

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期益智桌遊社課程計畫

次數	日期	授課內容
1	2/22	多米諾王國
2	3/8	凱斯島
3	3/15	神貓傳奇
4	3/22	大魚吃小魚
5	3/29	達芬奇密碼
6	4/12	卡卡城
7	4/19	袋中菲力貓
8	4/26	拉密
9	5/3	海盜家族
10	5/10	種豆
11	5/17	冒險之旅
12	5/24	摸魚連連看
13	5/31	花式吹牛皮
14	6/7	冰雪奇緣 UNO
15	6/21	序列迷陣

序號:2

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期 MV 街舞 A 班社課程計畫

次數	日期	授課內容
1	2/22	認識學生、排上課位置、說明上課應遵守之規範、暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步、舞曲編排 (black-how you like that) 隊形編排+前奏 2x8 拍
2	3/8	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (一)、舞曲編排 (black-how you like that) 複習上週 2x8 動作、接空 1x8 拍+隊形變化
3	3/15	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (二)、舞曲編排 (black-how you like that) 複習上週 3x8 動作、接新動作 4x8 拍+隊形變化
4	3/22	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (三)、舞曲編排 (black-how you like that) 複習上週 7x8 動作、接新動作 4x8+隊形變化
5	3/29	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (四)、舞曲編排 (black-how you like that) 複習上週 11x8 動作、接新動作 4x8 拍+隊形變化
6	4/12	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (五)、舞曲編排 (black-how you like that) 複習上週 15x8 拍動作、接新動作 4x8 拍+隊形變化
7	4/19	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (六)、舞曲編排 (black-how you like that) 複習上週 19x8 拍、接新動作 4x8+隊形變化
8	4/26	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (七)、舞曲編排 (black-how you like that) 複習上週 23x8 拍、接新動作 4x8 拍動作
9	5/3	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (八)、舞曲編排 (black-how you like that) 複習上週 27x8 拍、接間奏 4x8 拍動作
10	5/10	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (九)、舞曲編排 (black-how you like that) 複習上週 31x8 拍、接 4x8 拍動作+隊形變化
11	5/17	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (十)、舞曲編排 (black-how you like that) 複習上週 35x8 拍、接唱歌 4x8 拍動作
12	5/24	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (十一)、舞曲編排 (black-how you like that) 複習上週 39x8 拍、接新動作 4x8+隊形變化
13	5/31	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (十二)、舞曲編排 (black-how you like that) 複習上週 43x8 拍、唱歌 4x8 拍動作+隊形變化
14	6/7	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (十三)、舞曲編排 (black-how you like that) 複習上週 47x8 拍、尾奏 1x5 拍動作+隊形變化+END POSE
15	6/21	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合複習、舞曲複習 (black-how you like that)、期末成果驗收

序號:3

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期 籃球社課程計畫

次數	日期	授課內容
1	3/8	基礎訓練與分班、球感訓練(手指點球)1 單球運球 1、上籃 1
2	3/15	球感訓練(手指點球)2、單球運球 2、上籃 2
3	3/22	球感訓練(手指點球)3、移動單球運球 1、上籃 3
4	3/29	球感訓練(繞頭)、移動單球運球 2、上籃 3
5	4/12	球感訓練(繞腰)、M 型運球、假動作上籃 1
6	4/19	球感訓練(繞膝)、V 行運球、假動作上籃 2
7	4/26	球感訓練(繞腳)、移動 M 型運球、進攻免責區單手投籃 1
8	5/3	球感訓練(繞腳)、移動 V 型運球、進攻免責區雙手投籃
9	5/10	敏捷訓練，8 字點球、進攻免責區雙手投籃
10	5/17	敏捷訓練，8 字運球、罰球線投籃
11	5/24	敏捷訓練，連續 8 字運球、三重威脅進攻
12	5/31	籃球馬克操，運球網球訓練、三重威脅進攻
13	6/7	籃球馬克操、運球網球訓練、實戰綜合運用
14	6/21	雙球運球、實戰綜合運用
15	6/28	雙球運球、實戰綜合運用

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期 跆拳道 社課程計畫

次數	日期	授課內容
1	2/23	課程內容講解及規定、同學自我介紹、基本熱身、簡易體適能
2	3/2	腿部肌群訓練、趣味體適能
3	3/9	品勢動作講解及分解動作練習
4	3/16	品勢步法練習(弓步、前行步)、腿部肌耐力訓練
5	3/23	品勢手部動作練習(下防、外腕、上防)、反應訓練
6	3/30	品勢太極二章複習、腿部肌群訓練、加強柔軟度
7	4/6	踢擊動作練習、協調訓練、分組體能
8	4/13	踢擊組合動作練習、跆拳道比賽規則講解
9	4/20	核心肌群訓練、手眼協調及平衡感練習
10	4/27	防身術講解、防身術實際演練
11	5/4	五組防身術複習、腿部踢擊、協調訓練、分組體能
12	5/11	踢靶練習(踢擊動作、手部攻防動作)
13	5/18	晉級測驗注意事項講解、動作總複習
14	5/25	晉級測驗
15	6/1	體能訓練、同學心得分享、體適能闖關遊戲

