法之要點	能說出書法作品的優缺點	口頭問答	
第 19 週	1					
第 20 週	1		作品	能完成作品並分享	作品	
第 21 週	1					

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第二學期七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	書法社	實施年級	七年級	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-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	中國書法藝術蘊含著無數的中國文化，它有著極高的實用性與藝術價值，可惜由於時代的演變，已漸被忽略。希望透過輕鬆踏實的方式進行書法教學，期待在潛移默化中，陶冶學生心性並改變其氣質。						
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	書法入門	書法用具與保養之道	能說出書法用具的用途與保養的方法。	口頭問答		
第 2 週	1						
第 3 週	1		教師示範執筆與寫字姿勢、運筆方式	能說出正確的執筆與寫字姿勢、運筆方式	實作練習		
第 4 週	1		正確的執筆與寫字姿勢、運筆方式	能作出正確的執筆與寫字姿勢、運筆方式	實作練習		
第 5 週	1						
第 6 週	1	文字演進與書法家	歷代書風與書體演變	能簡述書法各體的特色	口頭問答		

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 7 週	1	的故事				
第 8 週	1					
第 9 週	1		書法家的故事	能簡述文字的演進過程	口頭問答	
第 10 週	1		文字演進與書法家的故事	能完成單元學習單	學習單	
第 11 週	1	北魏墓誌基本筆法、結構與章法	北魏墓誌基本筆劃與範字	能欣賞魏碑之美	口頭問答	
第 12 週	1		北魏墓誌之基本筆法、接筆要領、結構及章法要領。	能使用基本筆法、接筆要領、結構及章法要領。	實作練習	
第 13 週	1					
第 14 週	1		司馬顯姿墓誌字帖	能臨摹司馬顯姿墓誌字帖	實作練習	
第 15 週	1		司馬顯姿墓誌字帖	能臨摹司馬顯姿墓誌字帖	實作練習	
第 16 週	1	作品形式與欣賞要點				
第 17 週	1		書法作品之形式	能說出書法作品之形式	口頭問答	
第 18 週	1					
第 19 週	1		欣賞書法之要點	能說出書法作品的優缺點	口頭問答	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 20 週	1					
第 21 週	1		作品	能完成作品並分享	作品	

臺南市歸仁國民中學 115 學年度第一學期七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		街舞社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(21)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		B3 藝術涵養與美感素養: 具備藝術感知、創作與鑑賞能力，體會藝術文化之美，透過生活美學的省思，豐富美感體驗，培養對美善的人事物，進行賞析、建構與分享的態度與能力。 C2 人際關係與團隊合作: 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. 藉由基礎律動與律動的配合 增進手腳之間的協調能力 2. 藉由團體排舞教學增進學習上的記憶與合作 3. 藉由團體練習與成果發表增進同學學習自信 舞蹈能力的增長.						
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 1~2 週	2	基礎律動	上半部律動協調	控制上半部手與身體之協調	實作評量 40% 課堂參與 20% 學習態度 40%	
第 3~4 週	2	基礎律動 2	下半部律動協調	控制下半部腳與身體之協調		
第 5~6 週	2	基礎律動 3	上下半部律動協調	熟悉手腳同時進行而不受阻礙		
第 7~8 週	2	團體排舞	編排舞蹈	訓練學生記舞能力與動作銜接		
第 9~10 週	2	團體排舞 2	編排舞蹈	分析動作及增加排舞		
第 11~12 週	2	複習，期中測驗	複習排舞	複習排舞 增加熟練度		
第 13~14 週	2	隊形編排	走位與位置配合	培養團隊默契與走位協調		
第 15~16 週	2	隊形編排 2	走位與位置配合	培養團隊默契與走位協調		
第 17~18 週	2	排舞驗收	整齊度與表情變化	練習團隊整齊度與臉部表情變化		
第 19~20 週	2	音樂配合	熟悉音樂節拍	熟悉音樂節拍與節拍快慢之講解		
第 21 週	1	期末測驗	期末測驗	期末測驗		

臺南市歸仁國民中學 115 學年度第二學期七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		街舞社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(21)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		B3 藝術涵養與美感素養: 具備藝術感知、創作與鑑賞能力，體會藝術文化之美，透過生活美學的省思，豐富美感體驗，培養對美善的人事物，進行賞析、建構與分享的態度與能力。 C2 人際關係與團隊合作: 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. 藉由基礎律動與律動的配合 增進手腳之間的協調能力 2. 藉由團體排舞教學增進學習上的記憶與合作 3. 藉由團體練習與成果發表增進同學學習自信 舞蹈能力的增長.						
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 1~2 週	2	基礎律動	上半部律動協調	控制上半部手與身體之協調	實作評量 40% 課堂參與 20% 學習態度 40%			
第 3~4 週	2	基礎律動 2	下半部律動協調	控制下半部腳與身體之協調				
第 5~6 週	2	基礎律動 3	上下半部律動協調	熟悉手腳同時進行而不受阻礙				
第 7~8 週	2	團體排舞	編排舞蹈	訓練學生記舞能力與動作銜接				
第 9~10 週	2	團體排舞 2	編排舞蹈	分析動作及增加排舞				
第 11~12 週	2	複習，期中測驗	複習排舞	複習排舞 增加熟練度				
第 13~14 週	2	隊形編排	走位與位置配合	培養團隊默契與走位協				

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				調		
第 15~16 週	2	隊形編排 2	走位與位置配合	培養團隊默契與走位協調		
第 17~18 週	2	排舞驗收	整齊度與表情變化	練習團隊整齊度與臉部表情變化		
第 19~20 週	2	音樂配合	熟悉音樂節拍	熟悉音樂節拍與節拍快慢之講解		
第 21 週	1	期末測驗	期末測驗	期末測驗		

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第一學期七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		吉他社	實施年級	七年級	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)						
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-C3 理解在地及全球藝術與文化的多元與差異。 藝-J-B3 善用多元感官，探索理解藝術與生活的關聯，以展現美感意識。						
課程目標		培養音樂美感增益生活情趣，建立慢工出細活的耐心，並能以音樂舒發內心情邁，建立更好的人際關係。						
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	基本概念	吉他構造及種類	認識吉他	說出各部位之名稱			
第 2 週	1		左右手標準姿勢	彈奏左右手標準姿勢	視譜彈出音階			
第 3 週	1		音階位置	彈出 C 大調音階				
第 4 週	1		樂譜	認識各種樂譜				
第 5 週	1	單音旋律	歌曲旋律	彈奏歌曲旋律	彈出簡易單音歌曲			
第 6 週	1		小蜜蜂	彈奏小蜜蜂				

