

政大實小 115 學年度第一學期課外社團【課程計畫】

社團名稱	自然好好玩	□初階 □進階	
課程綱要	環境教育的重要，減少一次性的玩具，認識身邊植物樹種、聽種子故事，大自然產物當題材，加以整理，專注手做，成為獨一無二的作品，增加成就感。也讓種子不只是傳承生命，創造生命的另一種價值。觀察植物生長方向、照顧呵護生命，感受生命的脈動。		
學習目標	<ol style="list-style-type: none"> 1.認識樹種，種子故事，自然而然了解周遭的植物 2.利用大自然素材，加以整理，成為獨一無二的作品 3.觀察植物生長方向、照顧呵護生命，感受植物成長中生命的脈動，與大自然互動，感受植物種子不需要說話的龐大力量。 4.專注手做，期待作品完成，增加成就感幸福感 		
週次	課程進度	課程內容說明	備註
一、	課程介紹、上課 默契訂定	課程介紹、上課默契訂定 如何起鈴、開鈴、關鈴	
二、	葉脈書籤	如何煮、挑葉子刷洗成葉脈	
三、	染葉脈作書籤	延上週，乾的葉脈染成彩色作書籤	
四、	小禮帽髮夾	利用瓶蓋、硬紙板、毛線纏繞	
五、	魚瓶植栽	小瓶子、麻繩、熱帶魚、種上植物	
六、	彩鹽畫	將鹽染色製作成畫	
七、	生命樹	認識各式種子，串成一棵樹	
八、	手搖鈴	銀葉種子，做成手搖鈴	
九、	上帝之眼	毛線、冰棒棍纏繞成眼	
十、	擴香磚	石膏、模型作成擴香磚	
十一、	葡萄串	無患子、麻繩綁出成串葡萄	
十二、	風獅爺	各式種子作成風獅爺	
十三、	鈕扣花	各式扣子、毛根插成花	

十四、	空鳳夢想屋	彩繪房屋、鋁線種上空氣鳳梨	
十五、	松果聖誕樹	用松果作成聖誕樹	
十六、	石頭雪人	利用石頭彩繪成雪人	
十七、	水晶樹	天然水晶、銅線作成樹	
十八、	水晶樹	延上週、將水晶樹枝種上盆	
十九、	松果盆栽	松果剪成花、上色上盆	
二十、	新年掛飾	過年旺旺、應景盆栽賀新年	
二十一、			

政大實小 115 學年度第一學期課外社團【課程計畫】

社團名稱	足球 B		<input type="checkbox"/> 初階 <input type="checkbox"/> 進階
課程綱要	以趣味教學、快樂足球、加入基本技巧動作、以及小組對抗練習的模式。		課程是否雷同
			<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
學習目標	引導孩子喜歡足球有學習動力並維持良好運動習慣，享受運動樂趣，培養出團隊精神，與其他隊友建立友誼，集學習、娛樂及健康於一身。		
週次	課程進度	課程內容說明	備註
~	認識足球	協調性、敏捷性訓練、球感訓練	
二	基本基礎足球技巧	協調練習、敏捷訓練。	
三	基本基礎足球技巧	盤球訓練、運球訓練。	
四	基本基礎足球技巧	障礙盤球、控球訓練。	
五	基本基礎足球技巧	傳球訓練、傳球準確度。	
六	小組訓練	盤球射門訓練、分組對抗。	
七	小組訓練	一對一攻守、二隊二攻守。	
八	小組訓練	比賽式訓練、規則講解。	
九	小組訓練	跑位傳球練習、分組對抗。	
十	小組訓練	三角形傳球及四角形對角傳球、分組對抗。	
十一	小組訓練	行徑間傳球、跑位傳球。	
十二	小組訓練	二隊一攻守、三對二攻守。	
十三	小組訓練	足壘球、足球躲避球遊戲練習。	
十四	小組訓練	跑位傳球練習、分組對抗。	
十五	小組訓練	三角形傳球及四角形對角傳球、分組對抗。	
十六	對抗式訓練	進階式盤球訓練、運球訓練。	
十七	對抗式訓練	傳球準確度訓練、分組對抗。	
十八	對抗式訓練	射門準確度訓練、分組對抗。	
十九	對抗式訓練	傳球準確度訓練、分組對抗。	
二十	對抗式訓練	進階式盤球訓練、運球訓練。	
二十一	對抗式訓練	比賽式對抗。	

