

桃園市北勢國小 113 學年期(第二學期)課外社團課程一覽表

編號 1132-01 武術社 授課教師姓名 彭偉群 手機 0986187192

編號 1132-02 太極社 授課教師姓名 曾崇盛 手機 0958963738

上課一覽表

113 學年下學期武術、太極社上課一覽表

114 年 2 月

日	一	二	三	四	五	六	備 註
						1	
2	3	4	5	6	7	8	武術 24 日開始上課
9	10	11	12	13	14	15	太極 25 日開始上課
16	17	18	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28		

3 月

日	一	二	三	四	五	六	備 註
						1	
2	3	4	5	6	7	8	3/17. 3/16 課程調整 停課
9	10	11	12	13	14	15	2/28-3/1 日 和平紀念日 停課
16	17	18	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28	29	
30	31						3/15 青年盃太極拳錦標賽

4 月

日	一	二	三	四	五	六	備 註
		1	2	3	4	5	4/2 防災演練 停課
6	7	8	9	10	11	12	4/3-4/6 國定假日 停課
13	14	15	16	17	18	19	4/10-4/16 日考前停課
20	21	22	23	24	25	26	4/15. 16 日 期中考停課
27	28	29	30				4/17-20 武術聯賽

5 月

日	一	二	三	四	五	六	備 註
				1	2	3	5/5. 5/12 課程調整 停課
4	5	6	7	8	9	10	5/22 太極課程結束
11	12	13	14	15	16	17	5/24 武術課程結束
18	19	20	21	22	23	24	
25	26	27	28	29	30	31	

備註：1. 2/24-5/24 每週一、三、五 早上 7:30-8:30 (共 56 小時)
每週六早上 09:00- 12:00

太極社 每週二、四 早上 7:30-8:30 (共 20 小時)

2. 上課地點：活動中心二樓/三樓-武術學堂 (彭總教練 0986187192 / 曾教練 0958963738)

3. 上課時，請穿著武術隊服或運動服，及武術鞋(若無武術鞋，可請教練登記訂購)。

4. 請準時上課，勿遲到。有事者，請先請假。

編號 1132-03 體操翻滾社 授課教師姓名 陳世倬 手機 0932104930

課程序	日期	活動內容
一	2/25, 2/27	基本柔軟度；基本肌耐力；身體協調性；體耐力練習
二	3/4, 3/6	基本柔軟度；基本肌耐力；身體協調性；體耐力練習
三	3/11, 3/13	基本柔軟度；基本肌耐力；身體協調性；體耐力練習
四	3/18, 3/20	基本柔軟度；基本肌耐力；身體協調性；體耐力練習
五	3/25, 3/27	基本柔軟度；基本肌耐力；身體協調性；體耐力練習
六	4/1	基本柔軟度；基本肌耐力；身體協調性；體耐力練習
七	4/8.	基本功練習；初級翻滾（倒立，前滾，後滾，依程度差異教學）
八	期中考試	調整停課
九	4/22, 4/24	基本功練習；初級翻滾（倒立，前滾，後滾，依程度差異教學）
十	4/29, 5/1	基本功練習；初級翻滾（倒立，前滾，後滾，依程度差異教學）
十一	5/6, 5/8	基本功練習；初級翻滾（倒立，前滾，後滾，依程度差異教學）
十二	5/13, 5/15	基本功練習；初級翻滾（倒立，前滾，後滾，依程度差異教學）

