

【直排輪社團】課程計劃簡表

堂次	授課內容	備註
1	上課安全須知、直排輪裝備介紹、正確的溜冰禮儀	教練可協助代購直排輪裝備，全套 3700 元。
2	安全跌倒、安全剎車、程度分班	
3	初級前溜動作、小 11 滑行、跪煞練習	
4	前進蹲溜練習、踏步剎車練習	
5	左右弓箭步滑行、平行轉彎	
6	碰腳踏步溜、原地前葫蘆	
7	滑行前葫蘆、前溜 S 型	
8	連續前葫蘆、左右弓箭步轉彎	
9	左右弓箭步轉彎、單腳直線滑行 3 秒	
10	點單輪練習、A 字踏步練習	
11	後溜練習、原地後葫蘆	
12	點單輪轉彎、前交叉練習	
13	前交叉、後溜 S 型、馬力步練習	
14	總複習	

【花式扯鈴社團】課程計劃簡表

堂次	授課內容	備註
1	基本介紹+起鈴+魚躍龍門	
2	開線亮相+猴子翻跟斗+蜻蜓點水	
3	大衛魔術+金蟬脫殼+蜘蛛結網	
4	基礎拋鈴+抬頭望月+小拋鈴	
5	甩棍半圓+左右加速+地球自轉	
6	蜻蜓雙點水+十字架+提燈籠	
7	棍調鈴+東京鐵塔+金雞上架	
8	金雞飛渡+反點水+背書包 1	
9	繞手左右彈跳+牛轉乾坤+背書包 2	
10	圓型拋鈴+八仙過海	
11	仰星觀斗+關渡大橋	
12	大迴旋+小迴旋+迴旋	
13	繞腳+繞腳小迴旋	
14	綜合練習+小表演	

【足球社團】課程計劃簡表

堂次	授課內容	備註
1	足球動態操、踩停球訓練、折返帶球訓練、趣味遊戲	
2	足球動態操、踩停球訓練、折返帶球訓練、停球射門訓練、趣味遊戲	
3	足球動態操、帶球訓練、帶球射門練習、趣味遊戲	
4	花樣帶球訓練、傳球練習、比賽規則講解、分組對抗比賽	
5	花樣帶球訓練、傳球接力遊戲、比賽規則講解、分組對抗比賽	
6	綜合球感訓練、傳球練習、1vs1 對抗、分組對抗比賽	
7	綜合球感訓練、1vs1 對抗、分組對抗比賽	
8	組合技術練習、2 人傳球練習、2vs2 對抗、分組對抗比賽	
9	組合技術練習、3 人傳球練習、2vs2 對抗、分組對抗比賽	
10	複習所有控球和傳球技巧、4 人傳球練習、分組對抗比賽	
11	複習所有控球、3 人傳球練習、1 搶 4 傳球練習、分組對抗比賽	
12	複習所有控球、4 人傳球練習、1 搶 3 傳球練習、分組對抗比賽	
13	複習所有控球和傳球技巧、2 搶 5 傳球練習、練習分組對抗比賽	
14	複習所有控球和傳球技巧、2 搶 5 傳球練習、練習分組對抗比賽	

【創意樂高機器人社團】課程計劃簡表

堂次	授課內容	備註
1	樂高積木的結構體與卡榫的應用教學	
2	戰鬥投石器	
3	強力伸縮夾	
4	彈力衝鋒車	
5	荷蘭大風車	
6	桌上冰球賽	
7	飛吧~ 彈跳青蛙	
8	Arduino 程式編寫-自動計票箱	
9	Arduino 程式編寫-遙控警車	
10	Arduino 程式編寫-綜合練習	
11	Arduino 程式編寫-七彩霓虹燈	
12	Arduino 程式編寫-感應檯燈	
13	Arduino 程式編寫-調色大師	
14	積木歡樂送	

【快樂學魔術社團】課程計劃簡表

堂次	授課內容	備註
1	賭神密碼牌 雞生蛋	自備一副普通撲克牌
2	扭曲的筆 夾心餅乾	
3	紙牌縮小 脈搏找牌	
4	鬼滅之刃 發出四張A	
5	吸血鬼脫逃 ESP 骨牌接龍	
6	子母錢盒 國王棉被	
7	瓶中繩 吸管分離 箭頭找牌	
8	生物感應 超能摸字術	
9	埃及三杯 透視骰	
10	西部牛仔 小偷變身	
11	跳躍橡皮筋 跑車預言	
12	彩虹烤肉串 魔法球盒	
13	精靈寶可夢 移動迷宮	
14	鐵鍊入環 環分鐵鍊	

