

臺南市公立鹽水區月津國民小學 115 學年度第一學期中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	閱讀社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節
2	舞獅社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節
3	跳繩社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節
4	羽毛球社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節
5	桌遊社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】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。

臺南市公立鹽水區月津國民小學 115 學年度第一學期中年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		閱讀社	實施年級	中年級	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		E-A1 培養國語文的興趣，能運用國語文表現自我，奠定終身學習的基礎 E-A2 透過國語文學習，掌握文本要旨，發展學習及解決問題策略 E-A3 運用國語文充實生活經驗，並探索多元知能，培養創新精神，以增進生活適應力						
課程目標		透過好書的共讀，能擴展學生的視野，誘發學童的興趣，並培養其獨立閱讀的習慣及閱讀能力						
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 1-4 週	4	性別平等- 紙袋公主	採學生共讀方式，透過老師的導讀和「性別平等」相關影片的欣賞，讓學生能體會出作品中對週遭人、事、物的尊重關懷。	給孩子一把鑰匙，讓孩子發現閱讀樂趣、品味閱讀喜悅、分享閱讀快樂、開啟閱讀渴望；經由共同對話、深度閱讀，使閱讀紮根、讀書成為一種生活。	1. 口頭提問— 這篇故事在說什麼？ 什麼是性別刻板印象？ 2. 學習單-- 紙袋公主			
第 5-8 週	4	生命教育- 讓我們學會說再見： 與你相伴是重要的	採學生共讀方式，透過老師導讀和「生命教育」相關影片的欣賞，讓學生能體會出作品中對週遭人、事、物的尊重關懷。	給孩子一把鑰匙，讓孩子發現閱讀樂趣、品味閱讀喜悅、分享閱讀快樂、開啟閱讀渴望；經由共同對話、深度閱讀，使閱讀紮根、讀書成為一種生活。	1. 口頭提問— 當再見的時刻來到時，我們要如何道別？ 道別後，我們要如何繼續未來的生活呢？+ 2. 學習單-- 讓我們學會說再見： 與你相伴是重要的			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 9-12 週	4	環境教育- 我們製造的垃圾	採學生共讀方式，透過老師導讀和「環境教育」相關影片的欣賞，讓學生能體會出作品中對週遭人、事、物的尊重關懷。	給孩子一把鑰匙，讓孩子發現閱讀樂趣、品味閱讀喜悅、分享閱讀快樂、開啟閱讀渴望；經由共同對話、深度閱讀，使閱讀紮根、讀書成為一種生活。	1. 口頭提問— 塑膠垃圾是因為哪些原因漂流到海上？ 可以怎麼透過減量、回收、再利用改變海洋汙染現況？ 2. 學習單— 我們製造的垃圾	
第 13-16 週	4	霸凌問題- 也是霸凌	採學生共讀方式，透過老師前導讀和「霸凌問題」相關影片的欣賞，讓學生能體會出作品中對週遭人、事、物的尊重關懷。	給孩子一把鑰匙，讓孩子發現閱讀樂趣、品味閱讀喜悅、分享閱讀快樂、開啟閱讀渴望；經由共同對話、深度閱讀，使閱讀紮根、讀書成為一種生活。	1. 口頭提問— 如何走出煩惱漩渦？ 如何正向面對問題？ 2. 學習單— 也是霸凌	
第 17-20 週	4	服務關懷- 我們一起來幫忙	採學生共讀方式，透過老師前導讀和「服務關懷」相關影片的欣賞，讓學生能體會出作品中對週遭人、事、物的尊重關懷。	給孩子一把鑰匙，讓孩子發現閱讀樂趣、品味閱讀喜悅、分享閱讀快樂、開啟閱讀渴望；經由共同對話、深度閱讀，使閱讀紮根、讀書成為一種生活。	1. 口頭提問— 松鼠能夠透過比賽，學習到「團隊合作」的重要涵義嗎？ 2. 學習單— 我們一起來幫忙	