編號 1132-04~06 羽球社 A、B1、B2 三班 授課教師姓名 戴肇宏 手機 0932-082-345

A 班~

課程序	活動內容	
一	2/25	握拍. 拍打。
二	2/27	握拍. 拍打。
三	3/4	握拍. 拍打。
四	3/6	揮拍練習. 基本腳步。
五	3/11	揮拍練習. 基本腳步。
六	3/13	揮拍練習. 基本腳步。
七	3/18	平球練習. 正反手握拍。
八	3/20	平球練習. 正反手握拍。
九	3/25	平球練習. 正反手握拍。
十	3/27	短球練習. 正反手握拍。
十一	4/1	短球練習. 正反手握拍。
十二	4/3	短球練習. 正反手握拍。
十三	4/8	長球練習. 前後步法訓練。
十四	4/10	長球練習. 前後步法訓練。
十五	4/15	長球練習. 前後步法訓練。
十六	4/17	切球練習. 前後步法訓練。
十七	4/22	切球練習. 前後步法訓練。
十八	4/24	切球練習. 前後步法訓練。
十九	4/29	左右平球練習。
二十	5/1	左右平球練習。
二十一	5/6	左右平球練習。
二十二	5/8	左右平球練習。
二十三	5/13	單雙打規則講解。

二十四	5/15	單雙打規則講解。
二十五	5/20	單雙打規則講解。
二十六	5/22	單雙打比賽。
二十七	5/27	單雙打比賽。
二十八	5/29	單雙打比賽。

B1.B2 班~

課程序	活動內容	
一	3/1	握拍. 拍打。
二	3/8	揮拍練習. 基本腳步。
三	3/15	平球練習. 正反手握拍。
四	3/22	短球練習. 正反手握拍。
五	3/29	長球練習. 前後步法訓練。
六	4/5	切球練習. 前後步法訓練。
七	4/12	左右平球練習。
八	4/19	左右平球練習。
九	4/26	單雙打規則講解。
十	5/3	單雙打規則講解。
十一	5/10	單雙打比賽。
十二	5/17	單雙打比賽。
十三	5/24	單雙打比賽。

編號 1132-07 扯鈴社 陳亨臨手機 0970-993-235

課程序	日期	活動內容
一	2/26	基礎訓練、運鈴、高低調鈴
二	3/5	金蟬脫殼、魔術收鈴、金雞上架
三	3/12	複習，蜻蜓點水、疊棉被
四	3/19	複習，關渡大橋、蜘蛛結網
五	3/26	複習，左右調鈴、拋鈴
六	4/2	複習，仰觀星斗、揸書包(1)
七	4/9	複習，提燈籠、抬頭望月
八	4/16	複習，交叉拋鈴、揸書包(2)
九	4/23	複習，仙女散花、金雞飛渡
十	4/30	複習，小蜘蛛、小輪迴
十一	5/7	複習，螞蟻定速、左右甩鈴
十二	5/14	複習，鑽石結網、揸書包(3)
十三	5/21	複習，拋鈴轉身、望月鐘擺

編號 1132-08-10 熱舞社、熱舞社 MV、流行熱舞(黃美鳳 手機 0928210339)

課程序	日期	活動內容
一	2/26	認識同學、上課位置編排、暖身、音感、節奏、肢體協調律動、基本舞步教學
二	3/5	暖身、音感、節奏、肢體協調體能訓練、基本舞步組合教學(一)、舞

		曲編排
三	3/12	暖身、音感、節奏、肢體協調上半身分解動作、基本舞步組合教學(二)、隊形變化、舞曲編排
四	3/19	暖身、音感、節奏、肢體協調上半身分解動作、基本舞步組合教學(三)、隊形變化、舞曲編排
五	3/26	暖身、音感、節奏、肢體協調上半身分解動作、基本舞步組合教學(四)、隊形變化、舞曲編排
六	4/2	暖身、音感、節奏、肢體協調下半身分解動作、基本舞步組合教學(五)、隊形變化、舞曲編排
七	4/9	暖身、音感、節奏、肢體協調下半身分解動作、基本舞步組合教學(六)、隊形變化、舞曲編排
八	4/16	暖身、音感、節奏、肢體協調下半身分解動作、基本舞步組合教學(七)、隊形變化、舞曲編排
九	4/23	暖身、音感、節奏、花式步伐訓練、基本舞步組合教學(八)、隊形變化、舞曲編排
十	4/30	暖身、音感、節奏、花式步伐訓練、基本舞步組合教學(九)、隊形變化、舞曲編排
十一	5/7	暖身、音感、節奏、花式步伐訓練、基本舞步組合教學(十)、隊形變化、舞曲編排
十二	5/14	暖身、音感、節奏、花式步伐訓練、基本舞步組合教學(十一)、隊形變化、舞曲編排
十三	5/21	暖身、音感、節奏、花式步伐訓練、基本舞步組合教學(十二)、隊形變化、舞曲編排
十四	5/28	暖身、音感、節奏、肢體律動協調綜合練習、基本舞步組合總複習、舞曲複習、成果驗收