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 7 週	1		小星星	彈奏小星星		
第 8 週	1	基礎和弦	C 大調和弦	認識 C 大調和弦	背熟基本和弦並分別彈奏出來	
第 9 週	1		C、Am、F、G7 和弦左手指法	背熟四大和弦左手指法		
第 10 週	1		右手分散和弦指法	彈出分散和弦		
第 11 週	1		刷弦節奏	配合和弦刷出節奏		
第 12 週	1	歌曲伴奏	心花開(歌曲一)	以和弦伴奏歌唱 心花開	配合音樂彈出伴奏和弦	
第 13 週	1		歌曲伴奏	心花開(歌曲一)		
第 14 週	1		與我無關(歌曲二)	以和弦伴奏 與我無關		
第 15 週	1		與我無關(歌曲二)	以和弦伴奏 與我無關		
第 16 週	1	基本樂理	大調音調排列規則	了解大調音階排列規則	答出各和弦之組成音	
第 17 週	1		音程、和諧音程	聆聽各音程之和諧感受		
第 18 週	1		C 大調順階和弦之組成	理解順階和弦組成		
第 19 週	1	慢靈魂樂曲風格	Slow soul 節奏	彈奏 Slow soul 節奏	配合音樂彈出伴奏和弦	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 20 週	1		歌曲:小情歌	彈唱小情歌	配合音樂彈出伴奏和弦	
第 21 週	1	左手靈活度訓練	爬格子訓練	定速彈奏爬格子	依節拍器定速彈出	

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第二學期七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	吉他社	實施年級	七年級	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)						
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-C3 理解在地及全球藝術與文化的多元與差異。 藝-J-B3 善用多元感官，探索理解藝術與生活的關聯，以展現美感意識。						
課程目標	培養音樂美感增益生活情趣，建立慢工出細活的耐心，並能以音樂舒發內心情邁，建立更好的人際關係。						
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	圓滑音	(名詞) (一)上行圓滑音 左手 Hammer 技巧	(動詞+名詞) 捶出上行圓滑音	能夠捶出上行圓滑音		
第 2 週	1		(二)下行圓滑音 左手 Pull 技巧	勾出下行圓滑音	能夠勾出下行圓滑音		

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 3 週	1		(三)滑行圓滑音 左手 slide 技巧	滑出 slide 圓滑音	能夠滑出 slide 圓滑音	
第 4 週	1	強烈節奏 POWER CHROUS	POWER CHROUS	刷奏強力和弦	配合音樂彈出強力和弦	
第 5 週	1		歌曲： 在這城市遺失了你	彈唱/伴奏 在這城市遺失了你	配合音樂彈出強力和弦	
第 6 週	1	封閉和弦	兩弦封閉基本練習	橫按兩弦封閉	實作	
第 7 週	1		進階三至六弦封閉	橫按進階三至六弦封閉	實作	
第 8 週	1		各型封閉和弦	練習各型封閉和弦 F Fm B Bm... 等	聆聽各封閉和弦是否仍有弦沒按好	
第 9 週	1	悶音刷法練習	悶音節奏技巧	刷奏悶音技巧	實作	
第 10 週	1		歌曲:天黑請閉眼	彈唱 天黑請閉眼	配合音樂彈出伴奏悶音節奏	
第 11 週	1	超級實用 16Beats 節拍分析	16Beats 節拍分析	拍手拍出 16Beats 節拍	隨機視譜刷 16Beats 節拍	
第 12 週	1		各種 16Beats 節拍	刷奏各種 16Beats 節拍		
第 13 週	1	其他音樂風格	MARCH 進行曲	欣賞 MARCH 進行曲	口頭問答	
第 14 週	1		SLOW ROCK 慢搖滾	欣賞 SLOW ROCK 慢搖滾		
第 15 週	1		SWING & SHUFFLE	欣賞 SWING & SHUFFLE		

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 16 週	1	簡易指彈獨奏	右手琶音練習	彈奏各和弦琶音	是否順暢彈奏指彈獨奏曲	
第 17 週	1		雙音/多音齊奏	彈奏雙音齊奏		
第 18 週	1		獨奏曲： 月亮代表我的心	彈奏 月亮代表我的心		
第 19 週	1	影音欣賞	各國名人影片	欣賞各國名人影片	說出各國名人	
第 20 週	1	影音欣賞	各國名人影片	欣賞各國名人影片	說出各國名人	
第 21 週	1	各組分享學習成果	各組表演	欣賞分享各組表演	討論分享優缺點	

臺南市立歸仁國民中學 115 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		校刊編輯社	實施年級	七年級	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		科-J-B3 了解美感應用於科技的特質，並進行科技創作與分享。 藝-J-A3 嘗試規劃與執行藝術活動，因應情境需求發揮創意。						
課程目標		1. 了解校刊、雜誌編排 2. 激發學生不同領域之興趣						
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 1 週至第 2 週	2	校刊入門	介紹社團、校刊	認識校刊及校刊編輯社	問卷評量			
第 3 週至第 8 週	6	文字排版、書寫	寫文章、基礎知識	了解標點符號及使寫作進步	單篇文章小考			
第 9 週至第 13 週	5	圖片美化、攝影	修圖操作、構圖	習得攝影基礎	繳交三張作品	重點知識		
第 14 週至第 18 週	5	軟體教學	PS、手機修圖	熟悉程式	實作一頁 PDF			
第 19 週至第 21 週	3	成果和校稿	欣賞作品分享	從他人之作品得到啟發	心得 400 字			

