

二、社團活動/技藝課程

每週學習節數(1)節，上學期(21)週共(21)節、下學期(21)週(21)節，合計(42)節。

(一)社團活動課程規劃(表九)(備註可加註說明各社團以年段或班群實施現況、議題融入、教材設計說明)

編號	社團名稱	核心素養	課程目標	表現任務	備註
1	樂樂足球社	健體-E-A1 身心素質與自我精進 健體-E-B1 符號運用與溝通表達 健體-E-C2 人際關係與團隊合作	1. 認知：理解樂樂足球的安全規定，並能說出自己在團隊中扮演的角色與職責。 2. 技能：在同一主題下完成個人能力的挑戰，能與不同能力的隊友完成傳接球。 3. 情意：熟練者在練習與比賽中勇敢參與、積極為團隊努力。	1. 上學期：足球星光大道，闖關卡依個人能力，設有不同難度挑戰。 2. 下學期：混齡世界盃。實施平衡計分制，確保人人都是球隊的核心。	若有連結必要之法定議題，請備註。
2	太鼓社	藝術-E-A1 身心素質與自我精進 藝術-E-B1 符號運用與溝通表達 藝術-E-C2 人際關係與團隊合作	1. 認知：知道太鼓的安全使用規範，並認得基本打擊位置。 2. 技能：能做出正確的握棒與站姿。 3. 情意：與不同能力的同學練習，合奏時會專心聆聽鼓聲。	1. 上學期：基礎節奏大挑戰(定點穩定擊打基本拍)。 2. 下學期：太鼓聯歡會。 (合作表演曲子)。	
3	舞蹈社	藝術-E-A1 認識自己與挑戰自我 藝術-E-B1 看懂訊號與表達心情 藝術-E-C2 互相欣賞與自我管理	1. 認知：知道跳舞時要在自己的安全範圍內移動。 2. 技能：能跟著學期指定的歌曲做出正確的肢體動作，完成整首歌曲的舞蹈。 3. 情意：在歌曲中放鬆身體，並將歌曲舞蹈跳完。	1. 上學期：每位同學在大家面前跟著音樂，很穩地跳完規定的踏步與動作。 2. 下學期：動作熟練者在隊伍前方帶頭，合作跳完一首完整的小排舞。	
4	口琴社	藝術-E-A1 認識自己與挑戰自我 藝術-E-B1 看懂訊號與表達心情 藝術-E-C2 互相欣賞與自我管理	1. 認知：認識基本安全與衛生規範。 2. 技能：學會正確拿口琴、不吹到隔壁音，並能隨著音樂順暢吹完一整首歌曲的音符。 3. 情意：願意在音樂中放鬆身體、獨立嘗試音樂吹奏。	1. 上學期：在全班面前，從學的歌曲中選一段，正確地吹完規定的段落。 2. 下學期：全班歌曲口琴大合奏。配合下學期的主打歌，跟著指揮，合作吹完完整的口琴合奏曲。	

(二)社團活動課程實施內涵(表十) (請依進度填列社團式教學進度與學習活動，可跨多週填列)

社團名稱 教學進度 與學習活動	<u>樂樂足球</u> 社	<u>太鼓</u> 社	<u>舞蹈</u> 社	<u>口琴</u> 社
上學期	學習活動	學習活動	學習活動	學習活動
第(1)週-第(3)週，(3)節	主題一：足球魔法學校。 1.常規建立：聽到「嗶」哨音，不分年級與能力一律「雙腳夾球、雙手抱頭」。 2.夥伴球感：兩人一組，熟練者協助引導初學者進行「腳底踩球」，熟練者練快速交換，初學者練站穩。 3.趣味遊戲：【紅綠燈】，聽指令控球，進階者必須用弱勢腳（非慣用腳）踩球，入門者用習慣腳。	主題一：太鼓好朋友。 1.學規矩與認識太鼓。 2.聽指令：聽到「叩叩」兩聲，大家要把鼓棒交疊抱在胸前，眼睛看老師。 3.顧安全：鼓棒不能對著別人亂晃，也不能敲打地磚或牆壁。 4.摸摸鼓：用雙手和鼓棒輕輕拍打鼓面，感覺大鼓發出的震動。	主題一：歡樂歌曲相見歡。 1.基本安全與學期歌曲初體驗。 2.聽指令：聽到「卡」一聲，全體要在原地像石雕一樣定住，眼睛看老師。 3.安全範圍：雙手打開繞一圈，確認自己和周圍的同學保持安全距離，移動時不互撞。 4.歌曲練舞：全班各自在位置上，隨著音樂扭扭脖子、擺擺屁股，感覺這首歌曲的節奏。	主題一：口琴好朋友。 1.學規矩與認識口琴。 2.聽指令：練習看老師的手勢，手一揮全體口琴靠到嘴邊，手一收全體立刻放下口琴。 3.顧衛生：每個人用自己的口琴，不和別人交換，學習正確拿琴與靠在嘴唇上的姿勢。 4.聽音樂：全班一起聽主題歌，看著樂譜，用耳朵聽歌曲的快慢變化。

