

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	武術社
1	第一週課程計畫	肌力與體能訓練
2	第二週課程計畫	肌力與體能遊戲
3	第三週課程計畫	基本步伐教學、防身教學
4	第四週課程計畫	基本拳法教學、防身教學
5	第五週課程計畫	五步拳教學前半段
6	第六週課程計畫	五步拳教學後半段
7	第七週課程計畫	驗收五步拳
8	第八週課程計畫	五步拳拳法運用教學
9	第九週課程計畫	五步拳拳法運用教學、彩排成果展
10	第十週課程計畫	彩排成果展表演、側翻教學
11	第十一週課程計畫	彩排成果展、側翻教學、隊形變換訓練
12	第十二週課程計畫	彩排驗收成果展

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	熱舞社
1	第一週課程計畫	暖身-基礎訓練
2	第二週課程計畫	暖身-基礎訓練-小品教學
3	第三週課程計畫	暖身-基礎訓練-小品教學
4	第四週課程計畫	暖身-空間訓練-小品教學
5	第五週課程計畫	暖身-空間訓練-小品教學
6	第六週課程計畫	暖身-空間訓練-小品教學
7	第七週課程計畫	暖身-空間訓練-小品教學
8	第八週課程計畫	暖身-空間訓練-舞台演練-小品教學-
9	第九週課程計畫	暖身-空間訓練-舞台演練-小品教學-
10	第十週課程計畫	暖身-空間訓練-舞台演練-小品教學-
11	第十一週課程計畫	暖身-空間訓練-舞台演練-彩排
12	第十二週課程計畫	成果呈現

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	羽毛球社團
1	第一週課程計畫	球感練習，基本握拍
2	第二週課程計畫	球感練習，基本揮拍動作，發球練習
3	第三週課程計畫	發球練習，揮拍練習，左右撿球腳步
4	第四週課程計畫	發球練習，左右撿球腳步，定點平球練習
5	第五週課程計畫	前後撿球腳步，定點平球練習，定點長球練習
6	第六週課程計畫	前後撿球腳步，定點長球練習，左右平球練習
7	第七週課程計畫	前面兩邊撿球腳步，左右平球練習，左右長球練習
8	第八週課程計畫	前面兩邊撿球腳步，左右兩邊長球練習，挑球練習
9	第九週課程計畫	後面兩邊撿球腳步，挑球練習，小球練習
10	第十週課程計畫	後面兩撿球腳步，小球練習，前後跑動擊球練習
11	第十一週課程計畫	分組對抗比賽
12	第十二週課程計畫	分組對抗比賽

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	魔術社
1	第一週課程計畫	魔術認知+ 撲克魔術
2	第二週課程計畫	生活魔術
3	第三週課程計畫	Party魔術
4	第四週課程計畫	錢幣魔術
5	第五週課程計畫	繩子魔術
6	第六週課程計畫	驚嚇魔術
7	第七週課程計畫	鈔票魔術
8	第八週課程計畫	超能力魔術
9	第九週課程計畫	科學魔術
10	第十週課程計畫	鈔票魔術
11	第十一週課程計畫	錢幣魔術
12	第十二週課程計畫	預言魔術

