

臺南市公立歸仁區文化國民小學 115 學年度第 1 學期五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	桌球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
2	籃球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
3	羽球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
4	Evernote 閱讀趣	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
5	文化好食堂	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
6	小小背包客看世界	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
7	桌遊世界	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】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。

臺南市公立歸仁區文化國民小學 115 學年度第一學期五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	五	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	01
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-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展。 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。						
課程目標		一、認識桌球基本規則，感受打球的樂趣，並培養良好的運動習慣。 二、能從桌球技巧的提昇中，領受日起有功的人生智慧。 三、養成與人相互合作，並培養「勝不驕、敗不餒」的運動家精神。						
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	桌球基本規則與正確持拍動作	(1)細說桌球基本規則。 (2)持拍、直上拍球、牆壁對打。	能正確持拍並能直上拍球達 50 球以上。(每次拍球都要過頭部)	實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽			
第 3~4 週	2	控制球的方向與力道	(1)直球發球。 (2)長球與短球。	能掌握擊球的方向與速度，並能控制擊球落點在球桌內。	實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽			
第 5~6 週	2	正手拍與腳步移位	(1)接球的腳步移位。 (2)接球：正手拍。	熟練發球、接球的腳步移位，拍到人到。	實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽			
第 7~8 週	2	接球與正手拍、反手拍	(1)接球：正手拍。 (2)接球：反手拍。	熟悉正手拍與反手拍的腕力使用差別。	實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽			
第 9~11 週	3	正手拍與反手拍練習	(1)接球：正手拍與反手拍混合練習。	運用正手拍與反手拍回擊到對手難招架的落點。	實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽			
第 12~14 週	3	正、反手拍混合練習	正手拍與反手拍混合的接發球練習。	運用正手拍與反手拍回擊到對手難招架的落點。	實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽			
第 15~18 週	4	單打練習	隊友相互對打練習。	熟悉各種擊球方式並將球回擊在球桌適當的位置。	實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 19～21 週	3	期末單打排名賽	單打實戰，展現個人技巧	靈活運用各種擊球技巧	實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽	
-----------	---	---------	-------------	------------	-----------------------------	--

◎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

臺南市公立歸仁區文化國民小學 115 學年度第一學期五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	五	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	02
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	一、E-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活環境。 二、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。						
課程目標	一、認識籃球規則並培養運動習慣。 二、能與同學合作學習，享受遊戲的樂趣。 三、養成互助合作，遵守規則的遊戲態度，培養運動家精神。						
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	籃球的規則介紹、 課堂的規則介紹	1. 規則介紹 2. 分辨犯規與違例的 差別	認識籃球規則	實作評量		
第 2-5 週	4	傳接球、定點投籃、 組合訓練、球感訓練	1. 傳接球練習 2. 定點投籃練習 3. 球感訓練	能做到基本、進階動作 並熟練	實作評量		
第 6-9 週	4	定點投籃、跑位投 籃、組合訓練	1. 跑位練習 2. 懂得跑位與要球	能做到基本、進階動作 並熟練	實作評量		
第 10-13 週	4	組合訓練、 3 對 3 籃球賽	1. 練習戰術和默契 2. 3 對 3 實戰	熟練動作並運用在分 組比賽中	實作評量		
第 14-17 週	4	小組攻防訓練、 3 對 3 籃球賽	1. 走位與要球 2. 3 對 3 實戰	熟練動作並運用在分 組比賽中	實作評量		
第 18-21 週	4	5 對 5 全場籃球賽	5 對 5 實戰	團隊合作、團體榮譽	實作評量		

