

彰化縣芬園鄉寶山國民小學 113 學年度 各年級 彈性學習課程/節數

課程架構表

「校訂課程」：是由學校安排，以形塑學校教育願景及強化學生適性發展。彈性學習課程由學校自行規劃辦理全校性、全年級或班群學習活動，提升學生學習興趣並鼓勵適性發展，落實學校本位及特色課程。課程計畫必須列出：教學目標或核心素養、主題名稱、教學重點、評量方式、教學進度。

本校各類彈性學習課程之規劃，呼應本校「健康、關懷、卓越」願景以及偏鄉小校所需國際教育視野、以「有形的課程中，找到無形的寶藏—愛、知識、美、健康」為課程願景，並發展「國際教育特色課程與米食尋寶」、「資訊素養主題探究」、「多元試探社團活動」以及「媒飛閱舞—科技媒體與閱讀」，期能提升學生學習興趣並鼓勵適性發展，落實學校本位及特色課程。茲將彈性學習課程及節數/彈性學習節數分配表列如下：

(本表必填且必上傳，請置於「8. 各年級彈性學習課程目標 / 核心素養與學習重點、評量」各年級上傳檔案的第 1 頁)

類別	年級	一年級		二年級		三年級		四年級		五年級		六年級	
	課程名稱	上學期	下學期	上學期	下學期	上學期	下學期	上學期	上學期	上學期	上學期	上學期	下學期
		節數	節數	節數	節數	節數	節數	節數	節數	節數	節數	節數	節數
統整性 主題/ 專題/ 議題 探究	米食尋寶校本課程	0	6	0	6	0	6	0	6	0	6	0	6
	資訊素養主題探究					21	20	21	20	21	20	21	18
	安全教育-交通安全教育	2	0	2	0	2	0	2	0	2	0	2	0
社團活 動與技 藝課程	扯鈴/舞蹈/籃球/音樂太鼓	42	40	42	40	42	40	42	40	42	40	42	36
其他類 課程	國際教育特色課程	19	14	19	14	19	14	19	14	19	14	19	12
	閱讀									21	20	21	18
	科技									21	20	21	18
	合計	63	60	63	60	84	80	84	80	126	120	126	108

	國語	英語	本土語	數學	社會	自然	生活	藝術 人文	綜合	健體
一			★☆	★			★☆			
二	☆		★☆	★			★☆			
三	★☆		★	★	★			☆	★☆	
四	☆		★	★	★	★☆				
五	★			★	★	☆			★☆	
六	★☆		☆	★☆		★☆		★	★☆	

★品德教育融入

☆生命教育融入

其他類課程

彰化縣縣立寶山國民小學 113 學年度第 1 學期 一年級 課程名稱：國際教育特色課程

進度 (週次)	主題	節數	課程目標	核心素養 (或議題之實質內涵)	教學重點 (學習內容或討論題綱)	評量方式	備註
1-3	1.Introduce yourself/ Friends What's your name? My name is _____. 2.Classroom rules	3	1. 對話句型	英-E-B1 具備入門的聽、說、讀、寫英語文能力。在引導下，能運用所學、字詞及句型進行簡易日常溝通。	1. What's your name? 2. My name is _____.	能介紹自己與他人	
4-7	Teacher's Country: America、Taiwan	4	1. 認識美國、台灣	國 E1 了解我國與世界其他國家的文化特質。	1. Where are you from?	能口述國旗組成	
8-11	Event: Christmas	4	1. 知道聖誕節的由來 2. 認識聖誕節的單字	國 E1 了解我國與世界其他國家的文化特質。 英-E-C3 認識國內外主要節慶習俗及風土民情。	1. What do you like? 2. I like _____	能說出聖誕的元素有哪些	
12-15	My Country: Taiwan/ draw country flags	4	1. 認識各國國旗	國 E1 了解我國與世界其他國家的文化特質。	1. Which flag do you like? 2. I like _____	完成繪圖	
16-19	Phonics & Writing: A-H (animals)	4	1. 認識字母與發音	英-E-B1 具備入門的聽、說、讀、寫英語文能力。在引導下，能運用所學、字詞及句型進行簡易日常溝通。	1. Phonics & Writing: A-H	書寫、誦讀字母	
20-21	交通安全	2	(詳見交通安全課程計畫)				
22	1/20 休業式	0					