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	熱血足球社
1	第一週課程計畫	基本動作(一) 1.熱身運動：慢跑、折返跑 2.球感練習：各部位(腳背、內側、外側、大腿)
2	第二週課程計畫	基本動作(二) 1.熱身運動：慢跑、折返跑 2.平地與空中的持球
3	第三週課程計畫	基本動作(三) 1.熱身運動：慢跑、折返跑 2.基本傳球練習 3.GAME：兩人搶四人對抗
4	第四週課程計畫	基本動作(四) 1.熱身運動：慢跑、折返跑 2.射門練習：不同距離的射門
5	第五週課程計畫	組合基本動作(一) 1.熱身運動：慢跑、間歇跑 2.S形盤球練習+射門
6	第六週課程計畫	組合基本動作(二) 1.熱身運動：慢跑、間歇跑 2.傳接球練習+射門
7	第七週課程計畫	小組對抗(三) 1.熱身運動：慢跑、圓盤協調 2.分組對抗：3 vs 3
8	第八週課程計畫	小組對抗(四) 1.熱身運動：慢跑、圓盤協調 2.分組對抗：4 vs 4
9	第九週課程計畫	競賽分析、規則 1.熱身運動：慢跑、敏捷性 2.足球規則講解：比賽規則 3.Game：2打3對抗
10	第十週課程計畫	模擬比賽(一) 1.熱身運動：慢跑、敏捷性 2.球感練習：盤球、傳球、射門 3.模擬比賽 4.賽後檢討
11	第十一周課程計畫	模擬比賽(二) 1.熱身運動：慢跑、敏捷性 2.球感練習：盤球、傳球、射門 3.模擬比賽 4.賽後檢討
12	第十二周課程計畫	正式比賽(一) 1.熱身運動：慢跑、敏捷性 2.球感練習：盤球、傳球、射門 3.分組循環比賽

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	活力彩球啦啦舞蹈
1	第一週課程計畫	認識啦啦舞蹈/手部姿勢教學
2	第二週課程計畫	跳躍技術動作教學/翻騰技術動作教學
3	第三週課程計畫	柔軟度訓練/踢腿動作教學
4	第四週課程計畫	肌力訓練/轉圈技術動作教學
5	第五週課程計畫	柔軟度訓練/翻騰技術動作教學/小品編排
6	第六週課程計畫	跳躍技術動作教學/轉圈技術動作教學/小品編排
7	第七週課程計畫	肌力訓練/踢腿動作訓練/小品編排
8	第八週課程計畫	轉圈技術動作教學/翻騰技術動作教學/小品編排
9	第九週課程計畫	柔軟度訓練/肌力訓練/小品編排
10	第十週課程計畫	跳躍技術動作教學/手部姿勢教學/小品編排
11	第十一週課程計畫	跳躍技術動作教學/轉圈技術動作教學/小品複習
12	第十二週課程計畫	手部姿勢教學/翻騰技術動作教學/小品複習

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	科學好好玩-初階
1	第一週課程計畫	不加水果卻能做出果汁？利用化學一同進入科學的世界
2	第二週課程計畫	地表和人體都充滿了水，小朋友們對於水資源有多少了解呢？
3	第三週課程計畫	水有那些形狀呢？一同認識他的不同特性
4	第四週課程計畫	流動的水要如何突破重力逆流而上呢？
5	第五週課程計畫	透明的水居然能來變魔術？一同認識水的神奇魔法
6	第六週課程計畫	利用針筒的一拉一放，輕鬆推動手臂成為大力士
7	第七週課程計畫	水的壓力也能成為動力，一起試試水燃料火箭的威力
8	第八週課程計畫	彈珠一顆接著一顆的順著斜坡滑下，這是什麼原理呢？
9	第九週課程計畫	單眼和雙眼看到的東西會一樣嗎？認識廟宇門神的神奇效果
10	第十週課程計畫	神奇的魔豆為何在手中不規則的亂滾？認識重心在哪裡
11	第十一週課程計畫	為何雨傘的雨滴會往外跑，又是怎麼跑呢？
12	第十二週課程計畫	利用離心力與向心力，製作自己的旋轉飛椅

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	藝數Fun手玩
1	第一週課程計畫	課程暖身:摺紙、數學、科學與藝術
2	第二週課程計畫	鑲嵌藝數動手做
3	第三週課程計畫	金字塔摺:無限翻轉環
4	第四週課程計畫	四角拚與四巧板 益智解
5	第五週課程計畫	粽子裡的趣味數學1
6	第六週課程計畫	粽子裡的趣味數學2
7	第七週課程計畫	藝數8星體1
8	第八週課程計畫	藝數8星體2
9	第九週課程計畫	藝數彩球-正20面體
10	第十週課程計畫	藝數瘋足球1: 摺紙篇
11	第十一週課程計畫	藝數瘋足球2: 數學篇
12	第十二週課程計畫	藝數瘋足球3: 化學篇 & 期末成果心得回饋

