

備查文號：

普通班：114年11月28日中市教高字第1140111591號函備查

體育班：114年01月09日中市教體字第1140002283號函備查

實驗班(A)：雙語教育實驗班：114年11月28日中市教高字第1140111591號函備查

高級中等學校課程計畫

市立東山高中

學校代碼：193315

普通型課程計畫書

本校112年10月26日112學年度第3次課程發展委員會會議通過

(113學年度入學學生適用)

【備查版】

中華民國114年12月02日

學校基本資料表

學校校名	市立東山高中		
普通型	普通班		
技術型	專業群科		
	建教合作班		
	重點產業專班	產學攜手合作專班	
		產學訓專班	
		就業導向課程專班	
		雙軌訓練旗艦計畫	
		其他	
綜合型			
單科型			
進修部			
實用技能學程			
特殊教育及特殊類型	1. 體育班(普通型)		
實驗班	1. 雙語教育實驗班		

聯絡人	處室	教務處	電話	04-24360166#718
	職稱	研究發展組組長		

備註：不適用型別(普通型、技術型…)可整列刪除。

【備查版】

壹、依據

一、總統發布之「高級中等教育法」第43條中央主管機關應訂定高級中等學校課程綱要及其實施之有關規定，作為學校規劃及實施課程之依據；學校規劃課程並得結合社會資源充實教學活動。

二、教育部修正發布之「十二年國民基本教育課程綱要」。

三、教育部修正發布之高級中等學校課程規劃及實施要點。

※體育班：本校112年9月27日112學年度第一次體發會會議通過

※體育班：本校112年10月26日112學年度第三次課程發展委員會會議通過

貳、學校現況

一、班級數、學生數一覽表

等級名稱	群別名稱	科系名稱	第一學年		第二學年		第三學年		小計	
			班級數	人數	班級數	人數	班級數	人數	班級數	人數
普通型	學術群	普通科	8	284	8	280	8	275	24	839
		體育班	2	53	2	53	2	59	6	165
合計			10	337	10	333	10	334	30	1004

二、核定科班一覽表

學校類型	群別	科班別	班級數	每班人數
普通型	學術群	普通科	8	35
		體育班	2	40
合計			10	360

三、體育班核定運動種類一覽表

序號	分類	運動種類
----	----	------

1	球類	籃球
2	球類	排球
3	球類	網球
4	球類	壘球
5	球類	桌球
6	格鬥類	劍道
7	水上運動類	游泳
8	競技類	競技啦啦隊
9	競技類	韻律體操

【備查版】

參、學校願景與學生圖像

一、學校願景

※優質、關懷、希望

※從「優質」中淬煉出學生具有創意思考、專業菁英與陶冶生活知能的頭腦，而頭腦即為先備知識基礎的固本與補救，擁有創意思維與國際行動力的能力。

從「關懷」中涵養出學生具有相互關懷、溝通協調與啟發生命潛能的身體，而身體即為溫暖且健康的生、心理素質，發揮生命的熱情與活力，樂於分享與關懷弱勢的態度與精神。

從「希望」中體現出學生具有活潑熱情、創新實作與涵育公民責任的四肢，而四肢中擁有「探索與思辯」、「技能與實作」、「踏察與體驗」與「表達與展演」的實際行動。

※東山信念—品質是價值和尊嚴的起點

※呼應「自發」本體觀的自主行動學習與系統思考與解決問題，「互動」認識觀的溝通互動表達與科技美學素養，「共好」倫理觀的社會參與與道德實踐達成團隊合作，期使每位東山人能具體呈現有教養的人格特質，並且富有投入工作社會與國際社會的競爭力，在東山，生命的豐富展現將成為人生美好的舞台

二、學生圖像

培育有教養、富競爭力的新時代東山人。

※表達力

※鑑賞力

※思辨力

※關懷力

※行動力

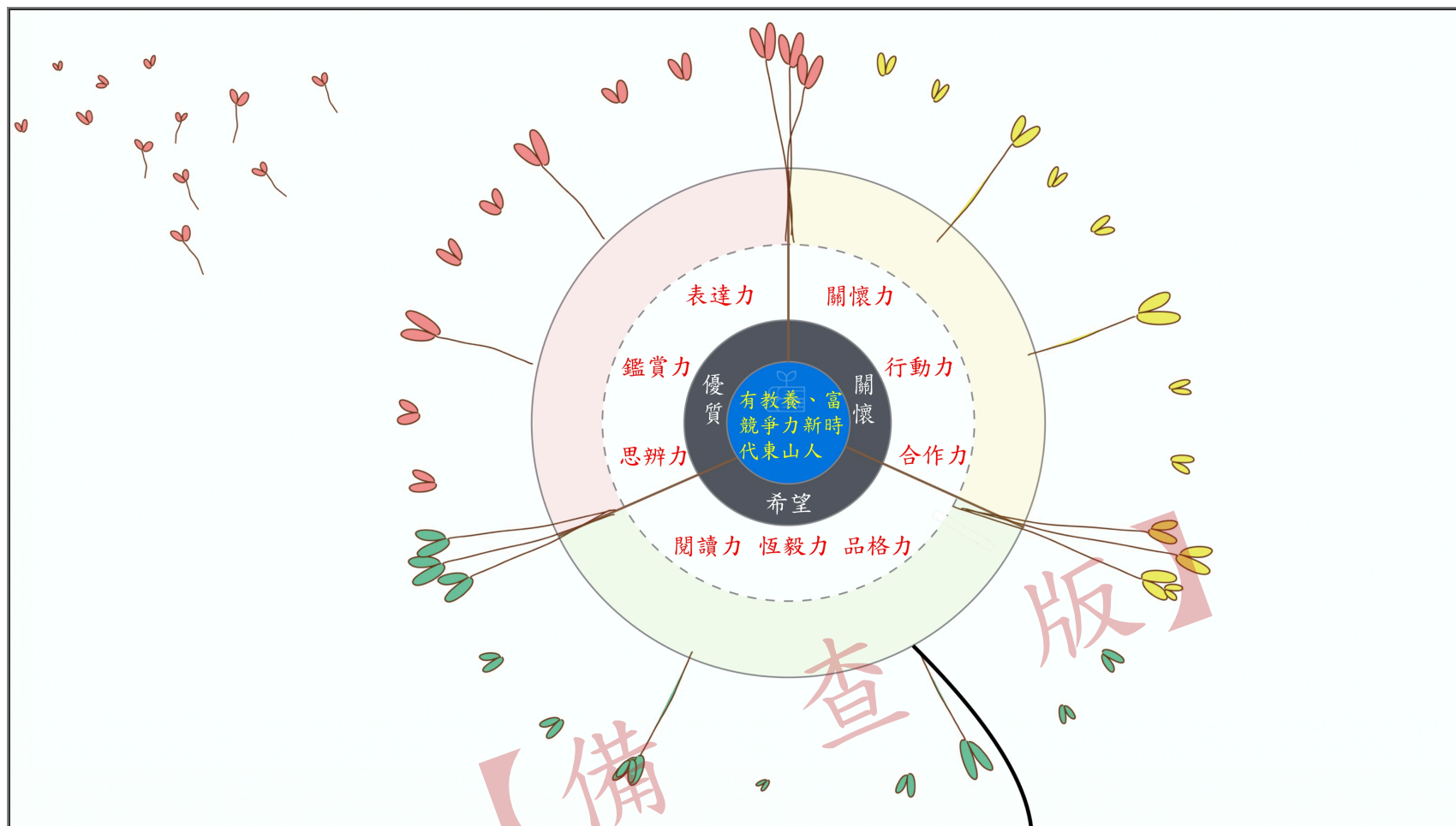
※合作力

※閱讀力

※恆毅力

※品格力

【備查版】



【備 查 版】

願景	核心能力	核心指標	核心能力指標
優質	表達力	1-1在地關懷 1-2人文情懷	1-1-1能了解在地人與地的發展 1-1-2能透過實地踏查與訪談深化了解與關懷 1-2-1理解人類生命與尊嚴價值 1-2-2涵養關懷包容的人文情懷
		2-1國際理解 2-2國際認同	2-1-1能關心國際議題與情勢 2-1-2能理解國際議題發展與脈絡 2-1-3具備國際視野及地球村觀念 2-2-1探討社會議題，關注國際情勢
	鑑賞力	3-1藝術感知 3-2美感素養	3-1-1善用多元感官，體驗與鑑賞藝術文化與生活 3-2-1厚植精緻獨特的生命價值 3-2-3培養與同學分工規劃合作從事藝術創作活動
	思辨力	4-1分析思辨 4-2邏輯思維	4-1-1能透過現象的觀察，產生問題意識 4-1-2能蒐集資料，並加以分析與詮釋 4-2-1培養深度思維及系統思維的能力 4-2-2從多元、彈性與創新的角度擬定計畫，解決問題
關懷	關懷力	5-1溝通表達	5-1-1具備理解及使用語言、文字、數理、肢體及藝術等各種符號進行表達、溝通及互動的能力 5-1-2能了解與同理他人，應用在日常生活及工作上
	行動力	6-1規劃與執行 6-2具體實踐	6-1-1能提出行動目標並擬定行動方案（人員分工、進度規劃） 6-1-2能檢視執行過程中的情境與適時修正條調整與反思 6-2-1強化自主學習具備主動探索的精神 6-2-2培養主動積極的生活態度並發展終身受用的關鍵能力
		7-1公民參與 7-2社會意識	7-1-1能具備對道德、人權、環境與公共議題的思考 7-1-2能主動參與公共事務 7-2-1建立公民意識與社會責任，主動關注公共議題並積極參與

	合作力		社會活動
		8-1自我省思 8-2同理合作	8-1-1能思考群己關係與理解他人 8-1-2培養自我省思能力，發展對人生問題的行事法則 8-2-1培養尊重之態度 8-2-2落實團體合作精神
	閱讀力	9-1閱讀理解 9-2文本反思	9-1-1閱讀各類文本，理解多元價值及知識 9-2-1能省思與評鑑文本內容
	恆毅力	10-1身心素質 10-2自我精進	10-1-1具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀 10-2-1效規劃生涯發展，不斷自我精進，追求至善
希望	品格力	11-1道德實踐 11-2公民意識	11-1-1具備道德實踐的素養，養成社會責任感及公民意識 11-2-1展現知善、樂善與行善的品德。

【備查版】

肆、課程發展組織要點

臺中市立東山高級中學課程發展委員會設置要點

107年6月12日106學年度第2學期第3次課程發展委員會通過

107年6月28日106學年度第2學期校務會議通過

108年6月27日107學年度第2學期校務會議修正通過

112年8月1日第1學期課程發展委員會通過

一、依據：高級中等教育法第26條及十二年國民基本教育課程綱要總綱辦理之規定，訂定本要點。

二、目的：臺中市立東山高級中學(以下簡稱本校)係完全中學設有高中部及國中部，依十二年國民基本教育課程綱要總綱，落實課程選修精神，考量學校主客觀環境條件、學生需求及家長期望等相關因素，發展學校本位課程。

三、組成：本校課程發展委員會（以下簡稱本會），置委員37人(含執行秘書1人，執行幹事1人)。委員任期一年，任期自該年7月1日至翌年6月30日止，連選得連任；遞(候)補委員，其任期均至原任期屆滿之日止，其組成如下：

(一)校長為主任委員，合計1人。

(二)行政職委員：教務主任、學務主任、總務主任、輔導主任、圖書館主任、教學組長，其中教務主任為執行秘書，教學組長為執行幹事，合計6人。

(三)年級教師委員：高中部及國中部各年級由級導師為委員，合計6人。

(四)領域教師委員：

1. 高中部：

每領域代表1人，領域教師委員由領域(學科)召集人擔任之，係由國語文、英語文、數學領域、社會領域、自然科學領域、藝術領域、綜合活動領域、科技領域、健康與體育領域之專任教師，本土語領域，九大領域十學科之專任教師，合計10人。

2. 國中部：

每領域代表1人，惟語文領域之國文科、英語科分開計算，領域教師委員由領域召集人擔任之，係由語文領域(國文、英語)、數學領域、社會領域、自然科學領域、藝術領域、綜合活動領域、科技領域、健康與體育領域、本土語領域，九大領域十學科之專任教師，合計10

人。

3. 本校為完全中學，國、高中部分領域可以合併為同一召集人，另有部分領域人數稀少可以併入相近領域。

(五)家長會委員：1人，由家長會會長為委員。

(六)教師組織代表委員：1人，由主任委員遴聘之。

(七)專家學者代表委員：1人，由主任委員遴聘之。

(八)學生代表委員：由本校學生班級聯合會推選1人為委員。

(九)特殊需求領域課程教師代表：由本校特教組長(資源班)及體育組長(體育班)為委員。

四、執掌：

(一)必修、選修、團體活動、彈性學習時間等課程規劃事宜。

(二)課程地圖、課程計畫審定事宜。

(三)課務運作之規劃及協調事宜。

(四)教師自編教材審查事宜。

(五)課程評鑑事宜。

(六)教師專業成長規劃。

(七)其他有關課程發展事宜。

本委員會為因應實際需要，得設5個工作組，辦理行政與跨組協調、課程規劃、教材審議、課程評鑑、教師專業成長規劃等課程發展相關事宜，各組成員由全體委員於第一次委員會議中完成工作分配，除教材審議組外其餘各組組由校長親自任召集人，教材審議組召集人由成員互推產生，各工作組每學年至少運作1次，於審議相關案由時，具以反映意見或規劃文字草案。

五、本會每學期至少召開會議二次，並由教務處提出該學年度之工作要項及工作進度，必要時得召開臨時會議。但經委員二分之一以上連署時，主任委員應召開臨時會議。本會開會時由主任委員擔任主席，主任委員因故無法主持時，由委員互推1人為主席。

六、本會審查學校課程計畫時，應由學校課程發展委員會三分之二以上委員出席，二分之一以上出席委員通過，始得陳報各該主管機關。

七、本會開會時，需有二分之一（含）以上之委員出席，方得開議。提案需有出席委員二分之一（含）以上之同意，方得決議。投票時採記名投票方式行之。無法議決之提案，提交校務會議討論表決之。

八、本會開會時，得視實際需要，邀請學者專家列席諮詢或研討。

九、本會之行政工作由教務處主辦，相關處室協辦。

十、本要點經校務會議通過後實施，修正時亦同。

臺中市立東山高級中學體育班發展委員會組織要點

壹、依據教育部 110 年 3 月 2 日臺教授體部字第1100006595B號令修正頒布之「高級中等以下學校體育班設立辦法」訂定之。

貳、為銜續前一教育階段運動績優學生繼續升學，施以專業體育及運動教育，輔導其適性發展，培育運動專業人才。

參、體育班發展委員會置委員九人至十五人，其中一人為主任委員，由校長兼任，其餘委員，由學校就各相關行政人員、專任運動教練及體育班教師代表、家長代表派（聘）兼之；專任運動教練及體育班教師人數，應占委員總數三分之一以上；任一性別委員人數，不得少於委員總數三分之一。前項體育班發展委員會，於高級中等學校，應另行增聘體育班學生代表一人至二人擔任委員，不受前項委員總數之限制。

肆、本會任務如下：

一、課程及教學規劃，包括生涯發展、職能探索、運動防護及運動科學應用。二、運動訓練督導。

三、體育班校內自評。

四、學生對外出賽限制，包括課業成績出賽基準之訂定及每學年度出賽、培訓計畫之審議。

五、課業輔導及補救教學計畫審議，包括課業輔導內容及補救教學模式。六、學生調整術科專長項目，或因故不適合繼續就讀體育班需轉班或轉學之審議。

七、其他有關體育班發展事項。

伍、本會召集人、副召集人、執行秘書及委員均為無給職，任期壹年（每年 8 月 1 日起至翌年 7 月 31 日止），委員隨其職務進退之。

陸、本會由校長召集，或由委員二分之一以上連署召集，並由連署委員互推一人召集之。本會開會時，以召集人擔任主席，召集人因故無法主持時，由其指定代理主席或由委員互推一人為主席。

柒、本會應有體育班家長代表及專任運動教練出席，且出席人數需達全體委員二分之一以上，始得開會；出席委員過半數同意，始得通過；贊成與反對同數時，取決於召集人。

捌、本會每學期至少召開一次，惟必要時得召開臨時會議。本會召開會議時得視實際需要，邀請相關人員列席。

玖、本章程經校務會議通過後，陳校長核定後公布實施，修正時亦同。

【備 查 版】

臺中市立東山高級中學課程發展委員會設置要點

107 年 6 月 12 日 106 學年度第 2 學期第 3 次課程發展委員會通過

107 年 6 月 28 日 106 學年度第 2 學期校務會議通過

108 年 6 月 27 日 107 學年度第 2 學期校務會議修正通過

112 年 8 月 1 日第 1 學期課程發展委員會通過

- 一、依據：高級中等教育法第 26 條及十二年國民基本教育課程綱要總綱辦理之規定，訂定本要點。
- 二、目的：臺中市立東山高級中學(以下簡稱本校)係完全中學設有高中部及國中部，依十二年國民基本教育課程綱要總綱，落實課程選修精神，考量學校主客觀環境條件、學生需求及家長期望等相關因素，發展學校本位課程。
- 三、組成：本校課程發展委員會（以下簡稱本會），置委員 **37** 人(含執行秘書 1 人，執行幹事 1 人)。委員任期一年，任期自該年 7 月 1 日至翌年 6 月 30 日止，連選得連任；遞(候)補委員，其任期均至原任期屆滿之日止，其組成如下：
 - (一)校長為主任委員，合計 1 人。
 - (二)行政職委員：教務主任、學務主任、總務主任、輔導主任、圖書館主任、教學組長，其中教務主任為執行秘書，教學組長為執行幹事，合計 6 人。
 - (三)年級教師委員：高中部及國中部各年級由級導師為委員，合計 6 人。
 - (四)領域教師委員：
 1. 高中部：
每領域代表 1 人，領域教師委員由領域(學科)召集人擔任之，係由國語文、英語文、數學領域、社會領域、自然科學領域、藝術領域、綜

合活動領域、科技領域、健康與體育領域之專任教師，本土語領域，九大領域十學科之專任教師，合計 10 人。

2. 國中部：

每領域代表 1 人，惟語文領域之國文科、英語科分開計算，領域教師委員由領域召集人擔任之，係由語文領域(國文、英語)、數學領域、社會領域、自然科學領域、藝術領域、綜合活動領域、科技領域、健康與體育領域、本土語領域，九大領域十學科之專任教師，合計 10 人。

