

# 國立卓蘭高級中等學校附設國中部 115 學年度彈性學習課程 社團活動課程表

每週學習節數 (2) 節，上學期(6)週共 (12) 節、下學期(6)週 ( 12 )節，合計( 24 )節。

## 一、社團活動課程規劃

| 編號 | 社團名稱            | 融入法律規定<br>教育議題 | 核心素養                                                               | 學習目標                                                           | 備註 |
|----|-----------------|----------------|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|----|
| 1  | 籃球社             | 品德教育           | J-C2 具備利他與合群的知能態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。                               | 學習籃球基本動作和團隊的全場配合，使自己的籃球技巧更進一步。                                 |    |
| 2  | 排球社             | 品德教育           | J-C2 具備利他與合群的知能態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。                               | 未來發展希望在排球社的社員，每個人都會打排球，並喜歡排球這項運動，主要學習內容是排球的基本動作和基本規則，還有一些實戰訓練。 |    |
| 3  | 羽球社             | 品德教育           | J-C2 具備利他與合群的知能態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。                               | (1)了解羽球規則。<br>(2)精進羽球的各種技巧。<br>(3)與其他校進行友誼賽。<br>(4)培養運動家精神。    |    |
| 4  | 跆拳道社            | 品德教育           | J-C2 具備利他與合群的知能態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。                               | 學習跆拳道精神、技巧及如何自衛。                                               |    |
| 5  | 高爾夫球社           | 品德教育           | J-C2 具備利他與合群的知能態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。                               | 練習高爾夫球基本推桿及揮桿，培養未來興趣。                                          |    |
| 6  | 田徑社             | 品德教育           | J-C2 具備利他與合群的知能態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。                               | 透過訓練精進身體的爆發力、心肺耐力與各項田賽的技巧。                                     |    |
| 7  | 醒獅社             | 品德教育           | J-C2 具備利他與合群的知能態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。                               | 藉由練習舞獅及打鼓的技巧，了解民俗運動及文化                                         |    |
| 8  | 雙色花彩繪<br>VS 彩妝社 | 生涯規劃           | J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力，欣賞各種藝術的風格和價值，並了解美感的特質、認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。 | 學會簡單的彩繪技能，能順利的在指甲上彩繪。                                          |    |
| 9  | 奇幻魔術社           | 生涯規劃           | J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力，欣賞各種藝術的風格和價值，並了解美感的特質、認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。 | 學會魔術的手法，能夠簡單的自娛娛人。                                             |    |
| 10 | 信望愛社            | 生命教育           | J-C2 具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。        | 體認生活規範建立的意義，使用合適的語彙或方式與人互動及合作，建立起良好生活習慣，並能關懷環境與尊重生命。           |    |
| 11 | 電影欣賞社           | 資訊教育<br>生命教育   | J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。       | 電影欣賞社欣賞的影片由老師和同學討論後決定。看完後會進行討論，讓大家                             |    |

| 編號 | 社團名稱    | 融入法律規定教育議題   | 核心素養                                   | 學習目標                                                            | 備註 |
|----|---------|--------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----|
|    |         |              |                                        | 表達自己對影片感想與心得，並從中學習。                                             |    |
| 12 | 創意職群探索社 | 生涯規劃<br>安全教育 | J-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。 | 瞭解機械科和食品科的本質，熟悉基本科目內容和操作方式，希望同學能夠在這堂課中學會基本的概念，有興趣的同學甚至能往相關產業邁進。 |    |

參考議題融入如下：

法律規定教育議題：【家庭教育】、【性別平等】、【家暴防治】、【性侵防治】、【環境教育】、【性剝削】；其他：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【生命教育】、【法治教育】、【科技教育】、【資訊教育】、【能源教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】

## 二、社團活動課程實施內涵-

編號：1 社團課程名稱：籃球社

| 教學期程             | 教學重點                  | 評量方式  | 備註 |
|------------------|-----------------------|-------|----|
| 1 週- 3 週，共 6 節   | 1. 運球練習<br>2. 傳球練習    | 動作檢核表 |    |
| 4 週- 6 週，共 6 節   | 1. 上籃練習<br>2. 規則講解    | 動作檢核表 |    |
| 7 週- 9 週，共 6 節   | 1. 三對三練習<br>2. 基本跑位練習 | 動作檢核表 |    |
| 10 週- 12 週，共 6 節 | 1. 全場練習<br>2. 隊形練習    | 動作檢核表 |    |

編號：2 社團課程名稱：排球社

| 教學期程             | 教學重點                   | 評量方式  | 備註 |
|------------------|------------------------|-------|----|
| 1 週- 3 週，共 6 節   | 1. 發球練習<br>2. 接球練習     | 動作檢核表 |    |
| 4 週- 6 週，共 6 節   | 1. 高手接球練習<br>2. 低手接球練習 | 動作檢核表 |    |
| 7 週- 9 週，共 6 節   | 1. 兩人對打練習<br>2. 規則說明   | 動作檢核表 |    |
| 10 週- 12 週，共 6 節 | 1. 分隊競賽<br>2. 基本跑位     | 動作檢核表 |    |

編號:3 社團課程名稱: 羽球社

| 教學期程              | 教學重點                   | 評量方式  | 備註 |
|-------------------|------------------------|-------|----|
| 1 週- 3 週, 共 6 節   | 1. 發球練習<br>2. 接球練習     | 動作檢核表 |    |
| 4 週- 6 週, 共 6 節   | 1. 高手接球練習<br>2. 低手接球練習 | 動作檢核表 |    |
| 7 週- 9 週, 共 6 節   | 1. 兩人對打練習<br>2. 規則說明   | 動作檢核表 |    |
| 10 週- 12 週, 共 6 節 | 1. 分隊競賽<br>2. 基本跑位     | 動作檢核表 |    |