◎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

臺南市公立歸仁區文化國民小學 115 學年度第一學期五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	五	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	03
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-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展。 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。						
課程目標		一、認識羽球基本規則，感受打球的樂趣，並培養良好的運動習慣。 二、提昇自我心理素質，領受「熟能生巧」的不變練習法則，並促進良好的人際關係。 三、養成與人相互合作，並培養良好的運動家精神。						
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	羽球基本規則與正確持拍動作	(1)羽球握拍方法示範。 (2)羽球發力主要靠腕力示範。	能正確持拍並能直上拍球達3公尺以上高度，並達30球以上。	實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽			
第 3~4 週	2	羽球米字步法移位與擊球點練習	(1)羽球米字步法移位。 (2)擊球點在高位。	能掌握擊球的方向與速度，並能精準擊球。	實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽			
第 5~6 週	2	控制高遠球的方向與腕力的使用	(1)短球發球。 (2)長球發球。	熟練短球、長球發球、接球腳步移位，拍到人到。	實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽			
第 7~8 週	2	網前球的處理與回擊	(1)網前球再回網前球。 (2)網前球吊高遠球。	熟悉網前球與高遠球的腕力使用差別及力道控制。	實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽			
第 9~10 週	2	正手與反手高遠球四角練習	正手拍與反手拍的混合練習。	運用正手拍與反手拍回擊到適當的落點。	實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽			
第 11~12 週	2	高遠球與網前球交互運用練習	正手拍與反手拍混合的高遠球與網前球練習。	運用高遠球與網前球回擊到適當的落點。	實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽			
第 13~17 週	5	單打練習	隊友實戰對打練習。	熟悉各種擊球方式並將球回擊到適當位置。	實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 18～21 週	4	期末單打排名賽	單打實戰，展現個人技巧	靈活運用各種擊球技巧	實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽	
-----------	---	---------	-------------	------------	-----------------------------	--

◎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

臺南市公立歸仁區文化國民小學 115 學年度第一學期五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		Evernote 閱讀趣	實施年級	五	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	04
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		一、E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 二、E-B2 具備科技與資訊應用的基本素養，並理解各類媒體內容的意義與影響。						
課程目標		一、認識 Evernote，學習基本操作。 二、利用 Evernote 蒐集資料，歸納讀書心得。 三、能與組員合作，討論學習。						
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	平板使用介紹、 Evernote app 介紹	1.Evernote 介紹 2. 認識 Evernote	認識 Evernote	實作評量			
第 2-5 週	4	Evernote 記事本使用、 將閱讀書籍內容 做簡易記事	1. Evernote 記事本認識 2. 練習使用 Evernote 記事本	能做到使用 Evernote 記事本歸納書籍內容 並熟練	實作評量			
第 6-10 週	5	搜尋網路資料匯入 Evernote 建立筆記	利用搜尋資料將網路 資料匯入 Evernote	能找到適合的資料匯 入 Evernote 並熟練	實作評量			
第 11-18 週	8	閱讀書籍、Evernote 實作	1. 與組員共讀書籍 2. 利用 Evernote 製作 閱讀心得筆記	熟練 APP 操作並運用 於實際生活中	實作評量			
第 19-21 週	3	各小組心得分享	將 Evernote 閱讀心得 分享給全班同學	團隊合作、團體榮譽	實作評量			

◎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

臺南市公立歸仁區文化國民小學 115 學年度第一學期五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		文化好食堂	實施年級	五	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	05
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-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 綜-E-C2 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團體目標。						
課程目標		1 學會實際動手烹飪，從食材的清洗、料理、烹調與擺盤。 2 養成減少垃圾食物的攝取						
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	我是小小總鋪師	1. 烹飪安全、衛生與注意事項 2. 烹飪用具的認識 3. 食材的正確儲存與清洗方式 4. 刀工認識 5. 在地、當季、友善環境的選購原則 6. 如何聰明挑選蛋 7. 餐桌禮儀	1. 能說明油鍋起火的正確處置方式 2. 能正確使用生食熟食砧板 3. 能說明避免熱蒸汽燙傷的開蓋方式 4. 能說明舉例烹飪安全注意事項。 5. 能說出基本烹飪用具的功能 6. 能說出基本烹飪用具的使用方式 7. 能舉出在地、當季、友善環境的採購原則		口頭評量		
第 5 週	1	香煎荷包蛋	1. 「打蛋、煎蛋」的策略及技巧。 2. 分組進行「打蛋、煎蛋」練習。	1. 會完整打蛋至鍋中並完成享用 2. 會注意煎蛋技巧與安全 3. 會做收拾與清理		實作評量		
第 6-7 週	2	分享 認識酪梨營養價值與挑選	1. 香煎荷包蛋感分享想 2. 認識台南在地水果產地、產季與挑選-酪梨	1. 能仔細聆聽他人分享 2. 能說出香煎荷包蛋注意事項、困難點 3. 能說出酪梨產地、產季 4. 知道如何挑選酪梨		口頭評量		
第 8 週	1	影片觀賞-酪梨吐司與討論	酪梨吐司製作流程	1. 能仔細觀賞影片及做筆記 2. 會分配下周攜帶物品		口頭評量		
第 9 週	1	酪梨吐司	適當處理食材	1. 會在時間內完成並享用 2. 會做收拾與清理		實作評量		