臺南市立歸仁國民中學 115 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		校刊編輯社	實施年級	七年級	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		科-J-B3 了解美感應用於科技的特質，並進行科技創作與分享。 藝-J-A3 嘗試規劃與執行藝術活動，因應情境需求發揮創意。						
課程目標		3. 了解校刊、雜誌編排 4. 激發學生不同領域之興趣						
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 1 週至第 2 週	2	校刊入門	介紹社團、校刊	認識校刊及校刊編輯社	問卷評量			
第 3 週至第 8 週	6	文字排版、書寫	寫文章、基礎知識	了解標點符號及使寫作進步	單篇文章小考			
第 9 週至第 13 週	5	圖片美化、攝影	修圖操作、構圖	習得攝影基礎	繳交三張作品	重點知識		
第 14 週至第 18 週	5	軟體教學	PS、手機修圖	熟悉程式	實作一頁 PDF			
第 19 週至第 21 週	3	成果和校稿	欣賞作品分享	從他人之作品得到啟發	心得 400 字			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第一學期七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		籃球社	實施年級	七年級	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		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. 學習瞭解籃球基本技能與規則，體驗籃球比賽及促進個人體適能。 2. 享受籃球運動的樂趣，並培養規律的運動興趣。						
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 1 週~第 2 週	2	籃球基本認知	籃球基本概論(含球場區域、各層級比賽用球、比賽現場人員介紹等)	讓學生認識籃球與球賽	課堂發表			
第 3 週~第 4 週	2	球感訓練	球的握法與籃球操	增加學生對球的感覺，以作為後續基礎訓練之基礎	實際操作			
第 5 週~第 10 週	6	籃球基本動作與體能訓練	籃球基本動作(含運球、上籃、投籃、防守、傳球)與基本肌力與耐力。	讓學生從基本動作落實扎根	實際操作			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 11 週~第 14 週	4	籃球的規則與運動精神	認識籃球規則	學生能學習籃球相關規則以及預防違反運動道德之行為	實際操作	
第 15 週~第 18 週	4	進攻的手段與防守的位置	進攻手段(三重威脅、收球後的腳步等)與防守的位置與時機	讓學生接收進階的籃球技巧以利實戰運用	實際操作	
第 19 週~第 21 週	3	單打實際操作	運用學期以來學習的技巧與知識進行綜合操作	讓學生可以將技巧活用在實戰上	實際操作	

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第二學期七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	籃球社	實施年級	七年級	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	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. 學習瞭解籃球基本技能與規則，體驗籃球比賽及促進個人體適能。 2. 享受籃球運動的樂趣，並培養規律的運動興趣。						
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~第 2 週	2	籃球基本認知	籃球基本概論(含球場區域、各層級比賽用球、比賽現場人員介紹等)	讓學生認識籃球與球賽	課堂發表	
第 3 週~第 4 週	2	球感訓練	球的握法與籃球操	增加學生對球的感覺，以作為後續基礎訓練之基礎	實際操作	
第 5 週~第 10 週	6	籃球基本動作與體能訓練	籃球基本動作(含運球、上籃、投籃、防守、傳球)與基本肌力與耐力。	讓學生從基本動作落實扎根	實際操作	
第 11 週~第 14 週	4	籃球的規則與運動精神	認識籃球規則	學生能學習籃球相關規則以及預防違反運動道德之行為	實際操作	
第 15 週~第 18 週	4	進攻的手段與防守的位置	進攻手段(三重威脅、收球後的腳步等)與防守的位置與時機	讓學生接收進階的籃球技巧以利實戰運用	實際操作	
第 19 週~第 21 週	3	單打實際操作	運用學期以來學習的技巧與知識進行綜合操作	讓學生可以將技巧活用在實戰上	實際操作	

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第一學期七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	羽球社	實施年級	七年級	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	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. 了解羽球場地大小與比賽場所的布置 2. 認識羽球執球、握拍、發球、上手擊球與服裝規定 3. (三)學會正確正反手握拍法與上手擊球正確動作，並能準確擊中不同來向之球 4. (四)學會羽球單、雙打比賽新規則； <u>落地就得分</u> 5. (五)提高參與過程之體驗深度，激發對羽球運動的興趣，培養欣賞與參與的能力。						
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 1 週	1	羽球基礎入門	1. 羽球運動的起源與特性	1. 了解羽球運動的特性。 2. 了解執球、握拍、正手發球、上手擊球的原理及動作要領。 3. 學會正確發球與正反手握拍法與擊球正確動	1. 觀摩學習 2. 連續擊球測量實作 3. 相互比較觀摩 4. 米字布法移位時間		
第 2 週	1		2. 羽球器材與執球及握拍方法				
第 3 週	1		1. 正手發球的動作				
第 4 週	1		2. 擊球原理及發球規則				

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 5 週	1		1. 執球、握拍、正手發球、上手擊球的原理及動作要領 2. 正確發球與正反手握拍法與擊球正確動作	作，並能準確擊中不同來向之球		
第 6 週	1					
第 7 週	1	個人基本動作	1. 不同擺速及角度發球及正反手擊球動作 2. 練習接發球預備及移位動作	1. 能瞭解不同擺速及角度發球及正反手擊球動作，並練習接發球預備及移位動作。 2. 能熟悉擊球原理並應用於對打變化中。 3. 能具備對形勢變化之判斷能力，並能遵守規則公平競爭。 4. 能作出頭上方正手擊球動作、力道控制及移位擊球之動作。 5. 能了解上手擊高遠球的原理及動作要領。	1. 觀察實作 2. 相互觀摩 3. 比賽練習	
第 8 週	1					
第 9 週	1					
第 10 週	1					
第 11 週	1					
第 12 週	1		上手擊高遠球的原理及動作要領			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 13 週	1	實戰演練	正式比賽規則及基本戰術	1. 能熟悉正式比賽規則及基本戰術，並應用於對打中。 2. 能具備對組合練習之設計能力，以改善缺點或開發能力。 3. 提高參與過程之體驗深度，激發對羽球運動的興趣，培養欣賞與參與的能力。	實作表現並紀錄	
第 14 週	1					
第 15 週	1					
第 16 週	1					
第 17 週	1					
第 18 週	1					
第 19 週	1					
第 20 週	1					
第 21 週	1					

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第二學期七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	羽球社	實施年級	七年級	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	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. 了解羽球場地大小與比賽場所的布置 2. 認識羽球執球、握拍、發球、上手擊球與服裝規定 3. (三)學會正確正反手握拍法與上手擊球正確動作，並能準確擊中不同來向之球 4. (四)學會羽球單、雙打比賽新規則； <u>落地就得分</u> 5. (五)提高參與過程之體驗深度，激發對羽球運動的興趣，培養欣賞與參與的能力。						
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 1 週	1	羽球基礎入門	1. 羽球運動的起源與特性	1. 了解羽球運動的特性。	1. 觀摩學習 2. 連續擊球測量實作 3. 相互比較觀摩 4. 米字布法移位時間		
第 2 週	1		2. 羽球器材與執球及握拍方法	2. 了解執球、握拍、正手發球、上手擊球的原理及動作要領。			
第 3 週	1		1. 正手發球的動作	3. 學會正確發球與正反手握拍法與擊球正確動			
第 4 週	1		2. 擊球原理及發球規則				

