

新北市文德國小109學年度下學期課後社團

【週四高手象棋社 課程計畫表】

週次	日期	課程單元	教學內容	備註
1	3/16	將軍棋	熟悉遊戲規則、一對一對弈。	
2	3/23	將軍棋	對弈、檢討。	
3	3/30	將軍棋	對弈、檢討。	
4	4/9	三國棋	熟悉遊戲規則、三人對弈。	
5	4/16	三國棋	對弈、檢討。	
6	4/23	三國棋	對弈、檢討。	
7	4/30	暗棋	熟悉遊戲規則、一對一對弈。	
8	5/7	暗棋	對弈、檢討。	
9	5/14	暗棋	對弈、檢討。	
10	5/21	暗棋連吃/暗棋擺盤	熟悉遊戲規則、一對一對弈。	
11	5/28	暗棋連吃/暗棋擺盤	對弈、檢討。	
12	6/4	暗棋連吃/暗棋擺盤	對弈、檢討。	
13	6/11	小棋王循環賽	循環賽分組對弈。	
14	6/18	小棋王循環賽	循環賽分組對弈。	

*週四社團未有停課，共14次(3/18~6/17)

新北市文德國小109學年度下學期課後社團

【週四閱讀寫作 課程計畫表】

週次	日期	課程單元	教學內容	備註
1	3/18	童詩仿寫	1. 閱讀國語日報週六童詩版 2. 分析童詩結構 3. 挑一篇喜歡的童詩仿做 4. 加上插圖，做圖文詩 5. 口說發表	
2	3/25	給畢業學長姐的話 (在校生) 六年來的回憶 (畢業生)	給畢業學長姐的話 1. 問候語 2. 與學長姊共同的美好回憶 3. 感謝學長姊的照顧與付出 3. 對學長姊的祝福 六年來的回憶 1. 總說 2. 低年級的回憶 3. 中年級的回憶 4. 高年級的回憶	
3	4/1	角色描寫—人物篇	1. 從身體各部位的顏色、形狀，進行角色外表介紹。 2. 利用連接詞:首先、其次、接著、再來、最後介紹各項外表。 3. 補充外貌詞彙及佳句	
4	4/8	母親節系列活動 (一) 我的媽媽(家人) 的共同回憶	1. 文章結構—分分分總 2. 第1.2.3段寫法— 主題句+原因+經過+結果+感想或 主題句+例1+例2+例3+感想 3. 第四段總結	
5	4/15	母親節系列活動 (二) 愛的的獎狀	1. 設計一張獎狀給媽媽 2. 獎項—獎項—最佳廚藝(家事達人…)) 3. 寫出頒發獎狀的事由 4. 註明主辦單位、主辦人、日期 5. 美編	
6	4/22	母親節系列活動 (三) 感恩母親卡製作	1. 卡片上半部—媽媽的優點大轟炸 運用句型寫讚美詩 2. 卡片的下半部—感謝文(學習單) 3. 加插畫及美編 4. 封面設計	A 不但.... 而且 (2個優點) B 除了... 還... 甚至 或 不但..... 而且... 甚至 (3個優點)

