

臺南市私立昭明國民中學 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	微電影社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
2	排球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
3	籃球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
4	棒壘球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
5	棋藝社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
6	健康體適能	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
7	創意手作社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
8	桌遊社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
9	甘巴壘杯社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
10	韓團 MV 社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節

◎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。

臺南市私立昭明國民中學 115 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	微電影社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
2	排球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
3	籃球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
4	棒壘球社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
5	棋藝社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
6	健康體適能	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
7	創意手作社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
8	桌遊社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
9	甘巴壘杯社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節
10	韓團 MV 社	21	是 ☐ 否 ☒	☒ 每週【 1 】節 ☐ 隔週【 】節

◎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。

臺南市私立昭明國民中學 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		微電影社	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		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-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並 發揮主動學習與創新求變的素養。 J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。						
課程目標		1.認識電影的組成 2.了解電影的專有名詞與相關術語 3.認識電影的製作與產生方式 4.能協同拍攝一部短片						
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	預備周:課程預習	進行分組與課程講解	1. 了解自我與發展潛能	學習單與口語回答	分組		
第 2 週	1	單元一:故事的解剖	說明故事的組成與解析故事的過程與走向。	1. 了解自我與發展潛能 2. 欣賞、表現與創新 3. 文化學習與國際了解	學習單與口語回答			
第 3 週	1	單元一:故事的解剖	說明故事的組成與解析故事的過程與走向。	1. 了解自我與發展潛能 2. 欣賞、表現與創新 3. 文化學習與國際了解	學習單與口語回答			
第 4 週	1	單元一:故事的解剖	說明故事的組成與解析故事的過程與走向。	1. 了解自我與發展潛能 2. 欣賞、表現與創新 3. 文化學習與國際了	學習單與口語回答			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

				解		
第 5 週	1	單元二:時間的幻術	能了解鏡頭的位置與鏡頭運動的原理	1. 了解自我與發展潛能 2. 欣賞、表現與創新 3. 運用科技與資訊	學習單與口語回答	
第 6 週 第一次評量	1	單元二:時間的幻術	能了解鏡頭的位置與鏡頭運動的原理	1. 了解自我與發展潛能 2. 欣賞、表現與創新 3. 運用科技與資訊	學習單與口語回答	
第 7 週	1	單元二:時間的幻術	能了解鏡頭的位置與鏡頭運動的原理	1. 了解自我與發展潛能 2. 欣賞、表現與創新 3. 運用科技與資訊	學習單與口語回答	
第 8 週	1	單元二:時間的幻術	能了解鏡頭的位置與鏡頭運動的原理	1. 了解自我與發展潛能 2. 欣賞、表現與創新 3. 運用科技與資訊	學習單與口語回答	
第 9 週	1	單元二:時間的幻術	能了解鏡頭的位置與鏡頭運動的原理	1. 了解自我與發展潛能 2. 欣賞、表現與創新 3. 運用科技與資訊	學習單與口語回答	
第 10 週	1	單元三:聲音與光影的魔術	了解聲音在影片中扮演的角色，能模仿並欣賞配音在影片中所代表的重要性。	1. 尊重、關懷與團隊合作 2. 運用科技與資訊 3. 主動探索與研究	學習單與口語回答	
第 11 週	1	單元三:聲音與光影的魔術	了解聲音在影片中扮演的角色，能模仿並欣賞配音在影片中所代表的重要性。	1. 尊重、關懷與團隊合作 2. 運用科技與資訊 3. 主動探索與研究	學習單與口語回答	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 12 週	1	單元三:聲音與光影的魔術	了解聲音在影片中扮演的角色，能模仿並欣賞配音在影片中所代表的重要性。	1. 尊重、關懷與團隊合作 2. 運用科技與資訊 3. 主動探索與研究	學習單與口語回答	
第 13 週 第二次評量	1	單元三:聲音與光影的魔術	了解聲音在影片中扮演的角色，能模仿並欣賞配音在影片中所代表的重要性。	1. 尊重、關懷與團隊合作 2. 運用科技與資訊 3. 主動探索與研究	學習單與口語回答	
第 14 週	1	單元三:聲音與光影的魔術	了解聲音在影片中扮演的角色，能模仿並欣賞配音在影片中所代表的重要性。	1. 尊重、關懷與團隊合作 2. 運用科技與資訊 3. 主動探索與研究	學習單與口語回答	
第 15 週	1	單元四:再見真實	藉由觀賞紀錄片，讓學生更了解紀錄片類型與劇情片的差異。	1. 欣賞、表現與創新 2. 尊重、關懷與團隊合作	學習單與口語回答 拍攝練習	
第 16 週	1	單元四:再見真實	藉由觀賞紀錄片，讓學生更了解紀錄片類型與劇情片的差異。	1. 欣賞、表現與創新 2. 尊重、關懷與團隊合作	學習單與口語回答 拍攝練習	
第 17 週	1	單元四:再見真實	藉由觀賞紀錄片，讓學生更了解紀錄片類型與劇情片的差異。	1. 欣賞、表現與創新 2. 尊重、關懷與團隊合作	學習單與口語回答 拍攝練習	
第 18 週	1	單元五:光陰的故事	引導學生 觀賞「那時· 此刻」。	1. 欣賞、表現與創新 2. 尊重、關懷與團隊合	學習單與口語回答	

			藉由 影片的介紹，讓學生 了 解國片發展與近 期的轉型。	作 3. 文化學習與國際了解		
第 19 週	1	單元五:光陰的故事	引導學生 觀賞「那時・ 此刻」。 藉由 影片的介紹，讓學生 了 解國片發展與近 期的轉型。	1. 欣賞、表現與創新 2. 尊重、關懷與團隊合作 3. 文化學習與國際了解	學習單與口語回答	
第 20 週	1	單元五:光陰的故事	引導學生 觀賞「那時・ 此刻」。 藉由 影片的介紹，讓學生 了 解國片發展與近 期的轉型。	1. 欣賞、表現與創新 2. 尊重、關懷與團隊合作 3. 文化學習與國際了解	學習單與口語回答	
第 21 週 第三次評量	1	單元五:光陰的故事	引導學生 觀賞「那時・ 此刻」。 藉由 影片的介紹，讓學生 了 解國片發展與近 期的轉型。	1. 欣賞、表現與創新 2. 尊重、關懷與團隊合作 3. 文化學習與國際了解	學習單與口語回答	

◎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。

臺南市私立昭明國民中學 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		微電影社	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		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-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並 發揮主動學習與創新求變的素養。 J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。						
課程目標		1. 認識電影的組成 2. 了解電影的專有名詞與相關術語 3. 認識電影的製作與產生方式 4. 能協同拍攝一部短片						
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	預備周:課程預習	進行分組與課程講解	1. 了解自我與發展潛能	學習單與口語回答	分組		
第 2 週	1	單元一:故事的解剖	說明故事的組成與解析故事的過程與走向。	1. 了解自我與發展潛能 2. 欣賞、表現與創新 3. 文化學習與國際了解	學習單與口語回答			
第 3 週	1	單元一:故事的解剖	說明故事的組成與解析故事的過程與走向。	1. 了解自我與發展潛能 2. 欣賞、表現與創新 3. 文化學習與國際了解	學習單與口語回答			
第 4 週	1	單元一:故事的解剖	說明故事的組成與解析故事的過程與走向。	1. 了解自我與發展潛能 2. 欣賞、表現與創新 3. 文化學習與國際了	學習單與口語回答			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