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 5 週	1		1. 執球、握拍、正手發球、上手擊球的原理及動作要領	作，並能準確擊中不同來向之球		
第 6 週	1		2. 正確發球與正反手握拍法與擊球正確動作			
第 7 週	1	個人基本動作	1. 不同擺速及角度發球及正反手擊球動作	1. 能瞭解不同擺速及角度發球及正反手擊球動作，並練習接發球預備及移位動作。 2. 能熟悉擊球原理並應用於對打變化中。 3. 能具備對形勢變化之判斷能力，並能遵守規則公平競爭。 4. 能作出頭上方正手擊球動作、力道控制及移位擊球之動作。 5. 能了解上手擊高遠球的原理及動作要領。	1. 觀察實作 2. 相互觀摩 3. 比賽練習	
第 8 週	1		2. 練習接發球預備及移位動作			
第 9 週	1		1. 頭上方正手擊球動作			
第 10 週	1		2. 力道控制及移位擊球之練習方式。			
第 11 週	1					
第 12 週	1		上手擊高遠球的原理及動作要領			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 13 週	1	實戰演練	正式比賽規則及基本戰術	1. 能熟悉正式比賽規則及基本戰術，並應用於對打中。 2. 能具備對組合練習之設計能力，以改善缺點或開發能力。 3. 提高參與過程之體驗深度，激發對羽球運動的興趣，培養欣賞與參與的能力。	實作表現並紀錄	
第 14 週	1					
第 15 週	1					
第 16 週	1					
第 17 週	1					
第 18 週	1					
第 19 週	1					
第 20 週	1					
第 21 週	1					

臺南市歸仁國民中學 115 學年度第一學期七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		紙黏土社	實施年級	七年級	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		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-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		學生掌握黏土捏塑基本技巧。						
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 1 週	1	社團相見歡 確認學員名單 選出正副社長	宣布社團注意事項	教學員如何運作黏土捏塑技巧，激發學員想像力及創作力	隨堂觀察			
第 2～5 週	4	馬卡龍小熊 水果土司結合手鏡	製作甜點馬卡龍，小熊造型，以及水果片如：奇異果片、蘋果片、草莓、火龍果片、香蕉片…。土司製作及上色。	學習黏土捏塑基本技巧，加以延伸，配合簡易油彩上色，使作品更為精緻。	隨堂觀察			
第 6～8 週	3	檸，辛苦了 蛋糕上蓋 側身及滾邊製作	學習如何運用土質塑蓋，還有利用常見用品製造蛋糕表層的質地，學習蛋糕奶油裝飾條	運用前期課程的基礎塑形，加以反覆訓練手感提升學員的耐力及專注力	隨堂觀察			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 9~11 週	3	檸，辛苦了 甜點及果片製作	甜點娃娃加上精緻的水果如：檸檬片、柳橙片、藍莓、覆盆莓小葉子	學員掌握黏土捏塑基本技巧，以及學習搭配不同質地的土質運用，呈現出不同層次的成品精緻度	隨堂觀察	
第 12~ 15 週	4	松果耶誕樹 耶誕佳節配飾製作	運用毬果展開後的外殼搭配黏土製作耶誕配飾及拐杖糖果，帽子，襪子，鈴鐺配飾的製作，嗨唷，雪花落下的呈現手法	學員學習基礎及進階手法交互運用與多媒材的媒合運用，提升學員想像力及創作力	隨堂觀察	
第 16~17 週	2	貓來財 底座加寬製作	學習如何運用黏土與底板媒合，以及學習使用三個不同，色階條不均勻，再加上挑的動作，使底板呈現生動草地的效果，立牌製作	學習結合多媒材，以及不同色階表現方式，並將前堂課所學之技巧加以運用及延伸，做出不同效果，增加學員的專注力與耐力	隨堂觀察	
第 18~21 週	4	貓來財 動物及配飾製作	動物的立體身形，製作的順序及動態架構組合的呈現，柿子與蘋果、元寶，鼓勵學員自行配置呈現屬於自己的作品	學習與多媒材的媒合，增加學員的組織架構能力，提升學員的自信心	隨堂觀察	

臺南市歸仁國民中學 115 學年度第二學期七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		紙黏土社	實施年級	七年級	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		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-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		學生掌握黏土捏塑基本技巧。						
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 1 週	1	社團相見歡 確認學員名單 選出正副社長	宣布社團注意事項	教學員如何運作黏土捏塑技巧，激發學員想像力及創作力	隨堂觀察			
第 2~4 週	1	馬年吉祥	透過老師講解及樣品示範，學習塑圓及橢圓的運用和製作方式，利用手部技巧加上簡易工具完成作品	學生掌握黏土捏塑基本技巧，並激發個人創造力。	隨堂觀察			
第 5 週	1	可可蜜罐	學習如何將身邊隨手可得的小瓶罐，運用黏土及捏塑技巧，製作蛋糕及水果裝飾將瓶罐變身再利用	學生掌握黏土捏塑基本技巧，並激發個人創造力。	隨堂觀察			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 6~9 週	4	動物方程式之蛋糕篇 及動物篇	一、指導學員學習黏土 包覆技巧製作蛋糕體， 以及運用塑圓和橢圓、 雙色搓長，製作奶油滾 邊、水果、脆笛酥妝點蛋 糕 二、學習運用圓、橢圓、 長短水滴及按壓，製作 動物頭部、長耳、身體、 手腳及組合	學生學習基礎塑型與 多媒材運用、進階塑 形與立體身形組合技 巧	隨堂觀察	
第 10~13 週	4	粽寶荷香	粽子擬人化，學習製作 粽葉當外衣包覆，搓長 線當腰帶，製作水塘、荷 葉及荷花	學習結合多媒材，並 將前堂課所學之技巧 加以運用及延伸，以 及運用不同屬性之黏 土，做出不同效果	隨堂觀察	
第 14~17 週	4	醜娃放克	放克(Funk)早期為強烈 律動音樂搭配重音，我 們以色彩表現方式為強 烈繽紛顏色搭上深色來 表現，搭配拼接包覆技 巧，做出時下流行醜萌 為代表的自我風格娃娃	學員學習拼接包覆技 巧，鞋型製作，運用色 彩激發學員想像力創 作力	隨堂觀察	
第 18~21 週	4	繽紛萌寵	學習製作小熊穿著兔 裝，運用塑圓及包覆的 技巧，搭配蕾絲及玉線 的運用	學生學習多媒材運用 媒合、進階塑形組合 技巧	隨堂觀察	