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	科學好好玩-進階
1	第一週課程計畫	毫無動力的火箭要靠什麼飛上天呢？
2	第二週課程計畫	早期科學家為了體驗鳥類飛行的方式，選擇了從高塔上一躍而下
3	第三週課程計畫	在空中飛行需要注意的事情不少，但有什麼是最重要的呢？
4	第四週課程計畫	透過連桿效果，體驗飛機的仰俯、翻滾與方向是如何變化
5	第五週課程計畫	眼睛看不見的東西就真的不存在嗎？透過對光的認識體驗憑空消失不再是不可能的魔法
6	第六週課程計畫	透鏡太厚太重蓋怎麼辦？讓菲涅爾先生告訴你
7	第七週課程計畫	利用基礎的三色光源來合成出各式色彩
8	第八週課程計畫	尺上面最小的刻度是毫米，那毫米之下怎麼觀察呢？見識雷文霍克先生的手搓鏡片
9	第九週課程計畫	顯微鏡下的世界和正常的觀察模式可不一樣，嘗試將樣本放在鏡片中央吧！
10	第十週課程計畫	標本的製作在生物學當中十分重要，讓已逝生物獲得第二次的生命
11	第十一週課程計畫	生物組成的最小單位就是細胞，細胞就像一個工廠，但分工之下誰才是老闆呢？
12	第十二週課程計畫	人體的各部位器官都能組成系統來維持我們的生命，但這些都藏在哪裡呢？

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	熱舞社
1	第一週課程計畫	大合舞教學
2	第二週課程計畫	大合舞教學
3	第三週課程計畫	大合舞教學+排位子
4	第四週課程計畫	大合舞練習+分組練習學排舞
5	第五週課程計畫	分組練習學排舞
6	第六週課程計畫	分組練習學排舞+排位子
7	第七週課程計畫	分組練習學排舞+排位子
8	第八週課程計畫	分組練習學排舞+排位子
9	第九週課程計畫	分組練習表演舞碼
10	第十週課程計畫	一起練習表演舞碼+服裝
11	第十一週課程計畫	一起練習表演舞碼+服裝
12	第十二週課程計畫	拍攝影片

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	跆拳道-周一班
1	第一週課程計畫	認識基礎動作與比賽項目、前抬腳、正拳
2	第二週課程計畫	連續正拳、前踢、馬步、弓步
3	第三週課程計畫	踢擊預備姿勢、跳動前進移動、後退移動、假動作
4	第四週課程計畫	平衡感、跳躍能力、敏捷頭部防禦、腹部防禦、中端防禦、防禦動作打靶練習
5	第五週課程計畫	弓步下防與弓步正拳結合、前行步上防與前踢正拳結合
6	第六週課程計畫	敏捷訓練、反應練習、閃躲教學
7	第七週課程計畫	品勢步伐教學及手部攻防教學。
8	第八週課程計畫	彈跳能力訓練、敏捷訓練、踢靶踢擊訓練:前踢、連續前踢踢擊
9	第九週課程計畫	四周攻防、馬步正拳
10	第十週課程計畫	晉級動作小考試(上)
11	第十一周課程計畫	晉級動作小考試(下)
12	第十二周課程計畫	總複習及期末評量

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	跆拳道-週二班
1	第一週課程計畫	認識基礎動作與比賽項目、前抬腳、正拳
2	第二週課程計畫	連續正拳、前踢、馬步、弓步
3	第三週課程計畫	踢擊預備姿勢、跳動前進移動、後退移動、假動作
4	第四週課程計畫	平衡感、跳躍能力、敏捷頭部防禦、腹部防禦、中端防禦、防禦動作打靶練習
5	第五週課程計畫	弓步下防與弓步正拳結合、前行步上防與前踢正拳結合
6	第六週課程計畫	敏捷訓練、反應練習、閃躲教學
7	第七週課程計畫	品勢步伐教學及手部攻防教學
8	第八週課程計畫	彈跳能力訓練、敏捷訓練、踢靶踢擊訓練:前踢、連續前踢踢擊
9	第九週課程計畫	四周攻防、馬步正拳
10	第十週課程計畫	晉級動作小考試(上)
11	第十一週課程計畫	晉級動作小考試(下)
12	第十二週課程計畫	總複習及期末評量