7	4/29	母親節系列活動 (四) 我的媽媽圖文詩	寫作引導(句型與修辭的運用) 1. 第一節詩--運用句型(一.....就) 2. 第二節詩 A、譬喻(明喻—媽媽像..) B、句型(有時候...有時候...有時候) 3. 第三節詩....運用譬喻(媽媽	
8	5/6	母親節系列活動 (五) 給媽媽的一封信	1. 書信格式 2. 書信內文 A 首段---感謝文(參考學習單四類結構--擇一或混搭) B 末段---送媽媽2-3種自己能力可及的禮物回報媽媽對自己的愛	(A)不但.....而且或不僅....還 (B)除了.....還.....甚至
9	5/13	母親節系列活動 (六) 摺疊吊飾小書	摺疊吊飾小書(集體創作) 1. 一面:我的媽媽(卡片上半部-讚美詩) 2. 另一面:媽媽像.....(譬喻詩)	句法: 媽媽像甚麼?(自問) 媽媽像XX,(自答) (理由)。
10	5/20	我愛XX	1.文章結構:第一段破題 第二--四段分說123(遞進) 第五段--摘要重點做結語 2. 遞進複句範例	怕...也怕...更怕 喜歡...也喜歡...更喜歡 畫...也畫...更畫...
11	5/27	假日何處去(詩)	1. 結構—並列4節詩 2. 句型:有...有...還有. 3. 句法 (四字語詞)的(地點) 有(四字語詞)的(內容1) 有(四字語詞)的(內容2) 還有(四字語詞)的(內容3) 真是(感想)	
12	6/3	假日何處去(文章)	假日何處去詩擴成文章 一、如何將詩擴寫成文章 1. 開頭:總說 2. 中間三段將詩擴寫 (四字語詞)的(名詞), 有(四字語詞)的(名詞),彷彿+理由 有(四字語詞)的(名詞),好像+理由 有(四字語詞)的(名詞),宛如+理由是(形容詞)的地方。---或是寫一句感覺的句子 3. 結尾:總說-摘要前四段個一句,再加感想做總結 二. 範文欣賞與解析	

13	6/10	如何寫議論文	1. 議論文賞析 2. 從範文中歸納出議論文結構: 論點、 論據、結論 3. 論證(例子)- 什麼人+遇到什麼困難+如何解決 4. 結論	
14	6/17	寫作課心得+結業式	1. 這學期學到甚麼? 2. 有甚麼收穫? 3. 想對老師說的話 4. 口說發表	

*週四社團未有停課，共14次(3/18~6/17)

新北市文德國小109學年度下學期課後社團

【週四跆拳道課程計畫表】

週次	日期	課程單元	教學內容	備註
1	3/18	介紹	跆拳道介紹，上課基本規範	
2	3/25	基本動作	手部動作:正拳, 手刀, 逆拳	
3	4/1	基本動作	腳部動作:馬步, 弓步, 三七步	
4	4/8	基本動作	前抬腳、前踢	
5	4/15	基本動作	旋踢	
6	4/22	基本動作	滑步旋踢	
7	4/29	基本動作	兩腳旋踢	
8	5/6	基本動作	後退旋踢	
9	5/13	基本動作	側踢	
10	5/20	基本動作	滑步側踢	
11	5/27	基本動作	後踢	
12	6/3	基本動作	下壓	
13	6/10	基本動作	後旋踢	
14	6/17	成果驗收	成果驗收	

*週四社團未有停課，共14次(3/18~6/17)

新北市文德國小109學年度下學期課後社團

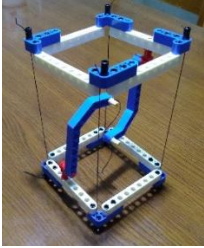
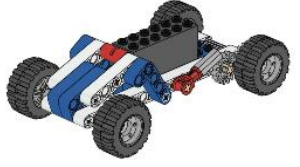
【週四唯舞獨尊 MV 熱舞進階班課程計畫表】

週次	日期	課程單元	教學內容	備註
1	3/18	開學相見歡	相見歡，認識小朋友，講解課程的上課制度以及流程。柔軟度訓練、MV 舞蹈教學	
2	3/25	MV 舞蹈教學	柔軟度訓練、肢體開發訓練、MV 舞蹈教學	
3	4/1	MV 舞蹈教學	柔軟度訓練、肢體開發訓練、MV 舞蹈教學	
4	4/8	MV 舞蹈教學	柔軟度訓練、肢體開發訓練、MV 舞蹈教學	
5	4/15	MV 舞蹈教學	柔軟度訓練、肢體開發訓練、MV 舞蹈教學	
6	4/22	MV 舞蹈教學	柔軟度訓練、肢體開發訓練、MV 舞蹈教學	
7	4/29	MV 舞蹈教學	柔軟度訓練、肢體開發訓練、MV 舞蹈教學	
8	5/6	MV 舞蹈教學	柔軟度訓練、節奏訓練、肢體開發訓練、MV 舞蹈教學	
9	5/13	MV 舞蹈教學	柔軟度訓練、節奏訓練、肢體開發訓練、MV 舞蹈教學、編舞	
10	5/20	MV 舞蹈教學	柔軟度訓練、節奏訓練、肢體開發訓練、MV 舞蹈教學、編舞	
11	5/27	MV 舞蹈教學	柔軟度訓練、節奏訓練、肢體開發訓練、MV 舞蹈教學、編舞	
12	6/3	MV 舞蹈教學	柔軟度訓練、節奏訓練、肢體開發訓練、MV 舞蹈教學、編舞	
13	6/10	MV 舞蹈教學	柔軟度訓練、節奏訓練、肢體開發訓練、MV 舞蹈教學、編舞	
14	6/17	小小成果	柔軟度訓練、肢體開發訓練、MV 舞蹈教學、小成果展	

