

臺南市立白河區白河國民中學 115 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	羽毛球社團	20+20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節
2	棒球社團	20+20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節
3	音樂直笛社團	20+20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節
4			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
5			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
6			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
7			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
8			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
9			是 ☐ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☐ 隔週【 】節
10			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。

臺南市立白河區白河國民中學 114 學年度第一、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	羽毛球社團	實施年級	七	教學節數	本學期共(20)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	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 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. 能正確的做出殺球的動作。 2. 觀察同學的動作，並給予客觀的建議。 3. 能正確的做出殺球的動作。 4. 了解步法之意義及重要性。 5. 能做出正確的步法。 6. 熟練羽球步法。						
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	
第一~四週	4	攻其不備～羽球殺球	羽球殺球與命中目標	1. 了解羽球殺球之動作要領。 2. 了解找出正確的擊球點原理。 3. 表現羽球殺球的身體控制能力，發展專項運動技能。	提問 觀察 發表 實作	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

第五~八週	4	羽球運動動作組合	羽球步法之種類、意義及實用性。	1. 了解常見的羽球步法「米字形」、「八字形」、「N字形」等步法練習等種類原理。 2. 練習常見的羽球步法 3. 表現羽球步法動作的身體控制能力，發展專項運動技能。	提問 觀察 發表 實作	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。
第九~十週	2	活動「X計畫」	羽球步法之加強練習	表現羽球步法動作的身體控制能力，發展專項運動技能。	提問 觀察 發表 實作	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。
第十一~十二週	2	米字形接力綜合練習	羽球步法之加強練習	表現羽球步法動作的身體控制能力，發展專項運動技能。	提問 觀察 發表 實作	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 人 J5 了解社會上有

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

						不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。
第十三~十七週	5	合作無間	羽球運動動作組合及分組對抗賽。	1. 應用羽球運動比賽的各項團體戰術。 2. 在羽球比賽中，表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3. 在羽球運動中，表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 4. 覺察自己對球類運動的能力與興趣。執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	提問 觀察 發表 實作	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。
第十八~二十週	3	從羽球重新認識自己	羽球分組對抗賽	1. 應用羽球運動比賽的各項團體戰術。 2. 在羽球比賽中，表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3. 在羽球運動中，表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 4. 覺察自己對球類運動	提問 觀察 發表 實作	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

				的能力與興趣。執行個人運動計畫，實際參與身體活動。 5. 藉由羽球社團的參與，表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度		
--	--	--	--	--	--	--

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

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

◎各社團務必寫一份。

臺南市立白河區白河國民中學 115 學年度第一、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	實施年級	七	教學節數	本學期共(20)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		健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 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. 了解棒（壘）球運動在臺灣發展的情形。 2. 認識棒、壘球的差異及持球方式。 3. 了解棒、壘球運動投手的基本投法及學習如何投球。 4. 能夠以正確的投球姿勢，將球準確的投向目標。 5. 能以正確的傳球姿勢，將球準確的傳向目標，並能確實的接住來球。 6. 了解棒（壘）球基本的規則。 7. 實際參與棒（壘）球比賽。						
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)

第一~二週	2	球球大不同	1 我國棒、壘球運動的歷史源由與發展。 2. 棒壘球之基本差異處。 3. 投球動作要領	1. 了解棒、壘球運動的歷史源由與發展。 2. 了解棒壘球之基本差異處。 3. 表現投球動作身體控制能力，發展專項運動技能。	問答 實作 行動 行為	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。
第三~四週	2	傳球	傳球動作組合要領與練習	1. 了解傳球動作技能原理。 2. 表現傳球動作身體控制能力，發展專項運動技能	問答 實作 行動 行為	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。
第五~六週	2	接球	接球動作組合要領與練習	1. 了解接球動作技能原理。 2. 表現接球動作身體控制能力，發展專項運動技能	問答 實作 行動 行為	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 人 J5 了解社會上有