彰化縣縣立寶山國民小學 113 學年度第 2 學期 一年級 課程名稱：國際教育特色課程

進度 (週次)	主題	節數	課程目標	核心素養 (或議題之實質內涵)	教學重點 (學習內容或討論題綱)	評量方式	備註
1-4	Phonics & Writing: I-P (numbers)	4	1. 認識字母與發音	英-E-B1 具備入門的聽、說、讀、寫英語文能力。在引導下，能運用所學、字詞及句型進行簡易日常溝通。	1. Phonics & Writing: I-P	書寫、誦讀 字母	
5-8	Event: Easter	4	1. 知道復活節的由來 2. 認識復活節的單字	國 E1 了解我國與世界其他國家的文化特質。 英-E-C3 認識國內外主要節慶習俗及風土民情。	1. 復活節的由來 2. 台灣和國外復活節的不同	能說出復活節的元素有哪些	
9-10	Phonics & Writing: Q-X (colors)	2	1. 認識字母與發音	英-E-B1 具備入門的聽、說、讀、寫英語文能力。在引導下，能運用所學、字詞及句型進行簡易日常溝通。	1. Phonics & Writing: Q-X	書寫、誦讀 字母	
11-14	Phonics & Writing: Y-Z (shapes)	4	1. 認識字母與發音	英-E-B1 具備入門的聽、說、讀、寫英語文能力。在引導下，能運用所學、字詞及句型進行簡易日常溝通。	1. Phonics & Writing: Y-Z	書寫、誦讀 字母	
15-20	米食尋寶	6	(詳見米食尋寶課程計畫)				
21	6/30 結業式	0					

※「其他類課程」包括本土語文/臺灣手語/新住民語文、服務學習、戶外教育、班際或校際交流、自治活動、班級輔導、學生自主學習等各式課程，以及領域補救教學課程；國民中學並得包括英語文以外之第二外國語文課程。經學校課程發展委員會通過後實施。表格列數請自行增刪。

※1. 宣導活動之內涵應具備有課程教學的觀點，「透過課程發展的歷程，符應彈性學習課程規劃之目的性」…

2. 宣導活動課程之教師應具備該課程主題專長。

3. 進行跨領域或跨科目協同教學需採計授課節數時，應另行提交課程計畫，經學校課程發展委員會審議通過，併學校課程計畫，陳報縣政府…

4. 學校如規劃班級導師搭配外聘宣導講師的方式進行彈性學習課程，經學校課程發展委員會通過後得以實施，但必須遵守上述各點之原則辦理

彰化縣縣立寶山國民小學 113 學年度 第一 學期 交通安全 校訂課程計畫

課程名稱	快樂安全上學去		實施年級	<u>1</u> 年級
彈性學習課程類別	☒ 統整性主題/專題/議題探究 ☐ 社團活動與技藝課程 ☐ 其他類課程		總節數	2 節
設計依據 (核心素養)				
領綱核心素養			總綱核心素養	
交安 A-I-3 辨識社區道路環境的常見危險。 交安 D-I-2 認識常見的交通標誌、標線與號誌。			E-B2 運用生活中隨手可得的媒材與工具，透過各種探究事物的方法及技能，對訊息做適切的處理。	
課程目標	1. 認識基本交通規則，知道交通安全的重要性。 2. 認識交通導護義工的服裝、哨音及其代表的意義與功能。 3. 實作中學習、體驗遵守交通規則。			
跨領域	學習重點			
領域	學習表現	學習內容		
生活領域	生活 2-I-3 探索生活中的人、事、物，並體會彼此之間會相互影響。	生活 C-I-3 探究生活事物的方法與技能。 生活 E-I-2 生活規範的實踐。 生活 E-I-3 自我行為的檢視與調整。		
領域				
融入議題	學習主題	實質內涵		
安全教育議題	交安 A-I-3 辨識社區道路環境的常見危險。 交安 D-I-2 認識常見的交通標誌、標線與號誌。	1. 危險感知能力 2. 步行與運具使用行人 3. 交通知能與科技運用		
教材來源	交通安全教育指引手冊			
學習資源	電腦 投影設備			
進度(週次)	學習活動 教學流程		時間	評量方式
	*課前準備 1. 教師預先拍攝數張學校周圍上放學情況、導護老師與義工值勤時的照片。 2. 請學童利用平時上下學時間觀察路上及校門口的交通情況。			