◎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。

臺南市公立鹽水區月津國民小學 115 學年度第一學期中年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		舞獅社	實施年級	中年級	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		E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 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		在舞獅團隊不同項目的學習中，發現適合自己的位置，並在練習過程中，培養思考並解決練習時發生的疑惑與困難及在舞獅團隊相處中，理解團隊合作的重要性，同時建立與他人互動的能力。						
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 1-4 週	4	認識舞獅	1. 介紹舞獅的源起及觀賞舞獅比賽及演出影片。 2. 介紹舞獅團隊各種項目。	1. 瞭解本校舞獅隊的歷史。 2. 明白舞獅運動的合作方式。	口頭評量： 1. 口述舞獅的起源 2. 說出團隊中項目名稱			
第 5-10 週	6	學習鈸的基本打法	1. 練習拿鈸的正確方式與姿勢。 2. 基本鈸的打法(三三七七)	1. 學會鈸的拿法和打擊姿勢。 2. 學會舞獅鈸點的基本打法。	實作評量： 操作鈸的基本打法			
第 11-14 週	4	學習鼓的基本打法	1. 練習打鼓的正確方式與姿勢。 2. 基本鼓的打法(三三七七)	1. 學會鼓棒的拿法和打擊姿勢。 2. 學會舞獅鼓的基本打法。	實作評量： 操作鼓的基本打法			
第 15-16 週	2	鼓與鈸的初步配合	1. 輪流當鼓手與鈸手，互相配合。	1. 理解鼓與鈸的合作需要互相配合與調整。	實作評量： 1. 輪流操作鼓和鈸打法			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

					2. 互相配合操作	
第 17-20 週	4	基本步練習	1. 熟練基本步 2. 正確配合鑼鼓的節奏	1. 配合之前學習的鼓點、鈸點，練習舞獅的步法。	實作評量： 瞭解基本步伐及口訣 紙筆評量： 自身擔任的項目操作時 有哪些技巧與注意事項？	

◎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。

臺南市公立鹽水區月津國民小學 115 學年度第一學期中年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	跳繩社	實施年級	中年級	教學節數	本學期共(20)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	E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。						
課程目標	透過跳繩技能學習與多元體能活動，提升學生的運動技能、身體素養與健康體適能，培養自主學習、合作互動及終身運動的核心素養。						
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 1-4 週	4	認識跳繩與健康促進	1. 認識跳繩運動的特色與益處。 2. 培養正確運動觀念及規律運動習慣。 3. 認識心肺耐力、協調性及肌耐力的提升。	學生能說明跳繩對身體健康的益處，並建立規律運動與自主練習的觀念。	口頭評量		
第 5-8 週	4	安全運動與器材使用	1. 跳繩長度調整與器材選擇。 2. 運動場地安全檢查。 3. 熱身、補水與運動傷害預防。	學生能完成跳繩器材調整，並於活動前後落實安全檢查及自我保護。	實作評量		
第 9-12 週	4	基本跳繩技巧	1. 正確握繩、擺繩及起跳技巧。	學生能以正確姿勢完成連續跳繩，展現基本協	實作評量		

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

			2. 身體姿勢、手腕發力及前腳掌著地。 3. 穩定節奏與連續跳躍練習。	調性與節奏控制能力。		
第 13-16 週	4	跳繩體能訓練	1. 持續跳與間歇跳練習。 2. 心肺耐力及肌耐力訓練。 3. 跳後伸展與緩和運動。	學生能依個人能力完成指定訓練內容，並正確執行伸展與緩和運動。	實作評量	
第 17-20 週	4	成果挑戰與自我精進	1. 一分鐘跳繩挑戰。 2. 基本花式跳法體驗。 3. 自我檢核與同儕回饋。	學生能完成成果挑戰，並依據教師及同儕回饋修正動作，提升跳繩表現。	實作評量、同儕互評	