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 10-11 週	2	分享 認識麵粉與挑選	1. 酪梨吐司感想分享 2. 低、中、高筋麵粉的差別與用途	1. 能仔細聆聽他人分享 2. 能說出製作酪梨吐司益處、困難點與改善方式 3. 能說出不同麵粉使用之處	口頭評量	
第 12 週	1	影片觀賞-古早味 蛋餅與討論	古早味蛋餅製作流程	1. 能仔細觀賞影片並做筆記 2. 會分配下周攜帶物品	口頭評量	
第 13 週	1	古早味蛋餅	適當處理食材	1. 會挑選適當麵粉 2. 會在時間內完成並享用 3. 會做收拾與清理	實作評量	
第 14-15 週	2	分享 認識粉類家族用途	1. 古早蛋餅感想分享 2. 認識料理中不同的粉製品	1. 能仔細聆聽他人分享 2. 能仔細觀賞影片及做筆記	口頭評量	
第 16 週	1	影片觀賞-冰花煎 餃與討論	冰花煎餃製作流程	1. 能仔細觀賞影片並做筆記 2. 會分配下周攜帶物品	口頭評量	
第 17 週	1	冰花煎餃	適當處理食材	1. 會挑選適當的粉製品 2. 會在時間內完成並分享 3. 會做收拾與清理	實作評量	
第 18 週	1	分享 認識白蘿蔔好處 與挑選	1. 冰花煎餃感想分享 2. 蘿蔔的認識	1. 能仔細聆聽他人分享 2. 會分配下周攜帶物品 3. 會說出食用白蘿蔔的好處與蘿蔔的挑選	口頭評量	
第 19 週	1	好彩頭-蛋煎蘿蔔 糕	適當處理食材	1. 會在時間內完成並享用 2. 會做收拾與清理	實作評量	
第 20~21 週	2	分享 票選	1. 蘿蔔糕感想分享 2. 最喜歡一道料理	能仔細聆聽他人分享		

◎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

臺南市公立歸仁區文化國民小學 115 學年度第一學期五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		小小背包客看世界	實施年級	五	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	06
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-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 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。						
課程目標		一、認識自助旅行的方式與意義。 二、了解出國旅行的基本常識。 三、培養世界觀，對異國文化產生好奇與探究動機。						
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	自助旅行的意義	1. 旅行的各種方式。 2. 自助旅行的定義。 3. 自助旅行的意義。	知道旅行的多元方式。	口頭評量			
第 2-5 週	4	慢遊亞洲~ 臺灣小旅行	1. 臺灣人文風俗。 2. 旅遊經驗分享。	了解臺灣特有人文風俗。	口頭評量			
第 6-9 週	4	慢遊亞洲~日本	1. 日本人文風俗。 2. 旅遊經驗分享。	了解日本特有人文風俗。	口頭評量			
第 10 週	1	自助旅行規劃	1. 旅行規劃步驟。	知道如何規劃自己的旅行。	口頭評量			
第 11 週	1	認識地圖	1. 認識世界地圖。 2. 善用旅行地圖。 3. 紙本與網路地圖。	能善用各種地圖。	口頭評量			
第 12 週	1	背包旅行網路工具	1. 機票/交通/住宿/ 飲食/旅遊資訊	能善用網路資源。	口頭評量			
第 13 週	1	行前計劃表	1. 行前計劃內容 2. 旅行預算 3. 省錢秘笈	學會設計可行的行前計劃表。	口頭評量			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 14-17 週	4	規劃自己的 臺灣小旅行	1. 自己的旅行。 2. 行前計劃表。 3. 完成旅行報告。	完成適切的行前計劃。	實作評量	
第 18-21 週	4	線上旅行	旅行計劃分享。	能表達出自己的旅行 計劃。	實作評量	