進度(週次)	學習活動 教學流程	時間	評量方式
	＊課前準備 老師事先規劃角色扮演活動的情況。 一、引起動機 1. 認識自己上放學的情況 教師詢問小朋友：你們上、放學時，是由家長接送至校門口？還是自行從家中走路上、放學呢？ 2. 遵守校門口導護老師及義工的指揮 教師詢問小朋友：進入以及離開校園時，有沒有注意到學校四周有哪些人在保護我們的安全呢？ 二、主要活動 (一)實際演練上放學的情形 利用教室桌椅模擬路口，配合角色扮演的方 式，讓學童分別扮演導護志工，並演練上放學 的情況。 三、歸納統整 1. 討論演練心得 全班共同討論剛才角色扮演的的心得，並再一次 複習交通規則及安全注意事項。 2. 安全走路，平安上放學 教師說明，馬路如虎口，讓學童了解安全平安 上放學的重要性，因此要遵守交通規則及聽從 導護老師及義工的指揮。 3. 完成學習單。	5 分 20 分 15 分	●專心聆聽 ●清楚表達意 見與想法 ●認真扮演角 色與參與活動 ●專心聆聽 ●清楚表達意 見與想法 ●完成學習單

彰化縣縣立寶山國民小學 113 學年度 第二學期 米食尋寶 校訂課程計畫

課程名稱	認識米朋友(上)－台灣節慶米食		實施年級	一年級
彈性學習課程類別	☒ 統整性主題/專題/議題探究 ☐ 社團活動與技藝課程 ☐ 其他類課程		總節數	6 節
設計依據 (核心素養)				
領綱核心素養			總綱核心素養	
生活-E-A3 藉由各種媒介，探索人、事、物的特性與關係，同時學習各種探究人、事、物的方法、理解道理，並能進行創作、分享及實踐。 健體-E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性			A3 規劃執行與創新應變 C3 多元文化與國際理解	
課程目標	認識台灣不同節慶吃的米食			
跨領域	學習重點			
領域	學習表現		學習內容	
生活領域	1-I-1 探索並分享對自己及相關人、事、物的感受與想法。 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。 4-I-1 利用各種生活的媒介與素材進行表現與創作，喚起豐富的想像力。		B-I-2 社會環境之美的體認。 C-I-3 探究生活事物的方法與技能。 D-I-3 聆聽與回應的表現。 D-I-4 共同工作並相互協助。 F-I-3 時間分配及做事程序的規畫練習。	
健體領域	1a- I -1 認識基本的健康常識。 2c- I -2 表現認真參與的學習態度。		Ea- I -1 生活中常見的食物與珍惜食物。	
融入議題	學習主題	實質內涵		
閱讀素養議題	閱讀繪本認識節慶米食	閱-E1-認識一般生活情境中需要使用的，以及學習學科基礎知識所應具備的字詞彙。		
教材來源	影片：冬至為什麼要吃湯圓? 影片：湯圓製作 影片：不是方的，不是圓的 影片：粽子的種類 書籍：米食料理 72 變、鬥年獸、阿英的冬至、端午節划龍舟翻翻書			
學習資源	觸控電視、電腦、小白板、自編 PPT			

第一節		
教學活動內容及實施方式	時間	備註/評量方式
【準備活動】 播放聖誕節與萬聖節相關圖片。 從孩子生活中，對於聖誕節與萬聖節接觸較多的節慶引導說出常見活動及飲食。 1. 討論： A. 圖片裡面，你發現到什麼？ B. 從這些節慶，你會做什麼事情？ C. 你又吃到那些美食？  	5	書籍：米食料理 72 變 (小康軒出版)
【發展活動】 一、美食尋找趣 1. 繪本介紹 - 「米食料理 72 變」。(10 分)	10	
二、這些美食和我們生活那些節慶有關嗎？ 1. 聊書與說書——「米食料理 72 變」。(15 分) ★引導學生發現繪本中的美食，如稻米、蘿蔔糕、年糕、粽子、壽司、河粉及米粉……等。 2. 討論： A. 故事裡面，你發現到什麼？ (展示繪本出現的食物圖卡) B. 請問這些食物都和那些節慶相關呢？ (展示節慶卡，請學生配對出正確的食物與節慶) C. 這些食物都是由什麼食物做出來的？ (米食-白米、糯米)	15	
【綜合活動】 1. 老師總結：想想繪本提到的美食之外你還想到那些美食是用米做成的呢？ 2. 學習單 - 節慶美食。	10	完成學習單

