

屏東縣丹路國小113學年度第1學期全校性彈性學習課程計畫

【課程V. 文化社團】

- 1、授課教師:李聖龍
- 2、課程時間:第3週起至第21週之單數週授課, 每次2節, 共10次20節。
- 3、社團名稱:桌球社
- 4、參與對象:全校學童, 並以中年級學生優先。
- 5、各週進度規劃:

週次	日期	課程主題與進度規劃
3	0909-0913 (09/10)	了解基本規則和技術 1. 桌球場地、球具及基本常識之簡介 2. 握拍、控球練習
5	0923-0927 (09/24)	了解基本規則和技術 1. 桌球場地、球具及基本常識之簡介 2. 正手發球(直球)講解與練習
7	1007-1011 (10/08)	練習基本動作 1. 正手發球(直球)練習 2. 正手發球(直球)方向及次數要求
9	1021-1025 (10/22)	練習基本動作 1. 反手推擋球講解與練習 2. 送球練習、反手推擋球
11	1104-1108 (11/5)	練習基本動作 1. 反手推擋球練習(上桌) 2. 連續來回推擋(兩人一組)
13	1118-1122 (11/19)	練習基本動作 1. 正手擊球動作講解與練習 2. 正手空揮拍練習、正手擊球(上桌)
15	1202-1206 (12/3)	練習基本動作 1. 正手擊球(上桌) 2. 正手擊球(兩人一組, 連續來回擊球)
17	1216-1220 (12/17)	練習基本動作 1. 正手發球(直球)、正手擊球 2. 反手推擋(一人正手一人推擋)

19	1230-0103 (12/31)	練習基本動作 1. 正手發球(直球)、正手擊球 2. 反手推擋(同時正手擊球或同時推擋)
21	0113-0117 (1/14)	期末檢測 1. 正手擊球 2. 反手推擋球 3. 發球

6、 成效檢核:依本校課程評鑑計畫辦理。

屏東縣丹路國小113學年度第2學期全校性彈性學習課程計畫

【課程V. 文化社團】

- 1、授課教師:李聖龍
- 2、課程時間:第3週起至第19週之單數週授課, 每次2節, 共9次18節。
- 3、社團名稱:桌球社
- 4、參與對象:全校學童, 並以中年級學生優先。
- 5、各週進度規劃:

週次	日期	課程主題與進度規劃
3	0224-0228 (02/25)	桌球運動基本常識簡介 1. 直拍與橫拍的使用特性介紹 2. 介紹如何選擇適合的球拍
5	0310-0314(03/11)	桌球簡史
7	0324-0328 (03/25)	練習基本動作 握拍法介紹
9	0407-0411 (04/08)	練習基本動作 球感練習:對牆擊球, 向下拍球
11	0421-0425 (04/22)	練習基本動作 發球介紹:正手平擊發球、反手平擊發球
13	0505-0509 (05/06)	練習基本動作 1. 反手推擋 2. 揮空拍練習
15	0519-0523 (05/20)	桌球規則介紹 介紹單打規則
17	0602-0606 (06/03)	分組練習 1. 正手平擊發球、反手平擊發球、反手推擋 2. 分組單打比賽
19	0616-0620 (06/17)	期末檢測 分組單打(一人發球一人推擋)

6、 成效檢核:依本校課程評鑑計畫辦理。

屏東縣丹路國小113學年度第1學期全校性彈性學習課程計畫

【課程V. 文化社團】

- 1、授課教師：戴欣微
- 2、課程時間：第3週起至第21週之單數週授課，每次2節，共10次20節。
- 3、社團名稱：烘焙社
- 4、參與對象：全校學童，並以中高年級學生優先。
- 5、各週進度規劃：

週次	日期	課程主題與進度規劃
3	0909-0913 (09/10)	認識中式點心與西式點心之差異
5	0923-0927 (09/24)	中式點心-廣式月餅
7	1007-1011 (10/08)	西式點心-台式馬卡龍
9	1021-1025 (10/22)	中式點心-菊花酥
11	1104-1108 (11/5)	西式點心-燒烤乳酪塔
13	1118-1122 (11/19)	中式點心-古早味地瓜餅
15	1202-1206 (12/3)	西式點心-杏仁瓦片、紅藜燕麥小戚餅
17	1216-1220 (12/17)	中式點心-車輪餅
19	1230-0103 (12/31)	西式點心-黑眼豆豆餐包
21	0113-0117 (1/14)	慶祝活動

