

113 學年度嘉義縣東石國民中學七、八年級第一、二學期彈性學習課程 合唱 教學計畫表 設計者：洪喬婷 (表十二之一)

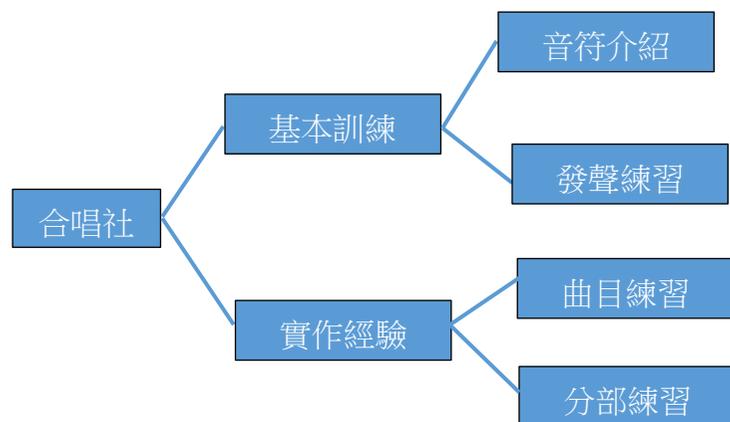
一、課程四類規範(一類請填一張)

1. 統整性課程 主題 專題 議題探究
2. 社團活動與技藝課程 (社團活動 技藝課程)
3. 其他類課程
 - 本土語文/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 領域補救教學

二、本課程每週學習節數：2

三、課程設計理念:學習發聲及合唱技巧、培養團隊合作精神

四、課程架構:



五、本學期課程內涵：

第一學期：

教學進度	單元/主題 名稱	總綱核心素養	連結領域(議題) 學習表現	學習目標	教學重點 (學習活動內容及實施方式)	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
1-3 週	介紹音符 與樂譜	A1 身心素質 與自我精進	藝術領域 音 1-IV-1 能理 解音樂符號並回 應指 揮，進行歌	讓學生了解音符與術 語，進行基礎音階練唱	音符與樂譜認識。 合唱的基本概念	學習態度 實作評量	教師示 範

			唱及演奏，展現音樂美感意識。				
4-6 週	發聲練習及音域分部	A1 身心素質與自我精進	藝術領域 音 1-IV-1 能理解音樂符號並回應指揮，進行歌唱及演奏，展現音樂美感意識。	讓學生進行發聲練習及依照音域進行小組練唱	介紹基礎發聲技巧 進行音域測試 依音域分組小組練唱	學習態度 實作評量	教師示範
7-10 週	分部練習	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	藝術領域 音 1-IV-1 能理解音樂符號並回應指揮，進行歌唱及演奏，展現音樂美感意識。 音 2-IV-1 能使用適當的音樂語彙，賞析各類音樂作品，體會藝術文化之美。	讓學生進行分部練唱及透過樂曲欣賞體會音樂之美。	介紹歌曲-勇氣之歌的曲風、節奏、旋律。 分部練唱勇氣之歌。	學習態度 實作評量	自編 教師示範
11-14 週	分部練習	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	藝術領域 音 1-IV-1 能理解音樂符號並回應指揮，進行歌唱及演奏，展現音樂美感意識。 音 2-IV-1 能使用適當的音樂語彙，賞析各類音樂作品，體會藝術文化之美。	讓學生進行分部練唱及透過樂曲欣賞體會音樂之美。	介紹歌曲-夜空中最亮的星的曲風、節奏、旋律。 分部練唱夜空中最亮的星。	學習態度 實作評量	自編 教師示範
15-18 週	分部練習	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係	藝術領域 音 1-IV-1 能理解音樂符號並回	讓學生進行分部練唱及透過樂曲欣賞體會	介紹歌曲-感恩的心的曲風、節奏、旋律。	學習態度 實作評量	自編 教師示範

		與團隊合作	應指揮，進行歌唱及演奏，展現音樂美感意識。 音 2-IV-1 能使用適當的音樂語彙，賞析各類音樂作品，體會藝術文化之美。	音樂之美。	分部練唱感恩的心。		
19-21 週	二聲部和聲練習	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	藝術領域 音 1-IV-1 能理解音樂符號並回應指揮，進行歌唱及演奏，展現音樂美感意識。 音 1-IV-2 能融入傳統、當代或流行音樂的風格，改編樂曲，以表達觀點。	讓學生進行和聲練習並將歌曲融入不同樂器演奏進行練唱。	二聲部進行和聲練唱。 歌曲-感恩的心加入小提琴重新編曲進行練唱。 歌曲-勇氣之歌及夜空中最亮的星加入鋼琴重新編曲進行練唱。	學習態度 實作評量	自編 教師示範

※身心障礙類學生: 無

有-智能障礙(0)人、學習障礙(0)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生: 無

有-(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫):

特教老師簽名:

普教老師簽名: 洪喬婷

第二學期:

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題)學習表現	學習目標	教學重點 (學習活動內容及實施方式)	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
1-3 週	發聲練習 及音域分 部	A1 身心素質 與自我精進	藝術領域 音 1-IV-1 能理 解音樂符號並回 應指揮，進行歌 唱及演奏，展現 音樂美感意識。	讓學生進行發聲練習 及依照音域進行小組 練唱	介紹基礎發聲技巧 進行音域測試 依音域分組小組練唱	學習態度 實作評量	教師示 範
4-6 週	分部練習	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係 與團隊合作	藝術領域 音 1-IV-1 能理 解音樂符號並回 應指揮，進行歌 唱及演奏，展現 音樂美感意識。 音 2-IV-1 能使 用適當的音樂語 彙，賞析各類音 樂作品，體會藝 術文化之美。	讓學生進行分部練唱 及透過樂曲欣賞體會 音樂之美。	介紹歌曲-國歌的節奏、 旋律。 分部練唱國歌。		
7-10 週	分部練習	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係 與團隊合作	藝術領域 音 1-IV-1 能理 解音樂符號並回 應指揮，進行歌 唱及演奏，展現 音樂美感意識。 音 2-IV-1 能使 用適當的音樂語 彙，賞析各類音 樂作品，體會藝 術文化之美。	讓學生進行分部練唱 及透過樂曲欣賞體會 音樂之美。	介紹歌曲-給夢想的一雙 翅膀的曲風、節奏、旋律。 分部練唱給夢想的一雙 翅膀。	學習態度 實作評量	自編 教師示 範
11-14 週	分部練習	A1 身心素質	藝術領域	讓學生進行分部練唱	介紹歌曲-城南送別的曲	學習態度	自編