第二節		
教學活動內容及實施方式	時間	備註/評量方式
【準備活動】 複習繪本「米食料理 72 變」出現的新年美食。 【發展活動】 一、新年來了 1. 聊書與說書－「鬥年獸」。(10 分) 討論： 1. 新年會做的事情。 2. 新年會吃的食物。 二、我會說好話 1. 展示新年吉祥話。 2. 請學生從食物的特點與吉祥話做配對。 【綜合活動】 1. 老師總結 2. 學習單	5 15 15 5	SHOW 出圖片 請學生試著看圖回答 口頭評量 書籍：鬥年獸 (格林文化出版) 完成學習單

第三、四節(冬至)		
教學活動內容及實施方式	時間	備註/評量方式
【準備活動】 展示湯圓。 1. 展示詢問學生在什麼時候會看到湯圓。 【發展活動】 一、冬至由來 1. 播放影片-冬至為什麼要吃湯圓? https://www.youtube.com/watch?v=ZbDlsIwatkQ 二、 1. 聊書與說書—「阿英的冬至」。	5 5 25	書籍：阿英的冬至 (小文房出版)



2. 討論： A：故事內容中，你發現阿英家在做什麼事情？ B：你發現故事內容中，湯圓是用什麼食物製作而成呢？ C：故事內容裡面說到，一塊透明，好黏好黏的東西是什麼呢？ D：為什麼製作湯圓要這麼多人一起？ E：如果是你會和大家一起製作湯圓嗎？ 3. 播放影片-介紹湯圓製作 https://www.youtube.com/watch?v=6gwpXtzlso0 二、湯圓、元宵傻傻分不清 播放影片 1. 討論： A. 請問你觀察到這兩種食物有什麼不同呢？ 【綜合活動】 1. 快快樂樂搓湯圓	10 40	口頭評量 實作評量
--	---------------------	-------------------------

第五、六節(划呀!划呀!過端午)		
教學活動內容及實施方式	時間	備註/評量方式
【準備活動】 準備粽葉，請學生做外型觀察、味道及使用的地方。 【發展活動】 一、播放影片： https://www.youtube.com/watch?v=YQVNApoZeuU 1. 討論： A：故事裡面，不是方的，不是圓的，指的是甚麼東西呢？ B：綠色長長的葉子是什麼？包在裡面的食物又是什麼呢？ C：你吃過的粽子裡面都會有哪些食材？ D：在什麼節慶會吃到粽子？ 二、粽子大不同 1. 播放影片－粽子的種類 https://www.youtube.com/watch?v=aS4oGuEZrpA 2. 展示圖片 ◆客家粽	3 15 10	影音書籍：不是方的，不是圓的



◆原住民粽



討論：

1. 粽子的外型及裡面的食材。

三、聊書與說書－「端午節划龍舟翻翻書」



1. 討論：

A：屈原發生什麼事情呢？

B：屈原投入哪一個江？

C：大家為什麼要丟飯糰到江裡呢？

D：故事裡面的飯糰，現在稱作什麼呢？

E：屈原投江百姓不希望屈原身體被於、蝦吃了，投入飯糰在江中，如果是你會怎麼做呢？

2. 討論端午節風俗習慣。

【綜合活動】

1. 製作香包

12

書籍：端午節划
龍舟翻翻書
(人類文化出版)

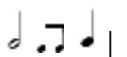
40

實作評量

米食尋寶課程地圖

年級	主題 / 課程名稱	校訂 特色 課程	跨 領 域	總 節 數	彈性— 國際教育 米食尋寶 節數
一	認識米朋友(上)—台灣節慶米食	家鄉 尋寶	生活(2) 健體(2)	10	6
二	認識米朋友(上)—不同國家與族群的米食文化	族群 尋寶	生活(2) 健體(2)	10	6
三	新「食棄」時代(上)—食全食美	資源 尋寶	自然(4)綜合(4) 彈性資訊(6)	20	6
四	新「食棄」時代(下)—剩食攻略	食物 尋寶	自然(2)社會(2) 綜合(4) 彈性資訊(6)	20	6
五	糧食危機與轉「基」(上)—戰爭與氣候	科學 尋寶	自然(2)社會(2) 綜合(4) 彈性資訊(6)	20	6
六	糧食危機與轉「基」(下)—基因工程與基因改良	科技 尋寶	自然(2)社會(2) 彈性資訊(5) 彈性閱讀(5)	20	6

