

二、社團活動/技藝課程

每週學習節數(2)節，上學期(21)週共(42)節、下學期(20)週(40)節，合計(82)節。

(一)七年級社團活動課程規劃

編號	社團名稱	核心素養	課程目標	表現任務	備註
1	管樂社	藝-J-A1 參與藝術活動，增進美感知能。	1. 能理解音樂符號並回應指揮，進行演奏，展現音樂美感意識。 2. 能透過多元音樂活動，探索音樂及其他活動之關連性，關懷在地文化。	透過擔任升旗樂隊，讓學生運用學所學曲目，進行演奏，達成音樂美感的表現。	融入【生涯規劃】議題
2	體適能社	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。	1. 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 2. 了解運動在美學上的特質與表現方式。	透過完成自由式 25 公尺游泳，讓學生了解運動在美學上的特質，並積極實踐，不輕言放棄。	融入【品德教育】議題
3	雙語熱舞社	藝-J-A1 參與藝術活動，增進美感知能。	1、能了解流行舞蹈的種類及其風格，進而學習肢體韻動、提升舞蹈能力、培養自信心。 2、能參與學校或社區活動，連結並展現在地文化。	透過參加期末學生才藝表演，讓學生了解舞蹈在美學上的特質，探索自我潛能。	融入【品德教育】議題
4	烘焙社	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。	1. 膳食計畫與製作 2. 食物資源的管理與運用 3. 食品安全	透過每次上課的分組實作，完成每次的作品，讓學生了解膳食計畫與製作，開發自我潛能。	融入【安全教育】議題；自編教材。
5	羽球社	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。	1、展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 2、了解運動在美學上的特質與表現方式。	透過羽球基本動作和小組比賽，讓學生了解運動在美學上的特質，並積極實踐，不輕言放棄。	融入【品德教育】議題

(二)七年級社團活動課程實施內涵

第一學期 社團名稱 教學進度與 學習活動	管樂社	體適能社	雙語熱舞社	烘焙社	羽球社
	學習活動	學習活動	學習活動	學習活動	學習活動
第2週，共2節	選社團	選社團	選社團	選社團	選社團
第3週，共2節	樂隊常規訓練講座，樂器介紹， 分發樂器，	認識游泳運動 熱身操及柔軟操訓練	暖身運動 基本舞步（街舞）	環境介紹、器材正確 使用	握拍動作 正手發高遠球
第4週，共2節	吹奏樂器使用方法與發音法、音 階練習 Do~Sol	基礎水感練習	暖身運動 基本舞步（街舞）	巧克力鳳梨酥	握拍動作 正手發高遠球
第5週，共2節	音階練習 Do~Sol 分部練習，銅 管木管打擊練習節奏練習	自由式-踢腳	暖身運動 基本舞步（街舞）	蛋黃酥	反拍發短球 、長球架拍揮拍動 作
第6週，共2節	音階練習 Do~Si、指法練習、分 組練習、排定座位、坐姿、吹奏 要求	自由式-踢腳	基本舞步（街舞） 組合：price tag	巧克力蔓越莓蛋糕	反拍發短球 、長球架拍揮拍動 作
第7週，共2節	第一次段考	第一次段考	第一次段考	第一次段考	第一次段考
第8週，共2節	吐音練習 Do~8vaDo 音階順上順 下練習、簡單樂曲吹奏，打擊練 習	自由式-划手	price tag Mr.chu	紅豆牛奶布丁	長球對打 放小球訓練
第9週，共2節	吐音練習 Do~8vaDo 音階順上順 下練習、跳音階指法練習、行進 空鼓練習	自由式-聯合動	price tag Mr.chu	藍莓馬芬蛋糕	長球對打 放小球訓練
第10週，共2節	音階練習 Do~8VaRe 簡單節奏練 習、簡易樂理、打拍子練習	蛙式-踢腳作	Mr.chu	胡椒餅	挑球訓練 防守訓練
第11週，共2節	音階練習 Do~8VaMi、國歌歌譜視 唱視奏、打擊練習	蛙式-划手	Mr.chu	韭菜盒子	挑球訓練 防守訓練

