

# 112 下課後社團申請-課程計畫彙整

## 桃園市中正國民小學 112 學年度下學期 課後社團 2-1 創意黏土捏捏樂(A班) 社課程計畫表

課程學習綱要：

- 藉由基本塑型動作：揉、搓、捏、拉、壓，學習技巧、運用多媒材、多元化創意設計、  
繽紛色彩的陶冶，讓學習過程生動有趣。
- 透過示範教學過程，啟發學童們的創造力，建立學童們的信心與成就感

課程進度表：(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3 月 5 日	1.5 小時	創意鑰匙圈	鑰匙圈、各色黏土、使用工具。
2	3 月 12 日	1.5 小時	毛怪棒棒糖	冰棒棍、各色黏土、使用工具。
3	3 月 19 日	1.5 小時	搞笑的小丑	上色胚體、各色黏土、使用工具。
4	3 月 26 日	1.5 小時	造型動物時鐘一	圓立鐘胚體(含全套機心.指針) 各色黏土、使用工具。
5	4 月 02 日	1.5 小時	造型動物時鐘二	
6	4 月 09 日	1.5 小時	造型動物時鐘三	
7	4 月 16 日	1.5 小時	庫洛米&美樂蒂	造型胚體、各色黏土、使用工具。
8	4 月 23 日	1.5 小時	麥當勞套餐	盒裝胚體、各色黏土、使用工具。
9	4 月 30 日	1.5 小時	米奇音樂鈴	音樂鈴、各色黏土、使用工具。
10	5 月 07 日	1.5 小時	迪士尼公主	木框胚體、各色黏土、使用工具。
11	5 月 14 日	1.5 小時	創意蛋糕捲	造型胚體、各色黏土、使用工具。
12	5 月 21 日	1.5 小時	毛球娃	木框胚體、各色黏土、使用工具。

教學方法：講述法、示範法、討論法、個別練習法。

評量方式：給于學童讚賞與讚美，提升學童的自信心。

**桃園市中正國民小學 112 學年度下學期  
課後社團 2-2 兒童街舞 社課程計畫表**

**課程目標與特色：**

**目標:**認識肢體節奏啟發身體律動

**特色:**學習現今流行的舞蹈加以排練

**課程進度表：**(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3月5日	1.5小時	肢體與節奏感的訓練 (一) 暖身舞曲： ZOOZ	1 肢體暖身(手&腳) 2 動作小品組合練習(一)
2	3月12日	1.5小時	肢體與節奏感的訓練(一)	1 肢體暖身(手&腳) 2 動作小品組合練習(一)
3	3月19日	1.5小時	肢體與節奏感的訓練(一)	1 肢體暖身(手&腳) 2 動作小品組合練習(一)
4	3月26日	1.5小時	肢體與節奏感的訓練(二)	1 暖身(身體律動) 2 動作小品組合練習(二).
5	4月2日	1.5小時	肢體與節奏感的訓練 (二) 編排舞曲： PoP	1 暖身(身體律動) 2 動作小品組合練習(二)
6	4月9日	1.5小時	肢體與節奏感的訓練(二)	1 暖身(身體律動) 2 動作小品組合練習(二)
7	4月16日	1.5小時	舞步動作練習 (一)	1 暖身--身體律動組合練習 2 舞曲編排--一
8	4月23日	1.5小時	舞步動作練習 (一)	1 暖身--身體律動組合練習 2 舞曲編排--一
9	4月30日	1.5小時	舞步動作練習 (一)	1 暖身--身體律動組合練習 2 舞曲編排--一
10	5月7日	1.5小時	舞蹈編排動作組合練習(二)	1 暖身--身體律動組合練習 2 舞蹈動作及隊形編排---二
11	5月14日	1.5小時	舞蹈編排動作組合練習(二)	1 暖身--身體律動組合練習 2 舞蹈動作及隊形編排---二
12	5月21日	1.5小時	課堂舞蹈總複習	1 暖身--身體律動組合練習 2 課堂舞蹈總複習

**教學方法：**

訓練學生的節奏感及肢體協調性，分組練習，讓學生也能快樂學習舞蹈。

**評量方式：**

**桃園市中正國民小學 112 學年度下學期**  
**課後社團 2-3 誰“羽”爭鋒 社課程計畫表**

**課程目標與特色：**

培養對運動(羽球)的興趣，了解運動知識，進而增進自己的運動技能

**課程進度表：**(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3/05	1.5 小時	認識羽球	認識羽球場地：學習掛網、收網及場地規則 認識球拍：如何握拍 認識步伐：米字步
2	3/12	1.5 小時	球感練習	體驗羽球慣性，進行球感練習，並學習運用正拍及反拍握法來控球
3	3/19	1.5 小時	網前小球	運用米字 1、2 步伐，練習網前放小球
4	3/26	1.5 小時	發球練習	練習反拍發短球、正拍發長球
5	4/02	1.5 小時	發球測驗	測驗反拍發短球及正拍發長球的能力
6	4/09	1.5 小時	平球回擊	運用米字 3、4 步伐，練習平球回擊
7	4/16	1.5 小時	遠球回擊	運用米字 5、6 步伐，練習高遠球回擊
8	4/23	1.5 小時	殺球練習	學習如何用力於一點扣殺羽球
9	4/30	1.5 小時	切球練習	學習如何輕切、點羽球使其於網前急墜
10	5/07	1.5 小時	綜合練習	半場前後步伐練習，全場米字步伐練習
11	5/14	1.5 小時	綜合測驗	單打比賽
12	5/21	1.5 小時	綜合測驗	雙打比賽

**教學方法：**教師演示

**評量方式：**學生實作

**桃園市中正國民小學 112 學年度下學期**  
**課後社團 2-4 桌球 A 社課程計畫表**

**課程目標與特色：**推展多元化學習技能，增進學童五育均衡發展，發現興趣，建立專長，桌球是對頭腦的最佳運動，運動是送給孩子最好的禮物。

**課程進度表：**(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3 月 5 日	1.5 小時	基本動作訓練	介紹球拍. 球. 球桌及球感練習
2	3 月 12 日	1.5 小時	基本動作訓練	培養球感及控制球
3	3 月 19 日	1.5 小時	基本動作訓練	正手基本功揮拍及練習
4	3 月 26 日	1.5 小時	基本動作訓練	反手基本功揮拍及練習
5	4 月 2 日	1.5 小時	基本動作訓練	正反手基本功練習及對打
6	4 月 9 日	1.5 小時	基本動作訓練	正反手基本功加強及左推右攻
7	4 月 16 日	1.5 小時	基本動作訓練	練習發球及接發球
8	4 月 23 日	1.5 小時	基本動作訓練	練習發球及接發球
9	4 月 30 日	1.5 小時	基本動作訓練	擺速練習
10	5 月 7 日	1.5 小時	基本比賽訓練	認識比賽規則
11	5 月 14 日	1.5 小時	基本比賽訓練	正手及反手基本功測驗
12	5 月 21 日	1.5 小時	基本比賽訓練	基本功比賽

**教學方法：**會依照每次球員狀況調整上課內容

**評量方式：**

# 桃園市中正國民小學 112 學年度下學期

## 課後社團 2-5 跆拳道 社課程計畫表

### 課程目標與特色：

為推行全民體育增進國民身心健康，培養奮發蓬勃積極進取之精神，適當運動、遠離 3C、培養學生第二專長。

課程進度表：(每週二節，每節 40 分鐘，**含課間 10 分鐘，皆為上課時數**)

