

## 二、社團活動/技藝課程

每週學習節數(1)節，上學期(21)週共(20)節、下學期(21)週(21)節，合計(41)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。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 遵守跆拳道學習規範。</li> <li>2. 熟記品勢各項動作。</li> <li>3. 能個人、分組展演。</li> </ol>	5~6 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。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 遵守羽球學習規範。</li> <li>2. 熟記羽球運動各項技巧。</li> <li>3. 能個人、分組展演。。</li> </ol>	5~6 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)

### 114 上學期社團活動課程實施內涵

<div style="text-align: center;">社團名稱</div> 教學進度與 學習活動	<div style="text-align: center;">跆拳道社</div>	<div style="text-align: center;">羽球社</div>
第 1-3 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 4-6 週，共 3 節	1. 練習握拳正確動作、出拳 2. 練習上防、下防、內防	1. 動作講解與分組操作示範握正、反拍的方法及要領
第 7-9 週，共 3 節	1. 練習上防、下防、內防	1. 球感練習遊戲示範說明以正手拍原地向上擊球
第 10-14 週，共 5 節	1. 複習上防、下防、內防 2. 練習前抬腿下壓、馬步	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	1. 練習前抬腿下壓、馬步 2. 練習踢擊—前踢、下壓	1. 球感練習遊戲示範說明羽球擲遠
第 19-21 週，共 3 節	1. 複習踢擊—上防、下防、內防、抬腿、下壓、馬步、前踢 2. 個人及分組展演	1. 球感練習遊戲示範說明你丟我檢 2. 分組複習本學期教過的羽球技巧 3. 綜合評語 4. 課程重點提示 5. 指正動作缺失

## 114 下學期 社團活動課程實施內涵

社團名稱 教學進度與 學習活動	<u>跆拳道社</u>	<u>羽球社</u>
第 1-4 週，共 4 節	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	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
第 5-8 週，共 4 節	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	1. 動作講解與分組操作示範擊出高遠球的方法及要領
第 9-12 週，共 4 節	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	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
第 13-15 週，共 3 節	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	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
第 16-18 週，共 3 節	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	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
第 19-21 週，共 3 節	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	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