彰化縣寶山國民小學 113 學年度第一學期課程進度表(21 節)

週次	教學進度	準備材料工具
1	1.準備週	
2	1.鼓棒的持拿法 2.打點.打擊練習	鼓棒、太鼓
3	1..長短音+動作感覺 2 節奏	鼓棒、太鼓
4	1 肢體律動:上下練習 2 .蹲弓步	鼓棒、太鼓
5	1.口白節奏 2 變化 	鼓棒、太鼓
6	1.節奏分部練習 2.變化動作練習	鼓棒、太鼓
7	1.重拍的體驗 2.打點.打擊練習	鼓棒、太鼓
8	1.長短音+動作感覺 2..蹲弓步	鼓棒、太鼓
9	1.節奏  2. 配奏練習	鼓棒、太鼓
10	1.節奏練習 2.口白練習+節奏	鼓棒、太鼓
11	1..鼓聲律動 2.節奏(切分音訓練)	鼓棒、太鼓
12	1.肢體動作 2.節奏練習	鼓棒、太鼓
13	1.口白練習+節奏 2.肢體動作	鼓棒、太鼓
14	1 定拍練習 2. 重音練習	鼓棒、太鼓
15	1..基本動作 2.長音、短音節奏運用	鼓棒、太鼓
16	1. 甩鼓棒 2.二部練習.走位	鼓棒、太鼓
17	1. 節奏  2. 配奏練習	鼓棒、太鼓
18	1.鼓聲律動 2.節奏(切分音訓練)	鼓棒、太鼓
19	1 表演曲目 2. 打點.打擊練習	鼓棒、太鼓
20	1. 長音、短音節奏運用 2. 重音練習	鼓棒、太鼓
21	1. 定拍練習 2. 配奏練習	鼓棒、太鼓
22	1. 複習週	鼓棒、太鼓

彰化縣寶山國民小學 113 學年度第二學期課程進度表

週次	教學進度	準備材料工具
1	1..暖身運動 2.肢體動作	鼓棒、太鼓
2	1..鼓棒的持拿法 2.打點.打擊練習	鼓棒、太鼓
3	1.節奏  2..蹲弓步	鼓棒、太鼓
4	1.暖身 2.肢體律動:上下練習	鼓棒、太鼓
5	1. 左右律動 2. 輪奏概念練習	鼓棒、太鼓
6	1. 基本拍 2. 鼓邊敲擊練習	鼓棒、太鼓
7	1. 曲目介紹 2. 鼓面練習打點	鼓棒、太鼓
8	1. 暖身 2. 強弱拍擊鼓練習	鼓棒、太鼓
9	1 弓箭步練習 2. 手臂伸展擊鼓	鼓棒、太鼓
10	1. 隊形變化 2. 速度變化練習	鼓棒、太鼓
11	1. 音樂組合 2. 節奏混搭練習	鼓棒、太鼓
12	1. 肢體動作 2. 打點. 打擊練習	鼓棒、太鼓
13	1. 口白節奏 2. 定拍練習	鼓棒、太鼓
14	1. 變化動作練習 2. 節奏混搭練習	鼓棒、太鼓
15	1 音樂曲目節奏拍唸. 2. 動作修飾訓練	鼓棒、太鼓
16	1. 肢體律動:上下練習 2. 強弱拍擊鼓練習	鼓棒、太鼓
17	1. 輪奏概念 2 分組練習	鼓棒、太鼓
18	1. 八拍與四拍手部動作.	鼓棒、太鼓
19	1. 鼓棒角度訓練 2. 配奏練習	鼓棒、太鼓
20	1. 成果發表	鼓棒、太鼓
21	1. 複習週	鼓棒、太鼓

彰化縣寶山國民小學 113 學年度上學期課程進度表

週次	教學進度	準備材料工具
1	基本動作練習	包心線、培軸鈴
2	起鈴、加鈴速、調鈴	包心線、培軸鈴
3	金蟬脫殼	包心線、培軸鈴
4	蜘蛛結網	包心線、培軸鈴
5	鳳凰離手	包心線、培軸鈴
6	背書包	包心線、培軸鈴
7	拋鈴	包心線、培軸鈴
8	左右甩鈴	包心線、培軸鈴
9	左右望月	包心線、培軸鈴
10	期中評量(請進行招式組合表演)	包心線、培軸鈴
11	仰觀星斗	包心線、培軸鈴
12	金雞上架	包心線、培軸鈴
13	交叉拋鈴	包心線、培軸鈴
14	背書包 2	包心線、培軸鈴
15	鑽石結網	包心線、培軸鈴
16	八仙過海	包心線、培軸鈴
17	拋鈴轉身	包心線、培軸鈴
18	拋鈴跳繩	包心線、培軸鈴
19	互拋	包心線、培軸鈴
20	繞腳 30 下	包心線、培軸鈴
21	繞腳轉身	包心線、培軸鈴
22	成果發表會	包心線、培軸鈴