◎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

臺南市公立歸仁區文化國民小學 115 學年度第一學期五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		桌遊世界	實施年級	五	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	07
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-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 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。						
課程目標		1. 能了解每個桌遊的遊戲規則及設計理念。 2. 能欣賞桌遊的美感設計。 3. 能在遊戲中與他人良好互動，具有運動家精神。						
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	數字急轉彎	玩家們要把牌堆最上面的紙牌加減 1、2 或 3，如果他們手上有一樣數字的牌，就可以打出來。這聽起來很簡單，但是遊戲過程中可是全部的玩家同時搶著出牌，所以可以出牌的會一直改變，動作慢了點，可就沒得出囉！第一個將紙牌出完的人獲勝！	● 能了解此款數字遊戲的規則，並快速地進行運算，贏得遊戲。 ● 致勝關鍵：心算快、動作快		課堂參與 50% 心得感想 30% 戰績排名 10% 運動家精神 10%		
第 3-4 週	2	百分百直覺	箭頭牌的顏色為本輪的指定顏色，桌面上所有的牌必須依該色在牌上所佔的百分比升冪排列。你要預估你的卡牌該顏色的百分比較前者多還是少，來調整順序。若對別人排的順序有疑慮可以「檢查」，卡片後面有正確百分率。若真抓出錯誤，下一輪的箭頭牌就是你。	● 了解遊戲規則 ● 能觀察並推測卡片各種顏色所佔的百分率，培養百分率的直覺感受，了解比率百分率的意義。 ● 了解致勝關鍵：對比率的掌握				
第 5-7 週	3	股票大亨	買低，賣高！賺錢是這個高度金錢風險遊戲的名稱。藉由策略性地買賣股票的方式，與你的對手們競相爭取最大的利潤。以票面價值購買股票，然後以成雙的方式賣出股票以獲得最大的可能報酬，同時也得阻止你的對手們做同樣的事。累積最多金錢，你就能成為一個有	● 了解遊戲規則 ● 能藉由策略性地買賣股票的方式，爭取最大的利潤。 ● 了解股票是什麼 ● 了解致勝關鍵：買低賣高				

			錢人！			
第 8-10 週	3	大富翁~世界之旅	一同環遊世界，享受各國的美食風景，結交來自不同地方的朋友，拜訪博物館裡的精美文物，在自然未知的叢林草原中探險，體驗熱鬧非凡的嘉年華，見證壯觀的世界七大奇蹟。精美的卡片更有著各個地點的介紹，讓你深入了解世界大小事！	● 了解遊戲規則 ● 能了解世界不同風情 ● 了解人有旦夕禍福的生命哲學		
第 11-13 週	3	Sevem	玩家輪流開口向其他人要牌，對手無法拒絕。大家為了保護手中既有的紙牌，假動作不斷，以求誤導對手。這是一款在遊戲即將結束時，可能會大翻盤的刺激遊戲！	● 了解遊戲規則 ● 了解表情、話語、行動都暗藏訊息，要看看清真假 ● 能發揮戲劇演出效果來保護手中卡牌不備要走 ● 致勝關鍵：要能騙倒並看清對手		
第 14-17 週	4	狼人殺	每一位玩家會在遊戲開始前獲分發一位角色。遊戲角色主要分為兩個對立的陣營。好人陣營中有幾位的平民和神職人物，他們不知道互相的身分，並需要利用神職人物的能力及透過玩家的語言和表情去分辨村落中的好人和壞人，以投票放逐及角色技能等方式將狼人淘汰以獲取勝利。狼人陣營人數較少，混在好人中混淆視聽；他們每天黑夜可以互相見面共同殺害一名玩家。狼人陣營需要淘汰所有平民或神職人員以獲取勝利。 ^[2] 部分局式中可能出現「第三方」陣營，第三方陣營玩家需要達致某一條件以獲取勝利。	● 了解遊戲規則 ● 以話語來騙到他人，保護自己 ● 能發揮邏輯推理能力，猜出大家的真實身分 ● 致勝關鍵：要能騙倒並看清對手		
第 18-21 週	4	暗影獵人	遊戲中玩家們扮演著暗影、獵人及村民三大陣營的成員。遊戲進行時，玩家們透過擲骰進行地點移動及攻擊對手，並利用卡牌功能產生對自家有利的輔助效果。遊戲在有玩家的	● 了解遊戲規則 ● 了解表情、話語、行動都暗藏訊息，要看看清真假 ● 能了解並發揮神器卡的用處		