次數	日期	授課內容
1	2/23	基本運鈴+螞蟻上樹
2	3/2	基本運鈴+金蟬脫殼
3	3/9	基本運鈴+金雞上架
4	3/16	左右運鈴+狗急跳牆
5	3/23	左右運鈴+拋鈴
6	3/30	上下運鈴+解鈴
7	4/6	上下運鈴+提燈籠
8	4/13	左右運鈴+上下運鈴+扭轉乾坤
9	4/20	左右運鈴+上下運鈴+蜘蛛結網
10	4/27	左右運鈴+上下運鈴+蜘蛛燈籠
11	5/4	左右運鈴+上下運鈴
12	5/11	直立鈴
13	5/18	雙人雙鈴
14	5/25	長繩傳鈴+花式扯鈴
15	6/1	花式扯鈴

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期 Robot 樂高機器人社課程計畫

次數	日期	授課內容
1	2/23	樂高相見歡-積木、課程、Arduino 程式介紹
2	3/2	Arduino 程式編寫-自動感應門
3	3/9	Arduino 程式編寫-鬧鐘
4	3/16	Arduino 程式編寫-捕鼠夾
5	3/23	Arduino 程式編寫-升降台
6	3/30	Arduino 程式編寫-道閘
7	4/6	Arduino 程式編寫-循跡車
8	4/13	Arduino 程式編寫-避障車
9	4/20	Arduino 程式編寫-遙控警車
10	4/27	Arduino 程式編寫-全能小車
11	5/4	Arduino 程式編寫-交通系統
12	5/11	Arduino 程式編寫-七彩霓虹燈
13	5/18	Arduino 程式編寫-感應檯燈
14	5/25	Arduino 程式編寫-調色大師
15	6/1	積木歡樂送

序號:7

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期 圍棋初階社課程計畫

次數	日期	授課內容
1	3/2	圍地方向及大小
2	3/9	對弈以及複習
3	3/16	大場、小場與急所
4	3/23	對弈以及複習
5	3/30	攻擊與計算力
6	4/6	對弈以及複習
7	4/13	常用布局
8	4/20	對弈以及複習
9	4/27	二連星布局
10	5/4	對弈以及複習
11	5/11	星、小目布局
12	5/18	對弈以及複習
13	5/25	向小目布局
14	6/1	對弈以及複習
15	6/8	棋力鑑定賽

序號:8

桃園市復旦國小 109 學年度第一學期 射擊進階 社課程計畫

次數	日期	授課內容
1	2/23	預習訓練 (瞄準圖型、密度訓練)
2	3/2	預習訓練 (瞄準圖型、密度訓練)
3	3/9	預習訓練 (瞄準圖型、密度訓練)
4	3/16	體會訓練、單發計分訓練
5	3/23	體會訓練、單發計分訓練
6	3/30	比賽測驗、要求、強化抗壓性訓練
7	4/6	預習訓練 (瞄準圖型、密度訓練)
8	4/13	預習訓練 (瞄準圖型、密度訓練)
9	4/20	預習訓練 (瞄準圖型、密度訓練)
10	4/27	體會訓練、單發計分訓練
11	5/4	體會訓練、單發計分訓練
12	5/11	體會訓練、單發計分訓練
13	5/18	檢測成果 計分對抗
14	5/25	檢測成果 計分對抗
15	6/1	檢測成果 計分對抗

序號:9

桃園市復旦國小 109 學年度第一學期 射擊初階 社課程計畫

次數	日期	授課內容
1	2/25	認識射擊、靶場安全須知、介紹槍枝及正確使用槍枝觀念
2	3/4	瞄準圖形說明、試瞄圖形
3	3/11	基本預習練習、槍枝重量訓練
4	3/18	基本動作預習
5	3/25	基本動作預習（坐著）、試射子彈
6	4/1	基本動作預習（坐著）、試射子彈
7	4/8	基本動作預習（坐著）、試射子彈
8	4/15	基本動作預習（坐著）、試射子彈
9	4/22	基本動作預習（站著）、試射子彈
10	4/29	基本動作預習（站著）、試射子彈
11	5/6	基本動作預習（站著）、試射子彈
12	5/13	基本動作預習（站著）、試射子彈
13	5/20	對抗比賽、計分射
14	5/27	對抗比賽、計分射
15	6/03	成績統計