次別	日期	時數	課程內容
1	3 月 5 日	1.5 小時	認識跆拳道、精神禮節養成教育
2	3 月 12 日	1.5 小時	跆拳道基本動作解說、體適能訓練
3	3 月 19 日	1.5 小時	手部基本動作示範. 講解. 練習 手部上、中、下防禦，組合應用練習
4	3 月 26 日	1.5 小時	腳部基本動作示範. 講解. 練習 腳部上、中、下防禦，組合應用練習
5	4 月 2 日	1.5 小時	正拳、馬步正拳攻擊練習、基本踢擊動作練習
6	4 月 9 日	1.5 小時	正拳、馬步正拳攻擊練習、基本踢擊動作練習
7	4 月 16 日	1.5 小時	基本足技攻擊踢靶練習 踢靶組合練習(旋踢、下壓、應用攻擊)
8	4 月 23 日	1.5 小時	基本足技攻擊踢靶練習 踢靶組合練習(旋踢、下壓、應用攻擊)
9	4 月 30 日	1.5 小時	型場練習(按色帶級數分別進行)
10	5 月 7 日	1.5 小時	型場練習(按色帶級數分別進行)
11	5 月 14 日	1.5 小時	全方位總複習
12	5 月 21 日	1.5 小時	全方位總複習

### 教學方法：

**桃園市中正國民小學 112 學年度下學期  
課後社團 2-6 兒童繪畫 社課程計畫表**

**課程目標與特色：**

1. 兒童能從創作活動中學到以媒材來創造意象,並從該活動中獲得某種內在的滿足。
2. 兒童能學到具有象徵功能的意象,架構其自我的世界觀,並傳達給他人。
3. 兒童能將其創造的意象與象徵運用於自我的幻想世界中,並在想像情境中扮演新的角色

**課程進度表：**(每週二節，每節 40 分鐘，**含課間 10 分鐘，皆為上課時數**)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3月5日	1.5小時	怪獸電力公司	孩子心目中的怪獸是長什麼樣子，無論可愛還是可怕，都發揮想像力，盡情大膽描繪
2	3月12日	1.5小時	怪獸電力公司	孩子心目中的怪獸是長什麼樣子，無論可愛還是可怕，都發揮想像力，盡情大膽描繪
3	3月19日	1.5小時	怪獸電力公司	孩子心目中的怪獸是長什麼樣子，無論可愛還是可怕，都發揮想像力，盡情大膽描繪
4	3月26日	1.5小時	我最喜歡的動物	讓孩子觀察動物圖片，仔細描繪出動物的身形和姿態
5	4月2日	1.5小時	我最喜歡的動物	讓孩子觀察動物圖片，仔細描繪出動物的身形和姿態
6	4月9日	1.5小時	我最喜歡的動物	讓孩子觀察動物圖片，仔細描繪出動物的身形和姿態
7	4月16日	1.5小時	美麗的花朵	放一束新鮮花朵讓孩子寫生
8	4月23日	1.5小時	美麗的花朵	放一束新鮮花朵讓孩子寫生
9	4月30日	1.5小時	美麗的花朵	放一束新鮮花朵讓孩子寫生
10	5月7日	1.5小時	未來世界的房子	讓孩子發揮想像力，創造出自己心目中未來世界的房子的模樣
11	5月14日	1.5小時	未來世界的房子	讓孩子發揮想像力，創造出自己心目中未來世界的房子的模樣
12	5月21日	1.5小時	未來世界的房子	讓孩子發揮想像力，創造出自己心目中未來世界的房子的模樣

**教學方法：**兒童繪畫運用蠟筆、色鉛筆、彩色筆、水彩...等複合媒材、趣味性主題、故事繪本等，啟發兒童的創造力與想像力的平面繪畫課程。

**評量方式：**兒童可以透過圖畫來表達自己的思想，對自己及週遭的認識和觀感，以及自己的想像力及情緒等。然而，兒童是單純的、天真爛漫的，他們往往會隨自己的喜愛，

**桃園市中正國民小學 112 學年度下學期**  
**課後社團 2-7 魔方疊杯 社課程計畫表**

**課程目標與特色：**

1. 培養邏輯思考、推理能力
2. 建立手眼協調、空間概念
3. 科學原理與實作結合，落實「玩中學」的教育理念
4. 實現團體活動中的合作精神

**課程進度表：(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)**

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3/05	1.5 小時	魔方介紹	3 階魔方介紹、基本轉法手勢 1-7 介紹練習
2	3/12	1.5 小時	基礎課程	3 階魔方第一層練習
3	3/19	1.5 小時	基礎課程	3 階魔方第一、二層練習
4	3/26	1.5 小時	基礎課程	3 階魔方完成練習
5	4/02	1.5 小時	維修課程	魔方拆解與組合練習
6	4/09	1.5 小時	入門課程	2 階 4 階魔方介紹
7	4/16	1.5 小時	入門課程	官方比賽規則解紹、魔方介紹比賽與挑戰
8	4/23	1.5 小時	疊杯介紹	疊杯規則、器材說明、333 介紹
9	4/30	1.5 小時	基礎疊杯	3-3-3 競速、3-6-3 介紹
10	5/07	1.5 小時	入門課程	3-6-3 競速、Cycle 介紹
11	5/14	1.5 小時	入門課程	Cycle 練習、競速
12	5/21	1.5 小時	成果驗收	3 階魔方快手王、3-3-3 快手王、3-6-3 快手王、Cycle 快手王

**教學方法：**

1. 示範教學法：向學生展示如何透過分解步驟來完成任務。
2. 分組合作學習法：以異質分組進行合作教學與團體競賽，鼓勵小組成員間彼此協助、相互支持、共同合作，以提高個人的學習成效，並

**桃園市中正國民小學 112 學年度下學期**  
**課後社團 2-8 玩具 Maker 社課程計畫表**

**課程目標與特色：**

1. 透做觀察與手做結合，能學到「結構與功能」的跨科概念。
2. 建立手眼協調、空間概念
3. 科學原理與實作結合，落實「玩中學」的教育理念
4. 啟發創造精神，養成美勞創作能力

**課程進度表：**(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3/05	1.5 小時	魔術玩具	魔術小書:影印紙、圖卡、彩色筆
2	3/12	1.5 小時	魔術玩具	剪不斷的小人:剪刀、雲彩紙、奇異筆
3	3/19	1.5 小時	杯子玩具	吹吹樂:手套、紙杯、吸管
4	3/26	1.5 小時	杯子玩具	換衣公主:紙杯 2、剪刀、彩色筆、奇異筆
5	4/02	1.5 小時	杯子玩具	光影玩具:杯子 2、彩色奇異筆、寬板膠帶
6	4/09	1.5 小時	海底世界	奇異筆、彩色筆、紙張、膠帶、內頁、卡紙
7	4/16	1.5 小時	爬樹小猴	爬樹小猴:卡紙、吸管、棉繩、彩繪用具
8	4/23	1.5 小時	爬行毛毛蟲	毛毛蟲 1:、紙卡、吸管、衛生紙、筷子
9	4/30	1.5 小時	發射玩具	青蛙吐舌:吸管、紅綠粉彩紙、圓點貼、剪刀、雙面膠
10	5/07	1.5 小時	發射玩具	吸管火箭:吸管、卡紙、雙面膠
11	5/14	1.5 小時	留言板	雲彩紙 2、寬版膠帶、奇異筆
12	5/21	1.5 小時	旋轉吊飾	紙板、棉線

**教學方法：**

1. 示範教學法：向學生展示如何透過分解步驟來完成任務。
2. 小組合作：異質分組互相合作
3. 行間巡視+個別指導

**桃園市中正國民小學 112 學年度下學期**  
**課後社團 2-9 寶可夢與超級瑪莉歐 卡通拼豆\_社課程計畫表**

**課程目標與特色：**

拼豆課程主要訓練手部肌肉靈活發刺激腦部發育，也在小學學習階段能加強孩童對美學美感及想像力多樣創作。有助於成熟發育後的各項領域學習，及多樣的創造力養成。

(本次課程會以寶可夢&超級瑪利歐 等卡通為主題來製作喔!)