				解		
第 5 週	1	單元二:時間的幻術	能了解鏡頭的位置與鏡頭運動的原理	1. 了解自我與發展潛能 2. 欣賞、表現與創新 3. 運用科技與資訊	學習單與口語回答	
第 6 週	1	單元二:時間的幻術	能了解鏡頭的位置與鏡頭運動的原理	1. 了解自我與發展潛能 2. 欣賞、表現與創新 3. 運用科技與資訊	學習單與口語回答	
第 7 週 第一次評量	1	單元二:時間的幻術	能了解鏡頭的位置與鏡頭運動的原理	1. 了解自我與發展潛能 2. 欣賞、表現與創新 3. 運用科技與資訊	學習單與口語回答	
第 8 週	1	單元二:時間的幻術	能了解鏡頭的位置與鏡頭運動的原理	1. 了解自我與發展潛能 2. 欣賞、表現與創新 3. 運用科技與資訊	學習單與口語回答	
第 9 週	1	單元二:時間的幻術	能了解鏡頭的位置與鏡頭運動的原理	1. 了解自我與發展潛能 2. 欣賞、表現與創新 3. 運用科技與資訊	學習單與口語回答	
第 10 週	1	單元三:聲音與光影的魔術	了解聲音在影片中扮演的角色，能模仿並欣賞配音在影片中所代表的重要性。	1. 尊重、關懷與團隊合作 2. 運用科技與資訊 3. 主動探索與研究	學習單與口語回答	
第 11 週	1	單元三:聲音與光影的魔術	了解聲音在影片中扮演的角色，能模仿並欣賞配音在影片中所代表的重要性。	1. 尊重、關懷與團隊合作 2. 運用科技與資訊 3. 主動探索與研究	學習單與口語回答	

第 12 週	1	單元三:聲音與光影的魔術	了解聲音在影片中扮演的角色，能模仿並欣賞配音在影片中所代表的重要性。	1. 尊重、關懷與團隊合作 2. 運用科技與資訊 3. 主動探索與研究	學習單與口語回答	
第 13 週	1	單元三:聲音與光影的魔術	了解聲音在影片中扮演的角色，能模仿並欣賞配音在影片中所代表的重要性。	1. 尊重、關懷與團隊合作 2. 運用科技與資訊 3. 主動探索與研究	學習單與口語回答	
第 14 週 第二次評量	1	單元三:聲音與光影的魔術	了解聲音在影片中扮演的角色，能模仿並欣賞配音在影片中所代表的重要性。	1. 尊重、關懷與團隊合作 2. 運用科技與資訊 3. 主動探索與研究	學習單與口語回答	
第 15 週	1	單元四:再見真實	藉由觀賞紀錄片，讓學生更了解紀錄片類型與劇情片的差異。	1. 欣賞、表現與創新 2. 尊重、關懷與團隊合作	學習單與口語回答 拍攝練習	
第 16 週	1	單元四:再見真實	藉由觀賞紀錄片，讓學生更了解紀錄片類型與劇情片的差異。	1. 欣賞、表現與創新 2. 尊重、關懷與團隊合作	學習單與口語回答 拍攝練習	
第 17 週	1	單元四:再見真實	藉由觀賞紀錄片，讓學生更了解紀錄片類型與劇情片的差異。	1. 欣賞、表現與創新 2. 尊重、關懷與團隊合作	學習單與口語回答 拍攝練習	
第 18 週	1	單元五:光陰的故事	引導學生 觀賞「那時· 此刻」。	1. 欣賞、表現與創新 2. 尊重、關懷與團隊合	學習單與口語回答	

			藉由 影片的介紹，讓學生 了 解國片發展與近 期的轉型。	作 3. 文化學習與國際了解		
第 19 週	1	單元五:光陰的故事	引導學生 觀賞 「那時・ 此刻」。 藉由 影片的介紹，讓學生 了 解國片發展與近 期的轉型。	1. 欣賞、表現與創新 2. 尊重、關懷與團隊合作 3. 文化學習與國際了解	學習單與口語回答	
第 20 週	1	單元五:光陰的故事	引導學生 觀賞 「那時・ 此刻」。 藉由 影片的介紹，讓學生 了 解國片發展與近 期的轉型。	1. 欣賞、表現與創新 2. 尊重、關懷與團隊合作 3. 文化學習與國際了解	學習單與口語回答	
第 21 週 第三次評量	1	單元五:光陰的故事	引導學生 觀賞 「那時・ 此刻」。 藉由 影片的介紹，讓學生 了 解國片發展與近 期的轉型。	1. 欣賞、表現與創新 2. 尊重、關懷與團隊合作 3. 文化學習與國際了解	學習單與口語回答	

◎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。

臺南市私立昭明國民中學 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		排球社	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，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-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並 發揮主動學習與創新求變的素養。 J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。						
課程目標		一、啟發生命潛能 二、陶養生活知能 三、促進生涯發展 四、涵育公民責任						
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	認識排球	講解排球起源	了解排球起源	認知(問答)			
第 2 週	1	認識排球	講解排球場地	了解排球場地	認知(問答)			
第 3 週	1	認識排球	講解排球規則	了解排球規則	認知(問答)			
第 4 週	1	排球(大腿肌力訓練)	背部滾球	完成背部滾球動作	技能評量			
第 5 週	1	排球(大腿肌力訓練)	背部滾球	完成背部滾球動作	技能評量			
第 6 週 第一次評量	1	排球(肌耐力訓練)	臀部控球	完成臀部控球	技能評量			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 7 週	1	排球(肌耐力訓練)	臀部控球	完成臀部控球	技能評量	
第 8 週	1	排球球感練習	單手玩球	完成單手玩球	技能評量	
第 9 週	1	排球球感練習	單手玩球	完成單手玩球	技能評量	
第 10 週	1	排球球感練習	雙手玩球	完成雙手玩球	技能評量	
第 11 週	1	排球球感練習	雙手玩球	完成雙手玩球	技能評量	
第 12 週	1	排球低手傳球	跨步低手傳球步伐	完成跨步低手傳球步伐	技能評量	
第 13 週 第二次評量	1	排球低手傳球	跨步低手傳球步伐	完成跨步低手傳球步伐	技能評量	
第 14 週	1	排球低手傳球	交叉低手傳球步伐	完成交叉低手傳球步伐	技能評量	
第 15 週	1	排球低手傳球	交叉低手傳球步伐	完成交叉低手傳球步伐	技能評量	
第 16 週	1	有球必接(團體合作)	三角移位跑動傳球	完成三角移位跑動傳球	技能評量	
第 17 週	1	有球必接(團體合作)	三角移位跑動傳球	完成三角移位跑動傳球	技能評量	
第 18 週	1	有球必接(團體合作)	四腳移位跑動傳球	完成四腳移位跑動傳球	技能評量	
第 19 週	1	有球必接(團體合作)	四腳移位跑動傳球	完成四腳移位跑動傳球	技能評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 20 週	1	有球必接(團體合作)	數字連線遊戲	完成數字連線遊戲	技能評量	
第 21 週 第三次評量	1	有球必接(團體合作)	數字連線遊戲	完成數字連線遊戲	技能評量	

◎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。

臺南市私立昭明國民中學 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		排球社	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，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-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並 發揮主動學習與創新求變的素養。 J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。						
課程目標		一、啟發生命潛能 二、陶養生活知能 三、促進生涯發展 四、涵育公民責任						
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	低手傳球	傳球接龍	完成傳球接龍	技能評量			
第 2 週	1	低手傳球	拍球擊球	完成拍球擊球	技能評量			
第 3 週	1	低手傳球	動作檢視	完成動作檢視	技能評量			
第 4 週	1	靈活步伐	滑步的連續動作	完成滑步的連續動作	技能評量			
第 5 週	1	靈活步伐	滑步的連續動作	完成滑步的連續動作	技能評量			
第 6 週	1	靈活步伐	交叉步的連續動作	完成交叉步的連續動作	技能評量			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 7 週 第一次評量	1	靈活步伐	交叉步的連續動作	完成交叉步的連續動作	技能評量	
第 8 週	1	無的放矢	向右移位	完成向右移位	技能評量	
第 9 週	1	無的放矢	向左移位	完成向左移位	技能評量	
第 10 週	1	無的放矢	向前移位	完成向前移位	技能評量	
第 11 週	1	無的放矢	向後移位	完成向後移位	技能評量	
第 12 週	1	碰碰擊球	單人連續擊球前進	完成單人連續擊球前進	技能評量	
第 13 週	1	碰碰擊球	雙人互擊球過網	完成雙人互擊球過網	技能評量	
第 14 週 第二次評量	1	碰碰擊球	三人交互擊球過網	完成三人交互擊球過網	技能評量	
第 15 週	1	碰碰擊球	三人交互擊球過網	完成三人交互擊球過網	技能評量	
第 16 週	1	溝通重要	順序接球	完成順序接球	技能評量	
第 17 週	1	溝通重要	順序接球	完成順序接球	技能評量	
第 18 週	1	溝通重要	報數接球	完成報數接球	技能評量	
第 19 週	1	溝通重要	報數接球	完成報數接球	技能評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 20 週	1	溝通重要	報數接球	完成報數接球	技能評量	
第 21 週 第三次評量	1	溝通重要	連貫接球	完成連貫接球	技能評量	