序號:10

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期 國標社 社課程計畫

次數	日期	授課內容
1	2/24	森巴舞介紹及基本步練習
2	3/3	森巴舞基本步練習及音樂節奏練習
3	3/10	森巴舞基本步練習及音樂節奏練習
4	3/17	森巴舞基本步練習及音樂節奏練習
5	3/24	森巴舞基本步練習及音樂節奏練習
6	3/31	森巴舞序編排
7	4/7	森巴舞序編排及搭配音樂練習
8	4/14	森巴舞序編排及搭配音樂練習
9	4/21	森巴舞序編排及搭配音樂練習
10	4/28	森巴舞序編排及搭配音樂練習
11	5/5	森巴舞序編排及搭配音樂練習
12	5/12	森巴舞序編排及搭配音樂練習
13	5/19	森巴舞序編排及搭配音樂練習
14	5/26	森巴舞序總複習
15	6/2	森巴舞序總複習

序號:11

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期體能運動遊戲社課程計畫

次數	日期	授課內容
1	2/24	看誰快：仔細聽從指令變化進行動作，訓練專注力及反應力。
2	3/3	黃金手射門：需在短時間內拿到球並丟入球門，訓練手眼協調及反應力。
3	3/10	攻擊城堡：訓練手部肌力與力量控制，丟球練習、瞄準目標，或動動腦運用球的彈跳攻擊目標物。
4	3/17	守護城堡：全身協調訓練，移動中丟擲目標，上肢肌力控制，防守方需在混亂中即時反應擋住攻擊。
5	3/24	直線射門：反應力、肌力、踢球協調能力、團隊合作、團隊溝通訓練。
6	3/31	巨人守門員：反應力、團隊合作、專注力、腳踢球協調性。
7	4/7	傳球鬼抓人：讓孩子試著設計想要的運動遊戲，進行試玩、修改規則、競賽，讓孩子培養創造力與執行力。
8	4/14	獵魚：肌力與肌耐力、閃躲反應力、策略思考、團隊合作。
9	4/21	你黏我黏：以紙板當作遊戲器材，訓練團隊配合、溝通討論及下肢肌力。
10	4/28	拉手接力：肌力與肌耐力、團隊配合、溝通、團隊領導。
11	5/5	手牽手反應力：以手傳遞訊息到最後，並依指令動作，訓練反應力。
12	5/12	魔術方塊：肌力與肌耐力訓練，並同時搭配邏輯小遊戲訓練頭腦思考。
13	5/19	比大小：策略性肌力遊戲，訓練肌力與爆發力、策略發想與執行、機智反應。
14	5/26	保命戰：訓練孩子肌力與肌耐力，同時從任務中練習觀察力。
15	6/2	創意遊戲賽：讓孩子試著設計運動遊戲，並進行試玩、修改規則、競賽，培養創造力與執行力。

序號:12

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期創意寫作(中、高年級)社課程計畫

次數	日期	主題課程	學習目標
1	2/24	我喜歡的花	1.譬喻法練習 2.想像力練習 3.培養觀察能力
2	3/3	鞋子與我	1.能找出鞋子的特點 2.用一件事說出和鞋子的情感
3	3/10	難忘的朋友	1.譬喻法練習 2.用生活相處的例子說明和朋友的情感
4	3/17	讀書會	1.繪本導讀 2.學習單
5	3/24	甜蜜的時光	1.取材練習 2.能了解事情和情感的表達
6	3/31	上學的途中	1.取材練習 2.能了解事情和情感的表達
7	4/7	校園的一角	1.重點法的結構練習 2.對於事情的動態和靜態的表達
8	4/14	讀書會	1.繪本導讀 2.學習單
9	4/21	大掃除	1.形容詞的運用 2.摹色法練習
10	4/28	逛書店	1.培養觀察力 2.名言佳句的運用
11	5/5	樹的表情	1.譬喻法練習 2.聯想力的練習 3.摹色法運用
12	5/12	讀書會	1.繪本導讀 2.學習單
13	5/19	一張照片	1.倒敘法的寫作 2.能將自己的情感表達
14	5/26	童詩	1.譬喻、擬人、想像力運用
15	6/2	回饋與頒獎	1.心得分享與回饋

