

二、社團活動/技藝課程

每週學習節數(1)節，上學期(22)週共(19)節、下學期(21)週(18)節，合計(37)節。

(一)社團活動/技藝課程規劃(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	跆拳道社	健體 J-C2 人際關係與團隊合作	具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1. 遵守跆拳道學習規範。 2. 熟記品勢各項動作。 3. 能個人、分組展演。	一~五年級協同教學合班；融入【品德教育】【生命教育】【家庭教育】【環境教育】議題；自編教材。
2	羽球社	健體 J-C2 人際關係與團隊合作	具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1. 遵守羽球學習規範。 2. 熟記羽球運動各項技巧。 3. 能個人、分組展演。。	一~五年級協同教學合班；融入【品德教育】【生命教育】【家庭教育】【環境教育】議題；自編教材。

(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)

113 上學期社團活動課程實施內涵

社團名稱 教學進度與 學習活動	跆拳道社	羽球社
第 2-4 週，共 3 節	1. 規定跆拳道學習應遵守事項 2. 認識跆拳道及動作示範 3. 練習握拳正確動作、出拳	1. 介紹羽球運動的發展及運動特性

第 5-7 週，共 3 節	<ol style="list-style-type: none"> 1. 練習握拳正確動作、出拳 2. 練習上防、下防、內防 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 動作講解與分組操作示範握正、反拍的方法及要領
第 8-10 週，共 3 節	<ol style="list-style-type: none"> 1. 練習上防、下防、內防 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 球感練習遊戲示範說明以正手拍原地向上擊球
第 12-14 週，共 3 節	<ol style="list-style-type: none"> 1. 複習上防、下防、內防 2. 練習前抬腿下壓、馬步 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 球感練習遊戲示範說明以反手拍原地向上擊球
第 16-18 週，共 3 節	<ol style="list-style-type: none"> 1. 練習前抬腿下壓、馬步 2. 練習踢擊—前踢、下壓 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 球感練習遊戲示範說明羽球擲遠
第 19-21 週，共 3 節	<ol style="list-style-type: none"> 1. 複習踢擊—上防、下防、內防、抬腿、下壓、馬步、前踢 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 球感練習遊戲示範說明你丟我檢
第 22 週，共 1 節	個人及分組展演	<ol style="list-style-type: none"> 1. 分組複習本學期教過的羽球技巧 2. 綜合評語 3. 課程重點提示 4. 指正動作缺失

113 下學期 社團活動課程實施內涵

<p>社團名稱 教學進度與 學習活動</p>	<p><u>跆拳道社</u></p>	<p><u>羽球社</u></p>
<p>第 1、3、4 週，共 3 節</p>	<p>1. 始業式 2. 複習上防、下防、內防、抬腿、下壓、馬步、前踢 3. 品勢太極一章 1-3 動作練習</p>	<p>1. 介紹高遠球的飛行路徑及特性及球感練習遊戲 (1)用球拍檢球 (2)用球拍接球</p>
<p>第 5-7 週，共 3 節</p>	<p>1. 品勢太極一章 1-3 動作複習 2. 品勢太極一章 4-6 動作練習</p>	<p>1. 動作講解與分組操作示範擊出高遠球的方法及要領</p>
<p>第 9-11 週，共 3 節</p>	<p>1. 品勢太極一章 4-6 動作複習 2. 品勢太極一章 7-9 動作練習</p>	<p>1. 分組擊球練習示範說明羽球擲遠 (1)以正手拍原地揮拍 (2)以正手拍打擊懸吊的羽球 (3)分組進行高遠球對打練習</p>
<p>第 13-15 週，共 3 節</p>	<p>1. 品勢太極一章 7-9 動作複習 2. 品勢太極一章 10-12 動作練習</p>	<p>1. 分組擊球練習示範說明以正手拍原地揮拍 (1)以正手拍打擊懸吊的羽球 (2)分組進行高遠球對打練習</p>
<p>第 16-18 週，共 3 節</p>	<p>1. 品勢太極一章 10-12 動作複習 2. 品勢太極一章 13-15 動作練習</p>	<p>1. 分組擊球練習示範說明以正手拍打擊懸吊的羽球 2. 分組進行高遠球對打練習</p>

第 19-21 週，共 3 節	<ol style="list-style-type: none">1. 品勢太極一章 13-15 動作複習2. 品勢太極一章 16-18 動作練習3. 品勢太極一章 1-18 動作複習	<ol style="list-style-type: none">1. 分組擊球練習示範說明分組進行高遠球對打練習2. 綜合評語3. 課程重點提示4. 指正動作缺失
-----------------	---	--