

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 二年級 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	Daily conversation	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. How are you? 2. I'm fine. Thank you. And you? 3. Thanks	兩人相互對話	
4-7	Find the eight hidden pictures	4	1. 認識單字及遊戲	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. Cat, Dog, Spider, Ant, Car, Bus, School, Teacher, You	能認識圖卡上的單字	
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	Board Games	4	1. 分組競賽	英-E-C2 積極參與課內英語文小組學習活動，培養團隊合作精神。	1. Please walk 3 steps. 2. I win.	完成競賽任務	
16-19	Writing: My Dad's Photo	4	1. 繪圖及句型	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. Greeting words	完成繪圖	
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 二年級 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	What's in my pencil box?	4	1. 文具用品	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 in your pencil box? 2. Pencil, Eraser, Pen	認識文具單字	
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	Story book/ Reading/Where the Wild Things Are	2	1. 故事書導讀	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 in our story? 2. How many people in the story?	回答故事的主要情節	
11-14	My school life (writing)	4	1. 學校生活用語	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. Who is in the teacher's office? 2. Teacher, Manager, Pricipal	使用學校生活用語	
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	交通標誌我最行		實施年級	二 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	
生活-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。			B2 科技資訊與媒體素養	
課程目標	1. 認識住家及學校周邊交通環境。 2. 認識交通標誌的意義，進而遵守交通標誌的規定。 3. 遵守交通標誌，以減低交通事故的發生。			
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 Ca-1-1 知道使用行人設施安全通行。 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 教師事先準備附件的交通標誌圖片及相對應意義的字條，並事先拍下學校門口的交通標誌。			●能專心欣賞

	一、引起動機 上網點閱 http://www.wang5218.com/3-2-006-1-video/LL01-video.htm，認識交通標誌及其意義。 二、主要活動 1. 認識常見的交通標誌 教師展示常見的交通標誌圖片，請學童討論這些標誌的意義。教師接著說明，各標誌代表的意義，並引導學童認識校園周遭或行人穿越道旁所出現之交通標誌，培養學童上下學途中注意交通標誌的習慣。 2. 我會注意交通標誌 教師詢問學生，平常上放學時，從家裡到學校，你看過哪些交通標誌？在哪裡看到這些交通標誌？學校門口附近有哪些交通標誌？ 3. 交通標誌對對碰 教師將標誌圖案與寫出其意義的字條分別張貼於黑板兩邊，教師將學童分組並上臺進行配對的遊戲，學童將正確配對的標誌與字條黏貼於黑板中間。 三、歸納統整 1. 教師總結交通標誌的重要性，並說明用路人應確實遵守交通標誌，確保交通安全，以降低交通事故的發生。 2. 完成交通標誌對對碰的學習單。	10 分 15 分 15 分 15 分 10	影片並簡單說出影片重點 ●專心聆聽 ●清楚表達意見與想法 ●認真參與活動 ●專心聆聽 ●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)－不同國家與族群的米食文化		實施年級	二年級
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。 生活-E-C3 欣賞周遭不同族群與文化內涵的異同，體驗與覺察生活中全球關連的現象。 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	認識不同國家和族群的米食及文化			
跨領域	學習重點			
領域	學習表現		學習內容	
生活領域	2- I -1 以感官和知覺探索生活中的人、事、物，覺察事物及環境的特性。 3- I -1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。 7-I-1 以對方能理解的語彙或方式，表達對人、事、物的觀察與意見。		A-I-2 事物變化現象的觀察。 C-I-5 知識與方法的運用、組合與創新。 D-I-3 聆聽與回應的表現。 Bb-II-3 團體活動的參與態度。	
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。 Ea- I -2 基本的飲食習慣。	
融入議題	學習主題		實質內涵	
國際教育與多元文化議題	比較不同國家與族群的米食和文化		國 E1 了解我國與世界其他國家的文化特質。 多 E6 了解各文化間的多樣性與差異性。	
教材來源	自編教材 PPT「比較不同國家的環境及米食料理」 資料來源：康軒生活 2 上-第六單元 影片：米台目的故事、認識台灣、米食當家 書籍：米食樂 (格林文化)			
學習資源	米食、海苔、毛筆捲 自製 PPT 及學習單 電腦、小白板			