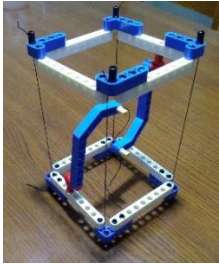
*週四社團未有停課，共14次(3/18~6/17)

新北市文德國小109學年度下學期課後社團

【週四小小樂高工程師 課程計畫表】

四大主題課程			
			
主題課程：小風帆車	機械結構：楔形	創意教學：不思議桌子	眼明手快：向前車
影音資訊	1. 課程介紹： https://reurl.cc/5qWQxn 2. 投石機： https://reurl.cc/EzlyMk 3. 機械手臂： https://reurl.cc/r8G2G0 4. 小風帆車： https://reurl.cc/4me0V3		

週次	日期	參考圖片	課程單元&教學內容	備註
1	3/18		道閘 停車場道閘又被稱為擋車器，他幫助我們更有效率的管理進出車輛喔！	
2	3/25		楔形 由兩個斜面組成的楔形，常用來製作斧頭這類道具，大大節省工作時花費的力氣。想想看楔子還可以用在那些地方呢？	
3	4/1		重力小車 你認識「重力」嗎？透過重力小車來做個有趣的實驗。	
4	4/8		橡皮筋槍 用橡皮筋槍做個帥氣的西部牛仔！但手槍是怎麼發射出去的呢？一起來認識吧！	
5	4/15		創意教學：平衡疊疊樂 一個支點，一個平面。將各種樂高零件層層疊高，找出最微妙的恐怖平衡。	

6	4/22		小風帆車 你知道有用「風」作為動力的車嗎？用風的力量讓車子動起來！	
7	4/29		眼明手快：向前車 現在是眼明手快的挑戰時間，跳過組裝步驟，來把「向前車」完成吧！	
8	5/6		創意教學：不思議桌子 甚麼！簍空的桌子之間竟然只有簡單的幾條軟線作支撐，到底是用什麼原理做到的呢？一起合作思考把他做出來吧！	
9	5/13		穩定結構 三角形是世上最穩定的結構，那為什麼幾乎沒有看到三角形狀的房子呢？一起來認識背後的原因吧！	
10	5/20		慣性車 在車內安裝飛輪裝置產生慣性，驅動車子行走，看看誰的慣性車跑的最遠！	
11	5/27		連弩 咻咻咻！強勁的連弩不斷發射！你知道連弩跟三國有名的軍師諸葛亮有很大的關係嗎？	
12	6/3		創意教學：角度投擲大賽 堅固的投石機製作完畢！要怎麼發射的又高又遠呢？來試試看用不同的角度發射。	
13	6/10		眼明手快：橋梁 現在是眼明手快的挑戰時間，跳過組裝步驟，來把「橋梁」完成吧！	
14	6/17		天平 你知道天平就是最早的稱子嗎？將重物掛在離中心不同的位置，觀察天平的變化。	

*週四社團未有停課，共14次(3/18~6/17)