- 6、成效檢核：依本校課程評鑑計畫辦理。

屏東縣丹路國小113學年度第2學期全校性彈性學習課程計畫

【課程V. 文化社團】

- 1、授課教師：戴欣微
- 2、課程時間：第3週起至第19週之單數週授課，每次2節，共9次18節。
- 3、社團名稱：烘焙社
- 4、參與對象：全校學童，並以中高年級學生優先。
- 5、各週進度規劃：

週次	日期	課程主題與進度規劃
3	0224-0228 (02/25)	分蛋式打法--戚風蛋糕
5	0310-0314(03/11)	分蛋式打法--學生製作
7	0324-0328 (03/25)	雪Q餅製作
9	0407-0411 (04/08)	雪Q餅-學生製作
11	0421-0425 (04/22)	伯爵奶茶曲奇餅乾教學
13	0505-0509 (05/06)	伯爵奶茶曲奇餅乾教學-學生製作
15	0519-0523 (05/20)	提拉米蘇教學
17	0602-0606 (06/03)	提拉米蘇-學生製作
19	0616-0620 (06/17)	海綿蛋糕製作

- 6、成效檢核：依本校課程評鑑計畫辦理。

屏東縣丹路國小113學年度第1學期全校性彈性學習課程計畫

【課程V. 文化社團】

- 1、授課教師：Kuliw Validi 洪懷生
- 2、課程時間：第3週起至第21週之單數週授課，每次2節，共10次20節。
- 3、社團名稱：部落風
- 4、參與對象：全校學童，並以中年級學生優先。
- 5、各週進度規劃：

週次	日期	課程主題與進度規劃
3	0909-0913 (09/10)	【工寮的生活】 我們先在工寮的芒果樹下搭鞦韆。
5	0923-0927 (09/24)	之前學長姊的樹屋第二層還沒有樓梯、圍欄，我們逐步完成它，讓部落風的樹屋基地也有你們的養份澆灌。
7	1007-1011 (10/08)	雞舍消化菌床的製作與鋪設。認識大自然中消化菌的分解作用，怎麼讓雞舍無臭、乾淨，雞隻更健康。
9	1021-1025 (10/22)	刺竹筍的時節，體驗、學習部落人採筍、剝殼、切片、滾煮等過程。
11	1104-1108 (11/5)	羅漢松修剪，讓2-3公尺高的樹變成你想要的模樣。 學習樹木基本修剪技巧及樹勢規畫與枝葉佈局。
13	1118-1122 (11/19)	之前學長姐有嘗試竹筒飯但沒成功，我們再試一次。學習採竹、器皿製作及米飯烹煮技巧。
15	1202-1206 (12/3)	雞又會跑又會跳，反應又快，甚至還會咬人，如何用最快又省力的方法智取牠呢？學習長勾及誘捕陷阱的製作。
17	1216-1220 (12/17)	工寮或野地最常見、簡易、美味的烹調：罐頭麵。 學習煮麵及野菜採集。
19	1230-0103 (12/31)	樹藤製作頭環及同心圓。學習樹藤的採集及繞編。
21	0113-0117 (1/14)	結業式。學習雞湯烹煮及學期回顧。

- 6、成效檢核：依本校課程評鑑計畫辦理。

屏東縣丹路國小113學年度第2學期全校性彈性學習課程計畫

【課程V. 文化社團】

- 1、授課教師：Kuliw Validi 洪懷生
- 2、課程時間：第3週起至第19週之單數週授課，每次2節，共9次18節。
- 3、社團名稱：部落風
- 4、參與對象：全校學童，並以高年級學生優先。
- 5、各週進度規劃：

