

## 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(20)週(20)節，合計(41)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	學習目標	表現任務	備註
1	傳統射箭	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	結合傳統文化更深體驗古老的智慧，達到肯定自我的目標。射箭是一項個人的運動，必須克服自我，射箭時要除雜去執念，並培養出每個人的專注力，更進一步學習靜的功夫。	1. 平日表現：能與同儕適當互動，展現團隊精神。 2. 參與競賽：透過競賽展現所學技能，展現進取心態。 3. 期末驗收：展現習的技巧。	1. 1-2 年級協同分組教學；融入【品德教育】、【性別平等】、【安全教育】議題；自編教材。 2. 學生自由選填其中一個社團。
2	樂樂棒球	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	1. 提升運動風氣，鼓勵學生積極參與，落實運動生活化。 2. 每位參加活動的學生均能學得樂樂棒球運動技能。 3. 透過 1-2 年級混齡分組達成共學共好之學習目標。	1. 平日表現：能與同儕適當互動，展現團隊精神。 2. 參與競賽：透過競賽展現所學技能，展現進取心態。 3. 期末驗收：展現習的技巧。	1. 中年級協同分組教學；融入【品德教育】、【性別平等】、【安全教育】議題；自編教材。 2. 學生自由選填其中一個社團。
3	法式滾球	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	1. 提升運動風氣，鼓勵學生積極參與，落實運動生活化。 2. 每位參加活動的學生均能學得法是滾球運動技能。	1. 平日表現：能與同儕適當互動，展現團隊精神。	1. 中年級協同分組教學；融入【品德教育】、【性別平等】、【安全教育】議題；自編教材。

			3. 透過 1-2 年級混齡分組達成共學共好之學習目標。	2. 參與競賽：透過競賽展現所學技能，展現進取心態。 3. 期末驗收：展現習的技巧。	2. 學生自由選填其中一個社團。
--	--	--	------------------------------	---	------------------

(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活動內容、評量方式，可跨多週填列)

教學進度與 學習活動	社團名稱		
	傳統射箭社	樂樂棒球社	法式滾球社
上學期	學習活動	學習活動	學習活動
1週-5週，共5節	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 宣達安全事項</li> <li>2. 認識傳統弓</li> <li>3. 材質、弓臂、握把、箭</li> <li>4. 尺基本瞄準練習</li> <li>5. 五公尺基本射</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 宣達安全事項</li> <li>2. 基本規則介紹</li> <li>3. 基本動作</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識法式滾球運動、規則與場地</li> <li>2. 滾球五式功法</li> <li>3. 主要活動練習站、握、擲基礎動作</li> </ol>
6週-10週，共5節	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 八公尺基本射</li> <li>2. 如何靜心</li> <li>3. 韻律呼吸</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 傳接球訓練</li> <li>2. 揮棒基本動作</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 戰略、策略(隊形、器材、情境)</li> <li>2. 技巧(過程、內容、動作要領)</li> <li>3. 介紹擲球成功的黃金定律</li> <li>4. 認識滾球低中高拋投擲技巧與方式</li> <li>5. 練習滾球低中高拋投擲動作</li> </ol>
11週-15週，共5節	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 安全事項提醒</li> <li>2. 十公尺基本射</li> <li>3. 十二公尺射箭</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 傳接球訓練</li> <li>2. 揮棒基本動作</li> <li>3. 打擊座打擊練習</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解學會滾球射擊技巧</li> <li>2. 不同距離滾球投擲技巧與方式</li> <li>3. 綜合練習</li> <li>4. 滾球拋擲各項技巧</li> <li>5. 規則並分組競賽</li> </ol>
16週-21週，共6節	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 十二公尺射箭</li> <li>2. 拋射技巧</li> <li>3. 綜合練習</li> <li>4. 分組比賽</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 基本動作複習</li> <li>2. 打擊與守備練習</li> <li>3. 比賽實戰演練</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 分組比賽</li> <li>2. 混和競技</li> </ol>
下學期			
1週-5週，共5節	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 重申安全事項</li> <li>2. 持弓、站姿、拿箭、瞄準</li> <li>3. 五公尺基本瞄準練習</li> <li>4. 五公尺基本射</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 宣達安全事項</li> <li>2. 基本規則/基本動作複習</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 滾球五式功法複習</li> <li>2. 基礎動作複習</li> </ol>

6週-10週，共 5 節	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 八公尺基本射</li> <li>2. 如何靜心</li> <li>3. 韻律呼吸</li> <li>4. 十公尺基本射瞄準練習</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 傳接球訓練</li> <li>2. 揮棒基本動作</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 戰略、策略、技巧複習</li> <li>2. 拋投擲動作複習</li> <li>3. 射擊擲準</li> </ol>
11週-15週，共 5 節	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 安全事項提醒</li> <li>2. 十公尺基本射瞄準練習</li> <li>3. 十二公尺瞄準練習射箭</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 傳接球訓練</li> <li>2. 揮棒基本動作</li> <li>3. 打擊座打擊練習</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 距離滾球投擲技方式</li> <li>2. 綜合練習</li> <li>3. 滾球拋擲各項技巧</li> </ol>
16週-20週，共 5 節	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 十二公尺射箭</li> <li>2. 拋射技巧</li> <li>3. 綜合練習</li> <li>4. 分組比賽</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 基本動作複習</li> <li>2. 打擊與守備練習</li> <li>3. 比賽實戰演練</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 射擊比賽</li> <li>2. 分組對抗賽</li> <li>3. 混和競技</li> </ol>