**練習的舞曲會因課程而有所調整

流行熱舞~

課程序	日期	活動內容
一	3/7	認識同學、上課位置編排、暖身、音感、節奏、肢體協調律動、基本舞步教學
二	3/14	暖身、音感、節奏、肢體協調體能訓練、基本舞步組合教學(一)、舞曲編排
三	3/21	暖身、音感、節奏、肢體協調上半身分解動作、基本舞步組合教學(二)、隊形變化、舞曲編排
四	3/28	暖身、音感、節奏、肢體協調上半身分解動作、基本舞步組合教學(三)、隊形變化、舞曲編排
五	4/11	暖身、音感、節奏、肢體協調上半身分解動作、基本舞步組合教學(四)、隊形變化、舞曲編排
六	4/18	暖身、音感、節奏、肢體協調上半身分解動作、基本舞步組合教學(五)、隊形變化、舞曲編排
七	4/25	暖身、音感、節奏、肢體協調上半身分解動作、基本舞步組合教

		學(六)、隊形變化、舞曲編排
八	5/2	暖身、音感、節奏、肢體協調上半身分解動作、基本舞步組合教學(七)、隊形變化、舞曲編排
九	5/9	暖身、音感、節奏、花式步伐訓練、基本舞步組合教學(八)、隊形變化、舞曲編排
十	5/16	暖身、音感、節奏、花式步伐訓練、基本舞步組合教學(九)、隊形變化、舞曲編排
十一	5/23	暖身、音感、節奏、肢體律動協調綜合練習、基本舞步組合總複習、舞曲複習、成果驗收

編號 1132-11 桌球社 授課教師姓名 蕭雲昌 手機 0933966071

課程序	日期	活動內容
一	2/27	握拍、球感
二	3/6	反手攻球
三	3/13	反手攻球
四	3/20	反手攻球
五	3/27	發球
六	4/10	正手攻球
七	4/17	正手攻球
八	4/24	正手攻球
九	5/1	發球
十	5/8	反手切球
十一	5/15	正手切球
十二	5/22	規則講解、比賽
十三	5/29	比賽

編號 1132-12.13 直排輪 A B 授課教師姓名 鍾英傑 手機 0939970061

課程序	日期	活動內容	
		初級程度	進階程度
一	2/24	護具穿戴、安全跌倒練習	向左跨步練習
二	3/3	V字踏步練習	左邊過彎剪冰
三	3/10	基本步法(抬腳)、簡易滑行	向右跨步練習
四	3/17	基本步法(合腳)、簡易滑行	右邊過彎剪冰
五	3/24	推步滑行、加速	單腳平衡
六	3/31	推步滑行、A字轉彎	單腳滑行
七	4/7	推步滑行、基礎轉彎	進階耐力練習
八	4/14	推步滑行、基礎轉彎	T字煞車
九	4/21	基礎耐力練習	T字煞車
十	4/28	基礎葫蘆型前溜	後溜基本步法(抬腳)、簡易滑行
十一	5/5	葫蘆型加速前溜	後溜基本步法(合腳)、簡易滑行
十二	5/12	接龍練習	
十三	5/19	曲棍球體驗及練習	
十四	5/26	綜合練習	