第(4)週-第(8)週，(5)節	主題二：大車小車遊台灣。 1.直線帶球：進階者練習「帶球衝刺後急停」，入門者練習「小步連續推球」。 2.障礙盤球：進階者挑戰間距窄的S型繞錐，入門者挑戰間距寬的障礙。 3.空間觀察：在限定範圍內混齡盤球，速度快者必須張大眼睛、學會禮讓與避開速度慢的同學。	主題二：帥氣的打鼓手。 1.拿鼓棒：學習雙手放鬆、正確握住鼓棒，手腕不僵硬。 2.站馬步：雙腳打開站穩。厲害的同學可以蹲低一點，初學的同學站穩就好。 3.打鼓心：練習每一次揮下鼓棒，都能準確敲到大鼓的正中間。	主題二：跳跳跳。 1.步伐練習：全體在教室內各自練習用腳步在地上踏步、走直線，或挑戰輕輕跳躍。 2.歌曲練舞：正式練習主題歌的前半段動作。每個人在鏡子前面扭扭身體，跟著輕快的拍子，學會把手腳伸展得最漂亮。 3.定格姿勢：獨立在前半段音樂結束的拍子上，發明一個覺得最酷、最帥氣的定格姿勢。	主題二：單音吹吸挑戰。 1.只吹一格：練習把嘴巴縮小，做到「一次只吹出一個乾淨的聲音」，不吹到隔壁音。 2.歌曲練習：正式練習主題歌的前半段。跟著慢慢的拍子，準確找到音符的位置。 3.拉長聲音：在歌曲最長的音符上，全班一起吹，練習聲音要平穩、不發抖。
------------------	--	---	--	--

第(9)週-第(12)週，(4)節	主題三：默契連線密碼。 1.雙人配對：由一位熟練者配一位初學者，進行腳內側精準傳接球。 2.任務分配：熟練者練習傳出「最溫柔、穩定的地滾球」，初學者練習「用腳底把球停死」。 3.團隊接力：三人混齡一組，擅長長傳者負責長傳、擅長短傳者負責短傳接應，共同將球運到終點。	主題三：神奇口訣咚與咖。 1.打鼓面(咚)：一邊大聲喊「咚」，一邊雙手輪流敲鼓面。 2.打鼓邊(咖)：一邊大聲喊「咖」，一邊雙手輪流敲鼓的邊邊。 3.夥伴練習：兩個同學一組，一個人負責數 1、2、3、4，另一個同學跟著打。	主題三：延展練習。 1.流暢度練習：聽到音樂變柔和時，身體要像水一樣，溫柔、慢動作地在教室各自移動。 2.歌曲練舞：正式練習主題歌的後半段動作。跟著歌曲後半段的聲音，練習把手臂伸長、身體平衡站穩。 3.速度掌控：由老師調整歌曲快慢，全體跟著聽到的音樂速度，獨立改變後半段舞步的力道。	主題三：順暢移動琴身。 1.左右溜冰：練習左右平移口琴，讓嘴唇在口琴上像溜冰一樣，很溫柔、順暢地滑動。 2.歌曲練習：正式練習主題歌的後半段，把比較難、要一直換氣的地方練熟。 3.配合速度：跟著老師的拍手速度，全班練習一下吹快、一下吹慢，速度要一樣。
第(13)週-第(15)週，(3)節	主題四：攻佔魔法城堡。 1.城堡神射手：放大球門目標。初學者在距離球門較近處射門；進階者在距離較遠處射門。 2.威力大砲：進階者挑戰正腳背強力射門；入門者挑戰腳內側精準推射。 3.合作射門：熟練者盤球繞物後，必須「助攻」傳球給初學者，由初學者起腳射門。	主題四：揮棒大砲挑戰練習。 1.練習大聲：學習把鼓棒舉高，高高舉起、用力打下去，打出大聲的鼓聲。 2.練習輕打：學習輕輕放低鼓棒，打出小聲、溫柔的鼓聲。 3.合作打鼓：兩個人共用一個大鼓，一個人打左邊，一個人打右邊，手不要互碰。	主題四：歌曲力量大挑戰。 1.很有力量的動：學習像大力士一樣，做出很有力量的揮拳、踏步或跳躍動作。 2.歌曲練舞：將主題歌的前後半段完整串聯。學習在歌曲的重音拍子上用力踏步，在輕音段落輕輕擺動。 3.對比練習：在整首歌曲中，自己一個人練習在力量大與力道輕之間進行變換。	主題四：大聲小聲聽呼吸。 1.很有力量的吹：學習用肚子的力量，全班一起吹出很大聲、很有精神的聲音。 2.輕輕的吹：學習輕輕地對著口琴呵氣，吹出溫柔、小聲的琴聲。 3.大小聲變換：把主題歌從頭到尾連起來，練習有些地方大聲、有些地方小聲。