新北市文德國小109學年度下學期課後社團

【週四拼拼豆豆好好玩 課程計畫表】

週次	日期	課程單元	教學內容	備註
1	3/18	蝦子炸一炸更好吃		
2	3/25	我的短短尾巴最可愛		
3	4/1	款式越老越經典		
4	4/8	卡納赫拉的小夥伴		
5	4/15	就決定是你了!		
6	4/22	是企鵝。 還是企鵝?		
7	4/29	我愛吃草也愛剃毛		
8	5/6	你喝飲料我偷看 -貓咪杯緣子		
9	5/13	拉來拉去的拉拉熊		
10	5/20	暴鯉龍報到		
11	5/27	萬聖鬼鬼跟你玩		
12	6/3	Tsum Tsum 米妮		
13	6/10	酷酷臉無臉男		
14	6/17	Tsum Tsum 米奇		

*週四社團未有停課，共14次(3/18~6/17)

新北市文德國小109學年度下學期課後社團

【週四畫畫魔法屋（動漫人物+立體設計）課程計畫表】

週次	日期	課程單元	教學內容	備註
1	3/18	簡易版畫	珍珠板+油性簽字筆+滾筒拓印製作	
2	3/25	動物彩繪	精細素描彩繪	
3	4/1	動漫人物（一）	鬼滅之刃	
4	4/8	立體繽紛彩繪	浮雕畫	
5	4/16	立體卡片製作	多媒材運用設計	
6	4/22	動漫人物（二）	精靈寶可夢	
7	4/30	青花瓷設計	設計創作概念	
8	5/6	魔法拼貼畫	多媒材和色彩配置運用	
9	5/13	動漫人物（三）	航海王	
10	5/20	秘密動物花園	精細渲染畫作	
11	5/27	閃亮魔幻面具設計	立體設計+多媒材創作概念	
12	6/3	動漫人物（四）	工作細胞	
13	6/10	立體飾品創作設計	設計概念草稿繪製	
14	6/17	立體飾品創作設計	免燒陶土實品製作/上色	

*週四社團未有停課，共14次(3/18~6/17)

新北市文德國小109學年度下學期課後社團

【週四桌球社團週四初級課程計畫表】

週次	日期	課程單元	教學內容	備註
1	3/18	認識桌球 手感練習 發球練習 基本功練習 腳步練習	一、上課注意事項、遵守事項 二、認識球拍，基本握拍學習 三、手感練習:向上拍球 四、發球:平球 五、基本功練習:對打練習	
2	3/25	手感練習 基本功練習 腳步練習	一、向上拍球 二、推球對打練習 三、推球腳步移動練習	
3	4/1	手感練習 基本功練習 腳步練習 比賽	一、向上拍球 二、推球對打練習 三、推球腳步移動練習 四、趣味比賽:接力推球比賽	
4	4/8	手感練習 基本功練習 腳步練習	一、向上拍球 二、帶球對打練習 三、帶球腳步移動練習	
5	4/15	手感練習 基本功練習 腳步練習 比賽	一、向上拍球 二、帶球對打練習 三、帶球腳步移動練習 四、趣味比賽:接力帶球比賽	
6	4/22	手感練習 基本功練習 腳步練習、比賽	一、向上拍球 二、左推右攻 三、分組攻防比賽	
7	4/29	基本功練習 腳步練習 比賽	一、向上拍球 二、左推右攻 三、分組攻防比賽	
8	5/6	基本功練習、腳步練習 比賽規則講解、比賽演練	一、左推右攻不定點 二、升降比賽	
9	5/13	基本功練習 腳步練習 比賽演練	一、左推右攻不定點 二、升降比賽	
10	5/20	模擬比賽	個別指導技術應用	
11	5/27	模擬比賽	個別指導技術應用	
12	6/3	成果驗收:比賽	大循環比賽	
13	6/10	成果驗收:比賽	大循環比賽	
14	6/17	成果驗收:比賽	大循環比賽	