週次	日期	課程主題與進度規劃
3	0224-0228 (02/25)	攀樹基本知識和安全 - 簡介攀樹的基本知識和歷史背景 - 強調攀樹的安全原則和基本技巧 - 示範攀樹裝備的使用方法
5	0310-0314(03/11)	攀樹裝備和繫繩技巧 - 認識攀樹所需的裝備，如繫繩器材、安全帶等 - 學習正確使用繫繩器材的技巧 - 實際操作繫繩器材，進行簡單的攀爬練習
7	0324-0328 (03/25)	攀樹基本技巧-手部動作 - 學習攀樹時的手部動作技巧，如抓握、握力等 - 進行手部動作的練習，如抓握不同形狀的攀樹物體 - 強調手部動作的正確姿勢和技巧
9	0407-0411 (04/08)	攀樹基本技巧-腳部動作 - 學習攀樹時的腳部動作技巧，如踩踏、平衡等 - 進行腳部動作的練習，如踩踏不同高度的攀樹物體 - 強調腳部動作的正確姿勢和技巧
11	0421-0425 (04/22)	攀樹技巧結合繫繩 - 學習如何在攀樹時同時使用繫繩器材 - 實際操作繫繩器材，進行攀樹練習 - 強調攀樹時的安全措施和繫繩技巧
13	0505-0509 (05/06)	攀樹高度挑戰 - 學習攀樹時的高度挑戰技巧，如攀爬高度更高的樹木 - 實際操作繫繩器材，進行高度挑戰的練習 - 強調攀樹高度挑戰時的安全措施和技巧

15	0519-0523 (05/20)	攀樹運動技巧-攀爬速度 ● 學習攀樹時的攀爬速度技巧，如快速攀爬、節奏控制等 ● 進行攀爬速度的練習，如設定攀爬時間挑戰 ● 強調攀樹運動時的安全措施和節奏控制
17	0602-0606 (06/03)	攀樹運動技巧-平衡 ● 學習攀樹時的平衡技巧，如身體平衡、重心控制等 ● 進行平衡技巧的練習，如在攀樹物體上保持平衡 ● 強調攀樹時的安全措施和平衡技巧
19	0616-0620 (06/17)	攀樹冒險挑戰 ● 進行攀樹冒險挑戰活動，如攀爬特殊形狀的攀樹物體 ● 強調冒險挑戰時的安全措施和技巧 ● 總結攀樹課程，回顧所學的知識和技能

6、 成效檢核：依本校課程評鑑計畫辦理。

屏東縣丹路國小113學年度第1學期全校性彈性學習課程計畫

【課程V. 文化社團】

- 1、授課教師：孫維
- 2、課程時間：第3週起至第21週之單數週授課，每次2節，共10次20節。
- 3、社團名稱：舞蹈社
- 4、參與對象：全校學童，並以低中年級學生優先。
- 5、各週進度規劃：

週次	日期	課程主題與進度規劃
3	0909-0913 (09/10)	教導街舞來源，從語言、穿著、動作、舞蹈、音樂這5大面向延伸講解，並透過影音輔佐教學。
5	0923-0927 (09/24)	實際演練模擬街舞的動作涵義，透過彼此互動，達到體會與融合的目標。
7	1007-1011 (10/08)	以街舞風格取向做指導，從中觀察學生的適性，並適時給予修正意見。
9	1021-1025 (10/22)	基礎律動及動作養成，從聽音樂拍子、感受動作力量來源，到習慣動作上之作為。
11	1104-1108 (11/5)	進階律動及基礎變化及延伸，如何透過組合與排列，達到適合舞蹈及音樂之間的契合。
13	1118-1122 (11/19)	動作上速度與力量之間的拿捏，讓學生學習如何控制，及其呈現的樣貌，體驗不同層次的舞蹈。

15	1202-1206 (12/3)	解說音樂拍子應用的技巧，運用時間差及位置的不同，表現異曲同工的舞步。
17	1216-1220 (12/17)	技巧與舞蹈的應用，將技巧帶入動作中，呈現更具深度及層次的表現。
19	1230-0103 (12/31)	即興創作舞蹈(及自我solo)，將所學依自身對音樂的感覺，透過自然而然的動作呈現。
21	0113-0117 (1/14)	實際對戰舞蹈，即所謂的battle(尬舞)，透過此模式可增強自身舞蹈實力，和增進信心。

6、 成效檢核：依本校課程評鑑計畫辦理。

屏東縣丹路國小113學年度第2學期全校性彈性學習課程計畫

【課程V. 文化社團】

- 1、授課教師：孫維
- 2、課程時間：第3週起至第19週之單數週授課，每次2節，共9次18節。
- 3、社團名稱：舞蹈社
- 4、參與對象：全校學童，並以低中年級學生優先。
- 5、各週進度規劃：