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	獨輪車
1	第一週課程計畫	認識獨輪車/安全叮嚀
2	第二週課程計畫	各種推車/定車
3	第三週課程計畫	上車/左圈
4	第四週課程計畫	上車停住/右圈
5	第五週課程計畫	上車拍手/牽手騎
6	第六週課程計畫	雙手扶牆騎車/開花轉雙人
7	第七週課程計畫	加強雙手扶牆騎車/三人開花
8	第八週課程計畫	單手扶牆騎車/電車
9	第九週課程計畫	加強單手扶牆騎車/過山洞
10	第十週課程計畫	單手拍牆騎車/電車交換
11	第十一週課程計畫	扶人騎車(兩人扶)/單腳定車
12	第十二週課程計畫	加強扶人騎車(兩人扶)/雙人喜相逢

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	弦樂團初階班
1	第一週課程計畫	認識提琴家族的三種主要樂器
2	第二週課程計畫	基本姿勢-持琴與撥奏
3	第三週課程計畫	基本姿勢-持琴與撥奏
4	第四週課程計畫	基本姿勢-持弓前的準備
5	第五週課程計畫	基本姿勢-持弓與運弓
6	第六週課程計畫	基本姿勢-左手手型
7	第七週課程計畫	認識D弦上的音符
8	第八週課程計畫	練習D弦上的音符
9	第九週課程計畫	認識A弦上的音符
10	第十週課程計畫	練習A弦上的音符
11	第十一週課程計畫	DA兩條弦變化換練習
12	第十二週課程計畫	DA兩條弦混合練習

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	弦樂團進階班
1	第一週課程計畫	音階與基礎合奏練習
2	第二週課程計畫	音階與基礎合奏練習
3	第三週課程計畫	合奏曲目一
4	第四週課程計畫	合奏曲目一
5	第五週課程計畫	合奏曲目一
6	第六週課程計畫	合奏曲目一
7	第七週課程計畫	合奏曲目一與二
8	第八週課程計畫	合奏曲目一與二
9	第九週課程計畫	合奏曲目一與二
10	第十週課程計畫	合奏曲目一與二
11	第十一週課程計畫	合奏曲目一二三
12	第十二週課程計畫	合奏曲目一二三

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	扯鈴社
1	第一週課程計畫	基本運鈴、左右調鈴、開線亮相
2	第二週課程計畫	貓空纜車、龍騰虎躍、龍騰半轉
3	第三週課程計畫	魚躍龍門、猴子翻跟斗、魔術收鈴
4	第四週課程計畫	金蟬脫殼、鳳凰離手、金雞上架
5	第五週課程計畫	一柱擎天、蜻蜓點水
6	第六週課程計畫	蜘蛛結網、蜘蛛小炫風
7	第七週課程計畫	望月、望月鐘擺
8	第八週課程計畫	望月大車輪、左右八字甩
9	第九週課程計畫	拋鈴、拋鈴點地
10	第十週課程計畫	拋鈴跳繩、拋鈴轉身
11	第十一週課程計畫	倒掛金鉤、旋風金鉤
12	第十二週課程計畫	繞腳、繞腳拋收

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	桌球社週二班
1	第一週課程計畫	社團介紹與場地安全宣導，認識桌球器材與基本規則
2	第二週課程計畫	正確握拍方式與基本站姿練習
3	第三週課程計畫	停球、連續向上擊球
4	第四週課程計畫	反手擊球基本動作練習（多球）
5	第五週課程計畫	反手擊球基本動作練習（單球對打）
6	第六週課程計畫	正手擊球基本動作練習（多球）
7	第七週課程計畫	正手擊球基本動作練習（單球對打）
8	第八週課程計畫	發球基本概念與簡易發球練習
9	第九週課程計畫	發球基本概念與簡易發球練習
10	第十週課程計畫	定點對打練習，學習控制力道與方向
11	第十一週課程計畫	簡易比賽規則介紹與模擬對打
12	第十二週課程計畫	趣味桌球活動與趣味小比賽