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

						不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。
第七~八週	2	傳接球練習	傳接球動作組合要領與練習	1. 了解傳接球動作技能原理。 2. 表現傳接球動作身體控制能力，發展專項運動技能	問答 實作 行動 行為	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。
第九週	1	棒球比賽規則講解	棒球規則	1. 了解棒球規則。 2. 練習裁判之判決。	問答 實作 行動 行為	
第十~十八週	9	合作無間	棒球運動動作組合及分組對抗賽。	1. 應用棒球運動比賽的各項團體戰術。 2. 在棒球比賽中，表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3. 在棒球運動中，表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動	提問 觀察 發表 實作	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。

				技能。 4. 覺察自己對球類運動的能力與興趣。執行個人運動計畫，實際參與身體活動。		【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。
第十八~二十週	3	從棒球中認識自己	分組對抗賽	1. 應用棒球運動比賽的各項團體戰術。 2. 在棒球比賽中，表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3. 在棒球運動中，表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 4. 覺察自己對球類運動的能力與興趣。執行個人運動計畫，實際參與身體活動。 5. 藉由棒球社團的參與，表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度	提問 觀察 發表 實作	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。

社團活動或技藝課程名稱	音樂直笛社	實施年級	七	教學節數	本學期共(20)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)						

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-A1 參與藝術活動，增進美感知能。 J-B1 應用藝術符號，以表達觀點與風格。 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。 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. 透過生活與樂曲認識音樂元素、了解記譜法的呈現與中音直笛的吹奏技巧。 2. 建立基礎歌唱技巧、認識指揮圖示與歌唱形式，並學習欣賞聲樂曲。 3. 介紹西元 1930～1990 年臺灣在地流行音樂。 4. 透過生活與展演場所培養觀察、感受與體驗節奏。				
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~第五週	5	音樂有藝思	E-IV-1 多元形式歌曲。 基礎歌唱技巧，如：發聲技巧、表情等。 E-IV-2 樂器的構造、發音原理、演奏技巧，以及不同的演奏形式。 E-IV-3 音樂符號與術語、記譜法或簡易音樂軟體。 E-IV-4 音樂元素，如：音色、調式、和聲等。 A-IV-2 相關音樂語彙，如音色、和聲等描述音樂元素之音樂術語，或相關之一般性用語。 A-IV-3 音樂美感原則，	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。 1-IV-2 能融入傳統、當代或流行音樂的風格，改編樂曲，以表達觀點。 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。 2-IV-2 能透過討論，以探究樂曲創作背景與社會文化的關聯及其意義，表達多元觀點。 3-IV-1 能透過多元音樂活動，探索音樂及其他藝術之共通性，關懷在地及全球藝	1. 態度評量 2. 發表評量 3. 討論評量 4. 教師評量	科技教育】 具備科技哲學觀與科技文化的素養；激發持續學習科技及科技設計的興趣；培養科技知識與產品使用的技能。 【多元文化教育】 認識文化的豐富與多樣性；養成尊重差異與追求實質平等的跨文化素養；維護多元文化價值。

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			如：均衡、漸層等。 P-IV-1 音樂與跨領域藝術文化活動。 P-IV-2 在地人文關懷與全球藝術文化相關議題。	術文化。 3-IV-2 能運用科技媒體蒐集藝文資訊或聆賞音樂，以培養自主學習音樂的興趣與發展。		
第六~第十週	5	唱起歌來快樂多	E-IV-1 多元形式歌曲。基礎歌唱技巧，如：發聲技巧、表情等。 E-IV-2 樂器的構造、發音原理、演奏技巧，以及不同的演奏形式。 E-IV-3 音樂符號與術語、記譜法或簡易音樂軟體。 E-IV-4 音樂元素，如：音色、調式、和聲等。 音E-IV-5 基礎指揮。 A-IV-1 器樂曲與聲樂曲，如：傳統戲曲、音樂劇、世界音樂、電影配樂等多元風格之樂曲。各種音樂展演形式，以及樂曲之作曲家、音樂表演團體與創作背景。 A-IV-2 相關音樂語彙，如音色、和聲等描述音樂	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。 1-IV-2 能融入傳統、當代或流行音樂的風格，改編樂曲，以表達觀點。 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。 2-IV-2 能透過討論，以探究樂曲創作背景與社會文化的關聯及其意義，表達多元觀點。 3-IV-1 能透過多元音樂活動，探索音樂及其他藝術之共通性，關懷在地及全球藝術文化。 3-IV-2 能運用科技媒體蒐集藝文資訊或聆賞音樂，以培養自主學習音樂的興趣與發展。	1. 態度評量 2. 發表評量 3. 討論評量 4. 教師評量	【性別平等教育】 性 J1 接納自我與他人的性傾向、性別特質與性別認同。 【多元文化教育】 認識文化的豐富與多樣性；養成尊重差異與追求實質平等的跨文化素養；維護多元文化價值。 【科技教育】 具備科技哲學觀與科技文化的素養；激發持續學習科技及科技設計的興趣；培養科技知識與產品使用的技能。