週次	日期	課程主題與進度規劃
3	0224-0228 (02/25)	延續上學期街舞教學，著重在舞蹈風格養成，透過學習各種舞風，成就自身的舞蹈特性與屬性。
5	0310-0314(03/11)	Hip-hop舞蹈教學，此風格為各街舞舞風的共同使用技巧及呈現面貌方式，使用範圍及成效其大。
7	0324-0328 (03/25)	Popping教學(機械舞)教學，透過肌肉收縮、力量控制及快慢應用，達到各種型態的仿機器人模樣。
9	0407-0411 (04/08)	Locking教學(鎖舞)，透過快速的手部動作(轉、指、停頓、打擊等等)，與腳法的配合，呈現乾淨俐落的舞蹈。
11	0421-0425 (04/22)	Freestyle教學，透過所學的各式舞風，將呈現上不侷限於同一種舞蹈，而是自由發揮與創造。
13	0505-0509 (05/06)	House教學，透過純腳步動作(上半身是協調動作與控制平衡為主)，點、踢、踏、跳、拖、轉、滑等等技巧呈現。

15	0519-0523 (05/20)	即興創作舞蹈，利用對音樂感受，讓學生獨自完成想跳及會跳的舞蹈。
17	0602-0606 (06/03)	排舞練習，試著自身編排一小段舞蹈，讓彼此都能教學相長。
19	0616-0620 (06/17)	Battle(實戰)，將所學透過1on1方式，讓學生體驗party及比賽形式。

6、 成效檢核：依本校課程評鑑計畫辦理。

屏東縣丹路國小113學年度第1學期全校性彈性學習課程計畫

【課程V. 文化社團】

- 1、授課教師：孫素琴
- 2、課程時間：第3週起至第21週之單數週授課，每次2節，共10次20節。
- 3、社團名稱：手作編織社
- 4、參與對象：全校學童，並以低年級學生優先。
- 5、各週進度規劃：

週次	日期	課程主題與進度規劃
3	0909-0913 (09/10)	作麻繩背帶
5	0923-0927 (09/24)	易宜+串珠做項鍊
7	1007-1011 (10/08)	串珠口罩鍊
9	1021-1025 (10/22)	串珠口罩鍊
11	1104-1108 (11/5)	編繩手鍊
13	1118-1122 (11/19)	鉤麻繩：零錢包
15	1202-1206 (12/3)	鉤麻繩：零錢包
17	1216-1220 (12/17)	做編繩飲料袋
19	1230-0103 (12/31)	做編繩飲料袋
21	0113-0117 (1/14)	慶祝活動

- 6、成效檢核：依本校課程評鑑計畫辦理。

屏東縣丹路國小113學年度第2學期全校性彈性學習課程計畫

【課程V. 文化社團】

- 1、授課教師：孫素琴
- 2、課程時間：第3週起至第19週之單數週授課，每次2節，共9次18節。
- 3、社團名稱：手作編織社
- 4、參與對象：全校學童，並以低年級學生優先。
- 5、各週進度規劃：

週次	日期	課程主題與進度規劃
3	0224-0228 (02/25)	薏苡項鍊
5	0310-0314(03/11)	口罩鍊
7	0324-0328 (03/25)	零錢包材料介紹及示範
9	0407-0411 (04/08)	零錢包實作~1 (勾針練習)
11	0421-0425 (04/22)	零錢包實作~2 (尺寸確認及底部製作)
13	0505-0509 (05/06)	零錢包實作~3 (底部製作)
15	0519-0523 (05/20)	零錢包實作~4 (包身製作)
17	0602-0606 (06/03)	零錢包實作~5 (包身製作)
19	0616-0620 (06/17)	零錢包實作~6 (拉鍊縫製)

- 6、成效檢核：依本校課程評鑑計畫辦理。

屏東縣丹路國小113學年度第1學期全校性彈性學習課程計畫

【課程V. 文化社團】

- 1、授課教師：溫雅琴
- 2、課程時間：第3週起至第21週之單數週授課，每次2節，共10次20節。
- 3、社團名稱：包手社
- 4、參與對象：全校學童，並以中高年級學生優先。
- 5、各週進度規劃：