		與自我精進 C2 人際關係 與團隊合作	音 1-IV-1 能理解音樂符號並回應指揮，進行歌唱及演奏，展現音樂美感意識。 音 2-IV-1 能使用適當的音樂語彙，賞析各類音樂作品，體會藝術文化之美。	及透過樂曲欣賞體會音樂之美。	風、節奏、旋律。 分部練唱給城南送別。	實作評量	教師示範
15-18 週	三聲部和聲練習	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係 與團隊合作	藝術領域 音 1-IV-1 能理解音樂符號並回應指揮，進行歌唱及演奏，展現音樂美感意識。 音 1-IV-2 能融入傳統、當代或流行音樂的風格，改編樂曲，以表達觀點。	讓學生進行和聲練習並將歌曲融入不同樂器演奏進行練唱。	三聲部進行和聲練唱。 歌曲-城南送別加入二胡重新編曲進行練唱。 歌曲-給夢想的一雙翅膀加入鋼琴重新編曲進行練唱。	學習態度 實作評量	自編 教師示範
19-20 週	發表	B2 科技資訊 與媒體素養 B3 藝術涵養 與美感素養	藝術領域 音 1-IV-1 能理解音樂符號並回應指揮，進行歌唱及演奏，展現音樂美感意識。 音 3-IV-2 能運用科技媒體蒐集藝文 資訊或聆賞音樂，以培養自主學習音樂的興趣與發展。	讓學生使用平板搜尋歌曲並將歌曲演唱錄製。	1. 將學生分成 5 組 2. 使用平板搜尋要演唱的歌曲 3. 練習並錄製歌曲 4. 使用編輯軟體加入音樂後製 5. 課堂發表	學習態度 實作評量	Youtube canva

※身心障礙類學生：無

有-智能障礙(0)人、學習障礙(0)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生：無

有-(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫)：

特教老師簽名：

普教老師簽名：洪喬婷

註：請分別列出第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。

113 學年度嘉義縣東石國民中學七、八年級第一、二學期彈性學習課程 足球 教學計畫表 設計者：顏智遠 (表十二之一)

一、課程四類規範(一類請填一張)

1. 統整性課程 主題 專題 議題探究)

2. 社團活動與技藝課程 (社團活動 技藝課程)

3. 其他類課程

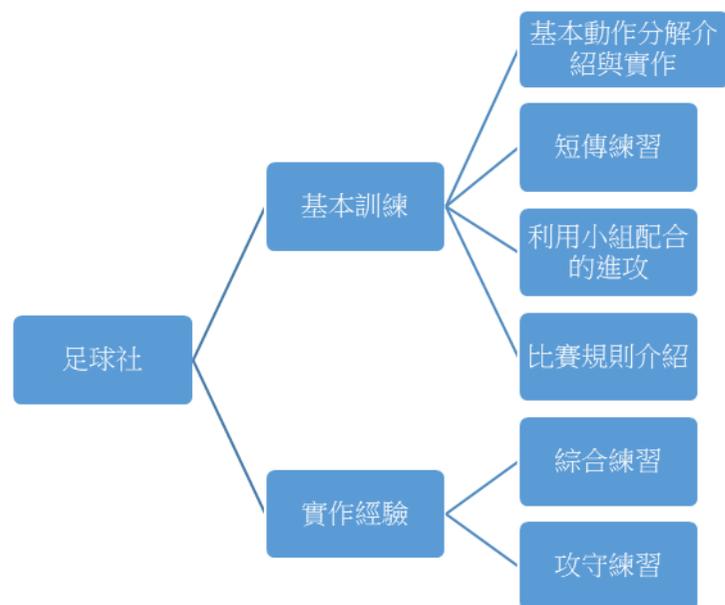
本土語文/新住民語文 服務學習 戶外教育 班際或校際交流 自治活動 班級輔導

學生自主學習 領域補救教學

二、本課程每週學習節數：2

三、課程設計理念:學習足球技巧、強健體魄、培養團隊精神

四、課程架構:



五、本學期課程內涵：

第一學期：

教學進度	單元/主題 名稱	總綱核心素養	連結領域(議題) 學習表現	學習目標	教學重點 (學習活動內容及實施方式)	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
1-2 週	介紹本學 期課程	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育 1c-IV-1 了解各 項運動基礎原理 和規則。	讓學生了解課堂規範	介紹上課方式，與應準備 的器材	學習態度 口頭發問	自編
3-4 週	基本動作 分解介紹 與實作	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育 1c-IV-1 了解各 項運動基礎原理 和規則。	讓學生了解足球基本 動作要領	認識足球基本動作	學習態度 實作評量	教師示 範
5-6 週	短傳練習	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育 1d-IV-1 了解各 項運動技能原 理。 4d-IV-1 發展適 合個人之專項運 動技能。	讓學生了解足球短傳 動作要領及培養小組 默契	認識足球短傳基本動作	學習態度 實作評量	教師示 範
7-8 週	利用小組 配合的進 攻	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育 1d-IV-3 應用運動 比賽的各項策 略。 4d-IV-1 發展適 合個人之專項運 動技能。	讓學生了解足球小組 配合進攻的基本動作 要領	認識足球小組配合進攻 的基本動作	學習態度 實作評量	自編
9-10 週	綜合練習	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育 1d-IV-3 應用運 動比賽的各項策 略。 3c-IV-2 發展動	讓學生了解足球基本 動作要領	熟練足球發球基本動作	學習態度 實作評量	自編

			作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。				
11-12 週	比賽規則介紹	A2 系統思考與解決問題	健康與體育 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	讓學生了解足球比賽規則注意事項	規則分解說明	口頭討論 學習態度	自編
13-14 週	基本動作練習	A2 系統思考與解決問題	健康與體育 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	讓學生了解足球基本動作要領	認識足球攻守基本動作	學習態度 實作評量	教師示範
15-16 週	攻守練習	A2 系統思考與解決問題	健康與體育 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	讓學生了解足球攻守動作要領	熟練足球發球基本動作	學習態度 實作評量	教師示範
17-19 週	基本動作練習	A2 系統思考與解決問題	健康與體育 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	讓學生了解足球基本動作要領	認識足球攻守基本動作	學習態度 實作評量	教師示範
20-21 週	綜合練習	A2 系統思考與解決問題	健康與體育 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。	藉由分組比賽讓學生了解比賽規則制度	熟練足球發球基本動作	學習態度 實作評量	自編

※身心障礙類學生：無

有-智能障礙(0)人、學習障礙(8)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生: ■無

□有-(自行填入類型/人數,如一般智能資優優異2人)

※課程調整建議(特教老師填寫):

1. 小組教學時, 安排 1-2 位友善同儕, 協助特殊生完成相關學習單與活動。
2. 課程中給予多元的提示方式, 例如: 示範、視覺提示、具體且直接的指令…等。
3. 操作器材時, 可以請同儕指導, 教師將過程進行工作分析, 提供鷹架協助達成目標。

特教老師簽名: 陳奕宗

普教老師簽名: 顏智遠

第二學期:

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題) 學習表現	學習目標	教學重點 (學習活動內容及實施方式)	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
1-2 週	介紹本學 期課程	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育 1c-IV-1 了解各 項運動基礎原理 和規則。	讓學生了解課堂規範	介紹上課方式, 與應準備 的器材	學習態度 口頭討論	自編
3-4 週	基本動作 分解介紹 與實作	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育 1c-IV-1 了解各 項運動基礎原理 和規則。	讓學生了解足球基本 動作要領	認識足球基本動作	學習態度 實作評量	教師示 範
5-6 週	短傳練習	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育 1d-IV-1 了解各 項運動技能原 理。 4d-IV-1 發展適 合個人之專項運 動技能。	讓學生了解足球短傳 動作要領及培養小組 默契	認識足球短傳基本動作	學習態度 實作評量	教師示 範
7-8 週	利用小組	A2 系統思考	健康與體育	讓學生了解足球小組	認識足球小組配合進攻	學習態度	教師示

	配合的進攻	與解決問題	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	配合進攻的基本動作要領	的基本動作	實作評量	範
9-10 週	綜合練習	A2 系統思考與解決問題	健康與體育 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。	讓學生了解足球基本動作要領	熟練足球發球基本動作	學習態度 實作評量	教師示範
11-12 週	比賽規則介紹	A2 系統思考與解決問題	健康與體育 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	讓學生了解足球比賽規則注意事項	規則分解說明	學習態度 實作評量	教師示範
13-14 週	基本動作練習	A2 系統思考與解決問題	健康與體育 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	讓學生了解足球基本動作要領	認識足球攻守基本動作	學習態度 實作評量	教師示範
15-16 週	攻守練習	A2 系統思考與解決問題	健康與體育 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	讓學生了解足球攻守動作要領	熟練足球發球基本動作	學習態度 實作評量	教師示範
17-18 週	基本動作練習	A2 系統思考與解決問題	健康與體育 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	讓學生了解足球基本動作要領	認識足球攻守基本動作	學習態度 實作評量	教師示範

19-20 週	綜合練習	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育 1d-IV-3 應用運 動比賽的各項策 略。 3c-IV-2 發展動 作創作和展演的 技巧，展現個人 運動潛能。	藉由分組比賽讓學生 了解比賽規則制度	熟練足球發球基本動作	學習態度 實作評量	自編
---------	------	------------------	---	-----------------------	------------	--------------	----

※身心障礙類學生：無

有-智能障礙(0)人、學習障礙(8)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生：無

有-(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫)：

1. 小組教學時，安排 1-2 位友善同儕，協助特殊生完成相關學習單與活動。
2. 課程中給予多元的提示方式，例如：示範、視覺提示、具體且直接的指令…等。
3. 操作器材時，可以請同儕指導，教師將過程進行工作分析，提供鷹架協助達成目標。

特教老師簽名：陳奕宗

普教老師簽名：顏智遠

註：請分別列出第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。

113 學年度嘉義縣東石國民中學七、八年級第一、二學期彈性學習課程 健康好漾 教學計畫表 設計者：鄭菟勻 (表十二之一)

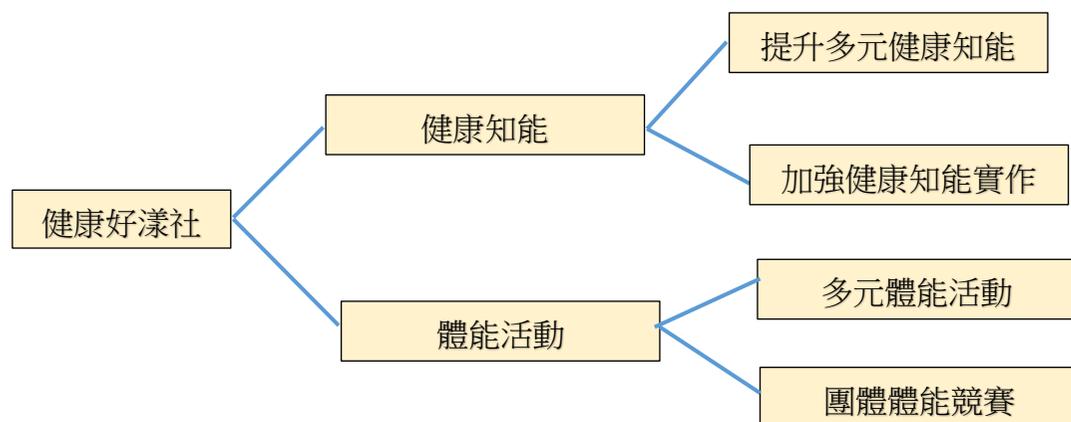
一、課程四類規範(一類請填一張)

1. 統整性課程 主題 專題 議題探究)
2. 社團活動與技藝課程 (.社團活動 技藝課程)
3. 其他類課程
 - 本土語文/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 領域補救教學

二、本課程每週學習節數：2

三、課程設計理念:學習發聲及合唱技巧、培養團隊合作精神

四、課程架構:



五、本學期課程內涵：

第一學期：

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題)學習表現	學習目標	教學重點 (學習活動內容及實施方式)	評量方式	教學資源/ 自編自選教材或學習單
1-3 週	健康體位GO_簡介、健康體測量	A1 身心素質與自我精進	健體領域 健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛	了解健康的目的與執行策略，並能執行健康目標。	1. 強化學生對健康概念與重要性的認識。 2. 分組監測體位，擬定改善體位之策略。	學習態度 實作評量 學習單	教師示範

			能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。				
4-6 週	藥物安全與避免毒害	A1 身心素質與自我精進	健體領域 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。	認識正確藥物的使用，並能應用在生活。	分辨藥物安全與藥物毒害，並進行實務操作。	學習態度 實作評量 學習單	教師示範
7-10 週	中西醫探索趣(含學生實作)	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	健體領域 健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。	認識中西醫的差異，並讓學生分組進行中西醫實作。	介紹中西醫的差異，並從針灸實作體驗中體驗健康的重要性。	學習態度 實作評量 學習單	自編 教師示範
11-14 週	我吃的安全嗎?	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	健體領域 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育	讓學生討論食安的重要性與探討如何吃得安全。	介紹食品安全的應用，讓學生能從生活中學習如何吃得正確。	學習態度 實作評量 學習單	自編 教師示範

			與健康的問題。				
15-18 週	活用的解剖生理學	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係 與團隊合作	健體領域 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。	認識身體的器官與結構，了解各器官的作用性。	介紹身體的生理機能，了解器官運轉作用及認識如何養護各器官的方法。	學習態度 實作評量 學習單	自編 教師示範
19-21 週	健康體位比賽及期末慶賀	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係 與團隊合作	健體-J-C1 具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。	讓學生進行健康體位的監測與比賽，並於期末分組測驗與成果慶賀。	1. 認識健康體位的重要性，並能在生活中自我監測，維持良好健康體位之習慣。 2. 課堂發表	學習態度 實作評量	教師示範 成果展現

※身心障礙類學生: 無

有-智能障礙(0)人、學習障礙(0)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生: 無

有-(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫):

特教老師簽名:

普教老師簽名: 鄭菟勻

第二學期：

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題) 學習表現	學習目標	教學重點 (學習活動內容及實施方式)	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
1-3 週	我吃對食物了嗎?	A1 身心素質 與自我精進	健體領域 健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。	認識食物對身體療效的功用，並能正確選擇食物，在生活中吃得健康。	1. 介紹天然食物的療效與健康食品的差異。 2. 學習辨識健康食物的原則與應用。	學習態度 實作評量 學習單	教師示範
4-6 週	測量血壓 脈搏我最行	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係 與團隊合作	健體領域 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。	認識血壓脈搏之測量，並能實際操作相關技能，應用在生活照護中。	1. 介紹血壓與脈搏的基礎知能。 2. 分組練習實作。	學習態度 實作評量 學習單	教師示範
7-10 週	COVID-19 自我防護之道	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係 與團隊合作	健體領域 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。	透過洗手的自我防護，提升學生保護防衛病毒之道。	1. 介紹 COVID-19 的基本之能與影響。 2. 實際操作正確的洗手方式。	學習態度 實作評量 學習單	自編 教師示範

11-14 週	壓力調適	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係 與團隊合作	健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。	能分辨壓力之源頭與處理壓力之方法，並能應用照護生活中的自我情緒。	介紹壓力的來源，並習得調適壓力的自我情緒管理能力。	學習態度 實作評量 學習單	自編 教師示範
15-18 週	按按身體 真舒暢	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係 與團隊合作	健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。	認識身體穴道的位置與作用，透過正確的按摩方式實作體驗。	透過穴道的實作按摩，養成自我照護之能力	學習態度 實作評量 學習單	自編 教師示範
19-20 週	急救外傷 簡易處理 & 健康體位 比賽及期 末慶賀	B2 科技資訊 與媒體素養 B3 藝術涵養 與美感素養	健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。	能正確操作急救的外傷處理，並應用在生活中，照護自己及他人。	6. 認識急救外傷的應變之道與處理方式。 7. 課堂發表	心得發表	教師示範 成果展現

※身心障礙類學生: 無

有-智能障礙(0)人、學習障礙(0)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生: 無

有-(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫):

特教老師簽名:

普教老師簽名: 鄭菀勻

註: 請分別列出第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。

參、彈性學習課程計畫(校訂課程)

113 學年度嘉義縣東石國民中學七、八年級第一二學期彈性學習課程_社團活動~品德勵志社團__教學計畫表 設計者：劉佳維
(表十二之一)

一、課程四類規範(一類請填一張)

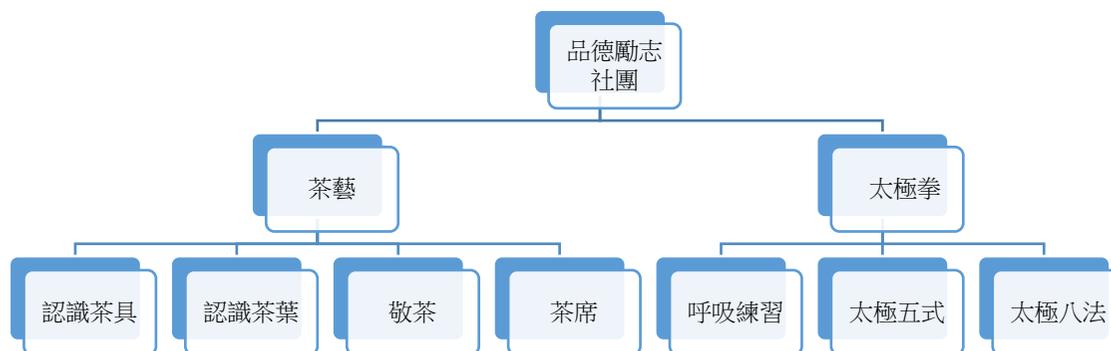
- 統整性課程 (主題 專題 議題探究)
- 社團活動與技藝課程 (社團活動 技藝課程)
- 其他類課程
 本土語文/新住民語文 服務學習 戶外教育 班際或校際交流 自治活動 班級輔導
 學生自主學習 領域補救教學

二、本課程每週學習節數：2 節

三、課程設計理念：

- (一) 藉由一系列課程與教學活動，首重穩定學生情緒、陶冶良好品格，並於潛移默化中有效培育其倫理道德觀念與感恩、惜福等慈善之心，期能營造一個知書達理、善良、和諧與健康的優質社會。
- (二) 提供學生多元彈性活動或適性教育課程，以提升學生的學習興趣與動機、學習的自信及有效的學習方法，並促進學生心理健康，使其樂在學習。
- (三) 藉教育活動之多元探索，透過彈性教學方法，增進學生的學習興趣及自信，並促進學生心理健康，協助學生適應現行學制課程，增強學生對學校學習情境之向心力，開發學生多元潛能。
- (四) 課程活動設計原則以提高學生學習動機為前提，提升其自我效能為依歸，且不以正式課程取向為限制。

四、課程架構：(請參閱本縣課程計畫平台公告範例)



五、本學期課程內涵
第一學期

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題)學習表現	學習目標	教學重點 (學習活動內容及實施方式)	評量方式	教學資源/自編 自選教材或學習單
1-2 週	茶藝課-- 茶文化概 論	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與 美感素養	1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	1. 探究茶的起源。 2. 探究台灣茶的起源。	1. 茶的起源 2. 台灣茶的起源	實作	自編學習單
3-4 週	茶藝課-- 敬茶	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與 美感素養	1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	1. 察覺茶與人類活動的關係。 2. 察覺由不同自然環境，而產出的台灣常見茶的種類	1. 茶與人類活動的關係 2. 台灣常見茶的種類	實作	自編學習單
5-6 週	茶藝課-- 茶席的基本概念	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與 美感素養	1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長 家 Ab-IV-2 飲食	1. 學會泡出好喝的茶葉 2. 可以拉近學生與食物、農業、自然及土地的關係。	茶席的基本概念 泡茶流程及方式	實作	自編學習單

			的製備與創意運用。				
7-8 週	茶藝課-- 茶藝練習	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與 美感素養	1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	1. 學會泡出好喝的茶葉 2. 可以拉近學生與食物、農業、自然及土地的關係，讓每一位學生都能成為健康幸福的樂活飲食生活達人。	茶藝練習	實作	自編學習單
9-10 週	茶藝課-- 選茶泡茶 品茗	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與 美感素養	1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	1. 學會泡出好喝的茶葉 2. 可以拉近學生與食物、農業、自然及土地的關係，讓每一位學生都能成為健康幸福的樂活飲食生活達人。	選茶、泡茶、品茗	實作	自編學習單
11-12 週	太極拳	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與 美感素養	體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 表 1-IV-1 能運用特定元素、形式、技巧與肢體語彙發展多元能力。	學會太極拳基本步法與手型。	1、肌耐力與柔軟度訓練。 2、太極基礎動作練習。 3、腹式呼吸練習。	隨機抽考動作招式名稱	自選教材