序號:13

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期創意寫作(低年級)社課程計畫

次數	日期	主題課程	學習目標
1	2/25	誰最美	1. 培養觀察力 2. 想像力練習
2	3/4	OO 的國王 (一)	1. 想像力練習 2. 培養思考能力
3	3/11	OO 的國王 (二)	1. 想像力練習 2. 培養思考能力
4	3/18	故事接龍	1. 想像力練習 2. 培養思考能力
5	3/25	讀書會	1. 繪本導讀 2. 學習單
6	4/1	圓形的聯想	1. 培養聯想力 2. 想像力練習
7	4/8	風和樹	1. 培養聯想力 2. 想像力練習
8	4/15	我的媽媽 (一)	1. 用聯想法開頭 2. 譬喻法練習
9	4/22	我的媽媽 (二)	1. 用聯想法開頭 2. 譬喻法練習
10	4/29	讀書會	1. 繪本導讀 2. 學習單
11	5/6	誰的本事大	1. 想像力練習 2. 培養思考力
12	5/13	今天我很忙	1. 具體描述事件 2. 動作&對話練習
13	5/20	第一次	1. 運用原因經過結果寫一件事 2. 譬喻法練習
14	5/27	讀書會	1. 繪本導讀 2. 學習單
15	6/03	回饋與頒獎	1. 心得分享與回饋

序號:14

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期 創意美術社課程計畫

次數	日期	授課內容
1	2/24	藝起闖關-遊戲+聯想創作
2	3/3	海-水彩渲染與指印
3	3/10	亮晶晶-特殊紙類創作
4	3/17	黑嚕嚕-水墨藝術
5	3/24	異世界-情境模擬+水彩多媒
6	3/31	角落生物-遊戲塗鴉設計
7	4/7	疊高-摺紙創作
8	4/14	地層-排列設計
9	4/21	像不像沒關係-拼貼藝術
10	4/28	航向宇宙-半立體想像畫
11	5/5	寶物盒-捏塑創作
12	5/12	月亮貓羅西娜-藝術欣賞-插畫設計
13	5/19	自己決定-構思、計畫、討論、草稿
14	5/26	自己決定-自由創作
15	6/2	野餐-期末野餐同樂會、集體創作

※以上課程會依小朋友的學習能力作調整，僅為參考

※需自備畫畫衣

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期游泳社課程計畫

上課日期		課程內容進度		
		基礎教學進度表	中階教學進度表	高階教學進度表
		認識泳池環境、上課注意事項及泳池安全宣導，依能力分組		
1	5/5	水中適應、水中走路 憋氣介紹講解及練習	韻律呼吸+水中走路複習 漂浮+水中站立複習 蹬牆漂浮+打水複習	自由式打水複習 蹬牆漂浮+打水複習 自由式綜合複習
2	5/12	憋氣複習及練習 水中吐氣介紹講解及練習 韻律呼吸介紹講解及練習	蹬牆漂浮+打水複習 自由式打水練習 自由式划手介紹講解	自由式綜合練習 仰式踢水複習及練習 仰式划手介紹講解及練習 自由式轉仰漂介紹及練習
3	5/19	韻律呼吸複習及練習 水中站立介紹講解 水中站立練習	自由式打水練習 自由式原地划手練習 (水面上、水面下)	自由式綜合練習 仰式綜合練習 自由式轉仰式介紹及練習
4	5/26	藉物漂浮介紹講解 藉物漂浮+水中站立練習	自由式打水練習 自由式划手複習 自由式單邊划臂練習	自由式綜合練習 仰式綜合練習 蛙式蛙腳介紹講解及練習 蛙式蛙腳練習
5	6/2	藉物漂浮+水中站立複習 漂浮介紹講解及練習 漂浮+水中站立練習	自由式手腳配合練習 自由式換氣介紹講解 自由式原地換氣練習	自由式及仰式綜合練習 蛙式蛙腳複習 蛙式划手介紹講解及練習
6	6/9	漂浮+水中站立複習 自由式打水介紹講解 自由式打水練習	自由式手腳配合練習 自由式原地換氣練習 仰漂介紹講解及練習	自由式及仰式綜合練習 蛙式換氣介紹講解 蛙式手腳配合練習
7	6/16	自由式打水複習及練習 蹬牆漂浮介紹講解及練習 水中自救介紹講解及練習 (藉物漂浮、水母漂)	自由式綜合動作練習 自由式換氣練習 仰漂複習 水中自救講解及練習 (藉物漂浮、水母漂、仰漂)	自由式及仰式綜合練習 蛙式換氣複習 蛙式綜合動作練習 水中自救動作練習 (藉物漂浮、水母漂、仰漂 水母漂換氣)
8	6/23	自由式打水複習及練習 自由式划手介紹講解 水母漂講解及練習 游泳能力評量測驗	自由式動作綜合練習 仰式踢水介紹講解及練習 游泳能力評量測驗	自由式及仰式綜合練習 蛙式綜合動作練習 蝶式動作介紹講解 游泳能力評量測驗

