

花蓮縣大進國民小學 111 學年度五年級第 一 學期校訂課程計畫 設計者：邱志遠

課程類別：社團活動

一、開課總表：

編號	社團名稱	指導教師	上課地點
01	樂樂棒球社	陳雅馨	操場
02	資訊社	余世濱	資訊教室
03	高爾夫球社	邱志遠	簡易球場
04	籃球社	張永釗	籃球場

二、教學規劃：

社團名稱：高爾夫球社團

課程目標:透過高爾夫運動，培育高爾夫潛力人才。

教學期程	核心素養/校本素養	學習目標	活動名稱	節數	評量方式	融入議題 實質內涵	備註 (如協同方式/申 請經費)
第一週 第二週	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	1. 透過學習，能了解高爾夫基本動作。 2. 藉由指導，能確實將基本動作完成。	活動一 (一)介紹簡易高爾夫球場及設備 (二)介紹高爾夫運動球具、球、服裝 活動二 (一)使用簡易球場注意事項 1 安全 2 禮儀 活動三 (一)、介紹基本握法及注意事項 1 重疊法、互鎖法、十指法 2. 站姿、姿態、握桿 活動二	2	參與態度 實作練習	生涯規劃 E5探索自己的價值觀。 E6覺察個人的優勢	無

教學期程	核心素養/校本素養	學習目標	活動名稱	節數	評量方式	融入議題 實質內涵	備註 (如協同方式/申請經費)
			1. 綜合練習:指導基本握桿 2. 學生練習				
第三週 第四週	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	1. 透過學習，能了解高爾夫基本動作。 2. 藉由指導，能確實將基本動作完成。	一、集合、點名 二、暖身活動:暖身操 1. 準備球桿 2檢視場地 活動一 (一)半揮桿:站姿、姿態、握姿 活動二 1綜合練習:指導半揮桿姿勢 2學生簡易球場練習	2	參與態度 實作練習	生涯規劃 E5探索自己的價值觀。 E6 覺察個人的優勢	無
第五週 第六週	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	1. 透過學習，能了解高爾夫基本動作。 2. 藉由指導，能確實將基本動作完成。	一、集合、點名 二、暖身活動:暖身操 1. 準備球桿 2檢視場地 活動一 (一)半揮桿:站姿、姿態、握姿 活動二 1綜合練習:指導半揮桿姿勢 2學生簡易球場練習	2	參與態度 實作練習	生涯規劃 E5探索自己的價值觀。 E6覺察個人的優勢	無
第七週 第八週	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	1. 透過學習，能了解高爾夫基本動作。 2. 藉由指導，能確實將基本動作完成。	一、集合、點名 二、暖身活動:暖身操 1. 準備球桿 2檢視場地 活動一 (一)全揮桿:站姿、姿態、握姿 活動二 1綜合練習:指導全揮桿姿勢 2學生簡易球場練習	2	參與態度 實作練習	生涯規劃 E5探索自己的價值觀。 E6覺察個人的優勢	無
第九週 	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健	1. 透過學習，能了解高爾夫基本動作。	一、集合、點名 二、暖身活動:暖身操 1. 準備球桿 2檢視場地 活動一	2	參與態度 實作練習	生涯規劃 E5探索自己的價值觀。	無