13-14 週	太極拳	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與 美感素養	體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 表 1-IV-1 能運用特定元素、形式、技巧與肢體語彙發展多元能力。	1、能馬步蹲維持 50 秒、弓步蹲維持 50 秒。 2、了解太極原理，及腹式呼吸訓練。	1、肌耐力與柔軟度訓練。 2、太極基礎動作練習。 3、腹式呼吸練習。	隨機抽考動作招式名稱	自選教材
15-16 週	太極拳	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與 美感素養	體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 表 1-IV-1 能運用特定元素、形式、技巧與肢體語彙發展多元能力。	太極五步：左顧、右盼、前進、後退和中定。	1、肌耐力與柔軟度訓練。 2、太極基礎動作練習。 3、腹式呼吸練習。	隨機抽考動作招式名稱	自選教材
17-18 週	太極拳	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與 美感素養	體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 表 1-IV-1 能運用特定元素、形式、技巧與肢體	太極八法：棚、掙、擠、按、采、捩、肘、靠。	1、肌耐力與柔軟度訓練。 2、太極基礎動作練習。 3、腹式呼吸練習。	隨機抽考動作招式名稱	自選教材

			語彙發展多元能力。				
19-20 週	太極拳	A1 身心素質與自我精進 B3 藝術涵養與美感素養	體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 表 1-IV-1 能運用特定元素、形式、技巧與肢體語彙發展多元能力。	基本手型： (1)拳-順纏拳、逆纏拳。 (2)掌-順纏掌、逆纏掌。 (3)鉤-旁鉤手	1、肌耐力與柔軟度訓練。 2、太極基礎動作練習。 3、腹式呼吸練習。	隨機抽考動作招式名稱	自選教材

※身心障礙類學生：

有-智能障礙(0)人、學習障礙(2)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生：■無

※課程調整建議(特教老師填寫)：

1. 小組教學時，安排 1-2 位友善同儕，協助特殊生完成相關學習單與活動。
2. 課程中給予多元的提示方式，例如：示範、視覺提示、具體且直接的指令…等。

特教老師簽名：陳奕宗

普教老師簽名：劉佳維

第二學期

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題)學習表現	學習目標	教學重點 (學習活動內容及實施方式)	評量方式	教學資源/自編自選教材或學習單
1-2 週	茶藝課-- 製作茶葉的過程	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	1. 了解茶葉的製作歷程與改變情形。 2. 了解製茶各項步驟的方法與目的。	1. 茶葉的製作歷程 2. 製茶各項步驟的方法與目的	實作	自編學習單
3-4 週	茶藝課-- 認識茶具	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	1. 觀察茶具的樣貌。 2. 了解各種茶具的名稱與使用方式。	1. 茶具的樣貌 2. 茶具名稱與使用方式	實作	自編學習單
5-6 週	茶藝課-- 茶席的基本概念	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與美感素養	1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長 家 Ab-IV-2 飲食	1. 了解茶席的定義與規劃。 2. 利用物件美化個人茶席的布置。	1. 茶席的定義與規畫 2. 茶席的布置	實作	自編學習單

			的製備與創意運用。				
7-8 週	茶藝課-- 奉茶禮儀	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與 美感素養	1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	1. 探究泡茶技巧。 2. 探究品茶技巧。 3. 體驗奉茶禮儀。	1. 泡茶技巧 2. 品茶技巧 3. 奉茶禮儀	實作	自編學習單
9-10 週	茶藝課— 認識不同的茶葉	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與 美感素養	1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	1. 體驗紅茶、綠茶、烏龍茶、鐵觀音、包種茶，不同茶類帶來的色、香、味感受。 2. 體會茶為生活帶來的心靈舒適(紅茶、綠茶、烏龍茶、鐵觀音、包種茶)	1. 紅茶 2. 綠茶 3. 烏龍茶 4. 鐵觀音 5. 包種茶	實作	自編學習單
11-12 週	太極拳	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與 美感素養	體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 表 1-IV-1 能運用特定元素、形式、技巧與肢體語彙發展多元能力。	1、了解呼吸律動在太極拳裡的重要性。 2、了解太極拳五步中的意涵。 3、孰記每一招式動作要領，並記住動作名稱。	1. 複習：太極五步 2、太極基礎動作練習。 3、腹式呼吸練習。	隨機抽考動作招式名稱	自選教材

13-14 週	太極拳	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與 美感素養	體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 表 1-IV-1 能運用特定元素、形式、技巧與肢體語彙發展多元能力。	1、了解呼吸律動在太極拳裡的重要性。 2、了解太極拳八法中的意涵。 3、孰記每一招式動作要領，並記住動作名稱。	1. 複習：太極八法 2、太極基礎動作練習。 3、腹式呼吸練習。	隨機抽考動作招式名稱	自選教材
15-16 週	太極拳	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與 美感素養	體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 表 1-IV-1 能運用特定元素、形式、技巧與肢體語彙發展多元能力。	1、學習太極八式第 1~2 式動作。 2、了解太極拳動作中的要領。 3、孰記每一招式動作要領、確實做出分段動	1、太極八式第 1~2 式動作練習。 2、腹式呼吸練習。	隨機抽考動作招式名稱	自選教材
17-18 週	太極拳	A1 身心素質 與自我精進 B3 藝術涵養 與 美感素養	體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 表 1-IV-1 能運用特定元素、形式、技巧與肢體	1、學習太極八式第 3~4 式動作。 2、了解太極拳動作中的要領。 3、孰記每一招式動作要領、確實做出分段動	1、太極八式第 3~4 式動作練習。 2、腹式呼吸練習。	隨機抽考動作招式名稱	自選教材

			語彙發展多元能力。				
19-20 週	太極拳	A1 身心素質與自我精進 B3 藝術涵養與美感素養	體 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 表 1-IV-1 能運用特定元素、形式、技巧與肢體語彙發展多元能力。	1、學習太極八式第 5~6 式動作。 2、了解太極拳動作中的要領。 3、孰記每一招式動作要領、確實做出分段動	1、太極八式第 5~6 式動作練習。 2、腹式呼吸練習。	隨機抽考動作招式名稱	自選教材

※身心障礙類學生：

有-智能障礙(0)人、學習障礙(2)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生：■無

※課程調整建議(特教老師填寫)：

1. 小組教學時，安排 1-2 位友善同儕，協助特殊生完成相關學習單與活動。
2. 課程中給予多元的提示方式，例如：示範、視覺提示、具體且直接的指令…等。

特教老師簽名：陳奕宗

普教老師簽名：劉佳維

113 學年度嘉義縣東石國民中學七年級第一二學期彈性學習課程 社團活動~烹飪社 教學計畫表 設計者：江翠琴 (表十二之一)