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

			代表角色達成目標任務條件時即告結束，該玩家即為遊戲贏家。若達成目標任務條件的玩家為暗影或獵人，則相同陣營的所有玩家將共同贏得勝利。			
--	--	--	---	--	--	--

- ◎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

臺南市公立歸仁區文化國民小學 115 學年度第 2 學期五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	桌球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
2	籃球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
3	羽球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
4	Evernote 閱讀趣	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
5	文化好食堂	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
6	小小背包客看世界	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
7	桌遊世界	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】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。

臺南市公立歸仁區文化國民小學 115 學年度第二學期五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	五	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	01
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-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展。 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。						
課程目標		一、認識桌球基本規則，感受打球的樂趣，並培養良好的運動習慣。 二、能從桌球技巧的提昇中，領受日起有功的人生智慧。 三、養成與人相互合作，並培養「勝不驕、敗不餒」的運動家精神。						
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	熟悉雙打規則與移位	(1)說明雙打和單打的不同。 (2)雙打移位不卡卡。		了解單打與雙打走位的不同		實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽	
第 3~4 週	2	雙打接發球與靈活走位	(1)快速直球對練。 (2)左右長球對練。		雙打接發球與靈活走位		實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽	
第 5~6 週	2	利用移位空檔緊身壓迫對手	(1)長速球對練。 (2)短撥球對練。		觀察對手走位，回擊球讓對手受到壓迫		實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽	
第 7~8 週	2	長切球與短切球訓練	(1)長切球對練。 (2)短切球對練。		學會切球，把回擊球壓低，避免回球過高讓對手容易殺球		實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽	
第 9~10 週	2	左、右旋球的接發球訓練	(1)左、右旋球的接發球對練。 (2)接球：觀察對手的起板姿勢		學會發左右旋球，製造對手回球出界		實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽	
第 11~12 週	2	上、下旋球的接發球訓練	(1)上、下旋球的接發球對練。 (2)接球：觀察對手的起板姿勢		精熟發左右旋球，製造對手回球出界；熟悉左右旋球並在接球時，把球壓低		實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽	
第 13~16 週	4	雙打分組對戰	(1)各種旋球的接發球對練。 (2)接球：觀察對手的起板姿勢		熟悉各種球路，並迅速做出回擊		實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 17～21 週	5	雙打排名賽	(1)各種旋球的接發球對練。 (2)接球：觀察對手的起板姿勢	熟悉各種球路，並迅速 做出回擊。	實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽	
-----------	---	-------	-----------------------------------	---------------------	-----------------------------	--