第(16)週-第(17)週， (2)節	主題五：1vs1 安全攻防。 1.空間分流：球場分為【挑戰區（進階者）】與【推廣區（初學者）】。 2.1vs1 對抗：進攻者練護球與突破，防守者練阻截。區分段位進行對抗，安全不計分。	主題五：聲音對決遊戲。 1.分區練習：教室分為兩邊，打得比較穩的在一邊，初學的在另一邊。 2.學我這樣打：一個同學先隨便打一段，另一個同學要完全學他打得一模一樣。	主題五：鏡子動作對對碰。 1.鏡子練習：兩人面對面（不分組，由鄰近同學直接配對），一人跟著主題歌自由跳，另一人像鏡子一樣學他。 2.歌曲練舞：全班面向鏡子重疊練習主題歌，練習在歌曲最明顯的節奏點上動作完全對齊。	主題五：聽對方的聲音。 1.兩兩配對：兩個人面對面（不分組，旁邊的同學直接一組），一個人吹、另一個人在旁邊聽拍子對不對。 2.全班對齊：全班一起吹主題歌，練習大家呼吸、吸氣的時間點完全一樣。
第(18)週-第(21)週， (4)節	主題六：星光大道。 1.期末表現任務：【星光大道分級闖關賽】，依個人發展程度給予不同難度指令。 2.混齡 3vs3 歡樂賽：每隊包含不同能力的球員，規定進階球員不能射門，只能防守與傳球助攻。 3.反思回顧：撰寫/塗鴉學習單（例如：寫下最想感謝的隊友）、選出「最佳互助風度獎」。	主題六：期末小挑戰。 1.期末小任務：每個人輪流表演一下穩定的「咚咚咚咚、咖咖咖咖」。 2.歡樂大合奏：全班一起合打一段最簡單的節奏，體驗一起打鼓的震撼感。 3.整理器材：大家分工合作，一起把鼓棒和太鼓收進儲藏室。	主題六：舞曲秀。 1.期末表現任務：學期舞曲個人秀，大家圍成大圈，每個人輪流走到中間，跟著主題歌跳出一段學過的動作。 2.全班大合跳：全班跟著這首主題歌曲，各自在自己的位置上自由搖擺、大方擺動身體。 3.整理反思：填寫/塗鴉心得學習單，大家分工合作，一起把教室地磚擦乾淨。	主題六：學期歌曲個人秀。 1.期末表現任務：學期歌曲個人秀，每個人輪流在大家面前，拍子很穩地吹完一小段主題歌。 2.整理器材：大家分工合作，一起用布把口琴擦乾淨、收好，把譜架排整齊。