週次	日期	課程主題與進度規劃
3	0909-0913 (09/10)	認識水餃、內餡、麵團
5	0923-0927 (09/24)	製作麵團
7	1007-1011 (10/08)	山藥水餃備料、包餃
9	1021-1025 (10/22)	製作麵團
11	1104-1108 (11/5)	白鳳菜水餃備料
13	1118-1122 (11/19)	高麗菜水餃包餃練習
15	1202-1206 (12/3)	玉米水餃包餃練習
17	1216-1220 (12/17)	麵團製作
19	1230-0103 (12/31)	山蘇水餃製作
21	0113-0117 (1/14)	慶祝活動

- 6、成效檢核：依本校課程評鑑計畫辦理。

屏東縣丹路國小113學年度第2學期全校性彈性學習課程計畫

【課程V. 文化社團】

- 1、授課教師：溫雅琴
- 2、課程時間：第3週起至第19週之單數週授課，每次2節，共9次18節。
- 3、社團名稱：包手社
- 4、參與對象：全校學童，並以中高年級學生優先。
- 5、各週進度規劃：

週次	日期	課程主題與進度規劃
3	0224-0228 (02/25)	水餃實作
5	0310-0314(03/11)	水餃實作
7	0324-0328 (03/25)	韭菜盒子實作
9	0407-0411 (04/08)	水餃皮製作(麵團揉製)
11	0421-0425 (04/22)	水餃皮製作
13	0505-0509 (05/06)	煎餃實作
15	0519-0523 (05/20)	蛋餃實作
17	0602-0606 (06/03)	玫瑰餃製作
19	0616-0620 (06/17)	餃味拼團圓

- 6、成效檢核：依本校課程評鑑計畫辦理。

屏東縣丹路國小113學年度第1學期全校性彈性學習課程計畫

【課程V. 文化社團】

- 1、授課教師: 希嘉
- 2、課程時間: 第3週起至第21週之單數週授課, 每次2節, 共10次20節。
- 3、社團名稱: 花藝社
- 4、參與對象: 全校學童。
- 5、各週進度規劃:

週次	日期	課程主題與進度規劃
3	0909-0913 (09/10)	花藝基礎觀念 1. 認識常見花藝工具 2. 花材新鮮度與判別
5	0923-0927 (09/24)	花藝基礎觀念 1. 切花整理方法與技巧 2. 花藝刀與木剪示範
7	1007-1011 (10/08)	花藝設計理論 1. 植物造型與動態 2. 動手實作
9	1021-1025 (10/22)	花藝設計理論 1. 選花與配色 2. 動手實作
11	1104-1108 (11/5)	花束系列課程 麻繩固定技法
13	1118-1122 (11/19)	花束系列課程 自然風手綁花束
15	1202-1206 (12/3)	實用插花方式 1. 花藝海綿浸泡與裁切 2. 動手實作
17	1216-1220 (12/17)	實用插花方式 1. 古典水平盆花練習(自由對稱/絕對對稱) 2. 動手實作
19	1230-0103 (12/31)	實用插花方式 1. 盆花應用: 劍山

		2. 動手實作
21	0113-0117 (1/14)	慶祝活動

6、 成效檢核:依本校課程評鑑計畫辦理。

屏東縣丹路國小113學年度第2學期全校性彈性學習課程計畫

【課程V. 文化社團】

- 1、授課教師: 希嘉
- 2、課程時間: 第3週起至第19週之單數週授課, 每次2節, 共9次18節。
- 3、社團名稱: 花藝社
- 4、參與對象: 全校學童。
- 5、各週進度規劃:

週次	日期	課程主題與進度規劃
3	0224-0228 (02/25)	圓形花型手法實作
5	0310-0314(03/11)	圓形花型創作實做
7	0324-0328 (03/25)	三角形花型手法實作
9	0407-0411 (04/08)	三角形花型創作實做
11	0421-0425 (04/22)	L形花型手法實作
13	0505-0509 (05/06)	L形花型手法創作實做
15	0519-0523 (05/20)	直線花型手法實作
17	0602-0606 (06/03)	S線花型手法實作
19	0616-0620 (06/17)	扇形花型手法實作

- 6、成效檢核: 依本校課程評鑑計畫辦理。