

高雄市文德國小 113 學年度下學期課後社團課程設計表

社團名稱：【 基礎拜爾鋼琴社 】

課後社團課程規畫：(上課次數共 14 次)

次數	日期	星期	教學內容	備註
1	03/03	一	認識琴鍵唱名位置	
2	03/10	一	琴法：彈奏姿勢、指法、音程位置 樂理：認識高音譜表、高音譜表各音唱名	
3	03/17	一	琴法：彈奏姿勢、指法、拜爾 P9~P11 樂理：認識高音譜表、高音譜表各音唱名	
4	03/24	一	琴法：彈奏姿勢、指法、拜爾 P12~P15 樂理：認識高音譜表、高音譜表各音唱名	
5	03/31	一	琴法：彈奏姿勢、指法、拜爾 P17~P20 樂理：拍子練習、數音階唱名	
6	04/07	一	琴法：彈奏姿勢、指法、拜爾 P21~P23 樂理：拍子練習、數音階唱名	
7	04/14	一	琴法：拜爾 No. 01 樂理：寫樂理講義	
8	04/21	一	琴法：拜爾 No. 02 樂理：寫樂理講義	
9	04/28	一	琴法：拜爾 No. 03 樂理：背音樂卡	
10	05/05	一	琴法：雙手彈奏<蜜蜂做工>曲子 樂理：背音樂卡	
11	05/12	一	琴法：雙手彈奏<蜜蜂做工>曲子 樂理：背音樂卡	
12	05/19	一	復習曲子	
13	05/26	一	琴法：彈奏成果錄影傳送家長 樂理：考音樂卡錄影傳送家長	
14	06/02	一	琴法：彈奏成果錄影傳送家長 樂理：考音樂卡錄影傳送家長	
備註		學生可不帶鍵盤樂器上課，需自備茶水及點心及鉛筆盒		

高雄市文德國小 113 學年度下學期課後社團課程設計表

社團名稱：【 匹克球社 A 】

課後社團課程規畫：(上課次數共 14 次)

次數	日期	星期	教學內容	備註
1	3/3	一	介紹匹克球運動起源與比賽規則. 球感訓練及正反拍擊球練習.	
2	3/10	一	球感訓練及正反拍擊球練習.	
3	3/17	一	短丁球、長丁球練習	
4	3/24	一	短丁球、長丁球練習	
5	3/31	一	短丁球、截擊球練習	
6	4/7	一	短丁球、扣殺球練習	
7	4/14	一	短丁球、高吊球練習	
8	4/21	一	發長短球、回發球練習	
9	4/28	一	發長短球、回發球練習	
10	5/5	一	雙打分組比賽	
11	5/12	一	單打分組比賽	
12	5/19	一	雙打分組比賽	
13	5/26	一	單打分組比賽	
14	6/2	一	雙打分組比賽	

個人教
學經歷
與相關
專業證
照

(請附影本以
茲證明)
(若 113 學年
度上學期已
在本校開
課, 則免付影
本)

113 學年已開課

高雄市文德國小 113 學年度下學期課後社團課程設計表

社團名稱：【基礎籃球班】

課後社團課程規畫：(上課次數共 14 次)

次數	日期	星期	教學內容	備註
1	3/3	一	基本球感訓練+遊戲引導	
2	3/10	一	行進間球感動作+基本運球訓練	
3	3/17	一	行進間運球動作+基本的護球方法	
4	3/24	一	基本的傳球動作+行進間的運球動作	
5	3/31	一	基本球感訓練+遊戲引導	

6	4/7	—	行進間的運球動作+傳球訓練	
7	4/14	—	行進間的傳球動作+基本的上籃動作	
8	4/21	—	行進間的上籃動作+遊戲引導	
9	4/28	—	基本的傳接球動作+運球動作	
10	5/5	—	行進間的傳接球+基本的投籃動作	
11	5/12	—	定點投籃+跑動上籃	
12	5/19	—	行進間的運球動作+傳球訓練	
13	5/26	—	基本的傳球動作+行進間的運球動作	
14	6/2	—	比賽模擬	

高雄市鳳山區文德國小 113 學年度下學期學生課後社團指導老師配合事項

首先，感謝您擔任本校「學生課後社團指導老師」，以下事項請您配合：

- 一、於每次上課完畢後，帶領學生將場地整理乾淨，垃圾請帶走，不可將垃圾遺留在教室，也勿讓學生在教室內飲食。
- 二、注意學生的行為，特別是安全。請積極處理社團課時，學生間的衝突。
- 三、輔導管教學生時，請特別注意用詞。
- 四、不可讓學生任意拿取教室中的物品。
- 五、請準時到校授課，勿遲到早退。

上述情況均會列入下次申請本校課後社團的考評。

- 六、依據性別平等教育法第 27 條第 4 項及教育局公文規定，「學校任用教育人員或進用其他專職、兼職人員前，應依性侵害犯罪防治法之規定，查閱其有無性侵害之犯罪紀錄…」。故課後社團指導老師須向高雄市政府警察局