課程序	日期	活動內容
一	02/26	介紹曼陀羅九宮格思考法，認識 ESG 永續機器人發展介紹
二	03/05	介紹 STEAM 教育，認識 micro:bit 機器人單晶片控制介紹
三	03/12	PBL:動手做『micro:bit AI 智能機器人套件組』機構組裝
四	03/19	PBL:動手做『micro:bit AI 智能機器人套件組』機構測試
五	03/26	PBL:動手做『micro:bit AI 智能機器人套件組』機構調整
六	04/02	PBL:學習實作 AIGC：生成式 ChatGPT 培養人工智慧素養
七	4/9	PBL:動手做『micro:bit AI 智能機器人套件組』程式設計應用-1
八	4/16	PBL:動手做『micro:bit AI 智能機器人套件組』程式設計應用-2
九	4/23	PBL:動手做『micro:bit AI 智能機器人套件組』程式設計應用-3
十	4/30	PBL:動手做『micro:bit AI 智能機器人套件組』程式設計應用-4
十一	5/7	PBL:動手做『micro:bit AI 智能機器人套件組』程式設計應用-5
十二	5/14	PBL:動手做『一次搞懂 AR 是什麼』擴增實境虛擬人設計製作
十三	5/21	PBL:期末『micro:bit AI 智能機器人套件組』模擬競賽活動
十四	5/28	PBL:動手做『micro:bit AI 智能機器人套件』期末綜合驗收

課程序	日期	活動內容
一	3/7	滑輪 我們觸目所見的工程建設，如果全部依靠人力的話，我們看不到摩天大樓；所以，才會有人發明了「起重機」來幫忙；其實它的主要部份只是由幾個滑輪組成，就可以達到使小力產生大力，藉以抬高重物的目的。採用的「智高積木教學系統」，讓孩子在組合趣味的積木遊戲中，體驗使用機械的最大目的「省時」或「省力」。
二	3/14	斜面與螺旋 從前的科學不發達，但人們就知道利用斜面來升高大石頭，完成巨大的石頭建築物；例如：埃及金字塔。而利用斜面原理製成的工具，則有木鑿、刀具、斧頭等等。至於「螺旋」，其實它只是由斜面『旋轉』而成，原理和「斜面」相同。通常，我們可以在抬高汽車的螺旋千斤頂、G 一型夾等，看到它的應用。帶領孩子從實驗中體驗省力的原理和生活上的應用。
三	3/21	結構小巨人 藉由工程力學實驗，孩子將獲得最有價值的現場經驗，內容包括：「紙牌屋」、「神奇的三角結構」、「紙板展雄風」、「紙杯大力士」、「絕不妥協的可樂」、「羅馬拱橋」、「打倒磚塊」等有趣的結構力學實驗。結構小巨人將開拓孩子們有關工程世界的視野，成為小小工程師。
四	3/28	反應速率快不快 為什麼用湯匙攪一攪奶粉很快就可以溶解在水中？為什麼用熱水奶粉溶得快？化學的反應速率到底和什麼因素有關係？藉由「嚇一跳」變色實驗、「誰的面子大」、「消失的胃藥」、「貝殼新用途」等趣味實驗，證明濃度、溫度、表面積和催化劑等因素會影響化學變化的快慢。
五	4/11	誰是懶惰鬼-慣性 人有習慣，習慣久了突然改變習慣，還覺得不習慣呢？你相信嗎？東西也有「習慣」？太奇怪了吧！上過這堂課你就不會覺得奇怪。在日常生活裡，有很多和慣性有關的事情：坐公車時東倒西歪、洗完手時，把手甩乾、砂石車衝撞小汽車，車毀人亡，都和慣性有關。課中設計一堆好玩的慣性遊戲，在大呼過癮之後你會發現，慣性真是神奇，簡直是無所不在
六	4/18	圓周運動轉轉轉 坐過「雲霄飛車」嗎？看過小丑轉水桶水竟然不會潑出來？去過大溪老街轉大陀螺嗎？你是不是已經覺得暈頭轉向了呢！「雲霄飛珠」、「超級水流星」、「七上八下」、「向心力與離心力」、「繞著太陽轉」等超有趣的活動，正等著大家來體驗天旋地轉、昏天暗地的感覺，還會教孩子自製「奇異陀螺」，看看誰是今天的倍思陀螺王。
七	4/25	魔術黏黏球的提煉 瞭解什麼是聚合物，以及生活中哪些東西屬於「聚合物」。藉由控制 PVA 和硼砂的量，初步建立孩子「控制變因」、