3. 本校為完全中學，國、高中部分領域可以合併為同一召集人，另有部分領域人數稀少可以併入相近領域。

(五)家長會委員：1 人，由家長會會長為委員。

(六)教師組織代表委員：1 人，由主任委員遴聘之。

(七)專家學者代表委員：1 人，由主任委員遴聘之。

(八)學生代表委員：由本校學生班級聯合會推選 1 人為委員。

(九)特殊需求領域課程教師代表：由本校特教組長(資源班)及體育組長(體育班)為委員。

【用】

【用】

四、執掌：

- (一) 必修、選修、團體活動、彈性學習時間等課程規劃事宜。
- (二) 課程地圖、課程計畫審定事宜。
- (三) 課務運作之規劃及協調事宜。
- (四) 教師自編教材審查事宜。
- (五) 課程評鑑事宜。
- (六) 教師專業成長規劃。
- (七) 其他有關課程發展事宜。

本委員會為因應實際需要，得設 5 個工作組，辦理行政與跨組協調、課程規劃、教材審議、課程評鑑、教師專業成長規劃等課程發展相關事宜，各組成員由全體委員於第一次委員會議中完成工作分配，除教材審議組外其餘各組組由校長親自任召集人，教材審議組召集人由成員互推產生，各工作組每學年至少運作 1 次，於審議相關案由時，具以反映意見或規劃文字草案。

組別	工作任務	成員	備註
課程核心小組 (國、高中分組)	<ul style="list-style-type: none">● 課程發展委員會各組之協調● 會議資料之彙整● 課程地圖之規劃草案(合於規定的課程與節數、各年級素養教學和學習評量整合與銜接)規劃團體活動之實施草案	校長、教務主任、教務處組長、領域教師委員。	
課程規劃組 (國、高中分組)	<ul style="list-style-type: none">● 彙整各科課程計畫草案● 學校特色活動之蒐集與規劃● 課程諮詢教師之推薦與選任● 必修課程具體實施之規劃	校長、處館主任(教學總輔圖)、教務處組長、年級教師委員、領域教師委員。	

	<ul style="list-style-type: none"> ● 共同課程或活動時段之排定 ● 規劃學生選課說明草案 ● 規劃教師配、排課原則草案 		
教材審議組	<ul style="list-style-type: none"> ● 擬定教材審定(審定本選用及自編)運作機制 ● 審議各科自編教材 	處館主任、領域教師委員。	
課程評鑑組	<ul style="list-style-type: none"> ● 擬訂評鑑(自主、外部)相關辦法草案 ● 規劃教師課程發展專業進修草案 	校長、家長會長、處館主任、教師組織代表、領域教師委員、學生代表、專家。	
教師專業成長規劃組	<ul style="list-style-type: none"> ● 規劃教師專業進修事宜 ● 規劃教師公開授課事宜 	校長、家長會長、處館主任、教師組織代表、領域教師委員、學生代表、專家。	

【備 查 版】



- 五、本會每學期至少召開會議二次，並由教務處提出該學年度之工作要項及工作進度，必要時得召開臨時會議。但經委員二分之一以上連署時，主任委員應召開臨時會議。本會開會時由主任委員擔任主席，主任委員因故無法主持時，由委員互推 1 人為主席。
- 六、本會審查學校課程計畫時，應由學校課程發展委員會三分之二以上委員出席，二分之一以上出席委員通過，始得陳報各該主管機關。
- 七、本會開會時，需有二分之一（含）以上之委員出席，方得開議。提案需有出席委員二分之一（含）以上之同意，方得決議。投票時採記名投票方式行之。無法議決之提案，提交校務會議討論表決之。
- 八、本會開會時，得視實際需要，邀請學者專家列席諮詢或研討。
- 九、本會之行政工作由教務處主辦，相關處室協辦。
- 十、本要點經校務會議通過後實施，修正時亦同。

【備 查 版】

【備 查 版】

臺中市立東山高級中學課程工作組成員職掌表

組別	工作要項	成員	備註
課程核心小組 (國、高中分組)	<ul style="list-style-type: none"> ● 課程發展委員會各組之協調 ● 會議資料之彙整 	校長、教務主任、教務處組長、領域教師委員。	
課程規劃組 (國、高中分組)	<ul style="list-style-type: none"> ● 彙整各科課程計畫草案 ● 課程地圖之規劃草案(合於規定的課程與節數、各年級素養教學和學習評量整合與銜接) ● 規劃團體活動之實施草案 ● 學校特色活動之蒐集與規劃 ● 課程諮詢教師之推薦與選任 ● 必修課程具體實施之規劃 ● 共同課程或活動時段之排定 ● 規劃學生選課說明草案 ● 規劃教師配、排課原則草案 	校長、處館主任(教學總輔圖)、教務處組長、領域教師委員。	
教材審議組	<ul style="list-style-type: none"> ● 擬定教材審定(審定本選用及自編)運作機制 ● 審議各科自編教材 	處館主任、領域教師委員。	
課程評鑑組	<ul style="list-style-type: none"> ● 擬訂評鑑(自主、外部)相關辦法草案 ● 規劃教師課程發展專業進修 	校長、家長會長、處館主任、教師會長、領域教師委員、學生代表、	

	草案	專家。	
教師專業成長 規劃組	<ul style="list-style-type: none"> ● 規劃教師專業進修事宜 ● 規劃教師公開授課事宜 	校長、家長會長、處館主任、教師會長、領域教師委員、學生代表、專家。	

【備查版】

【備 查 版】

112 學年度臺中市立東山高中課程發展委員會成員執掌表

職稱	姓名			工 作 要 項	備註
主任委員	校 長：翁文修			負責召集委員會議，督導本校高、國中課程之實施。	
行政職委員 (執行秘書)	教務主任：朱承泰			擬定計劃，推動本校高國中課程之實施。	
行政職委員 (執行幹事)	教學組長：林欣秀			執行有關教學行政業務及課務安排事宜；彙整教學研究內容；相關會議事務之聯繫、紀錄；資料成果彙整與呈送。	
行政職委員	學務處主任：蕭百吟 輔導處主任：蘇桂慧 總務處主任：葉博宏 圖書館主任：邱榮芳			有關學校彈性課程之規劃；家長社區資源之運用溝通與協調；相關教學設施之改善、採購與維護。	
年級教師 委 員		國中	高中	關注學生正式課程及非正式課程學習之縱向安排，應特別注意不同年級學生之發展實況與需求，合理安排各種學習之串連與時數安排。	
	一	郭玟伶	王雲鵬		
	二	陳彥文	蘇月雲		
	三	林郁潔	陳俊清		
領域教師 委 員		國中	高中	1. 編擬課程統整計劃記各領域教材設計與編輯，建立教學資源庫。 2. 提出學校發展課程教學實務經驗共同及改進事項。 3. 協調併審核全校總體課程計劃之縱向與橫向之聯繫。 4. 提供併彙整該領域小組或學科成員意見和各項議案之決議。 5. 擬定教科書選用辦法。 6. 協助全校教師提昇各領域專業知能，營造學習環境。	
	國	蔡明芳	高婉甄		
	英	陳宜箴	林佩逸		
	數	王偵權	賴俊宇		
	自	邱鈺涵	王靜雯		
	社	林佳瑩	黃綉萍		
	健	吳紋如	何榮杰		
	藝	李心慧	潘慧丹		

	雲	子允奈	海志石	
	綜	吳晶晶	黃照晴	
	科	莊楊峻偉	林瑞杰	
家長會委員	家長會長：呂蘭芬			彙整家長及社區意見，提供課程發展之參考，並協助本校高國中課程相關措施之宣導及推廣。
教師組織 代表委員	國中專任教師代表：徐韻妮 高中專任教師代表：劉曉倩			扮演教師教育專業考量之角色，也協助關心師資結構安排或轉型的思考。
專家學者 代表委員	長億高中：李文石秘書			專家學者對於本校課程規劃、課程設計、教學方法、課程評量、課程評鑑、校務行政提供建議。
學生代表 委員	學生會代表：鄭歷溱			聽取學生的心聲，能以學生學習為中心，開設學生適性與需求的課程，確保學生的教育權益與品質。
特殊需求領域 教師代表	體育組組長：余信毅 (柯斐馨) 特教組組長：劉景興			確保特殊需求領域學生的教育權益與品質，提供相關課程意見

111.6.29 期末校務會議修訂

【備 查 版】

臺中市立東山高級中學體育班發展委員會組織要點

- 壹、依據教育部 110年3月2日臺教授體部字第1100006595B號令修正頒布之「高級中等以下學校體育班設立辦法」訂定之。
- 貳、為銜續前一教育階段運動績優學生繼續升學，施以專業體育及運動教育，輔導其適性發展，培育運動專業人才。
- 參、體育班發展委員會置委員九人至十五人，其中一人為主任委員，由校長兼任，其餘委員，由學校就各相關行政人員、專任運動教練及體育班教師代表、家長代表派（聘）兼之；專任運動教練及體育班教師人數，應占委員總數三分之一以上；任一性別委員人數，不得少於委員總數三分之一。
前項體育班發展委員會，於高級中等學校，應另行增聘體育班學生代表一人至二人擔任委員，不受前項委員總數之限制。
- 肆、本會任務如下：
 - 一、課程及教學規劃，包括生涯發展、職能探索、運動防護及運動科學應用。
 - 二、運動訓練督導。
 - 三、體育班校內自評。
 - 四、學生對外出賽限制，包括課業成績出賽基準之訂定及每學年度出賽、培訓計畫之審議。
 - 五、課業輔導及補救教學計畫審議，包括課業輔導內容及補救教學模式。
 - 六、學生調整術科專長項目，或因故不適合繼續就讀體育班需轉班或轉學之審議。
 - 七、其他有關體育班發展事項。
- 伍、本會召集人、副召集人、執行秘書及委員均為無給職，任期壹年（每年8月1日起至翌年7月31日止），未屆滿其職致准退會。

- 陸、本會由校長召集，或由委員二分之一以上連署召集，並由連署委員互推一人召集之。本會開會時，以召集人擔任主席，召集人因故無法主持時，由其指定代理主席或由委員互推一人為主席。
- 柒、本會應有體育班家長代表及專任運動教練出席，且出席人數需達全體委員二分之一以上，始得開會；出席委員過半數同意，始得通過；贊成與反對同數時，取決於召集人。
- 捌、本會每學期至少召開一次，惟必要時得召開臨時會議。本會召開會議時得視實際需要，邀請相關人員列席。
- 玖、本章程經校務會議通過後，陳校長核定後公布實施，修正時亦同。

【備 查 版】

【備 查 版】

112學年度臺中市立東山高中體育發展委員會成員			
職稱	負責人	姓名	
召集人	校 長	翁文修	男
副召集人	學務主任	蕭百吟	女
執行秘書	體育組長	柯斐馨	男
委員	教務主任	朱承泰	男
委員	610導師	黃琇萍	女
委員	510導師	洪香瑜	女
委員	410導師	郭尚欣	男
委員	國一體育班導師	陳忠旺	男
委員	國二體育班導師	江宣縈	女
委員	國三體育班導師	陳羿蓁	女
委員	體育班家長代表	余伯賢	男
委員	專任運動教練代表	廖貽鈇	男
學生代表	高中體育班班長	林冠岑	男

【備 查 版】

伍、課程發展與特色

一、課程地圖

[193315_市立東山高中課程地圖\(PDF格式\)](#)

【備查版】

		高一		高二		高三	
年級		高一上	高一下	高二上	高二下	高三上	高三下
雙語教育實驗班 人文社會學群	部定必修	國文4、英文4、數學4、歷史2、地理2、公民2、物理2、地科2、化學(2)、生物(2)、美術2、生涯1、資訊1、體育2、本土語文/臺灣手語1	國文4、英文4、數學4、歷史2、地理2、公民2、化學2、生物2、物理(2)、地科(2)、音樂2、生命1、資訊1、體育2、本土語文/臺灣手語1	國文4、英文4、數學4、歷史2、地理2、公民2、音樂1、生科1、體育2、歷史2	國文4、英文4、數學4、探究2、美術1、生科1、體育2、歷史2	國文4、英文2、音樂1、美術1、家政1、健康1、體育2、國防1	藝術2、家政1、健康1、體育2、國防1
理工科技學群		國文4、英文4、數學4、歷史1、地理1、公民1、物理2、生物2、生涯1、健康1、體訓4、技訓4、本土語文/臺灣手語1	國文4、英文4、數學4、歷史2、地理1、公民1、物理1、化學1、美術1、體訓4、技訓4、本土語文/臺灣手語1	國文4、英文4、數學4、歷史2、地理1、公民2、美術1、生科1、體育2	國文4、英文4、數學4、地理2、探究2、美術1、生科1、體育2	國文4、英文2、音樂1、美術1、家政1、健康1、體育2、國防1	藝術2、家政1、健康1、體育2、國防1
體育班	校定必修	國文4、英文4、數學4、歷史1、地理1、公民1、物理2、生物2、生涯1、健康1、體訓4、技訓4、本土語文/臺灣手語1	國文4、英文4、數學4、歷史2、地理1、公民1、物理1、化學2、地科2、體育1、健康1、體訓4、技訓4、本土語文/臺灣手語1	國文4、英文4、數學4、歷史2、地理1、公民1、物理1、化學1、美術1、體訓4、技訓4	國文4、英文4、數學4、歷史1、地理1、公民2、物理1、化學1、音樂1、體訓4、技訓4	國文4、英文2、歷史1、公民1、美術1、生命1、資訊1、體育2、國防1、運概1、體訓4、技訓4	藝術2、體育3、生科1、國防1、運概1、體訓4、技訓4
雙語教育實驗班 人文社會學群		東山培能 (一) 1	東山培能 (二) 1	SDGs議題探討 (一) (1) 設計思考 (實踐) 1	SDGs議題探討 (二) (1) 公民行動 (實作) 1		
理工科技學群	校定必修			SDGs議題探討 (一) (1) SDGs議題探討 (二) (1)	SDGs議題探討 (二) (1) 公民行動 (實作) 1	運動科學概論上1	運動科學概論下1
體育班							
雙語教育實驗班	加深加廣選修			國學常識1、 歷史學探究2、 運動與健康1、 科技應用專題1、 基本設計(1)、 創新生活與家庭(1)	國學常識1、 地理與人文社會科學研究2、 公共議題與社會探究2、 共同議題探究1、 科技應用專題1、 基本設計(1)、 創新生活與家庭(1)	英文作文2、數學甲乙4、 群體性別與國家的歷史3、 社會環境議題3、 現代社會與犯罪3、 安全教育與傷害防護1、 進階程式設計(1)、 未來想像與生涯進路1、 閩南語文口語溝通與表達(1)	語文表達與傳播應用2、 各類文學選讀2、 英語聽講2、 英文閱讀與寫作2、 數學甲乙4、 科技環境與藝術的歷史3、 空間資訊科技3、 民主政治與法律3、 安全教育與傷害防護1、 進階程式設計(1)、 未來想像與生涯進路1、 閩南語文口語溝通與表達(1)
人文社會學群						英文作文2、數學甲乙4、 群體性別與國家的歷史3、 社會環境議題3、 現代社會與犯罪3、 安全教育與傷害防護1、 進階程式設計(1)、 未來想像與生涯進路1、 閩南語文口語溝通與表達(1)	語文表達與傳播應用2、 各類文學選讀2、英語聽講2、 英文閱讀與寫作2、數學甲乙4、 進修物理-電磁現象1、 進修物理-電磁現象2與量子現象2、 進修化學-化學反應與平衡一2、 進修化學-化學反應與平衡一2、 進修生物-細胞與遺傳2、 進修生物-生命的起源與植物體的構造與功能1、 進修生物-生命的起源與植物體的構造與功能1、 進修地球科學-大氣海洋與天文1、 安全教育與傷害防護(1)、 進階程式設計(1)、 未來想像與生涯進路1、 閩南語文口語溝通與表達(1)
理工科技學群				國學常識1、進修物理-力學一2、 進修化學-物質與能量2、 進修生物-動物體的構造與功能(2)	國學常識1、 進修物理-力學二與熱學2、 進修化學-物質構造與反應速率2、 進修生物-動物體的構造與功能2	英文作文2、數學甲乙4、 進修物理-波動光及聲音2、 進修物理-電磁現象1、 進修物理-電磁現象二與量子現象2、 進修化學-化學反應與平衡一2、 進修化學-化學反應與平衡一2、 進修生物-細胞與遺傳2、 進修生物-生命的起源與植物體的構造與功能1、 進修地球科學-大氣海洋與天文1、 安全教育與傷害防護(1)、 進階程式設計(1)、 未來想像與生涯進路1、 閩南語文口語溝通與表達(1)	語文表達與傳播應用2、 各類文學選讀2、英語聽講2、 英文閱讀與寫作2、數學甲乙4、 進修物理-電磁現象1、 進修物理-電磁現象二與量子現象2、 進修化學-化學反應與平衡一2、 進修化學-化學反應與平衡一2、 進修生物-細胞與遺傳2、 進修生物-生命的起源與植物體的構造與功能1、 進修生物-生命的起源與植物體的構造與功能1、 進修地球科學-大氣海洋與天文1、 安全教育與傷害防護(1)、 進階程式設計(1)、 未來想像與生涯進路1、 閩南語文口語溝通與表達(1)
體育班					地理與人文社會科學研究1	地理與人文社會科學研究1	英文作文2、數學乙4
雙語教育實驗班 人文社會學群	彈性學習	大學參訪、生涯軟實力、多元入學講座、 產學達人講座、 課程成果展、 自主學習、 雙語專題講座	生涯軟實力、 產學達人講座、 課程成果展、 自主學習、 雙語專題講座	學群講座、 課程成果展、 充實(增廣)/補強 (國文2、英文1、數學2、 自然4、社會1)、 自主學習、 雙語專題講座	學群講座、 課程成果展、 充實(增廣)/補強 (國文2、英文1、數學2、 自然4、社會1)、 自主學習、 雙語專題講座	國文充實(增廣)/補強1、 數學充實(增廣)/補強1、 英文充實(增廣)/補強1、 社會充實(增廣)/補強1、 自主學習	國文充實(增廣)/補強1、 數學充實(增廣)/補強1、 英文充實(增廣)/補強1、 社會充實(增廣)/補強1、 自主學習
理工科技學群		大學參訪、生涯軟實力、多元入學講座、 產學達人講座、 課程成果展、 自主學習、 雙語專題講座	生涯軟實力、 產學達人講座、 課程成果展、 自主學習、 雙語專題講座	學群講座、 課程成果展、 充實(增廣)/補強 (國文2、英文1、數學2、 自然4、社會1)、 自主學習、 雙語專題講座	學群講座、 課程成果展、 充實(增廣)/補強 (國文2、英文1、數學2、 自然4、社會1)、 自主學習、 雙語專題講座	國文充實(增廣)/補強1、 數學充實(增廣)/補強1、 英文充實(增廣)/補強1、 社會充實(增廣)/補強1、 自主學習	國文充實(增廣)/補強1、 數學充實(增廣)/補強1、 英文充實(增廣)/補強1、 社會充實(增廣)/補強1、 自主學習
體育班						特色活動、充實補強、自主學習	特色活動、充實補強、自主學習
年級		高一上	高一下	高二上	高二下	高三上	高三下
雙語教育實驗班 人文社會學群	多元選修	最佳化、桌遊起步走、免役大作戰、生活中的物理、 競技飛盤、繞上華爾街、唱歌學英文、文學閱讀、 大坑公共事務提案、如何預約經濟自由的生活、 日文與文化一、翻譯英文課-求點不一樣的文法學、 眾神之戰一、健身與重量訓練一、環遊世界看地理		產業行銷學之初探、與生物當朋友、科學的方法與態度、 用英文看世界(高二上)、實用英文(高二下)、表演力的形塑、 財金咖啡廳、田野裡的寫作課、預約幸福生活(金融與保險)、 日文與文化二、翻譯英文課-文法聽力大補帖、眾神之戰二、 健身與重量訓練二、當代永續環境教育			
理工科技學群		最佳化、桌遊起步走、免役大作戰、生活中的物理、 競技飛盤、繞上華爾街、唱歌學英文、文學閱讀、 大坑公共事務提案、如何預約經濟自由的生活、 日文與文化一、翻譯英文課-求點不一樣的文法學、 眾神之戰一、健身與重量訓練一、環遊世界看地理		產業行銷學之初探、與生物當朋友、科學的方法與態度、 用英文看世界(高二上)、實用英文(高二下)、表演力的形塑、 財金咖啡廳、田野裡的寫作課、預約幸福生活(金融與保險)、 日文與文化二、翻譯英文課-文法聽力大補帖、眾神之戰二、 健身與重量訓練二、當代永續環境教育			
體育班							