◎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。

臺南市公立歸仁區文化國民小學 115 學年度第二學期五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	實施年級	五	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	02
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		一、E-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活環境。 二、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。						
課程目標		一、認識籃球規則並培養運動習慣。 二、能與同學合作學習，享受遊戲的樂趣。 三、養成互助合作，遵守規則的遊戲態度，培養運動家精神。						
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	裁判手勢講解	瞭解比賽中裁判的手勢	熟悉比賽中，裁判手勢的意義。	實作評量			
第 2-5 週	4	步伐練習、組合訓練	1. 步伐移動訓練 2. 能對位防守	能做到基本步伐，並懂得如何對位防守。	實作評量			
第 6-10 週	5	運球追人賽、 5 對 5 全場籃球賽	1. 實際演練遊戲，分析檢討、強化觀念。 2. 5 對 5 實戰	發展靈敏素質，提高傳球、運球速度練習。	實作評量			
第 11-15 週	5	投籃比賽、 5 對 5 全場籃球賽	1. 實際演練遊戲，分析檢討、強化觀念。 2. 5 對 5 實戰	發展靈敏素質，提高傳球、運球速度練習。	實作評量			
第 16-21 週	6	小組攻防訓練、 3 對 3 籃球賽	1. 走位與要球 2. 3 對 3 實戰	熟練動作並運用在分組比賽中	實作評量			

◎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。

臺南市公立歸仁區文化國民小學 115 學年度第二學期五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	五	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	03
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-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展。 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。						
課程目標		一、認識羽球基本規則，感受打球的樂趣，並培養良好的運動習慣。 二、提昇自我心理素質，領受「熟能生巧」的不變練習法則，並促進良好的人際關係。 三、養成與人相互合作，並培養良好的運動家精神。						
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	熟悉羽球雙打規則 與如何移位	(1)說明雙打和單打的不同。 (2)靈活的雙打移位。		了解單打與雙打走位的 不同		實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽	
第 3~4 週	2	雙打接發球與 靈活走位	(1)雙打發網前球後，隊友如何 走位、協防。 (2)雙打發高遠球後，隊友如何 走位、協防。		雙打網前球與高遠球的 靈活走位		實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽	
第 5~6 週	2	羽球四角拉吊練習	(1)利用正拍，擊球往四角拉吊。 (2)利用正拍，擊球往四角拉吊。		觀察對手走位，回擊球往 四角拉吊造成對方失誤		實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽	
第 7~8 週	2	長切球與短切球訓練	(1)利用正拍斜面練習切球。 (2)利用反拍斜面練習切球。		學會切球，讓對手在判斷 球路時，多了一些猜測， 並造成誤判。		實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽	
第 9~10 週	2	攻擊球的腕力應用與 掌握擊球點	(1)直線攻擊球練習。 (2)切球攻擊球練習。		學會如何攻擊，讓羽球球 速加快。		實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽	
第 11~14 週	4	各種接發球、四角吊 球、長遠球、切球與攻 擊球的交互應用練習	(1)利用四角吊球讓對手疲於奔 命，並利用空檔作攻擊。 (2)利用攻擊球，作連續攻擊。		能迅速判斷出對手移位 的漏洞，並往空檔處調 球、攻擊，造成對方失誤。		實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 15~17 週	3	雙打分組對戰練習	(1)熟悉各種球路應用。 (2)配合與隊友的靈活移位。	熟悉各種球路，並與隊友配合，相互掩護，並迅速做出回擊	實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽	
第 18~21 週	4	雙打排名賽	(1)熟悉各種球路應用。 (2)配合與隊友的靈活移位。	熟悉各種球路，並與隊友配合，相互掩護，並迅速做出回擊	實作評量： 1. 個人測驗 2. 分組比賽	