高雄市文德國小 113 學年度下學期課後社團課程設計表

社團名稱：【 週一雄豪乒乓桌球社】

課後社團課程規畫：(上課次數共 14 次)

時間	星期	教學內容	備註
一 3/3	一	執拍站位 控球練習 發球	
二 3/10	一	正手抽球 桌球遊戲 控球練習	
三 3/17	一	正手抽球 反手推球 控球練習	
四 3/24	一	正手抽球 反手快撥 多球練習	
五 3/31	一	正反手切球 正反手拉球	
六 4/7	一	正反手切球 正反手拉球	
七 4/14	一	正反手切球 正反手拉球	
八 4/21	一	不定點正反手拉球 多球練習	
九 4/28	一	不定點正反手拉球 多球練習	
十 5/5	一	規則介紹 分組比賽 戰術檢討	
十一 5/12	一	規則介紹 分組比賽 戰術檢討	
十二 5/19	一	發球搶攻講解 多球練習	
十三 5/26	一	接發球時搶攻 多球練習	
十四 6/2	一	排名賽 簡易裁判實習	

高雄市文德國小 113 學年度下學期課後社團課程設計表

社團名稱：【 休閒/競技體能社 】

課後社團課程規畫：(上課次數共 14 次)

次數	日期	星期	教學內容	備註
1	3/3	一	穩定性及移動性動作表現上的協調性 穩定性及移動性動作中練習平衡與協調	
2	3/10	一	手眼協調的穩定性	
3	3/17	一	應用身體基本動作操控活動	
4	3/24	一	身體的動態與靜態平衡動作	
5	3/31	一	體能的時間差的變化及空間旋轉的刺激感	
6	4/7	一	體能的時間差的變化及空間旋轉的刺激感	
7	4/14	一	注意力及投擲能力訓練	
8	4/21	一	下肢大肌肉發展及敏捷性	
9	4/28	一	下肢大肌肉發展及敏捷性	
10	5/5	一	培養空間判斷能力及眼腳協調	
11	5/12	一	提高操作物品的能力，訓練意識時間、空間的不同，提供前庭感覺刺激	
12	5/19	一	培養小球感及團隊精神	
13	5/26	一	培養大球感及團隊精神	
14	6/2	一	綜合評量	

高雄市文德國小 113 學年度下學期課後社團課程設計表

社團名稱：【 跆拳道體適能社 】

課後社團課程規畫：(上課次數共 14 次)

次數	日期	星期	教學內容	備註
1	3/3	1	社團基本介紹、道服套量、基本動作：正拳、上防	
2	3/10	2	基礎足技：前跆拳道. 前踢、發道服	
3	3/17	3	足技：旋踢、跳前踢 速度靶踢靶練習	
4	3/24	4	足技：跳前踢、圈圈協調性練習(交換腳+移動練習)	
5	3/31	5	1. 基礎體適能. 柔軟度. 協調性訓練 2. 連續動作運用：正拳+前踢+下壓	
6	4/7	6	1. 太極一章品勢 1~6 分解動作 2. 基本防身術運用練習	
7	4/14	7	1. 太極一章品勢 1~6 連續動作 2. 雙人一步對練及二步對練練習	
8	4/21	8	1. 肌力. 協調性及柔軟度訓練 2. 足技：速度靶練習、旋踢、跳前踢	
9	4/28	9	1. 太極一章品勢 6~12 連續動作複習 2. 速度靶踢擊分組練習	
10	5/5	10	1. 肌力. 協調性及柔軟度訓練 2. 連續動作運用踢擊	
11	5/12	11	1. 品勢比賽說明及演練 步法移動及足技運用	
12	5/19	12	1. 基本防身術運用練習 2. 雙人一步對練練習	
13	5/26	13	足技總複習：前踢、旋踢、下壓、跳前踢	
14	6/2	14	測驗足技、品勢、踢靶、擊破木板	

高雄市文德國小 113 學年度下學期課後社團課程設計表

社團名稱：【 烏克蘭麗麗社團 】

課後社團課程規畫：(上課次數共 14 次)

次數	日期	星期	教學內容	備註
1	3/3	星期一	認識烏克蘭麗麗與基本音階練習 曲目：小綿羊	
2	3/10	星期一	音階練習(一) 曲目：小星星. 小蜜蜂	
3	3/17	星期一	音階練習(二) 曲目：哈巴狗. 倫敦鐵橋	
4	3/24	星期一	音階練習(三) 曲目：森林的小鳥. 布穀鳥. 蘑菇濃湯	
5	3/31	星期一	第一次驗收，選擇一首曲子彈奏	
6	4/7	星期一	和弦練習(一) 曲目：一周八天. 蘑菇濃湯	
7	4/14	星期一	和弦練習(二) 曲目：小城夏天. Queen card	
8	4/21	星期一	和弦練習(三) 曲目：做自己的光不需要太亮. 愛人錯過	
9	4/28	星期一	拍子練習(一) 四分與八分音符加進曲子裡	
10	5/5	星期一	拍子練習(二) 四分與八分音符加進曲子裡	
11	5/12	星期一	拍子練習(三) 四分與八分音符加進曲子裡	
12	5/19	星期一	第一次大合奏. 先試著擺動身體彈奏	
13	5/26	星期一	第二大合奏. 試著自彈自唱	
14	6/2	星期一	第三次大合奏. 總驗收	