二、學校特色說明

課程學習多元：依據校務發展計畫，建立非同步學習和遠距教學機制，發展本校特色課程。105學年度起，高一開設12門選修課程讓高一學生跑班選修試行；開課教師依教師專業開課，學生也可依循性向選擇課程修習。106學年度課程核心小組多次討論研議，完成東山108課綱草案，輔以107學年度彈性與團體活動時間討論研議，除了依循學生多元活動規劃，團體活動仍規劃2節課，另3節課為自主學習、學校特色活動課程、充實/補強；自主學習規劃符合課綱規定每生至少在一學年必須有18小時、另將本校輔導處於每學年中推動之『生涯軟實力』與學務處特色活動結合規劃成學校特色課程、還有與學科教師討論，針對學生需求(充實/補強)以及各科教師人力規劃，開設不同學科符應學生需求之選修跑班課程，以培養學生多元且自主能力。因應彈性團體時間學生自主學習之選擇，教師在管理與授課前提未明的憂心，教務處規劃107-2課設『自主學習』一門選修課程，一來試行降低教師憂心，二來作為開課前滾動式修正的依據。

開放式課程：台灣第一所開放式課程高中：「開放式課程」是108課綱的改革重點，東山高中於2014年起施行開放式課程做為提升本校學生「適應力」主軸，使之成為台灣第一開放教育高中。除與史丹佛大學合作線上課程除了提供校內學生選修之外，也開放各校學生選修，並開發多元視訊課程，從課程資訊接收者提升為知識資源共享輸出者。

優遊臺中學：配合108課綱變革，台中市十所市立高中組成「Top Ten策略聯盟」。首度打破校際界線，各端出特色課程，攜手推出首創全國風氣的跨校選修課程，九校資源共享，讓學生跨校自由多元選課，學生可以山海屯趴趴走跨校交流共學。

科普一傳十：106學年本校的「創客環教-PM2.5空氣感測器實作與數據分析」特色課程，透過中央研究院環境變遷中心與中央大學科學教育中心的推舉與協作，參與11月16日科普一傳十《看不見的台灣》文教節目中「就是愛做實驗」的錄影直播，透過「點香」與「二行程機車」排氣實驗活動，實際展現空氣中細懸浮粒子產生的過程對於人體的影響，令高中學生們很有感。

愛因斯坦計畫：配合106學年優質化年度子計畫(東山科學、科技、工程、數學素養之學生跨領域學習前瞻基礎計畫)，發展「東山愛因斯坦-I in STEM Plan」特色課程。透過50台彩色數理圖形計算機，利用TI-Nspire科技能使學生理解函數解析及圖表，進行互動式幾何研究，讓學生可以創建自己的圖形結構，進行分析猜想

並得到結論。建構以數理教學科技為主的未來教室。

國高中資優創意營：由校內各學科教師、外師共同設計環保、綠能、減碳課程，以雙語授課模式進行，由高中待帶領國中生，從基礎學科知識出發，到實作探索，最後成果展出。

跑班模組：

(1) 多元選修：本校高一多元選修開設15門，提供10班(8個普通班+2個體育班)學生選修；本校高二多元選修開設13門，提供10班(8個普通班+2個體育班)學生選修

(2) 非考科加深加廣選修：

本校高二人文社會學群 運動與健康、科技應用專題、創新生活與家庭綁定、基本設計提供高二人文社會學群學生選修

本校高三人文社會學群 進階程式設計、未來想像與生涯進路、本土語文口語溝通與表達(閩南語文)、安全教育與傷害防護綁定提供高三人文社會學群學生選修

本校高三理工科技學群 進階程式設計、未來想像與生涯進路、本土語文口語溝通與表達(閩南語文)、安全教育與傷害防護綁定提供高三理工科技學群學生選修

彈性學習時間規劃：

1. 自主學習：高一、高二每週一節自主學習課程，讓學生自由規劃學習課程。
2. 特色課程：辦理特色大學生涯軟實力、各類型講座、班際比賽、雙語專題講座。
3. 充實補強：高二起規劃國、英、數、社、自等充實補強課程，提供學生依自我需求跑班選課。

於109學年度起成立雙語教育實驗班，所進行之教育課程實驗範圍包含：

(一) 實驗課程規劃：依課程目的培養學生面對問題與解決問題的能力，輔以雙語教育課程，培育雙語專門人才。

(二) 學生學習輔導：提升學生學習成效，協助與引導學生具更多元語言能力與國際視野。

(三) 生涯及心理輔導：針對學生之生涯規劃，對未來升學與個人生涯發展給予協助。

校訂必修課程：

1. 高一開設校訂必修課程『東山培能』，培養學生的表達力、閱讀理解力、討論力、媒體識讀力。
2. 高二理工科技學群開設上學期校訂必修課程『設計思考(實踐)』、下學期校訂必修『公民行動(實作)』。高二人文社會學群開設上學期校訂必修課程『設計思考(實踐)』及『SDGs議題探討(一)』、下學期校訂必

修『公民行動(實作)』
及『SDGs議題探討(二)』提供學生選修。高二雙語實驗教育班開設上學期校訂必修課程『SDGs議題探討(一)』、下學期校訂必修課程『SDGs議題探討(二)』。其中『SDGs議題探討(一)』、『SDGs議題探討(二)』為校內外師開課全英課程，『設計思考(實踐)』及『SDGs議題探討(一)』、『公民行動(實作)』及『SDGs議題探討(二)』皆以設計思考為基底，讓學生去探討、找出較符合人性化的解決方法去面對個人生活上、校園內、SDGs議題上的問題。

【備查版】

陸、教學科目與學分(節)數一覽表

113學年度入學新生適用

班別：普通班（班群A）：人文社會學群

類別	領域	科目名稱	第一學年		第二學年		第三學年		學分數 小計	備註
			一	二	一	二	一	二		
必修	語文領域	國語文	4	4	4	4	4	0	20	
		客語文	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		閩南語文	1	1	0	0	0	0	2	
		原住民族語文-阿美語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-泰雅語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-賽夏語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-邵語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-賽德克語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-布農語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-排灣語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	

	原住民族語文-魯凱語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文-太魯閣語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文-噶瑪蘭語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文-鄒語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文-卑南語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文-雅美語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文-撒奇萊雅語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文-卡那卡那富語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文-拉阿魯哇語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	閩東語文	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	臺灣手語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	英語文	4	4	4	4	2	0	18	
	數學A	4	4	(4)	(4)			16	高二數學AB，供學生適性選擇
數學領域	數學B			4	4				

社會領域	歷史	2	2	0	2		6	
	地理	2	2	2	0		6	
	公民與社會	2	2	2	0		6	
自然科學領域	物理	2	(2)	(2)	2		4	說明：二上、二下物理含跨科目(物理、地球科學)之自然科學探究與實作課程B。 二下物理含跨科目(物理、地球科學)之自然科學探究與實作課程B 高二下與地科合開探究與實作
	化學	(2)	2	2	(2)		4	說明：二上、二下化學含跨科目(化學、生物)之自然科學探究與實作課程A。 二上化學含跨科目(化學、生物)之自然探究與實作課程A 高二上與生物合開探究與實作
	生物	(2)	2	0	0		2	
	地球科學	2	(2)	0	0		2	
藝術領域	音樂	0	2	1	0	1	0	4

	美術	2	0	0	1	1	0	4	
	藝術生活	0	0	0	0	0	2	2	
綜合活動領域	生命教育	0	1	0	0	0	0	1	
	生涯規劃	1	0	0	0	0	0	1	
	家政	0	0	0	0	1	1	2	
科技領域	生活科技	0	0	1	1	0	0	2	師資結構安排不易
	資訊科技	1	1	0	0	0	0	2	師資結構安排不易
健康與體育領域	健康與護理	0	0	0	0	1	1	2	
	體育	2	2	2	2	2	2	12	
全民國防教育		0	0	0	0	1	1	2	
必修學分數小計		29	29	22	20	13	7	120	
每週團體活動時間		2	2	2	2	2	2	12	
每週彈性學習時間		2	2	3	3	3	3	16	凡於每週2~3節的彈性時間內，於學期初前提出自主學習計畫，並審查通過後，即可執行自主學習規劃

	每週節數小計		33	33	27	25	18	12	148	
校訂必修	實作(實驗)及探索體驗	東山培能(一)	1	0	0	0	0	0	1	
		東山培能(二)	0	1	0	0	0	0	1	
	跨領域/科目專題	設計思考(實務)	0	0	1	0	0	0	1	
	跨領域/科目統整	公民行動(實作)	0	0	0	1	0	0	1	
	校訂必修學分數小計		1	1	1	1	0	0	4	
加深加廣選修	語文領域	國學常識	0	0	1	1	0	0	2	
		語文表達與傳播應用	0	0	0	0	0	2	2	
		各類文學選讀	0	0	0	0	0	2	2	
		英語聽講	0	0	0	0	0	2	2	
		英文閱讀與寫作	0	0	0	0	0	2	2	
		英文作文	0	0	0	0	2	0	2	
		閩南語文專題研究	0	0	0	0	(1)	(1)	0	
	數學領域	數學甲	0	0	0	0	(4)	(4)	0	
		數學乙	0	0	0	0	4	4	8	
	社會領域	族群、性別與國家的歷史	0	0	0	0	3	0	3	
		科技、環境與藝術的歷史	0	0	0	0	0	3	3	
		空間資訊科技	0	0	0	0	0	3	3	
		社會環境議題	0	0	0	0	3	0	3	

		現代社會與經濟	0	0	0	0	3	0	3	
		民主政治與法律	0	0	0	0	0	3	3	
		探究與實作：歷史學探究	0	0	2	0	0	0	2	
		探究與實作：地理與人文社會科學研究	0	0	0	2	0	0	2	
		探究與實作：公共議題與社會探究	0	0	0	2	0	0	2	
	藝術領域	基本設計	0	0	(1)	(1)	0	0	0	
	綜合活動領域	未來想像與生涯進路	0	0	0	0	1	1	2	
		創新生活與家庭	0	0	(1)	(1)	0	0	0	
	科技領域	領域課程：科技應用專題	0	0	1	1	0	0	2	
		進階程式設計	0	0	0	0	(1)	(1)	0	
	健康與體育領域	安全教育與傷害防護	0	0	0	0	1	1	2	
		運動與健康	0	0	1	1	0	0	2	
	多元選修	專題探究								
		文學閱讀	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		日文與文化一	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		日文與文化二	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
		生活中的物理	1	1	0	0	0	0	2	

通識性課程	防疫大作戰	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	環遊世界看地理	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	鏈上華爾街	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	大坑公共事務提案	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	用英文看世界	0	0	(2)	0	0	0	0	
	田野中的寫作課	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	如何預約經濟自由的生活	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	表演力的形塑	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	桌遊起步走	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	唱歌學英文	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	從電影發現社會議題	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	眾神之戰一	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	眾神之戰二	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	最佳化	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	預約幸福生活 (金融與保險)	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	實用英文	0	0	0	(2)	0	0	0	
	與生物交朋友	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	翻轉英文課-文法聽力大補帖	0	0	(2)	(2)	0	0	0	

		翻轉英文課-來點不一樣的文法學	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		競技飛盤	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	實作(實驗)及探索體驗	AI圖像與數據識讀力分析	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
		科學的方法與態度	0	0	2	2	0	0	4	
		財經咖啡廳	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
		健身與重量訓練一	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		健身與重量訓練二	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	當代永續樸門練習	0	0	(2)	(2)	0	0	0		
選修學分數總計		1	1	7	9	17	23	58		
必選修學分數總計		31	31	30	30	30	30	182		
每週節數總計		35	35	35	35	35	35	210		
必選修類別		檢核								
必修	生活科技：領綱規定建議依學期開設，採資訊科技與生活上下對每週連排 2 學分，請學校敘明開設1+1學分原因 資訊科技：領綱規定建議依學期開設，採資訊科技與生活上下對每週連排 2 學分，請學校敘明開設1+1學分原因									

班別：普通班（班群B）：理工科技學群

類別	領域	科目名稱	第一學年		第二學年		第三學年		學分數 小計	備註
			一	二	一	二	一	二		
必修	語文領域	國語文	4	4	4	4	4	0	20	
		客語文	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		閩南語文	1	1	0	0	0	0	2	
		原住民族語文-阿美語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-泰雅語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-賽夏語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-邵語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-賽德克語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-布農語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-排灣語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-魯凱語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	

	原住民族語文- 太魯閣語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文- 噶瑪蘭語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文- 鄒語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文- 卑南語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文- 雅美語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文- 撒奇萊雅語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文- 卡那卡那富語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文- 拉阿魯哇語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	閩東語文	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	臺灣手語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	英語文	4	4	4	4	2	0	18	
數學領域	數學A	4	4	4	4			16	高二數學AB, 供學生 適性選擇
	數學B			(4)	(4)				
社會領域	歷史	2	2	2	(2)			6	

	地理	2	2	(2)	2			6	
	公民與社會	2	2	2	(2)			6	
自然科學領域	物理	2	(2)	2	(2)			4	說明：二上、二下物理含跨科目(物理、地球科學)之自然科學探究與實作課程B。 二上物理含跨科目(物理、地球科學)之自然科學探究與實作課程B 高二上與地科合開探究與實作
	化學	(2)	2	(2)	2			4	說明：二上、二下化學含跨科目(化學、生物)之自然科學探究與實作課程A。 二下化學含跨科目(物理、化學、生物)之自然探究與實作課程A 高二下與生物合開探究與實作
	生物	(2)	2	0	0			2	高二上下另開探究與實作各2學分共計12學分
	地球科學	2	(2)	0	0			2	高二上下另開探究與實作各2學分共計12學分

藝術領域	音樂	0	2	1	0	1	0	4	
	美術	2	0	0	1	1	0	4	
	藝術生活	0	0	0	0	0	2	2	
綜合活動領域	生命教育	0	1	0	0	0	0	1	
	生涯規劃	1	0	0	0	0	0	1	
	家政	0	0	0	0	1	1	2	
科技領域	生活科技	0	0	1	1	0	0	2	師資結構安排不易
	資訊科技	1	1	0	0	0	0	2	師資結構安排不易
健康與體育領域	健康與護理	0	0	0	0	1	1	2	
	體育	2	2	2	2	2	2	12	
全民國防教育		0	0	0	0	1	1	2	
必修學分數小計		29	29	22	20	13	7	120	
每週團體活動時間		2	2	2	2	2	2	12	
每週彈性學習時間		2	2	3	3	3	3	16	凡於每週2~3節的彈性時間內，於學期初前提出自主學習計畫，

									並審查通過後，即可 執行自主學習規劃
每週節數小計			33	33	27	25	18	12	148
校訂必修	專題探究	SDGs議題探討 (一)	0	0	(1)	0	0	0	0
		SDGs議題探討 (二)	0	0	0	(1)	0	0	0
	實作(實驗)及 探索體驗	東山培能(一)	1	0	0	0	0	0	1
		東山培能(二)	0	1	0	0	0	0	1
	跨領域/科目專 題	設計思考(實 務)	0	0	1	0	0	0	1
	跨領域/科目統 整	公民行動(實 作)	0	0	0	1	0	0	1
	校訂必修學分數小計		1	1	1	1	0	0	4
加深加 廣選修	語文領域	國學常識	0	0	1	1	0	0	2
		語文表達與傳 播應用	0	0	0	0	0	2	2
		各類文學選讀	0	0	0	0	0	2	2
		英語聽講	0	0	0	0	0	2	2
		英文閱讀與寫 作	0	0	0	0	0	2	2
		英文作文	0	0	0	0	2	0	2
		閩南語文專題 研究	0	0	0	0	(1)	(1)	0
	數學領域	數學甲	0	0	0	0	4	4	8
		數學乙	0	0	0	0	(4)	(4)	0

