【編號 1】桃園市瑞豐國小 112 學年度下學期社團活動課程進度表

社團名稱：珠心算社

授課老師：徐素娥

次數	課程進度	材料	備註 (戶外性社團需規劃兩備進度)
01	數字排序、握筆、清盤，認識下珠、下珠練習	書本	
02	加 5、6、7、8、9 混合練習	書本	
03	減 5、6、7、8、9 混合練習	書本	
04	十的加法口訣〈加 9、8〉	書本	
05	十的加法口訣〈加 7、6〉	書本	
06	十的加法口訣〈加 5、4〉	書本	
07	十的加法口訣〈加 3、2〉	書本	
08	十的加法口訣〈加 1、級 1 2 級珠算練習〉	書本	
09	五的加法口訣〈加 4、3〉、初級心算個別指導	書本	
10	五的加法口訣〈加 2、1 及 1 1 珠算練習〉、初級心算個別指導	書本	
11	十進位口訣〈大九加 9、8〉、初級心算個別指導	書本	
12	十進位口訣〈大九加 7、6〉、初級心算個別指導	書本	

【編號 2】桃園市瑞豐國小 112 學年度下學期社團活動課程進度表

社團名稱：名人圍棋社初階班

授課老師：邢皓偉

次數	課程進度	材料	備註 (戶外性社團需規劃兩備進度)
01	認識圍棋、雙方氣盡	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	
02	劫、熱子、虎口	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	
03	死亡線	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	
04	連接手法	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	
05	接近戰	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	
06	扳、長、黏	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	
07	雙要提	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	
08	圍地手法	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	
09	征子	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	
10	兩眼活棋(一)	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	
11	兩眼活棋(二)	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	
12	結束計地:比目法	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	

【編號 3】桃園市瑞豐國小 112 學年度下學期社團活動課程進度表

社團名稱：樂樂棒球社

授課老師：張正傑

次數	課程進度	材料	備註 (戶外性社團需規劃兩備進度)
01	<ol style="list-style-type: none"> 1. 熱身/做操 2. 樂樂棒球規則介紹 3. 傳接球基本動作介紹 4. 滾地球守備基本動作介紹 5. 分組比賽 	樂樂棒球具組	<ol style="list-style-type: none"> 1. 熱身/做操 2. 樂樂棒球規則介紹 3. 傳接球基本動作介紹 4. 滾地球守備基本動作介紹
02	<ol style="list-style-type: none"> 1. 熱身/做操 2. 球場、各壘包介紹 3. 傳接球練習(kgb15 分鐘) 4. 2~3 人一組滾地球練習 5. 分組比賽 	樂樂棒球具組	<ol style="list-style-type: none"> 1. 熱身/做操 2. 球場、各壘包介紹 3. 傳接球練習(kgb15 分鐘) 4. 2~3 人一組滾地球練習
03	<ol style="list-style-type: none"> 1. 熱身/做操(馬克操) 2. 傳接球練習(kgb15 分鐘) 3. 2~3 人一組滾地球練習 4. 跑壘介紹與練習(全壘) 5. 分組比賽 	樂樂棒球具組	<ol style="list-style-type: none"> 1. 熱身/做操(馬克操) 2. 傳接球練習(kgb15 分鐘) 3. 2~3 人一組滾地球練習
04	<ol style="list-style-type: none"> 1. 熱身/做操(馬克操) 2. 跑壘練習(跑一壘) 3. 接飛球守備動作與練習 4. 分組比賽 	樂樂棒球具組	<ol style="list-style-type: none"> 1. 熱身/做操(馬克操) 2. 跑壘練習(跑一壘) 3. 接飛球守備動作與練習
05	<ol style="list-style-type: none"> 1. 熱身/做操(跳躍) 2. 傳接球(kgb15 分鐘) 3. 複習滾地球守備動作 4. 接飛球練習 5. 分組比賽 	樂樂棒球具組	<ol style="list-style-type: none"> 1. 熱身/做操(跳躍) 2. 傳接球(kgb15 分鐘) 3. 複習滾地球守備動作 4. 接飛球練習
06	<ol style="list-style-type: none"> 1. 熱身/做操(跳躍) 2. 體能遊戲(折返跑) 3. 跑壘練習(跑三壘) 4. 接飛球練習 5. 分組比賽 	樂樂棒球具組	<ol style="list-style-type: none"> 1. 熱身/做操(跳躍) 2. 體能遊戲(折返跑) 3. 跑壘練習(跑三壘) 4. 接飛球練習
07	<ol style="list-style-type: none"> 1. 熱身/做操(繩梯守備腳步練習) 2. 各守備位置守備練習 3. 體能遊戲(跑壘接力賽) 4. 複習飛球練習 5. 分組比賽 	樂樂棒球具組	<ol style="list-style-type: none"> 1. 熱身/做操(繩梯守備腳步練習) 2. 各守備位置守備練習 3. 體能遊戲(跑壘接力賽) 4. 複習飛球練習
08	<ol style="list-style-type: none"> 1. 熱身/做操(繩梯守備腳步練習) 2. 打擊動作與揮棒技巧介紹、練習 3. 體能遊戲(S 行側併跑) 	樂樂棒球具組	<ol style="list-style-type: none"> 1. 熱身/做操(繩梯守備腳步練習) 2. 打擊動作與揮棒技巧介紹、練習