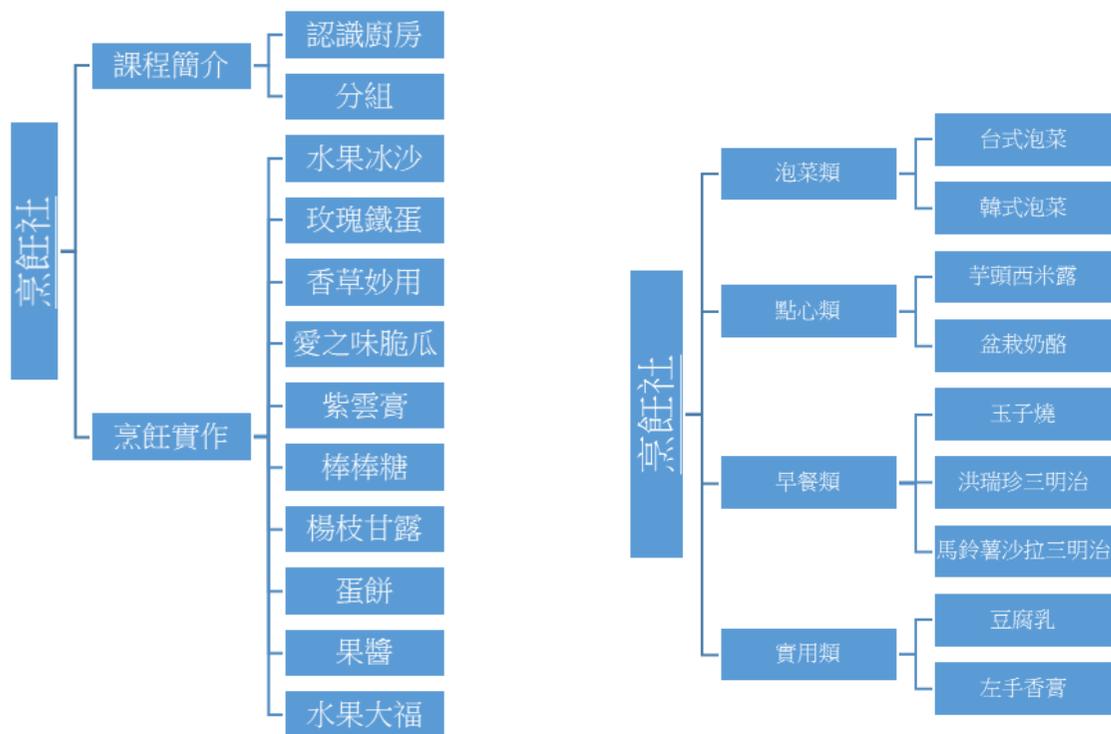
一、課程四類規範(一類請填一張)

1. 統整性課程 (主題 專題 議題探究)
2. 社團活動與技藝課程 (社團活動 技藝課程)
3. 其他類課程
 - 本土語文/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 領域補救教學

二、本課程每週學習節數:2

三、課程設計理念：

四、課程架構：



五、本學期課程內涵

第一學期：

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題)學習表現	學習目標	教學重點 (學習活動內容及實施方式)	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
第 1 週	認識廚房、分組、選小組長	A1 身心素質與自我精進 A3 規劃執行與創新應變 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	1. 安全使用廚房整理歸位 2. 學會整理	3. 知道廚房工具擺放位置 4. 能將工具歸位 5. 能安全使用瓦斯	老師檢查 評分	學習單
第 2-3 週	水果冰沙 DIY	A1 身心素質與自我精進 A3 規劃執行與創新應變 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	1. 學會水果的挑選及水果冰沙的製作方法 2. 可以拉近學生與食物、農業、自然及土地的關係，讓每一位學生都能成為健康幸福的樂活飲食生活達人。 3. 5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康 美味料理	1. 能依食譜配製材料 2. 能依製作流程完成作品 3. 能整理歸位用具	上台報告 分享美味的冰沙 各組評分	學習單
第 4-5 週	玫瑰鐵蛋 DIY	A1 身心素質與自我精進 A3 規劃執行與創新應變	生活課程 家庭教育 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元	1. 學會蛋的挑選及玫瑰鐵蛋的製作方法 2. 可以拉近學生與食物、農業、自然及	1. 能依食譜配製材料 2. 能依製作流程完成作品 3. 能整理歸位用具	上台報告 分享美味的玫瑰鐵蛋各組評分	學習單

		C2 人際關係與團隊合作	能力，接納自我，以促進個人成長 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	土地的關係，讓每一位學生都能成為健康幸福的樂活飲食生活達人。			
第 6-7 週	香草妙用	A1 身心素質與自我精進 A3 規劃執行與創新應變 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	1. 學會泡出好喝的香草茶做法 2. 可以拉近學生與食物、農業、自然及土地的關係，讓每一位學生都能成為健康幸福的樂活飲食生活達人。 3. 5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康美味料理	1. 能依食譜配製材料 2. 能依製作流程完成作品 3. 能整理歸位用具	上台報告 分享美味的香草茶 各組評分	學習單
第 8-9 週	愛之味脆瓜 DIY	A1 身心素質與自我精進 A3 規劃執行與創新應變 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。	1. 學會做出美味的愛之味脆瓜做法 2. 可以拉近學生與食物、農業、自然及土地的關係，讓每一位學生都能成為健康幸福的樂活飲食生活達人。 3. 5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康美味料理	1. 能依食譜配製材料 2. 能依製作流程完成作品 3. 能整理歸位用具	上台報告 分享美味的愛之味脆瓜 各組評分	學習單
第 10-11	紫雲膏	A1 身心素質與	生活課程	1. 學會做出紫雲膏做	1. 能依食譜配製材料	上台報告	學習單

週	DIY	自我精進 A3 規劃執行 與創新應變 C2 人際關係與 團隊合作	家庭教育 1a-IV-2 展現自 己的興趣與多元 能力，接納自 我，以促進個人 成長 家 Ac-IV-1 食品 標示與加工食品 之認識、利用， 維護飲食安全的 實踐策略及行 動。	法 2. 可以拉近學生與食 物、農業、自然及土 地的關係，讓每一位 學生都能成為健康幸 福的樂活飲食生活達 人。	2. 能依製作流程完成作 品 3. 能整理歸位用具	分享實用的 紫雲膏 各組評分	
第 12-13 週	棒棒糖 DIY	A1 身心素質 與自我精進 A3 規劃執行 與創新應變 C2 人際關係與 團隊合作	生活課程 家庭教育 1a-IV-2 展現自 己的興趣與多元 能力，接納自 我，以促進個人 成長 家 Ac-IV-1 食品 標示與加工食品 之認識、利用， 維護飲食安全的 實踐策略及行 動。	1. 學會做出棒棒糖做 法 2. 可以拉近學生與食 物、農業、自然及土 地的關係，讓每一位 學生都能成為健康幸 福的樂活飲食生活達 人。	1. 能依食譜配製材料 2. 能依製作流程完成作 品 3. 能整理歸位用具	上台報告 分享美味的 棒棒糖 各組評分	學習單
第 14-15 週	楊枝甘露 DIY	A1 身心素質 與自我精進 A3 規劃執行 與創新應變 C2 人際關係與 團隊合作	生活課程 家庭教育 1a-IV-2 展現自 己的興趣與多元 能力，接納自 我，以促進個人 成長 家 Ab-IV-2 飲食	1. 學會做出楊枝甘露 做法 2. 可以拉近學生與食 物、農業、自然及土 地的關係，讓每一位 學生都能成為健康幸 福的樂活飲食生活達 人。	1. 能依食譜配製材料 2. 能依製作流程完成作 品 3. 能整理歸位用具	上台報告 分享美味的 楊枝甘露 各組評分	學習單