彰化縣寶山國民小學 113 學年度下學期扯鈴社團課程進度表

週次	教學進度	準備材料工具
1	上學期復習與回顧	包心線、培軸鈴
2	平沙落雁	包心線、培軸鈴
3	大鵬展翅	包心線、培軸鈴
4	噴射蜻蜓	包心線、培軸鈴
5	單手繞腳	包心線、培軸鈴
6	繞腳拋鈴轉身	包心線、培軸鈴
7	繞腳互拋	包心線、培軸鈴
8	繞手 20 下	包心線、培軸鈴
9	繞手 50 下	包心線、培軸鈴
10	期中評量(抽考 5 個招式)	包心線、培軸鈴
11	繞腳背後收鈴	包心線、培軸鈴
12	繞腳拋鈴收鈴	包心線、培軸鈴
13	繞腳甩鈴	包心線、培軸鈴
14	繞腳內迴旋	包心線、培軸鈴
15	繞腳上下運鈴	包心線、培軸鈴
16	拋雙棍	包心線、培軸鈴
17	單人起雙鈴(一)	包心線、培軸鈴
18	單人起雙鈴(二)	包心線、培軸鈴
19	單人起雙鈴(三)	包心線、培軸鈴
20	期末評量(繞腿系列表演)	包心線、培軸鈴
21	期末評量(繞腿系列表演)	包心線、培軸鈴

彰化縣寶山國民小學 113 學年度第一學期課程進度表(42 節)

週次	教學進度	準備材料工具
1	1.準備週	
2	1.暖身延展 2.把桿小品：踢腿、腰部練習 3.流動：側翻	把桿、軟墊
3	1.暖身延展 2.把桿小品：踢腿、腰部練習 3.流動：側翻	把桿、軟墊
4	1.暖身延展 2.動作複習 3.流動：單手側翻 4.站姿小品	把桿、軟墊
5	1.暖身延展 2.動作複習 3.流動：單手側翻 4.站姿小品	把桿、軟墊
6	1.暖身延展 2.動作複習 3.流動：單手側翻 4.站姿小品	把桿、軟墊
7	1.暖身延展 2.舞碼練習 3.手絹基本動作	把桿、軟墊、手絹
8	1.暖身延展 2.舞碼練習 3.手絹基本動作	把桿、軟墊、手絹
9	1.暖身延展 2.舞碼練習 3.手絹基本動作	把桿、軟墊、手絹
10	1.暖身延展 2.舞碼練習 3.手絹基本動作	把桿、軟墊、手絹
11	1.暖身延展 2.舞碼練習 3.手絹基本動作	把桿、軟墊、手絹
12	1.暖身延展 2.舞碼練習 3.手絹基本動作 4.彈跳組合-旁飛燕	把桿、軟墊、手絹
13	1.暖身延展 2.舞碼練習 3.手絹基本動作 4.動作複習 5.手姿小品	把桿、軟墊、手絹
14	1.暖身延展 2.舞碼練習 3.手絹基本動作 4.動作複習 5.手姿小品	把桿、軟墊、手絹
15	1.暖身延展 2.舞碼練習 3.手絹基本動作 4.動作複習 5.手姿小品	把桿、軟墊、手絹
16	1.暖身延展 2.舞碼練習	把桿、軟墊、手絹
17	1.暖身延展 2.舞碼練習	把桿、軟墊、手絹
18	1.暖身延展 2.舞碼練習	把桿、軟墊、手絹
19	1.暖身延展 2.舞碼練習	把桿、軟墊、手絹
20	1.暖身延展 2.舞碼練習	把桿、軟墊、手絹
21	1. 成果發表	把桿、軟墊、手絹
22	1. 複習週	

彰化縣寶山國民小學 113 學年度第二學期課程進度表(40 節)

