

桃園市中正國民小學 113 學年度上學期
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，皆為上課時數**)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	9/25	1.5 小時	右撥左進 (一)	十的加法口訣〈加 9、8〉
2	10/02	1.5 小時	右撥左進 (二)	十的加法口訣〈加 7、6〉
3	10/09	1.5 小時	右撥左進 (三)	十的加法口訣〈加 5、4〉
4	10/16	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	10/23	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	10/30	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	11/06	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	11/13	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	11/20	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	11/27	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	12/04	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	12/11	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 (12/22)

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 (12/22)、讓每位學生有自信心肯定自己的實力。

113 上課後社團__3-1_珠心算_____社材料明細表

品 名	單位	數量	估 價		用 途 說 明
			單 價	總 價	
珠心算加減練習簿（珠心算加減入門 901 上冊、901 下冊、D111、心算各晉級書本 12 級～段位書本、珠算各晉級書本 12 級～段位書本） 會依小朋友的學習能力及程度作調整，領不同的書籍。	300	1	300	300	課堂教學 用書及回 家練習
合計	300	1	300	300	

桃園市中正國民小學 113 學年度上學期
課後社團 3-2 直排輪社課程計畫表

課程目標與特色：

透過直排輪課程，學習相關技巧，並且從運動當中，發揮團隊合作、跌倒後爬起來的精神

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	9/25	1.5 小時	認識直排輪	穿戴裝備、跌倒起立、安全煞車、前溜滑行
2	10/02	1.5 小時	基礎動作	勾腳溜、V 轉 A
3	10/09	1.5 小時	基礎動作	葫蘆型、繞圈
4	10/16	1.5 小時	競速動作	左腳推刀、右腳推刀
5	10/23	1.5 小時	競速動作	剪冰、剪冰繞圈
6	10/30	1.5 小時	競速動作	推刀剪冰
7	11/06	1.5 小時	速度過樁	前溜 S 型
8	11/13	1.5 小時	速度過樁	前溜葫蘆型
9	11/20	1.5 小時	速度過樁	後溜 S 型
10	11/27	1.5 小時	速度過樁	後溜葫蘆型
11	12/04	1.5 小時	速度過樁	前交叉
12	12/11	1.5 小時	總測驗	總複習、同樂會

教學方法：

透過玩樂、引導方式學習技能

評量方式：

無

桃園市中正國民小學 113 學年度上學期
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，皆為上課時數**)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	9/25	1.5 小時	認識足球	熱身，認識足球，協調訓練，點球一二三
2	10/02	1.5 小時	點球跳跳跳	點球來回，內側炒蛋，內側射門
3	10/09	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	10/16	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	10/23	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	10/30	1.5 小時	盤球你我他	雙腳內外側帶球，一對一過人射門
7	11/06	1.5 小時	盤球過山洞	直線快速帶球，一對一過人射門
8	11/13	1.5 小時	球舞足蹈	假動作帶球過人，二對一過人射門
9	11/20	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	11/27	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	12/04	1.5 小時	大力金剛腿	角球，邊界球，自由球，六公尺罰球
12	12/11	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 113 學年度上學期
課後社團 3-4 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，皆為上課時數**)

次別	日期	時數	單元名稱	課程內容
1	9/25	1.5 小時	扯鈴	基本運鈴、高低調鈴
2	10/02	1.5 小時	扯鈴	猴子翻跟斗
3	10/09	1.5 小時	扯鈴	金蟬脫殼
4	10/16	1.5 小時	扯鈴	魔術收鈴
5	10/23	1.5 小時	扯鈴	蜻蜓點水
6	10/30	1.5 小時	扯鈴	疊棉被
7	11/06	1.5 小時	扯鈴	拋鈴
8	11/13	1.5 小時	扯鈴	金雞上架
9	11/20	1.5 小時	扯鈴	蜘蛛結網
10	11/27	1.5 小時	扯鈴	小蜘蛛
11	12/04	1.5 小時	扯鈴	提燈籠
12	12/11	1.5 小時	扯鈴	成果驗收

教學方法：

由教師講解，分組練習，程度驗收。

評量方式：

招式示範驗收，最後一次成果驗收