			的製備與創意運用。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	3. 5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康美味料理			
第 16-17 週	蛋餅 DIY	A1 身心素質與自我精進 A3 規劃執行與創新應變 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	1. 學會蛋餅做法 2. 可以拉近學生與食物、農業、自然及土地的關係，讓每一位學生都能成為健康幸福的樂活飲食生活達人。	1. 能依食譜配製材料 2. 能依製作流程完成作品 3. 能整理歸位用具	上台報告 分享美味的蛋餅 各組評分	學習單
第 18-19 週	果醬 DIY	A1 身心素質與自我精進 A3 規劃執行與創新應變 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	1. 學會果醬做法 2. 可以拉近學生與食物、農業、自然及土地的關係，讓每一位學生都能成為健康幸福的樂活飲食生活達人。 3. 5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康美味料理	1. 能依食譜配製材料 2. 能依製作流程完成作品 3. 能整理歸位用具	上台報告 分享美味的果醬 各組評分	學習單
第 20~21 週	水果大福 DIY	A1 身心素質與自我精進 A3 規劃執行與創新應變 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人	1. 學會水果大福做法 2. 可以拉近學生與食物、農業、自然及土地的關係，讓每一位學生都能成為健康幸福的樂活飲食生活達	1. 能依食譜配製材料 2. 能依製作流程完成作品 3. 能整理歸位用具	上台報告 分享美味的水果大福 各組評分	學習單

			成長 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	人 3. 5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康美味料理			
--	--	--	--------------------------------	---	--	--	--

※身心障礙類學生：無

有-智能障礙(0)人、學習障礙(8)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生：無

有-(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫)：

1. 小組教學時，安排 1-2 位友善同儕，協助特殊生完成相關學習單與活動。
2. 課程中給予多元的提示方式，例如：示範、視覺提示、具體且直接的指令…等。
3. 操作器材時，可以請同儕指導，教師將過程進行工作分析，提供鷹架協助達成目標。

特教老師簽名：陳奕宗

普教老師簽名：江翠琴

第二學期：

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題)學習表現	學習目標	教學重點 (學習活動內容及實施方式)	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
第 1-2 週	台式泡菜 DIY	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促	1. 學習做出台式泡菜 2. 學習採購蔬菜 3. 學習閱讀製作食譜	5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康美味料理* 學會台式泡菜做法	實品評量	學習單

			進個人成長。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。				
第 3-4 週	韓式泡菜 DIY	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育	1. 學習做出韓式泡菜 2. 學習採購蔬菜 3. 學習閱讀製作食譜	5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康 美味料理* 學會韓式泡菜做法	實品評量	學習單
第 5-7 週	芋頭西米 露 DIY	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長 家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。	1. 學習做出芋頭西米露 2. 學習採購蔬菜 3. 學習閱讀製作食譜	5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康 美味料理* 學會芋頭西米露做法	實品評量	學習單
第 8-9 週	盆栽奶酪 DIY	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	1. 學習鮮奶油、牛奶的挑選 2. 學習糖的選擇 3. 學習盆栽奶酪 DIY 4. 學習閱讀製作食譜	5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康 美味料理* 學會鮮奶油、牛奶的挑選及盆栽奶酪的製作方法	實品評量	學習單

第 10-11 週	玉子燒 DIY	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係與 團隊合作	生活課程 家庭教育 1a-IV-2 展現自 己的興趣與多元 能力，接納自 我，以促進個人 成長 家 Ac-IV-1 食品 標示與加工食品 之認識、利用， 維護飲食安全的 實踐策略及行 動。	1. 學習做出玉子燒 2. 學習閱讀製作食譜	5-1-3 學習食材的挑選 與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食 材變成健康 美味料理* 學會玉子燒做法	實品評量	學習單
第 12-14 週	洪瑞珍三 明治 DIY	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係與 團隊合作	生活課程 家庭教育 1a-IV-2 展現自 己的興趣與多元 能力，接納自 我，以促 進個人成長。 家 Ab-IV-1 食物 的選購、保存與 有效運用。	1. 學習做出洪瑞珍三 明治 DIY 2. 學習閱讀製作食譜	5-1-3 學習食材的挑選 與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食 材變成健康 美味料理* 學會做出洪瑞珍三明治 做法	實品評量	學習單
第 15-16 週	豆腐乳 DIY	A1 身心素質與 自我精進 C2 人際關係與 團隊合作	生活課程 家庭教育 1a-IV-2 展現自 己的興趣與多元 能力，接納自 我，以促進個人 成長 家 Ac-IV-1 食品 標示與加工食品 之認識、利用，	1. 學習豆腐乳對身體 的好處 2. 學習做出不發霉的 豆腐乳 3. 學習閱讀製作食譜	5-1-3 學習食材的挑選 與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食 材變成健康 美味料理* 學會豆腐乳製作方法	實品評量	學習單

			維護飲食安全的實踐策略及行動。				
第 17-18 週	左手香膏 DIY	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。 家 Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。	1. 學習左手香對身體的好處 2. 學習做出好用的左手香膏 3. 學習閱讀製作食譜	5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康美味料理* 學會做出好用的左手香膏做法	實品評量	學習單
第 19-20 週	馬鈴薯沙拉三明治 DIY	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長 家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。	1. 學習馬鈴薯對身體的好處 2. 學習做出美味的馬鈴薯沙拉三明治 3. 學習閱讀製作食譜	5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康美味料理* 學會做出馬鈴薯沙拉三明治做法	實品評量	學習單

※身心障礙類學生：無

有-智能障礙(0)人、學習障礙(8)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生：無

有-(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫)：

1. 小組教學時，安排 1-2 位友善同儕，協助特殊生完成相關學習單與活動。

2. 課程中給予多元的提示方式，例如：示範、視覺提示、具體且直接的指令…等。
3. 操作器材時，可以請同儕指導，教師將過程進行工作分析，提供鷹架協助達成目標。

特教老師簽名：陳奕宗

普教老師簽名：江翠琴

註：請分別列出第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。

113 學年度嘉義縣東石國民中學七年級第一二學期彈性學習課程 社團活動~籃球社 教學計畫表 設計者：詹鎧駿 (表十二之一)