課程進度表：(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3/05	1.5 小時	寶可夢	卡通拼豆-寶可夢寶貝球
2	3/12	1.5 小時	小猴子	卡通拼豆-小猴子-鑰匙圈平面作品
3	3/19	1.5 小時	寶可夢	卡通拼豆-寶可夢小火龍
4	3/26	1.5 小時	瑪莉歐	卡通拼豆-超級瑪莉歐角色 1
5	4/02	1.5 小時	美樂蒂	卡通拼豆-美樂蒂
6	4/09	1.5 小時	動物	卡通拼豆-可愛雪納瑞小狗 (大作品)
7	4/16	1.5 小時	瑪莉歐	卡通拼豆-超級瑪莉歐角色 2 (大作品)
8	4/23	1.5 小時	水果	卡通拼豆-蘋果咬一口 (大作品)
9	4/30	1.5 小時	大自然	卡通拼豆-星星 (大作品)
10	5/07	1.5 小時	寶可夢	卡通拼豆-寶可夢+角落生物大集合
11	5/14	1.5 小時	瑪莉歐	卡通拼豆-超級瑪莉歐角色 3 (大作品)
12	5/21	1.5 小時	卡通	卡通拼豆-迪士尼卡通人物(擇一) (大作品)

**教學方法：**

1. 講解拼豆的基本知識及注意事項
2. 協助學生完成作品

**評量方式：**

1. 完成一個拼豆作品

# 桃園市中正國民小學 112 學年度下學期

## 課後社團 2-10 籃球 社課程計畫表

### 課程目標與特色：

希望能給孩子們有個安全又快樂的運動時間。在課堂中不只要讓孩子安全又快樂地打籃球，還能讓他們學習到籃球的基礎技術。也在這種屬於團體運動的地方學習到不只是運動方面的技術，還有人與人之間的溝通與理解。讓孩子們有個快樂學習父母安心的運動社團。

### 課程進度表：（每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘）

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3 月 07 日	1.5 小時	認識籃球	1.學員和場地介紹 2.球感教學 3.運球和傳接球
2	3 月 14 日	1.5 小時	規則介紹	1.規則講解 2.運球和傳接球 3.投籃基本功
3	3 月 21 日	1.5 小時	基礎教學	1.運球和傳接球 2.定點投籃
4	3 月 28 日	1.5 小時	基礎教學	1.運球和傳接球 2.跑步傳接球 3.五點投籃
5	4 月 11 日	1.5 小時	中級教學	1.接球投籃 2.傳接球投籃 3.一對一練習
6	4 月 18 日	1.5 小時	中級教學	1.傳接球投籃 2.上籃教學 3.一對一練習
7	4 月 25 日	1.5 小時	中級教學	1.投籃與上籃練習 2.五點上籃 3.分組練習
8	5 月 02 日	1.5 小時	中級團隊合作	1.三對三教學 2.三人合作上籃 3.分組練習
9	5 月 09 日	1.5 小時	中級團隊合作	1.三對三小組練習
10	5 月 16 日	1.5 小時	進階教學	1.五對五教學 2. 分組練習
11	5 月 23 日	1.5 小時	比賽分組與預賽	1.比賽分組 2.三對三預賽
12	5 月 30 日	1.5 小時	決賽	三對三決賽

### 教學方法：

### 評量方式：

**桃園市中正國民小學 112 學年度下學期**  
**課後社團 3-1 珠心算 社課程計畫表**

**課程目標與特色：**

透過珠心算訓練腦力、啟發智慧、增進思考、使反應敏捷，培養學童注意力集中、精神專注、記憶力增強，奠定學習基礎。

課程進度表：(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3/01	1.5 小時	右撥左進 (一)	十的加法口訣〈加 9、8〉
2	3/08	1.5 小時	右撥左進 (二)	十的加法口訣〈加 7、6〉
3	3/15	1.5 小時	右撥左進 (三)	十的加法口訣〈加 5、4〉
4	3/22	1.5 小時	右撥左進 (四)	十的加法口訣〈加 3、2、1、及 1 2 級珠算練習〉
5	3/29	1.5 小時	上添下撥 (一)	五的加法口訣〈加 4〉及心算個別指導教學
6	4/12	1.5 小時	上添下撥 (二)	五的加法口訣〈加 3〉及心算個別指導教學
7	4/19	1.5 小時	上添下撥 (三)	五的加法口訣〈加 2〉及心算個別指導教學
8	4/26	1.5 小時	上添下撥 (四)	五的加法口訣〈加 1 及 1 1 珠算練習〉及心算個別指導教學
9	5/10	1.5 小時	下添上撥左進 (一)	十進位口訣〈大九加 9〉及心算個別指導教學
10	5/17	1.5 小時	下添上撥左進 (二)	十進位口訣〈大九加 8〉及心算個別指導教學
11	5/24	1.5 小時	下添上撥左進 (三)	十進位口訣〈大九加 7〉及心算個別指導教學
12	5/31	1.5 小時	下添上撥左進 (四)	十進位口訣〈大九加 6〉及參加珠算、心算檢定 (6/16)

**教學方法：**首重觀念與理解、口語化教學，強調以問帶答讓孩子思考，活潑教學情境，讓孩子從遊戲中學習，靜動態教學情境、活用各項教具。在基本觀念建立之後，可進入唸算及快速運珠練習，這些訓練可使小朋友頭腦靈活、注意力集中、記憶力加強，奠定學習基礎

**評量方式：**

讓小朋友能參加珠心算檢定 (6/16)、讓每位學生有自信心肯定自己的實力。

# 桃園市中正國民小學 112 學年度下學期

## 課後社團 3-2 直排輪社課程計畫表

課程目標與特色：

課程目標與特色：

快樂學習 學習安全的直排輪

增加專長的能力 提高運動能力信心

可參加地區性賽事，為校爭光

課程進度表：(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3/6	1.5 小時	直排輪相見歡	1、教練自我介紹、說明遊戲規則、器材介紹 2、穿戴器材鬆、緊標準解說 3、原地跌倒分解三步 4、原地踏步 5、原地站起
2	3/13	1.5 小時	認識直排輪	1、穿戴器材鬆、緊標準解說 2、原地踏步 3、原地站起分解三步驟 4、收好器材
3	3/20	1.5 小時	基本動作	1、前後滑行(不離地) 2、原地踏步 3、原地站起 4、V 字型固定 5、反應遊戲
4	3/27	1.5 小時	初級動作	1、八字抬腳 2、單腳站立 3、平衡訓練 4、身體穩定練習 5、遊戲 6、煞車(T煞)
5	4/03	1.5 小時	初級動作	1、重心觀念解說 2、身體左右擺動 3、擺手訓練 4、平衡訓練 5、向前滑行 6、A 字煞
6	4/10	1.5 小時	進階動作	1、身體重心練習 2、擺手練習 3、重心滑行 4、繞圓練習 5、跪煞 6、尋寶遊戲
7	4/17	1.5 小時	進階動作	1、推刀解說 2、推刀練習 3、向前滑行 4、轉彎 5、前 S 行示範解說 6、海盜船遊戲
8	4/24	1.5 小時	進階動作	1、推刀繞圓 2、擺手推刀 3、S 型滑行 4、單腳支撐練習
9	5/01	1.5 小時	休競課程	1、揸手推刀 2、葫蘆型過角錐 3、蹲下滑行 4、小圓繞圈 5、剪冰練習
10	5/08	1.5 小時	休競課程	1、繞圓熱身練習 2、剪冰練習 3、直線滑行 4、換腳節奏練習 5、溜冰足球遊戲
11	5/15	1.5 小時	休競課程	1、繞圓熱身練習 2、直線、彎道衝刺練習 3、單繳繞角錐 4、直線收腳練習 5、警察豬小偷遊戲
12	5/22	1.5 小時	總複習	1、繞圓熱身練習 2、剪冰練習 3、煞車複習 4、S 型 葫蘆形複習 5、測驗