教學期程	核心素養/校本素養	學習目標	活動名稱	節數	評量方式	融入議題 實質內涵	備註 (如協同方式/申請經費)
第十週	康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	2. 藉由指導，能確實將基本動作完成。	推桿:站姿、姿態、握姿 活動二 1. 綜合練習:指導全揮桿姿勢 2. 學生簡易球場練習			E6 覺察個人的優勢	
第十一週 第十二週	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	1. 透過學習，能了解高爾夫基本動作。 2. 藉由指導，能確實將基本動作完成。	一、集合、點名 二、暖身活動:暖身操 1. 準備球桿 2 檢視場地 活動一 推桿:站姿、姿態、握姿 活動二 1. 綜合練習:指導推桿姿勢 2. 學生推桿墊練習	2	參與態度 實作練習	生涯規劃 E5探索自己的價值觀。 E6覺察個人的優勢	無
第十三週 第十四週	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	1. 透過學習，能了解高爾夫基本動作。 2. 藉由指導，能確實將基本動作完成。	一、集合、點名 二、暖身活動:暖身操 1. 準備球桿 2 檢視場地 活動一 推桿:站姿、姿態、握姿 活動二 1. 綜合練習:指導推桿姿勢 2. 學生推桿墊練習	2	參與態度 實作練習	生涯規劃 E5探索自己的價值觀。 E6 覺察個人的優勢	無
第十五週 第十六週	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	1. 透過學習，能了解高爾夫基本動作。 2. 藉由指導，能確實將基本動作完成。	一、集合、點名 二、暖身活動:暖身操 1. 準備球桿 2 檢視場地 活動一 推桿:站姿、姿態、握姿 活動二 1. 綜合練習:指導推桿姿勢 2. 學生簡易球場練習	2	參與態度 實作練習	生涯規劃 E5探索自己的價值觀。 E6覺察個人的優勢	無

教學期程	核心素養/校本素養	學習目標	活動名稱	節數	評量方式	融入議題 實質內涵	備註 (如協同方式/申請經費)
第十七週 第十八週	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	1. 透過學習，能了解高爾夫基本動作。 2. 藉由指導，能確實將基本動作完成。	一、集合、點名 二、暖身活動:暖身操 1. 準備球桿 2 檢視場地 活動一 推桿:站姿、姿態、握姿 活動二 1. 綜合練習:指導推桿姿勢 2. 學生簡易球場練習	2	參與態度 實作練習	生涯規劃 E5探索自己的價值觀。 E6覺察個人的優勢	無
第十九週 第二十週	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	1. 透過學習，能了解高爾夫基本動作。 2. 藉由指導，能確實將基本動作完成。	一、集合、點名 二、暖身活動:暖身操 1. 準備球桿 2 檢視場地 活動一 推桿:站姿、姿態、握姿 活動二 1. 綜合練習:指導推桿姿勢 2. 學生簡易球場練習	2	參與態度 實作練習	生涯規劃 E5探索自己的價值觀。 E6 覺察個人的優勢	無
第二十	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	1. 透過學習，能了解高爾夫基本動作。 2. 藉由指導，能確實將基本動作完成。	高爾夫球切桿、推桿比賽 一、集合、點名 二、暖身活動:暖身操 三、說明比賽項目及規則:	1	參與態度 實作練習	生涯規劃 E5探索自己的價值觀。 E6 覺察個人的優勢	無

說明：課程採自編者，需經校內課程發展委員會通過，教材內容留校備查。

花蓮縣大進國民小學 111 學年度五年級第 二 學期校訂課程計畫 設計者：邱志遠

課程類別：社團活動

一、開課總表：

編號	社團名稱	指導教師	上課地點
01	樂樂棒球社	陳雅馨	操場
02	資訊社	余世濱	資訊教室
03	高爾夫球社	邱志遠	簡易球場
04	籃球社	張永釗	籃球場

二、教學規劃：

社團名稱：高爾夫球社團

課程目標:透過高爾夫運動，培育高爾夫潛力人才。

教學期程	核心素養/校本素養	學習目標	活動名稱	節數	評量方式	融入議題 實質內涵	備註 (如協同方式/申請經費)
第一週 第二週	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	1. 透過學習，能了解高爾夫基本動作。 2. 藉由指導，能確實將基本動作完成。	活動一 (一)社團分組 (二)使用簡易球場注意事項 1 安全 2 禮儀 活動二 (一)切桿:站姿、姿態、握姿、 活動三 (一)綜合練習:指導切桿姿勢 (二)學生練習	2	參與態度 實作練習	生涯規劃 E5探索自己的價值觀。 E6覺察個人的優勢	無