【戲劇玩 play 社團】課程計劃簡表

堂次	授課內容	備註
1	暖身與肢體協調練習 1	
2	暖身與肢體協調練習 2	
3	肢體動靜控制與反應練習 1	
4	肢體動靜控制與反應練習 2	
5	感知與表達練習 1	
6	感知與表達練習 2	
7	模仿與反映 1	
8	模仿與反映 2	
9	聲音與說話 1	
10	聲音與說話 2	
11	角色塑造與揣摩 1	
12	角色塑造與揣摩 2	
13	角色扮演與團隊合作 1	
14	角色扮演與團隊合作 2	

【STEM 創意科研社團】課程計劃簡表

堂次	授課內容	備註
1	風的成因 ：大風吹，吹什麼…輕飄飄的東西，風是怎麼形成的？對我們的生活又有什麼息息相關的影響？小小科學家們現在讓我們來一探究竟吧。	風力獸機器、風的形成、風旗、風速計
	一起觀測風 ：風從哪裡來，要到哪裡去；很有趣的一句台灣諺語「南風怕鬼，鬼怕新竹風」，看不見的東西我們可以如何觀測？動動腦子發揮創意，觀察風之旅我們現在開始！	
2	我們關心天氣 ：天氣的熱的時候走在外面汗流浹背，天氣冷的時候要記得多加件衣服避免感冒，天氣跟我們的生活食衣住行息息相關，讓我們趕快來關心一下天氣吧。	喝水鳥、自製溫度計
	認識氣溫與測量氣溫 ：怎樣是冷？怎樣算熱？物體冷熱的程度是否有一個準確的依據呢？利用溫度計讓大家知道測量溫度時該注意的事情。	
3	測量降水量 ：小雨淅哩哩，大雨嘩啦啦，雨水對我們何其重要，可以飲用、可以灌溉，如果雨下太少會造成乾旱，可是太多又會氾濫產生災害，太多太少都不行，可是怎叫多怎樣算少，要如何測量？我們趕快來學習一下吧。	晴雨花、星雲瓶
	觀測雲 ："天上的棉花糖看起來好好吃啊"、"看，那朵雲看起來像只小狗"、"烏漆嘛黑的雲，看來是要下大雨了吧"，看似雷同但其實大不相同的雲，看似平凡無疑但其實飽含學問的雲，準備好探險之旅了嗎？LET'S GO~！	
4	土壤與岩石的故事 ：在課堂中能夠綜合運用感官對岩石進行直接的觀察，讓孩子經歷觀察岩石特點的活動過程，獲得觀察岩石的基本方法及技能，並能描述自己觀察的岩石。主要抓住學生對於岩石還有許多未知的問題，引領他們進一步探究岩石的奧秘，從而獲得探究的興趣。	礦物標本、岩石標本、放大鏡
	認識不同的岩石與岩石組成 ：學生通過提供的工具和自己的觀察認識常見的幾種礦石，知道岩石是由一種或幾種礦物組成的。	
5	製作岩石的礦物標本 ：指導孩子在學習過程中獲取一些礦物透明度和光澤、礦物晶體方面的基本科學知識，鼓勵孩子綜合所學方法與知識開展應用性觀察研究。組織和指導孩子在課堂教學過程中經歷一些基本的觀察研究活動過程：經歷對礦物進行透明度和光澤的觀察和描述的過程。能描述有著特殊規則的礦物幾何形狀。	紫水晶、螢石、滑石、方解石、雲母石、標本收納盒
	岩石、沙和黏土 ：綜合運用各種方法對礦物進行觀察、描述，並能根據礦物的顯著特徵進行鑒別。引導學生認識岩石、礦物和人類的關係，使學生瞭解岩石和礦物對人類的貢獻，瞭解人類的過度開採使資源日益枯竭，人類要採取措施保護岩石和礦物。	
6	輻射對流 ：熱是怎麼傳遞？什麼是熱輻射，什麼又是熱對流？讓我們透過實際的觀察與實驗，瞭解熱傳遞的祕密。	熱情走馬燈、小溫度計、銅片、鐵片、鋁片
	溫度不同的物體相互接觸哪個傳熱快 ：溫度不同的物體相互接觸後溫度會如何變化？用什麼方法能傳遞得更快呢？如果想要阻止傳熱應該怎麼做呢？	
7	熱在金屬中/水中的傳遞 ：金屬上的熱是如何傳遞的？在水中呢？他們的傳熱方式相同嗎？	金屬杓、保溫杯
	做個保溫杯 ：冬天，我們大多喜歡喝熱水。熱水盛在怎樣的杯子裡才不容	