		和「應變變因」的科學基本能力。利用趣味的黏土實驗，建立孩子以科學思考的態度，來解釋事物的變化。
八	5/2	魔力賽馬場 藉由實驗說明魔力賽馬向前移動的成因為何，並從中探討牛頓的慣性定律靜者恆靜，動者恆動是否為唯一的因素？並透過親自製作的過程，以及團體討論的方式，激發孩子自我思考科學層面的潛能。
九	5/9	紫錕的魔力 在這堂課中將運用到科學中有關「酸鹼」、「氧化還原」、「燃燒三要素」、「氣體壓力」等原理，教孩子利用許多典型的化學變化，做出神奇的魔術效果。
十	5/16	水陸兩用車 製作水陸兩用車，訓練學生針對目的提出構想進而設計的能力，並在實際製作過程中，提出自己的創意做出只屬於自己的車子。並了解牛頓第三運動定律的理論與應用。
十一	5/23	錯亂的時鐘 為什麼印在紙上的兩隻兔子，看起來不一樣高，將其中矮的那隻拉一拉，瞬間就變高了，這堂課我們將利用有趣的時鐘遊戲來訓練小朋友空間方位的辨認能力及認識錯覺原理，破解「眼見為憑」的迷思。

編號 1132-17 烏克麗麗 授課教師姓名 劉思吟 手機 0963325721

課程序	日期	活動內容
一	3/7	音階與節拍複習。〈家〉〈蝴蝶〉
二	3/14	C、Am、F、G7 和弦複習。〈歡樂年華〉
三	3/21	歌曲彈唱〈幸福的臉〉
四	3/28	TAB 四線譜練習：〈生日快樂〉
五	4/11	歌曲彈唱〈媽媽我愛你〉
六	4/18	階段複習
七	4/25	TAB 四線譜練習：〈古老的大鐘〉
八	5/2	TAB 四線譜練習：〈Always with you〉
九	5/9	分部練習〈噢！蘇珊娜〉
十	5/16	合奏練習〈噢！蘇珊娜〉
十一	5/23	成果驗收

編號 1132-18 模型社 授課教師姓名 黃振峯 手機 0979111067

課程序	日期	活動內容
一	2/25	基礎零件修整(本階段主題為機器人模型)
二	3/04	基礎零件組合
三	3/11	基礎上色
四	3/18	基礎舊化
五	3/25	基礎收尾
六	4/01	進階零件修整(本階段主題為戰鬥機模型)
七	4/08	進階零件修整及簡易損壞修理
八	4/22	進階零件組合及錯誤拆解
九	4/29	進階上色一
十	5/06	進階上色二
十一	5/13	水貼紙
十二	5/20	汙損及舊化
十三	5/27	進階收尾

編號 1132-19 趣味捏黏土社 授課教師姓名 蔡錦菁 手機0932270416

課程序	日期	活動內容
一	2/25	蛋仔
二	3/4	樹幹、小花、蝴蝶
三	3/11	彩繪、雨傘、WC
四	3/18	下雨、雲朵
五	3/25	夾心角落生物
六	4/1	日式拉麵
七	4/8	老鼠與起司
八	4/15	母親節愛媽咪
九	4/22	花圈吊飾
十	4/29	龍舟比賽
十一	5/6	香橙莓蛋糕
十二	5/13	香菇、風車
十三	5/20	兔子、躲貓貓
十四	5/27	紅蘿蔔、草叢花園