新北市文德國小109學年度下學期課後社團

【週四歡樂造型氣球社課程計畫表】

週次	日期	課程單元	教學內容	備註
1	3/18	造型氣球介紹	氣球單泡結、雙泡結、環節	
2	3/25	武器造型氣球創作	寶刀、機關槍、雙節棍	
3	4/01	動物造型氣球創作	長頸鹿、小馬	
4	4/08	魔法造型氣球創作	魔法杖、魔法棒	
5	4/15	昆蟲 LIVE SHOE	用氣球做出許多可愛的昆蟲	
6	4/22	海底造型氣球創作	章魚、海豚、鯊魚、海星	
7	4/29	寶可夢氣球	用氣球做出皮卡丘、卡比獸	
8	5/06	節慶造型氣球	做跟節日有關的造型氣球	
9	5/13	氣球藝術饗宴	學習藝術造型氣球	
10	5/20	進階造型氣球	學習多條氣球造型拼接	
11	5/27	交通工具創作	汽車、機車、賽車、公車、跑車	
12	6/03	氣球夢幻花園	做出許多美麗的花朵與植物	
13	6/10	體育用品氣球	用氣球做運動器材 足球、籃球	
14	6/17	玩具總動員	用氣球做出許多卡通人物	

*週四社團未有停課，共14次(3/18~6/17)

新北市文德國小109學年度下學期課後社團

【週四 CM 桌遊王國 課程計畫表】

週次	日期	課程單元	教學內容	備註
1	3/18	空間智能桌遊	猴子爬樹	
2	3/25	肢體智能桌遊	超級犀牛	
3	4/01	邏輯智能桌遊	快可鼠	
4	4/08	肢體智能桌遊	伐木工人	
5	4/15	邏輯智能桌遊	睡皇后	
6	4/22	邏輯智能桌遊	拉密	
7	4/29	邏輯智能桌遊	魔城馬車	

8	5/06	邏輯智能桌遊	全面通緝	
9	5/13	肢體智能桌遊	拍蒼蠅	
10	5/20	邏輯肢體智能桌遊	SET 神奇形色牌	
11	5/27	邏輯肢體智能桌遊	疊疊椅(紫)	
12	6/03	邏輯智能桌遊	洪水警報	
13	6/10	肢體智能桌遊	快手疊杯	
14	6/17	邏輯智能桌遊	誰是牛頭王	

*週四社團未有停課，共14次(3/18~6/17)

新北市文德國小109學年度下學期課後社團

【週五 NBA 進階籃球社 課程計畫表】

週次	日期	課程單元	教學內容	備註
1	3/19	籃球的奧妙	籃球規則介紹、基本能力檢核、個人動作教學、半場練習賽。	
2	3/26	進攻練習：空手走位	接球(Catch and ?)後動作：跳投、上籃、分球	
3	4/9	進攻練習：空手走位	接球(Catch and ?)後動作：跳投、上籃、分球	
4	4/16	進攻練習：空手走位	接球(Catch and ?)後動作：跳投、上籃、分球	
5	4/23	防守對位：預判與陷阱	個人防守：螃蟹步、團隊防守：區域聯防。鬥牛實戰演練。	
6	4/30	防守對位：預判與陷阱	個人防守：螃蟹步、團隊防守：區域聯防。鬥牛實戰演練。	
7	5/7	防守對位：預判與陷阱	個人防守：螃蟹步、團隊防守：區域聯防。鬥牛實戰演練。	
8	5/14	神射手&戰術運用	結合進攻與防守，基本擋拆、三角戰術、半場或全場站位	
9	5/21	神射手&戰術運用	結合進攻與防守，基本擋拆、三角戰術、半場或全場站位	
10	5/28	神射手&戰術運用	結合進攻與防守，基本擋拆、三角戰術、半場或全場站位	
11	6/4	實際對戰：鬥牛全場	小組循環賽、個人挑戰賽、賽後討論。	
12	6/11	實際對戰：鬥牛全場	小組循環賽、個人挑戰賽、賽後討論。	
13	6/18	實際對戰：鬥牛全場	循環賽分組、期末表揚。	

*週五社團4/2停課，共13次(3/19~6/18)