	4. 分組比賽		習 3. 體能遊戲(S 行側併跑)
09	1. 熱身/做操 2. 打擊練習(一人擊球五顆) 3. 體能遊戲(S 行側併跑) 4. 分組比賽	樂樂棒球具組	1. 熱身/做操 2. 打擊練習(一人擊球五顆) 3. 體能遊戲(S 行側併跑)
10	1. 熱身/做操(標盤單腳跳) 2. 飛球守備 3. 複習跑壘 4. 打擊練習(一人擊球五顆) 5. 分組比賽	樂樂棒球具組	1. 熱身/做操(標盤單腳跳) 2. 飛球守備 3. 複習跑壘 4. 打擊練習(一人擊球五顆)
11	1. 熱身/做操(標盤單腳跳) 2. 傳接球(kgb10 分鐘) 3. 守備/打擊練習(15 分鐘) 4. 分組比賽	樂樂棒球具組	1. 熱身/做操(標盤單腳跳) 2. 傳接球(kgb10 分鐘) 3. 守備/打擊練習(15 分鐘)
12	1. 熱身/做操(繩梯敏節) 2. 傳接球(kgb10 分鐘) 3. 繩梯守備動作練習 4. 分組比賽	樂樂棒球具組	1. 熱身/做操(繩梯敏節) 2. 傳接球(kgb10 分鐘) 3. 繩梯守備動作練習

【編號 4】桃園市瑞豐國小 112 學年度下學期社團活動課程進度表

社團名稱：籃球社 A 班

授課老師：司旻樂

次數	課程進度	材料
01	基礎訓練與分班，滑步防守，單手運球	
02	交叉步防守，雙手交叉運球	
03	複習，側跑步防守，胯下運球	
04	複習，後退步防守，背後運球	
05	定點投射，移動投射	
06	籃下假動作訓練，上籃	
07	籃下假動作訓練，上籃	
08	複習，進攻免責區單手投籃	
09	複習，罰球線投籃，運球上籃	
10	投籃訓練(單手+雙手投籃)	
11	上籃訓練(帶球上籃)	
12	盯人防守，二對一攻籃	

【編號5】桃園市瑞豐國小 112 學年度下學期社團活動課程進度表

社團名稱：競技疊杯社

授課老師：魏汶霖

次數	課程進度	材料	備註 (戶外性社團需規劃雨備進度)
01	認識競技疊杯、3 杯疊杯教學、3-3 疊杯計時	競技疊杯一組	
02	雙色3-3交叉教學、雙色3-3交叉計時	競技疊杯一組	
03	3-3-3 教學、3-3-3 計時	競技疊杯一組	
04	6杯教學、滑杯教學、6-6疊杯計時	競技疊杯一組	
05	雙色6-6交叉教學、雙色6-6交叉計時	競技疊杯一組	
06	雙色 6-6 洗杯、雙色 6-6 洗杯計時	競技疊杯一組	
07	3-6-3教學、3-6-3計時	競技疊杯一組	
08	3-6-3轉6-6到收杯、3-6-3轉6-6到收杯計時	競技疊杯一組	
09	1-10-1疊杯&收杯教學、1-10-1疊杯&收杯計時	競技疊杯一組	
10	Cycle教學、調整個人動作	競技疊杯一組	
11	複習Cycle、Cycle計時	競技疊杯一組	
12	競賽活動：分組333、363、cycle接力競賽	競技疊杯一組	