◎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。

臺南市私立七股區昭明國民中學 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		籃球社	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		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-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並 發揮主動學習與創新求變的素養。 J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。 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。 J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。						
課程目標		1. 啟發生命潛能 2. 陶養生活知能 3. 促進生涯發展 4. 涵育公民責任						
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	籃球起源與歷史 場地、器材介紹	介紹籃球 學生分組及器材借用規範、暖身(伸展)操		了解籃球發展史 學生分組及分工互助 主要肌群伸展熱身		問答、情意	
第 2 週	1	籃球基本技術與動作技巧—傳球	<u>胸前傳球</u> 1. 準備姿勢 2. 傳球之前 3. 傳球動作 4. 傳球之後		學會胸前傳球基本動作及運用時機		情意、技能	

第 3 週	1	籃球基本技術與動作技巧—傳球	<u>胸前傳球</u> 1. 準備姿勢 2. 傳球之前 3. 傳球動作 4. 傳球之後	學會胸前傳球基本動作及運用時機	情意、技能	
第 4 週	1	籃球基本技術與動作技巧—傳球	<u>地板傳球</u> 1. 準備姿勢 2. 傳球之前 3. 傳球動作	學會地板傳球基本動作及運用時機	情意、技能	
第 5 週	1	籃球基本技術與動作技巧—傳球	<u>地板傳球</u> 1. 準備姿勢 2. 傳球之前 3. 傳球動作	學會地板傳球基本動作及運用時機	情意、技能	
第 6 週 第一次評量	1	籃球基本技術與動作技巧—運球	<u>單手運球</u> 1. 準備姿勢 2. 傳球之前 3. 傳球動作	學會單手運球基本動作及運用時機	情意、技能	
第 7 週	1	籃球基本技術與動作技巧—運球	<u>單手運球</u> 1. 準備姿勢 2. 傳球之前 3. 傳球動作	學會單手運球基本動作及運用時機	情意、技能	
第 8 週	1	籃球基本技術與動作技巧—運球	<u>雙手交叉球</u> 1. 準備姿勢 2. 傳球之前 3. 傳球動作	學會雙手交叉球基本動作及運用時機	情意、技能	

第 9 週	1	籃球基本技術與動作技巧—運球	<u>雙手交叉球</u> 1. 準備姿勢 2. 傳球之前 3. 傳球動作	學會雙手交叉球基本動作及運用時機	情意、技能	
第 10 週	1	籃球基本技術與動作技巧—運球	<u>胯下傳球</u> 1. 準備姿勢 2. 傳球之前 傳球動作	學會胯下球基本動作及運用時機	情意、技能	
第 11 週	1	籃球基本技術與動作技巧—運球	<u>胯下傳球</u> 1. 準備姿勢 2. 傳球之前 傳球動作	學會胯下球基本動作及運用時機	情意、技能	
第 12 週	1	籃球基本技術與動作技巧—運、傳球	<u>運、傳球訓練法</u> 1. 定點對牆壁傳球 兩人傳球練習	運用綜合練習讓運、傳球動作更加熟練	情意、技能	
第 13 週 第二次評量	1	籃球基本技術與動作技巧—運、傳球	<u>運、傳球訓練法</u> 1. 定點對牆壁傳球 兩人傳球練習	運用綜合練習讓運、傳球動作更加熟練	情意、技能	
第 14 週	1	籃球基本技術與動作技巧—傳球	<u>傳球訓練法</u> 1. 三角形傳球練習 四方形傳球練習	運用綜合練習讓傳球動作更加熟練	情意、技能	
第 15 週	1	籃球基本技術與動作技巧—傳球	<u>傳球訓練法</u> 1. 三角形傳球練習 四方形傳球練習	運用綜合練習讓傳球動作更加熟練	情意、技能	
第 16 週	1	籃球基本技術與動作技巧—運球上籃	<u>上籃訓練法</u> 1. 三步上籃 接球上籃	運用綜合練習讓上籃運球動作更加熟練	情意、技能	

第 17 週	1	籃球基本技術與動作技巧—運球上籃	<u>上籃訓練法</u> 1. 三步上籃 接球上籃	運用綜合練習讓上籃運球動作更加熟練	情意、技能	
第 18 週	1	籃球基本技術與動作技巧—傳、接、運球	<u>接球基本手勢講解練習</u> 1. 手勢 1 2. 手勢 2 3. 手勢 3 4. 手勢 4 手勢 5	了解傳、接、運球基本手勢位置及運用時機	情意、技能	
第 19 週	1	籃球基本技術與動作技巧—傳、接、運球	<u>接球基本手勢講解練習</u> 1. 手勢 1 2. 手勢 2 3. 手勢 3 4. 手勢 4 手勢 5	了解傳、接、運球基本手勢位置及運用時機	情意、技能	
第 20 週	1	籃球基本技術與動作技巧—籃板球	<u>籃板接球</u> 1. 準備接球之前 接球動作	學會籃板接球及運用時機	情意、技能	
第 21 週 第三次評量	1	籃球基本技術與動作技巧—籃板球	<u>籃板接球</u> 1. 準備接球之前 接球動作	學會籃板接球及運用時機	情意、技能	

◎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。

臺南市私立七股區昭明國民中學 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		籃球社	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		J-A2 具備理解情境全貌，並做 獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 J-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並 發揮主動學習與創新求變的素養。 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-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. 啟發生命潛能 2. 陶養生活知能 3. 促進生涯發展 4. 涵育公民責任						
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	籃球基本技術與動作技巧－籃板球	<u>籃板接球</u> 1. 準備接球之前 2. 接球動作	學會籃板接球及運用時機	情意、技能			
第 2 週	1	籃球基本技術與動作技巧－籃板球	<u>籃板接球</u> 1. 準備接球之前 2. 接球動作	學會籃板接球及運用時機	情意、技能			
第 3 週	1	籃球基本技術與動作技巧－雙人配合 籃板球	<u>籃板接球</u> 1. 準備接球之前 2. 接球動作 3. 卡位	學會籃板接球及運用時機	情意、技能			

第 4 週	1	籃球基本技術與動作技巧—雙人配合 籃板球	<u>籃板接球</u> 1. 準備接球之前 2. 接球動作 3. 卡位	學會籃板接球及身體卡位運用時機		
第 5 週	1	籃球基本技術與動作技巧—籃板球、補籃	<u>籃板接球、補籃</u> 1. 準備接球之前 2. 接球動作	學會籃板球、補籃及運用時機		
第 6 週	1	籃球基本技術與動作技巧—籃板球、補籃	<u>籃板接球、補籃</u> 1. 準備接球之前 2. 接球動作 3. 假動作	學會籃板球、補籃及假動作運用時機		
第 7 週 第一次評量	1	籃球基本技術與動作技巧—運球上籃	<u>運球上籃</u> 1. 準備接球之前 2. 運球上籃動作	學會運球上籃及運用時機		
第 8 週	1	籃球基本技術與動作技巧—運球上籃	<u>運球上籃</u> 1. 準備接球之前 2. 運球上籃動作	學會運球上籃及運用時機		
第 9 週	1	籃球基本技術與動作技巧—接球上籃	<u>接球上籃</u> 1. 準備接球之前 2. 上籃動作	學會接球上籃及運用時機		
第 10 週	1	籃球基本技術與動作技巧—接球上籃	<u>接球上籃</u> 1. 準備接球之前 2. 上籃動作	學會接球上籃及運用時機		
第 11 週	1	籃球基本技術與動作技巧—運球上籃	<u>接球訓練法</u> 1. 兩人一組練習 2. 定點接球運球上籃	運用綜合練習讓接球動作更加熟練		