社團名稱 教學進度 與學習活動	樂樂足球 社	太鼓 社	舞蹈 社	口琴 社
下學期	學習活動	學習活動	學習活動	學習活動
第(1)週-第(2)週，(2)節	主題一：足球金頭腦。 1.規則解密與大帶小複習：快速喚醒腳步球感，複習基礎盤球、傳球。 2.規則大問答：小組共同指認規則圖卡（手球、界外球規定），由熟練者解答複雜判罰，初學者回答基礎安全規定。	主題一：打鼓熱身賽。 1.複習拿鼓棒的方法、帥氣站姿和馬步。 2.暖身遊戲：玩簡單的「咚、咖」遊戲，讓雙手靈活起來、記起規矩。	主題一：歡樂歌曲新出發。 1.複習安全範圍的距離、帥氣站姿與基本踏步。 2.歌曲練舞：播放主打歌全曲，全班一起隨著音樂進行身體伸展，讓身體靈活起來、熟悉新歌的旋律。	主題一：吹奏熱身賽。 1.複習拿口琴的方法、吹吸換氣點和看指揮的手勢。 2.歌曲複習：集體把上學期的主題歌完整吹兩遍，讓嘴唇和手指靈活起來
第(3)週-第(6)週，(4)節	主題二：綠茵戰術板。 1.傳導進攻：控球核心負責吸引防守，隨後將球傳給處於空檔的初學隊友射門。 2.夥伴 2vs2：一強一弱一組，熟練者在後場組織與防守，初學者在前場尋找突襲機會。 3.場上密碼：練習在場上大喊隊友名字傳球，培養引導者指揮、接應者聽令跑位的默契。	主題二：大家的拍子要一樣。 1.用耳朵聽：打鼓時不能只看自己，要一邊聽身邊隊友的鼓聲。 2.配合速度：跟著老師的拍手速度一起打，練習不搶拍、不落後。 3.夥伴互助：一個打得穩的配一個初學的，兩個人眼睛互相看對方，把拍子對齊。	主題二：主打歌前半段練習。 1.歌曲練舞：正式開始練習主打歌的前半段舞蹈動作。 2.用眼睛看：跳舞時不能只看自己，要用眼睛的餘光看身邊同學的動作快慢。 3.配合速度：跟著這首主打歌的重低音速度一起踏步，練習不搶拍、全班的速度要保持一致。	主題二：新歌前半段衝刺。 1.歌曲練習：開始練習主打歌前半段的音符。 2.用耳朵聽：吹琴時不能只看自己，要用耳朵聽左右兩邊同學的速度，把聲音融入大家。 3.拍子精準：跟著伴奏一起吹，練習不搶拍、不落後，全班的音符要同時發出聲音。

第(7)週-第(9)週，(3)節	主題三：門前的守護神。 1.守門員特訓：由身材合適或自願者擔任守門員（手拋球、大腳開球），給予全隊安全感。 2.移動城牆：後方球員指揮防守陣型，前方球員在前線當擋箭牌，練習不盲目追球、封阻路線。	主題三：大鼓定海神針。 1.大鼓手練習：選出比較有力、打得穩的同學負責打大鼓，當大家的拍子帶頭人。 2.聽大鼓聲音：其他同學練習聽著大鼓的聲音再跟著打，練習大家的速度保持一致。	主題三：主打歌後半段與領舞。 1.領舞者練習：選出動作最熟、最會看歌曲拍子的同學站在隊伍最前面，當大家的動作帶頭人。 2.歌曲練舞：繼續練習主打歌的後半段舞蹈動作。 3.看前面同學：其餘同學練習看著前面同學的背影，跟著他一起變換動作，練習大家步伐與主打歌拍子一致。	主題三：新歌後半段。 1.帶頭人帶領：選出吹得最穩、聲音最好聽的同學站在第一排，當全班的動作和聲音帶頭人。 2.歌曲練習：練習主打歌的後半段，並看著前面同學，練習大家的速度保持一致。
第(10)週-第(12)週，(3)節	主題四：死球神奇魔法。 1.神奇界外球：樂樂足球用腳踢界外球，由力量足夠者負責開球長傳，初學者在門前準備接應。 2.角球大作戰：設計簡單的「1 號（傳近）、2 號（傳遠）」暗號，主罰者踢球，門前隊友進行偷襲。	主題四：精神飽滿。 1.大聲喊：在打鼓中間的空檔，大家一起很有精神地喊「嘿！」或「哈！」。 2.帥氣舉棒：打完鼓之後，把鼓棒高高舉起來定住，練習動作整齊與好看。	主題四：很有精神大聲喊。 1.大聲喊：在主打歌跳舞中間的空檔，全班要一起很有精神地喊「嘿！」或「哈！」，展現自信。 2.帥氣定格：主打歌最後音樂結束時，要把身體像定格照片一樣定住三秒鐘，並露出笑容。 3.歌曲練舞：將主打歌的前後半段完整串聯，練習從頭到尾不間斷地跳完整首歌。	主題四：兩首歌串聯與練習。 1.很有精神：在歌曲中間沒有聲音的地方（休止符），全班要同時很有精神地挺胸、換氣。 2.練習上台：練習排隊上台、排好站位、向大家敬禮、舉起口琴、以及吹完後敬禮下台。 3.完整練習：把兩首歌曲連續吹完，考驗全班的專注力與體力。