教學期程	核心素養/校本素養	學習目標	活動名稱	節數	評量方式	融入議題 實質內涵	備註 (如協同方式/申請經費)
第三週 — 第四週	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	1. 透過學習，能了解高爾夫基本動作。 2. 藉由指導，能確實將基本動作完成。	一、集合、點名 二、暖身活動:暖身操 1. 準備球桿 2 檢視場地 活動一 (一)切桿:站姿、姿態、握姿 活動二 (一)綜合練習:指導切桿姿勢 (二)學生簡易球場練習	2	參與態度 實作練習	生涯規劃 E5探索自己的價值觀。 E6 覺察個人的優勢	無
第五週 — 第六週	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。		一、集合、點名 二、暖身活動:暖身操 1. 準備球桿 2 檢視場地 活動一 (一)全揮桿:站姿、姿態、握姿 活動二 (一)綜合練習:指導全揮桿姿勢 (二)學生簡易球場練習	2		生涯規劃 E5探索自己的價值觀。 E6覺察個人的優勢	無
第七週 — 第八週	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	1. 透過學習，能了解高爾夫基本動作。 2. 藉由指導，能確實將基本動作完成。	一、集合、點名 二、暖身活動:暖身操 1. 準備球桿 2 檢視場地 活動一 (一)推桿:站姿、姿態、握姿 活動二 (一)綜合練習:指導推桿姿勢 (二)學生推桿墊練習	2	參與態度 實作練習	生涯規劃 E5探索自己的價值觀。 E6 覺察個人的優勢	無
第九週 —	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和		一、集合、點名 二、暖身活動:暖身操 1. 準備球桿 2 檢視場地	2		生涯規劃 E5探索自己的價值	無

教學期程	核心素養/校本素養	學習目標	活動名稱	節數	評量方式	融入議題 實質內涵	備註 (如協同方式/申請經費)
第十週	健康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。		活動一 (一)切桿:站姿、姿態、握姿 活動二 (一)綜合練習:指導切桿姿勢 (二)學生切桿墊練習			觀。 E6覺察個人的優勢	
第十一週 第十二週	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	1.透過學習，能了解高爾夫基本動作。 2.藉由指導，能確實將基本動作完成。	一、集合、點名 二、暖身活動:暖身操 1.準備球桿 2檢視場地 活動一 (一)綜合練習:指導揮桿、切桿、推桿姿勢 活動二 (一)分組練習 1.簡易球場練習 2.草墊練習	2	參與態度 實作練習	生涯規劃 E5探索自己的價值觀。 E6 覺察個人的優勢	期中考週
第十三週 第十四週	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。		一、集合、點名 二、暖身活動:暖身操 1.準備球桿 2檢視場地 活動一 (一)綜合練習:指導揮桿、切桿、推桿姿勢 活動二 (一)分組練習 1.簡易球場練習 2.草墊練習	2		生涯規劃 E5探索自己的價值觀。 E6覺察個人的優勢	無

教學期程	核心素養/校本素養	學習目標	活動名稱	節數	評量方式	融入議題 實質內涵	備註 (如協同方式/申請經費)
第十五週 第十六週	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。		一、集合、點名 二、暖身活動:暖身操 1.準備球桿 2檢視場地 活動一 (一)綜合練習:指導揮桿、切桿、推桿姿勢 活動二 (一)分組練習 1.簡易球場練習 2.草墊練習	2		生涯規劃 E5探索自己的價值觀。 E6覺察個人的優勢	無
第十七週 第十八週	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。		一、集合、點名 二、暖身活動:暖身操 1.準備球桿 2檢視場地 活動一 (一)綜合練習:指導揮桿、切桿、推桿姿勢 活動二 (一)分組練習 1.簡易球場練習 2.草墊練習	2		生涯規劃 E5探索自己的價值觀。 E6覺察個人的優勢	無
第十九週 第二十週	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康	1.透過學習，能了解高爾夫基本動作。 2.藉由指導，能確實將基本動作完成。	高爾夫球切桿、推桿比賽 一、集合、點名 二、暖身活動:暖身操 三、說明比賽項目及規則:	2	參與態度 實作練習	生涯規劃 E5探索自己的價值觀。 E6 覺察個人的優勢	期末考週

教學期程	核心素養/校本素養	學習目標	活動名稱	節數	評量方式	融入議題 實質內涵	備註 (如協同方式/申請經費)
	康。						

說明：課程採自編者，需經校內課程發展委員會通過，教材內容留校備查。