編號 1132-20 創意美術社 授課教師姓名 賴雅秀 手機 0915175807

課程序	日期	活動內容
一	2/25	星空——梵谷（上）：長油畫框、各色壓克力顏料、白膠……等。
二	3/4	星空——梵谷（下）：凸凸筆、水彩、亮粉、貼鑽……等。
三	3/11	魔法樹：樹脂土、紙籐、毛線、毛根……等。
四	3/18	小精靈：輕質土、泡泡土、絨毛紙、動動眼……等。
五	3/25	魔豆：麥克筆、柔美紙、色紙、美術紙……等。
六	4/1	城堡與公主：簽字筆、噴筆、水彩、西卡紙……等。
七	4/8	蛋仔派對：蠟筆、麥克筆、厚紙板、圖畫紙……等。
八	4/15	喵星人（明信片）：簽字筆、明信片。
九	4/22	我愛媽媽（卡片設計）：速乾筆、粉鉛筆、卡片、緞帶、彩色印泥……等。
十	4/29	給媽媽的禮物：各色扭扭棒 LED 燈、提帶、緞帶、包裝紙……等。
十一	5/6	我的寵物（編織）：長毛扭扭棒、緞帶、仿真動物眼睛、各色串珠、鈴鐺……等。
十二	5/15	寵物的家：LEV 大圓板、EVA 透明片、馬賽克拼貼、造型泡棉……等。
十三	5/20	可口的點心：輕質土、不織布、保麗龍板、毛根……等。
十四	5/27	美麗的風景：油畫棒、造型畫框、2B 鉛筆……等。

編號 1132-21 圍棋社 授課教師姓名 林素雲 手機 0966872408

課程序	日期	活動內容
一	2/27	圍棋規則、氣、提、逃&比氣攻殺
二	3/06	兩口氣最好吃&吃子的技巧（撞牆；撞石頭）
三	3/13	征吃的技巧&避開引征子

四	3/20	門吃的技巧&好好門與破破門
五	3/27	連接的重要與切斷的厲害&虛連法
六	4/10	做活的技巧&活型
七	4/17	破眼的技巧&死型
八	4/24	眼活與地活&用最大空間活
九	5/01	虎口的型式&劫爭
十	5/08	倒提&吃那一邊
十一	5/15	地域的計算&目的大小
十二	5/22	九路棋的完成&收官技巧
十三	5/29	棋賽

編號 1132-22 食農社 授課教師姓名 溫雅惠 手機 0922011800

課程序	日期	活動內容(必填)	*對應食農三面六項學習內容
一	2/26	#米食小學堂 1. 認識秧苗 2. 搶救秧苗大作戰 米食料理(ex 年糕、飯糰)	A-1-2 農業生產方法 了解農產品的生產方式，能描述農民如何利用土地種植作物和養殖家畜。 A-2-2 農業與資源永續 探索農業如何妥善操作，以保護自然環境，維持生態平衡及資源的永續發展。 C-2-1 在地飲食特色 了解地方物產種類、特殊的烹調方式，探索在地飲食文化特色，培養對土地、文化的認同及歸屬感。
二	3/19	#蛋蛋小學堂 1. 蛋蛋的哀傷 (籠飼雞 VS 放牧雞) 2. 蛋雞動物福利知多少 3. 蛋料理(ex 蛋餅)	A-1-2 農業生產方法 了解農產品的生產方式，能描述農民如何利用土地種植作物和養殖家畜。 A-2-3 社會責任與倫理 能解釋農產品生產、處理時的倫理角色。抱持環境友善態度，展現社會關懷，實踐環保行動，以善盡公民責任。
三	5/21	#國產農產食材 #認識食材原貌 1. 毛豆 or 硬質玉米採收 1. 2. 毛豆 or 硬質玉米料理	A-1-2 農業生產方法 了解農產品的生產方式，能描述農民如何利用土地種植作物和養殖家畜。 C-1-3 分享與感恩 抱持敬天謝人的感恩心，感謝土地提供物產及眾人(食物生產者、販售者、烹調者)的辛勞。