**桃園市中正國民小學 112 學年度下學期**  
**課後社團 3-3 足球 社課程計畫表**

**課程目標與特色：**

認識足球，了解足球的樂趣

**課程進度表：**(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3/6	1.5 小時	認識足球	熱身，認識足球，協調訓練，點球一二三
2	3/13	1.5 小時	點球跳跳跳	點球來回，內側炒蛋，內側射門
3	3/20	1.5 小時	盤球搶城堡	點球左右移動，內側帶球 S 型，帶球內側射門
4	3/27	1.5 小時	交叉盤帶球	遊戲捕漁網，右腳內外側帶球 S 型，帶球內側射門
5	4/03	1.5 小時	盤球轉個彎	左右腳內外側帶球 S 型，足球保齡球
6	4/10	1.5 小時	盤球你我他	雙腳內外側帶球，一對一過人射門
7	4/17	1.5 小時	盤球過山洞	直線快速帶球，一對一過人射門
8	4/24	1.5 小時	球舞足蹈	假動作帶球過人，二對一過人射門
9	5/01	1.5 小時	一來一往	改變方向過人，內側一停一傳，二對二攻防射門
10	5/08	1.5 小時	叫叫傳傳傳	內側一腳球，三角傳球，三對二攻防射門
11	5/15	1.5 小時	大力金剛腿	角球，邊界球，自由球，六公尺罰球
12	5/22	1.5 小時	五人制足球錦標賽	熱身，分數組進行五人制足球比賽

**教學方法：**

練習教學法

**評量方式：**

口頭評量、實作評量

**桃園市中正國民小學 112 學年度下學期**  
**課後社團 3-4 國標舞社課程計畫表**

**課程目標與特色：**

學習國標舞是運動的機能，可以強健體魄，增強免疫系統；調整體態也可以訓練音樂的素養、雕琢曼妙的身材、培養藝術的氣息！

內容以倫巴為教學內容，其特色為音樂節奏為慢四拍，屬性為優柔浪漫又感性！是學習國標舞的入門科系！

課程進度表：(每週二節，每節 40 分鐘，**含課間 10 分鐘，皆為上課時數**)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3月6日	1.5小時	倫巴	倫巴 1. 舞科簡介 2. 正確站姿 ✓ 3. 前進後退基本常步訓練
2	3月13日	1.5小時	倫巴	1. 加強前進後退基本常步訓練 2. 單點轉
3	3月20日	1.5小時	倫巴	1. 複習前兩週課程 2. 外轉
4	3月27日	1.5小時	倫巴	1. 先複前面課程 2. 內轉
5	4月03日	1.5小時	倫巴	1. 先複前面課程 2. 直線轉
6	4月10日	1.5小時	倫巴	1. 複習前幾週課程 2. 單腳轉
7	4月17日	1.5小時	倫巴	1. 螺旋轉 2. S8 臀部扭轉
8	4月24日	1.5小時	倫巴	1. . S8 臀部扭轉搭配手勢運用
9	5月01日	1.5小時	倫巴	個人基本花式練習 1. 前進後退基本常步編排
10	5月08日	1.5小時	倫巴	個人基本花式練習左右 S8 臀部扭轉
11	5月15日	1.5小時	倫巴	個人基本花式練習左右轉編排
12	5月22日	1.5小時	倫巴	個人基本花式切步掃腳、臀部扭轉

**教學方法：**由最簡單的方式教導，也從最基本前進後退常步開始。

倫巴三大要素:1. 前進後退常步 2. 所有轉身動作 3. S8 臀部扭轉搭配手勢運用  
三管齊下, 基本步形成, 最後才進入個人花式應用。

# 桃園市中正國民小學 112 學年度下學期

## 課後社團 4-1 劍道 社課程計畫表

### 課程目標與特色：

#### 1. 禮儀的重要性

劍道是十分注重禮儀的一項運動，講究始於禮、終於禮；學習尊重前輩、尊重對手、尊重場地，耳濡目染之下影響個人的修養。

#### 2. 謙遜和感恩

劍道是具有對抗性的運動，而在競賽過程中則一定會有勝負，讓孩子們養成勝不驕、敗不餒的態度，並且無論結果如何，都能夠反省過程及自我要求。

#### 3. 勇敢、堅持及忍耐

劍道練習十分艱辛，過程中充滿挫折與打擊，在練習時不僅要克服體力上的難關，同時訓練也要勇敢打擊對手與接受對手的打擊，並且保持絕不輕言放棄的精神。

### 課程進度表：(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3/7	1.5 小時	介紹劍道	基本禮儀、認識口令、基本腳步
2	3/14	1.5 小時	腳步訓練	十字步伐、米字步伐、禪心步伐
3	3/21	1.5 小時	持刀動作	竹刀握法、竹刀揮法、拔(收)刀方法
4	3/28	1.5 小時	部位打擊	認識得分點位置、練習打擊得分點位置
5	4/11	1.5 小時	協調訓練	上下半身動作結合，做出完整打擊動作
6	4/18	1.5 小時	力量訓練	使用正確打擊方式打擊教具物品
7	4/25	1.5 小時	跳躍擺振	介紹並練習跳躍擺振動作要領及方式
8	5/02	1.5 小時	連擊訓練	介紹並練習連續打擊動作要領及方式
9	5/09	1.5 小時	劍道型	介紹並練習劍道型第一式
10	5/16	1.5 小時	劍道型	介紹並練習劍道型第二式
11	5/23	1.5 小時	劍道型	介紹並練習劍道型第三式
12	5/30	1.5 小時	綜合評量	打擊完整指定動作及演示劍道型 1-3 式

### 教學方法：

課程以靜-動-靜的模式進行；第一個靜為課前收心，讓孩子們可以排除課程以外的雜念，靜下心來吸收課堂中學習到的知識及動作；第二個動為課中活動，讓孩子們可以盡情釋放體力及活力，達到有效訓練及加強體能；第三個靜為課後收心，讓孩子們在課程結束前能夠透過冥想，靜下心來省思並複習課程內容所學。

平時成績 60%:1. 出席率 2. 課堂表現

綜合評量 40%:1. 打擊完整指定動作 2. 演示劍道型 1-3 式

**桃園市中正國民小學 112 學年度下學期**  
**課後社團 4-2 中正羽來了 社課程計畫表**

**課程目標與特色：**

**課程進度表：**(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3/7	1.5 小時	認識羽球	認識羽球場地：學習掛網、收網及場地規則 認識球拍：學習正拍及反拍的握法 球感體驗：控球體驗
2	3/14	1.5 小時	球感練習	認識步伐：認識米字步 練習正反拍：練習運用正拍及反拍握法來控球
3	3/21	1.5 小時	網前小球	運用米字 1、2 步伐，練習網前放小球
4	3/28	1.5 小時	發球練習	小球對抗賽：兩人在網前對抗小球，進行比賽 練習反拍發短球、正拍發長球
5	4/11	1.5 小時	發球測驗	測驗反拍發短球及正拍發長球的能力
6	4/18	1.5 小時	長球練習	學習如何擊出長遠羽球
7	4/25	1.5 小時	平球回擊	運用米字 3、4 步伐，練習平球回擊
8	5/02	1.5 小時	遠球回擊	運用米字 5、6 步伐，練習高遠球回擊
9	5/09	1.5 小時	切球練習	學習如何輕切、點羽球使其於網前急墜
10	5/16	1.5 小時	綜合練習	半場前後步伐練習，全場米字步伐練習
11	5/23	1.5 小時	綜合測驗	半場單打練習
12	5/30	1.5 小時	綜合測驗	雙打比賽、規則解說

**教學方法：**

**評量方式：**

**桃園市中正國民小學 112 學年度上學期**  
**課後社團 4-3 桌球 B 社課程計畫表**

**課程目標與特色：**讓小朋友培養運動習慣、保護視力、提升專注、增進協調、訓練反應及認識桌球，養成強壯的身體。

**課程進度表：**(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3 月 7 日	1.5 小時	基本動作訓練	正手基本功揮拍及練習
2	3 月 14 日	1.5 小時	基本動作訓練	正手基本功對打
3	3 月 21 日	1.5 小時	基本動作訓練	正手基本功揮拍及練習
4	3 月 28 日	1.5 小時	基本動作訓練	反手基本功對打
5	4 月 11 日	1.5 小時	基本動作訓練	正反手基本功練習及對打
6	4 月 18 日	1.5 小時	基本動作訓練	正反手基本功加強及左推右攻
7	4 月 25 日	1.5 小時	基本動作訓練	練習發球及接發球
8	5 月 2 日	1.5 小時	基本動作訓練	練習發球及接發球
9	5 月 9 日	1.5 小時	基本動作訓練	擺速練習
10	5 月 16 日	1.5 小時	基本比賽訓練	認識比賽規則
11	5 月 23 日	1.5 小時	基本比賽訓練	分組比賽
12	5 月 30 日	1.5 小時	基本比賽訓練	單打比賽