政大實小 115 學年度第一學期課外社團【課程計畫】

社團名稱	3D 列印筆手創社		<input checked="" type="checkbox"/> 初階 <input type="checkbox"/> 進階
課程綱要	透過 3D 列印筆，將學員的想像力與創意從 2D 平面變成 3D 立體創作，培養工具使用與立體造型的概念，帶引小朋友進入創客的世界。		課程是否雷同
			<input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
學習目標	配合 STEAM 的精隨動手做，激發學生的創造力和培養解決問題的能力。		
週次	單元名稱	課程內容	備註
一. 9/03(四)	3D 列印筆	3D 列印筆-轉盤 1.先認識 3D 列印筆的使用方法&注意事項。 2.簡介 3.畫法技巧說明 4.學生攜作品拍照	
二.9/10(四)	3D 列印筆	3D 列印筆-寶貝球 1.簡介 2.模板入門基礎實作 3.學生攜作品拍照	
三.9/17(四)	3D 列印筆	3D 列印筆-紅魚 1.簡介 2.模板入門基礎實作 3.學生攜作品拍照	
四.9/24(四)	3D 列印筆	3D 列印筆-自由創作鏡子 1.簡介 2.3D 筆基礎實作 3.學生攜作品拍照	
五.10/01(四)	3D 列印筆	3D 列印筆-冰淇淋 1.簡介 2.模板進階實作 3.學生攜作品拍照	
六.10/08(四)	3D 列印筆	3D 列印筆-油桐花籃 1.簡介 2.模板進階實作 3.學生攜作品拍照	
七.10/15(四)	3D 列印筆	3D 列印筆-月餅 1.簡介 2.模板進階實作 3.學生攜作品拍照	

八.10/22(四)	3D 列印筆	3D 列印筆-眼鏡 1.骰子簡介 2.模板進階實作 3.學生攜作品拍照	
九.10/29(四)	3D 列印筆	3D 列印筆-領帶 1.簡介 2.模板進階實作 3.學生攜作品拍照	
十.11/05(四)	3D 列印筆	3D 列印筆-披薩 1.簡介 2.模板進階實作 3.學生攜作品拍照	
十一.11/12(四)	3D 列印筆	3D 列印筆-遊戲骰子 1.蛋糕簡介 2.模板進階實作 3.學生攜作品拍照	
十二.11/19(四)	3D 列印筆	3D 列印筆-可愛水豚 1.簡介 2.模板進階實作 3.學生攜作品拍照	
十三.11/26(四)	3D 列印筆	3D 列印筆-地球鑰匙圈 1.簡介 2.發揮你的想像力~ 3.學生攜作品拍照	
十四.12/03(四)	3D 列印筆	3D 列印筆-剉冰 1.簡介 2.模板進階實作 3.學生攜作品拍照	
十五.12/10(四)	3D 列印筆	3D 列印筆-鮭魚壽司人 1.簡介 2.模板進階實作 3.學生攜作品拍照	
十六.12/17(四)	3D 列印筆	3D 列印筆-聖誕樹 1.簡介 2.3D 列印筆進階實作 3.學生攜作品拍照	

十七.12/24(四)	3D 列印筆	3D 列印筆-羽毛球 1.簡介 2.3D 列印筆進階實作 3.學生攜作品拍照	
十八.12/31(四)	3D 列印筆	3D 列印筆-吉他 1.簡介 2.3D 列印筆進階實作 3.學生攜作品拍照	
十九.1/07(四)	3D 列印筆	3D 列印筆-蝦瓜 1.簡介 2.3D 列印筆進階實作 3.學生攜作品拍照	
二十.1/14(四)	3D 列印筆	3D 列印筆-手電筒 1.簡介 2.3D 列印筆進階實作 3.學生攜作品拍照	