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	桌球社週五班
1	第一週課程計畫	社團介紹與場地安全宣導，認識桌球器材與基本規則
2	第二週課程計畫	正確握拍方式與基本站姿練習
3	第三週課程計畫	停球、連續向上擊球
4	第四週課程計畫	反手擊球基本動作練習（多球）
5	第五週課程計畫	反手擊球基本動作練習（單球對打）
6	第六週課程計畫	正手擊球基本動作練習（多球）
7	第七週課程計畫	正手擊球基本動作練習（單球對打）
8	第八週課程計畫	發球基本概念與簡易發球練習
9	第九週課程計畫	發球基本概念與簡易發球練習
10	第十週課程計畫	定點對打練習，學習控制力道與方向
11	第十一週課程計畫	簡易比賽規則介紹與模擬對打
12	第十二週課程計畫	趣味桌球活動與趣味小比賽活動

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	周一直排輪社團
1	第一週課程計畫	裝備穿著、基本站姿
2	第二週課程計畫	裝備穿著、基本站姿
3	第三週課程計畫	跌倒防護、螃蟹走路
4	第四週課程計畫	跌倒防護、螃蟹走路
5	第五週課程計畫	v行踏步
6	第六週課程計畫	v行踏步+抬腳練習
7	第七週課程計畫	跑步前進
8	第八週課程計畫	跑步前進
9	第九週課程計畫	單腳平衡
10	第十週課程計畫	單腳平衡+前後滑動
11	第十一週課程計畫	V行前進+前後滑動
12	第十二週課程計畫	V行前進+後溜

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	周四直排輪社團
1	第一週課程計畫	裝備穿著、基本站姿
2	第二週課程計畫	裝備穿著、基本站姿
3	第三週課程計畫	跌倒防護、螃蟹走路
4	第四週課程計畫	跌倒防護、螃蟹走路
5	第五週課程計畫	v行踏步
6	第六週課程計畫	v行踏步
7	第七週課程計畫	跑步前進
8	第八週課程計畫	單腳平衡
9	第九週課程計畫	單腳平衡+V行前進
10	第十週課程計畫	前後滑動
11	第十一週課程計畫	後溜
12	第十二週課程計畫	後溜

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	熱舞社
1	第一週課程計畫	暖身破冰/基礎律動訓練
2	第二週課程計畫	暖身/基礎律動訓練/小品教學
3	第三週課程計畫	暖身/基礎律動訓練/小品教學
4	第四週課程計畫	暖身/基礎律動訓練/小品教學
5	第五週課程計畫	暖身/小品教學/隊形編排
6	第六週課程計畫	暖身/小品教學/隊形編排
7	第七週課程計畫	暖身/小品教學/隊形編排
8	第八週課程計畫	暖身/小品教學/隊形編排
9	第九週課程計畫	暖身/小品教學/隊形編排
10	第十週課程計畫	暖身/小品教學/隊形編排
11	第十一週課程計畫	暖身/小品教學/隊形編排
12	第十二週課程計畫	期末呈現

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	排球社
1	第一週課程計畫	認識排球、場地、基本規則與上課安全
2	第二週課程計畫	拋接球、傳接球，培養手眼協調
3	第三週課程計畫	低收接球手型與站姿
4	第四週課程計畫	低手接球練習與移動接球
5	第五週課程計畫	拖球基本動作與手型
6	第六週課程計畫	拖球傳接，結合低收與拖球
7	第七週課程計畫	發球動作與過網練習
8	第八週課程計畫	場上移動、方向判斷
9	第九週課程計畫	隔網傳接與連續回合
10	第十週課程計畫	簡化規則之小組對打
11	第十一週課程計畫	分組比賽與規則應用
12	第十二週課程計畫	小組比賽與課程成果展現