**教學方法：**會依照每次球員狀況調整上課內容

**桃園市中正國民小學 112 學年度下學期  
課後社團 4-4 卡通插畫 社課程計畫表**

**課程目標與特色：**

多元的美術媒材~提供孩子學習、探索地廣度和深度。加強基本構圖，以及觀察力訓練、引導孩子以不同視窗去欣賞、創作、感於不同、自在的將心中的畫面，表現在畫面上

**課程進度表：**(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)

次別	日期	時數	課程內容	教學目標
1	3/7	1.5 小時	幸運咕咕雞	混色運用練習
2	3/14	1.5 小時	彩色毛毛蟲	認識色相環
3	3/21	1.5 小時	大象來了	故事聯想畫
4	3/28	1.5 小時	魔術方塊	同色系混色練習
5	4/11	1.5 小時	透明彩繪	對比色彩畫
6	4/18	1.5 小時	啊!有怪獸	情境敘述畫
7	4/25	1.5 小時	神奇寶龍	Q 版卡通練習
8	5/02	1.5 小時	米羅的世界	畫家認知學習
9	5/09	1.5 小時	愛的衣裳	版面設計排列
10	5/16	1.5 小時	克利的魔術魚	畫家認知學習(二)
11	5/23	1.5 小時	形狀與顏色	畫家認知學習(三)
12	5/30	1.5 小時	寶石像框	質感繪畫練習

**教學方法：**

**評量方式：**

**桃園市中正國民小學 112 學年度下學期**  
**課後社團 4-5 快樂小木匠 社課程計畫表**

**課程目標與特色：**

課程教具採用木製品，讓孩子親手製作屬於自己的玩具。過程中除了能訓練孩子使用工具的能力、空間邏輯概念的能力之外，還能從中培養孩子的耐心、專心及細心。

**課程進度表：(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)**

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3/7	1.5 小時	電動咕咕雞(一)	認識結構體並彩繪外層木片
2	3/14	1.5 小時	電動咕咕雞(二)	組裝小雞身體,並接上電池盒
3	3/21	1.5 小時	電動咕咕雞(三)	腳關節的螺絲調整與固定並測試運轉
4	3/28	1.5 小時	橡皮筋彈力槍(一)	認識結構體並彩繪外層木片
5	4/11	1.5 小時	橡皮筋彈力槍(二)	組裝彈力槍機體,卡榫的銜接與黏合
6	4/18	1.5 小時	橡皮筋彈力槍(三)	橡皮筋安裝並進行射擊標靶遊戲
7	4/25	1.5 小時	密碼盒(一)	認識結構體並彩繪外層木片
8	5/02	1.5 小時	密碼盒(二)	組裝密碼盒,卡榫的銜接與黏合
9	5/09	1.5 小時	密碼盒(三)	設定密碼及操作測試
10	5/16	1.5 小時	液壓手臂(一)	認識結構體並彩繪外層木片
11	5/23	1.5 小時	液壓手臂(二)	上液壓針筒及手臂
12	5/30	1.5 小時	液壓手臂(三)	結合手臂和底座, 運轉測試

**教學方法：**

課程內容透過使用工具，螺絲起子，安全鐵鎚..等等，指導孩子生活技能，又利用木製品的組裝，電池盒安裝，促進孩子的空間概念，簡易電器原理，而增強邏輯思考能力。

# 桃園市中正國民小學 112 學年度下學期

## 課後社團 4-6 科學好好玩 社課程計畫表

### 課程目標與特色：

- (一) 以孩子為本位的教學來規劃課程，使知識性與趣味性並重。
- (二) 以生活化的課程內容教導，讓孩子容易從生活中印證所學的知識。
- (三) 運用多樣而安全的科學儀器輔助教學，並強調安全實驗的觀念。
- (四) 在教學過程中以多向式互動的傳授，並著重讓每個孩子都有實際操作與觀察

### 課程進度表：(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3 月 1 日	1.5 小時	水中疊疊樂	孩子們都堆過積木，但是一定沒堆過「水積木」，利用液體不同的濃度、比重來堆出分層的積木，絕對是一項創新的體驗。
2	3 月 8 日	1.5 小時	熱脹冷縮	帶領孩子在實驗中觀察固體的熱脹冷縮現象、進而演伸實證液體和氣體的熱脹冷縮。
3	3 月 15 日	1.5 小時	大家來唱卡拉 OK	在「倍思交響樂」這個活動中，將有一場「驚聲尖叫」、「魔音穿腦」的趣味體驗，並讓學生們作一個效果絕佳的麥克風。
4	3 月 22 日	1.5 小時	海底妙妙花園	用化學上的金屬鹽類和矽酸鈉水溶液產生新的變化，來製造出一個海底花園。
5	3 月 29 日	1.5 小時	天生飛行家	以顯微鏡觀察鳥的羽毛結構，並探討鳥會飛行與其身體構造的相關性。
6	4 月 12 日	1.5 小時	你我一家親	將「溶解」的概念和孩子生活上的經驗結合，一一在實驗中證實。
7	4 月 19 日	1.5 小時	太陽系大家族	瞭解星體之間的相互的關係，並利用離心力與向心力的原理，讓孩子製作一個行星軌道模擬器。
8	4 月 26 日	1.5 小時	神奇扭力車	結合孩子日常生活中的經驗來設計扭力實驗，如：腰力遊戲、飛天蝴蝶、強力旋轉輪、彈力車等等，而且老師將教作一台扭力車。
9	5 月 10 日	1.5 小時	大氣壓力	從馬德堡半球實驗切入主題，讓孩子感受一下大氣壓力的威力，過程中還有「空手劈木板」、「大家喝可樂」、「真空袋的妙用」、等有趣的實證實驗並且探討人們怎麼善加利用大氣壓力的存在，製造出許多讓生活更加便利的器具。
10	5 月 17 日	1.5 小時	滋養萬物的氣體	這是一堂典型的氣體製造課程。課堂中將讓孩子瞭解氧氣對生物的重要性之外，也會針對實驗室中常見的氣體收集方式作介紹，而且會以化學的方法製造出氧氣，最後利用製造出來的氣體來做一些有趣的實驗。同學們將會體驗一場神奇的氧氣之旅。
11	5 月 24 日	1.5 小時	光的折射	光線是直線行進而且會反射。但是如果光遇到透明的東西，會怎麼樣呢？我們將利用光學儀器讓孩子看到光遇到不同介質的折射現象和路徑，另外還有以折射原理設計的許多趣味活動：像是「變大變小」、「水中奪寶」、「無中生有」、「彩虹的祕密」等，讓孩子對光學現象有更進一步的瞭解。
12	5 月 31 日	1.5 小時	金屬樹狂想曲	建立化學反應中，金屬因為「活潑性」的不同，會有「金屬取代」的現象。利用元素活性大小不同的「置換」原理，使金屬粒長出像樹枝狀的枝條，同時也用簡易的實驗來看看哪些金屬比較活潑，課後同學們可將自製的金屬樹帶回家持續觀察金屬樹的變化喔。

### 教學方法：

知識性與趣味性並重，並導入生活化的內容，讓孩子從生活中印證所學的知識，運用多樣而安全的科學儀器輔助教學，並強調安全實驗的觀念，教學過程中以多向式互動的傳授，並著重讓每個孩子都有實際操作與觀察的機會。