政大實小 115 學年度第一學期課外社團【課程計畫】

社團名稱	扯鈴社(初階)		<input checked="" type="checkbox"/> 初階 <input type="checkbox"/> 進階
課程綱要	扯鈴基本構造認識、推廣民俗體育運動盡一份力，從學習技藝開始，提供學生鍛鍊身體，培養正當休閒活動的學習機會。		
學習目標	扯鈴基本構造認識、招式技巧由淺至深學習，訓練手眼協調、耐心及邏輯思考、觀察的能力。		
週次	課程進度	課程內容說明	備註
一、	課程介紹、上課默契訂定	課程介紹、上課默契訂定 如何起鈴、開鈴、關鈴	
二、	基本六招教學	招式教學:狗急跳牆、金蟬脫殼	
三、	基本六招教學	招式複習:狗急跳牆、金蟬脫殼 招式教學:大衛魔術、龍騰虎躍	
四、	基本六招教學	招式複習:大衛魔術、龍騰虎躍 招式教學:金雞上竿、蜘蛛結網	
五、	招式教學	測驗六招學習進度 招式教學:開線亮相、手轉起鈴	
六、	招式教學	招式教學:地球自轉、提燈籠	
七、	招式教學	招式教學:仰觀星斗、螞蟻定點	
八、	招式教學	招式教學: 魚躍龍門、天女散花、環遊世界	
九、	招式教學	招式教學: 蜻蜓點水、疊棉被、蜻蜓甩尾	
十、	招式教學	招式教學:蜘蛛結網系列變化動作	
十一、	招式教學	招式教學: 直上青雲(拋鈴)變化動作	
十二、	招式教學	招式教學: 望月 5 秒、望月鐘擺變化動作	
十三、	招式教學	招式教學: 金雞飛渡、關渡大橋、貓空纜車	

十四、	招式教學	招式教學:揸書包變化動作	
十五、	招式教學	招式教學:揸書包變化動作	
十六、	招式教學	招式教學:金手指系列動作	
十七、	招式教學	招式教學: 銀手指、金手指系列動作	
十八、	招式教學	招式教學:繞腳及繞腳變化動作	
十九、	招式教學	招式教學:繞腳及繞腳變化動作	
二十、	招式教學	招式教學:繞腰系列動作	
二十一、	招式教學	招式教學:繞腰系列動作	

政大實小 115 學年度第一學期課外社團【課程計畫】

社團名稱	倒數2030-拯救地球冒險家		<input checked="" type="checkbox"/> 初階 <input type="checkbox"/> 進階
課程綱要	藉由遊戲化手冊建立情境，每位學生都是拯救地球的小小冒險家！旅行途中發現許多地球的問題，進而了解SDGs指標議題，並透過手作加深印象，一起幫地球找到解方！此社團著重跨域結合與議題探討，用深入淺出的方法引導孩子認識SDGs指標，並在手冊中累積冒險積分，增加趣味性與信心！		
學習目標	此社團著重跨域結合與議題探討，藉由遊戲化手冊建立情境，用深入淺出的方法引導孩子了解SDGs指標議題，透過手作加深印象！		
週次	課程進度	課程內容說明	備註
一、	社團開始/冒險隊集結（建立歸屬感與基礎觀念）	介紹SDGs指標，講解學期遊戲規則。	
二、	冒險手冊DIY：設計個人特質勳章與專屬冒險護照 ★對應SDGs17 永續發展夥伴關係	引導孩子發現個人特質與優點，透過設計自己的專屬角色，達到沉浸式學習。	
三、	理解貧窮與規劃：存錢筒設計 ★對應SDGs1 消除貧窮	製作儲蓄罐，學習理財規劃以對抗貧窮循環。	
四、	消失的綠肺：植栽造景小盆 ★對應SDGs15 陸域生態	組裝微型生態盆，守護消失的森林與陸域生物。	
五、	大堡礁的眼淚：石英砂沙灘冰箱貼 ★對應SDGs14 海洋保育	利用石英砂創作，關注升溫導致的珊瑚礁白化。	
六、	和平的渴望：和平鴿風鈴 ★對應SDGs16 制度的正義與和平	透過製作和平鴿風鈴，傳遞反戰與正義的和平音訊。	
七、	浪費的速食文化：油畫棒立體奶油畫卡 ★對應SDGs12 責任消費與生產	油畫棒模擬食物加上奶油膠，反思速食文化帶來的剩食浪費。	
八、	幸福的衡量：情緒冷靜瓶 ★對應SDGs3 健康與福祉	亮粉流動模擬腦波，練習覺察壓力並促進心理健康。	
九、	即將沉沒的文化：浮島模型I ★對應SDGs13 氣候行動	設計水上漂浮島嶼模型，應對海平面上升的生存挑戰。	
十、	即將沉沒的文化：浮島模型II ★對應SDGs13 氣候行動	設計水上漂浮島嶼模型，應對海平面上升的生存挑戰。	
十一、	冒險中繼站：設計SDGs冒險隊服 ★對應SDGs17 永續發展夥伴關係	彩繪專屬團隊圖騰，聚焦每個人關注的永續議題，實踐全球永續發展的夥伴關係。	