※以上課程進度會依學員的學習能力作調整，課程內容進度僅為參考。

序號:16

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期花式溜冰 A 社課程計畫

次數	日期	授課內容
1	3/3	基本動作練習(跌倒、起立、剎車)
2	3/10	基本動作練習(跌倒、起立、剎車)
3	3/17	小 11 滑行、蹲溜滑行
4	3/24	前弓箭步滑行、蹲溜轉彎
5	3/31	前單腳滑行、前弓箭步轉彎
6	4/7	前葫蘆、後溜
7	4/14	前單腳行轉彎、前單腳蹲溜
8	4/21	雙腳推刃練習
9	4/28	前剪冰
10	5/5	飛燕練習、蟹步練習
11	5/12	初級步伐練習
12	5/19	雙腳半圈跳躍練習
13	5/26	後剪冰
14	6/2	雙腳旋轉
15	6/9	總複習

序號:17

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期花式溜冰 B 社課程計畫

次數	日期	授課內容
1	2/27	基本動作練習(跌倒、起立、剎車)
2	3/13	基本動作練習(跌倒、起立、剎車)
3	3/20	小 11 滑行、蹲溜滑行
4	3/27	前弓箭步滑行、蹲溜轉彎
5	4/10	前單腳滑行、前弓箭步轉彎
6	4/17	前葫蘆、後溜
7	4/24	前單腳行轉彎、前單腳蹲溜
8	5/8	雙腳推刃練習
9	5/15	前剪冰
10	5/22	飛燕練習、蟹步練習
11	5/29	初級步伐練習
12	6/5	雙腳半圈跳躍練習
13	6/12	後剪冰
14	6/19	雙腳旋轉
15	6/26	總複習

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期珠心算社課程計畫

次數	日期	授課內容
1	2/25	左退右添 $-9 = -10 + 1$ 、Ex: $17-9$ 、 $18-9$ 及心算個別指導教學
2	3/4	左退右添 $-8 = -10 + 2$ 、Ex: $16-8$ 、 $17-8$ 及心算個別指導教學
3	3/11	左退右添 $-7 = -10 + 3$ 、Ex: $15-7$ 、 $16-7$ 及心算個別指導教學
4	3/18	左退右添 $-6 = -10 + 4$ 、Ex: $10-6$ 、 $15-6$ 及心算個別指導教學
5	3/25	左退右添 $-5 = -10 + 5$ 、Ex: $13-5$ 、 $14-5$ 及心算個別指導教學
6	4/1	左退右添 $-4 = -10 + 6$ 、Ex: $12-4$ 、 $13-4$ 及心算個別指導教學
7	4/8	左退右添 $-3 = -10 + 7$ 、Ex: $11-3$ 、 $12-3$ 及心算個別指導教學
8	4/15	左退右添 $-2 = -10 + 8$ 、Ex: $10-2$ 、 $11-2$ 及心算個別指導教學
9	4/22	左退右添 $-1 = -10 + 9$ 、Ex: $10-1$ 、 $20-1$ 及心算個別指導教學
10	4/29	下添上撥 $-4 = +1 - 5$ 、Ex: $7-4$ 、 $8-4$ 及心算個別指導教學
11	5/6	下添上撥 $-3 = +2 - 5$ 、Ex: $6-3$ 、 $7-3$ 及心算個別指導教學
12	5/13	下添上撥 $-2 = +3 - 5$ 、Ex: $5-2$ 、 $6-2$ 及心算個別指導教學
13	5/20	下添上撥 $-1 = +4 - 5$ 、Ex: $5-1$ 、 $15-1$ 及心算個別指導教學
14	5/27	左退右添 $-9 = -10 + 1 (+1 = +5 - 4)$ Ex: $14-9$ 及心算個別指導
15	6/3	左退右添 $-8 = -10 + 2 (+2 = +5 - 3)$ Ex: $14-8$ 、 $13-8$ 及珠心算檢定(6/20)