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	手工藝社
1	第一週課程計畫	拼豆DIY- BT21-粉紅兔
2	第二週課程計畫	拼豆DIY- BT21-小黃狗
3	第三週課程計畫	拼豆DIY- 馬年拼豆
4	第四週課程計畫	拼豆DIY- BT21-愛心TATA
5	第五週課程計畫	輕黏土- 泡湯中的卡皮巴拉
6	第六週課程計畫	輕黏土- 瑪利歐相框
7	第七週課程計畫	輕黏土- 端午節粽子
8	第八週課程計畫	毛線掛飾- 卡通水果縫縫樂
9	第九週課程計畫	奶油膠- 便攜塑料名片盒
10	第十週課程計畫	奶油膠- 壓克力冰箱貼
11	第十一週課程計畫	奶油膠- 壓克力筆筒
12	第十二週課程計畫	奶油膠-磁力夾(黑) 奶油膠-磁力夾(白)

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	書法初階
1	第一週課程計畫	認識書法—書法概說。文房四寶，紙筆墨硯與書法線條美的關係。執筆用墨的練習。
2	第二週課程計畫	點橫豎的練習。毛筆的特性、種類、執筆方法、運筆介紹，筆畫欣賞分析。
3	第三週課程計畫	點橫豎的練習。點、畫、折筆的技巧，筆法分析，分次研究、體會、欣賞。
4	第四週課程計畫	點橫豎的練習。點、畫、折筆的技巧，筆法分析，分次研究、體會、欣賞。
5	第五週課程計畫	點橫豎的練習。橫、豎、勾的技巧，筆法分析，分次研究、體會、欣賞。字形的組合，結字的原則，分次介紹。
6	第六週課程計畫	點橫豎的練習。撇、捺的技巧，筆法分析，分次研究、體會、欣賞。字形的組合，結字的原則，分次介紹。
7	第七週課程計畫	點橫豎的練習。顏體楷書的學習法，分次講解介紹。
8	第八週課程計畫	點橫豎的練習。顏體楷書的學習法，分次講解介紹。
9	第九週課程計畫	點橫豎的練習。顏體楷書的學習法，分次講解介紹。
10	第十週課程計畫	點橫豎的練習。練習基本筆畫，楷書練習。
11	第十一週課程計畫	點橫豎的練習。練習基本筆畫，楷書練習。
12	第十二週課程計畫	點橫豎的練習。練習基本筆畫，楷書練習。

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	疊杯社 (初階)
1	第一週課程計畫	認識疊杯
2	第二週課程計畫	3-3-3不是一座山
3	第三週課程計畫	小小魔術師
4	第四週課程計畫	3杯長高了
5	第五週課程計畫	3-6-3也不是一座山
6	第六週課程計畫	千變萬化魔術師
7	第七週課程計畫	小小魔術師變厲害
8	第八週課程計畫	疊杯長高高
9	第九週課程計畫	1-10-1高手就是我
10	第十週課程計畫	眼花撩亂的Cycle
11	第十一週課程計畫	Cycle真簡單
12	第十二週課程計畫	看我厲害

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	疊杯社 (進階)
1	第一週課程計畫	前測
2	第二週課程計畫	3-3-3姿勢調整
3	第三週課程計畫	雙人3-3-3教學
4	第四週課程計畫	3-6-3姿勢調整
5	第五週課程計畫	雙人3-6-3教學
6	第六週課程計畫	Cycle姿勢調整
7	第七週課程計畫	雙人Cycle教學
8	第八週課程計畫	團體363練習
9	第九週課程計畫	團體cycle練習
10	第十週課程計畫	疊杯校際聯賽教學
11	第十一週課程計畫	模擬疊杯校際聯賽練習
12	第十二週課程計畫	我最厲害