新北市文德國小109學年度下學期課後社團

【週五 創意寫作 課程計畫表】

週次	日期	課程單元	教學內容	備註
1	3/19	童詩仿寫	1. 閱讀國語日報週六童詩版 2. 分析童詩結構 3. 挑一篇喜歡的童詩仿做 4. 加上插圖，做圖文詩 5. 口說發表	
2	3/26	給畢業學長姐的話 (在校生) 六年來的回憶 (畢業生)	給畢業學長姐的話 1. 問候語 2. 與學長姊共同的美好回憶 3. 感謝學長姊的照顧與付出 3. 對學長姊的祝福 六年來的回憶 1. 總說 2. 低年級的回憶 3. 中年級的回憶 4. 高年級的回憶	
3	4/9	狀物的摹寫	1. 介紹事物摹寫技巧 2. 範文(我的學校)賞析與結構分析 3. 口說發表與寫作	
4	4/6	母親節系列活動(一) 我的媽媽(家人)的共同回憶	1. 文章結構一分分分總 2. 第1.2.3段寫法- 主題句+原因+經過+結果+感想或 主題句+例1+例2+例3+感想 3. 第四段總結	
5	4/23	母親節系列活動(二) 愛的的獎狀	1. 設計一張獎狀給媽媽 2. 獎項-獎項-最佳廚藝(家事達人…)。 3. 寫出頒發獎狀的事由 4. 註明主辦單位、主辦人、日期 5. 美編 6. 母親節頒獎給媽媽	
6	4/30	母親節系列活動(三) 感恩母親卡製作	1. 卡片上半部—媽媽的優點大轟炸 運用句型寫讚美詩 A 不但.... 而且 (2個優點) B 除了... 還... 甚至或不但..... 而且... 甚至 (3個優點) 2. 卡片的下半部—感謝文(學習單) 3. 加插畫及美編 4. 封面設計	

7	5/7	母親節系列活動(四) 我的媽媽圖文詩	寫作引導(句型與修辭的運用) 1. 第一節詩--運用句型(一.....就) 2. 第二節詩 A、譬喻(明喻—媽媽像..) B、句型(有時候... 有時候... 有時候) 3 第三節詩.... 運用譬喻(媽媽是...) 4 第四節詩 ... 運用句型(要.... 也要... 更要)	
8	5/14	母親節系列活動(五) 給媽媽的一封信	1. 書信格式 2. 書信內文 A 首段---感謝文(參考學習單四類結構--擇一或混搭) B 末段---送媽媽2-3種自己能力可及的禮物回報媽媽對自己的愛 C 運用句型 (A)不但..... 而且或不僅.... 還	
9	5/21	母親節系列活動(六) 摺疊吊飾小書	摺疊吊飾小書(集體創作) 1. 一面:我的媽媽(卡片上半部-讚美詩) 2. 另一面:媽媽像.....(譬喻詩) 句法: 媽媽像甚麼?(自問) 媽媽像 XX,(自答) (理由)。	
10	5/28	零食真好吃	1. 文章結構:總分分分總 2. 第一段破題 第二段零食1摹寫 第三段零食2摹寫 第四段零食3摹寫 第五段-- 摘要重點做總結	
11	6/4	四季(文章)	一、文章結構—並列式 1. 主題句+三春景(例一+例二+例三)+感受 2. 主題句+三夏景(例一+例二+例三)+感受 3. 主題句+三秋景(例一+例二+例三)+感受 4. 主題句+三冬景(例一+例二+例三)+感受	
12	6/11	如何寫議論文	1. 議論文賞析 2. 從範文中歸納出議論文結構:論點、 論據、結論 3. 論證(例子)- 什麼人+遇到什麼困難+如何解決 4. 結論	
13	6/18	寫作課心得+結業式	1. 這學期學到甚麼? 2. 有甚麼收穫? 3. 想對老師說的話 4. 口說發表	

*週五社團4/2停課，共13次(3/19~6/18)

新北市文德國小109學年度下學期課後社團

【週五桌球進階課程計畫表課程計畫表】

週次	日期	課程單元	教學內容	備註
1	3/19	握拍、發球	正確握拍站位	
2	3/26	發球	上旋發球	
3	4/9	接發球	正確接對方發球	
4	4/16	正手	擊球姿勢練習	
5	4/23	正手	擊球力量控制	
6	4/30	反手	擊球姿勢練習	
7	5/7	反手	擊球力量控制	
8	5/14	對練	正確發球、擊球	
9	5/21	計分	熟悉比賽方法、規則	
10	5/28	發球搶攻	強化技術<一>	
11	6/4	發球搶攻	強化技術<二>	
12	6/11	發球搶攻	結合技術與智慧	
13	6/18	發球搶攻	綜合	