自然科學領域

選修物理-力學一	0	0	2	0	0	0	2	
選修物理-力學二與熱學	0	0	0	2	0	0	2	
選修物理-波動、光及聲音	0	0	0	0	2	0	2	
選修物理-電磁現象一	0	0	0	0	1	1	2	
選修物理-電磁現象二與量子現象	0	0	0	0	0	2	2	
選修化學-物質與能量	0	0	2	0	0	0	2	
選修化學-物質構造與反應速率	0	0	0	2	0	0	2	
選修化學-化學反應與平衡一	0	0	0	0	2	0	2	
選修化學-化學反應與平衡二	0	0	0	0	1	1	2	
選修化學-有機化學與應用科技	0	0	0	0	0	2	2	
選修生物-細胞與遺傳	0	0	0	0	2	0	2	
選修生物-動物體的構造與功能	0	0	(2)	2	0	0	2	

		選修生物-生命的起源與植物體的構造與功能	0	0	0	0	1	1	2	
		選修生物-生態、演化及生物多樣性	0	0	0	0	0	2	2	
		選修地球科學-大氣、海洋及天文	0	0	0	0	1	1	2	
	綜合活動領域	未來想像與生涯進路	0	0	0	0	1	1	2	
	科技領域	進階程式設計	0	0	0	0	(1)	(1)	0	
	健康與體育領域	安全教育與傷害防護	0	0	0	0	(1)	(1)	0	
	多元選修	文學閱讀	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		日文與文化一	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		日文與文化二	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
		生活中的物理	1	1	0	0	0	0	2	
		防疫大作戰	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		環遊世界看地理	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		鏈上華爾街	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	通識性課程	大坑公共事務提案	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		用英文看世界	0	0	(2)	0	0	0	0	

	田野中的寫作課	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	如何預約經濟自由的生活	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	表演力的形塑	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	桌遊起步走	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	唱歌學英文	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	從電影發現社會議題	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	眾神之戰一	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	眾神之戰二	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	最佳化	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	預約幸福生活 (金融與保險)	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	實用英文	0	0	0	(2)	0	0	0	
	與生物交朋友	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	翻轉英文課-文法聽力大補帖	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	翻轉英文課-來點不一樣的文法學	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	競技飛盤	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
實作(實驗)及探索體驗	AI圖像與數據識讀力分析	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	科學的方法與態度	0	0	2	2	0	0	4	

		財經咖啡廳	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
		健身與重量訓練一	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		健身與重量訓練二	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
		當代永續樸門練習	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
選修學分數總計			1	1	7	9	17	23	58	
必修學分數總計			31	31	30	30	30	30	182	
每週節數總計			35	35	35	35	35	35	210	
必修類別		檢核								
必修		<p>生活科技：領綱規定建議依學期開設，採資訊科技與生活上下對每週連排 2 學分，請學校敘明開設1+1學分原因</p> <p>資訊科技：領綱規定建議依學期開設，採資訊科技與生活上下對每週連排 2 學分，請學校敘明開設1+1學分原因</p>								

班別：體育班

類別	領域	科目名稱	第一學年		第二學年		第三學年		學分數 小計	備註
			一	二	一	二	一	二		
必修	語文領域	國語文	4	4	4	4	4	0	20	
		客語文	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		閩南語文	1	1	0	0	0	0	2	
		原住民族語文-阿美語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-泰雅語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-賽夏語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-邵語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-賽德克語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-布農語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-排灣語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-魯凱語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-太魯閣語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	

	原住民族語文-噶瑪蘭語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文-鄒語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文-卑南語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文-雅美語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文-撒奇萊雅語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文-卡那卡那富語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文-拉阿魯哇語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	閩東語文	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	臺灣手語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	英語文	4	4	4	4	2	0	18	
數學領域	數學A	4	4	(4)	(4)	0		16	
	數學B			4	4	0			
社會領域	歷史	1	1	2	1	1		6	
	地理	1	1	1	1	0		4	
	公民與社會	1	1	1	2	1		6	
自然科學領域	物理	2	0	1	1	0		4	
	化學	0	2	1	1	0		4	
	生物	2	0	0	0	0		2	
	地球科學	0	2	0	0	0		2	

	藝術領域	音樂	0	0	0	1	0	0	1	
		美術	0	0	1	0	1	0	2	
		藝術生活	0	0	0	0	0	2	2	
	綜合活動領域	生命教育	0	0	0	0	1	0	1	
		生涯規劃	1	0	0	0	0	0	1	
		家政	0	0	0	0	0	0	0	
	科技領域	生活科技	0	0	0	0	0	1	1	
		資訊科技	0	0	0	0	1	0	1	
	健康與體育領域	健康與護理	1	1	0	0	0	0	2	
		體育	0	1	0	0	2	3	6	
	全民國防教育		0	0	0	0	1	1	2	
	體育專業學科	運動學概論	0	0	0	0	1	1	2	
	體育專項術科	專項體能訓練	4	4	4	4	4	4	24	
		專項技術訓練	4	4	4	4	4	4	24	
	必修學分數小計		30	30	27	27	23	16	153	
	每週團體活動時間		2	2	2	2	2	2	12	
	每週彈性學習時間		2	2	3	3	3	3	16	
	每週節數小計		34	34	32	32	28	21	181	
校訂必修	專題探究	運動科學概論下	0	0	0	0	0	1	1	
		運動科學概論上	0	0	0	0	1	0	1	
	校訂必修學分數小計		0	0	0	0	1	1	2	
加深加廣選修	語文領域	語文表達與傳播應用	0	0	0	0	0	2	2	

		各類文學選讀	0	0	0	0	0	2	2	
		英語聽講	0	0	0	0	0	2	2	
		英文閱讀與寫作	0	0	0	0	0	2	2	
		英文作文	0	0	0	0	2	0	2	
	數學領域	數學乙	0	0	0	0	4	2	6	
	社會領域	探究與實作：地理與人文社會科學研究	0	0	1	1	0	0	2	
	健康與體育領域	安全教育與傷害防護	0	0	0	0	0	2	2	
		運動與健康	0	0	0	0	0	1	1	
	多元選修	文學閱讀	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		日文與文化一	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		日文與文化二	0	0	2	2	0	0	4	
		生活中的物理	1	1	0	0	0	0	2	
		防疫大作戰	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		環遊世界看地理	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		鏈上華爾街	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	通識性課程	大坑公共事務提案	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		用英文看世界	0	0	(2)	0	0	0	0	
		田野中的寫作課	0	0	(2)	(2)	0	0	0	

	如何預約經濟自由的生活	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	表演力的形塑	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	桌遊起步走	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	唱歌學英文	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	從電影發現社會議題	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	眾神之戰一	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	眾神之戰二	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	最佳化	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	預約幸福生活 (金融與保險)	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	實用英文	0	0	0	(2)	0	0	0	
	與生物交朋友	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	翻轉英文課-文法聽力大補帖	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	翻轉英文課-來點不一樣的文法學	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	競技飛盤	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
實作(實驗)及探索體驗	AI圖像與數據識讀力分析	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	科學的方法與態度	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	財經咖啡廳	0	0	(2)	(2)	0	0	0	

其他		健身與重量訓練一	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		健身與重量訓練二	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
		當代永續樸門練習	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	特殊需求領域 (體育專長)	桌球(一)							0	
		桌球(二)							0	
		桌球(三)							0	
		排球(一)							0	
		排球(二)							0	
		排球(三)							0	
		游泳(一)							0	
		游泳(二)							0	
		游泳(三)							0	
		網球(一)							0	
		網球(二)							0	
		網球(三)							0	
		劍道(一)							0	
		劍道(二)							0	
		劍道(三)							0	
		壘球(一)							0	
		壘球(二)							0	
		壘球(三)							0	
		韻律體操(一)							0	

		韻律體操(二)						0	
		韻律體操(三)						0	
		競技啦啦隊 (一)						0	
		競技啦啦隊 (二)						0	
		競技啦啦隊 (三)						0	
		籃球(一)						0	
		籃球(二)						0	
		籃球(三)						0	
選修學分數總計			1	1	3	3	6	13	27
必修學分數總計			31	31	30	30	30	30	182
每週節數總計			35	35	35	35	35	35	210

【備查版】

班別：實驗班(A)：雙語教育實驗班

類別	領域	科目名稱	第一學年		第二學年		第三學年		學分數 小計	備註
			一	二	上	下	上	下		
必修	語文領域	國語文	4	4	4	4	4	0	20	
		客語文	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		閩南語文	1	1	0	0	0	0	2	
		原住民族語文-阿美語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-泰雅語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-賽夏語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-邵語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-賽德克語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-布農語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-排灣語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-魯凱語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	

	原住民族語文- 太魯閣語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文- 噶瑪蘭語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文- 鄒語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文- 卑南語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文- 雅美語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文- 撒奇萊雅語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文- 卡那卡那富語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	原住民族語文- 拉阿魯哇語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	閩東語文	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	臺灣手語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	英語文	4	4	4	4	2	0	18	
數學領域	數學A	4	4	4	4			16	
	數學B			(4)	(4)				
社會領域	歷史	2	2	0	2			6	

	地理	2	2	2	0		6	
	公民與社會	2	2	2	0		6	
自然科學領域	物理	2	(2)	(2)	2		4	說明：二上、二下物理含跨科目(物理、地球科學)之自然科學探究與實作課程B。 二下物理含跨科目(物理、地球科學)之自然科學探究與實作課程B
	化學	(2)	2	2	(2)		4	說明：二上、二下化學含跨科目(化學、生物)之自然科學探究與實作課程A。 二上化學含跨科目(化學、生物)之自然探究與實作課程A 高二上與生物合開探究與實作
	生物	(2)	2	0	0		2	
	地球科學	2	(2)	0	0		2	
藝術領域	音樂	0	2	1	0	1	0	4
	美術	2	0	0	1	1	0	4
	藝術生活	0	0	0	0	0	2	2

	綜合活動領域	生命教育	0	1	0	0	0	1	
		生涯規劃	1	0	0	0	0	1	
		家政	0	0	0	0	1	1	2
	科技領域	生活科技	0	0	1	1	0	0	2
		資訊科技	1	1	0	0	0	0	2
	健康與體育領域	健康與護理	0	0	0	0	1	1	2
		體育	2	2	2	2	2	2	12
	全民國防教育		0	0	0	0	1	1	2
	必修學分數小計		29	29	22	20	13	7	120
	每週團體活動時間		2	2	2	2	2	2	12
	每週彈性學習時間		2	2	3	3	3	3	16
	每週節數小計		33	33	27	25	18	12	148
校訂必修	專題探究	SDGs議題探討(一)	0	0	1	0	0	0	1
		SDGs議題探討(二)	0	0	0	1	0	0	1
	實作(實驗)及探索體驗	東山培能(一)	1	0	0	0	0	0	1

		東山培能(二)	0	1	0	0	0	0	1	
	校訂必修學分數小計		1	1	1	1	0	0	4	
加深加 廣選修	語文領域	國學常識	0	0	1	1	0	0	2	
		語文表達與傳播應用	0	0	0	0	0	2	2	
		各類文學選讀	0	0	0	0	0	2	2	
		英語聽講	0	0	0	0	0	2	2	
		英文閱讀與寫作	0	0	0	0	0	2	2	
		英文作文	0	0	0	0	2	0	2	
		閩南語文專題研究	0	0	0	0	(1)	(1)	0	
	數學領域	數學甲	0	0	0	0	(4)	(4)	0	
		數學乙	0	0	0	0	4	4	8	
	社會領域	族群、性別與國家的歷史	0	0	0	0	3	0	3	
		科技、環境與藝術的歷史	0	0	0	0	0	3	3	
		空間資訊科技	0	0	0	0	0	3	3	
		社會環境議題	0	0	0	0	3	0	3	
		現代社會與經濟	0	0	0	0	3	0	3	
		民主政治與法律	0	0	0	0	0	3	3	
		探究與實作：歷史學探究	0	0	2	0	0	0	2	

		探究與實作：地理與人文社會科學研究	0	0	0	2	0	0	2	
		探究與實作：公共議題與社會探究	0	0	0	2	0	0	2	
	藝術領域	基本設計	0	0	(1)	(1)	0	0	0	
	綜合活動領域	未來想像與生涯進路	0	0	0	0	1	1	2	
		創新生活與家庭	0	0	(1)	(1)	0	0	0	
	科技領域	領域課程：科技應用專題	0	0	1	1	0	0	2	
		進階程式設計	0	0	0	0	(1)	(1)	0	
	健康與體育領域	安全教育與傷害防護	0	0	0	0	1	1	2	
		運動與健康	0	0	1	1	0	0	2	
	多元選修	專題探究	文學閱讀	(1)	(1)	0	0	0	0	0
			日文與文化一	(1)	(1)	0	0	0	0	0
			日文與文化二	0	0	(2)	(2)	0	0	0
			生活中的物理	1	1	0	0	0	0	2
			防疫大作戰	(1)	(1)	0	0	0	0	0
			環遊世界看地理	(1)	(1)	0	0	0	0	0
			鏈上華爾街	(1)	(1)	0	0	0	0	0
		通識性課程	競技飛盤	(1)	(1)	0	0	0	0	0
			最佳化	(1)	(1)	0	0	0	0	0

	預約幸福生活 (金融與保險)	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	實用英文	0	0	0	(2)	0	0	0	
	與生物交朋友	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	翻轉英文課-文 法聽力大補帖	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	翻轉英文課-來 點不一樣的文 法學	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	桌遊起步走	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	記敘文寫作	0	0	(2)	0	0	0	0	
	唱歌學英文	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	從電影發現社 會議題	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	眾神之戰一	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	眾神之戰二	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	大坑公共事務 提案	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
	用英文看世界	0	0	(2)	0	0	0	0	
	田野中的寫作 課	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	如何預約經濟 自由的生活	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
實作(實驗)及 探索體驗	表演力的形塑	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
	當代永續樸門 練習	0	0	(2)	(2)	0	0	0	

		AI圖像與數據 識讀力分析	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
		科學的方法與 態度	0	0	2	2	0	0	4	
		財經咖啡廳	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
		健身與重量訓 練一	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		健身與重量訓 練二	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
選修學分數總計			1	1	7	9	17	23	58	
必選修學分數總計			31	31	30	30	30	30	182	
每週節數總計			35	35	35	35	35	35	210	

柒、課程及教學規劃表

一、探究與實作課程

(一)自然科學探究與實作課程

課程名稱：	中文名稱： 自然科學探究與實作課程A	
	英文名稱： Natural Sciences: Inquiry and Practice A	
授課年段：	二上、二下	學分總數： 2
課程屬性：	構造與功能、科學與生活	
師資來源：	跨科目： 化學、生物	
	跨科協同	
學習目標：	<p>本課程以跨科概念中的「科學與生活」為主軸，藉由生活周遭情境，引導學生發現其中的科學現象，使學生了解科學與日常生活之連結，並達成以下學習目標：</p> <ol style="list-style-type: none">1.發現問題：能從觀察自然環境與生活物品，提出核心問題。2.規劃與研究：能探究核心問題之可能因素、思考各種變因並設計實驗驗證。3.論證與建模：能分析實驗結果、進行合理推論並提出結論。4.表達與分享：能提出完整研究報告（包含評價、回饋及反思）	
教學大綱：		單元/主題
	一	花花世界(一)發現問題
		內容綱要
		<ol style="list-style-type: none">1. 課程說明：說明上課方式、課程內容、評量方式、分組與座位 規劃表等簡易說明探究與實作的探究學習內容(發現問題、 規劃與研究、論證與建模、表達與分享)2. 校園尋寶：搭配校園植物標示牌與手機App，分組觀察校園植物。3. 依分類的先備知識引導學生整理記錄校園中的植物種類、形態、分布與特色(尤其是特殊的顏色)。

二	花花世界(二)發現問題	<p>1. 聚焦植物：從上週記錄的植物中，選取一種詳加觀察。</p> <p>2. 以文字和相片記錄其植物分類特徵與生長環境、採集部分植株壓製成簡易標本、以比色卡記錄選定部位的顏色，並在特定光源環境下拍照存證。</p> <p>3. 觀察選定部位的顏色顏色隨著時間推移而發生的變化。</p>
三	花花世界(三)發現問題	<p>1. 觀察標本，推測植物各部位呈色的原理、功用及顏色變化的原因。</p> <p>2. 蒐集植物色素資料，對應觀察與推測結果。</p> <p>3. 依觀察結果與蒐集資訊，經由討論，提出適合科學探究的問題。 尋找變因或條件：找出影響植物生長或植物葉子顏色變化的可能原因：寫下研究的實驗假設，說明挑選的影響因素，是如何影響實驗結果的？</p>
四	花花世界(四)規劃與研究	<p>1. 聚焦主題：選擇數種植物素材，依照實驗室內現有資源（酸性溶液、鹼性化合物、加熱器材、各種有機溶劑、濾紙等），從上週提出的問題中，選取兩個可進行探究的主題。請挑選一個影響因素，並寫下你決定要研究的實驗假設</p> <p>2. 依據你的實驗假設，開始設計一個實驗：實驗的變因為何？說明要如何測量應變變因？預計做幾組實驗？說明每組實驗的初始條件與實驗設計為何？並完整寫出你的實驗流程。例如：操縱變因是不同的水量，應變變因是觀察植物生長的高度或葉子顏色的變化或葉子的數量多寡等，控制變因是溫度、植物種類，日照…等</p> <p>3. 列出實驗材料、設備、流程及注意事項。 4.</p>

		設計一個方便記錄觀察數據的表格，詳細紀錄實驗結果。
五	花花世界(五)規劃與研究	1. 針對上週擬定的計畫進行實驗並記錄數據。
六	花花世界(六)規劃與研究	1. 檢驗與思考之前兩個實驗設計的流程與結果，列出優缺點。 2. 挑選出一個較可行的實驗設計，修改後再執行一次實驗並記錄之。
七	花花世界(七)論證與建模	1. 使用數學方法分析數據。依據整理後的資料數據，製作圖表：確認哪項變因為 X 軸、Y 軸，確認變因單位與範圍，學習使用軟體與繪製圖表，畫出關係圖，計算或分析不同水量的植物生長變化或顏色變化。 2. 解釋數據代表的意義。解釋和推理：詳細描述測量所觀察的現象，由資料數據的變化趨勢看出其蘊含的意義；討論結論背後可能的因果關係或影響因素，並形成解釋。 3. 以實驗結果驗證假說及提出結論。提出結論或解決方案：由探究結果形成結論或論點；針對兩次的數據分析，進行兩次實驗結果異同的比較？第二次實驗是否能支持或反駁第一次實驗結果？ 4. 建立模型以描述所觀察的現象。例如：以結構或系統的經驗將數據、資料或概念以圖像呈現，以建立質性或量化的模型；分析小組所建立模型適用的條件與限制，如確認所建立的模型在水量何種範圍內才適用。 5. 察覺模型的侷促性並提出新問題。
八	花花世界(八)表達與分享	1. 整理實驗結果，以表格或圖呈現之。 2. 完成修正計畫的書面報告，並將研究結果及結論以ppt呈現。

