南投縣仁愛國中107學年度第一學期彈性課程內容

課程名稱：社團 課程設計：林詩宏

一、依據：本校107學念度課程發展委員會決議訂定。

二、學習目標

(一)讓學生能夠鍛鍊體魄，達到健康的目的。

(二)透過社團活動時間能夠發展人際關係。

三、適用版本自編

四、本學期課程內涵

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 周次 | 籃球 | 羽球 | 原舞 |
| 1 | 社團準備工作-選社團/社團招生 | 社團準備工作-選社團/社團招生 | 社團準備工作-選社團/社團招生 |
| 2 | 體能訓練 | 羽球基本訓練 | 台灣原住民傳統樂器（一） |
| 3 | 體能訓練 | 羽球基本訓練--執球、握拍、正手發球、上手擊球（2） | 台灣原住民傳統樂器（二） |
| 4 | 基本持球、傳接球動作 | 羽球基本訓練--執球、握拍、正手發球、上手擊球（2） | 舞步教學 |
| 5 | 基本持球、傳接球動作 | 羽球基本訓練--正手拍擊球（2） | 舞步教學 |
| 6 | 基本持球、傳接球動作 | 羽球基本訓練--反手拍擊球（2） | 舞步教學 |
| 7 | 基本持球、傳接球動作 | 羽球基本訓練--步法練習（2） | 舞步教學 |
| 8 | 基本持球、傳接球動作 | 羽球基本訓練--步法練習（2） | 傳統樂器及歌謠教學 |
| 9 | 基本持球、傳接球動作 | 羽球基本訓練—綜合練習（2） | 傳統樂器及歌謠教學 |
| 10 | 基本上籃、投籃動作練習 | 羽球基本訓練—綜合練習（2） | 傳統樂器及歌謠教學 |
| 11 | 基本上籃、投籃動作練習 | 體能訓練複習上學其基本技巧（2） | 傳統樂器及歌謠教學 |
| 12 | 基本上籃、投籃動作練習 | 羽球基本動作--切球（2） | 傳統樂器及歌謠教學 |
| 13 | 立定跳投動作、罰球練習 | 羽球基本動作—撲球（2） | 曲目練習：舞蹈與樂器教學（一） |
| 14 | 立定跳投動作、罰球練習 | 羽球基本動作—長短球（2） | 曲目練習：舞蹈與樂器教學（一） |
| 15 | 立定跳投動作、罰球練習 | 羽球基本動作—殺球（2） | 曲目練習：舞蹈與樂器教學（一） |
| 16 | 急停跳投練習 | 羽球基本動作—挑球（2） | 期中成果展演 |
| 17 | 急停跳投練習 | 練習單打（2） | 曲目練習：舞蹈與樂器教學（二） |
| 18 | 急停跳投練習 | 練習雙打（2） | 曲目練習：舞蹈與樂器教學（二） |
| 19 | 基本防守動作練習 | 練習雙打（2） | 曲目練習：舞蹈與樂器教學（二） |
| 20 | 基本防守動作練習 | 舉辦分組友誼比賽（1） | 曲目練習：舞蹈與樂器教學（二） |
| 21 | 綜合練習(1) | 舉辦分組友誼比賽（2） | 曲目練習：舞蹈與樂器教學（二） |

南投縣仁愛國中107學年度第二學期彈性課程內容

課程名稱：閱讀仁愛(九年級) 課程設計：施偉勳

一、依據：本校107學念度課程發展委員會決議訂定。

二、學習目標：

(一)讓學生能夠鍛鍊體魄，達到健康的目的。

(二)透過社團活動時間能夠發展人際關係。

三、適用版本：自編

四、本學期課程內涵

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 周次 | 體能訓練 | 羽球基本訓練--執球、正反握拍、正手發球（2） | 1. 賽得克族進階舞步教學2.樂器教學 |
| 1 | 上學期課程重點提示 | 羽球基本訓練--執球、握拍、正手發球、上手擊球（2） | 1. 賽得克族進階舞步教學2.樂器教學 |
| 2 | 上學期課程重點提示 | 羽球基本訓練--執球、握拍、正手發球上手擊球（2） | 1. 賽得克族進階舞步教學2.樂器教學 |
| 3 | 上學期課程重點提示 | 羽球基本訓練--正手拍擊球（2） | 1. 賽得克族進階舞步教學2.樂器教學 |
| 4 | 籃球競賽規則 | 羽球基本訓練--反手拍擊球（2） | 1. 賽得克族進階舞步教學2.樂器教學 |
| 5 | 籃球競賽規則 | 羽球基本訓練--步法練習（2） | 小品創作（一） |
| 6 | 籃球競賽規則 | 羽球基本訓練--步法練習（2） | 小品創作（一） |
| 7 | 綜合練習 | 羽球基本訓練—綜合練習（2） | 小品創作（一） |
| 8 | 綜合練習 | 羽球基本訓練—綜合練習（2） | 小品創作（一） |
| 9 | 學習團隊攻防技術學習互助合作之團隊精神 | 體能訓練複習上學其基本技巧（2） | 期中展演 |
| 10 | 學習團隊攻防技術學習互助合作之團隊精神 | 羽球基本動作--切球（2） | 1. 賽得克族進階舞步教學2.樂器教學 |
| 11 | 學習團隊攻防技術學習互助合作之團隊精神 | 羽球基本動作—撲球（2） | 1. 賽得克族進階舞步教學2.樂器教學 |
| 12 | 學習團隊攻防技術學習互助合作之團隊精神 | 羽球基本動作—長短球（2） | 1. 賽得克族進階舞步教學2.樂器教學 |
| 13 | 學習團隊攻防技術學習互助合作之團隊精神 | 羽球基本動作—殺球（2） | 1. 賽得克族進階舞步教學2.樂器教學 |
| 14 | 影片欣賞（教學帶）欣賞規則 | 羽球基本動作—挑球（2） | 1. 賽得克族進階舞步教學2.樂器教學 |
| 15 | 影片欣賞（教學帶）欣賞規則 | 練習單打（2） | 1. 賽得克族進階舞步教學2.樂器教學 |
| 16 | 舉行友誼比賽 | 練習雙打（2） | 期末展演 |
| 17 | 舉行友誼比賽 | 練習雙打（2） | 小品創作（二） |