序號:19

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期圍棋進階社課程計畫

次數	日期	授課內容
1	2/25	比氣 - 行棋禮儀。圍棋的五項基本規則。外氣、內氣。
2	3/4	氣盡提取 - 提吃要訣：大小通吃；先吃大再吃小；吃有營養的；不吃毒藥；不吃跑不掉的死棋。
3	3/11	逃走 - 長氣。連接逃走。提吃對方之子，以救出我方被叫吃的棋子。
4	3/18	連接 - 連接我方棋組：接。虎連、尖連、雙連
5	3/25	切斷 - 補斷點。阻斷方的通路。接近戰基本方法。
6	4/1	禁入點 - 又稱禁著點。沒有活路的地方禁止落子。
7	4/8	打劫 - 劫爭時，禁止雙方連續氣盡提取。四種基本劫形。
8	4/15	叫吃、雙叫吃 - 撞牆壁叫吃。踢屁股叫吃。斷吃。抱吃。接不歸。切斷雙方的通路。一次叫吃兩邊，至少可吃到一邊。
9	4/22	征吃 - 把對手追到死路的方法。
10	4/29	撲及反提 - 送子給對方吃，對方若提，可立即回吃多子。
11	5/6	門吃 - 不直接叫吃對方，而是把對方關住的吃子技術。
12	5/13	做活 - 大眼睛：三目、四目、五目、六目、死活要訣。
13	5/20	破眼 - 佔眼位、掐眼角。縮小對方的空。點要害。
14	5/27	數地 - 地域歸屬。數子法。比目法。
15	6/3	棋力鑑定 - 佈局、中盤、收官、終局、定石。

序號:20

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期樂樂棒球社課程計畫

次數	日期	授課內容	
1	2/25	熱身與身體協調	1.動態熱身操 2.繩梯協調性練習
2	3/4	打擊 Drill 1	1.如何使用後腳啟動產生力量 2.動作練習 3.T座練習
3	3/11	打擊 Drill 2	1.如何使用骨盆旋轉帶動軀幹 2.動作練習 3.T座練習
4	3/18	打擊 Drill 3	1.如何握棒及擺動雙臂使揮棒更有力量 2.動作練習 3.T座練習
5	3/25	利用羽毛球打擊	1.利用羽毛球做拋打練習 2.三人羽毛球拋打手練習 3.羽毛球拋打團體對抗模擬賽
6	4/1	打擊動作解析	幫每位學員拍攝打擊慢動作，用慢動作重播分析學員打擊動作，藉此細部調整動作
7	4/8	投球 Drill 1	1.如何投球不受傷 2.正確的投球動作與容易受傷的動作 3.動作講解
8	4/15	投球 Drill 2	1.投球的啟動力量來源 2.後腳的使用 3.動作講解 4.動作練習
9	4/22	投球 Drill 3	1.投球下半身的使用 2.動作講解 3.動作練習
10	4/29	投球 Drill 4	1.如何將下半身的力量傳達到上半身 2.動作講解 3.動作練習
11	5/6	投球動作解析	幫每位學員拍攝投球慢動作，用慢動作重播分析學員投球動作，藉此細部調整動作
12	5/13	五人制棒球	1.五人制棒球介紹 2.五人制棒球練習 3.五人制棒球模擬對抗賽
13	5/20	守備練習	1.守備位置的站位及補位 2.動作講解 3.動作練習
14	5/27	守備練習	1.內外野站位及配合 2.動作講解 3.動作練習
15	6/3	團隊配合	1.分組對抗賽 2.賽後檢討

序號:21

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期快樂籃球社課程計畫

次數	日期	授課內容
1	2/25	熱身運動、基礎訓練與分班、滑步防守
2	3/4	熱身運動、單手運球、交叉步防守、
3	3/11	雙手交叉運球、側跑步防守、胯下運球
4	3/18	複習，側跑步防守、胯下運球
5	3/25	後退步防守、背後運球
6	4/1	單手運球、轉身運球
7	4/8	轉身運球，轉換步防守
8	4/15	轉換步防守、轉身運球
9	4/22	複習，綜合防守、綜合運球
10	4/29	複習，綜合防守、綜合運球
11	5/6	複習，一線未運球防守、進攻免責區單手投籃
12	5/13	複習，一線已停球防守、進攻免責區雙手投籃
13	5/20	複習，二線防守、罰球線投籃
14	5/27	複習，三線防守、運球上籃
15	6/3	複習，盯人防守、二對一攻籃

序號:22

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期書法社課程計畫

次數	日期	授課內容
1	2/26(五)	初階筆法與國字練習(三)
2	3/5(五)	初階筆法與國字練習(四)
3	3/12(五)	初階筆法與國字練習(五)
4	3/19(五)	初階筆法與國字練習(六)
5	3/26(五)	進階描線 A 本練習 no.1
6	4/9(五)	進階描線 A 本練習 no.2
7	4/16(五)	進階描線 A 本練習 no.3
8	4/23(五)	進階描線 A 本練習 no.4
9	4/30(五)	唐詩練習
10	5/14(五)	唐詩練習
11	5/21(五)	進階描線 A 本練習 no.5
12	5/28(五)	進階描線 A 本練習 no.6
13	6/4(五)	進階描線 A 本練習 no.7
14	6/11(五)	作品成果練習
15	6/18(五)	作品成果完成