第一節 米食文化大不同					
教學活動內容及實施方式	時間	備註/評量方式			
【準備活動】 播放影片—台北捷運廣播。 小朋友，你知道在我們生活的台灣，最常見的族群有哪些嗎？請聽完影片中的廣播後回答。 *轉接語：透過廣播的四種語言，讓我們知道最常見的族群有：國語- 客語- 閩南語- 英語- 。 【發展活動】 ● 講英語的外國人吃漢堡，那講國語、客語、閩南語的台灣人吃什麼呢？(米飯) ● 他們所吃的米，有什麼不同，可以做出哪些不同的料理呢？ ● 除了講國語、客語、閩南語的人，在學校裡，你還有遇過同學的家裡是其他族群的人嗎？ 一、族群與米食介紹 1. 以族群圖卡介紹 3 個族群。(1 分) 2. 以 PPT 介紹不同族群的米食 (4 分) <table><tr><td>閩南 - 米苔目、發糕、紅龜粿</td></tr><tr><td>客家 - 粄條、米篩目、艾粄、粢粬、草仔粿</td></tr><tr><td>原住民 - 麻糬、竹筒飯、小米酒</td></tr></table> 3. 將學生分組，以圖卡進行族群與米食料理配對(8 分) 4. 公布答案並檢核各組結果。(2 分)。 二、米食文化介紹 1. 影片欣賞-米苔目(老鼠粄)的故事。 https://www.youtube.com/watch?v=nk3JT1Agm04&t=7s&ab_channel=%E6%AD%90%E6%BE%8E%E5%AE%A2%E5%AE%B6 (影片來源：客家米食-米篩目/歐澎客家) 2. 引導出米食和人們生活作息的關聯。 想一想，人們吃的食物和他們所屬的族群有什麼關聯？ 美國人吃漢堡，客家人吃粄和粢粬，原住民吃小米麻糬和小米酒，是因為人們是從生活環境中最容易取得的食材，來料理成為每天常吃的食物。 請問小朋友們，我們學校附近可以看到最多的農作物是什麼呢?(稻米)	閩南 - 米苔目、發糕、紅龜粿	客家 - 粄條、米篩目、艾粄、粢粬、草仔粿	原住民 - 麻糬、竹筒飯、小米酒	5 15 10 8	學生能回答問題 小組討論配對實作評量
閩南 - 米苔目、發糕、紅龜粿					
客家 - 粄條、米篩目、艾粄、粢粬、草仔粿					
原住民 - 麻糬、竹筒飯、小米酒					

老師總結：台灣人最常吃的主食是米飯，是因為我們住的環境，種植最多，最容易取得的是稻米，而台灣也住著不同的族群，因著他們文化和生活習慣的不同，而所吃的米食或米食料理會有不同，或類似之處，下一堂課我們要更多地來認識這些不同族群的米食料理有哪些，又是如何從米做出來的。 【綜合活動】 請學生回家詢問家長自己是屬於哪一族群，並訪問祖父母、或長輩曾經歷過的節慶及相對應的米食食物及代表意義，完成學習單。 影片欣賞：https://www.youtube.com/watch?v=bwljh-G15FE&ab_channel=%E5%BD%B1%E5%8B%95%E5%8F%B0%E7%81%A3 客家傳統米食DIY—客家米食文化 繪本-米食樂 https://www.youtube.com/watch?v=y8ZNlxnoLXw&ab_channel=LinYen-Chih	2 完成學習單
--	-----------------------

