課程名稱 台江武藝

課程屬性 台江分校

課程編號

1141-1141T92

授課老師 |黃水樹(及方裕閑等老師)

最高學歷/台南市立南興國小

相關學經歷/溪南寮金獅學會 館主 服務日期:91年01月~至今

現職/溪南寮金獅學會 館主

上課時間

每週六晚上7:00-8:50 第一次上課日期 2025年03月08日(星期六)

課程理念



關於這一門課:

1. 為什麼想開這門課?希望帶領學員共同學習甚麼

武術其實是一種充滿力與美的藝術,許多人認為武術單純只是自衛防身,殊不知在套路的演練過 程中可以培養孩子的專注力、耐力、思考力與自信,也希望學生在學習武術的過程中可以透過肢 體動作讓孩子更加理解自己,並藉由學習的過程中培養學生勇敢獨立的個性、並鍛鍊出強健的體 魄。

2. 修此門課需具備什麼條件?

喜愛傳統民俗武藝活動。

能開放心胸及積極參與者。

- 3. 上課的方式是怎麼進行的?學生可以有什麼收穫? П
- 一、技能方面: 1. 說明示範. 2. 嘗試練習. 3. 改正錯誤. 4. 反覆練習
- 二、報告方面:撰寫心得報告一篇/上課記錄。
- 三、結合廟會、社區公藝演出,培養學習者公開表演膽識與能力。
- 四、學會基礎武藝,認識藝陣技能,促進身心健康,培育強健體魄與品格。
- ※【課程中老師可視學員的需要與學習進度,保有調整課程的權力】
- 4. 如何取得學分? (評量方式)
- 1. 出席狀況。
- 2. 學習態度。
- 3. 各項民俗活動技藝技能表現。
- 4. 上課記錄或心得。
- 5. 社區公藝演出參與。

招生人數 30 人(若非課程特殊需求,每班招收人數至少 35 人。)

學分收費 2 學分 0 元 (18 週課程/一次上課 2 小時)

週次	上課日期	課程主題	課程內容

1	2025-03-08 晚上7:00~8:50	課程說明	第一堂課 課程說明&防疫宣導(約20分鐘) 1. 防疫宣導影片防疫宣導影片 https://reurl.cc/exMKGL 第一堂課前,請學員自主量體溫、勤洗手、戴口罩 2. 師生相見歡 3. 介紹本期課程內容與規劃說明
0	0005 00 15	少你放什太 购	熱身操與基本功練習
2	2025-03-15 晚上7:00~8:50	武術競技套路-器械	 熱身操 器械基本功練習 套路學習 成果驗收,素質訓練
3	2025-03-22 晚上7:00~8:50	武術競技套路-器械	1. 熱身操 2. 器械基本功練習 3. 套路學習 4. 成果驗收,素質訓練
4	2025-03-29 晚上7:00~8:50	武術競技套路-器械	 熱身操 器械基本功練習 套路學習 成果驗收,素質訓練 收操放鬆
5	2025-04-12 晚上7:00~8:50	武術競技套路-器械	 熱身操 器械基本功練習 套路學習 成果驗收,素質訓練
6	2025-04-19 晚上7:00~8:50	武術競技套路-器械	 熱身操 難度基本功練習 套路學習 成果驗收,素質訓練
7	2025-04-26 晚上7:00~8:50	武術競技套路-器械	1. 熱身操 2. 難度基本功練習 3. 套路學習 4. 成果驗收,素質訓練
8	2025-05-03 晚上7:00~8:50	武術競技套路-器械	1. 熱身操 2. 難度基本功練習 3. 套路學習 4. 成果驗收,素質訓練
9	2025-05-10 晚上7:00~8:50	武術競技套路-器械	1. 熱身操 2. 難度基本功練習 3. 套路學習 4. 成果驗收,素質訓練
10	2025-05-17 晚上7:00~8:50	武術競技套路-器械	1. 熱身操 2. 難度基本功練習 3. 套路學習 4. 成果驗收,素質訓練
11	2025-05-24 晚上7:00~8:50	武術競技套路-器械	1. 熱身操 2. 難度基本功練習 3. 套路學習 4. 成果驗收,素質訓練 5. 收操放鬆
12	2025-06-07 晚上7:00~8:50	武術競技套路-器械	 熱身操 難度基本功練習 套路學習 成果驗收,素質訓練

	ı		
13	2025-06-14	武術競技套路-	1. 熱身操
	晚上7:00~8:50	器械	2. 難度基本功練習
			3. 套路學習
			4. 成果驗收,素質訓練
14	2025-06-21	武術競技套路-	1. 熱身操
	晚上7:00~8:50	器械	2. 難度基本功練習
			3. 套路學習
			4. 成果驗收,素質訓練
15	2025-06-28	武術競技套路-	1. 熱身操
	晚上7:00~8:50	器械	2. 難度基本功練習
			3. 套路學習
			4. 成果驗收,素質訓練
16	2025-07-05	武術競技套路-	1. 熱身操
	晚上7:00~8:50	器械	2. 難度基本功練習
			3. 套路學習
			4. 成果驗收,素質訓練
			5. 收操放鬆
17	2025-07-12	武術競技套路-	1. 熱身操
	晚上7:00~8:50	器械	2. 難度基本功練習
			3. 套路學習
			4. 成果驗收,素質訓練
			5. 收操放鬆
18	2025-07-19	武術競技套路-	1. 熱身操
	晚上7:00~8:50	器械	2. 難度基本功練習
			3. 套路學習
			4. 成果驗收,素質訓練
			5. 收操放鬆
			*補課方式-另行通知