第 12 週	1	籃球基本技術與動作技巧—運球上籃	<u>接球訓練法</u> 1. 兩人一組練習 2. 定點接球運球上籃	運用綜合練習讓接球動作更加熟練	情意、技能	
第 13 週	1	籃球基本技術與動作技巧—運球上籃	<u>接球訓練法</u> 移動式運球上籃練習	運用綜合練習讓接球動作更加熟練並建立防守觀念	情意、技能	
第 14 週 第二次評量	1	籃球基本技術與動作技巧—運球上籃	<u>接球訓練法</u> 移動式運球上籃練習	運用綜合練習讓接球動作更加熟練並建立防守觀念	情意、技能	
第 15 週	1	籃球基本技術與動作技巧—運球上籃	<u>接球訓練法</u> 移動式防守練習 (直線)	運用綜合練習讓接球動作更加熟練並建立防守觀念	情意、技能	
第 16 週	1	籃球基本技術與動作技巧—運球上籃	<u>接球訓練法</u> 移動式防守練習 (直線)	運用綜合練習讓接球動作更加熟練並建立防守觀念	情意、技能	
第 17 週	1	籃球基本技術與動作技巧—運球上籃	<u>接球訓練法</u> 1. 3人一組練習 2. 定點接球運球上籃	運用綜合練習讓接球動作更加熟練	情意、技能	
第 18 週	1	籃球基本技術與動作技巧—運球上籃	<u>接球訓練法</u> 1. 3人一組練習 2. 定點接球運球上籃	運用綜合練習讓接球動作更加熟練	情意、技能	
第 19 週	1	籃球基本技術與動作技巧—運球上籃	<u>接球訓練法</u> 1. 3人一組練習 2. 移動接球運球上籃	運用綜合練習讓接球動作更加熟練	情意、技能	
第 20 週	1	籃球基本技術與動作技巧—運球上籃	<u>接球訓練法</u> 1. 3人一組練習 2. 移動接球運球上籃	運用綜合練習讓接球動作更加熟練	情意、技能	

第 21 週 第三次評 量	1	籃球基本技術與動作技巧—運球上籃	<u>接球訓練法</u> 1. 3人一組練習 2. 移動接球運球上籃	運用綜合練習讓接球動作更加熟練	情意、技能	
---------------------	---	------------------	--	-----------------	-------	--

◎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。

臺南市私立昭明國民中學 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		棒壘球社	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		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.啟發生命潛能。 2.陶養生活知能。 3.促進生涯發展。 4.涵育公民責任。						
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	社團課程介紹	活動簡介及環境介紹	了解慢速壘球的起源與基本裝備。	問答 情意			
第 2 週	1	能力測驗(1)	基本能力測驗及分組。	了解比賽防守陣型的各個位置及用意。	情意 技能			
第 3 週	1	能力測驗(2)	基本能力測驗及分組。	了解比賽防守陣型的各個位置及用意。	情意 技能			
第 4 週	1	體能訓練課程(1)	結合壘球進行體能課程。	培養學員運動能力。	情意 技能			
第 5 週	1	壘球基礎練習(1)	學會踩壘接球及觸殺的動作要領。	強化學員基礎能力。	情意 技能			
第 6 週 第一次評量	1	體能訓練課程(2)	結合壘球進行體能課程。	培養學員運動能力。	情意 技能			
第 7 週	1	壘球基礎練習(2)	學會傳接球及守備站位要領。	強化學員基礎能力。	情意 技能			

第 8 週	1	傳接球及守備教學	組合練習活動。	學會傳接球及守備站位要領。	情意技能	
第 9 週	1	跑壘及打擊教學	組合練習活動。	學會跑壘及打擊要領。	情意技能	
第 10 週	1	壘球規則講解(1)	案例教學。	了解慢速壘球的規則。	認知技能	
第 11 週	1	守備狀況演練	介紹防守陣型的概念。	學會傳接球及守備站位要領。	情意技能	
第 12 週	1	投捕訓練	組合練習活動。	學會投手/捕手守備的動作要領。	情意技能	
第 13 週 第二次評量	1	壘球規則講解(2)	案例教學。	了解慢速壘球的規則。	認知技能	
第 14 週	1	TEEBALL 分組對抗賽(1)	透過運動競賽體認競爭與合作在運動比賽中扮演的重要角色。	養成遵守規則服從裁判的運動精神。	情意技能	
第 15 週	1	守備訓練(內野)	基礎練習活動。	內野手守備的動作要領。	情意技能	
第 16 週	1	TEEBALL 分組對抗賽(2)	透過運動競賽體認競爭與合作在運動比賽中扮演的重要角色。	養成遵守規則服從裁判的運動精神。	情意技能	
第 17 週	1	守備訓練(外野)	基礎練習活動。	外野手守備的動作要領。	情意技能	
第 18 週	1	TEEBALL 分組對抗賽(3)	透過運動競賽體認競爭與合作在運動比賽中扮演的重要角色。	養成遵守規則服從裁判的運動精神。	情意技能	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 19 週	1	綜合守備訓練	組合練習活動。	守備配合注意要領。	情意 技能	
第 20 週	1	戰術演練-進攻(1)	了解戰術活用於比賽。	分析解讀防守陣型。	情意 技能	
第 21 週 第三次評量	1	戰術演練-進攻(2)	了解戰術活用於比賽。	分析解讀防守陣型。	情意 技能	

◎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。

臺南市私立昭明國民中學 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		棒壘球社	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		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.啟發生命潛能。 2.陶養生活知能。 3.促進生涯發展。 4.涵育公民責任。						
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	基本能力測驗及分組	能力測驗。	了解比賽防守陣型的各個位置及用意。	認知 技能			
第 2 週	1	守備訓練:滾地球	進行兩人拋接遊戲。	學會滾地球的動作技巧。	情意 技能			
第 3 週	1	分組對抗賽(1)	共同訂定綜合性比賽規則並進行綜合性比賽。	養成積極參與的態度，並隨時注意安全。	認知 技能			
第 4 週	1	守備訓練:飛球	進行捕接高飛球活動。	判斷及學會高飛接球的動作要領。	情意 技能			
第 5 週	1	分組對抗賽(2)	共同訂定綜合性比賽規則並進行綜合性比賽。	養成積極參與的態度，並隨時注意安全。	認知 技能			
第 6 週	1	壘球規則講解(1)	案例教學。	了解慢速壘球的規則。	認知 技能			

第 7 週 第一次評量	1	分組對抗賽(3)	共同訂定綜合性比賽規則並進行綜合性比賽。	養成積極參與的態度，並隨時注意安全。	認知技能	
第 8 週	1	壘球規則講解(2)	案例教學。	了解慢速壘球的規則。	認知技能	
第 9 週	1	分組對抗賽(4)	共同訂定綜合性比賽規則並進行綜合性比賽。	養成積極參與的態度，並隨時注意安全。	情意技能	
第 10 週	1	守備站位教學(1)	介紹小組配合防守概念。	學會傳接球及守備站位要領。	情意技能	
第 11 週	1	特打訓練(1)	組合練習。	學會揮棒打擊的動作技巧。	情意技能	
第 12 週	1	團體攻防演練(1)	透過練習，將學習要領實際應用於情境活動中。	體認合作在運動比賽中扮演的重要角色。	認知技能	
第 13 週	1	守備站位教學(2)	介紹小組配合防守概念。	學會傳接球及守備站位要領。	情意技能	
第 14 週 第二次評量	1	特打訓練(2)	組合練習。	學會揮棒打擊的動作技巧。	情意技能	
第 15 週	1	團體攻防演練(2)	透過練習，將學習要領實際應用於情境活動中。	體認合作在運動比賽中扮演的重要角色。	認知技能	
第 16 週	1	守備站位教學(3)	介紹小組配合防守概念。	學會傳接球及守備站位要領。	情意技能	
第 17 週	1	特打訓練(3)	組合練習。	學會揮棒打擊的動作技巧。	情意技能	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 18 週	1	團體攻防演練(3)	透過練習，將學習要領實際應用於情境活動中。	體認合作在運動比賽中扮演的重要角色。	認知技能	
第 19 週	1	團體攻防演練(4)	透過練習，將學習要領實際應用於情境活動中。	體認合作在運動比賽中扮演的重要角色。	認知技能	
第 20 週	1	盟主爭霸戰(1)	共同討論並訂定規則，進行比賽。	培養尊重他人及團隊合作的精神。	情意技能	
第 21 週 第三次評量	1	盟主爭霸戰(2)	共同討論並訂定規則，進行比賽。	培養尊重他人及團隊合作的精神。	情意技能	