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			元素之音樂術語，或相關之一般性用語。 A-IV-3 音樂美感原則，如：均衡、漸層等。 P-IV-1 音樂與跨領域藝術文化活動。 P-IV-2 在地人文關懷與全球藝術文化相關議題。			
第十一~第十五週	5	傳唱時代的聲音	E-IV-1 多元形式歌曲。基礎歌唱技巧，如：發聲技巧、表情等。 E-IV-2 樂器的構造、發音原理、演奏技巧，以及不同的演奏形式。 A-IV-1 器樂曲與聲樂曲，如：傳統戲曲、音樂劇、世界音樂、電影配樂等多元風格之樂曲。各種音樂展演形式，以及樂曲之作曲家、音樂表演團體與創作背景。 A-IV-3 音樂美感原則，如：均衡、漸層等。 P-IV-1 音樂與跨領域藝術文化活動。	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。 1-IV-2 能融入傳統、當代或流行音樂的風格，改編樂曲，以表達觀點。 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。 2-IV-2 能透過討論，以探究樂曲創作背景與社會文化的關聯及其意義，表達多元觀點。 3-IV-1 能透過多元音樂活動，探索音樂及其他藝術之共通性，關懷在地及全球藝術文化。	1. 教師評量 2. 學生互評 3. 發表評量 4. 表現評量 5. 實作評量 6. 態度評量 7. 欣賞評量	海洋教育】 海 J10 運用各種媒材與形式，從事以海洋為主題的藝術表現。

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			P-IV-2 在地人文關懷與全球藝術文化相關議題。 P-IV-3 音樂相關工作的性與種類。	3-IV-2 能運用科技媒體蒐集藝文資訊或聆賞音樂，以培養自主學習音樂的興趣與發展。		
第十六週~二十週	5	跟著節奏玩表演	E-IV-1 多元形式歌曲。基礎歌唱技巧，如：發聲技巧、表情等。 E-IV-2 樂器的構造、發音原理、演奏技巧，以及不同的演奏形式。 音E-IV-3 音樂符號與術語、記譜法或簡易音樂軟體。 A-IV-1 器樂曲與聲樂曲，如：傳統戲曲、音樂劇、世界音樂、電影配樂等多元風格之樂曲。各種音樂展演形式，以及樂曲之作曲家、音樂表演團體與創作背景。 A-IV-2 相關音樂語彙，如音色、和聲等描述音樂元素之音樂術語，或相關之一般性用語。 A-IV-3 音樂美感原則，如：均衡、漸層等。	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。 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。 2-IV-2 能透過討論，以探究樂曲創作背景與社會文化的關聯及其意義，表達多元觀點。 3-IV-1 能透過多元音樂活動，探索音樂及其他藝術之共通性，關懷在地及全球藝術文化。 3-IV-2 能運用科技媒體蒐集藝文資訊或聆賞音樂，以培養自主學習音樂的興趣與發展。	1. 態度評量 2. 發表評量 3. 討論評量 4. 教師評量	【環境教育】 環 J3 經由環境美學與自然文學了解自然環境的倫理價值。 【多元文化教育】 認識文化的豐富與多樣性；養成尊重差異與追求實質平等的跨文化素養；維護多元文化價值。

C6-1 彈性學習課程計畫(社團活動與技藝課程)

			音P-IV-1 音樂與跨領域 藝術文化活動。 P-IV-2 在地人文關懷與 全球藝術文化相關議題。			
--	--	--	--	--	--	--