	伴關係		
十二、	消失的文明：錫箔畫框 ★ 對應SDGs11 永續城鄉	金屬質感壓紋創作，記錄並保護瀕危的文化建築。	
十三、	失學的女孩：自製趣味鉛筆筆套 ★ 對應SDGs4 優質教育	透過翻轉文具造型，發揮創意的同時也致敬馬拉拉並守護女孩受教權。	
十四、	勞動價值：職涯夢想版(瀑布機關卡) ★ 對應SDGs8 就業與經濟成長	動態拉頁呈現願景，並深入探討每個職業的價值與需求。	
十五、	光的一公升：毛線小檯燈I ★ 對應SDGs7 可負擔的能源	繞線工藝結合實用的檯燈，體驗偏鄉低碳照明的創新。	
十六、	光的一公升：毛線小檯燈II ★ 對應SDGs7 可負擔的能源	繞線工藝結合實用的檯燈，體驗偏鄉低碳照明的創新。	
十七、	循環經濟的城鎮：海玻璃聖誕樹燈 ★ 對應SDGs12 責任消費與生產	海廢玻璃再造，創作出不一樣的聖誕樹，實踐循環經濟與海洋保育的重視。	
十八、	越南的綠色奇蹟：毛根棒發財樹 ★ 對應SDGs8 尊嚴工作與經濟成長	扭轉多彩毛根棒，學習技能致富與尊嚴勞動的概念。	
十九、	垂直森林：毛球苔蘚杯墊 ★ 對應SDGs11 永續城鄉	採用毛球與多媒材模擬都市綠地，設計與自然共生的永續城市景觀。	
二十、	社團結束/任務完成	回顧冒險團任務、心得回饋與獎勵結算。	
二十一、			

政大實小 115 學年度第一學期課外社團【課程計畫】

社團名稱	享受烘焙點心社		■初階 □進階
課程綱要	以點心創作為主題，透過搓、捏、壓、拌、塑形、組合與裝飾等操作，練習手部精細動作與作品完成能力。		
學習目標	培養學生手部精細動作與流程理解能力，鼓勵勇於嘗試、觀察問題並調整方法，提升耐心、專注力、創造力與手作自信。		
週次	課程進度	課程內容說明	備註
1	免烤巧克力球	材料認識、步驟示範、學生實作、作品裝飾與整理分享：免烤巧克力球。	
2	棉花糖餅乾	材料認識、步驟示範、學生實作、作品裝飾與整理分享：棉花糖餅乾。	
3	花式吐司捲	材料認識、步驟示範、學生實作、作品裝飾與整理分享：花式吐司捲。	
4	健康司康	材料認識、步驟示範、學生實作、作品裝飾與整理分享：健康司康。	
5	小披薩吐司	材料認識、步驟示範、學生實作、作品裝飾與整理分享：小披薩吐司。	
6	女巫手指餅乾	材料認識、步驟示範、學生實作、作品裝飾與整理分享：女巫手指餅乾。	
7	彩虹蛋糕杯	材料認識、步驟示範、學生實作、作品裝飾與整理分享：彩虹蛋糕杯。	
8	創意三明治設計	材料認識、步驟示範、學生實作、作品裝飾與整理分享：創意三明治設計。	
9	雪 Q 餅	材料認識、步驟示範、學生實作、作品裝飾與整理分享：雪 Q 餅。	
10	果凍杯	材料認識、步驟示範、學生實作、作品裝飾與整理分享：果凍杯。	
11	奶油餅乾	材料認識、步驟示範、學生實作、作品裝飾與整理分享：奶油餅乾。	
12	千層餅乾	材料認識、步驟示範、學生實作、作品裝飾與整理分享：千層餅乾。	
13	原味麻糬	材料認識、步驟示範、學生實作、作品裝飾與整理分享：原味麻糬。	
14	花生麻糬	材料認識、步驟示範、學生實作、作品裝飾與整理分享：花生	

		麻糬。	
15	圓滾滾湯圓	材料認識、步驟示範、學生實作、作品裝飾與整理分享：圓滾滾湯圓。	
16	萬聖節餅乾	材料認識、步驟示範、學生實作、作品裝飾與整理分享：萬聖節餅乾。	
17	聖誕糖霜餅乾	材料認識、步驟示範、學生實作、作品裝飾與整理分享：聖誕糖霜餅乾。	
18	杯子蛋糕	材料認識、步驟示範、學生實作、作品裝飾與整理分享：杯子蛋糕。	
19	情人節巧克力	材料認識、步驟示範、學生實作、作品裝飾與整理分享：情人節巧克力。	
20	Oreo 盒子蛋糕	材料認識、步驟示範、學生實作、作品裝飾與整理分享：Oreo 盒子蛋糕。	
一、			