### 評量方式：

學習評量本 實驗操作

**桃園市中正國民小學 112 學年度下學期**  
**課後社團 4-7 創意樂高機器人社課程計畫表**

**課程目標與特色：**

樂高積木結合電子模塊，透過程式讓積木動起來，簡單易學的程式，除了可以建立學生的自信心、消除對程式排斥感，更能讓學生透過積木程式了解生活周遭的原理。

**課程進度表：(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)**

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3/7	1.5 小時	積木的結構體與卡榫的應用教學	卡榫,齒輪與積木體的搭配. 能蓋出一棵高大平衡的大樹
2	3/14	1.5 小時	機械式起重機	起重機齒輪的概念
3	3/21	1.5 小時	機械時鐘	齒輪帶動時鐘的運轉
4	3/28	1.5 小時	戰鬥投石器	投石器攻防戰
5	4/11	1.5 小時	強力伸縮夾	傳接遊戲競賽
6	4/18	1.5 小時	桌上曲棍賽	一對一競賽.訓練反應及防禦力
7	4/25	1.5 小時	陀螺發射器	學習齒輪的運用. 順暢發射陀螺
8	5/02	1.5 小時	彈力衝鋒車	製作四輪傳動車結合橡皮筋噴射
9	5/09	1.5 小時	我是神射手	橡皮筋與積木的結合. 讓積木動起來變成手槍發射
10	5/16	1.5 小時	Arduino 程式編寫-感應檯燈	了解夜間照明的原理並自製感應燈
11	5/23	1.5 小時	Arduino 程式編寫-測距儀	了解室內設計與道路施工人員測量距離的原理並自製測距儀器
12	5/30	1.5 小時	積木組建歡樂帶回家	搭建組合作品並帶回家收藏

**教學方法：**

介紹教育版積木與一般市售的玩具積木的差異，並指導零件的用法及組合技巧，讓學生透過多樣化的搭配組合，構造出無限寬廣的各式作品。

採用分組模式，從合作討論中激發不同的想法與接納彼此的意見，吸取同儕巧思

# 桃園市中正國民小學 112 學年度下學期

## 課後社團 5-1 圍棋 社課程計畫表

**課程目標與特色：**圍棋，是一種讓大腦全面運作的遊戲。在講究全人教育的時代，讓孩子從小接觸圍棋，就能夠同時開發左、右腦，提升孩子的邏輯思考與創造能力，為孩子打造一個光明的未來。

**課程進度表：**(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3 月 1 日	1.5 小時	比氣	行棋禮儀。圍棋的五項基本規則。外氣。內氣。公氣。數氣。比氣。
2	3 月 8 日	1.5 小時	氣盡提取	提吃要訣。最好大小通吃；先吃大再吃小；吃有營養的；不吃毒藥；不吃跑不掉的死棋；注意回頭吃。
3	3 月 15 日	1.5 小時	逃走	長氣。連接逃走。提吃對方之子，以救出我方被叫吃的棋子。不要救死棋。
4	3 月 22 日	1.5 小時	連接	連接我方棋組：接。虎連。尖連。雙連。
5	3 月 29 日	1.5 小時	切斷	補斷點。阻斷對方的通路。接近戰基本下法。
6	4 月 12 日	1.5 小時	禁入點	又稱禁著點。沒有活路的地方禁止落子。指導棋。
7	4 月 19 日	1.5 小時	打劫	劫爭時：禁止雙方連續氣盡提取。四種基本劫形。熱子。利用劫材而連攻兩手。
8	4 月 26 日	1.5 小時	叫吃、雙叫吃	撞牆壁叫吃（趕對手至第一線）。踢屁股叫吃（緊對手外氣）。斷吃（切斷對方通路）。抱吃（利用我方棋子包圍對手）。接不歸（對方即使連接仍會被吃）。切斷對方的通路，一次叫吃兩邊，至少可吃到一邊。
9	5 月 10 日	1.5 小時	撲與反提	即倒提。送子給對方吃，對方若提，可立即回吃多子。
10	5 月 17 日	1.5 小時	做活	大眼睛：三目、四目、五目、六目死活要點。
11	5 月 24 日	1.5 小時	破眼	佔眼位。掐眼角。縮小對方的空。點要害。
12	5 月 31 日	1.5 小時	棋力鑑定	佈局。中盤。收官。終局。定石。棋力鑑定賽。

**教學方法：**大棋盤解說、對弈

**評量方式：**棋力檢定賽

**桃園市中正國民小學 112 學年度下學期**  
**課後社團 5-2 創意黏土捏捏樂(B 班) 社課程計畫表**

課程學習綱要：

- 1、藉由基本塑型動作：揉、搓、捏、拉、壓，學習技巧、運用多媒材、多元化創意設計、繽紛色彩的陶冶，讓學習過程生動有趣。
- 2、透過示範教學過程，啟發學童們的創造力，建立學童們的信心與成就感

**課程進度表：**(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3 月 1 日	1.5 小時	創意鑰匙圈	鑰匙圈、各色黏土、使用工具。
2	3 月 08 日	1.5 小時	毛怪棒棒糖	冰棒棍、各色黏土、使用工具。
3	3 月 15 日	1.5 小時	搞笑的小丑	上色胚體、各色黏土、使用工具。
4	3 月 22 日	1.5 小時	造型動物時鐘一	圓立鐘胚體(含全套機心.指針) 各色黏土、使用工具。
5	3 月 29 日	1.5 小時	造型動物時鐘二	
6	4 月 12 日	1.5 小時	造型動物時鐘三	
7	4 月 19 日	1.5 小時	庫洛米&美樂蒂	造型胚體、各色黏土、使用工具。
8	4 月 26 日	1.5 小時	麥當勞套餐	盒裝胚體、各色黏土、使用工具。
9	5 月 10 日	1.5 小時	米奇音樂鈴	音樂鈴、各色黏土、使用工具。
10	5 月 17 日	1.5 小時	迪士尼公主	木框胚體、各色黏土、使用工具。
11	5 月 24 日	1.5 小時	創意蛋糕捲	造型胚體、各色黏土、使用工具。
12	5 月 31 日	1.5 小時	毛球娃	木框胚體、各色黏土、使用工具。

教學方法：講述法、示範法、討論法、個別練習法。

評量方式：給于學童讚賞與讚美，提升學童的自信心。

**桃園市中正國民小學 112 學年度下學期**  
**課後社團 5-3 流行熱舞 社課程計畫表**

**課程目標與特色：**

**目標:**增加肢體的協調力跟對節奏的律動感

**特色:**學習現今流行的舞蹈加以排練

**課程進度表：**(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3 月 1 日	1.5 小時	肢體與節奏感的訓練(一) 暖身 身舞曲：TOCA TOCA	1 肢體暖身(手&腳) 2 動作小品組合練習(一)
2	3 月 8 日	1.5 小時	肢體與節奏感的訓練(一)	1 肢體暖身(手&腳) 2 動作小品組合練習(一)
3	3 月 15 日	1.5 小時	肢體與節奏感的訓練(一)	1 肢體暖身(手&腳) 2 動作小品組合練習(一)
4	3 月 22 日	1.5 小時	肢體與節奏感的訓練(二) 編排舞曲：MAMMA MIA	1 暖身(身體律動) 2 動作小品組合練習(二)
5	4 月 12 日	1.5 小時	肢體與節奏感的訓練(二)	1 暖身(身體律動) 2 動作小品組合練習(二)
6	4 月 19 日	1.5 小時	肢體與節奏感的訓練(二)	1 暖身(身體律動) 2 動作小品組合練習(二)
7	4 月 26 日	1.5 小時	舞步動作練習(一)	1 暖身--身體律動組合練習 2 舞曲編排--一
8	5 月 3 日	1.5 小時	舞步動作練習(一)	1 暖身--身體律動組合練習 2 舞曲編排--一
9	5 月 10 日	1.5 小時	舞步動作練習(一)	1 暖身--身體律動組合練習 2 舞曲編排--一
10	5 月 17 日	1.5 小時	舞蹈編排動作組合練習(二)	1 暖身--身體律動組合練習 2 舞蹈動作及隊形編排---二
11	5 月 24 日	1.5 小時	舞蹈編排動作組合練習(二)	1 暖身--身體律動組合練習 2 舞蹈動作及隊形編排---二
12	5 月 31 日	1.5 小時	課堂舞蹈總複習	1 暖身--身體律動組合練習 2 課堂舞蹈總複習