第(13)週-第(19)週，(7)節	主題五：混齡世界盃。 1.賽事籌備：混齡分組(每隊實力均衡)，推選隊長負責畫隊旗與帶領熱身。 2.聯賽進行：採 5vs5 或 7vs7 賽制。實施平衡計分：初學者進球算 3 分、進階者進球算 1 分。 3.工作分工：熟練者輪流當主裁判(練哨音)，其餘球員協助翻計分板與擔任加油團長。	主題五：歡樂太鼓發表會。 1.歌曲練習：練習一首大約一分鐘，由「咚」和「咖」組成的簡單小曲子。 2.期末小任務：各組輪流上台表演，沒上台的同學在台下認真看、大聲拍手。	主題五：全班歌曲大發表。 1.隊形練習：全班排成整齊的矩形或橫排，配合主打歌，練習一邊配合音樂、一邊變換簡單的前後排位置。 2.熟練度挑戰：重疊練習主打歌，讓每個人不看老師也能記得歌曲的下一個動作。 3.期末表現任務：全班歌曲大發表，全班一起合跳這首下學期主打歌，並請其他師長來觀賞與錄影。	主題五：全班大發表。 1.位置調整：根據大家的聲音大小調整座位，讓高音和低音聽起來最和諧。 2.勇敢吹下去：反覆練習兩首歌曲，練習就算吹錯一個音也不慌張，繼續跟上大家。 3.期末表現任務：全班歌曲大發表，全班換上漂亮的衣服，在師長面前完整合吹表演，並錄影留念。
第(20)週-第(21)週，(2)節	主題六：耀眼閉幕式。 1.師生趣味大對抗：學生混齡明星隊挑戰指導老師隊，增進師生情誼。 2.頒獎典禮：人人有獎。頒發「最佳教練風度獎」、「最佳團隊默契獎」、「勇敢無懼獎」。	主題六：耀眼閉幕結業式。 1.師生大合奏：老師和所有學生一起隨興亂打，享受熱鬧開心的打鼓派對。 2.歡樂頒獎：每個人都有獎！頒發精神飽滿獎、拍子最穩獎、最棒隊友獎。 3.齊心協力：全體一起擦大鼓、清點鼓棒，把教室打掃乾淨。	主題六：耀眼舞台結業式。 1.師生大合跳：老師和所有學生一起在音樂中隨興亂跳，享受熱鬧開心的舞蹈派對。 2.歡樂頒獎：每個人都有獎！頒發歌曲達人獎、精神飽滿獎、最認真參與獎。 3.齊心協力：全體一起關閉音響、把教室打掃乾淨、拍一張開心的社團大合照。	主題六：耀眼閉幕結業式。 1.師生大合奏：老師和所有學生一起在各種快樂的音樂中隨興亂吹，享受熱鬧開心的口琴派對。 2.歡樂頒獎：每個人都有獎！頒發歌曲達人獎、精神飽滿獎、最認真參與獎。 3.齊心協力：全體一起收好歌譜、把教室打掃乾淨、拍一張開心的社團大合照。