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第一學期 七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		EQ 影片欣賞手作社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(21)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		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。 綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人,適切表達自己的意見與感受,運用同理心及合宜的溝通技巧,促進良好的人際互動。 綜-J-C2 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。						
課程目標		本課程精選「自我探索」與「人際關係」之影音媒材(含網路授權與教育影片),透過核心議題引導與小組思辨,協助學生深化自我覺察,並掌握國中階段人際挑戰的因應策略。此外,配合學校段考期程,特別規劃三次手作紓壓實作,在輕鬆療癒的氛圍中促進同儕互動,建立正向且具凝聚力的社團歸屬感。						
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 1 週~ 第 5 週	5	更好的選擇	● 建立社團團體規範與破冰活動協助學生適應新群體,於社團初期建立安全感與參與度。 ● 探討「選擇」對個人生活的影響,並引導學生將良好的決策能力落實於「初識人際關係」之議題中。結合主題影音媒材,從自我介紹、消除陌生感之互動技巧出發,引導學生深化同儕	● 核心認知: 能理解「選擇」在生活與人際互動中的關鍵影響,增進自我的覺察能力。 ● 互動技能: 能運用自我介紹與破冰技巧消除人際陌生感,並在同儕交流中展現深度理解。 ● 情意實踐: 能在面對國中常見之人際挑戰時,練習做出更適切、正向的應對決策。	學習單、小組討論			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			交流與相互理解，學習在人際互動中做出更適切的應對選擇。			
第 6 週	1	技藝實作：紓壓熱塑片	手作技藝：熱塑繪製與加工製作。	提供段考後之情緒抒發與壓力調適管道，並透過實作過程增加同儕自然互動之機會。	作品展示	
第 7 週 ~ 第 10 週	5	認識成長思維，學習不斷成長	介紹「固定思維」與「成長思維」的核心概念，引導學生覺察自身的思考模式。結合大腦可塑性與思維練習(如「不可能」的思想)，協助學生打破能力固化的迷思，將挫折視為學習契機，進而能在日常與人際挑戰中，選擇以正向、持續成長的心態來積極因應。	●引導學生正確認識成長思維，打破能力固化的迷思，並覺察自身面對挫折時的心態反應。 ●培力學生運用「思維轉換」的技巧，在課業或同儕互動遇到瓶頸時，能選擇更具彈性的溝通與解決策略。 ●提升學生的心理韌性，使其在面對國中生活挑戰時，能展現出持續嘗試、不畏挫折的積極態度。	學習單、小組討論	
第 11-12 週	2	了解自我畫像，並學習勾勒健康的自我畫像	介紹自我畫像的四個核心面向：聽覺(內外在聲音)、身體(生理覺察)、外表(形象認同)與個人記憶(成長經驗)。引導學生覺察這些面向如何影響自我認知，並培養主動選擇的能力—學習有意識地接納、欣賞	●核心認知：能理解自我畫像的四個組成面向(聽覺、身體、外表、個人記憶)，並分析其對自我概念的影響。 ●實踐技能：能運用「主動選擇與過濾」的技巧，分辨並內化正向的自我訊息，並	學習單、小組討論	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			正向的自我畫像，同時勇敢拒絕並破除負向的自我定義，藉此勾勒出健康且具韌性的自我形象。	能理性拒絕負向的外部標籤或自我否定。 ● 情意態度： 培養自我接納與正向欣賞的態度，願意主動勾勒並實踐健康、自信的自我畫像。		
第 13 週	1	技藝實作：自我形象形塑	手作技藝：使用黏土捏塑或結合繪畫，進行「正面形象」立體創作。	藉由藝術創作將抽象之「正向自我形象」具象化，強化自我肯定並促進同儕間之正向回饋。	實作評量、同儕互評	
第 14-15 週	2	認識自己的特質，了解美好的特質會形塑為品格	1. 帶領學生深入探索個人特質，發掘並欣賞自身的獨特優勢。課程進一步引導學生理解「美好的特質如何透過在日常情境中的正向選擇，淬鍊並形塑為恆常的品格」。透過生活情境模擬，協助學生將內在品格轉化為具體的行動，在日常與人際互動中做更好的選擇，展現知行合一的成熟形象。	● 核心認知： 能辨識並說出個人的正向特質，並理解特質形塑為品格的轉化過程。 ● 實踐技能： 能在生活情境中，運用自身的優勢特質做出符合品格價值的正向抉擇與因應行動。 ● 情意態度： 培養對自身獨特特質的欣賞與悅納，並願意在日常與同儕互動中，主動實踐並堅持美好的品格	學習單、小組討論	
第 16-18 週	3	認識優特質和弱特質	介紹優特質與弱特質的概念，引導學生客觀檢視自身的特質分布。課程強調「特質的動態成長」，讓學生明白天賦需要透過	● 核心認知： 能分辨自身的優特質與弱特質，並理解透過努力與正確策略可以激發優勢、改善限制。	學習單、小組討論	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			後天努力才能被充分激發；同時引導學生面對弱特質時，不輕言放棄，而是學習設定目標、運用合宜的策略進行微調與優化。透過這份覺察，協助學生在面對自我發展時，選擇一條「透過努力不斷超越自我」的正向道路。	●實踐技能：能針對自己的優特質擬定具體的激發或練習計畫，並能為弱特質找出可行的調整與改善策略。 ●情意態度：培養正向積極的自我發展態度，願意在面對自身不足時選擇持續努力，展現不畏挑戰的心理韌性。		
第 19 週	1	成果策展：自我迷宮圖	社團成果展實作：「自我迷宮圖」圖文設計與繪製。	整合全學期自我探索之歷程，以創意媒材展現個人成長軌跡與反思，供成果展點評。	作品展示實作評量	
第 20-21 週	2	期末回顧與展望	學期課程重點回顧、個人學習心得分享與綜合回饋。	統整一學期之社團人際學習成效，進行自我省思並訂定未來成長目標。	回饋單、口頭分享	