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	籃球社周一班
1	第一週課程計畫	基礎訓練
2	第二週課程計畫	基礎訓練
3	第三週課程計畫	個人技術強化
4	第四週課程計畫	個人技術強化
5	第五週課程計畫	團隊訓練
6	第六週課程計畫	團隊訓練
7	第七週課程計畫	比賽策略訓練
8	第八週課程計畫	比賽策略訓練
9	第九週課程計畫	進階技術提升
10	第十週課程計畫	進階技術提升
11	第十一週課程計畫	全場比賽模擬
12	第十二週課程計畫	全場比賽模擬

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	籃球社周二班
1	第一週課程計畫	基礎訓練
2	第二週課程計畫	基礎訓練
3	第三週課程計畫	個人技術強化
4	第四週課程計畫	個人技術強化
5	第五週課程計畫	團隊訓練
6	第六週課程計畫	團隊訓練
7	第七週課程計畫	比賽策略訓練
8	第八週課程計畫	比賽策略訓練
9	第九週課程計畫	進階技術提升
10	第十週課程計畫	進階技術提升
11	第十一週課程計畫	全場比賽模擬
12	第十二週課程計畫	全場比賽模擬

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	籃球社周四班
1	第一週課程計畫	基礎訓練
2	第二週課程計畫	基礎訓練
3	第三週課程計畫	個人技術強化
4	第四週課程計畫	個人技術強化
5	第五週課程計畫	團隊訓練
6	第六週課程計畫	團隊訓練
7	第七週課程計畫	比賽策略訓練
8	第八週課程計畫	比賽策略訓練
9	第九週課程計畫	進階技術提升
10	第十週課程計畫	進階技術提升
11	第十一週課程計畫	模擬比賽
12	第十二週課程計畫	模擬比賽

昌平國小114學年度第二學期學生課後社團課程計畫表

序號	社團名稱	籃球社周五班
1	第一週課程計畫	基礎訓練
2	第二週課程計畫	基礎訓練
3	第三週課程計畫	個人技術強化
4	第四週課程計畫	個人技術強化
5	第五週課程計畫	團隊訓練
6	第六週課程計畫	團隊訓練
7	第七週課程計畫	比賽策略練習
8	第八週課程計畫	比賽策略練習
9	第九週課程計畫	進階技術提升
10	第十週課程計畫	進階技術提升
11	第十一週課程計畫	全場比賽模擬
12	第十二週課程計畫	全場比賽模擬

1. 社團名稱	圍棋社	初學班
2. 第一週課程計畫	最善 棋若点	
3. 第二週課程計畫	叫吃 且逃走	
4. 第三週課程計畫	吃子 出双叫吃	
5. 第四週課程計畫	吃子的方法 红子 阿封	
6. 第五週課程計畫	直棋的方法	
7. 第六週課程計畫	吃子的方法	

班 别

8. 第七週課程計畫	園土地的方法 養史跳飛板
9. 第八週課程計畫	打劫
10. 第九週課程計畫	撲克及提
11. 第十週課程計畫	做眼睛 兩個眼睛 互相 互相 系列
12. 第十一週課程計畫	破壞的列表 長板撲橋
13. 第十二週課程計畫	介紹比賽 體定想力 (27級-30級)

系列

1. 社團名稱	圍棋社 進階班
2. 第一週課程計畫	本週課程
3. 第二週課程計畫	吃子的方法 想三步以上 (一)
4. 第三週課程計畫	想三步以上 (二)
5. 第四週課程計畫	三、三的下想的方法
6. 第五週課程計畫	攻殺想三步吃子
7. 第六週課程計畫	想不帥吃子的方法

班 第 2

8.第七週課程計畫	取證的方法 活想
9.第八週課程計畫	大眼晴活想 (直四.橫四.彎四.閃申四)
10.第九週課程計畫	大眼晴活想 (正四.斜四.歪四.花六)
11.第十週課程計畫	分兩隊比賽
12.第十一週課程計畫	重新整理草壯皮的概念法
13.第十二週課程計畫	分兩隊比賽

班別
2