

臺北市民族實驗國民中學 114 學年度第 3-4 學季
七、八年級 課後選修實施計畫暨報名表

115.01.12

一、依據：(1)高級中等以下教育階段非學校型態實驗教育實施條例。

(2)113 年 8 月 12 日，臺北市政府教育局中教科(北市教中字第 11330842992 號)
核定本校推動實驗教育計劃

二、目的：以廣域探索為取向，豐富學生學習視野，促進學生多元學習及適性發展。

三、實施方式：

(一)上課時間：自 115/3/9(一)起至 115/6/18(四)止，

每週一、三、四課後 16:00~17:15 上課，共 14 週。

【停課日期：4/1(三)~4/2(四)校外教學、4/6(一)清明節補假、
4/23(四)成就測驗、4/27(一)~5/1(五)春假】

(二)開班方式：每班報名人數至少須達 8 人(含)以上才會開班。羽球班達 10 人滿班，
如報名人數超過滿班員額，則辦理抽籤決定參加人員。

(三)課程名稱：開課清單如下表。

編號	星期	課程名稱	開班日期/ 結束日期	停課日期	費用	備註
1	一	排球班	03/09-06/15	04/06	1,300 元/共 13 堂課	
2	一	閱讀探究班	03/09-06/15	04/06	1,300 元/共 13 堂課	
3	三	扯鈴班	03/11-06/17	04/01	1,300 元/共 13 堂課	
4	三	羽球班(週三)	03/11-06/17	04/01	1,300 元/共 13 堂課	
5	三	生活數學應用	03/12-06/18	04/02、04/23	1,200 元/共 12 堂課	
6	四	進階攀樹班	03/12-06/18	04/02、04/23	1,200 元/共 12 堂課	
7	四	羽球班(週四)	03/12-06/18	04/02、04/23	1,200 元/共 12 堂課	
8	四	手機攝影班	03/12-06/18	04/02、04/23	1,200 元/共 12 堂課	

四、課程費用：(★教材費依課程講師需要，則另計★)

(一)須繳納課程費用(如上表)。

(二)本課程經報名繳費後，因每班 8 人方能成班，八位學生繳費，恰成支付講師鐘點費；
故中途無法繼續參加者，將不受理退費。

(三)依繳回之報名表另行發放繳費單再行繳費。

(四)如外聘教師授課鐘點費多於 800 元/節，則由參與課程同學分攤差額繳交予授課教師。

五、報名手續：請學藝股長將報名表依座號排序整理，最遲於 115 年 1 月 19 日(一)中午前送回教
務處教學組。

六、其他相關規定：參加者須遵守上課規定，以維護教學品質及學習成果。

七、本辦法經 校長核准後實施，修正時亦同。

臺北市民族實驗國民中學 114 學年度第 3-4 學季／七、八年級課後選修課程報名表

班級	年 班	姓 名	座 號
報名 課程	<input type="checkbox"/> 週一排球班 <input type="checkbox"/> 週一閱讀探究班 <input type="checkbox"/> 週三扯鈴班 <input type="checkbox"/> 週三羽球班 <input type="checkbox"/> 週三生活數學應用 <input type="checkbox"/> 週四羽球班 <input type="checkbox"/> 週四進階攀樹班 <input type="checkbox"/> 週四手機攝影班		
課後選修課程費用總計 新臺幣 _____ 元 整			
家長簽名	115 年 01 月 日		
★備註： <u>本課程經報名繳費後，如中途因故無法繼續參加者，將不受理退費。</u>			

請沿虛線撕下/剪下回條後交給各班學藝股長或負責同學。

114 學年度第 3-4 學季 七、八年級 課後選修 課程簡介

	課程名稱	授課 教師	上課 地點	課程簡介	備註
週一	排球班	林○瑯 老師	戶外排球場	本課為介紹並體驗排球運動，排球運動規則簡單易上手，並且體驗擊球與撲救的快感，也不容易累積運動傷害，若同學喜歡排球運動，誠摯邀請你加入排球-誰與爭鋒課後班。	
週一	閱讀探究班	李○閔 老師	社會教室	想從文學、科普到社會議題中讀出新發現嗎？本課程透過閱讀攻略多元書目，建立心智圖、拆解文本邏輯、建立深度觀點。課程也將以「臺北市閱讀知識王」為培訓目標，透過小組討論與表達訓練，讓你從愛讀書變成會讀書的思辨高手。	僅供七年級學生選課。
週三	扯鈴班	李○翰 老師	西側中庭廣場 (家長會前) 兩天—文化走廊	「扯鈴」是一種表演型的運動，拋、接、甩等動作都可以幻化成舞台上美麗的畫面，扯鈴亦是一項休閒嗜好，當細細拆解招式運作的原理會發覺～挺有趣的！	新生代購扯鈴 1450 元 (三培鈴+碳纖維棍)依 報名人數酌收額外費 用
週三	生活數學 應用	賴○竹 老師	自主學習教室	擁有「數感」的人，生活就像開了外掛！ 「老師，這以後買菜又用不到，為什麼要學？」如果你曾經有過這個疑問，那麼這門課將會徹底刷新你的三觀。 數學不只是課本上的公式，它是我們大腦的**「防毒軟體」與「決策導航」**。這門課程不教你死記硬背，而是教你如何看數學的視角，看穿世界的運作邏輯，做出最聰明的選擇。	僅供七年級學生選課。
週三 / 週四	羽球班	鄧○榮 老師	大安運動中心	羽球運動是一項頗為廣受人們喜愛的運動項目，本課程除了讓學生了解羽球的知識層面之外，也能讓學生學會各種基礎的擊球技巧，以及單雙打之戰略，體驗樂趣又激烈的訓練和比賽，盡情揮灑汗水，享受運動樂趣。	本課程需於放學後騎 乘學校自行車到大安 運動中心場地上課，因 此，請不會騎乘自行車 者評估是否適合參加。
週四	進階攀樹班	林○亮 老師	操場 松鼠大道 兩天—攀岩廣場	攀樹是一項從 3 歲到 90 歲都能進行的運動，活動內容從單純的體驗活動到職業取向的工作攀爬跨度非常大，本課程將帶領對職業「攀樹師」有興趣的同學拆解攀樹運動的投擲、架設、攀爬、轉換、移動五個部分進行實作。課程中將會在同學原有的基礎上加強或額外學習 1. 基礎的架設能力，2. 對攀樹系統的認識，3. 更有效率的攀爬，4. 多支點系統的轉換，5. 基礎橫向移動。	"會教導學生做好攀樹 的安全防護準備，但報 名前仍請評估戶外活 動有一定的受傷風險。 著方便運動之衣褲及 步鞋。"
週四	手機攝影班	蔡○彬 老師	自主學習教室	本課程帶你認識手機的拍照和影片攝影原理與功能，並教同學在生活中常應用到的手機攝影技巧，也學習透過手機拍攝影片來練習自己的想法與表達力！以及如何製作 YT 和 TikTok 等有故事宣傳力的短影音影片！開始一起用手機攝影來記錄自己的生活點滴！	請自備有帶攝影功能 的手機