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第二學期 七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	EQ 影片欣賞手作社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(21)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		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。 綜-J-A2 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,運用適當的策略,解決生活議題。 綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人,適切表達自己的意見與感受,運用同理心及合宜的溝通技巧,促進良好的人際互動。 綜-J-C2 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。				
課程目標		一.認知層面： 能理解個人的內在價值與自信建立的歷程，辨析語言對人際的影響，並認同延遲滿足（棉花糖效應）對個人長期發展的重要性。 二.技能層面： 能在日常中運用正向語言傳遞祝福，在面對誘惑與挑戰時展現自律與情緒管理，並能具體規劃未來的生涯願景。 三.情意態度： 培養自我悅納與欣賞他人的情懷，內化「為自己做出更好選擇」的責任意識，對未來生活抱持積極、充滿希望的期待。				
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~ 第 5 週	5	了解自己與生俱來且獨一無二的價值	藉由藝術家黃美廉博士的生命故事，引導學生探討生命的本質與獨特價值。課程聚焦於「在不完美中做更好的心態選擇」，引導學生學習黃博士「看我所有的，不看我所沒有的」之正向積極態度。透過反思與對話，協助學生發掘並珍視自身與生俱來、無法被替代的獨一無二價值。	一.核心認知： 能理解生命價值的多元性，並說出黃美廉博士故事中所傳遞的生命哲學與「有價值的我」之核心意涵。 二.實踐技能： 能運用「看我所有的」之轉念技巧，列舉並珍視自身擁有的特質與獨特優勢，翻轉日常生活中因比較產生的自我否定。 三.情意態度： 培養自我悅納與生命認同的情懷，願意在面對自身的限制或不完美時，主動選擇以積極、自信的態肯定自我的獨一無二	學習單、小組討論	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				性。		
第 6 週~	1	生命調色盤	運用圖畫紙、粉蠟筆或彩色筆、便利貼，畫一棵「豐盛之樹」	呼應黃美廉博士「看我所有的，不看我沒有的」名言。	作品展示實作評量	
第 7 週~ 第 11 週	5	自信的階梯	了解自我認識、自我接納、自我肯定建立自信的三個階段	一. 核心認知： 能辨析「自我認識、自我接納、自我肯定」三個階段的內涵與遞進關係，理解自信建立的系統化歷程。 二. 實踐技能： 能運用自我對話技巧，在面對自身限制時落實「自我接納」，並能具體列舉並展現個人優勢以落實「自我肯定」。 三. 情意態度： 培養對自身完整樣貌（含優缺點）的包容力，願意主動選擇跨越盲目比較的迷思，循序漸進地建立穩健且內在根基深厚的自信心。	學習單、小組討論	
第 12 週	1	自信流沙瓶	透過不同比重、顏色的亮片、彩色沙與水油媒材，做出晃動後會慢慢沉澱、閃閃發光的流沙瓶。	引導學生在材料與色彩的選擇中，隱喻式地重組並擁抱自身的不完美（如：描繪裂痕、堆疊層次）。在輕鬆對話的同儕氛圍中，透過手作促進社團正向互動，並將承載自我肯定能量的作品帶回日常生活中，落實內在自信的具體延續。	作品展示實作評量	
第 13 週~ 第 16 週	4	說祝福的話	學習對自己與他人說祝福的話	了解說話能傷害人也能祝福人，發揮自己的優特質，並練習說正向祝	學習單、小組討論	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				福的話。		
第 17 週~ 第 19 週	3	忍住棉花糖	了解與學習培養自制力對未來的重要性	學習分辨一時想要和真實需要	學習單、小組討論	
第 20-21 週	2	給 20 歲的自己	學期課程重點回顧、寫給未來的一封信。	統整一學期之社團人際學習成效，進行自我省思並訂定未來成長目標。	學習單、問卷	

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第一學期七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		桌遊社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共 21 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		綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。 綜-J-C2 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。 社-J-C2 具備同理與理性溝通的知能與態度，發展與人合作的互動關係。						
課程目標		學生能透過桌遊訓練思考及分析的能訓練思考及分析的能力，並培養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(名詞)	學習目標(動詞+名詞)	學習評量(評量方式)	備註		
第一~二週	2	桌遊是什麼？	桌遊概念	認識桌遊	能準確地回答問題，說出桌遊的規則			
第三~四週	2	平衡類桌遊	諾亞方舟、籤籤入扣、超級犀牛	由簡易的遊戲，教導同學能遵從規則、進行體驗。	能準確地回答問題，說出桌遊的規則			
第五週	1	平衡遊戲大賽	籤籤入扣	進行比賽	根據比賽結果評分			
第六、七週	2	想像力與桌遊	妙語說書人	開發同學們的想像力及表達能力。	能準確地回答問題，說出桌遊的規則			
第八、九週	2	觀察與桌遊	出包魔法師	增進觀察力及機率的應用。	能準確地回答問題，說出桌遊的規則			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第十週	1	期中考試	小考(一)	針對上半學期的遊戲進行測驗。	根據考試評分	
第十一、十二週	2	聯想與桌遊	五秒定律、妙傳爆趣、字母瘋火輪、字字轉機	增強聯想力	能準確地回答問題，說出桌遊的規則	
第十三週	1	聯想遊戲大賽	五秒定律	進行比賽	根據比賽結果評分	
第十四、十五、十六週	3	排列與桌遊	拉密	藉由數字排列變化，可增加觀察分析力，對於數字的銳度也相對提升。	能準確地回答問題，說出桌遊的規則	
第十七、十八、十九週	3	推理與桌遊	矮人礦坑、CSI 案發現場	謹慎分析情勢，培養推理的能力。	能準確地回答問題，說出桌遊的規則	
第二十週	1	期末考試	小考(二)	針對下半學期的遊戲進行測驗。	根據考試評分	
第二十一週	1	期末總複習	複習本學期的桌遊	針對本學期的桌遊進行體驗，不熟悉的部分透過彼此教學，增強印象	能準確地回答問題，說出桌遊的規則	

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第二學期七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		桌遊社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共 21 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		綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。 綜-J-C2 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。 社-J-C2 具備同理與理性溝通的知能與態度，發展與人合作的互動關係。						
課程目標		學生能透過桌遊訓練思考及分析的能訓練思考及分析的能力，並培養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(名詞)	學習目標(動詞+名詞)	學習評量(評量方式)	備註		
第一~二週	2	桌遊是什麼？	桌遊概念	認識桌遊	能準確地回答問題，說出桌遊的規則			
第三~四週	2	反應類桌遊	德國心臟病、哆寶、快手疊杯、閃靈快手	由簡易的遊戲，教導同學能遵從規則、進行體驗。	能準確地回答問題，說出桌遊的規則			
第五週	1	反應遊戲大賽	德國心臟病	進行比賽	根據比賽結果評分			
第六、七週	2	創意與桌遊	從前從前	開發同學們的想像力及表達能力。	能準確地回答問題，說出桌遊的規則			
第八、九週	2	機率與桌遊	駱駝大賽	增進觀察力及機率的應用。	能準確地回答問題，說出桌遊的規則			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第十週	1	期中考試	小考(一)	針對上半學期的遊戲進行測驗。	根據考試評分	
第十一、十二週	2	聯想與桌遊	五秒定律、妙傳爆趣、字母瘋火輪、字字轉機	增強聯想力	能準確地回答問題，說出桌遊的規則	
第十三週	1	聯想遊戲大賽	字母瘋火輪	進行比賽	根據比賽結果評分	
第十四、十五、十六週	3	排列與桌遊	拉密	藉由數字排列變化，可增加觀察分析力，對於數字的銳度也相對提升。	能準確地回答問題，說出桌遊的規則	
第十七、十八週	2	推理與桌遊	間諜危機、狼人	分析情勢，培養推理的能力。	能準確地回答問題，說出桌遊的規則	
第十九週	1	期末考試	小考(二)	針對下半學期的遊戲進行測驗。	根據考試評分	
第二十、二十一週	2	期末總複習	複習本學期的桌遊	針對本學期的桌遊進行體驗，不熟悉的部分透過彼此教學，增強印象	能準確地回答問題，說出桌遊的規則	