週次	教學進度	準備材料工具
1	1..暖身運動 2.複習動作	把桿、軟墊
2	1.暖身延展 2 腰部技巧：站姿下腰 3.小跳組合 4.踢腿組合	把桿、軟墊
3	1.暖身延展 2 腰部技巧：站姿下腰 3.小跳組合 4.踢腿組合	把桿、軟墊
4	1.暖身延展 2 腰部技巧：站姿下腰 3.小跳組合 4.踢腿組合	把桿、軟墊
5	1.暖身延展 2 腰部技巧：站姿下腰 3.技巧練習：倒立 4.後滾翻、測滾翻	把桿、軟墊
6	1.暖身延展 2 腰部技巧：站姿下腰 3.技巧練習：倒立 4.後滾翻、測滾翻	把桿、軟墊
7	1.暖身延展 2 腰部技巧：站姿下腰 3.技巧練習：倒立 4.後滾翻、測滾翻	把桿、軟墊
8	1.暖身延展 2 技巧組合練習 3.舞碼練習	把桿、軟墊、米篩
9	1.暖身延展 2 技巧組合練習 3.舞碼練習	把桿、軟墊、米篩
10	1.暖身延展 2 技巧組合練習 3.舞碼練習	把桿、軟墊、米篩
11	1.暖身延展 2 技巧組合練習 3.舞碼練習	把桿、軟墊、米篩
12	1.暖身延展 2 技巧組合練習 3.舞碼練習	把桿、軟墊、米篩
13	1.暖身延展 2 地板技巧：趴姿後拔腿 3.舞碼練習	把桿、軟墊、米篩
14	1.暖身延展 2 地板技巧：趴姿後拔腿 3.舞碼練習	把桿、軟墊、米篩
15	1.暖身延展 2 技巧組合練習 3.舞碼練習	把桿、軟墊、米篩
16	1.暖身延展 2 技巧組合練習 3.舞碼練習	把桿、軟墊、米篩
17	1.暖身延展 2 技巧組合練習 3.舞碼練習	把桿、軟墊、米篩
18	1.成果練習	把桿、軟墊、米篩
19	1.舞蹈介紹：太陽劇團	影片
20	1.舞蹈介紹：太陽劇團	影片
21	1. 複習週	

彰化縣寶山國民小學 113 學年度上學期籃球社團課程進度表

週次	教學進度	準備材料工具
1	單手運球基本動作	籃球、角錐
2	交叉運球	籃球、角錐
3	跨下運球	籃球、角錐
4	背後運球	籃球、角錐
5	傳球基本動作	籃球、角錐
6	地板傳球	籃球、角錐
7	上手傳球	籃球、角錐
8	移動傳球	籃球、角錐
9	上籃腳步練習(右)	籃球、角錐
10	上籃手部動作練習(右)	籃球、角錐
11	運球上籃	籃球、角錐
12	傳球上籃	籃球、角錐
13	上籃腳步練習(左)	籃球、角錐
14	上籃手部動作練習(左)	籃球、角錐
15	運球上籃	籃球、角錐
16	傳球上籃	籃球、角錐
17	雙線快攻	籃球、角錐
18	投籃練習	籃球、角錐
19	接球投籃	籃球、角錐
20	期末綜合練習	籃球、角錐
21	期末綜合練習	籃球、角錐
22	期末測驗	籃球、角錐

彰化縣寶山國民小學 113 學年度下學期籃球社團課程進度表

週次	教學進度	準備材料工具
1	上學期復習與回顧	籃球、角錐
2	罰球線投籃	籃球、角錐
3	急停投籃	籃球、角錐
4	運球轉身	籃球、角錐
5	試探步突破練習	籃球、角錐
6	擋拆練習(一)	籃球、角錐
7	擋拆練習(二)	籃球、角錐
8	籃下卡位練習	籃球、角錐
9	防守腳步訓練	籃球、角錐
10	二打一模擬快攻	籃球、角錐
11	三打二模擬快攻	籃球、角錐
12	三對三對戰練習	籃球、角錐
13	區域防守觀念	籃球、角錐
14	五對五區域防守練習	籃球、角錐
15	五對五區域防守練習	籃球、角錐
16	進攻發邊線球戰術練習	籃球、角錐
17	全場盯人戰術練習	籃球、角錐
18	分組比賽	籃球、角錐
19	期末綜合練習	籃球、角錐
20	期末綜合練習	籃球、角錐
21	期末測驗	籃球、角錐