◎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。

臺南市公立鹽水區月津國民小學 115 學年度第一學期中年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		羽毛球社	實施年級	中年級	教學節數	本學期共(20)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		E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。						
課程目標		在羽毛球學習的不同項目中，發現如何調整自己的姿勢等候精進，並在練習過程中，培養思考並解決練習時發生的疑惑與困難，最後達到能夠自我訓練和獨立完成比賽。						
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		
第 1-4 週	2	認識羽毛球	1. 介紹羽毛球與我們生活之間的關係。 2. 介紹羽毛球相關器具。 3. 羽毛球基本規則。	1. 了解與認識羽毛球。 2. 認識與發現羽球相關器材用途及名稱。 3. 可以發現和熟記羽毛球規則。	口頭評量			
第 5-10 週	6	學習發球、長球	1. 基本握拍姿勢。 2. 發球和長球的正確姿勢。	1. 可以用正確姿勢擊球並打到後場區域。 2. 可以用符合規則的方式發球至接球區。	實作評量			
第 11-14 週	4	學習切球、放小球	1. 切球和放小球的正確姿勢。 2. 精熟發球和長球的發力與精準度。	1. 切球與放小球的技巧。 2. 學習控制羽毛球進行的方向。	實作評量			
第 15-16 週	2	學習多種擊球方式的組合	1. 組合長球、切球和放小球進行不間斷的	1. 學習不間斷的擊球以提升穩定度。	實作評量			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

			擊球訓練。 2. 練習多球時如何調整呼吸。	2. 除了羽毛球的技巧外，也學習如何在運動時用正確的呼吸方式幫助自我。		
第 17-20 週	4	比賽訓練	1. 精熟基本擊球方式。 2. 雙打和單打的比賽訓練，每位同學輪流當球員和裁判。	1. 可以獨立主導並進行一場比賽。 2. 精熟基本擊球方式與規則。	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。

臺南市公立鹽水區月津國民小學 115 學年度第一學期中年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	桌遊社	實施年級	中年級	教學節數	本學期共(20)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	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-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 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	透過桌遊增強學生的傳達及自信表現，並學習運用在生活中。						
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	
第 1-10 週	10	猜謎桌遊樂	1. 觀察圖卡猜答案 2. 比動作猜答案 3. 猜字謎	能透過肢體表達與觀察推理活動找出正確答案。	實作評量		
第 11-20 週	10	益智遊戲王	1. 操作教具解任務 2. 排列圖形過關卡	透過益智遊戲培養邏輯思考、專注力與問題解決能力。	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。

臺南市公立鹽水區月津國民小學 115 學年度第二學期中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	閱讀社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節
2	舞獅社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節
3	跳繩社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節
4	羽毛球社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】節
5	桌遊社	20	是 ☒ 否 ☐	☐ 每週【 】節 ☒ 隔週【 2 】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。