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第一學期七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	魔術社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(21)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	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。 綜-J-C2 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。						
課程目標	學習魔術可訓練學生們溝通表達力、良好的幽默感、促進人際關係、組織與邏輯力、激發創造力及想像力、耐心及專注力、並且從觀眾的掌聲及驚嘆聲中建立自信與價值。						
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	基礎魔術介紹與認知	魔術演繹方式與類別介紹	分辨舞台魔術、近距離魔術、沿桌魔術等	隨堂抽問		
第 2 週	1	撲克牌魔術	基本撲克牌手法與道具運用	基本持牌、洗牌法，撲克道具運用	隨堂抽問		
第 3 週	1	撲克牌魔術	基本撲克牌手法與道具運用	基本持牌、洗牌法，撲克道具運用	隨堂抽問		
第 4 週	1	撲克牌魔術	基本撲克牌手法與道具運用	基本持牌、洗牌法，撲克道具運用	隨堂抽問		
第 5 週	1	撲克牌魔術	基本撲克牌手法與道具運用	基本持牌、洗牌法，撲克道具運用	隨堂抽問		
第 6 週	1	撲克牌魔術	基本撲克牌手法與道具運用	基本持牌、洗牌法，撲克道具運用	隨堂抽問		
第 7 週	1	科學魔術	運用科學原理以魔術演繹方式呈現	認識 CO2、虎克定律、磁鐵特性	益智問答、個人競賽		

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 8 週	1	科學魔術	運用科學原理以魔術演繹方式呈現	認識 CO ₂ 、虎克定律、磁鐵特性	益智問答、個人競賽	
第 9 週	1	科學魔術	運用科學原理以魔術演繹方式呈現	認識 CO ₂ 、虎克定律、磁鐵特性	益智問答、個人競賽	
第 10 週	1	期中社團評量	學生獨力完成魔術演藝	掌握學生學習進度與狀況	個人表演考試評量	
第 11 週	1	硬幣魔術	基本硬幣技巧與操作	基本單幣消失與出現，硬幣結合撲克牌	隨堂抽問	
第 12 週	1	硬幣魔術	基本硬幣技巧與操作	基本單幣消失與出現，硬幣結合撲克牌	隨堂抽問	
第 13 週	1	硬幣魔術	基本硬幣技巧與操作	基本單幣消失與出現，硬幣結合撲克牌	隨堂抽問	
第 14 週	1	硬幣魔術	基本硬幣技巧與操作	基本單幣消失與出現，硬幣結合撲克牌	隨堂抽問	
第 15 週	1	硬幣魔術	基本硬幣技巧與操作	基本單幣消失與出現，硬幣結合撲克牌	隨堂抽問	
第 16 週	1	生活魔術	橡皮筋魔術、吸管魔術等	利用生活中隨手可得小物即可表演	隨堂抽問	
第 17 週	1	生活魔術	橡皮筋魔術、吸管魔術等	利用生活中隨手可得小物即可表演	隨堂抽問	
第 18 週	1	生活魔術	橡皮筋魔術、吸管魔術等	利用生活中隨手可得小物即可表演	隨堂抽問	
第 19 週	1	舞台魔術	中大型互動及舞台魔術	互動魔術口條及舞台魔術臺風流暢、穩健	隨堂抽問	
第 20 週	1	舞台魔術	中大型互動及舞台魔術	互動魔術口條及舞台魔術臺風流暢、穩健	隨堂抽問	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 21 週	1	期末評量與總複習	本學期課總複習	融會貫通、自由發揮改變傳統魔術技巧與流程	個人表演考試評量	
--------	---	----------	---------	----------------------	----------	--

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第二學期七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	魔術社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(21)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	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。 綜-J-C2 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。						
課程目標	學習魔術可訓練學生們溝通表達力、良好的幽默感、促進人際關係、組織與邏輯力、激發創造力及想像力、耐心及專注力、並且從觀眾的掌聲及驚嘆聲中建立自信與價值。						
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	基礎魔術介紹與認知	魔術演繹方式與類別介紹	分辨舞台魔術、近距離魔術、沿桌魔術等	隨堂抽問		
第 2 週	1	撲克牌魔術	基本撲克牌手法與道具運用	基本持牌、洗牌法，撲克道具運用	隨堂抽問		
第 3 週	1	撲克牌魔術	基本撲克牌手法與道具運用	基本持牌、洗牌法，撲克道具運用	隨堂抽問		
第 4 週	1	撲克牌魔術	基本撲克牌手法與道具運用	基本持牌、洗牌法，撲克道具運用	隨堂抽問		

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 5 週	1	撲克牌魔術	基本撲克牌手法與 道具運用	基本持牌、洗牌法，撲克 道具運用	隨堂抽問	
第 6 週	1	撲克牌魔術	基本撲克牌手法與 道具運用	基本持牌、洗牌法，撲克 道具運用	隨堂抽問	
第 7 週	1	科學魔術	運用科學原理以魔 術演繹方式呈現	認識萬有引力、離心力 特性	益智問答、個人競賽	
第 8 週	1	科學魔術	運用科學原理以魔 術演繹方式呈現	認識萬有引力、離心力 特性	益智問答、個人競賽	
第 9 週	1	數學魔術	運用數學原理以魔 術演繹方式呈現	利用二元一次方程式及 最小公因數原理	益智問答	
第 10 週	1	期中社團評量	學生獨力完成魔術 演藝	掌握學生學習進度與狀 況	個人表演考試評量	
第 11~15 週	5	Money 魔術	硬幣與鈔票技巧與 操作	硬幣結合鈔票魔術演繹	隨堂抽問	
第 16~17 週	2	生活魔術	計算機、牙籤、迴紋 針等生活小物魔術	利用生活中隨手可得小 物即可表演	隨堂抽問	
第 18 週	1	舞台魔術	中大型互動及舞台 魔術	培訓學生於期末成果展 獨立完成演出	隨堂抽問	
第 19 週	1	舞台魔術	中大型互動及舞台 魔術	培訓學生於期末成果展 獨立完成演出	隨堂抽問	
第 20 週	1	舞台魔術	中大型互動及舞台 魔術	培訓學生於期末成果展 獨立完成演出	隨堂抽問	
第 21 週	1	期末評量與總複習	本學期課總複習	融會貫通、自由發揮改 變傳統魔術技巧與流程	個人表演考試評量	