第 12 週，共 2 節	音階練習 Do~8VaMi、國歌歌譜視唱視奏、打擊練習	蛙式-聯合動作	Mr. chu	水果杯子蛋糕	平球訓練 壓球訓練
第 13 週，共 2 節	音階練習 Do~8VaMi、國歌練習、國旗歌 1~8 小節分部練習、打擊練習	自由式複習	Introduce me to your nuna	萊姆葡萄乳酪派	平球訓練 壓球訓練
第 14 週，共 2 節	音階練習、國歌、國旗歌練習、吹奏，打擊練習、高音音階 8vaDo~8VaMi 練習	蛙式複習	Introduce me to your nuna	貝納頌咖啡蛋糕	長球對打 殺球訓練
第 15 週，共 2 節	第二次段考	第二次段考	第二次段考	第二次段考	第二次段考
第 16 週，共 2 節	音階練習 Do~8VaMi、國歌、國旗歌、進行曲練習、打擊練習	排球球感練習	Introduce me to your nuna	提拉米蘇	長球對打 殺球訓練
第 17 週，共 2 節	總複習測驗記譜能力、進行曲	排球上手托球	Introduce me to your nuna	檸檬奶油蛋糕	殺球上網挑球訓練 挑球回中防守訓練
第 18 週，共 2 節	總複習測驗記譜能力、進行曲、國旗歌 13~20 小節節奏練習、頒獎	排球低手接球	Introduce me to your nuna	巧克力貝果	殺球上網挑球訓練 挑球回中防守訓練
第 19 週，共 2 節	音階練習、長音 8 拍半拍斷奏練習、國歌、國旗歌、頒獎進行曲練習、譜架使用法	排球發球	基本舞步（街舞） 組合	咖啡餅乾	左右平球訓練 二壓一訓練
第 20 週，共 2 節	樂器保養方法、徒手指揮法、選指揮 2 人音階練習總複習	馬克操練習	基本舞步（街舞） 組合	法式烤布丁	左右平球訓練 二壓一訓練
第 21 週，共 2 節	選定指揮 1 人擔任升旗指揮、排定樂隊升旗站的位置 樂器拿法，練習指揮吹奏	田徑-短距離項目認識及練習	基本舞步（街舞） 組合	評量	長放挑對打訓練 殺球上網放小球訓練

第二學期 社團名稱 教學進度與 學習活動	管樂社	體適能社	雙語熱舞社	烘焙社	羽球社
	學習活動	學習活動	學習活動	學習活動	學習活動
第1週，共2節	保養樂器 複習	田徑-欄架認識及練習	街舞舞步練習	覆盆子奶酪	.長放挑對打訓練 殺球上網放小球訓練
第2週，共2節	國歌.國旗歌.頒獎 1.2.進行曲 12指揮練習	田徑-三鐵項目認識及練習	Watch me	蔥花起士鬆餅	.長放挑對打訓練 殺球上網放小球訓練
第3週，共2節	指揮練習選定指揮人員.指揮配合吹奏音樂練習.樂隊接班參加升旗吹奏	田徑-跳部項目認識及練習	Watch me	水果杯子蛋糕	殺球上網挑球訓練 長球回中防守訓練
第4週，共2節	指揮練習選定指揮人員.指揮配合吹奏音樂練習.樂隊接班參加升旗吹奏	基本體能加強期	Watch me	杏仁瓦片	殺球上網挑球訓練 長球回中防守訓練
第5週，共2節	進行曲3. 開會樂	基本體能加強期	Watch me	韭菜盒子	一對二平球訓練 一壓二訓練
第6週，共2節	開會樂.打擊練習.禮成樂.打擊練習	基本體能加強期	編排隊形	可可饅頭	一對二平球訓練 一壓二訓練
第7週，共2節	第一次段考	第一次段考	第一次段考	第一次段考	第一次段考
第8週，共2節	總複習測驗.開會樂.禮成樂.校歌視唱視奏	仰式-踢腳	Napal baji	藍姆葡萄餅	戰術運用解說 模擬比賽情境
第9週，共2節	總複習測驗.開會樂.禮成樂.校歌視唱視奏	仰式-划手	Napal baji	鍋貼	戰術運用解說 模擬比賽情境
第10週，共2節	開會樂禮成樂校歌複習.音階練 Do~sol8va	仰式-聯合動作	Napal baji	豬肉餡餅	單打練習賽 戰術解說介紹

第 11 週，共 2 節	音階練 Do~sol8va 雷神進行曲前奏第一段打擊練習	蝶式-踢腳	Napal baji	日式摩奇麵包	單打練習賽 戰術解說介紹
第 12 週，共 2 節	雷神進行曲前奏第一段. 第二段 總複習典禮樂曲	蝶式-划手	編排隊形	北海道戚風蛋糕	雙打練習賽 戰術解說介紹
第 13 週，共 2 節	雷神進行曲前奏第三段. 總複 習第 123 段打擊練習	蝶式-聯合動作	街舞舞步練習	巧克力大理石餅乾	雙打練習賽 戰術解說介紹
第 14 週，共 2 節	第二次段考	第二次段考	第二次段考	第二次段考	第二次段考
第 15 週，共 2 節	雷神進行曲前奏第三段. 總複 習第 123 段打擊練習	混合式練習	街舞舞步練習	義大利麵	分組單打比賽
第 16 週，共 2 節	頒獎樂 123 雷神進行曲總複習	轉身技術	街舞練習	法式燻雞塔	分組單打比賽
第 17 週，共 2 節	馬尼亞 1~23 小節打擊吹奏練習	跳水技術	街舞練習	咖啡核桃酥	分組雙打比賽
第 18 週，共 2 節	馬尼亞 1~49 小節打擊. 吹奏練習	認識運動傷害	街舞練習	草莓戚風捲	分組雙打比賽
第 19 週，共 2 節	馬尼亞 1~67 小節打擊. 吹奏練 習. 樂隊行進練習. 指揮棒練習	專項練習與體能訓練	編排隊形	咖啡餅乾	分組團體比賽
第 20 週，共 2 節	吹奏練習. 樂隊行進練習. 指揮 棒練習	專項練習與體能訓練	編排隊形	咖啡餅乾	分組團體比賽