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期 MV 街舞社 B 班課程計畫

次數	日期	授課內容
1	2/26(五)	認識學生、排上課位置、說明上課應遵守之規範、暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步、舞曲編排 (BLACKPINK-FOREVER YOUNG) 隊形編排
2	3/5(五)	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (一)、舞曲編排 (BLACKPINK-FOREVER YOUNG) 前奏 4x8 又 4 拍
3	3/12(五)	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (二)、舞曲編排 (BLACKPINK-FOREVER YOUNG) 複習上週 4x8 又 4 拍動作、接新動作 4x8 拍 + 隊形變化
4	3/19(五)	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (三)、舞曲編排 (BLACKPINK-FOREVER YOUNG) 複習上週 8x8 動作、接下歌 4x8 + 隊形變化
5	3/26(五)	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (四)、舞曲編排 (BLACKPINK-FOREVER YOUNG) 複習上週 12x8 又 4 拍動作、接新動作 4x8 拍 + 隊形變化
6	4/9(五)	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (五)、舞曲編排 (BLACKPINK-FOREVER YOUNG) 複習上週 16x8 又 4 拍動作、接新動作 4x8 又 4 拍 + 隊形變化
7	4/16(五)	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (六)、舞曲編排 (BLACKPINK-FOREVER YOUNG) 複習上週 21x8 拍、接新動作 4x8 + 隊形變化
8	4/23(五)	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (七)、舞曲編排 (BLACKPINK-FOREVER YOUNG) 複習上週 26x8 拍、接間奏 2x8 拍動作
9	4/30(五)	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (八)、舞曲編排 (BLACKPINK-FOREVER YOUNG) 複習上週 28x8 拍、接 REP4x8 拍動作
10	5/14(五)	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (九)、舞曲編排 (BLACKPINK-FOREVER YOUNG) 複習上週 32x8 拍、接 4x8 拍動作 + 隊形變化
11	5/21(五)	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (十)、舞曲編排 (BLACKPINK-FOREVER YOUNG) 複習上週 36x8 拍、接 4x8 又 4 拍動作
12	5/28(五)	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (十一)、舞曲編排 (BLACKPINK-FOREVER YOUNG) 複習上週 40x8 又 4 拍、接新動作 5x8 + 隊形變化
13	6/4(五)	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (十二)、舞曲編排 (BLACKPINK-FOREVER YOUNG) 複習上週 45x8 拍又 4 拍、唱歌 4x8 拍動作 + 隊形變化
14	6/11(五)	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合教學 (十三)、舞曲編排 (BLACKPINK-FOREVER YOUNG) 複習上週 49x8 拍又 4 拍、尾奏 4x8 拍動作 + 隊形變化 + END POSE
15	6/18(五)	暖身、音感、節奏、肢體協調訓練、基本舞步組合複習、舞曲複習 (BLACKPINK-FOREVER YOUNG)、期末成果驗收

序號:24

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期創意科學先修班社團課程計畫

次數	日期	課程單元	授課內容
1	2/26(五)	紙開花了	1. 知道毛細現象。 2. 瞭解纖維吸水後會產生膨壓現象。
2	3/5(五)	轉不停的地球	1. 瞭解太陽、地球及月球之間關係。 2. 知道太陽與月球的東升西沉。
3	3/12(五)	紅白大變身	1. 知道漂白水的作用。 2. 知道兩種漂白水的功能。
4	3/19(五)	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。
5	3/26(五)	齒輪的遊戲	1. 觀察齒輪的齧合。 2. 知道齒輪如何傳遞動力。
6	4/9(五)	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。
7	4/16(五)	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。
8	4/23(五)	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。
9	4/30(五)	旋轉飛機	1. 知道斜面的現象。 2. 知道如何應用斜面。
10	5/14(五)	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
11	5/21(五)	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。
12	5/28(五)	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。
13	6/4(五)	發亮吧電燈泡	1. 認識乾電池結構。 2. 製作簡易電池。
14	6/11(五)	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。
15	6/18(五)	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。