◎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。

臺南市私立昭明國民中學 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	棋藝社	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	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	一、啟發生命潛能 二、陶養生活知能 三、促進生涯發展 四、涵育公民責任						
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	跳棋	了解跳棋的走法	各棋子能互相支援 能和同學互動良好	分組下棋比賽 口頭問答		
第 2 週	1	跳棋	了解跳棋的走法	各棋子能互相支援 能和同學互動良好	分組下棋比賽 口頭問答		
第 3 週	1	跳棋	了解跳棋的走法	各棋子能互相支援 能和同學互動良好	分組下棋比賽 口頭問答		
第 4 週	1	圍棋	了解圍棋的走法	各棋子能互相支援 能和同學互動良好	分組下棋比賽 口頭問答		
第 5 週	1	圍棋	了解圍棋的走法	各棋子能互相支援 能和同學互動良好	分組下棋比賽 口頭問答		
第 6 週 第一次評量	1	圍棋	了解圍棋的走法	各棋子能互相支援 能和同學互動良好	分組下棋比賽 口頭問答		
第 7 週	1	西瓜棋	了解西瓜棋的走法	各棋子能互相支援 能和同學互動良好	分組下棋比賽 口頭問答		

第 8 週	1	西瓜棋	了解西瓜棋的走法	各棋子能互相支援 能和同學互動良好	分組下棋比賽 口頭問答	
第 9 週	1	直棋	了解直棋的走法	各棋子能互相支援 能和同學互動良好	分組下棋比賽 口頭問答	
第 10 週	1	直棋	了解直棋的走法	各棋子能互相支援 能和同學互動良好	分組下棋比賽 口頭問答	
第 11 週	1	象棋	了解象棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	
第 12 週	1	象棋	了解象棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	
第 13 週 第二次評量	1	象棋	了解象棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	
第 14 週	1	象棋	了解象棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	
第 15 週	1	動物棋	了解動物棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	
第 16 週	1	動物棋	了解動物棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	
第 17 週	1	動物棋	了解動物棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	
第 18 週	1	陸軍棋	了解陸軍棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	
第 19 週	1	陸軍棋	了解陸軍棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	
第 20 週	1	陸軍棋	了解陸軍棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 21 週 第三次評量	1	陸軍棋	了解陸軍棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	
-----------------	---	-----	----------	-------------------------	----------------	--

◎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。

臺南市私立昭明國民中學 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		棋藝社	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		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		一、啟發生命潛能 二、陶養生活知能 三、促進生涯發展 四、涵育公民責任						
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	跳棋	了解跳棋的走法	各棋子能互相支援 能和同學互動良好	分組下棋比賽 口頭問答			
第 2 週	1	跳棋	了解跳棋的走法	各棋子能互相支援 能和同學互動良好	分組下棋比賽 口頭問答			
第 3 週	1	跳棋	了解跳棋的走法	各棋子能互相支援 能和同學互動良好	分組下棋比賽 口頭問答			
第 4 週	1	圍棋	了解圍棋的走法	各棋子能互相支援 能和同學互動良好	分組下棋比賽 口頭問答			
第 5 週	1	圍棋	了解圍棋的走法	各棋子能互相支援 能和同學互動良好	分組下棋比賽 口頭問答			
第 6 週	1	圍棋	了解圍棋的走法	各棋子能互相支援 能和同學互動良好	分組下棋比賽 口頭問答			
第 7 週 第一次評量	1	西瓜棋	了解西瓜棋的走法	各棋子能互相支援 能和同學互動良好	分組下棋比賽 口頭問答			

第 8 週	1	西瓜棋	了解西瓜棋的走法	各棋子能互相支援 能和同學互動良好	分組下棋比賽 口頭問答	
第 9 週	1	直棋	了解直棋的走法	各棋子能互相支援 能和同學互動良好	分組下棋比賽 口頭問答	
第 10 週	1	直棋	了解直棋的走法	各棋子能互相支援 能和同學互動良好	分組下棋比賽 口頭問答	
第 11 週	1	象棋	了解象棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	
第 12 週	1	象棋	了解象棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	
第 13 週	1	象棋	了解象棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	
第 14 週 第二次評量	1	象棋	了解象棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	
第 15 週	1	動物棋	了解動物棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	
第 16 週	1	動物棋	了解動物棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	
第 17 週	1	動物棋	了解動物棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	
第 18 週	1	陸軍棋	了解陸軍棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	
第 19 週	1	陸軍棋	了解陸軍棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	
第 20 週	1	陸軍棋	了解陸軍棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 21 週 第三次評量	1	陸軍棋	了解陸軍棋的走法	能熟悉各棋子的走法 能獨立思考並解決問題	分組下棋比賽 口頭問答	
-----------------	---	-----	----------	-------------------------	----------------	--

◎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。

臺南市私立七股區昭明國民中學 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		健康體適能	實施年級	七	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		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. 啟發生命潛能。 2. 陶養生活知能。 3. 促進生涯發展。 4. 涵育公民責任。						
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	體適能檢測	基本體能測驗	了解個人體能	問答 情意			
第 2 週	1	正確暖身	動態伸展練習	預防運動傷害	情意 技能			
第 3 週	1	跑姿訓練	基本跑步動作	建立正確跑姿	情意 技能			
第 4 週	1	心肺耐力	慢跑與走跑	提升心肺功能	情意 技能			
第 5 週	1	核心入門	核心穩定訓練	強化軀幹控制	情意 技能			
第 6 週 第一次評量	1	肌力訓練	徒手深蹲練習	增進下肢力量	情意 技能			
第 7 週	1	肌耐力訓練	循環訓練活動	提升肌耐能力	情意 技能			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 8 週	1	柔軟度提升	靜態伸展練習	增進關節活動	情意 技能	
第 9 週	1	敏捷訓練	梯形步伐訓練	提升移動速度	情意 技能	
第 10 週	1	協調訓練	手腳配合活動	增進身體協調	認知 技能	
第 11 週	1	平衡訓練	單腳平衡練習	提升穩定能力	情意 技能	
第 12 週	1	間歇跑訓練	短距離循環跑	提升耐力表現	情意 技能	
第 13 週 第二次評量	1	團隊體能	小組合作闖關	培養合作精神	認知 技能	
第 14 週	1	敏捷遊戲	反應競賽活動	增進反應能力	情意 技能	
第 15 週	1	核心進階	核心循環訓練	提升核心肌群	情意 技能	
第 16 週	1	下肢肌力	弓箭步訓練	增強腿部力量	情意 技能	
第 17 週	1	上肢肌力	伏地挺身練習	增進上肢力量	情意 技能	
第 18 週	1	體能挑戰	綜合體能闖關	檢視訓練成果	情意 技能	
第 19 週	1	體能遊戲	趣味競賽活動	提升運動興趣	情意 技能	
第 20 週	1	成果測驗	體適能再檢測	比較進步情形	情意 技能	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 21 週 第三次評量	1	學習回饋	成果分享討論	建立運動習慣	情意 技能	
-----------------	---	------	--------	--------	----------	--