**教學方法：**

訓練學生的節奏感及肢體協調性，分組練習，讓學生也能快樂學習舞蹈

**評量方式：**

**桃園市中正國民小學 112 學年度下學期**  
**課後社團 5-4 魔術 社課程計畫表**

**課程目標與特色：**

以輕鬆愉快的上課方式，教導各式魔術原理，激發孩子的創意，並培養獨立思考的能力與習慣。在教授專業的魔術手法與表演的技巧之外，更藉著魔術的表演，訓練穩健的臺風。成功的表演，是學習魔術最重要的部分，由實際的演出，驗收成果，建立孩子的自信，也成就勇於展現自我的能力，創造課業之餘的獨特才藝。並且透過完整的檢定制度，讓孩子確實學習到一門表演藝術，從中獲得獨一無二的學習成就。

**課程進度表：(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)**

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3/01	1.5 小時	魔術三不原則 魔幣消失	魔術師表演 魔術教學 硬幣手法
2	3/08	1.5 小時	表演注意事項 一球變四	魔術師表演 魔術教學 魔術演繹概念
3	3/15	1.5 小時	練習的方法 繩珠逃脫	魔術師表演 魔術教學 大動作掩飾小動作
4	3/22	1.5 小時	魔術的種類 閃電牌	魔術師表演 魔術教學 艾爾姆茲雷手法
5	3/29	1.5 小時	台灣知名魔術師 硬幣移動盒	魔術師表演 魔術教學 古典藏幣法
6	4/12	1.5 小時	世界知名魔術師 寶釘穿幣	魔術師表演 魔術教學 硬幣手法教學
7	4/19	1.5 小時	學生魔術驗收 哈哈猜錯了牌組	魔術師表演 魔術教學 數牌法教學
8	4/26	1.5 小時	魔術影片欣賞 撲克牌	魔術師表演 魔術教學 雙翻應用
9	5/10	1.5 小時	學生魔術驗收 撲克牌	魔術師表演 魔術教學 控頂教學
10	5/17	1.5 小時	學生魔術驗收 絲巾變色	魔術師表演 魔術教學 手指肌群力量的掌控
11	5/24	1.5 小時	學生魔術驗收 神奇魔棒	魔術師表演 魔術教學 手眼協調的訓練
12	5/31	1.5 小時	學生魔術驗收 總驗收	魔術師表演 魔術教學 魔術課堂測驗

**桃園市中正國民小學 112 學年度下學期**  
**課後社團 5-5 扯鈴 社課程計畫表**

**課程目標與特色：**藉由扯鈴讓學生體驗民俗技藝，無形中增加學生們手眼協調能力，透過扯鈴招式的操作訓練手部精細動作，提升思維專注力，增進學習的效果。

**課程進度表：**(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3/01	1.5 小時	扯鈴	基本運鈴、高低調鈴
2	3/08	1.5 小時	扯鈴	猴子翻跟斗
3	3/15	1.5 小時	扯鈴	金蟬脫殼
4	3/22	1.5 小時	扯鈴	魔術收鈴
5	3/29	1.5 小時	扯鈴	蜻蜓點水
6	4/12	1.5 小時	扯鈴	疊棉被
7	4/19	1.5 小時	扯鈴	拋鈴
8	4/26	1.5 小時	扯鈴	金雞上架
9	5/10	1.5 小時	扯鈴	蜘蛛結網
10	5/17	1.5 小時	扯鈴	小蜘蛛
11	5/24	1.5 小時	扯鈴	提燈籠
12	5/31	1.5 小時	扯鈴	抬頭望月

**教學方法：**

由教師講解，分組練習，程度驗收。

**桃園市中正國民小學 112 學年度下學期**  
**課後社團 5-6 創藝美術 社課程計畫表**

**課程目標與特色：**

提昇孩子們對於美的元素，包含 1 平衡 2 長短 3 大小 4 構圖 5 遠近 6 層次 7 彎直 8 粗細 9 剛柔 10 疏密 11 輕重 12 深淺 13 濃淡等等，透過探索創作培養出自信. 審美. 鑑賞的能力。

**課程進度表：**(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)

次別	日期	時數	課程內容	教學目標
1	3/01	1.5 小時	日連夜	暖暖國介紹
2	3/08	1.5 小時	夢幻販賣機	敘述畫創作
3	3/15	1.5 小時	任意門	啟發想像力
4	3/22	1.5 小時	玩起來	認識世界地球日
5	3/29	1.5 小時	同樂會	團體活動
6	4/12	1.5 小時	一起擁抱	認識色相環
7	4/19	1.5 小時	飛翔	多媒材運用
8	4/26	1.5 小時	一份禮物	多媒組合設計
9	5/10	1.5 小時	溫柔的愛	愛的表現
10	5/17	1.5 小時	氛香趣	蓋印表現
11	5/24	1.5 小時	甜點	蠟筆漸層表現
12	5/31	1.5 小時	愛窩窩	卡通造型捏塑

**教學方法：**

**評量方式：**

**桃園市中正國民小學 112 學年度下學期**  
**課後社團 5-7 創意 3D 列印筆 社課程計畫表**

**課程目標與特色：**

鍛煉手眼腦協調性、增強動手能力、提高空間思維能力。打破傳統畫筆創作，採用最新畫畫工具，課程不需要特別技巧，最直接最簡單的立體創作，適合各年級兒童使用。一起在 2D 與 3D 的世界中穿梭！

**課程進度表：(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)**

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3 月 1 日	1.5 小時	運筆練習	點、線、面和數字的練習
2	3 月 8 日	1.5 小時	我的名牌	持筆的穩定度和線條的工整度
3	3 月 15 日	1.5 小時	酷炫眼鏡	從 2D 到 3D，練習點對點接合技巧
4	3 月 22 日	1.5 小時	腳踏車悠遊趣	點對點的接合，點對面的接合
5	3 月 29 日	1.5 小時	寶可夢杯墊	多色彩的搭配，緊鄰的線條不重疊
6	4 月 12 日	1.5 小時	公園休閒椅	鏤空的線條練習
7	4 月 19 日	1.5 小時	雕花置物盒	鏤空線條的進階版
8	4 月 26 日	1.5 小時	造型鑰匙圈	自創圖案並結合鑰匙圈
9	5 月 10 日	1.5 小時	母親節花束	2D 或 3D 的花束，送給母親的心意
10	5 月 17 日	1.5 小時	復古搖搖馬	面對面的接合須水平確保作品端正
11	5 月 24 日	1.5 小時	清涼消暑西瓜	弧度的接合，增加難度
12	5 月 31 日	1.5 小時	巴黎鐵塔	多層 3D 架構，結合成高塔的技巧性

**教學方法：**

使用 3D 列印筆，先指導學生 3D 線材產出原理與使用方式，練習下筆的描繪與斷筆的技巧，由點.線.面的全方位練習後，完成數字的成品即可達到初級過關，進階到圖案的描繪

**評量方式：**

每節課皆有指定主題，由 2D 進化到 3D，每周的指定主題達成目標，學生即可自由創作喜愛的作品，多多練習，會越來越精進並創意無限

# 桃園市中正國民小學 112 學年度下學期

## 課後社團 5-8 創意科研 社課程計畫表

### 課程目標與特色：

1. **編碼機器人大作戰**：透過程式編寫操控機器人進行挑戰，超音波和循線傳感器設計機械衛兵和進行迷宮挑戰，再利用伺服器馬達設計救援車，並透過積木組裝學習機械原理，創作毛刷機器人、振動怪獸、賽格威機器人。
2. **航空學院**：乘著夢想的翅膀翱翔天際，讓我們一起探索飛行的秘密，彈射飛機、直昇機、吸管飛機、滑翔機、迴旋機、西斯納飛機、閃電螺旋機、重心飛機，每堂課都能帶回有趣的航模玩個過癮。