	易變冷？我們怎樣減慢物體熱量的傳遞？	
8	電和我們的生活/點亮小燈泡： 掌握小燈泡的連接方法，認識“迴路”。使用相同的材料，電路可以有不同的連接方法。 用簡易符號表示一個電路的不同部分，並學會畫簡單的電路圖。	電路推論版、電路實驗組、電學燈組、導體與絕緣體實驗組
	簡易電路/電路故障了： 用一種新的方法來檢測電路——做一個“電路檢測器”，體驗科學的檢測手段將使我們更為迅速地解決問題。發現將身邊的物體連接到電路中時，情況是不一樣的。導體是一種容易導電的物體，絕緣體是一種不容易導電的物體。	
9	電路是怎麼連接的： 利用身邊的材料製作一個開關，並利用它來控制電路。在製作小開關的過程中，學生要思考小開關的什麼地方需要導體來製作，什麼地方需要用絕緣體來製作。學生將用電路檢測器探究接線盒內部的電路是怎樣連接的，並探究不同電路連接方法的區別，觀察、描述、發現不同電路的特點。	電學燈組、串聯並聯電學組、電路推論板、電路實驗組、導體與絕緣體實驗組
	導體和絕緣體： 在連接電路時，我們為什麼要把導線兩端的塑膠皮剝開？哪些物體容易讓電流通過，哪些物體不容易讓電流通過？	
10	電路中的開關： 生活中，我們能安全、方便地使用各種電器，是因為有一個重要的元件控制著電流的通和斷，這個元件就是開關。電路中的開關是怎樣控制電流的通與斷？	電學燈組、串聯並聯電學組
	模擬安裝照明電路： 我們學習了怎樣連接一個電路，知道用開關控制電流的通和斷，你能用學到的知識，模擬安裝一個房間的照明電路嗎？	
11	生理時鐘： 時間是如何定義的？我們的生理時鐘又是什麼？讓我們一起來學習“時間的奧秘”	沙漏計時、水中製作
	水鐘印記： 古人用水鐘來計時，我們也可以效法，而且還要玩出新花樣。讓我們一起來動手完成自己的水鐘吧。	
12	萬神殿傳科擺： 簡易的時鐘可以讓我知道大概的時間，而擺鐘的出現則是大大提高了時鐘的精確度。利用“擺”，我們要來學習神祕的定身術，把時空凝結。同學們想學嗎？別著急，跟著老師一步一步來，讓你一窺定身術的奧秘。	傳科擺、牛頓擺球
	擺鐘等時性： 鐘擺來來回回的擺動，其中是不是也隱含了什麼樣的科學原理呢？讓我們透過遊戲的方式來學習，肯定會事半功倍。	
13	船的歷史/用浮的材料造船： 各式各樣的船，你知道船的歷史嗎？為什麼都可以在水中航行呢？來認識水神奇的魔力吧！最後我們一起用浮的材料造一艘船吧！	紙模型(船)、竹筏、帆船模型
	用沉的材料造船/增加船的載重量： 有的材料在水中是浮的，有的材料在水中是沉的。浮的材料可以造船，沉的材料也可以造船嗎？	
14	給船裝上動力： 隨著社會的發展，人們需要越來越大的船來滿足交通和運輸貨物的需要。造船的技術是怎樣解決這個問題的呢？最早的船靠人力行駛，隨著船的體積越來越大，人力已經無法滿足大船航行所需要的動力了。於是，人們逐步探索出了讓船行駛的新方法，給船裝上了新的動力。	新鮮屋造型明輪船、氣墊船
	設計、製作與測試我們的小船： 根據所學的知識和的材料，發揮想像，用最少的費用製造出一艘理想的小船，可以把貨物運送到目的地。	

【烏克麗麗社團】課程計劃簡表

堂次	授課內容	備註
1	音階練習 CG 和弦彈奏	
2	喔!蘇珊娜 單音彈奏	
3	小蜜蜂、小星星、歡樂年華 教唱	
4	野玫瑰 自彈自唱	
5	寶貝、小手拉大手 自彈自唱	
6	新不了情 自彈自唱、節奏訓練	
7	心花開 演奏	
8	戀愛 ING 和弦介紹、自彈自唱	
9	分手快樂 教唱	
10	對面的女孩看過來、不為誰而作的歌 教唱	
11	思念是一種病 彈奏	
12	天后 和弦介紹	
13	你是我的花朵 自彈自唱	
14	總複習	