◎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。

臺南市公立歸仁區文化國民小學 115 學年度第二學期五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		Evernote 閱讀趣	實施年級	五	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	04
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		一、E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 二、E-B2 具備科技與資訊應用的基本素養，並理解各類媒體內容的意義與影響。						
課程目標		一、複習 Evernote 基本操作。 二、利用 Evernote 蒐集資料，進階使用歸納讀書心得。 三、能與組員合作，討論學習。						
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	複習 Evernote 操作使用	再次熟練 Evernote 操作	想起上學期 Evernote 操作步驟。	實作評量			
第 2-5 週	4	Evernote To Do List 應用、歸納讀書心得	1. 學習 To Do List 操作應用計畫步驟。 2. 歸納讀書心得	1. 能操作 To Do List 於 Evernote 輔助學習。 2. 歸納讀書心得。	實作評量			
第 6-10 週	5	Evernote 結合手繪板介紹、歸納讀書心得	1. Evernote 結合手繪板學習。 2. 歸納讀書心得	1. 體驗 Evernote 結合手繪板。 2. 歸納讀書心得	實作評量			
第 11-15 週	5	閱讀書籍、Evernote 實作	1. 與組員共讀書籍 2. 利用 Evernote 製作閱讀心得筆記	熟練 APP 操作並運用於實際生活中	實作評量			
第 16-21 週	6	各小組心得分享	將 Evernote 閱讀心得分享给全班同學	團隊合作、團體榮譽	實作評量			

◎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。

臺南市公立歸仁區文化國民小學 115 學年度第二學期五年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		文化好食堂	實施年級	五	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	05
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-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 綜-E-C2 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團體目標。						
課程目標		1 學會實際動手烹飪，從食材的清洗、料理、烹調與擺盤。 2 養成減少垃圾食物的攝取						
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	我是小小總鋪師	烹飪安全、衛生與注意事項	1. 能說明油鍋起火的正確處置方式 2. 能說明避免熱蒸汽燙傷的開蓋方式 3. 能說明舉例烹飪安全注意事項		口頭評量		
第 2-3 週	2	認識麵線製作過程/討論 影片觀賞-麵線煎餅/討論	1. 麵線製作過程的認識 2. 麵線煎餅製作流程	1. 能說出麵線的原料與製作注意事項 2. 能仔細觀賞影片並做筆記 3. 會分配下周攜帶物品		實作評量		
第 4-5 週	2	麵線煎餅	適當處理食材	1. 會在時間內完成並享用 2. 會做收拾與清理		實作評量		
第 6-7 週	2	分享 認識菇類與挑選	1. 麵線煎餅感想分享 2. 菇類的認識與挑選	1. 能仔細聆聽他人分享 2. 能說不同的菇類營養與選擇		口頭評量		
第 8-9 週	2	椒鹽杏鮑菇	1. 適當處理食材 2. 椒鹽杏鮑菇感想分享	1. 會在時間內完成並享用 2. 會做收拾與清理 3. 能仔細聆聽他人分享		實作評量		
第 10-12 週	3	影片觀賞-香蔥乾拌麵/ 討論 實作-香蔥乾拌麵	1. 香蔥拌麵製作流程 2. 適當處理食材	1. 能仔細觀賞影片並做筆記 2. 會分配下周攜帶物品		口頭評量 實作評量		
第 13-14 週	2	認識各國料理	各國飲食文化差異	1. 會尊重不同國家的飲食文化		口頭評量		

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 15-18 週	4	影片觀賞-營養壽司包/ 討論 實作-營養壽司包	1. 營養壽司包製作流程 2. 適當處理食材	1. 能仔細觀賞影片並做筆記 2. 會分配下周攜帶物品 3. 會在時間內完成並享用 4. 會做收拾與清理	口頭評量 實作評量	
第 19-21 週	3	分享 認識韓食文化 影片觀賞-韓式煎餅/討論 實作-韓式煎餅	1. 營養壽司包感想分享 2. 韓式煎餅製作流程 3. 適當處理食材	1. 會仔細聆聽他人分享 2. 能仔細觀賞影片並做筆記 3. 會分配下周攜帶物品 4. 會在時間內完成並享用 5. 會做收拾與清理	口頭評量 實作評量	