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期 烏克蘭麗麗社課程計畫

次數	日期	授課內容
1	2/26(五)	【和弦認識及複習】單音手指練習、樂譜識譜、和弦整理、C 大調音階 歌曲練習：手指運動練習 1、Long Long Ago
2	3/5(五)	【單音練習】單音手指練習、樂譜識譜、和弦整理、F 大調音階 歌曲練習：手指運動練習 2、Long Long Ago
3	3/12(五)	【和弦介紹】介紹民謠搖滾(Folk Rock)的節奏 歌曲練習：小手拉大手
4	3/19(五)	【和弦介紹】介紹民謠搖滾(Folk Rock)的節奏 歌曲練習：小手拉大手
5	3/26(五)	【和弦介紹】介紹民謠搖滾(Folk Rock)的節奏 歌曲練習：依照學生喜好歌曲
6	4/9(五)	【節奏介紹】Slow Soul 流行歌曲刷奏、分散指法伴奏 1 歌曲練習：隱形的翅膀、月亮代表我的心
7	4/16(五)	【節奏介紹】Slow Soul 流行歌曲刷奏、分散指法伴奏 2 歌曲練習：隱形的翅膀、月亮代表我的心
8	4/23(五)	【節奏介紹】Slow Soul 流行歌曲刷奏、分散指法伴奏 3 歌曲練習：隱形的翅膀、月亮代表我的心
9	4/30(五)	【刷法運用】打板練習、進階變化練習 歌曲練習：依照學生喜好歌曲
10	5/14(五)	【刷法運用】打板練習、進階變化練習 歌曲練習：依照學生喜好歌曲
11	5/21(五)	【期中複習】
12	5/28(五)	【期末成果發會歌曲練習】 歌曲練習：依照學生喜好歌曲
13	6/4(五)	【期末成果發會歌曲練習】 歌曲練習：依照學生喜好歌曲
14	6/11(五)	【期末成果發會歌曲練習】 實際彩排、軟硬體練習
15	6/18(五)	【期末成果發會歌曲練習】 實際彩排、軟硬體練習

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期直排輪社教學日誌


次數	日期	授課內容	
1	2/26(五)	介紹裝備	暖身.介紹裝備.教導如何裝穿著裝備.站立向前.V.T.A.平行
2	3/5(五)	T.A.平行.平行滑行	.T.A.平行.平行滑行.固定式葫蘆型.移動式葫蘆型
3	3/12(五)	移動式葫蘆型	移動式葫蘆型.S型(複習立向前.V.T.A.平行)
4	3/19(五)	煞車	煞車(趴煞.單腳跪煞.A字煞)(複習固定式葫蘆型.移動式葫蘆型)
5	3/26(五)	固定式抬腳	固定式抬腳.移動式抬腳.定點蹲低.遊戲
6	4/9(五)	移動式抬腳	煞車移動式抬腳.定點蹲低.後溜.遊戲
7	4/16(五)	後溜	後溜.後溜S.競賽講解.模擬競賽.遊戲.
8	4/23(五)	模擬競賽	模擬競賽.揸手蹲低.續滑點練習.遊戲
9	4/30(五)	接力講解	模擬競賽.接力講解.接力練習.遊戲.
10	5/14(五)	接力練習	靜態擺手練習.靜態擺手重心轉移.接力練習
11	5/21(五)	單腳拉大腳步滑行	單腳拉大腳步滑行. 模擬競賽.接力競賽
12	5/28(五)	固定式剪冰	固定式剪冰.半推刀.移動推刀. 模擬競賽.遊戲
13	6/4(五)	彎道推刀	彎道推刀.直道推刀.直道 S 型轉刀加速.遊戲
14	6/11(五)	總複習	總複習
15	6/18(五)	測驗	測驗

序號:27

桃園市復旦國小 109 學年度第二學期 3D 列印筆 社課程計畫

次數	日期	授課內容
1	2/26(五) 15:30-17:00	3D 列印筆創作-冠軍金牌 
2	3/5(五) 15:30-17:00	3D 列印筆創作-咖哩飯 
3	3/12(五) 15:30-17:00	3D 列印筆創作-創意眼鏡 
4	3/19(五) 15:30-17:00	3D 列印筆創作-角落生物立牌 
5	3/26(五) 15:30-17:00	3D 列印筆創作-蝴蝶 
6	4/9(五) 15:30-17:00	3D 列印筆創作-鱷魚 
7	4/16(五) 15:30-17:00	3D 列印筆創作-角落生物鑰匙圈

			
8	4/23(五) 15:30-17:00	3D 列印筆創作-手搖鈴鼓	
9	4/30(五) 15:30-17:00	3D 列印筆創作-非洲鼓	
10	5/14(五) 15:30-17:00	3D 列印筆創作-12 面骰子	
11	5/21(五) 15:30-17:00	3D 列印筆創作-西瓜	
12	5/28(五) 15:30-17:00	3D 列印筆創作-造型手機架	
13	6/4(五) 15:30-17:00	3D 列印筆創作-角落生物機器人	

14	6/11(五) 15:30-17:00	3D 列印筆創作-鐵塔 
15	6/18(五) 15:30-17:00	3D 列印筆創作-房屋創作 