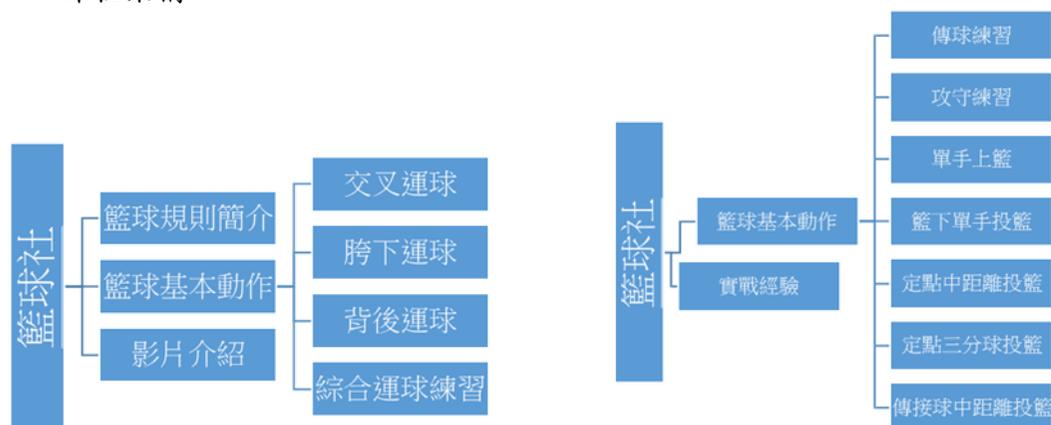
一、課程四類規範(一類請填一張)

1. 統整性課程 (主題 專題 議題探究)
2. 社團活動與技藝課程 (社團活動 技藝課程)
3. 其他類課程
 - 本土語文/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 領域補救教學

二、本課程每週學習節數:2

三、課程設計理念：運用適當策略處理籃球場上情境

四、課程架構：



五、本學期課程內涵

第一學期：

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題)學習表現	學習目標	教學重點 (學習活動內容及實施方式)	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
第 1-2 週	籃球入門	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	健康與體育 1c-IV-1 了解各項運動原理與規則。	認識籃球基本常識	籃球概論、籃球的發明與演進。	口述	自編
第 3-4 週	籃球基本動作-交叉運球	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係	健康與體育 3c-IV-1 表現全身性的身體控制	籃球基本技能訓練	原地左右交叉運球	小組練習交叉運球 20 次	自編

		與團隊合作	力，發展專項運動技能。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。				
第 5-6 週	籃球基本動作-交叉運球	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	健康與體育 3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	籃球基本技能訓練	繞障礙物交叉運球	閃避障礙物運球練習 10 回	自編
第 7-8 週	籃球進階動作-胯下運球	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	健康與體育 3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	籃球基本技能訓練	跑動間胯下運球	跑動間胯下運球 10 回	自編
第 9-10 週	籃球基本動作-轉身運球	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	健康與體育 生命教育 3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	籃球基本技能訓練	轉身運球練習	分組練習	自編
第 11-12 週	分組競賽	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係	健康與體育 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策	籃球競賽學習	分組競賽	分組練習	自編

		與團隊合作	略。 3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。				
第 13-14 週	籃球基本動作-背後運球	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	健康與體育 3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	籃球基本技能訓練	背後運球練習	分組練習	自編
第 15-16 週	觀賞籃球經典賽經典賽	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	健康與體育 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	了解整體比賽運行系統	講解影片中所用之教學過技巧結合知識	口頭討論	Youtube 影片
第 17-18 週	比賽規則介紹	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	健康與體育 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	讓學生了解籃球比賽規則注意事項	規則分解說明	口頭發問、實作	自編
第 19-21 週	籃球基本動作-綜合運球練習	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	健康與體育 3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，閃現個人運動潛能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	籃球基本技能訓練	繞障礙物活用所有運球技巧	分組對抗賽	自編
※身心障礙類學生：□無							

■有-智能障礙(0)人、學習障礙(6)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生: ■無

□有-(自行填入類型/人數, 如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫):

1. 小組教學時, 安排 1-2 位友善同儕, 協助特殊生完成相關學習單與活動。
2. 課程中給予多元的提示方式, 例如: 示範、視覺提示、具體且直接的指令…等。
3. 操作器材時, 可以請同儕指導, 教師將過程進行工作分析, 提供鷹架協助達成目標。

特教老師簽名: 陳奕宗

普教老師簽名: 詹鎧駿

第二學期:

教學進度	單元/主題 名稱	總綱核心素養	連結領域(議題) 學習表現	學習目標	教學重點 (學習活動內容及實施方式)	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
第 1-2 週	籃球基本 動作-傳 球練習	A1 身心素質與 自我精進 C2 人際關係 與團隊合作	健康與體育 3c-IV-1 表現全 身性的身體控制 力, 發展專項運 動技能。 1d-IV-1 了解各 項運動技能原 理。	籃球基本技能訓練	雙手傳球練習	傳球練習	自編
第 3-4 週	攻守練習 技巧	A1 身心素質與 自我精進 C2 人際關係 與團隊合作	健康與體育 3c-IV-1 表現全 身性的身體控制 力, 發展專項運 動技能。 3d-IV-1 運用運	讓學生了解攻守動作 要領	認識攻守基本動作及老 師示範	口頭發問、 實作、測驗	自編

			動技術的學習策略。				
第 5-6 週	籃球進階動作-傳球練習	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	健康與體育 3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	籃球基本技能訓練	行進間雙手兩人傳球		自編
第 7-8 週	籃球基本動作-單手上籃	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	健康與體育 3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	籃球基本技能訓練	傳接球單手上籃	傳接球單手上籃	自編
第 9-10 週	籃球基礎動作-籃下單手投籃	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	健康與體育 3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	籃球基本技能訓練	籃下單手投籃練習	籃下單手投籃練習	自編
第 11-12 週	籃球基本動作-罰球	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	健康與體育 3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策	籃球基本技能訓練	罰球練習	罰球練習	自編

			略。				
第 13-14 週	籃球基本動作-定點中距離投籃	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	健康與體育 3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	籃球基本技能訓練	定點中距離投籃練習	定點中距離投籃練習	自編
第 15-16 週	籃球基本動作-定點三分球投籃	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	健康與體育 3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	籃球基本技能訓練	定點三分球投籃	定點三分球投籃 5 球	自編
第 17-18 週	籃球進階動作-傳接球中距離投籃	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	健康與體育 3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	籃球基本技能訓練	傳接球中距離投籃練習	傳接球中距離投籃練習	自編
第 19-20 週	分組比賽練習	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	健康與體育 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展	團隊默契、同儕自信心、運動品德教育	利用所學技巧及知識來進行分組比賽	比賽分數評分	自編

			現個人運動潛能。				
--	--	--	----------	--	--	--	--

※身心障礙類學生: 無

有-智能障礙(0)人、學習障礙(6)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生: 無

有-(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫):

1. 小組教學時，安排 1-2 位友善同儕，協助特殊生完成相關學習單與活動。
2. 課程中給予多元的提示方式，例如：示範、視覺提示、具體且直接的指令…等。
3. 操作器材時，可以請同儕指導，教師將過程進行工作分析，提供鷹架協助達成目標。

特教老師簽名：陳奕宗

普教老師簽名：詹鎧駿

註：請分別列出第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。