◎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。

臺南市私立七股區昭明國民中學 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		健康體適能	實施年級	七	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		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. 啟發生命潛能。 2. 陶養生活知能。 3. 促進生涯發展。 4. 涵育公民責任。						
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	體能複習	基礎體能回顧	鞏固運動能力	認知 技能			
第 2 週	1	心肺進階	間歇跑訓練	強化心肺耐力	情意 技能			
第 3 週	1	核心強化	核心循環課程	提升軀幹穩定	認知 技能			
第 4 週	1	肌力提升	阻力訓練活動	增加肌肉力量	情意 技能			
第 5 週	1	肌耐力提升	長時間循環訓練	提高持續能力	認知 技能			
第 6 週	1	敏捷進階	變向跑訓練	提升敏捷反應	認知 技能			
第 7 週 第一次評量	1	平衡進階	動態平衡練習	增強控制能力	認知 技能			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 8 週	1	協調進階	複合動作練習	提升動作協調	認知 技能	
第 9 週	1	爆發力訓練	跳躍訓練活動	增進爆發能力	情意 技能	
第 10 週	1	速度訓練	短跑加速練習	提升移動速度	情意 技能	
第 11 週	1	團隊挑戰	合作體能闖關	培養團隊合作	情意 技能	
第 12 週	1	體能競賽	小組對抗活動	激發參與動機	認知 技能	
第 13 週	1	柔軟度進階	全身伸展訓練	提升柔軟程度	情意 技能	
第 14 週 第二次評量	1	體能遊戲	趣味體能活動	增加運動樂趣	情意 技能	
第 15 週	1	綜合訓練	多站循環訓練	發展全面體能	認知 技能	
第 16 週	1	自我挑戰	個人體能突破	建立自信態度	情意 技能	
第 17 週	1	健康知識	運動與營養課程	建立健康觀念	情意 技能	
第 18 週	1	體能應用	運動技能結合	提升實用能力	認知 技能	
第 19 週	1	體能總測驗	體適能檢測	檢視學習成果	認知 技能	
第 20 週	1	成果展示	團隊成果發表	分享學習經驗	情意 技能	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 21 週 第三次評量	1	課程總結	學習反思回饋	養成終身運動	情意 技能	
-----------------	---	------	--------	--------	----------	--

◎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。

臺南市私立昭明國民中學 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	創意手作	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-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。						
課程目標	一、啟發生命潛能 啟迪學習的動機，培養好奇心、探索力、思考力、判斷力與行動力，願意以積極的態度、持續的動力進行探索 與學習；從而體驗學習的喜悅，增益自我價值感。進而激發更多生命的潛能，達到健康且均衡的全人開展。 二、陶養生活知能 培養基本知能，在生活中能融會各領域所學，統整運用、手腦並用地解決問題；並能適切溝通與表達，重視人 際包容、團隊合作、社會互動，以適應社會生活。進而勇於創新，展現科技應用與生活美學的涵養。						
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	
第一週	1	課程簡介、堂規說明； 點線面體基本造型原理	認識點、線、面、體 構成以及基本造型	能認識並運用視覺形式要素與美感原理表達創意構思。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能		
第二週	1	熱縮片(吊飾製作)-實作	認識熱縮片的製作原理與製作步驟	能自己繪製設計並運用熱縮片製作出吊飾作品，透過藝術實踐，能參與規畫作品展示，表現生活美感、培養溝通協調的能力。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能		
第三週	1	熱縮片(吊飾製作)-實作	認識熱縮片的製作原理與製作步驟	能自己繪製設計並運用熱縮片製作出吊飾作品，透過藝術實踐，能	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能		

				參與規畫作品展示，表現生活美感、培養溝通協調的能力。		
第四週	1	熱縮片(吊飾製作)-實作	認識熱縮片的製作原理與製作步驟	能自己繪製設計並運用熱縮片製作出吊飾作品，透過藝術實踐，能參與規畫作品展示，表現生活美感、培養溝通協調的能力。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第五週	1	熱縮片(吊飾製作)-實作	認識熱縮片的製作原理與製作步驟	能自己繪製設計並運用熱縮片製作出吊飾作品，透過藝術實踐，能參與規畫作品展示，表現生活美感、培養溝通協調的能力。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第六週 第一次評量	1	熱縮片(吊飾製作)-實作	認識熱縮片的製作原理與製作步驟	能自己繪製設計並運用熱縮片製作出吊飾作品，透過藝術實踐，能參與規畫作品展示，表現生活美感、培養溝通協調的能力。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第七週	1	熱縮片(吊飾製作)-實作	認識熱縮片的製作原理與製作步驟	能自己繪製設計並運用熱縮片製作出吊飾作品，透過藝術實踐，能參與規畫作品展示，表	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	

				現生活美感、培養溝通協調的能力。		
第八週	1	壓克力相框+卡典西德	認識壓克力相框的特色及如何運用卡典西德做裝飾	能自己繪製設計並運用卡典西德裝飾相框作品，透過藝術實踐，能參與規畫作品展示，表現生活美感、培養溝通協調的能力。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第九週	1	壓克力相框+卡典西德	認識壓克力相框的特色及如何運用卡典西德做裝飾	能自己繪製設計並運用卡典西德裝飾相框作品，透過藝術實踐，能參與規畫作品展示，表現生活美感、培養溝通協調的能力。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第十週	1	壓克力相框+卡典西德	認識壓克力相框的特色及如何運用卡典西德做裝飾	能自己繪製設計並運用卡典西德裝飾相框作品，透過藝術實踐，能參與規畫作品展示，表現生活美感、培養溝通協調的能力。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第十一週	1	壓克力相框+卡典西德	認識壓克力相框的特色及如何運用卡典西德做裝飾	能自己繪製設計並運用卡典西德裝飾相框作品，透過藝術實踐，能參與規畫作品展示，表現生活美感、培養溝通協調的能力。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	

				協調的能力。		
第十二週	1	壓克力相框+卡典西德	認識壓克力相框的特色及如何運用卡典西德做裝飾	能自己繪製設計並運用卡典西德裝飾相框作品，透過藝術實踐，能參與規畫作品展示，表現生活美感、培養溝通協調的能力。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第十三週 第二次評量	1	壓克力相框+卡典西德	認識壓克力相框的特色及如何運用卡典西德做裝飾	能自己繪製設計並運用卡典西德裝飾相框作品，透過藝術實踐，能參與規畫作品展示，表現生活美感、培養溝通協調的能力。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第十四週	1	壓克力相框+卡典西德	認識壓克力相框的特色及如何運用卡典西德做裝飾，並完成作品	能自己繪製設計並運用卡典西德裝飾相框作品，透過藝術實踐，能參與規畫作品展示，表現生活美感、培養溝通協調的能力。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第十五週	1	牛仔百寶袋	認識壓克力顏料，並瞭解如何運用壓克力顏料完成作品	能自己繪製設計並運用壓克力顏料繪製於百寶袋上。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第十六週	1	牛仔百寶袋	認識壓克力顏料，並瞭解如何運用壓克力	能自己繪製設計並運用壓克力顏料繪製於百寶	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	

			顏料完成作品	袋上。		
第十七週	1	牛仔百寶袋	認識壓克力顏料，並瞭解如何運用壓克力顏料完成作品	能自己繪製設計並運用壓克力顏料繪製於百寶袋上。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第十八週	1	牛仔百寶袋	認識壓克力顏料，並瞭解如何運用壓克力顏料完成作品	能自己繪製設計並運用壓克力顏料繪製於百寶袋上。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第十九週	1	牛仔百寶袋	認識壓克力顏料，並瞭解如何運用壓克力顏料完成作品	能自己繪製設計並運用壓克力顏料繪製於百寶袋上。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第二十週	1	牛仔百寶袋	認識壓克力顏料，並瞭解如何運用壓克力顏料完成作品	能自己繪製設計並運用壓克力顏料繪製於百寶袋上。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第二十一週 第三次評量	1	牛仔百寶袋	認識壓克力顏料，並瞭解如何運用壓克力顏料完成作品	能自己繪製設計並運用壓克力顏料繪製於百寶袋上。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	

◎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。

臺南市私立昭明國民中學 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	創意手作	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-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。 溝通互動 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。						
課程目標	一、啟發生命潛能 啟迪學習的動機，培養好奇心、探索力、思考力、判斷力與行動力，願意以積極的態度、持續的動力進行探索 與學習；從而體驗學習的喜悅，增益自我價值感。進而激發更多生命的潛能，達到健康且均衡的全人開展。 二、陶養生活知能 培養基本知能，在生活中能融會各領域所學，統整運用、手腦並用地解決問題；並能適切溝通與表達，重視人 際包容、團隊合作、社會互動，以適應社會生活。進而勇於創新，展現科技應用與生活美學的涵養。						
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	
第一週	1	課程簡介、堂規說明； 點線面體基本造型原 理	認識點、線、面、體 構 成以及基本造型	能認識並運用視覺形式 要素與美感原理表達創 意構思。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能		
第二週	1	彩繪環保杯	認識如何運用各種顏 料繪製於紙張上，及 如何完成彩繪環保杯	能認識各種顏料使用特 色並瞭解如何運用顏料 完成彩繪環保杯。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能		
第三週	1	彩繪環保杯	利用鉛筆完成環保杯 線條繪製	能自己繪製、設計出環 保杯繪製圖。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能		
第四週	1	彩繪環保杯	利用自己擅長的顏料 完成環保杯繪製圖	能自己繪製、設計出環 保杯繪製圖。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能		
第五週	1	彩繪環保杯	利用自己擅長的顏料 完成環保杯繪製圖	能自己繪製、設計出環 保杯繪製圖。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能		