編號 1132-23 直笛團 授課教師姓名 林美娟 手機 0937-749078

課程序	日期(必填)	活動內容(必填)
一	03/03~03/07	複習高音笛與中音笛指法 南美洲組曲、四季紅(分部)

二	03/10~03/14	南美洲組曲、四季紅(分部)
三	03/17~03/21	No1 Sonatine、南美洲組曲、四季紅(分部)
四	03/24~03/28	No1 Sonatine、南美洲組曲、四季紅合奏
五	04/07~04/11	No1 Sonatine、南美洲組曲、四季紅合奏
六	04/21~04/25	探治郎之歌、No1 Sonatine、南美洲組曲、四季紅
七	04/28~05/02	探治郎之歌、No1 Sonatine、南美洲組曲、四季紅
八	05/05~05/09	望春風、探治郎之歌、No1 Sonatine、四季紅
九	05/12~05/16	1. 演出曲目訓練 2. 成果發表會
十	05/19~05/21	Sonata in G、望春風、探治郎之歌、四季紅

編號 1132-24~26 足球社 A、B、C 三班 授課教師姓名 李京達 手機 0985301457

課程序	日期	活動內容
一	2/24、2/26、3/7	球感練習、基本動作、分組對抗
二	3/3、3/5、3/14	協調訓練、球感練習、帶球練習、分組對抗
三	3/10、3/12、3/21	控球訓練、帶球練習、射門、分組對抗
四	3/17、3/19、3/28	控球訓練、射門、分組對抗
五	3/24、3/26、4/11	身體各部位控球、帶球練習、射門、分組對抗
六	3/31、4/2、4/18	丟接球遊戲、控球訓練、射門、分組對抗
七	4/7、4/9、4/25	傳接球訓練、小組搭配、分組對抗
八	4/14、4/16、5/2	鬼抓人遊戲、移動中傳控球、小組搭配、分組對抗
九	4/21、4/23、5/9	移動中傳球、搶球遊戲、射門、分組對抗
十	4/28、4/30、5/16	基本動作、一對一對抗、射門、分組對抗
十一	5/5、5/7、5/23	二對一練習、小組搭配、射門、分組對抗
十二	5/12、5/14	移動中傳控球、二對一練習、小組搭配、分組對抗
十三	5/19、5/21	移動中傳控球、三對三對抗、射門、分組對抗

編號 1132-28.29 創意遊戲學作文高年級班、中年級班

授課教師姓名 蔡盈盈 手機 0933-106-226

課程序	日期	高年級活動內容
一	2/25	L1 寫作練習: 春天在說什麼?
二	3/4	L2 經典文言: <應舉忌落>
三	3/11	L3 閱讀素養: 《到了更高的地方會開心嗎?》
四	3/18	L4 寫作練習: 最近的生活
五	3/25	L5 國學常識: 文言文中常見的「動詞」上篇
六	4/1	L6 閱讀實作: 剪報題材實作
七	4/8	L7 寫作練習: 那未說出口的話
八	4/15	L8 經典文言: < 兒時記趣 >
九	4/22	L9 時事論壇: 我對於戰爭的看法
十	4/29	L10 閱讀素養: 《魔法糖果》

十一	5/6	L11 寫作練習:當愛編成一首詩
十二	5/13	L12 經典文言:<顏回偷食>
十三	5/20	L13 聯合國永續發展 SDGs: 消除貧窮:減少購買,零浪費
十四	5/27	L14 國學常識: 文言文中常見的「動詞」下篇
課程序	日期	中年級活動內容
一	2/27	L1 寫作練習: 新的一年
二	3/6	L2 經典文言:<管寧割席>
三	3/13	L3 閱讀素養: 《好想好想見到你》
四	3/20	L4 寫作練習: 最近的生活
五	3/27	L5 國學常識:文章設計師(感官捉迷藏)
六	4/11	L6 閱讀實作:剪報心得動手做
七	4/18	L7 寫作練習:愛的邀情函
八	4/25	L8 經典文言:<蜀鄙二僧>
九	5/1	L9 閱讀素養:《魔法糖果》
十	5/8	L10 時事討論:小學生的煩惱?
十一	5/15	L11 寫作練習:當愛編成一首詩
十二	5/22	L12 閱讀素養:《小鱷魚的錢包》
十三	5/29	L13 國學常識:成語猜謎大亂鬥