九	花花世界(九)表達與分享	<p>1. 分組報告及發表。一般完整的報告，須包含研究動機、研究目的、研究問題、研究假設、實驗設計、實驗流程、實驗數據與分析、實驗結果與討論、結論、心得等部分。</p> <p>2. 傾聽他組的報告，提出具體意見與建議。(4-2)</p> <p>3. 報告組針對提問與建議提出回應與反思。(4-3-1) 合作與討論：在各小組分享的過程中，提出問題與回饋。</p> <p>4. 探討結果的背後與現行科學理論之間的異同。(4-3-4) 評價與省思：在聽完各組提供的回饋之後，針對各組的回饋與問題進行回覆，進而反思並修正自己的各階段內容，亦可重新設計新的思考實驗。</p> <p>5. 作業繳交：記錄手冊(含文字記錄、採集標本、相片)、ppt縮印。</p> <p>6. 課後心得與反思：反思探究過程所遭遇的問題或困難、如何解決及待解決的問題，亦可重新設計新的思考實驗。</p>
十	解密QQ球(一)發現問題	<p>1. 桌上放置不同種類的球(棒球、壘球、網球…)，請學生思考如何測量其彈跳力?(例如:可利用自由落下回彈的高度當作定量標準)</p> <p>2. 依各組思考出的測量方法，分別對不同球體進行三次量測</p> <p>3. 依測量結果，定量化比較出不同球體的彈跳力大小。</p> <p>4. 讓學生依固定比例混合膠水與不同添加物(三偏磷酸鈉和食鹽)</p> <p>5. 請同學觀察產物狀態，依設計的方法測量彈跳力，並將結果記錄下來</p>

		<p>6. 各組判斷成分與產物彈跳力間的關係。</p> <p>7. 除了彈跳力外，還有哪些觀察到的QQ球特性值得注意與探討？</p>
十一	解密QQ球(二)規劃與研究	<p>1. 考慮製作出的QQ球觀察到的外觀與特性，擬定可以討論的探究主題，例如：彈性、流動性、黏性等等，進行實驗流程設計。</p> <p>2. 尋找變因與條件：列出操縱變因、應變變因與控制變因。</p> <p>3. 擬定研究主題與計畫：確定研究主題，列明實驗步驟、器材與變因的定量化的方法)。</p> <p>4. 各組上台分享所規劃的實驗流程，報告後透過老師以及其他同學的建議進行細部修改。</p>
十二	解密QQ球(三)規劃與研究	<p>1. 請各組依據所規劃的探究主題實驗流程，進行研究計畫實驗。</p> <p>2. 搜集與記錄資料：根據實驗操縱變因、應變變因與控制變因，繪製適合的實驗紀錄表，於實驗過程中將所得的實驗數據紀錄下來。(表格中需要包含操縱變因、觀察變因、單位及數字:實驗進行中的每個步驟，都要拍照記錄。)</p>
十三	解密QQ球(四)論證與建模	<p>1. 各組以Excel將收集的數據繪製為圖，討論實驗結果是否符合推論，並對實驗結果進行分析。</p> <p>2. 依據你的實驗結果進行推論。</p> <p>3. 若有需要，可重新設計修正實驗:變更實驗的操縱變因，收集新的應變變因。分析操縱變因與應變變因之間的相關性。並觀測其再現性。</p> <p>4. 建立模型：依據實驗的再現性，以結構或系統的經驗將數據、資料或概念以圖像呈現，以建立質性或量化的模型。</p>
十四	晶球的奧妙(一)發現問題	<p>1. 詢問學生:分子料理是什麼?</p> <p>2. 觀看「分子料理晶球」相關影片</p>

		<p>3. 請各組配置1%海藻酸鈉溶液與1%氯化鈣溶液，並隨意進行混合，紀錄觀察結果。(例如:加入順序不同對外觀的影響，加入兩種溶液比例不同對軟硬度的影響)</p> <p>4. 各組發表觀察結果，並探討組別間是否有不同之處?</p> <p>5. 帶入正向晶球化、反向晶球化與二次晶球化的觀念</p>
十五	晶球的奧妙(二) 規劃與研究	<p>1. 分組提出適合探究的主題。(例如：濃度對膜厚度的影響、浸泡時間對膜厚度的影響、滴法對形狀的影響、溶液加入順序對晶球軟硬度的影響)</p> <p>2. 具體提出如何量測的科學方法，並與同組同學討論出量測的步驟</p> <p>3. 分組擬定研究計畫：確定研究主題後，結合想出的量測方法，並注意以下重點，擬定出研究計畫。 (1)列出操縱變因、應變變因與控制變因 (2)列明實驗步驟、器材、如何將實驗結果定量化的方法。</p>
十六	晶球的奧妙(三) 規劃與研究	<p>1. 請各組依據擬定的研究計畫進行實驗。</p> <p>2. 搜集與記錄資料：根據實驗操縱變因、應變變因與控制變因，繪製適合的實驗紀錄表，於實驗過程中將所得的實驗數據紀錄下來。(表格中需要包含 操縱變因、觀察變因、單位及數字:實驗進行中的 每個步驟，都要拍照記錄。)</p>
十七	晶球的奧妙(四) 論證與建模	<p>1. 各組以excel將收集的數據繪製成關係圖。</p> <p>2. 討論實驗結果是否符合推論，並對實驗結果做出合理的結論。</p> <p>3. 若有需要，可重新設計修正實驗:變更實驗的變因，收集新的應變變因。分析操縱變因與應</p>

		變變因之間的相關性。並觀測其再現性。 4. 建立模型：依據實驗的再現性，以結構或系統的經驗將數據、資料或概念以圖像呈現，以建立質性或量化的模型。
十八	表達與分享	<p>1. 表達與溝通:請各組整理前幾周的資料，完成一份探究與實作的海報/簡報，並準備 8 分鐘為限的口頭發表（「解密QQ球」、「晶球的奧妙」，擇一報告）</p> <p>2. 一份完整的報告，須包含研究動機、研究目的、研究問題、研究假設、實驗設計、實驗流程、實驗數據與分析、實驗結果與討論、結論、心得等部分。</p> <p>3. 合作與討論:在各小組分享的過程中，提出問題與回饋。</p> <p>4. 評價與省思:在聽完各組提供的回饋之後，針對各組的回饋與問題進行回覆，進而反思並修正自己的各階段內容。</p> <p>5. 課後心得與反思：反思探究過程所遭遇的問題或困難、如何解決及待解決的問題，亦可重新設計新的思考實驗。</p>
十九		
二十		
二十一		
二十二		
學習評量：	1. 課堂表現(學習態度、實務參與情形) 30% 2. 學習單10% 3. 成果發表20% 4. 書面報告40%	
備註：	化學、生物科教師採協同教學	

課程名稱：	中文名稱： 自然科學探究與實作課程B		
	英文名稱： Natural Sciences: Inquiry and Practice B		
授課年段：	二上、二下		學分總數： 2
課程屬性：	物質與能量、構造與功能、科學與生活、資源與永續性		
師資來源：	跨科目： 物理、地球科學		
	跨科協同		
學習目標：	本課程利用環境與生活議題為導向，融合跨科概念中的物質與能量、改變與穩定、科學與生活，藉由生活情境引導學生發現其中的科學現象，進行基礎的觀察與研究，使學生了解科學與日常之連結，並達成以下學習目標： 1.發現問題：能從觀察自然環境或閱讀科學文本，提出核心問題。 2.規劃與研究：能探究核心問題之可能因素、思考各種變因並設計實驗驗證。 3.論證與建模：能分析實驗結果、進行合理推論並提出結論。 4.表達與分享：能提出完整研究報告（包含評價、回饋及反思）。 5.公民科學素養：了解生活即科學，面對公共議題時也能提出具科學素養的論點。		
教學大綱：		單元/主題	內容綱要
	一	環保「袋」著走 發現問題	1. 請同學觀察並記錄便利商店提供的「不織布網袋」之形狀、大小、顏色、對稱性及空隙的形狀等特性 2. 討論並比較每個特性的差異
	二	環保「袋」著走 發現問題	1. 請同學觀察並記錄「不織布網袋」，其材質、網帶粗細、切割方式、切割圖形及張開角度的差異 2. 討論並比較每種差異形成的原因
	三	環保「袋」著走 規劃與研究	1. 蒐集整理市面上關於各種網袋設計的資料後，分組進行討論報告 2. 與之前兩周的觀察結果連結，推測影響網袋負

		<p>重的可能因素</p> <p>3. 列出網袋設計與負重實驗之變因，預測各種變因下可能的結果</p>
四	環保「袋」著走 規劃與研究	<p>1. 選定幾種不同材質，分別用淋膜不織布、塑膠袋(垃圾袋)和紙張(影印紙)材質做成和超商(紡粘不織布)一模一樣的手提網袋。</p> <p>2. 測量不同材質網袋的拉長長度和承載重量，觀察網洞變化及斷裂處</p> <p>3. 設計實驗表格與紀錄實驗數據</p> <p>4. 有效整理實驗數據，觀察其變化趨勢，看出相關性</p>
五	環保「袋」著走 規劃與研究	<p>1. 探討以不同張開角度手提網袋的差異</p> <p>2. 以標準網袋(張開角度30°)為基準，製作不同張開角度的網袋</p> <p>3. 測量不同張開角度網袋的拉長長度和承載重量，觀察網洞變化及斷裂處</p> <p>4. 設計實驗表格與紀錄實驗數據</p> <p>5. 有效整理實驗數據，觀察其變化趨勢，看出相關性</p>
六	環保「袋」著走 規劃與研究	<p>1. 探討不同線數手提網袋的差異</p> <p>2. 以標準網袋(每圖層每區線數:5 線)為基準，製作不同線數的網袋</p> <p>3. 測量不同線數網袋的拉長長度和承載重量，觀察網洞變化及斷裂處</p> <p>4. 設計實驗表格與紀錄實驗數據</p> <p>5. 有效整理實驗數據，觀察其變化趨勢，看出相關性</p>
七	環保「袋」著走 規劃與研究	<p>1. 探討不同線距手提網袋的差異</p> <p>2. 以標準網袋(線距:0.5cm)為基準，製作不同線距的網袋</p>

		3. 測量不同線距網袋的拉長長度和承載重量，觀察網洞變化及斷裂處 4. 設計實驗表格與紀錄實驗數據 5. 有效整理實驗數據，觀察其變化趨勢，看出相關性
八	環保「袋」著走 論證與建模	1. 小組討論 2. 由探究結果形成結論 3. 從結論中各小組自製研發出最具實用性與環保性之網袋
九	環保「袋」著走 表達與分享	1. 小組報告，將研究成果用圖案、文字或實物展示等方式，呈現各組的探究過程與設計成果 2. 傾聽別組不同之研究走向、歷程、成果，能提出具體建議，並對照自我研究，進行反思
十	主題：移民火星 / 火星觀察	【發現問題】 1. 透過欣賞火星影片，請同學觀察並比較火星與地球環境，各組舉出3~5個例子，並討論造成此差異的原因？ 2. 探究為何我們要選擇移民火星而非其他星球之原因？ 3. 如何選擇火箭合適的發射時間？何謂「火星衝」？ 4. 估算下次若有火星登陸器發射的日期時間？ 5. 完成科學筆記
十一	主題：移民火星 / 火星觀察	【發現問題】 1. 如果人類將來移民火星，試著估計並計算大約需要多久時間抵達？而自地球發射的電波訊號要多久抵達？請同學從軌道和速度比較兩者的不同 2. NASA即將在2024年重返月球，主要目的為何？ 3. 畫出地球和火星、月球大小和簡單圖像，並標示比例尺

		<p>4. 比較各國的火星探測器？(國家、發射時間、著陸點、主要任務、動力來源)</p> <p>5. 以Google Mars找出好奇號、洞察號和毅力號探測車現在的位置，畫出並判斷此地點的地形為何？以地球為經驗，討論造成這種樣貌的可能原因？</p> <p>6. 探究火星的海拔高度是如何定義？</p> <p>7. 毅力號探測車搭載了一台無人機(機智號)，請問在火星上飛行，需克服哪些問題？</p> <p>8. 完成科學筆記</p>
十二	主題：移民火星 / 飛向火星	<p>【規劃與研究】</p> <p>製作飛行器</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 說明吸管飛機的飛行原理 2. 找出最佳丟擲吸管飛機的方式 3. 比較三環和雙環對飛機距離的影響，並探究原因 4. 以環的大小為操縱變因，進行實驗並取得數據 5. 找出雙環的最佳比例 6. 舉行吸管飛機丟遠比賽，請優勝組別分享心得 7. 各組找出成功或失敗的原因，修正後比較結果 8. 完成實驗筆記(器材、原理、實驗過程、實驗心得)
十三	主題：移民火星 / 飛向火星	<p>【規劃與研究】</p> <p>製作飛行器</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 說明紙飛機的飛行原理 2. 各組依據紙飛機飛行原理，摺出最簡單的傳統飛機 3. 試飛傳統紙飛機，找出影響飛行距離和飛行時間的因素 4. 找出最佳丟擲紙飛機的方式

		5. 依紙質不同進行實驗並取得數據 6. 舉行紙飛機比賽，請優勝組別分享心得 7. 各組找出成功或失敗的原因，修正後比較結果 8. 完成實驗筆記(器材、原理、實驗過程、實驗心得)
十四	主題：移民火星 / 飛向火星	【規劃與研究】 製作飛行器 1. 組參考網路資源，摺出飛的遠和飛的久的新型紙飛機 2. 依操縱變因進行實驗並取得數據 3. 舉行紙飛機飛久與飛遠比賽，請優勝組別分享心得 4. 各組找出成功或失敗的原因，修正後比較結果 5. 完成實驗筆記(器材、原理、實驗過程、實驗心得)
十五	主題：移民火星 / 降落火星	【規劃與研究】 探測車著陸 1. 說明火星登陸需經歷恐怖7分鐘的原因 2. 討論並以表格整理出至少三種不同著陸方式的優缺點 3. 以降落傘和重力緩衝方式著陸，進行火星車登陸比賽 4. 各組將設計成品從高樓放下，以降落過程是否減速、定點著陸、探測車是否完好正立以及創意為評分依據，請優勝組別分享心得 5. 完成實驗筆記(器材、原理、實驗過程、實驗心得)
十六	主題：移民火星 / 數據處理與分析	【論證與建模】 1. 探測車著陸修正與調整、檢視最佳化條件 2. 進行實驗及收集數據資料

		3. 由所得的數據分析結果形成論點 4. 完成實驗日誌和書面報告
十七	主題：移民火星 / 實驗成果報告	【表達與分享】 1. 完成書面報告以呈現實驗研究成果 2. 每組作6分鐘的口頭報告 3. 同學們針對各組結果作提問與建議 4. 報告組別針對回饋與建議提出回應與省思
十八	主題：移民火星 / 實驗成果報告	【表達與分享】 1. 完成書面報告以呈現實驗研究成果 2. 每組作6分鐘的口頭報告 3. 同學們針對各組結果作提問與建議 4. 報告組別針對回饋與建議提出回應與省思
十九		
二十		
二十一		
二十二		
學習評量：	1. 課堂表現(學習態度、實務參與情形) 30% 2. 學習單10% 3. 成果發表20% 4. 書面報告40%	
備註：	採主題式課程，自然領域跨科教學	

(二)社會領域加深加廣選修探究與實作課程

課程名稱：	中文名稱： 探究與實作：歷史學探究		
	英文名稱： Inquiry and Practice: Historical Inquiry		
授課年段：	二上		學分總數： 2
課程屬性：	專題探究		
師資來源：	校內單科		
學習目標：	1. 理解歷史的定義與侷限。 2. 區分歷史事實與歷史解釋的差異。 3. 能定義、分辨及搜尋多元史料。 4. 能善用史料完成歷史類作品的書寫。		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	課程大綱與評量說明	1. 簡述課程大綱。 2. 說明形成性評量(出缺席、工作分配、學習態度)及期末成果報告的產出形式及評分標準。 3. 進行分組。
	二	歷史是什麼？	1. 結合歷史第一冊緒論，了解歷史與過去的差異，及歷史如何被史家「製造」的過程。 2. 了解建構歷史的史料定義，練習判別史料性質。
	三	史料蒐集與應用	1. 了解蒐集史料的技巧。 2. 藉文本進行史料辨識與學習摘要。
	四	實作(一)問題發現與史料摘要書寫	1. 運用書寫摘要的方式，學習在史料中提取訊息及聚焦的能力。

		2. 各組挑選有興趣的三篇文章完成摘要，並聚焦初步定出問題探究方向。
五	實作(一)問題發現與史料摘要書寫	1. 續上週，各組挑選有興趣的三篇文章完成摘要，並聚焦初步定出探究主題。 2. 各組簡要提出問題意識及探究主題。
六	時序觀念學習與呈現	1. 熟悉表述時間的三種基本方式。 2. 了解進行歷史分期的必要性。
七	段考	停課一周
八	何謂歷史理解？	熟悉三種理解的方法。
九	何謂歷史理解？	續上週，利用歷史教科書延伸的文本練習歷史理解的概念。
十	實作(二)資料蒐集及應用	1. 續實作(一)，檢視後續史料蒐集後須再調整的探究方向。 2. 各組決定探究主題的成果展示型態並簡要報告。
十一	實作(二)資料蒐集及應用	1. 續實作(一)，檢視後續史料蒐集後須再調整的探究方向。 2. 各組決定探究主題的成果展示型態並簡要報告。
十二	實作(二)資料蒐集及應用	1. 續實作(一)，檢視後續史料蒐集後須再調整的探究方向。 2. 各組決定探究主題的成果展示型態並簡要報告。
十三	分辨歷史解釋與歷史事實的差異	1. 了解歷史事實與歷史解釋的界定。 2. 練習解釋多筆不同立場的資料內容。 3. 持續檢視資料蒐集應用程度
十四	段考	段考停課一周