臺南市公立鹽水區月津國民小學 115 學年度第二學期中年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		閱讀社	實施年級	中年級	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		E-A1 培養國語文的興趣，能運用國語文表現自我，奠定終身學習的基礎 E-A2 透過國語文學習，掌握文本要旨，發展學習及解決問題策略 E-A3 運用國語文充實生活經驗，並探索多元知能，培養創新精神，以增進生活適應力						
課程目標		透過好書的共讀，能擴展學生的視野，誘發學童的興趣，並培養其獨立閱讀的習慣及閱讀能力。						
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 1-4 週	4	人權教育- 只有我最棒	採學生共讀方式，透過老師的導讀和「人權」相關影片的欣賞，讓學生能體會出作品中對週遭人、事、物的尊重關懷。	給孩子一把鑰匙，讓孩子發現閱讀樂趣、品味閱讀喜悅、分享閱讀快樂、開啟閱讀渴望；經由共同對話、深度閱讀，使閱讀紮根、讀書成為一種生活。	1. 口頭提問— 不一樣代表不好嗎？ 如果不是黑和白，就是不對的！可是，他是對的嗎？ 2. 學習單— 只有我最棒			
第 5-8 週	4	家庭教育- 再 5 分鐘	採學生共讀方式，透過老師導讀和「家庭教育」相關影片的欣賞，讓學生能體會出作品中對週遭人、事、物的尊重關懷。	給孩子一把鑰匙，讓孩子發現閱讀樂趣、品味閱讀喜悅、分享閱讀快樂、開啟閱讀渴望；經由共同對話、深度閱讀，使閱讀紮根、讀書成為一種生活。	1. 口頭提問— 面對某些情況時，為什麼要這麼要求與限制？ 2. 學習單-- 再 5 分鐘			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 9-12 週	4	能源教育- 照顧我們的地球	採學生共讀方式，透過老師導讀和「能源」相關影片的欣賞，讓學生能體會出作品中對週遭人、事、物的尊重關懷。	給孩子一把鑰匙，讓孩子發現閱讀樂趣、品味閱讀喜悅、分享閱讀快樂、開啟閱讀渴望；經由共同對話、深度閱讀，使閱讀紮根、讀書成為一種生活。	1. 口頭提問— 我們能怎麼做來維持這一個永續的生存空間？ 2. 學習單-- 照顧我們的地球	
第 13-16 週	4	海洋教育- 小海龜的逆襲	採學生共讀方式，透過老師前導讀和「海洋」相關影片的欣賞，讓學生能體會出作品中對週遭人、事、物的尊重關懷。	給孩子一把鑰匙，讓孩子發現閱讀樂趣、品味閱讀喜悅、分享閱讀快樂、開啟閱讀渴望；經由共同對話、深度閱讀，使閱讀紮根、讀書成為一種生活。	1. 口頭提問— 要怎麼做才能落實零浪費、減海廢、少貪心、多開心？ 2. 學習單-- 小海龜的逆襲	
第 17-20 週	4	情緒教育- 別鬧了！壞心情怪獸	採學生共讀方式，透過老師前導讀和「法治」相關影片的欣賞，讓學生能體會出作品中對週遭人、事、物的尊重關懷。	給孩子一把鑰匙，讓孩子發現閱讀樂趣、品味閱讀喜悅、分享閱讀快樂、開啟閱讀渴望；經由共同對話、深度閱讀，使閱讀紮根、讀書成為一種生活。	1. 口頭提問— 這樣大吵大鬧下去，還有朋友想跟我玩嗎？？ 2. 學習單-- 別鬧了！壞心情怪獸	

◎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。

臺南市公立鹽水區月津國民小學 115 學年度第二學期中年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		舞獅社	實施年級	中年級	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		E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 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		在舞獅團隊不同項目的學習中，發現適合自己的位置，並在練習過程中，培養思考並解決練習時發生的疑惑與困難及在舞獅團隊相處中，理解團隊合作的重要性，同時建立與他人互動的能力。						
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 1-6 週	6	單獅舞法練習	1. 單獅舞法 2. 大刀舞法	1. 踩左右邊，坐姿舔腳，洗耳朵。 2. 教練示範大刀舞法前段，大刀手練習。 3. 老隊員指導新生進行練習 4. 旗手練習。	實作評量： 瞭解單獅、大刀舞步動作，實際操作後調整。			
第 7-12 週	6	雙獅舞法練習	1. 單獅舞法 2. 雙組兵器舞法	1. 踩左右邊，坐姿舔腳，洗耳朵、洗背、站姿舔腳等動作，無論單、雙皆相同，所有人均需練習。 2. 七星步、採青。 3. 雙獅練習。 4. 單獅練習	實作評量： 1. 熟悉舞獅、兵器舞步 2. 各項目人員操作演練			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

				5. 大刀和旗手練習。		
第 13-20 週	8	多獅舞法練習	1. 多獅舞法 2. 旗隊、兵器混合隊形	1. 踩左右邊，坐姿舔腳，洗耳朵、洗背、站姿舔腳等動作，無論單、雙、多獅皆相同，所有人均需練習。 2. 七星步、採青、三敬禮。 3. 雙獅練習。 4. 單獅練習 5. 大刀和旗手練習。	實作評量 1. 熟悉舞獅、兵器舞步 2. 各項目人員操作演練	