【古箏社團】課程計劃簡表

堂次	授課內容	備註
1	基本練習一	彈箏的姿勢，古箏義甲的使用 托(大指)、勾(中指)八度對應、上下行音階指法練習 撮音指法練習
2	基本練習二	托、勾及撮音指法複習 抹(食指)音指法練習
3	台灣民謠：一只鳥仔	托(大指)、勾(中指)、抹(食指)指法綜合練習
4	古曲：宮燈舞 台灣民謠：望春風	托(大指)、勾(中指)、抹(食指)指法綜合應用練習
5	基本練習三 兒童歌曲：數蛤蟆	抹指、托指搭配練習
6	紫竹調(山東民謠) 鳳陽花鼓(安徽民謠)	抹指、托指與其他指法搭配練習
7	基本練四 拂音練習	練習右手的大指向外連撥數弦 練習右手的大指向外連撥數弦後接大指或食指
8	台灣民謠：採茶曲、恆春耕 農歌	拂弦音與落音銜接緊密流暢
9	兒童歌曲：小花貓 台灣民謠：農村曲	拂弦音與落音銜接緊密流暢 拂弦音與撮音銜接緊密流暢
10	基本練習五 上滑音練習	介紹滑音有多樣的表現 上滑音的彈奏
11	兒童歌曲：西北雨直直落	上滑音在樂曲的運用
12	基本練習六 下滑音練習 茉莉花(甘肅民謠)	下滑音的彈奏 上滑音在樂曲的運用
13	流行歌曲：孤勇者	能夠彈奏勾、托、抹、撮音及拂水綜合指法之樂曲
14	總複習 台灣民謠：農家好、思想起	能夠彈奏勾、托、抹、撮音及拂水綜合指法之樂曲

【勁爆韓風嘻哈舞蹈社團】課程計劃簡表

堂次	授課內容	備註
1	學習 K-POP 的綜合元素，其中將會學習到音感再加上一些綜合的元素舞風，因此，先學習台風與基礎律動練習。	
2	練習身體基礎的前後律動加上麻花交叉腳步與方塊步的綜合律動練習，熟練之後開始帶入排舞。	
3	複習上週的律動與排舞之後，學習街舞的基礎技巧律動，手部熟練後，緊接著加上身體與腳步的律動。	
4	複習上週的律動與排舞之後，學習胸口的左右律動(為新生著想，會先複習胸口前後律動)。	
5	複習上週的律動與排舞之後，學習做對歌詞與拍子的動作，學習全體學生前後左右一同移位。	
6	複習上週的律動與排舞之後，學習分組插拍並且對著節奏走位。	
7	複習上週的律動與排舞，開始雕琢動作並且要求動作到位，老師帶著每一組別進行演練，然後選出各組組長，宣布組長負責領舞，最後宣布下週驗收。	
8	複習上週的律動與排舞之後，進行各組驗收，老師講評各組同學優點之處與需加強之處。	
9	複習上週的律動與排舞之後，學習走位與表情演練的綜合學習，必須加上身體由下往上的 WAVE，將其學習帶入排舞。	
10	複習上週的律動與排舞之後，學習在 WAVE 律動之中，留意音樂的歌詞，必須及時以手部動作對上歌詞，且分組依序對上歌詞。預告下週分組驗收。	
11	複習上週的律動與排舞，分組驗收之後，學習分辨音樂中的重拍是對身體的律動，輕拍或是歌詞的部分是手部動作與身體定點 POSE。	
12	複習上週的律動與排舞之後，學習舞步動作的收與放、剛與柔。	
13	複習最後隊形走位、舞步、Ending Pose，並且調整隊形置。	
14	複習上週的律動與排舞之後，分小組驗收後，最後微調同學們的表演位置，室內演練，並移至表演場地彩排演練。	

【多媒材手作社團】課程計劃簡表

堂次	授課內容	備註
1	美麗花園	粉彩創作
2	好喝果汁	壓印創作
3	兔子筆筒	黏土捏塑
4	嫦娥奔月	漫畫創作
5	冰棒棍	水彩技法運用
6	面具設計	多媒材創作
7	公仔玩偶	黏土捏塑
8	蜘蛛結網	紙藝創作
9	線條變、變、變	線條表現
10	美麗貝殼	創意素描
11	大手布偶	縫繡創作
12	相框設計	馬賽克多媒材
13	好冷的天	黏土、多媒材
14	聖誕卡片	立體卡片製作