第二節 族群米食大解密		
教學活動內容及實施方式	時間	備註/評量方式
(一)、準備活動 1.學生課前準備：教師介紹圖書館適合低年級閱讀有關新住民傳統節慶 米食繪本或提供相關文章供學生事前閱讀。(繪本:米食樂) 2.教師課前準備：製作相關教學 ppt 及新住民文化祭慶典對應食物的圖片。 (二)、教學活動 引起動機 1.老師介紹客家人常見的米食料理~艾粿、米苔目的圖片(PPT)，引發學生去認識不同族群米食料理的興趣。 2.教師針對繪本或文章內容進行提問並說明臺灣因地緣、歷史關係具有多元族群及多元的文化，本次課程目標為認識這些新住民的傳統米食 文化。		
【發展活動】 活動一 1.影片觀賞，觀看「認識台灣」。 https://www.youtube.com/watch?v=tcQTZ8Yz7iY&ab_channel=TaiwanBar 2.教師提問:臺灣的居民大部分來自哪些地方？學生回答地區名稱時，教師可揭示相對應的位置及族群代表服裝給學生認識。	2 15	秀出圖片 請學生試著看圖回答 口頭評量

3. 教師說明遷徙到臺灣大部分的住民來自大陸沿海一帶，屬於漢族，是吃米飯的民族，所以各族群在米食料理上會有相同與不同之處。 4. 教師用 PPT 複習介紹各族群的特色米食。 5. 教師詢問是否吃過上述食物，現在在街上很容易就買得到各族群的米食料理，甚至其他國家的米食料理，臺灣對各族及外國文化接受度高，正如在學校我們也學習各族群不同的語言，台灣，就像一個小地球村，有各種不同的族群住在這裡，大家應互相包容、尊重但也要保護原有的特色文化。 活動二 繪本欣賞~各種不同的米食料理是如何做出來的，你喜歡哪一種？ 老師總結：不同的族群有不同的米食料理，每一種都有特色，還有它代表的生活記憶，下一堂課，讓我們來實際做做看，品嚐一下喔！ ~~~第二節課結束~~~	15	
--	----	--

第三、四節(執行活動)		
教學活動內容及實施方式	時間	備註/評量方式
第三節手做麻糬體驗-米類大不同 【準備活動】 1. 教師準備材料如下 糯米麻糬： 糯米(事先煮成糯米飯) 250g 糖粉 150g 花生粉 75g 芝麻粉 75g 油 適量 小米麻糬：小米(事先煮成小米飯) 250g 糖粉 150g 花生粉 75g 芝麻粉 75g 油 適量 2. 學生事前備好個人餐具。 【發展活動】 ◆引起動機 1. 詢問學生，有沒有吃過麻糬?請學生分享吃麻糬的經驗。 2. 請學生猜猜麻糬的原料是什麼呢?麻糬是怎麼做出來的? ◆活動一 1. 教師展示客家麻糬與原住民小米麻糬圖片詢問學生客家麻糬跟原住民小米麻糬有何不同?(顏色、大小、族群..等) 2. 食材介紹:教師介紹今天要做的是麻糬，並說明各項食材。 3. 料理器具介紹:教師指導學生木杵和白是如何拿來做麻糬的? 4. 教師說明製作麻糬的流程。 5. 將材料發下至各組，請學生洗手。 ~~~第三節課結束~~~	5 30	實作評量