編號 1132-30 籃球 社 授課教師姓名 伍祐實 手機 0972803269

課程序	日期	活動內容
一	2/26	籃球基本變化-基礎所有動作，以小遊戲帶動
二	3/5	籃球高階變化
三	3/12	籃球基本動作-進攻突破、假動作
四	3/19	籃球基本動作-防守步法
五	3/26	籃球高階變化-
六	4/2	籃球突破進攻變向
七	4/9	籃球遊戲、實戰演練
八	4/16	籃球投籃(各定點角度)
九	4/23	籃依據籃球基本動作運用遊戲訓練
十	4/30	實戰演練-分組競賽
十一	5/7	戰術演練與技巧展現
十二	5/14	實戰演練-分組競賽
十三	5/21	實戰演練-分組競賽
十四	5/28	教學回饋-學期總整理

編號 1132-31 游泳社 授課教師姓名 童昱堯 手機 0918-309205

課程序	日期	活動內容		
		初級	中級	高級
1.	4/30	認識泳池環境、上課注意事項及泳池安全宣導，依能力分組		
		水中適應、水中走路 憋氣介紹講解及練習	韻律呼吸+水中走路複習 漂浮+水中站立複習 蹬牆漂浮+打水複習	自由式打水複習 蹬牆漂浮+打水複習 自由式綜合複習

2.	5/7	憋氣複習及練習 水中吐氣介紹講解及練習 韻律呼吸介紹講解及練習	蹬牆漂浮+打水複習 自由式打水練習 自由式划手介紹講解	自由式綜合練習 仰式踢水複習及練習 仰式划手介紹講解及練習 自由式轉仰漂介紹及練習
3.	5/14	韻律呼吸複習及練習 水中站立介紹講解 水中站立練習	自由式打水練習 自由式原地划手練習 (水面上、水面下)	自由式綜合練習 仰式綜合練習 自由式轉仰式介紹及練習
4.	5/21	藉物漂浮介紹講解 藉物漂浮+水中站立練習	自由式打水練習 自由式划手複習 自由式單邊划臂練習	自由式綜合練習 仰式綜合練習 蛙式蛙腳介紹講解及練習 蛙式蛙腳練習
5.	5/28	藉物漂浮+水中站立複習 漂浮介紹講解及練習 漂浮+水中站立練習	自由式手腳配合練習 自由式換氣介紹講解 自由式原地換氣練習	自由式及仰式綜合練習 蛙式蛙腳複習 蛙式划手介紹講解及練習
6.	6/4	漂浮+水中站立複習 自由式打水介紹講解 自由式打水練習	自由式手腳配合練習 自由式原地換氣練習 仰漂介紹講解及練習	自由式及仰式綜合練習 蛙式換氣介紹講解 蛙式手腳配合練習
7.	6/11	自由式打水複習及練習 蹬牆漂浮介紹講解及練習 水中自救介紹講解及練習	自由式綜合動作練習 自由式換氣練習 仰漂複習 水中自救講解及練習	自由式及仰式綜合練習 蛙式換氣複習 蛙式綜合動作練習 水中自救動作練習
8.	6/18	自由式打水複習及練習 自由式划手介紹講解	自由式動作綜合練習 仰式踢水介紹講解及練習	蛙式綜合動作練習 蝶式動作介紹講解
水域安全宣導、水中自救介紹及學習；水中趣味競賽；評量測試發予證書				