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第一學期 七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		ELTA 跨文化探索社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(21)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)						
		A2 系統思考與問題解決： 學生能透過 PBL 專題任務（如書信撰寫與 AI 創作），主動思考、規劃並協同解決問題。 B1 符號運用與溝通表達： 學生能於全英語環境中，運用英語口語、文字及肢體語言進行有效溝通與多次成果發表。 C3 多元文化與國際理解： 學生能認識坦尚尼亞及非洲的多元文化，尊重文化差異，消除刻板印象，具備世界公民之素養。						
課程目標		本課程旨在落實 12 年國教課綱之「多元文化與國際理解」核心素養，並呼應歸仁國中培養學生具備國際視野與在地關懷之教育願景。課程打破傳統學科英語的紙筆框架，建立全英語（Immersion）的互動式學習環境。 透過來自坦尚尼亞外師的延伸視角，帶領歸仁國中學生從自身的「自我介紹」出發，逐步走入非洲的語言、飲食、舞蹈與藝術。課程採取專題式學習（PBL）核心模式，規劃「節慶感恩書信撰寫」，並導入 AI 科技協作（科技融入教學）進行跨領域歌曲與電影的反思創作，最後以多元的「展演藝術（Art Performance）」作結，全面提升學生的英語聽說讀寫實務能力、科技資訊素養與跨文化同理心。						
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	相見歡與課程引導	社團規範說明	外師與學生初步破冰。	參與度評量			
第 2-3 週	2	自我探索與表達	學生英文自我介紹，	學生練習英文自我介紹，建立自信心，外師個別指導。	口頭評量			
第 4-9 週	6	非洲文化探究：語言、飲食、舞蹈	探索非洲語言的多樣性，學習基礎斯瓦希里語（Swahili）問候，認識坦尚尼亞傳統美食與飲食文化，對比臺灣飲食差異。	學習基礎斯瓦希里語（Swahili）問候，對比臺灣與坦尚尼亞飲食差異，並能欣賞非洲傳統舞蹈節奏	課堂互動/實作			

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			體驗與欣賞非洲傳統舞蹈節奏，動態身體抒發			
第 10 週	1	階段成果發表	結合前幾週所學，進行第一階段非洲文化主題小組發表	小組主題發表	同儕互評/口頭報告	
第 11-13 週	3	PBL 專題：節慶傳情	Write to Santa: 專題式學習，引導學生運用英文書信格式	撰寫給聖誕老人的信，練習真實情境書寫。	檔案評量（書信成品）	
第 14 週	2	PBL 成果發表	分享「寫信給聖誕老人的專案」反思與成品展示。	分享「寫信給聖誕老人的專案」反思與成品展示。	成果發表評量	
第 15-18 週	4	非洲文化探究：教育、展演藝術	了解坦尚尼亞國中生的校園生活與教育環境，學習非洲相關或跨文化的表演藝術元素	反思自身學習環境與坦尚尼亞差異，並能學習非洲相關表演藝術元素，小組編排短劇或橋段	課堂發表/心得	
第 19-20 週	2	期末總體成果展	期末跨文化學習成果總發表	期末跨文化學習成果總發表	展演評量/動態發表	
第 21 週	1	期末回顧與展望	回顧整學期學習歷程	給予課程回饋	回饋單 、綜合自我評量	

臺南市立歸仁國民中學 115 學年度第 2 學期 七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	ELTA 跨文化探索社	實施年級	七年級	教學節數	本學期共(21)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)						
	A2 系統思考與問題解決： 學生能透過 PBL 專題任務（如書信撰寫與 AI 創作），主動思考、規劃並協同解決問題。						
	B1 符號運用與溝通表達： 學生能於全英語環境中，運用英語口語、文字及肢體語言進行有效溝通與多次成果發表。						

		C3 多元文化與國際理解： 學生能認識坦尚尼亞及非洲的多元文化，尊重文化差異，消除刻板印象，具備世界公民之素養。				
課程目標		本課程旨在落實 12 年國教課綱之「多元文化與國際理解」核心素養，並呼應歸仁國中培養學生具備國際視野與在地關懷之教育願景。課程打破傳統學科英語的紙筆框架，建立全英語（Immersion）的互動式學習環境。透過來自坦尚尼亞外師的延伸視角，帶領歸仁國中學生從自身的「自我介紹」出發，逐步走入非洲的語言、飲食、舞蹈與藝術。課程採取專題式學習（PBL）核心模式，規劃「節慶感恩書信撰寫」，並導入 AI 科技協作（科技融入教學）進行跨領域歌曲與電影的反思創作，最後以多元的「展演藝術（Art Performance）」作結，全面提升學生的英語聽說讀寫實務能力、科技資訊素養與跨文化同理心。				
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	相見歡與課程引導	社團規範說明	本學期藝術與科技主題說明。	參與度評量	
第 2-3 週	2	音樂與文化欣賞	欣賞非洲傳統與現代音樂、旋律及背後的文化故事。	欣賞非洲傳統與現代音樂、旋律及背後的文化故事。	課堂聆聽與討論	
第 4-5 週	2	科技融入：AI 歌曲創作	使用 AI 工具(Suno)協作發想英文歌詞。	學習如何下 Prompt 引導 AI 工具協作發想英文歌詞，結合音樂創意。	課堂互動/實作	
第 6-8 週	3	電影藝術欣賞	精選非洲文化相關電影/紀錄片短片放映，	進行跨文化視角引導	課堂參與評量	
第 9-10 週	2	影像反思與探討	針對電影主題進行深度小組反思	針對電影主題進行深度小組反思、心得撰寫與觀點分享。	檔案評量（反思單）	
第 11-13 週	3	PBL 專題：感恩傳情	PBL_Write to Mom: 母親節專題式學習	指導學生用英文手寫/設計感恩母親卡	檔案評量（書信成品）	
第 14 週	2	PBL 成果發表	Presentation: 母親節專案信件/卡片成果小組發表	分享「母親節專案信件/卡片」反思與成品展示。	成果發表評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第 15-17 週	4	表演藝術深度排練	Art Performance: 結合音樂、舞蹈或戲劇形式，表演藝術教學	結合音樂、舞蹈或戲劇形式排練期末大戲或跨文化藝術展演。	課堂發表/心得	
第 18-19 週	1	期末總體成果展	動態舞台發表(音樂/舞蹈/戲劇展演)，錄影紀錄。	期末跨文化學習成果總發表	展演評量/動態發表	
第 20 週	1	期末回顧與展望	回顧整學期學習歷程	給予課程回饋	回饋單 、綜合自我評量	