第六週	1	彩繪環保杯	利用自己擅長的顏料完成環保杯繪製圖	能自己繪製、設計出環保杯繪製圖。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第七週 第一次評量	1	彩繪環保杯	利用自己擅長的顏料完成環保杯繪製圖	能自己繪製、設計出環保杯繪製圖。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第八週	1	十字繡鏡子	認識何謂十字繡並瞭解如何運用十字繡完成作品	能認識何謂十字繡並瞭解如何運用十字繡將圖案繡於布上。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第九週	1	十字繡鏡子	繪製十字繡草圖	能自己繪製設計出十字繡草圖。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第十週	1	十字繡鏡子	繪製十字繡草圖	能自己繪製設計出十字繡草圖。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第十一週	1	十字繡鏡子	運用十字繡完成作品	能運用十字繡將圖案繡於布上。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第十二週	1	十字繡鏡子	運用十字繡完成作品	能運用十字繡將圖案繡於布上。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第十三週	1	十字繡鏡子	運用十字繡完成作品後利用保麗龍膠黏貼於鏡子上	能運用十字繡將圖案繡於布上，並完成作品。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第十四週 第二次評量	1	十字繡鏡子	運用十字繡完成作品後利用保麗龍膠黏貼於鏡子上	能運用十字繡將圖案繡於布上，並完成作品。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第十五週	1	十字繡鏡子	運用十字繡完成作品後利用保麗龍膠黏貼於鏡子上	能運用十字繡將圖案繡於布上，並完成作品。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	

第十六週	1	木質拼貼公仔	認識木質拼貼公仔特性及製作方式	能拼出自己喜愛的圖案，並透過壓克力顏料達成藝術實踐，能參與規畫作品展示，表現生活美感、培養溝通協調的能力。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第十七週	1	木質拼貼公仔	木質拼貼公仔製作	能拼出自己喜愛的圖案，並透過壓克力顏料達成藝術實踐，能參與規畫作品展示，表現生活美感、培養溝通協調的能力。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第十八週	1	木質拼貼公仔	木質拼貼公仔製作	能拼出自己喜愛的圖案，並透過壓克力顏料達成藝術實踐，能參與規畫作品展示，表現生活美感、培養溝通協調的能力。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第十九週	1	木質拼貼公仔	木質拼貼公仔製作	能拼出自己喜愛的圖案，並透過壓克力顏料達成藝術實踐，能參與規畫作品展示，表現生活美感、培養溝通協調的能力。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第二十週	1	木質拼貼公仔	木質拼貼公仔製作	能拼出自己喜愛的圖案，並透過壓克力顏料達成藝術實踐，能參與規畫作品展示，表現生活美感、培養溝通協調的能力。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	
第二十一週 第三次評量	1	木質拼貼公仔	木質拼貼公仔製作	能拼出自己喜愛的圖案，並透過壓克力顏料達成藝術實踐，能參與規畫作品展示，表現生活美感、培養溝通協調的能力。	多元評量、實作評量 1. 情意 2. 認知 3. 技能	

◎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。

臺南市私立昭明國民中學 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		桌遊	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		J-A1 身心素質與自我精進 J-A2 系統思考與解決問題 J-B1 符號運用與溝通表達 J-C2 人際關係與團隊合作						
課程目標		鷹架作用與學習遷徙：透過教師及同儕的鷹架作用，增加學生想像力及創造力，並經過學習遷徙至其他學習之上。 情境模擬與人際溝通：學生能透過桌遊學習與他人互動，並發掘自己未知的潛能，學會人際溝通及尊重他人。 邏輯思辨與觀察推理：能透過不同桌遊，學習不同領域的發展，增進其邏輯思考、推理及表達能力。 做中學：培養學生自己動手，自主學習。						
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	桌遊的源起	桌遊的緣起	認識桌遊 課堂規矩介紹 分組	觀察			
第 2 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	矮人礦坑	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量			
第 3 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	矮人礦坑	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量			
第 4 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	矮人礦坑	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 5 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	搖滾節奏	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 6 週 第一次評量	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	搖滾節奏	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 7 週	1	分組進行競賽	競賽	透過矮人礦坑桌遊 進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量、競賽	
第 8 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	大頭娃娃 / 推倒堤基	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 9 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	大頭娃娃 / 推倒堤基	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 10 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	閃靈快手 / 得分沙拉	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 11 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	閃靈快手 / 得分沙拉	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 12 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	bang 骰子版 / 機密代號	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 13 週 第二次評量	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	bang 骰子版 / 機密代號	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 14 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	bang 骰子版/機密代號	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 15 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	演化論	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量、競賽	
第 16 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	演化論	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 17 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	演化論	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 18 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	瞎掰王 / 說書人	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 19 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	瞎掰王 / 說書人	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 20 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	瞎掰王 / 說書人	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 21 週 第三次評量	1	期末回饋與反思	學習回顧	透過 bang 骰子版進 行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量、競賽	

◎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。

臺南市私立昭明國民中學 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		桌遊	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		J-A1 身心素質與自我精進 J-A2 系統思考與解決問題 J-B1 符號運用與溝通表達 J-C2 人際關係與團隊合作						
課程目標		鷹架作用與學習遷徙：透過教師及同儕的鷹架作用，增加學生想像力及創造力，並經過學習遷徙至其他學習之上。 情境模擬與人際溝通：學生能透過桌遊學習與他人互動，並發掘自己未知的潛能，學會人際溝通及尊重他人。 邏輯思辨與觀察推理：能透過不同桌遊，學習不同領域的發展，增進其邏輯思考、推理及表達能力。 做中學：培養學生自己動手，自主學習。						
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	桌遊的源起	桌遊的緣起	認識桌遊 課堂規矩介紹 分組	觀察			
第 2 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	矮人礦坑	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量			
第 3 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	矮人礦坑	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量			
第 4 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	矮人礦坑	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量			
第 5 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	搖滾節奏	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量			

第 6 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	搖滾節奏	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 7 週 第一次評量	1	分組進行競賽	競賽	透過矮人礦坑桌遊進行 競賽	教師觀察、小組討論 實作評量、競賽	
第 8 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	大頭娃娃 / 推倒堤基	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 9 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	大頭娃娃 / 推倒堤基	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 10 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	閃靈快手 / 得分沙拉	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 11 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	閃靈快手/ 得分沙拉	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 12 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	bang 骰子版 / 機密代號	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 13 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	bang 骰子版 / 機密代號	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 14 週 第二次評量	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	bang 骰子版/機密代號	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 15 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	演化論	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量、競賽	
第 16 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	演化論	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 17 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	演化論	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 18 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	瞎掰王 / 說書人	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 19 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	瞎掰王 / 說書人	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 20 週	1	分組進行 桌上遊戲及體驗	瞎掰王 / 說書人	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量	
第 21 週 第三次評量	1	期末回饋與反思	學習回顧	透過分組認識同儕 能學玩法並進行競賽	教師觀察、小組討論 實作評量、競賽	