【編號 6】桃園市瑞豐國小 112 學年度下學期社團活動課程進度表

社團名稱：書法社

授課老師：朱偉銘

次數	課程進度	材料
01	結構均間法，人、彳部的寫法	文房四寶
02	向背俯仰法，兒、力部的寫法	文房四寶
03	結構外形法（一）、水、火部的寫法	文房四寶
04	結構外形法（二）、糸、邑的寫法	文房四寶
05	中心法、口部的寫法	文房四寶
06	結構左右關係、才、木的寫法	文房四寶
07	作品習寫	文房四寶
08	賓主法、心部的寫法	文房四寶
09	接筆法、女部的寫法	文房四寶
10	結構變化法、宀部的寫法	文房四寶
11	脈絡法、容易寫錯筆順的字	文房四寶
12	上下關係、土、玉部的寫法	文房四寶

【編號 7】桃園市瑞豐國小 112 學年度下學期社團活動課程進度表

社團名稱：手作巧藝社

授課老師：賴郁華

次數	課程進度	材料
01	黏土	圖畫紙、筆、顏料、黏土、色紙、拼豆等美術媒材
02	手作品	圖畫紙、筆、顏料、黏土、色紙、拼豆等美術媒材
03	繪畫(多媒材)	圖畫紙、筆、顏料、黏土、色紙、拼豆等美術媒材
04	黏土	圖畫紙、筆、顏料、黏土、色紙、拼豆等美術媒材
05	拼貼	圖畫紙、筆、顏料、黏土、色紙、拼豆等美術媒材
06	拼圖彩繪	圖畫紙、筆、顏料、黏土、色紙、拼豆等美術媒材
07	繪畫(多媒材)	圖畫紙、筆、顏料、黏土、色紙、拼豆等美術媒材
08	黏土	圖畫紙、筆、顏料、黏土、色紙、拼豆等美術媒材
09	手作品(多媒材)	圖畫紙、筆、顏料、黏土、色紙、拼豆等美術媒材
10	黏土	圖畫紙、筆、顏料、黏土、色紙、拼豆等美術媒材
11	手作品	圖畫紙、筆、顏料、黏土、色紙、拼豆等美術媒材
12	黏土	圖畫紙、筆、顏料、黏土、色紙、拼豆等美術媒材

【編號 8】桃園市瑞豐國小 112 學年度下學期社團活動課程進度表

社團名稱：MV TIKTOK 熱舞社

授課老師：方怡惠

次數	課程進度	材料	備註 (戶外性社團需規劃雨備進度)
01	拉筋, MV: IVE-BADDIE		帶水壺
02	上律動練習, MV: IVE-BADDIE		帶水壺
03	下律動練習, MV: IVE-BADDIE		帶水壺
04	協調性訓練, TIKTOK: ABC SONG		帶水壺
05	節奏感訓練, TIKTOK: ABC SONG		帶水壺
06	走位訓練, MV: Jennie-You and Me		帶水壺
07	動作美感練習, MV: Jennie-You and Me		帶水壺
08	方向感練習, MV: Jennie-You and Me		帶水壺
09	核心肌群訓練, TIKTOK: TOCA TOCA		帶水壺
10	力量控制訓練, MV: DRAMA		帶水壺
11	團隊整齊度練習, MV: DRAMA		帶水壺
12	團隊默契練習, MV: DRAMA		帶水壺

【編號 9】桃園市瑞豐國小 112 學年度下學期社團活動課程進度表

社團名稱：名人圍棋社進階班

授課老師：王勝駿

次數	課程進度	材料	備註 (戶外性社團需規劃兩備進度)
01	假眼	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	
02	大眼	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	
03	接不歸	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	
04	締角	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	
05	掛角	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	
06	雙擊	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	
07	反提	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	
08	基本定石(一)	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	
09	基本定石()	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	
10	門吃	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	
11	基本棋型	圍棋練功房軟體教學 學生對弈	