	十五	實作(三)溝通合作	1. 依照實作一、二確立的探究主題，蒐集史料並結合時序、理解與解釋加以應用。 2. 根據工作內容進行工作分配及溝通合作。
	十六	實作（四）規劃執行	1. 依照主題、蒐集史料及工作分配執行。 2. 經過史料蒐集、彙整及分析，產出作品。
	十七	實作（四）規劃執行	1. 依照主題、蒐集史料及工作分配執行。 2. 經過史料蒐集、彙整及分析，產出作品。
	十八	實作（四）規劃執行	1. 依照主題、蒐集史料及工作分配執行。 2. 經過史料蒐集、彙整及分析，產出作品。
	十九	成果報告（一）	作品發表、各組互評、教師講評
	二十	成果報告（二）	作品發表、各組互評、教師講評
	二十一	成果報告（三）	作品發表、各組互評、教師講評
	二十二	段考	段考停課一周
學習評量：形成性評量40%，總結性評量60%			
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 探究與實作：公共議題與社會探究	
	英文名稱： Inquiry and Practice: Public Issues and Social Inquiry	
授課年段：	二下	學分總數： 2
課程屬性：	專題探究	
師資來源：	校內單科	
學習目標：	1、學生能主動觀察、關心周遭的人事物。 2、提升學生提出問題與統整問題的能力。 3、學生能蒐集研究資料並整理出議題的脈絡。 4、學生能提出可行的問題解決策略或方案。 5、學生願意溝通合作完成成果發表與展演。	
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題
	一	課程簡介、分組
	二	學生發展問題意識(一)
	三	學生發展問題意識(二)
	四	探究議題擬定與分享
	五	觀察與蒐集資料(一)
		內容綱要
		1. 說明課程內容與規範、探究與實作案例介紹。
		閱讀「全球性別差距報告」、「各國人權報告」…等指定文本，練習文本摘要、層次重劃與統整歸納。
		閱讀「全球性別差距報告」、「各國人權報告」…等指定文本，練習反思文本並提出問題、界定問題。
		1. 學生報告分享探究議題與架構。 2. 師生相互回饋並提供探究主題的建議
		1. 蒐集資料的100種方法—期刊雜誌篇（例如：國立公共資訊圖書館全球資訊網）。 2. 實作：學生依循教師示範步驟搜尋資料。

六	觀察與蒐集資料(二)	1. 蒐集資料的100種方法—官方統計數據篇（例如：行政院主計處）。 2. 實作：學生依循教師示範步驟搜尋資料。
七	觀察與蒐集資料(三)	1. 教師介紹質化訪談技巧與注意要點。 2. 實作：依據各組研擬的主題進行實作，擬定訪談大綱。
八	觀察與蒐集資料(四)	教師引導學生練習訪談技巧，並指派課堂作業。
九	期中檢核	教師針對議題探究之研究計畫檢核，並提供建議。
十	分析與詮釋資料(一)	1. 說明分析、詮釋資料的方法，並提出對該資料的見解(提出支持或反對的意見)。 2. 學生撰寫期末報告，其內容應包含： (1) 探究議題背景與動機。 (2) 聚焦問題意識，鎖定探究主題。 (3) 說明探究主題將使用的工具與方法。
十一	分析與詮釋資料(二)	1. 說明分析、詮釋資料的方法，並提出對該資料的見解(提出支持或反對的意見)。 2. 學生撰寫期末報告，其內容應包含： (1) 數據資料的詮釋與論證。 (2) 期刊文獻的詮釋與論證。 (3) 檢驗資料合理性並提出自我觀點。
十二	統整與歸納資料(一)	依據教師與同儕回饋，修正、統整期末報告。
十三	統整與歸納資料(二)	依據教師與同儕回饋，修正、統整期末報告。
十四	分組討論與成果製作(一)	各小組討論其報告形式，並規劃成發時程表。
十五	分組討論與成果製作(二)	各小組討論其報告形式，並規劃成發時程表。
十六	成果發表(一)	各小組成果發表
十七	成果發表(二)	各小組成果發表

	十八	統整與反思	1. 學生自我評量與課程回饋 2. 教師總結
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1. 期中進度匯報30% 2. 課堂參與30% 3. 成果發表40%		
備註：			

課程名稱：	中文名稱：探究與實作：地理與人文社會科學研究		
	英文名稱：Inquiry and Practice: Geographic Perspectives in the Humanities and Social Sciences		
授課年段：	二下、二上二下		學分總數：2
課程屬性：	專題探究		
師資來源：	校內單科		
學習目標：	<p>1. 本校位於北屯區，雖處於台中市近郊，但鄰近有台鐵太原站和松竹站，以及捷運綠線北屯總站，多數學生依賴大眾運輸系統通學，所以了解日常生活的交通運輸可為學生加深加廣一年級下學期有關都市地理以及交通地理的知識。(地 Ma-V-3)</p> <p>2. 本校周邊更有台中後花園之稱的大坑登山步道，更為台中市居民休閒運動主要去處，每逢假日，人山人海，為最靠近台中市市中心的戶外觀光景點，因此認識觀光業的內涵有助於學生認知家鄉的產業活動。(地 Md-V-2)</p> <p>3. 未來還有可能興建捷運綠線延伸線，連結大坑登山步道九號線，必定會改變本區的經濟、交通以及城市發展的地景。因此修習本門課程，也可讓學生了解家鄉的地景未來可能發生的改變。</p> <p>4. 本課程希望學生學會使用地理資訊系統呈現地理資訊。</p> <p>5. 本門課程適合給未來有志攻讀都市計畫相關、環境資源相關、休閒觀光相關、地理相關學群的學生修習。</p>		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	你怎麼來學校？U BIKE 怎麼到我家？	做出學生自己本身上學的上學交通地圖，帶出不同學生選擇不同交通手段上學的方法，以及學生的通勤時間的比較。介紹公共單車以及共享單車的營運模式，以及介紹台灣的現況。並且學生需要自己評估分析心目中的 U BIKE 點位是否有設址潛力

二	台中市目前已有的公共運輸	介紹學生目前可使用的公共運輸，包括公共巴士、台鐵區間，並請學生比較兩種運輸系統，並討論台鐵捷運化，以及未來對於城市發展的成效
三	大捷運時代 經濟的救世主？	介紹捷運系統的發展歷史，以及設置原則 探討捷運系統落成之後對附近商家的利弊影響
四	捷運 COSTCO 的進擊	解釋 COSTCO 台中 2 店的選址因素，以及探討對車站周邊開發區的影響
五	地理實察技術 地理工具操作	導引學生使用網路, 圖書館或TGOS等資料 學生操作地理工具(例如GIS)
六	野外實察	實地帶學生參訪台鐵或是中捷以及週邊土地現況
七	甚麼是觀光業？	認識觀光業的意涵，並介紹觀光資源的種類及特性
八	觀光業的區位特性、商圈及商圈等級	介紹觀光業的興起背景及觀光區資源的區位分析 藉由觀光資源性質的差異，將觀光資源所在地視為提供服務的中地，根據其腹地大小分為世界級、國家級、地方性資源，探討其商圈範圍與差異
九	觀光業的未來發展趨勢及永續發展	旅遊在地化、觀光環境多元化、兼顧科技與人力素養經營方式、定點觀光興起
十	野外實察	實地帶學生參訪大坑登山步道
十一	發現問題與討論	各小組個案討論
十二	發現問題與討論	各小組個案討論
十三	發現問題與討論	各小組個案討論
十四	發現問題與討論	各小組個案討論
十五	報告準備	各小組就報告主題進行準備確認工作
十六	報告準備	各小組就報告主題進行準備確認工作
十七	期末發表	各小組就選定報告主題進行報告

	十八	期末發表	各小組就選定報告主題進行報告
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	<p>上課表現(30%)、戶外實察(30%)、期末報告(40%)</p> <p>期末報告主題(二選一)：</p> <p>1. 捷運路網規劃：利用 GIS 技術，介紹他們所規劃的台中市捷運路網計畫。並分享對於城市未來發展的看法</p> <p>2. 觀光資源區位分析：利用觀光業區位理論，就台中市內選定觀光景點以SWOT分析的方法，進行觀光區位分析，提出建議與改善方法。</p>		
備註：			

二、校訂必修課程

課程名稱：	中文名稱： 東山培能(一)	
	英文名稱：	
授課年段：	一上	學分總數： 1
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗	
議題融入：	閱讀素養	
師資來源：	校內跨科協同	
課綱核心素養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進、A2.系統思考與問題解決	
	B溝通互動： B2.科技資訊與媒體素養	
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作	
學生圖像：	表達力、鑑賞力、思辨力、關懷力、行動力、合作力、閱讀力、恆毅力、品格力	
學習目標：	1. 認識不同的討論法，並能妥善當作工具使用 2. 閱讀多元的文本，理解文章架構及重點，並答辯相關的延伸議題內	
教學大綱：	週次/序	單元/主題
	一	多元討論法
	二	多元討論法
	三	多元討論法
	四	多元討論法
	五	多元討論法
	六	多元討論法
	七	多元討論法
		內容綱要
		班級間的課前暖身競賽活動
		認識六六討論法
		應用六六討論法
		認識腦力激盪
		應用腦力激盪
		認識六頂帽子
		應用六頂帽子

	八	多元討論法	賽前的議題準備
	九	多元討論法	辦理班級間的辯論比賽
	十	閱讀理解	配合多元的文本，讓學生具備做摘要的能力
	十一	閱讀理解	配合多元的文本，讓學生具備做摘要的能力
	十二	閱讀理解	配合多元的文本，讓學生具備做摘要的能力
	十三	閱讀理解	合多元的文本，讓學生具備歸納、分析的能力
	十四	閱讀理解	合多元的文本，讓學生具備歸納、分析的能力
	十五	閱讀理解	合多元的文本，讓學生具備歸納、分析的能力
	十六	閱讀理解	根據文章架構，分析文本主題，及相關延伸問題
	十七	閱讀理解	根據文章架構，分析文本主題，及相關延伸問題
	十八	閱讀理解	辦理閱讀比賽
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	小組討論70% 期中(末)競賽30%		
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 東山培能(二)	
	英文名稱：	
授課年段：	一下	學分總數： 1
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗	
議題融入：	人權、品德、生涯規劃、多元文化	
師資來源：	校內跨科協同	
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進	
	B溝通互動： B2.科技資訊與媒體素養	
	C社會參與： C1.道德實踐與公民意識、C3.多元文化與國際理解	
學生圖像：	表達力、鑑賞力、思辨力、關懷力、行動力、合作力、閱讀力、恆毅力、品格力	
學習目標：	1.了解產權、同溫層效應、真假訊息如何影響我們生活 2.練習自我內化想法，並透過適當的方式表達出來，使他人理解	
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題
	一	媒體識讀
	二	媒體識讀
	三	媒體識讀
	四	媒體識讀
	五	媒體識讀
	六	媒體識讀
	七	媒體識讀
	八	媒體識讀
		內容綱要
		認識媒體的定位與功能
		了解現況的發展阻力與困境:真假訊息、訊息種類過於單一...等
		分析困境可能的成因
		分辨真假訊息的方法(一)
		分辨真假訊息的方法(二)
		案例練習
		實作新聞訊息，了解過程可能遇到的難題
		如何建構完善的媒體環境

	九	媒體識讀	採訪活動紀錄
	十	表達力	對各組(人)紀錄前測結果，找出表達力的問題
	十一	表達力	根據各面向問題提出相關的應對策略
	十二	表達力	適用策略，作各主題的發表練習，並比對書寫的表達，確認書寫與口說的差距
	十三	表達力	適用策略，作各主題的發表練習，並比對書寫的表達，確認書寫與口說的差距
	十四	表達力	學習對他人的表達過程發表意見
	十五	表達力	學習對他人的表達過程發表意見
	十六	表達力	練習互相給予回饋
	十七	表達力	練習互相給予回饋
	十八	表達力	表達發表會
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	分組討論20% 學習單50% 期末成果30%		
備註：			

課程名稱：	中文名稱：SDGs議題探討（一）	
	英文名稱：	
授課年段：	二上	學分總數：1
課程屬性：	專題探究	
議題融入：	人權、環境、海洋、品德、能源、多元文化、國際教育	
師資來源：	校內單科	
課綱核心素養：	A自主行動：A1.身心素質與自我精進、A2.系統思考與問題解決	
	B溝通互動：B1.符號運用與溝通表達、B3.藝術涵養與美感素養	
	C社會參與：C1.道德實踐與公民意識、C2.人際關係與團隊合作、C3.多元文化與國際理解	
學生圖像：	表達力、鑑賞力、思辨力、關懷力、行動力、合作力、閱讀力、恆毅力、品格力	
學習目標：	1. 能了解陸地上的生命的變遷。 2. 能了解人類生活與動物和植物之間的聯繫。 3. 能了解目前成城環境污染的主因。	
教學大綱：	週次/序	內容綱要
	一	Why do we need plants and animals?
	二	Habitats and Animal Adaptations

三	Endangered Species (IUCN Red List)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Recognize the categories on the IUCN red list. 2. Name some animals that are endangered.
四	Biodiversity Loss	<ol style="list-style-type: none"> 1. State some causes of biodiversity loss. 2. Give reasons for why species are threatened by human action.
五	Taiwan' s Wildlife in Danger	<ol style="list-style-type: none"> 1. List animals that are indigenous to Taiwan. 2. Give examples of endangered species in Taiwan. 3. Determine reasons for their endangered status.
六	Taking Action: Part 1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Find and use high quality images for use in a PPT. 2. Use a suitable font and limit the amount of text when creating a PPT
七	Taking Action: Part 2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apply simple animations to improve a PPT. 2. Use English to describe data (charts and graphs).
八	Taking Action: Part 3	Speak confidently in front of an audience
九	Group Presentations	Use a rubric to determine a suitable score for your peers presentation.
十	The Problem of Plastic	<ol style="list-style-type: none"> 1. Classify plastic items as reusable or single use. 2. Collect and present data about single use plastics.
十一	Plastics in our Oceans	Identify the dangers of plastic pollution in the oceans.

十二	Plastics in our Food Chains	<ol style="list-style-type: none"> 1. Construct an ocean food web. 2. Describe how micro-plastics move through the food chain.
十三	The Great Pacific Garbage Patch	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identify and label the 5 major ocean gyres. 2. Explain why ocean gyres are important.
十四	Problems beyond Plastic	<ol style="list-style-type: none"> 1. Explain how increased CO2 levels can lead to ocean acidification. 2. State some problems associated with ocean acidification.
十五	Taking Action: Part 1 : Taiwan Sea Turtles - Action Research Project	Choosing relevant pictures for your PPT
十六	Taking Action: Part 2 : Taiwan Sea Turtles - Action Research Project	<p>Consistent theme on all slides</p> <p>Consistent title (type, color, size, bolding)</p> <p>Consistent use of font (type, color, size, bolding)</p>
十七	Taking Action: Part 3 : Taiwan Sea Turtles - Action Research Project	Frame your story. Use eye contact when presenting
十八	Group Presentations	Design a rubric to determine a suitable score for your peers presentation.
十九		
二十		
二十一		

	二十 二		
學習評量：	課程表現40% 作業及報告60%		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 設計思考（實務）		
	英文名稱：		
授課年段：	二上	學分總數： 1	
課程屬性：	跨領域/科目專題		
議題融入：	生涯規劃、多元文化、閱讀素養		
師資來源：	校內跨科協同		
課綱核心素 養：	A自主行動： A2.系統思考與問題解決、A3.規劃執行與創新應變		
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達		
	C社會參與： C1.道德實踐與公民意識、C2.人際關係與團隊合作		
學生圖像：	表達力、鑑賞力、思辨力、關懷力、行動力、合作力、閱讀力、恆毅力、品格力		
學習目標：	1.學習設計思考的5大步驟 2.如何設計訪談內容、整理資訊、定義問題 3.針對自我需求回饋夥伴意見，如實修正成品		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	課程內容說明	認識設計思考發展脈絡，包含：起源、現況發展、未來潛力
	二	設計思考簡介	練習如何設計問題，挖深使用者的想法
	三	設計思考小試身手	設計可以代表自己的log0(1)
	四	設計思考小試身手	設計可以代表自己的log0(2)
	五	設計思考小試身手	設計可以代表自己的log0(3)
	六	自我logo成果展	上台展示自我logo，並說明此logo與自身連結
	七	段考週	段考週

八	場域探勘(一)	對學校內場域(一)進行導覽、介紹(介紹目前該場域擁有的資源)，讓學生粗略認識場域
九	場域探勘(二)	對學校內場域(二)進行導覽、介紹(介紹目前該場域擁有的資源)，讓學生粗略認識場域
十	場域探勘(三)	對學校內場域(三)進行導覽、介紹(介紹目前該場域擁有的資源)，讓學生粗略認識場域
十一	場域探勘(四)	對學校內場域(四)進行導覽、介紹(介紹目前該場域擁有的資源)，讓學生粗略認識場域
十二	認領場域	讓學生去認領一個想深入思考、規劃並解決問題之場域
十三	定義問題(一)	進行針對開場域可改善的細項、發現問題進行討論，找該場域的負責人進行問題的檢核
十四	段考週	段考週
十五	定義問題(二)	進行針對開場域可改善的細項、發現問題進行討論，找該場域的負責人進行問題的檢核
十六	修正問題(一)	針對所提出問題，經由場域負責人、指導教師檢核後，修正問題
十七	創意動腦	發想出眾多的解決方案來解決「需求定義」的步驟中所找出的問題
十八	問題成果展	學生針對場域所提出的問題，舉辦成果展
十九		
二十		
二十一		
二十二		

學習評量：	LOGO成品分享(35%) 校內場域改善成果發表(35%) 課堂學習單(30%)
備註：	

【備查版】

課程名稱：	中文名稱：SDGs議題探討（二）	
	英文名稱：	
授課年段：	二下	學分總數：1
課程屬性：	專題探究	
議題融入：	性別平等、人權、環境、品德、生命、多元文化、國際教育	
師資來源：	校內單科	
課綱核心素養：	A自主行動：A1.身心素質與自我精進、A3.規劃執行與創新應變	
	B溝通互動：B1.符號運用與溝通表達	
	C社會參與：C1.道德實踐與公民意識、C2.人際關係與團隊合作、C3.多元文化與國際理解	
學生圖像：	表達力、鑑賞力、思辨力、關懷力、行動力、合作力、閱讀力、恆毅力、品格力	
學習目標：	讓學生理解社會演變為今日現狀所歷經的過程（包含氣候、碳排放），產生其認同感，真正落實永續發展目標的教育內涵。	
教學大綱：	週次/序	單元/主題
	一	The Race to Net Zero
	二	Carbon Footprint
	三	The carbon cycle and greenhouse effect