◎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。

臺南市公立鹽水區月津國民小學 115 學年度第二學期中年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		跳繩社	實施年級	中年級	教學節數	本學期共(20)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		E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康						
課程目標		透過跳繩技能學習與多元體能活動，提升學生的運動技能、身體素養與健康體適能，培養自主學習、合作互動及終身運動的核心素養。						
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 1-4 週	4	跳繩基本技巧精進	1. 基本跳姿修正：身體重心控制、手腕帶繩技巧。 2. 節奏控制：配合口令及節拍器維持穩定速度。 3. 動作效率：減少多餘擺臂及過高起跳，提升跳躍經濟性。	學生能掌握正確跳繩姿勢，連續完成指定次數跳躍，並維持穩定節奏與流暢動作。	實作評量			
第 5-8 週	4	花式跳繩入門	1. 單腳跳、左右交替跳。 2. 開合跳、前後跳等變化動作。 3. 動作轉換技巧與身體協調能力訓練。	學生能完成至少三種不同跳法，並能順暢切換動作，展現良好的身體協調能力。	實作評量			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 9-12 週	4	交叉跳與迴旋技巧	1. 前交叉跳基本技巧。 2. 開叉還原動作練習。 3. 節奏掌握與失誤修正策略。	學生能正確完成交叉跳基本動作，並能分析失誤原因，適時調整動作提升成功率。	實作評量	
第 13-16 週	4	耐力與速度挑戰	1. 間歇式跳繩訓練。 2. 一分鐘速度跳挑戰。 3. 心肺耐力與節奏維持訓練。	學生能依照個人能力完成指定時間或次數的跳繩挑戰，並於活動中維持正確姿勢與穩定節奏。	實作評量	
第 17-20 週	4	花式組合與成果展現	1. 組合跳法編排(基本跳、交替跳、交叉跳等)。 2. 音樂節奏搭配與團隊合作。 3. 自我檢核與同儕互評。	學生能完成一段 30 至 60 秒跳繩組合展演，展現動作流暢度、節奏感及團隊合作能力，並能透過回饋修正表現。	實作評量、同儕互評	

◎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。

臺南市公立鹽水區月津國民小學 115 學年度第二學期中年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱		羽毛球社	實施年級	中年級	教學節數	本學期共(20)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		E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。						
課程目標		在羽毛球學習的不同項目中，發現如何調整自己的姿勢等候精進，並在練習過程中，培養思考並解決練習時發生的疑惑與困難，最後達到能夠自我訓練和獨立完成比賽。						
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		
第 1-2 週	2	認識羽毛球	1. 介紹羽毛球與我們生活之間的關係。 2. 介紹羽毛球相關器具。 3. 羽毛球基本規則。	1. 了解與認識羽毛球。 2. 認識與發現羽球相關器材用途及名稱。 3. 可以發現和熟記羽毛球規則。	口頭評量			
第 3-6 週	4	學習發球、長球	1. 基本握拍姿勢。 2. 發球和長球的正確姿勢。	1. 可以用正確姿勢擊球並打到後場區域。 2. 可以用符合規則的方式發球至接球區。	實作評量			
第 7-14 週	8	學習切球、放小球	1. 切球和放小球的正確姿勢。 2. 精熟發球和長球的發力與精準度。	1. 切球與放小球的技巧。 2. 學習控制羽毛球進行的方向。	實作評量			
第 15-16 週	2	學習多種擊球方式的組合	1. 組合長球、切球和放小球進行不間斷的	1. 學習不間斷的擊球以提升穩定度。	實作評量			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

			擊球訓練。 2. 練習多球時如何調整呼吸。	2. 除了羽毛球的技巧外，也學習如何在運動時用正確的呼吸方式幫助自我。		
第 17-20 週	4	比賽訓練	1. 精熟基本擊球方式。 2. 雙打和單打的比賽訓練，每位同學輪流當球員和裁判。	1. 可以獨立主導並進行一場比賽。 2. 精熟基本擊球方式與規則。	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。

臺南市公立鹽水區月津國民小學 115 學年度第二學期中年級彈性學習課程計畫

社團活動或技藝課程名稱	桌遊社	實施年級	中年級	教學節數	本學期共(20)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	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-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 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	透過桌遊增強學生的傳達及自信表現，並學習運用在生活中。						
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	
第 1-10 週	10	猜謎桌遊樂	1. 觀察圖卡猜答案 2. 比動作猜答案 3. 猜字謎	能透過肢體表達與觀察推理活動找出正確答案。	實作評量		
第 11-20 週	10	益智遊戲王	1. 操作教具解任務 2. 排列圖形過關卡	透過益智遊戲培養邏輯思考、專注力與問題解決能力。	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。