【編號 10】桃園市瑞豐國小 112 學年度下學期社團活動課程進度表

社團名稱：扯鈴社 A 班

授課老師：張正傑

次數	課程進度	材料	備註 (戶外性社團需規劃兩備進度)
01	基礎運鈴、開線亮相。進階組： 點水放棍	扯鈴	基礎運鈴、開線亮相。進 階組：點水放棍
02	猴子盪鞦韆、魚躍龍門 進階組： 逆繞手	扯鈴	猴子盪鞦韆、魚躍龍門 進 階組：逆繞手
03	猴子翻筋斗、金蟬脫殼。進階 組：鷓子翻身	扯鈴	猴子翻筋斗、金蟬脫殼。 進階組：鷓子翻身
04	鳳凰離手、金雞上架。進階組： 金手指	扯鈴	鳳凰離手、金雞上架。進 階組：金手指
05	拋鈴、方向調鈴。進階組：圓形 高拋	扯鈴	拋鈴、方向調鈴。進階組： 圓形高拋
06	第一週~第五週招式小考	扯鈴	第一週~第五週招式小考
07	提燈籠、鑽石。進階組：抬腿繞 腳	扯鈴	提燈籠、鑽石。進階組：抬 腿繞腳
08	仰觀星斗、蜻蜓點水。進階組： 銀手指	扯鈴	仰觀星斗、蜻蜓點水。進 階組：銀手指
09	抬頭望月、蜘蛛結網。進階組： 抬腿繞腳點地	扯鈴	抬頭望月、蜘蛛結網。進 階組：抬腿繞腳點地
10	揹書包 1、地球自轉。進階組：圓 形運鈴	扯鈴	揹書包 1、地球自轉。進階 組：圓形運鈴
11	第六週~第十週招式小考	扯鈴	第六週~第十週招式小考

【編號 11】桃園市瑞豐國小 112 學年度下學期社團活動課程進度表

社團名稱： 兒童舞蹈社 A 班

授課老師：劉慈郁

次數	課程進度	材料	備註 (戶外性社團需規劃雨備進度)
01	1. 肢體開發操 2. 身段練習-雙手位		
02	1. 肢體開發操 2. 身段練習-手眼動作		
03	1. 肢體開發操 2. 身段練習-勾繃腳		
04	1. 肢體開發操 2. 身段練習-小彈腿		
05	1. 肢體開發操 2. 身段練習-旁抬腿	3. 道具練習~啦啦球	
06	1. 肢體開發操 2. 身段練習-後彎腰	3. 道具練習~ 啦啦球	
07	1. 肢體開發操 2. 身段練習-壓腿	3. 道具練習~啦啦球	
08	1. 肢體開發操 2. 身段練習-前旁大踢腿	3. 道具練習~彩帶	
09	1. 肢體開發操 2. 身段練習-後踢腿	3. 道具練習~彩帶	
10	1. 肢體開發操 2. 身段練習-推指	3. 道具練習~彩帶	
11	1. 肢體開發操 2. 身段練習-波浪 3. 舞曲排練		

【編號 12】桃園市瑞豐國小 112 學年度下學期社團活動課程進度表

社團名稱：創意樂高程式社

授課老師：彭楷民

次數	課程進度	材料	備註 (戶外性社團需規劃雨備進度)
01	投球車		
02	西部牛仔		
03	機械爪子		
04	線控小車		
05	跳跳炸彈		
06	迷你手槍		
07	打靶機		
08	讓子彈飛		
09	拉霸機		
10	保齡球機		
11	電吉他		