### 課程進度表：(每週二節，每節 40 分鐘，含課間 10 分鐘)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	3 月 1 日	1.5 小時	機械跌跌樂	骨牌效應真驚人，連鎖反應跌跌樂。利用積木動手製作一個連鎖機關”機械跌跌樂”。
			之字型軌道機關	地心吸力真偉大，牛頓蘋果一家親。讓我們運用巧思、動手製作一個之字軌道吧！
2	3 月 8 日	1.5 小時	機械投石機	槓桿原理真神氣，阿基米德搬地球。讓我們仿效古人動手完成一個攻城利器—”機械投石機”。
			電流急急棒	電路迷宮真有趣，步步為營要慎行。利用簡易的材料自己動手製作一個電路迷宮，挑戰電流急急棒。
3	3 月 15 日	1.5 小時	振動儀應用	利用加裝偏心塊的方式，讓馬達運轉時產生振動，並且自己動手完成專屬個人的毛刷機器人。
			振動音叉	振動與音波本一家，透過振動原理，將其應用於生活中，完成個人的音波麥霸。
4	3 月 22 日	1.5 小時	千奇百怪	有些聲音聽起來心情愉悅，有些聲音聽起來毛骨悚然，有些聲音聽的到，有些則不然，同樣都是聲音，怎麼會有這麼大的差別呢？讓我們趕快去探索聲音的奧秘吧！
			自由落體	"看！是科寶！"抬頭一看，帥氣的科寶從天而降；"哇！機器人在畫畫！"再低頭一觀，靈活的振動機器人在紙上翩翩起舞，準備好跟我一起探索好玩的科學了嗎？LET' S GO!
5	3 月 29 日	1.5 小時	體感機器人	利用無線射頻技術，讓我們直接與機器人連線，一起來挑戰鋼鐵擂台吧。
			賽格威機器人	兩輪平衡賽格威，透過實際組裝及操作，瞭解賽格威機器人平衡的原理。
6	4 月 12 日	1.5 小時	振振有詞	平凡的一顆普通馬達，經過巧手一番加工，哇！一隻會振動的小怪獸就完成了，但是其中的緣由是甚麼呢？不要急，一起看了就知道。
			角動量陀螺儀	利用神奇的單手大車輪讓學生對角動量守恆產生興趣，利用機械陀螺儀來親自體會角動量的魅力。
7	4 月 19 日	1.5 小時	足球大戰	認識編碼的概念，瞭解如何編定程式、操控 MBOT 機器人。認識編碼軟體、機器人，體驗日新月異的勞動方式。
			緊急救護	瞭解工具車種類，用途，學習重複執行、聲光效果等程式設計操作。認識員警、消防員、醫護人員這些偉大的勞動者，認識說明勞動過程的工具。
8	4 月 26 日	1.5 小時	紅色警戒	學習程式設計中的條件判斷語句，學習安裝拆卸機器人的擴充組件。體驗各種新型感測器的應用方式，提升學生勞動技術。
			機械衛兵	認識超聲波的原理與運用，並利用 mBot 設計出一個以超聲波為感測器的衛兵，當衛兵偵查到入侵者後啟動武器系統進

				行攻擊。操作超聲波感測器，學習程式設計做為勞動中的有益工具，該如何有效應用。
9	5月10日	1.5小時	迷走森林	認識生活中的感測器，並利用 mBot 循線感測器的偵測功能讓 mBot 在沒有黑線的迷宮中尋找線索自主逃出迷宮。操作循線感測器，學習程式設計做為勞動中的有益工具，該如何有效應用。
			極限救援	認識伺服馬達，瞭解伺服馬達的原理，並利用 mBot 的伺服馬達結合單向機械設計出一個可以快速執行救援任務的救援車。改裝機器人、製作單向馬達，知曉勞動方法勞動技術能有效提高勞動效率和勞動成果。
10	5月17日	1.5小時	飛機總動員	用各式航模飛行器引起學生主動學習動機，並帶著小朋友認識飛機的四個基本構造及功能，並製作紙飛機實踐科學的原理。
			足球飛機	觀察伯努利浮球，藉由探究漂浮的原因，進而瞭解空氣流體力學，親手製作與眾不同的足球飛機，瞭解足球飛機的飛行原理，並比較不同的材質對飛行的影響。
11	5月24日	1.5小時	殭屍氣球	利用橡皮動力飛鷹引起動機，透過殭屍氣球的實驗讓學生實踐伯努利定律並瞭解機翼的秘密，最後動手製作紙片竹蜻蜓繼續好好玩科學。
			特技迴旋機	觀察迴旋機的飛行，思考其迴旋之原因，探究空氣與升降舵、方向舵之間的交互作用，並實際動手完成迴旋機，驗證今日所學。
12	5月31日	1.5小時	達文西飛行器	認識歷史上偉大的西方科學家—達芬奇，將他所構想的飛行器與現今已知的進行對比，透過竹蜻蜓的實驗，瞭解牛頓第三運動定律—作用力與反作用力的科學原理。
			牛頓 V.S. 達文西	利用幽浮飛碟引起動機，介紹偉大的科學家牛頓與達芬奇在科學上的重大事蹟，瞭解螺旋槳的應用，最後實際動手進行空氣螺旋槳的試飛。

#### 教學方法：

1. 以有趣活潑的引導式教學提升孩子對科學的興趣，引導孩子學習運用 STEM “提出問題→設計方案→解決問題”的科學思維方法。
2. 實踐「動手做，做中學」，並應用於生活當中。
3. 培養科學探究的興趣與熱忱、提升科學探究方法和基本知能、增進與人溝通表達、團隊合作及和諧相處的能力、激發獨立思考解決問題的能力、培養察覺和試探人與科技的互動關係。

#### 評量方式：

1. 培養學生科學探究的興趣與熱忱，並養成主動學習的習慣。
2. 提升學生科學探究方法和基本知能，並能應用於當前和未來的生活。
3. 培養學生愛護環境、珍惜資源及尊重生命的態度。
4. 增進學生與人溝通表達、團隊合作及和諧相處的能力。
5. 激發學生獨立思考、解決問題的能力。
6. 培養學生察覺和試探人與科技的互動關係。

# 編碼機器人大作戰

透過程式編寫操控機器人進行挑戰，並透過積木組裝學習機械原理，創作毛刷機器人、振動怪獸等.....

多米諾骨牌效應，一連串連鎖反應。實作<<積木跌跌樂>>操作。斜面的應用，當固定高度時，若斜角越小(斜面越平緩)或斜面越長，則越省力。實作<<之字軌道>>學習。



槓桿是一種簡單機械，槓桿分成三類。實作<<投石機>>學習三類槓桿。振動的強弱用振動量來衡量，振動量可以是振動體的位移、速度或加速度。創作<<毛刷機器人>>進行振動應用。



角動量，角動量為一種向量，具有方向性，其方向可以用右手定則判斷，四指為物體旋轉方向，大拇指則為角動量方向。



迷走森林，紅外線感應原理，利用不同顏色對紅外光的反射機制來判斷檢測區域是黑色還是其他顏色，左右電機根據兩輪差分邏輯來執行運動逃出迷宮。



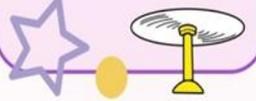
# 航空學院

乘著夢想的翅膀翱翔天際，讓我們一起探索飛行的秘密，每堂課都能帶回有趣的航模玩個過癮。

- 牛頓第一運動定律-「慣性定律」;牛頓第二運動定律-「運動定律」;牛頓第三運動定律-「作用與反作用定律」。



- 伯努利原理，流速大的地方壓力小，流速小的地方壓力大。透過手拉式竹蜻蜓、操作菸斗浮球、殭屍氣球實驗進行驗證。



- 反扭矩，當一個螺旋槳轉動時，空氣通過葉片會對發動機產生一個角速度相反的力，即扭矩。這個力會造成飛機沿著扭矩方向翻滾。扭矩對飛行的穩定性影響很大，工程師只能通過調節飛機副翼來配平扭矩。



- 空氣壓力，自行車和汽車輪胎中的氣壓能發揮緩衝吸震效果，以及牙科醫生使用的吹清器。