◎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。

臺南市公立歸仁區文化國民小學 115 學年度第 2 學期五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		小小背包客看世界	實施年級	五	教學節數	本學期共 21 節	社團編號	06
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-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 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。						
課程目標		一、活化知識，產生行動力，完成旅遊夢想。 二、探索世界多元文化，學會尊重與包容。 三、落實綠色旅行，愛鄉、愛土、愛人、愛地球。						
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	國外自助旅行入門	1. 各種證件。 2. 各種貨幣。 3. 搭機流程。	知道出國旅行的基本常識。	口頭評量			
第 2-3 週	2	慢遊亞洲~菲律賓	1. 菲律賓人文風俗。 2. 旅遊經驗分享。	了解菲律賓特有人文風俗。	口頭評量			
第 4-5 週	2	慢遊亞洲~中國大陸	1. 中國大陸人文風俗。 2. 旅遊經驗分享。	了解中國大陸特有人文風俗。	口頭評量			
第 6-7 週	2	慢遊亞洲~蒙古國	1. 蒙古國人文風俗。 2. 旅遊經驗分享。	了解蒙古國特有人文風俗。	口頭評量			
第 8-9 週	2	慢遊亞洲~馬來西亞	1. 馬來西亞人文風俗。 2. 旅遊經驗分享。	了解馬來西亞特有人文風俗。	口頭評量			
第 10-15 週	6	規劃自己的亞洲自助旅行	1. 自己的旅行。 2. 行前計劃表。 3. 完成旅行報告。	完成適切的行前計劃。	實作評量			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 16-21 週	6	線上旅行	旅行計劃分享。	能表達出自己的旅行計劃。	實作評量	
-----------	---	------	---------	--------------	------	--

◎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。

臺南市公立歸仁區文化國民小學 115 學年度第二學期五年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		桌遊世界	實施年級	五	教學節數	本學期共(21)節	社團編號	07
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-A2具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 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。						
課程目標		1. 能了解每個桌遊的遊戲規則及設計理念。 2. 能欣賞桌遊的美感設計。 3. 能在遊戲中與他人良好互動，具有運動家精神。						
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	3	演化論物種起源	在遊戲中，玩家扮演物種演化的推手，培養自己的生物族群，發展各樣的情況。	● 能了解並熟悉遊戲規則 ● 能體驗到真實的自然生態了解演化的規律 ● 分析獲勝的關鍵		課堂參與 50% 心得感想 30% 戰績排名 10% 運動家精神 10%		
第 4-7 週	4	拉密	遊戲者需依規則將手上的牌組成三張或四張同數字，不同顏色的牌組（群組）或三張以上顏色相同，數字連續的牌（順組）來出牌，百搭牌可以代替任何一數字牌，也可以將別人已出過的牌組和自己手上的牌組合之後出牌，若無法出牌就要多拿一張牌，最先將手上的牌出完的人獲勝。	● 能了解並熟悉遊戲規則 ● 能觀察檯面上的排，選擇出線機率最高的牌來用 ● 分析獲勝的關鍵				
第 8-11 週	4	妙語說書人	輪到你擔任說書人時，說出和你某一張手牌有關聯的一句	● 能了解並熟悉遊戲規則 ● 能了解圖畫的意義並說出				

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

			話。所有人挑選一張和這句話最吻合的手牌，將大家挑選的手牌洗在一起後攤開。玩家進行秘密投票，將票投給自己認為是說書人所出的牌，猜對的人將獲得高分！	符合圖畫的語句 ● 分析獲勝的關鍵		
第 12-14 週	3	名畫神偷	每輪中，一名玩家扮演神偷，從美術館展覽中偷取 1 至 3 幅畫，隨後在拍賣會中將之脫手。而其他玩家扮演偵探，試著在藝術品拍賣會中尋找失竊的畫作，每輪中，偵探發現被盜的名畫，便獲得分數，未被發現的名畫，則為神偷帶來分數。遊戲結束時，得分最高的玩家獲勝！	● 能了解並熟悉遊戲規則 ● 能了解這些畫作的名稱和創作者 ● 能發揮記憶力來贏得勝利 ● 分析獲勝的關鍵		
第 15-21 週	7	自創桌遊	小組發想一個故事為背景，制定遊戲規則與角色、情境，並製作出來。	● 能設計一套合理的遊戲規則 ● 作品要能符合藝術美感	小組參與 50% 作品成績 50%	

◎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。