◆活動二 1. 教師請學生先將食用油薄薄的塗一層在白和杵上，避免後續製作麻糬時米飯沾黏。 2. 將學生分為四組，兩組製作糯米麻糬，兩組製作小米麻糬。 3. 將糯米飯(小米飯)分成四等份發給各組，請學生放在搗臼裡，並且示範如何搗米。再讓學生開始進行搗米，要搗好至看不見米粒為止。 4. 搗米的同時，請學生也將糖分別和花生粉及芝麻粉混合均勻成花生糖粉和芝麻糖粉兩盤。	8	
◆活動三 1. 請學生戴上衛生手套，將搗好至看不見米粒的麻糬取出，分成兩份，放置在已放入花生糖粉和芝糖麻粉的盤中。 2. 教師示範如何用筷子將麻糬分成小顆，也可讓學生帶手套將麻糬分成小顆。 3. 完成之後，即可沾粉食用。 4. 請學生分享糯米麻糬和小米麻糬口感上的不同及喜好感想。 5. 各組合作整理環境，協助老師收拾各樣用具，讓學生了解製作料理後，要收拾乾淨，養成好習慣，並引導學生在家裡也可以協助家人。	30	
【綜合活動】 帶孩子一起念唱台語歌謠「麻糬」 麻糬食丘芳閣甜，鼻著嘴瀾畚畚滴， 咬一嘴，哎唷粘黏黏，夾佇嘴齒剝秧離。 ~~~第四節課結束~~~	2	

第五、六節 不同國家的米食與文化

教學活動內容及實施方式

時間

備註/評量方式

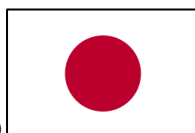
【引起動機】



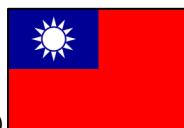
越南(Vietnam)



日本(Japan)



台灣(Taiwan)



5

請學生猜猜看這三個圖片各是哪個國家的美食呢？
當講出答案時，一起帶出這些國家的中英文

【發展活動】

一、介紹各個國家環境

(一)越南

1 環境(Position)



氣候：越南北部屬亞熱帶氣候，從十一月到四月是寒冷和乾燥，炎熱，雨季從五月到十月。(使用 google map)

15

2. 食物

主食:飯(rice)、麵(noodles)



越南河粉(Vietnamese noodles)



烤肉飯(Roast Meat Rice)

(二)台灣

1 區域位置+氣候



氣候: 臺灣氣候特徵概述 臺灣位於亞熱帶地區，一年四季溫度適宜，其中最冷的月份是一月與二月份。(使用 google map)

2. 食物

主食:飯(rice)、麵(noodles)



台式炒米粉

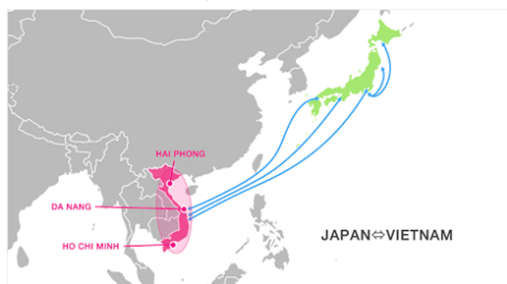
炒米粉(Taiwanese Stir-Fried Rice Noodle)



滷肉飯(Braised pork on rice)

(三)日本

1. 區域位置+氣候



氣候：屬溫帶季風氣候，因四面環海，又有黑潮流經，比同緯度暖溼；跨南北緯度多，氣候差異大，(使用 google map)

2. 食物

主食:飯(rice)、麵(noodles)



壽司(sushi)

拉麵(米麵條 Ramen)

請每位學生發表自己曾經吃過或想吃的食物

老師: which food do you want to eat?

學生: I like_____.

製作學習單:

讓學生進行食物與國家連連看是否真正了解

複習各國區域位置與食物與英語對話。成功者進行加分。

實作訓練:製作壽司

明確列出製作壽司的步驟並教導英文

Step 1: take out the dried seaweed.

Step 2: put on the desk

Step 3: take some rice on the dried seaweed

Step 4: roll the dried seaweed slowly

延伸活動:請學生跟著老師步驟製作壽司

最後請同學幫忙拿 IPAD 幫你跟壽司拍照並自己把相片傳給老師進行資料統整，最後老師把各同學資料統整成相簿分享给大家。

10

完成學習單

10

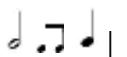
30

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