新北市文德國小109學年度下學期課後社團

【週五直排輪社課程計畫表】

週次	日期	課程單元	教學內容	備註
1	3/19	16:00~18:00	安全須知、器材介紹 護具穿脫、基本站立 安全跌倒、基本跨步	
2	3/26	16:00~18:00	進階站立、基本前溜	
3	4/2	16:00~18:00	停課	
4	4/9	16:00~18:00	進階跨步、11字滑行	
5	4/16	16:00~18:00	前溜葫蘆、八字煞車	
6	4/23	16:00~18:00	轉彎基礎(左)、轉彎基礎(右) 推刃基礎(左)、推刃基礎(右)	
7	4/30	16:00~18:00	期中小測驗、闖關遊戲	
8	5/7	16:00~18:00	S型、單腳滑行	
9	5/14	16:00~18:00	後溜基本步伐、後葫蘆	
10	5/21	16:00~18:00	連續前葫蘆、快速S型	
11	5/28	16:00~18:00	兩刷滑行、剪冰基本步伐	
12	6/4	16:00~18:00	雙人舞(葫蘆、S型)	
13	6/11	16:00~18:00	連續剪冰、接龍基礎	
14	6/18	16:00~18:00	期末測驗、接龍闖關遊戲	

*週五社團4/2停課，共13次(3/19~6/18)

新北市文德國小109學年度下學期課後社團

【週五游泳社-進階 課程計畫表】

週次	日期	課程單元	教學內容	備註
1	3/19	統合感覺訓練(協調性)	水中漂浮、抓牆踢水、踢水協調訓練、潛水訓練(水中拾物)	自由式複習
2	3/26	統合感覺訓練(協調性)+心肺肌力訓	踢水協調訓練、潛水訓練(水中拾物)、閉氣前進踢水、划手練習	自由式複習
3	4/9	統合感覺訓練(協調性)+心肺肌力訓	複習+熱身 統合訓練划手+踢水 10-20公尺練習	自由式複習
4	4/16	統合感覺訓練(協調性)+心肺肌力訓	複習+熱身 統合訓練划手+踢水 10-20公尺練習	自由式複習
5	4/23	統合感覺訓練(協調性)+心肺肌力訓	複習+熱身 統合訓練划手+踢水 10-20公尺練習+換氣練習	換氣練習
6	4/30	統合感覺訓練(協調性)+心肺肌力訓	複習+熱身 統合訓練划手+踢水 10-20公尺練習+換氣練習	換氣練習
7	5/7	統合感覺訓練(協調性)+心肺肌力訓	複習+熱身 仰式踢水訓練 仰式划手訓練 蛙式踢水訓練	仰式、蛙腳
8	5/14	統合感覺訓練(協調性)+心肺肌力訓	複習+熱身 仰式踢水訓練 仰式划手訓練 蛙式踢水訓練	仰式、蛙腳
9	5/21	統合感覺訓練(協調性)+心肺肌力訓	複習+熱身 仰式踢水訓練 仰式划手訓練 蛙式踢水訓練	仰式、蛙腳
10	5/28	統合感覺訓練(協調性)+心肺肌力訓	複習+熱身 仰式游泳10-20公尺訓練、蛙式踢水訓練	仰式、蛙腳
11	6/4	統合感覺訓練(協調性)+心肺肌力訓	複習+熱身 仰式游泳10-20公尺訓練、蛙式踢水訓練	換氣練習
12	6/11	統合感覺訓練(協調性)+心肺肌力訓	複習+熱身1~9周課程 統合訓練划手+踢水 6-10公尺練習+換氣練習	換氣練習
13	6/18	水中自救教學	仰漂、水母漂、岸上救援、水中抽筋自解	