四	Causes and effects of global warming	Climate change-related hazards leading to disasters like drought, weather extremes, etc. and their unequal social and economic impact within households, communities and countries and between countries
五	Future materials	Identify new materials and technologies that can be used to reduce our carbon footprint.
六	Taking Action: Part 1	What is the carbon footprint of Dongshan high school? Where could we make improvements?
七	Taking Action: Part 2	School of the future. What would a net zero Dongshan senior high school look like?
八	Taking Action: Part 3	Create a Mind map to explain the technology and materials that are used in the new school.
九	Sharing mind maps and peer review	The students' work is shared with their peers and partner school.
十	Electricity in our Daily Lives	What things are essential for human beings? Which of these things require electricity?
十一	Calculating the Cost of Electricity.	Look at the power ratings of various devices and calculate the amount of energy used.
十二	Generating Electricity	Fossil fuel based non-renewable energy and renewable energies like solar, wind, water, geothermal, tidal

	十三	Energy use around the world	Look at how energy is primarily used in different regions of the world.
	十四	Peak of oil production and energy security	Develop a vision for reliable, sustainable energy production, supply and usage in Taiwan.
	十五	Taking Action: Part 1 (Energy Saving Campaign)	How much electricity does Dongshan high school use?
	十六	Taking Action: Part 2 (Energy Saving Campaign)	Awareness campaign - Save electricity
	十七	Taking Action: Part 3 (Energy Saving Campaign)	Creat a You Tube video to encourage students and teachers at dongshan to save electricity.
	十八	Group Presentations	Share the You Tube videos in class and with partner school.
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	上課表現40% 報告及作業60%		
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 公民行動（實作）		
	英文名稱：		
授課年段：	二下	學分總數： 1	
課程屬性：	跨領域/科目統整		
議題融入：	人權、多元文化、國際教育		
師資來源：	校內跨科協同		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進、A2.系統思考與問題解決、A3.規劃執行與創新應變		
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達		
	C社會參與： C1.道德實踐與公民意識、C2.人際關係與團隊合作		
學生圖像：	表達力、鑑賞力、思辨力、關懷力、行動力、合作力、閱讀力、恆毅力、品格力		
學習目標：	透過設計思考的流程，實際套用在生活中，找尋相關問題，並嘗試解決		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	複習上學期課程	學生針對場域所提出的問題進行回顧
	二	原型製作(一)	針對場域問題設計解決方案
	三	原型製作(二)	針對場域問題設計解決方案
	四	測試方案可行性(一)	討論所設計出的方案是否真的可以解決問題
	五	測試方案可行性(一)	討論所設計出的方案是否真的可以解決問題
	六	成果發表	發表最完善的問題解決方案
	七	設計思考課程回顧	回顧利用設計思考步驟解決問題的過程
	八	聯合國永續發展目標SDGs 17項議題之二	認識SDGs議題

九	聯合國永續發展目標SDGs 17項議題之二	探討目前在生活周遭會即會遇到的SDGs議題有哪些
十	聯合國永續發展目標SDGs 17項議題之三	確認選擇的議題
十一	聯合國永續發展目標SDGs 17項議題之三	對問題作人事時地物分析
十二	聯合國永續發展目標SDGs 17項議題之三	對問題建立個別的POV，找出更深的痛點
十三	聯合國永續發展目標SDGs 17項議題之三	設計、分享可能的解決方法
十四	聯合國永續發展目標SDGs 17項議題之四	確認選擇的議題
十五	聯合國永續發展目標SDGs 17項議題之四	對問題作人事時地物分析
十六	聯合國永續發展目標SDGs 17項議題之四	對問題建立個別的POV，找出更深的痛點
十七	聯合國永續發展目標SDGs 17項議題之四	設計、分享可能的解決方法
十八	課程回顧	與全班分享整個學期，解決問題的心路歷程
十九		
二十		
二十一		
二十二		
學習評量：	學習單(50%) 期末成果(50%)	

備註：	
-----	--

【備 查 版】

課程名稱：	中文名稱：運動科學概論上		
	英文名稱：		
授課年段：	三上	學分總數：1	
課程屬性：	專題探究		
議題融入：	生命、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動：A1.身心素質與自我精進		
	B溝通互動：B2.科技資訊與媒體素養		
	C社會參與：C3.多元文化與國際理解		
學生圖像：	表達力、鑑賞力、思辨力、關懷力、行動力、合作力、閱讀力、恆毅力、品格力		
學習目標：	培養體育班學生針對運動的相關學科知識及理解		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	運動解剖學	緒論
	二	運動解剖學	認識骨骼構造
	三	運動解剖學	上下肢連結
	四	運動解剖學	肌肉連結反應
	五	運動解剖學	移動、穩定及協調
	六	運動解剖學	神經系統連結反應
	七	運動種類及特性	認識桌球
	八	運動種類及特性	認識排球
	九	運動種類及特性	認識籃球

	十	運動種類及特性	認識網球
	十一	運動種類及特性	認識游泳
	十二	運動種類及特性	認識壘球
	十三	運動種類及特性	認識競技啦啦隊
	十四	運動種類及特性	認識劍道
	十五	運動種類及特性	認識韻律體操
	十六	運動傷害及預防	暖身及收操的重要性
	十七	運動傷害及預防	運動傷害緊急處理
	十八	運動傷害及預防	復健及重量訓練
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	學習單(50%) 期末成果(50%)		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱：運動科學概論下		
	英文名稱：		
授課年段：	三下	學分總數：1	
課程屬性：	專題探究		
議題融入：	安全、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動：A1.身心素質與自我精進		
	B溝通互動：B2.科技資訊與媒體素養		
	C社會參與：C3.多元文化與國際理解		
學生圖像：	表達力、鑑賞力、思辨力、關懷力、行動力、合作力、閱讀力、恆毅力、品格力		
學習目標：	培養體育班學生針對運動的相關學科知識及理解		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	運動生理學	運動與營養
	二	運動生理學應用	運動強度及運動量的評估
	三	運動生理學(營養)	身體組成、肥胖與體重控制
	四	運動生理學(營養)	身體活動、成功老化與疾病預防
	五	運動生理學(生理系統)	運動生理學與違規案例
	六	運動生理學(測驗)	個人報告
	七	運動心理學(專注)	注意力焦點與運動表現
	八	運動心理學(專注)	團隊凝聚力影響
	九	運動心理-傷害	運動傷害與心理學

	十	運動心理-目標設定	自我效能理論
	十一	運動心理-態度	態度與運動行為
	十二	運動心理學-測驗	個人報告
	十三	運動生物力學發展	運動生物力學之基礎及發展趨勢
	十四	運動生物力學應用	運動生物力學在健身運動訓練之應用
	十五	運動生物力學應用	測力板之原理及應用
	十六	運動生物力學應用	流體力學對運動的影響
	十七	運動生物力學應用	運動學與動因學之比較
	十八	運動生物力學測驗	個人報告
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：		學習單(50%) 期末成果(50%)	
備註：			

三、多元選修課程

課程名稱：	中文名稱： 大坑公共事務提案		
	英文名稱：		
授課年段：	一上、一下	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	人權、環境、多元文化		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A2.系統思考與問題解決, A3.規劃執行與創新應變,		
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達,		
	C社會參與： C1.道德實踐與公民意識, C2.人際關係與團隊合作,		
學生圖像：	行動力，合作力，恆毅力，		
學習目標：	提案、提問、系統思考		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	課程說明	分組、破冰
	二	你怎麼判斷？	思想方法
	三	你怎麼判斷？	思想方法
	四	哪裡有問題？	建立議題
	五	討論的方法	設計思考
	六	討論的方法	系統思考
	七	表達	簡報

	八	實例練習	問題討論
	九	實例練習	形成共識、撰寫提案
	十	實例練習	簡報
	十一	案例討論	既有案例討論
	十二	討論東山公共提案規則	建立規則
	十三	提案討論	提出問題
	十四	提案討論	簡報
	十五	提案討論	訪問與修正
	十六	執行進度報告	試作
	十七	執行進度報告	檢視報告
	十八	執行進度報告	提出總檢討
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	課堂表現40%、報告60%		
備註：			

查 版

【備

課程名稱：	中文名稱： 文學閱讀		
	英文名稱：		
授課年段：	一上、一下	學分總數： 2	
課程屬性：	專題探究		
議題融入：	品德、生命、多元文化、閱讀素養		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1. 身心素質與自我精進，		
	B溝通互動： B1. 符號運用與溝通表達，		
	C社會參與： C1. 道德實踐與公民意識， C2. 人際關係與團隊合作， C3. 多元文化與國際理解，		
學生圖像：	表達力，鑑賞力，關懷力，品格力，		
學習目標：	能理解文本意義，並且與生活經驗共感。		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	課程介紹	介紹課程大要、閱讀文本與評分方式
	二	旅行文學	旅行文學相關作品賞析
	三	旅行文學	旅行文學相關作品賞析
	四	旅行文學	旅行文學相關作品賞析
	五	飲食文學	飲食文學相關作品賞析
	六	飲食文學	飲食文學相關作品賞析
	七	飲食文學	飲食文學相關作品賞析
	八	愛情文學	愛情文學相關作品賞析
	九	愛情文學	愛情文學相關作品賞析

	十	愛情文學	愛情文學相關作品賞析
	十一	親情文學	親情文學相關作品賞析
	十二	親情文學	親情文學相關作品賞析
	十三	親情文學	親情文學相關作品賞析
	十四	鄉土文學	鄉土文學作品賞析
	十五	鄉土文學	鄉土文學作品賞析
	十六	鄉土文學	鄉土文學作品賞析
	十七	那些影視中的文學	影片欣賞
	十八	那些影視中的文學	影片欣賞
	十九	那些影視中的文學	影片欣賞
	二十	主題發表	小組期末報告
	二十一	主題發表	小組期末報告
	二十二	主題發表	小組期末報告
學習評量：		學習單 70%，期中測驗 10%，期末報告10%，平時表現10%	
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 日文與文化一		
	英文名稱：		
授課年段：	一上、一下		學分總數： 2
課程屬性：	專題探究		
議題融入：	多元文化、閱讀素養、國際教育		
師資來源：	外聘(其他)		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1. 身心素質與自我精進,		
	B溝通互動： B1. 符號運用與溝通表達,		
	C社會參與：		
學生圖像：	表達力， 閱讀力，		
學習目標：	了解五十音與簡單對話，使學生獲得最基礎的日文口說能力		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	課程簡介	老師說明課程目標與大綱，並與同學互相自我介紹
	二	五十音教學：平假あ、か兩段	使學生熟悉平假あ、か兩段假名流變與寫法
	三	五十音教學：平假さ、た兩段	使學生熟悉平假さ、た兩段假名流變與寫法
	四	五十音教學：平假な、は兩段	使學生熟悉平假な、は兩段假名流變與寫法
	五	五十音教學：平假ま、や、ら、わ四段	使學生熟悉平假ま、や、ら、わ四段假名流變與寫法
	六	基礎招呼用語	使學生了解日文中的打招呼用語，包含尊敬與日常口語等

七	日本語簡介：物品	使學生了解如何說出日文的「這個、那個、哪個」並描述成句子
八	日本語簡介：地方	使學生了解如何說出日文的「這裡、那裡、哪裡」並描述成句子
九	用日文自我介紹	讓學生個別或分組以日文進行自我介紹
十	平假名複習與片假名アカサタナ五段	複習五十音平假名並帶入片假名アカサタナ五段的介紹
十一	片假名ハマヤラワ五段與假名總複習	帶入片假名ハマヤラワ五段的介紹及假名系統的複習
十二	基礎日常對話：購物	讓學生能夠用基礎日語完成購物對談
十三	基礎日常對話：點餐	讓學生能夠用基礎日語完成點餐談話
十四	基礎日常對話：問路	讓學生能夠用基礎日語完成問路
十五	期末報告	各組上台報告與評分
十六	期末報告	各組上台報告與評分
十七	期末報告	各組上台報告與評分
十八	期末報告／課程總結	各組上台報告與評分與任課師期末總結
十九		
二十		
二十一		
二十二		
學習評量：課堂表現50%、期末報告50%		
備註：		

課程名稱：	中文名稱： 生活中的物理	
	英文名稱： Physics you never thought about	
授課年段：	一上、一下	學分總數：2
課程屬性：	專題探究	
議題融入：	資訊、多元文化	
師資來源：	校內單科	
課綱核心素 養：	A自主行動： A2. 系統思考與問題解決, A3. 規劃執行與創新應變,	
	B溝通互動： B1. 符號運用與溝通表達, B2. 科技資訊與媒體素養,	
	C社會參與： C3. 多元文化與國際理解,	
學生圖像：	鑑賞力， 閱讀力，	
學習目標：	一、以物理的角度分析影視作品中的科學現象 二、透過文本閱讀了解物理課本中科學家的背景 三、介紹手機軟體phyphox並進行單擺實驗 四、利用phyphox中的測量工具設計實驗	
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題
	一	課程說明
	二	影視作品中不合理的場景
	三	搜尋並分析不合理的場景(一)

四	搜尋並分析不合理的場景(二)	一、選定討論的影片後分組討論 二、以物理的角度分析影視作品中的科學現象
五	成果分享	一、呈現自己的研究成果 二、理解對方的研究成果 三、賞析互評
六	科學家簡史與文本閱讀(一)	一、培養閱讀素養的能力 二、透過文本閱讀了解物理課本中科學家的背景 三、利用組別間的交流，增進溝通表達能力
七	科學家簡史與文本閱讀(二)	一、培養閱讀素養的能力 二、透過文本閱讀了解物理課本中科學家的背景 三、利用組別間的交流，增進溝通表達能力
八	科學家簡史與文本閱讀(三)	一、培養閱讀素養的能力 二、透過文本閱讀了解物理課本中科學家的背景 三、利用組別間的交流，增進溝通表達能力
九	phyphox單擺實驗(一)	介紹手機軟體phyphox
十	phyphox單擺實驗(二)	一、進行單擺實驗 二、重力加速度的測定
十一	phyphox單擺實驗(三)	一、進行單擺實驗 二、重力加速度的測定
十二	利用phyphox進行物理實驗(一)	一、利用phyphox中的測量工具設計實驗 二、了解控制變因、操作變因及應變變因間的關係
十三	利用phyphox進行物理實驗(二)	一、依照所設計的實驗步驟執行實驗 二、整理並分析得到的實驗數據
十四	利用phyphox進行物理實驗(三)	一、依照所設計的實驗步驟執行實驗 二、整理並分析得到的實驗數據
十五	利用phyphox進行物理實驗(四)	一、依照所設計的實驗步驟執行實驗 二、整理並分析得到的實驗數據

			三、製作成果報告
	十六	利用phyphox進行物理實驗(五)	一、依照所設計的實驗步驟執行實驗 二、整理並分析得到的實驗數據 三、製作成果報告
	十七	成果分享與反思(一)	一、呈現自己的研究成果 二、理解對方的研究成果 三、賞析互評
	十八	成果分享與反思(二)	一、呈現自己的研究成果 二、理解對方的研究成果 三、賞析互評
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	分組合作與討論30% 課堂參與度與學習態度20% 期中成果報告10% 期末成果報告40%		
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 如何預約經濟自由的生活		
	英文名稱：		
授課年段：	一上、一下	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	生涯規劃		
師資來源：	外聘(其他)		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1. 身心素質與自我精進, A2. 系統思考與問題解決, A3. 規劃執行與創新應變,		
	B溝通互動：		
	C社會參與： C2. 人際關係與團隊合作,		
學生圖像：	鑑賞力， 思辨力， 行動力，		
學習目標：	1. 投資理財的規劃及方法之淺介 2. 常見保險的概要及說明 3. 產險的的概要及說明		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	經濟自由的生活	課程介紹
	二	認識自己的財富觀	有錢人跟你想得不一樣
	三	預約個人經濟自由的幸福生活	態度是如何
	四	經濟自由的投資生財方法	造就自己成為理財達人
	五	經濟自由可選擇的工具	理財工具簡介
	六	理財管道的建立	銀行，投顧，保險…哪個管道優
	七	第一次定期評量週	第一次定期評量週--彈性運用課程
	八	你的理財觀決定你的人生觀	成功投資與聰明理財案例

九	銀行介紹	銀行實務分享
十	銀行介紹	銀行實務分享
十一	保險是甚麼	保險概要
十二	保險類別	險種分享:壽險、醫療險、癌症險
十三	保險類別	險種分享: 意外險、重大傷病險、失能險
十四	第二次定期評量週	第二次定期評量週--彈性運用課程
十五	保險的運用	預約幸福的生活
十六	保險工具運用	保險單成為財富庫
十七	產險是什麼	車險、公共意外險、僱補險 、一般團險
十八	課程總結	綜合課程內容與延伸展望
十九		
二十		
二十一		
二十二		
學習評量： 1. 日常表現40%、2. 專題報告60%。		
備註：		

課程名稱：	中文名稱： 防疫大作戰		
	英文名稱：		
授課年段：	一上、一下	學分總數： 2	
課程屬性：	專題探究		
議題融入：	環境、生命		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1. 身心素質與自我精進，		
	B溝通互動： B1. 符號運用與溝通表達，		
	C社會參與： C1. 道德實踐與公民意識，		
學生圖像：	思辨力， 關懷力，		
學習目標：	1. 培養學生口頭分享心得的能力		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	課程介紹	課堂規範及注意事項宣達
	二	病原體	細菌、病毒簡介
	三	工作細胞	肺炎鏈球菌
	四	工作細胞	擦傷
	五	工作細胞	流行性感冒
	六	工作細胞	食物中毒
	七	免疫器官	初級淋巴器官和次級淋巴器官
	八	工作細胞	杉樹花粉過敏
	九	工作細胞	紅血球母細胞與骨髓細胞