◎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。

臺南市私立昭明國民中學 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		甘巴疊杯社	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		J-A1 具備良好的身心發展知能與態度. 並展現自我潛能，創造自我價值以及了解生命意義積極實踐。 J-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。 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-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		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。						
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	疊杯運動介紹	選幹部、分組別 疊杯器材設備認識	認識疊杯運動	實作評量			
第 2 週	1	疊杯技巧教導	3 杯講解及練習	學習各式疊杯技巧	實作評量			
第 3 週	1	疊杯技巧教導	3-3-3 疊杯講解及練習	學習各式疊杯技巧	實作評量			
第 4 週	1	疊杯技巧教導	花式洗杯講解及練習	學習各式疊杯技巧	實作評量			
第 5 週	1	疊杯技巧教導	複習 3-3-3 疊法	學習各式疊杯技巧	實作評量			
第 6 週 第一次評量	1	疊杯技巧教導	6 杯講解及練習	學習各式疊杯技巧	實作評量			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 7 週	1	疊杯技巧教導	花式疊杯大橋、機關槍	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 8 週	1	疊杯技巧教導	3-6-3 疊杯講解及練習	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 9 週	1	疊杯技巧教導	複習 3-6-3 疊法	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 10 週	1	疊杯技巧教導	測驗個人項目	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 11 週	1	疊杯技巧教導	疊杯的比賽規則 花式雙色 3-3 講解及練習	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 12 週	1	疊杯技巧教導	花式 6-6 講解及練習	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 13 週 第二次評量	1	疊杯技巧教導	複習 3-6-3 疊法	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 14 週	1	疊杯技巧教導	6-6 疊法講解及練習	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 15 週	1	疊杯技巧教導	複習 6-6 疊法	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 16 週	1	疊杯技巧教導	1-10-1 疊法講解及練習	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 17 週	1	疊杯技巧教導	1-10-1 疊法練習	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 18 週	1	疊杯技巧教導	測驗個人項目	學習各式疊杯技巧	實作評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 19 週	1	疊杯技巧教導	個人項目 CYCLE	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 20 週	1	疊杯技巧教導	個人項目 CYCLE	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 21 週 第三次評量	1	疊杯技巧教導	個人項目 CYCLE	學習各式疊杯技巧	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。

臺南市私立昭明國民中學 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		甘巴疊杯社	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		J-A1 具備良好的身心發展知能與態度,並展現自我潛能,創造自我價值以及了解生命意義積極實踐。 J-A3 具備善用資源以擬定計畫,有效執行,並發揮主動學習與創新求變的素養。 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-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		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。						
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	疊杯技巧教導	花式練習	學習各式疊杯技巧	實作評量			
第 2 週	1	疊杯技巧教導	杯子歌	學習各式疊杯技巧	實作評量			
第 3 週	1	疊杯技巧教導	徒手團體接力講解及練習	學習各式疊杯技巧	實作評量			
第 4 週	1	疊杯技巧教導	講解團體接力規則	學習各式疊杯技巧	實作評量			
第 5 週	1	疊杯技巧教導	計時團體接力講解及練習	學習各式疊杯技巧	實作評量			
第 6 週	1	疊杯技巧教導	講解計時接力規則	學習各式疊杯技巧	實作評量			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 7 週 第一次評量	1	疊杯技巧教導	花色項目雙色 CYCLE	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 8 週	1	疊杯技巧教導	花色項目雙色 CYCLE	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 9 週	1	疊杯技巧教導	徒手團體接力競賽	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 10 週	1	疊杯技巧教導	計時團體接力競賽	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 11 週	1	疊杯技巧教導	雙人 3-6-3 講解及練習	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 12 週	1	疊杯技巧教導	雙人 CYCLE 講解及練習	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 13 週	1	疊杯技巧教導	花式項目總複習	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 14 週 第二次評量	1	疊杯技巧教導	個人項目測秒數	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 15 週	1	疊杯技巧教導	分組比賽個人 3-3-3	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 16 週	1	疊杯技巧教導	分組比賽個人 3-6-3	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 17 週	1	疊杯技巧教導	分組比賽個人 CYCLE	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 18 週	1	疊杯技巧教導	分組比賽雙人 3-6-3	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 19 週	1	疊杯技巧教導	分組比賽徒手團體接力	學習各式疊杯技巧	實作評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 20 週	1	疊杯技巧教導	分組比賽徒手團體接力	學習各式疊杯技巧	實作評量	
第 21 週 第三次評量	1	疊杯技巧教導	總複習	學習各式疊杯技巧	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。

臺南市私立昭明國民中學 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		韓團 MV 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,創造自我價值以及了解生命意義積極實踐。 J-A3 具備善用資源以擬定計畫,有效執行,並發揮主動學習與創新求變的素養。 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-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		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。						
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	韓團 舞曲選定	選幹部、老師自我介紹、表演歌曲選定	熟悉老師教學風格、規矩	實作評量			
第 2 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂	學習熟記動作、身體律動	實作評量			
第 3 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂	學習熟記動作、身體律動	實作評量			
第 4 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂	學習熟記動作、身體律動	實作評量			
第 5 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂	學習熟記動作、身體律動	實作評量			
第 6 週 第一次評量	1	動作分解教學	動作分解、配音樂	學習熟記動作、身體律動	實作評量			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 7 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂 (分組、排隊型)	學習熟記動作、 身體律動	實作評量	
第 8 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂 (分組、排隊型)	學習熟記動作、 身體律動	實作評量	
第 9 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂 (分組、排隊型)	學習熟記動作、 身體律動	實作評量	
第 10 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂 (分組、排隊型)	學習熟記動作、 身體律動	實作評量	
第 11 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂 (分組、排隊型)	學習熟記動作、 身體律動	實作評量	
第 12 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂 (分組、排隊型)	學習熟記動作、 身體律動	實作評量	
第 13 週 第二次評量	1	動作分解教學	動作分解、配音樂 (分組、排隊型)	學習熟記動作、 身體律動	實作評量	
第 14 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂 (分組、排隊型)	學習熟記動作、 身體律動	實作評量	
第 15 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂 (分組、排隊型)	學習熟記動作、 身體律動	實作評量	
第 16 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂 (分組、排隊型)	學習熟記動作、 身體律動	實作評量	
第 17 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂 (分組、排隊型)	學習熟記動作、 身體律動	實作評量	
第 18 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂 (分組、排隊型)	學習熟記動作、 身體律動	實作評量	
第 19 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂 (分組表演)	學習熟記動作、 身體律動、自我表演性	實作評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 20 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂 (分組表演)	學習熟記動作、 身體律動、自我表演性	實作評量	
第 21 週 第三次評量	1	動作分解教學	動作分解、配音樂 (分組表演)	學習熟記動作、 身體律動、自我表演性	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。

臺南市私立昭明國民中學 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		韓團 MV 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,創造自我價值以及了解生命意義積極實踐。 J-A3 具備善用資源以擬定計畫,有效執行,並發揮主動學習與創新求變的素養。 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-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		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。						
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	韓團舞曲選定	表演歌曲選定	學習熟記動作、身體律動	實作評量			
第 2 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂	學習熟記動作、身體律動	實作評量			
第 3 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂	學習熟記動作、身體律動	實作評量			
第 4 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂	學習熟記動作、身體律動	實作評量			
第 5 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂	學習熟記動作、身體律動	實作評量			
第 6 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂	學習熟記動作、身體律動	實作評量			

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 7 週 第一次評量	1	動作分解教學	動作分解、配音樂	學習熟記動作、 身體律動	實作評量	
第 8 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂	學習熟記動作、 身體律動	實作評量	
第 9 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂	學習熟記動作、 身體律動	實作評量	
第 10 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂	學習熟記動作、 身體律動	實作評量	
第 11 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂	學習熟記動作、 身體律動	實作評量	
第 12 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂	學習熟記動作、 身體律動	實作評量	
第 13 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂	學習熟記動作、 身體律動	實作評量	
第 14 週 第二次評量	1	動作分解教學	動作分解、配音樂	學習熟記動作、 身體律動	實作評量	
第 15 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂	學習熟記動作、 身體律動	實作評量	
第 16 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂	熟記動作、 身體律動、自我表演性	實作評量	
第 17 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂 (分組表演)	熟記動作、 身體律動、自我表演性	實作評量	
第 18 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂 (分組表演)	熟記動作、 身體律動、自我表演性	實作評量	
第 19 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂 (分組表演)	學習熟記動作、 身體律動、自我表演性	實作評量	

C6-1 彈性學習課程計畫(第二類)

第 20 週	1	動作分解教學	動作分解、配音樂 (分組表演)	學習熟記動作、 身體律動、自我表演性	實作評量	
第 21 週 第三次評量	1	動作分解教學	動作分解、配音樂 (分組表演)	學習熟記動作、 身體律動、自我表演性	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。