編號:4 社團課程名稱: 跆拳道社

| 教學期程              | 教學重點   | 評量方式  | 備註 |
|-------------------|--------|-------|----|
| 1 週- 3 週, 共 6 節   | 踢擊基本動作 | 動作檢核表 |    |
| 4 週- 6 週, 共 6 節   | 踢擊進階動作 | 動作檢核表 |    |
| 7 週- 9 週, 共 6 節   | 品勢練習   | 動作檢核表 |    |
| 10 週- 12 週, 共 6 節 | 攻防訓練   | 動作檢核表 |    |

編號:5 社團課程名稱: 高爾夫球社

| 教學期程              | 教學重點 | 教學期程  | 教學期程 |
|-------------------|------|-------|------|
| 1 週- 3 週, 共 6 節   | 推桿練習 | 動作檢核表 |      |
| 4 週- 6 週, 共 6 節   | 揮桿練習 | 動作檢核表 |      |
| 7 週- 9 週, 共 6 節   | 準度練習 | 動作檢核表 |      |
| 10 週- 12 週, 共 6 節 | 綜合練習 | 動作檢核表 |      |

編號:6 社團課程名稱: 田徑社

| 教學期程            | 教學重點  | 教學期程  | 教學期程 |
|-----------------|-------|-------|------|
| 1 週- 3 週, 共 6 節 | 短距離衝刺 | 動作檢核表 |      |

|                            |       |       |      |
|----------------------------|-------|-------|------|
| 4 週- 6 週，共 6 節             | 長距離訓練 | 動作檢核表 |      |
| 7 週- 9 週，共 6 節             | 田賽技巧  | 動作檢核表 |      |
| 10 週- 12 週，共 6 節           | 專項訓練  | 動作檢核表 |      |
| 編號:7 社團課程名稱: 醒獅社           |       |       |      |
| 教學期程                       | 教學重點  | 教學期程  | 教學期程 |
| 1 週- 3 週，共 6 節             | 舞獅技術  | 動作檢核表 |      |
| 4 週- 6 週，共 6 節             | 鑼鼓節奏  | 動作檢核表 |      |
| 7 週- 9 週，共 6 節             | 兩者搭配  | 動作檢核表 |      |
| 10 週- 12 週，共 6 節           | 完整表演  | 動作檢核表 |      |
| 編號: 8 社團課程名稱: 雙色花彩繪 vs 彩妝社 |       |       |      |
| 教學期程                       | 教學重點  | 評量方式  | 備註   |
| 1 週- 3 週，共 6 節             | 顏料認識  | 實作評量  |      |
| 4 週- 6 週，共 6 節             | 彩繪技巧  | 實作評量  |      |
| 7 週- 9 週，共 6 節             | 線條創作  | 實作評量  |      |
| 10 週- 12 週，共 6 節           | 基本彩繪  | 實作評量  |      |

| 編號: 9 社團課程名稱: 奇幻魔術社 |          |      |    |
|---------------------|----------|------|----|
| 教學期程                | 教學重點     | 評量方式 | 備註 |
| 1 週- 3 週, 共 6 節     | 魔術技巧說明   | 實作評量 |    |
| 4 週- 6 週, 共 6 節     | 紙牌魔術     | 實作評量 |    |
| 7 週- 9 週, 共 6 節     | 近距離魔術    | 實作評量 |    |
| 10 週- 12 週, 共 6 節   | 魔術表演技巧練習 | 實作評量 |    |
| 編號: 10 社團課程名稱: 信望愛社 |          |      |    |
| 教學期程                | 教學重點     | 評量方式 | 備註 |
| 1 週- 3 週, 共 6 節     | 遊戲說明、體驗  | 實作評量 |    |
| 4 週- 6 週, 共 6 節     | 體驗與引導    | 實作評量 |    |
| 7 週- 9 週, 共 6 節     | 體驗與引導    | 實作評量 |    |
| 10 週- 12 週, 共 6 節   | 體驗與引導    | 實作評量 |    |

| 編號: 11 社團課程名稱: 電影欣賞社  |              |      |    |
|-----------------------|--------------|------|----|
| 教學期程                  | 教學重點         | 評量方式 | 備註 |
| 1 週- 3 週, 共 6 節       | 電影拍攝分析與觀賞重點  | 實作評量 |    |
| 4 週- 6 週, 共 6 節       | 影片欣賞         | 實作評量 |    |
| 7 週- 9 週, 共 6 節       | 影片欣賞         | 實作評量 |    |
| 10 週- 12 週, 共 6 節     | 影片欣賞         | 實作評量 |    |
| 編號:12 社團課程名稱: 創意職群探索社 |              |      |    |
| 教學期程                  | 教學重點         | 評量方式 | 備註 |
| 1 週- 3 週, 共 6 節       | 機械科和食品科的內容介紹 | 實作評量 |    |
| 4 週- 6 週, 共 6 節       | 機械科和食品科的操作練習 | 實作評量 |    |
| 7 週- 9 週, 共 6 節       | 機械科和食品科的操作練習 | 實作評量 |    |
| 10 週- 12 週, 共 6 節     | 機械科和食品科的操作練習 | 實作評量 |    |