

石牌國小 112 學年度上學期課外社團教學計畫

此次教學計畫寫一年

週次	課程內容(可用圖片、影音連結)	備註
1	扯鈴介紹及起鈴、基本運鈴方式	
2	魔術收鈴	
3	金蟬脫殼	
4	拋鈴	
5	狗急跳牆	
6	拋鈴打棍	
7	金雞上架	
8	時鐘搖擺	
9	期中複習	
10	金手指、檢驗每位學生學習狀況	
11	棒棒糖收鈴	
12	背水壺	
13	蜻蜓點水	
14	背書包	
15	望月	
16	拋鈴手接	
17	大車輪	
18	拋鈴轉身	
19	甩鈴三轉	
20	甩鈴兩轉、成果驗收	

石牌國小 112 學年度下學期課外社團教學計畫

週次	課程內容(可用圖片、影音連結)	備註
1	雙人互拋	
2	金雞飛渡	
3	仰光星斗	
4	拋鈴點地	
5	長繩團體	
6	團體拋鈴	
7	一道彩虹	
8	八仙過海	
9	二仙傳道	
10	大鵬展翅、檢驗每位學生學習狀況	
11	蜘蛛結網	
12	雷神錘	
13	東京鐵塔	
14	繞腳	
15	繞腳轉身	
16	雙鈴 1	
17	雙鈴 2	
18	繞手	
19	雙龍出海	
20	成果驗收	

若有合併週上課，請加註說明