新北市文德國小109學年度下學期課後社團

【週五立體造型益智積木 課程計畫表】

週次	日期	課程單元	教學內容	備註
1	3/19	城市基地	積木零件自由拼裝-軍事基地	
2	3/26	戰士守衛家園	積木-古代戰士積木	可帶回積木一款
3	4/9	創世神苦力怕	積木零件自由拼裝-苦力怕	
4	4/16	忍者保衛戰	積木-旋風忍者系列積木	可帶回積木一款
5	4/23	海底世界	積木零件自由拼裝-海豚	
6	4/30	合作村莊	積木-戰神計積木	可帶回積木一款
7	5/7	鋼彈機甲	積木零件自由拼裝-機器人拼裝	
8	5/14	陣營對決	積木-黑鷹特戰隊積木	可帶回積木一款
9	5/21	空中之戰	積木零件自由拼裝-直升機	
10	5/28	忍者比賽	積木-旋風忍者重機積木	可帶回積木一款
11	6/4	寶可夢大戰	積木零件自由拼裝-寶可夢	
12	6/11	潛水艇尋寶	積木-絕地求生潛艇系列積木	可帶回積木一款
13	6/18	積木彈珠檯	積木零件自由拼裝-彈珠檯	
14				

*週五社團4/2停課，共13次(3/19~6/18)

新北市文德國小109學年度下學期課後社團

【週五 創意科學先修班 課程計畫表】

週次	日期	課程單元	教學內容	備註
1	3/19	鉛筆立正站好	1. 知道如何讓物體平衡。 2. 知道用提的方式拿東西比較容易平衡。	
2	3/26	齒輪的遊戲	1. 觀察齒輪的齧合。 2. 知道齒輪如何傳遞動力。	
	4/2	清明節放假		
3	4/9	自製顯微鏡	1. 知道凸透鏡有放大的效果。 2. 學習分辨凸透鏡與凹透鏡的不同。	
4	4/16	水母芭蕾舞	1. 觀察浮力現象。 2. 知道物質在水中會浮的原因。	
5	4/23	多拉入夢的空氣砲	1. 知道空氣的可壓縮性。 2. 知道氣體釋放壓力時會產生聲音及推力。	
6	4/30	旋轉飛機	1. 知道斜面的現象。 2. 知道如何應用斜面。	
7	5/7	彩虹疊羅漢	1. 瞭解密度與浮力的關係。 2. 觀察不同密度的液體的分離現象	
8	5/14	簡易印刷術	1. 了解什麼是油墨印刷。 2. 認識各種不同的複印方式。	
9	5/21	泡泡魔幻秀	1. 觀察洗潔精的起泡現象。 2. 知道不同溶液混合會改變原來的特性。	
10	5/28	發亮吧電燈泡	1. 認識乾電池結構。 2. 製作簡易電池。	
11	6/4	凹凹凸凸的壓力	1. 知道瓶身上有摺痕的目的。 2. 瞭解折痕可以增加物體強度。	
12	6/11	水壓大力士	1. 知道大氣壓力的存在。 2. 知道水有水壓。	
13	6/18	我家也有雲霄飛車	1. 了解速度可以讓物體爬高。 2. 知道物體從高處落下時速度會加快。	

*週五社團4/2停課，共13次(3/19~6/18)

新北市文德國小109學年度下學期課後社團

【週五 12星座禮物手做 課程計畫表】

週次	日期	課程單元	教學內容	備註
1	3/19	摩羯座 12/22-01/19	兔子不織布門把	
2	3/26	水瓶座 01/20-02/18	彩色花園	
3	4/9	雙魚座 02/19-03/20	拼貼袋子	
4	4/16	牡羊座 03/21-04/19	金莎巧克力花束	
5	4/23	金牛座 04/20-05/20	甜蜜棒棒糖	
6	4/30	雙子座 05/21-06/21	狗毛巾	
7	5/7	巨蟹座 06/22-07/22	貓咪墊子	
8	5/14	獅子座 07/23-08/23	閃亮繽紛釘書機	
9	5/21	處女座 08/23-09/22	真皮零錢包	
10	5/28	天秤座 09/23-10/23	手鍊飾品	
11	6/4	天蠍座 10/24-11/22	芳香磚花朵掛飾	
12	6/11	射手座 11/22-01/19	動物吊飾	
13	6/18	手創工藝作品欣賞		

*週五社團4/2停課，共13次(3/19~6/18)