【編號 13】桃園市瑞豐國小 112 學年度下學期社團活動課程進度表

社團名稱：籃球社 B 班

授課老師：張正傑

次數	課程進度	材料	備註 (戶外性社團需規劃兩備進度)
01	球感訓練(手指點球)1 單球運球 1、上籃 1	籃球	球感訓練(手指點球)1 單球運球 1、
02	球感訓練(手指點球)2、單球運球 2、上籃 2	籃球	球感訓練(手指點球)2、單球運球 2、
03	球感訓練(手指點球)3、移動單球運球 1、上籃 3	籃球	球感訓練(手指點球)3、移動單球運球 1、
04	球感訓練(繞頭)、移動單球運球 2、上籃 3	籃球	球感訓練(繞頭)、移動單球運球 2、
05	球感訓練(繞腰)、M 型運球、假動作上籃 1	籃球	球感訓練(繞腰)、M 型運球、
06	球感訓練(繞膝)、V 行運球、假動作上籃 2	籃球	球感訓練(繞膝)、V 行運球、
07	球感訓練(繞腳)、移動 M 型運球、進攻免責區單手投籃 1	籃球	球感訓練(繞腳)、移動 M 型運球、
08	球感訓練(繞腳)、移動 V 型運球、雙手投籃	籃球	球感訓練(繞腳)、移動 V 型運球、
09	敏捷訓練，8 字點球、進攻免責區雙手投籃	籃球	敏捷訓練，8 字點球、
10	敏捷訓練，8 字運球、罰球線投籃	籃球	敏捷訓練，8 字運球、
11	敏捷訓練，連續 8 字運球、三重威脅進攻	籃球	敏捷訓練，連續 8 字運球、三重威脅進攻

【編號 14】桃園市瑞豐國小 112 學年度下學期社團活動課程進度表

社團名稱：益智桌遊社

授課老師：郭馨怡

次數	課程進度	材料	備註 (戶外性社團需規劃雨備進度)
01	凶煞迴廊	凶煞迴廊	
02	珠璣妙算	珠璣妙算	
03	蟑螂沙拉	蟑螂沙拉	
04	水瓶座	水瓶座	
05	彩磚大師	彩磚大師	
06	駱駝大賽	駱駝大賽	
07	方鳥	方鳥	
08	勇者對對碰	勇者對對碰	
09	疊影重重	疊影重重	
10	房地產拍賣	房地產拍賣	

【編號 15】桃園市瑞豐國小 112 學年度下期社團活動課程進度表

社團名稱：扯鈴社 B 班

授課老師：司旻樂

次數	課程進度	材料
01	基礎運鈴+前後調玲	
02	基礎運鈴+猴子翻跟斗	
03	蜻蜓點水+蜘蛛結網	
04	魚躍龍門+金蟬脫殼	
05	鳳凰離手+魔術收鈴	
06	金雞飛渡+金雞上架	
07	複習招式小考	
08	提燈籠+地球自轉	
09	背書包 1+背書包 2	
10	金手指+機關槍	

【編號 16】桃園市瑞豐國小 112 學年度下學期社團活動課程進度表

社團名稱： 兒童舞蹈社 B 班

授課老師：劉慈郁

次數	課程進度	材料	備註 (戶外性社團需規劃雨備進度)
01	1. 肢體開發操 2. 身段練習-雙手位		
02	1. 肢體開發操 2. 身段練習-手眼動作		
03	1. 肢體開發操 2. 身段練習-勾繃腳		
04	1. 肢體開發操 2. 身段練習-小彈腿		
05	1. 肢體開發操 2. 身段練習-旁抬腿	3. 道具練習~啦啦球	
06	1. 肢體開發操 2. 身段練習-後彎腰	3. 道具練習~ 啦啦球	
07	1. 肢體開發操 2. 身段練習-壓腿	3. 道具練習~啦啦球	
08	1. 肢體開發操 2. 身段練習-前旁大踢腿	3. 道具練習~彩帶	
09	1. 肢體開發操 2. 身段練習-後踢腿	3. 道具練習~彩帶	
10	1. 肢體開發操 2. 身段練習-推指	3. 道具練習~彩帶	

【編號 17】桃園市瑞豐國小 112 學年度下學期社團活動課程進度表

社團名稱：直排輪社

授課老師：傅家彬

次數	課程進度	材料	備註 (戶外性社團需規劃雨備進度)
01	學習站立，課程規則介紹		
02	初學：滑行前進 進階：S 型過角標		
03	初學：滑行蹲下過山洞 進階：T 字剎車		
04	初學：抬腳溜轉彎 進階：		
05	初學：跳躍過角標 進階：前葫蘆過角標		
06	初學：S 型前溜過角標 進階：後葫蘆過角標		
07	初學：前葫蘆原地動作 進階：單腳直線		
08	初學：直線前葫蘆過角標 進階：單腳 S 型過角標		
09	初學：角標動作含跳躍 進階：側剎原地動作教學		
10	初學：直排輪快速向前動作指導 進階：側剎練習		