高雄市文德國小 113 學年度下學期課後社團課程設計表

社團名稱：【邦尼創意美術

】

課後社團課程規畫：(上課次數共 14 次)

次數	日期	星期	教學內容	備註
1	3/3	一	認識藝術家：小小畢卡索	
2	3/10	一	認識藝術家：小小畢卡索	
3	3/17	一	花叢裡的小斑馬 1	
4	3/24	一	花叢裡的小斑馬 2	
5	3/31	一	美味大早餐：1	
6	4/7	一	美味大早餐：2	
7	4/14	一	雙面魔術畫 1	
8	4/21	一	雙面魔術畫 2	
9	4/28	一	小盆栽仿真黏土 1	
10	5/5	一	小盆栽仿真黏土 2	
11	5/12	一	中秋玉兔燈籠 1	
12	5/19	一	中秋玉兔燈籠 2	
13	5/26	一	鋁箔紙山水畫 1	
14	6/2	一	鋁箔紙山水畫 2	

113 學年度下學期課後社團申請教材費(材料費)明細表

社團名稱：【 邦尼創意美術

】

項目(詳列)		規格	單價	數量	總價	用途	備註
1	美術紙材	8K	13	5	65 元	繪製作品紙材	
2	畫布	5F	90	1	90 元	創作主要媒材	
3	工具耗用	組	10	10	100 元	繪製用工具	
4	顏料耗用	組	15	15	225 元	繪製用顏料	
	裝飾配件(參考圖片、蛋托、白膠、紙膠帶、棉花棒、報紙、厚紙板、作品保護袋)	個	130	1	130 元	創作成品裝飾及輔助材料	
	不織布	組	60	1	60 元	繪製作品木器	
	超輕土	包	80	1	80 元	創作主要媒材	
總計		新台幣： 750 元					

高雄市文德國小 113 學年度下學期課後社團課程設計表

社團名稱：【 戶外羽球社 】

課後社團課程規畫：(上課次數共 14 次)

次數	日期	星期	教學內容	備註
1	3/3	一	認識羽球運動及球場禮儀、基本動作揮拍、正手拍發長球練習	
2	3/10	一	基本動作揮拍、基本擊球技術(高遠球)練習、正手拍發長球練習	
3	3/17	一	基本動作揮拍、基本擊球技術(高遠球)練習、正手拍發長球練習	
4	3/24	一	基本動作揮拍、基本擊球技術(高遠球)練習、正手拍發短球練習	
5	3/31	一	基本擊球技術(正拍平球)練習、正手拍發短球練習	
6	4/7	一	基本擊球技術(反拍平球)練習、正手拍發短球練習	
7	4/14	一	基本擊球技術(正拍挑球)練習、直線上網基本步法練習	
8	4/21	一	基本擊球技術(反拍挑球)練習、單打比賽規則應用	
9	4/28	一	基本擊球技術(正拍網前短球)練習、單打比賽規則應用	
10	5/5	一	基本擊球技術(反拍網前短球)練習、雙打比賽規則應用	
11	5/12	一	基本擊球技術綜合練習、雙打比賽規則應用	
12	5/19	一	基本擊球技術綜合練習、單、雙打比賽規則應用	
13	5/26	一	基本擊球技術綜合練習、單、雙打比賽規則應用	
14	6/2	一	總複習、比賽練習	

高雄市文德國小 113 學年度下學期課後社團課程設計表

社團名稱：【爵士鼓社 (周一)】

課後社團課程規畫：(上課次數共 14 次)

次數	日期	星期	教學內容	備註
1	3/3	一	認識爵士鼓打擊位置及基本節奏	
2	3/10	一	基本節奏練習 (一)、基礎樂理	
3	3/17	一	基本節奏練習 (二)、歌曲練習	
4	3/24	一	基本節奏練習 (三)、歌曲練習	成果驗收
5	3/31	一	認識 Rock 節奏及練習、基礎樂理	
6	4/7	一	Rock 節奏練習 (一)、歌曲練習	
7	4/14	一	Rock 節奏練習 (二)、歌曲練習	
8	4/21	一	Rock 節奏、過門練習、歌曲練習	
9	4/28	一	Rock 節奏、過門練習 (二)、歌曲練習	成果驗收
10	5/5	一	認識 Slow soul 節奏及練習、基礎樂理	
11	5/12	一	Slow soul 節奏練習 (一)、歌曲練習	
12	5/19	一	Slow soul 節奏練習 (二)、歌曲練習	
13	5/26	一	Slow soul 節奏、過門練習、歌曲練習	
14	6/2	一	Slow soul 節奏、過門練習 (二)、歌曲練習	成果驗收