	十	工作細胞	癌細胞
	十一	工作細胞	血液循環
	十二	先天免疫和後天免疫	電廠種類與結構介紹
	十三	工作細胞	胸腺細胞
	十四	工作細胞	金黃色葡萄球菌
	十五	工作細胞	中暑
	十六	工作細胞	出血性休克
	十七	工作細胞	出血性休克
	十八	期末分享	分享學習心得及建議事項
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	紙本作業 50% 平時成績 50%		
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 桌遊起步走		
	英文名稱： Board games go go go		
授課年段：	一上、一下	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	品德、生命、法治、安全、生涯規劃、多元文化、閱讀素養		
師資來源：	校內跨科協同		
課綱核心素 養：	A自主行動： A2. 系統思考與問題解決,		
	B溝通互動： B1. 符號運用與溝通表達,		
	C社會參與： C2. 人際關係與團隊合作,		
學生圖像：	思辨力，合作力，品格力，		
學習目標：	藉由桌遊的進行，在有限的線索下，透過觀察與分析，找出事情的真相，提升學生邏輯推理與對事件的敘述能力。再透過討論的過程，具備和他人合作解決問題的素養，並能尊重多元的問題解法，建立良好的互動關係。		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	破冰(你眼中的世界)	藉由破冰遊戲找出這學期這門課程的一起合作的組員
	二	病毒在跳舞	「病毒在跳舞」情境說明、規則說明、遊戲進行、學習單討論與分享
	三	犯人在跳舞	透過敏銳的觀察力，推敲犯人的去向，以偵探的身分揪出藏匿在身邊的犯人並獲得勝利
	四	三角麵包	課程介紹、分組「三角函數」教學、「三角麵包」規則說明、遊戲進行、學習單討論與分享
	五	英文風火輪	練習英文詞彙量與反應力的桌遊

六	來包洋芋片	審慎選擇，用心觀察
七	數字九層塔	利用堆疊數字來完成自己的展示區，運用策略來累積自己的積分
八	不在場證明	昨天午夜發生了謀殺案，刑事組從檔案中過濾出四位最有可能的嫌疑犯，關鍵線索還是要靠民眾提供，但是目擊證人們所提出的證詞相互矛盾、眾說紛紜！
九	第一次期中回顧及測驗	心得分享及錄影分享或自製桌遊的討論
十	Set	神奇形色牌，左腦與右腦的學習強化，文字與圖像的轉換
十一	罩得住	不同身分的人必須正確選用口罩的種類，全民同心協力才能防堵破口
十二	花火	唯有同心協力，找出正確的花火並在正確的時間地點施放，才能挽救整個家族的聲譽及免於滅族的命運
十三	誰是牛頭王	"你能精準預測數字和數字之間的距離嗎"
十四	終極密碼	隱藏你的密碼；猜透他的密碼，推測可能的答案，讓你的對手無所遁形。
十五	凹鳴狼來了	帶著羊皮的狼能躲過大家抽絲剝繭的調查嗎？大家努力吧！
十六	狼人	村民們是否具有消滅狼人的智慧與勇氣，接下來的這幾天幾夜，便是關鍵時刻
十七	矮人礦坑	支援同伴？猜測玩家？
十八	錄影分享或自製桌遊介紹	以錄影方式介紹一款桌遊(以組為單位，認為有意義的桌遊)或以這學期所學的規則與概念創作一款桌遊。
十九		

	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	學習單 70%，期中測驗 10%，期末報告10%，平時表現10%		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 健身與重量訓練一		
	英文名稱：		
授課年段：	一上、一下	學分總數： 2	
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗		
議題融入：	生涯規劃、戶外教育		
師資來源：	外聘(其他)		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1. 身心素質與自我精進,		
	B溝通互動： B1. 符號運用與溝通表達,		
	C社會參與： C2. 人際關係與團隊合作,		
學生圖像：	表達力，行動力，合作力，恆毅力，品格力，		
學習目標：	一、了解重量訓練認識肌肉適能對人體健康的重要性。 二、結合理論與實務能安全有效的自我訓練。 三、透過課程達成終身運動的習慣。		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	課程介紹	肌肉、骨骼、關節
	二	課程介紹	訓練與生理影響
	三	肌動學應用	肌動學應用 1. 關節動作 2. 主動肌、協同肌
	四	訓練器材 (Weight Machine)- 實際操作	1. 上身-單/多關節訓練動作 2. 軀幹-包含核心肌群訓練 3. 下身-單/多關節訓練動作
	五	訓練器材 (Weight Machine)- 實際操作	1. 上身-單/多關節訓練動作 2. 軀幹-包含核心肌群訓練

		3. 下身-單/多關節訓練動作
六	訓練器材 (Weight Machine)- 實際操作	1. 上身-單/多關節訓練動作 2. 軀幹 3. 下身-單/多關節訓練動作
七	重量訓練 (Free Weight)- 實際操作	1. 上身-單/多關節訓練動作 2. 軀幹 3. 下身-單/多關節訓練動作
八	重量訓練 (Free Weight)- 實際操作	1. 上身-單/多關節訓練動作 2. 軀幹 3. 下身-單/多關節訓練動作
九	期中測驗(報告)	期中測驗(報告)
十	操作安全與重量訓練技巧應用	1. 輔助技巧 2. 動作安全/可動範圍 3. 初階/進階訓練動作選擇與變換
十一	操作安全與重量訓練技巧應用	1. 輔助技巧 2. 動作安全/可動範圍 3. 初階/進階訓練動作選擇與變換
十二	肌肉適能運動處方	1. 訓練原則與需求分析
十三	肌肉適能運動處方	2. 運動處方架構
十四	肌肉適能運動處方	3. 訓練系統
十五	肌肉適能運動處方	4. 運動處方執行與調整
十六	身體訓練的安排	訓練課程的安排與實際操作。
十七	重量訓練教學設計	不同需求對象與訓練特性之安排與實際操作。
十八	期末測驗(報告)	期末測驗(報告)
十九		
二十		

	二十一		
	二十二		
學習評量：	透過課堂分組討論與競賽30% 完成不同主題的閱讀30% 期末報告40%		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 唱歌學英文	
	英文名稱： Enjoy Singing, Enjoy Learning English	
授課年段：	一上、一下	學分總數： 2
課程屬性：	通識性課程	
議題融入：	品德、多元文化、國際教育	
師資來源：	校內單科	
課綱核心素 養：	A自主行動： A1. 身心素質與自我精進,	
	B溝通互動： B1. 符號運用與溝通表達, B3. 藝術涵養與美感素養,	
	C社會參與： C3. 多元文化與國際理解,	
學生圖像：	表達力，鑑賞力，閱讀力，	
學習目標：	透過挑選過的英文歌謠讓學生可以將生硬難記的文法規則輕鬆唱出來，更進一步的可以運用在文章閱讀與寫作。除了文法規則的學習，更希望學生透過歌詠的方式加強英文咬字與發音，以期達到輕鬆背單字，無痛記字詞搭配的境界。歌謠本是抒情的媒介，透過歌詞的賞析讓學生可以增進情感教育與文化、社會議題的理解。對己可以紓解平日的緊張與壓力，對外可以展現藝術陶冶性情的「(詩)歌之教」，進而達成身心素質與自我精進的目標	
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題
	一	課程介紹
	二	Hello
	三	If You Leave Me Now

四	If/ If I Were A Boy	從歌詞中學習假設語氣並練習用If造假設語氣句子
五	Let It Be/ Let It Go	從歌詞中學習使役動詞用法
六	No Matter What	從歌詞中學習No matter +wh + S + V 讓步子句用法
七	What I Have Done/ Numb	從歌詞中學習Wh-+ S +V間接問句用法
八	Feeling Good/ I Don' t Want to Miss A Thing	從歌詞中學習連綴動詞用法
九	Everything at Once	從歌詞中學習原級比較用法及動物意象表達法
十	I Will Survive	賞析歌詞，學習that子句當受詞的句法
十一	Reflection/ Beautiful	賞析歌詞對自我形象的描述，學習感官動詞的用法
十二	Sorry Seems To Be the Hardest Word	賞析歌詞，並從當中學習seem 的用法
十三	The Way You Are/ The Way We Were	賞析歌詞，並從中學習the way + S +V的用法
十四	Gratitude: Thank You/ Thank You for Loving Me	賞析歌詞，並從中學習thank Sb for Sth用法
十五	Dream: 1)I Have a Dream [Abba]/ 2)Dream On [Aerosmith]/ 3)Dream [Cranberries]/ 4) I Dream a Dream [Fontaine— Les Miserables]	學生分組報告，解析歌詞文意，擷取優美句子，並練習造句運用。
十六	War: 1) Zombie [Cranberries] 2) Where Have All the Flowers Gone [The Kingston Trio]	學生分組報告，解析歌詞文意，從中理解詞句中的社會批判。
十七	Social Critique: 1) Hotel California [The Eagles] 2) They Do	學生分組報告，解析歌詞文意，從中理解詞句中的社會批判。

		n' t Care About Us [Michael Jackson] 3) What About US [Pink]	
	十八	學生分組報告	針對自己選擇歌曲進行歌詞分析、解讀與分享。
	十九	學生分組報告	針對自己選擇歌曲進行歌詞分析、解讀與分享。
	二十	學生分組報告	針對自己選擇歌曲進行歌詞分析、解讀與分享。
	二十一	迷你K歌大賽	學生介紹歌曲內涵 並唱誦歌曲
	二十二	問卷分析與回饋	透過問卷探知學生的學習心得與歷程
學習評量：	1) 學習單 60% 2) 課堂參與 20% 3) 分組報告 20%		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 眾神之戰一		
	英文名稱：		
授課年段：	一上、一下	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	性別平等、人權、品德、法治、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、國際教育		
師資來源：	外聘(其他)		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進, A2.系統思考與問題解決, A3.規劃執行與創新應變,		
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達, B3.藝術涵養與美感素養,		
	C社會參與： C1.道德實踐與公民意識, C2.人際關係與團隊合作,		
學生圖像：	表達力, 思辨力, 關懷力, 合作力,		
學習目標：	<p>本課程將於第十七周開始進行完整的分組上台答辯，並藉由扮演歷史人物以及神話中的眾神來做一場文化上的歷史辯論。詳細請閱17周內容綱要。</p> <p>其中會藉由對話方式，探討國外名人（華盛頓、路易十四、十六、達爾文等）以及中國名人（蘇軾、曾鞏、王安石、寢始皇等，探討歷史人物，以及利弊得失，並了解印度神話、埃及神話、希臘神話與羅馬神話等，藉由對話方式來探討，以期待學生能藉由興趣來發起對校內科目的喜愛，並能夠表達出自己的觀感以及藉由對話方式增進表達能力。</p> <p>其中探討主題皆與校內課程息息相關，相輔相成之下，期待孩子能不再覺得校內課程索然無味，並充滿熱情與喜愛，更願意自發學習及主動學習。</p>		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	蘇軾為何命運坎坷，赤壁賦於其人生的意義	蘇軾為何命運坎坷，赤壁賦於其人生的意義。結合校內課程古文三十篇內的赤壁賦，以其作為引言，詳細介紹赤壁賦及蝶戀花等意境，並與學生

		<p>一起討論如果是自己，如何避免，又會如何選擇？為何人們總是喜歡談論東坡，是否他真值得人們敬愛？其中會介紹蘇東坡的一生，讓孩子們有更深刻體會。</p> <p>本州介紹：蘇軾、莊子</p>
二	印度神話與當代人關係	<p>吠陀神話裡所描述的最大的神是因陀羅，他是天帝，眾神之首。因陀羅原本是帶領雅利安人入侵印度的英雄，死後成為神，其神格化具備了什麼表象？更於吠陀文化後期，印度產生了婆羅門教，而種姓制度的出現以及權力更為集中的體現，是否對於人類當代歷史結構上亦有其相似之處？其中會以老師本身前往印度深度旅遊所見所聞與學生分享並討論神與人之關係。</p> <p>本州介紹：婆羅門教眾神</p>
三	希臘十二天神仍在我們身邊	<p>美國硬幣上、紐約時代廣場、台灣老式建築、希臘帕德嫩神殿。看似遙遠又夢幻的希臘神話，其實並未真的離開人類的歷史，實際上他們仍在我們身邊，隨處可見！文藝復興後，希臘的思想仍在我們歷史與文化中。課程探討眾神事跡，以及希臘人思維，請學生表達自己更偏好哪一種價值觀，例如對黑帝斯是否誤解？雅典娜是否真有智慧？波賽頓是否更有資格成為眾神之首等，表達自己立場及看法。</p> <p>本州介紹：希臘十二眾神</p>
四	海島國家之不凡	<p>英國、日本、台灣。三個海島國家，在歷史上及優越地理位置，是如何相似又如何不同？英國坐岸觀虎鬥，日本南進政策及佔領東北後放棄海上優勢，以及台灣能夠如何藉由歷史來釐清自己發展。本周會詳盡介紹英國文化及日本文化，請學生們抒發己見並討論。更可藉由深度理解，來</p>

		<p>對於校內課程更加喜愛及認識。</p> <p>本州介紹：媽祖、波賽頓、天主教信仰</p>
五	什麼？科學精神其實是神學	<p>什麼？科學精神其實是神學？我們總認為科學的反面是神學，殊不知宗教改革伴隨的科學革命，其實更是一種為了證明上帝從在地行動。課程中介紹上帝例子、復仇者聯盟中的平行時空以及愛因斯坦的相對論。結合學校內歷史與化學等相關課目，讓孩子瞞彷彿再次回到十四世紀，做一次思想答辯，本周有趣又能讓孩子更明白自己所學的科學知識，期待孩子更認識自己當代所學。</p> <p>本周介紹：耶和華、耶穌</p>
六	數學公式竟能證明神存在？	<p>印度有位數學家沒有受過正規訓練，卻表現出了異於常人的數學天賦， 僅憑『直覺』就能寫下複雜數學公式，連英國大數學家哈代都說他【發明數學】。本周將介紹印度天才數學家拉馬努金，並討論數種數學公式，包含發射衛星軌道、粒子物理、統計力學、電腦科學、密碼技術和空間技術等不同領域，以及可以用來描述黑洞行為的公式，期待孩子們藉由討論來愛上數學，使數學不再是無聊的計算，而是包羅萬象的神奇科學。</p> <p>本周介紹：印度眾神</p>
七	岳飛該死，秦檜是厲害的創業家？	<p>本周以學生耳熟能詳的岳飛事跡作為引言，探討宋代複雜的政治邏輯，以及秦檜如何三次創業，第三次才成功找到自己市場價值來探討創業與人生規劃。本周課程包含經濟學以及對岳飛所為之歷史評價，與學生互動並問答方式，結合校內歷史及公民領域，讓學生對宋代哲學有更深刻體</p>

		<p>悟。</p> <p>本周介紹：岳飛、秦檜</p>
八	論語是一種溫暖的語言	<p>有鑑於多年教學高中國文經驗，知道孩子們對於論語孟子，總是一上課就昏昏欲睡，本課程就由介紹論孟中的句子，並以對話方式詢問學生們如何引用在當今社會，例如：知禮，不是規範，而是讓我們因知禮而感覺到自己比一班人更具備同理心與責任感，例如己所不欲勿施於人，其實是一種美好的溫柔，能讓社會更和諧，家人們更願意互相幫助彼此等。</p> <p>本周介紹：孔子、孟子</p>
九	消費心理學：你想買的不是你想買的	<p>消費心理學是商家常用的把戲，祭出小優惠，就很容易牽著顧客的鼻子走。因為人是不理性的動物，常常被情緒給支配。本周會請學生表達自己平常購物習慣，並討論被什麼所吸引，又排斥什麼來剖析。並介紹</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 心理帳戶：明明配件很奢華，為什麼獨獨對你吝嗇？ 2. 沉沒成本：每次殺價都沒用，旁邊奧客鬧鬧有糖吃？ 3. 比例偏見：送贈品送到心都在淌血，可是顧客根本不領情？ 4. 規避損失：成本上漲想漲價，但又怕被消費者罵是黑心廠商？ 5. 價格錨點：定完價格，但客戶只挑便宜的購買？ 6. 確定效應：同樣預算，要買一送一，還是抽大獎呢？ 7. 反射效應：想推投資服務，但知名投資人都不理你？ 8. 迷戀小概率效應：同樣是給1元，但顧客卻感覺收到了3元，5元，甚至10元的價值？ 9. 語意效應：調整敘述的得失感，別人卻覺得占便宜了？ 10. 聯合評估：新創服飾，要開在街邊好，還是開在百貨好？

十	<p>窮爸爸富爸爸：對於人生的面對方式</p>	<p>本周介紹這本書，並與學生討論，其中內含以下：</p> <p>窮人價值觀：</p> <p>我父母總是告訴我他們的房子價值多少，房貸早繳完早輕鬆。</p> <p>我也認為要存頭期款買房，那將來會是我的資產之一。</p> <p>即使花個一小時的時間，可以省下10塊錢我也覺得很值得。</p> <p>認為現在所有的投資課程都是詐騙集團，像老鼠會、直銷。</p> <p>花錢上台幣2~4萬的課程簡直像做白工2個月，存不到錢很不值得。</p> <p>有錢人價值觀：</p> <p>早早背房貸真的不是一件很好的事情，因為這是負債。</p> <p>存錢不應該馬上買下一大筆債務，應該要購買會有正向現金流的資產。</p> <p>寧願多花10塊錢，省下我寶貴的時間作更有價值得事情。</p> <p>其實投資課程就像英文補習班而已，我們購買的課程也已經超過20萬元了，包括房地產、美股、網路聯盟行銷等課程。</p> <p>遠光放遠一點，如同書中所說要接受「真正的財商教育」，即使花個萬塊，從未來往前看絕對是很值得的一件事。</p> <p>本周將介紹：孟德斯鳩</p>
十一	<p>「兼愛非攻」的墨子，竟被孟子罵禽獸？</p>	<p>孟子曾說：「楊氏為我，是無君也；墨氏兼愛，是無父也。無父無君，是禽獸也。」批評道家激進派的楊朱太個人主義（人不為己，天誅地</p>

		滅)，以及墨家創始人墨子太博愛、太理想化，學習兩派思想的都是禽獸。可是，課本上明明就寫說墨家核心思想是「兼愛非攻」的和平主義，和平不好嗎？怎麼會被孟子罵得這麼慘、甚至被說禽獸呢？本周以墨子為引言，向細介紹墨家與當代知關係，與學生們課堂討論。 本周將介紹：諸葛亮、張良、秦始皇
十二	道上規矩，不過「義」字！	道上規矩，不過「義」字！不是說墨子「非攻」嗎？怎麼又說他是跨國幫派？事實上，墨子的非攻是指反對進攻其他國家的非正義戰爭，但不反對防守自己國家的正義戰爭。本周將大略介紹電影《墨攻》，其中墨子十分重視防禦工事，在軍事防守方面的研究成果，包含如何編組軍隊、如何構築工事、如何裝備武器、如何進行戰鬥等等。並討論真正非攻，今日社會上是否可行，或其實正在進行一場和平的信仰思辨。 本周將介紹：墨子
十三	馬雅文明的衰亡	本周將帶學生一起回到馬雅文明，藉由老師親身前往旅行經驗，一起討論來認識馬雅。其中包含馬雅文明的內部競爭，藝術與知識上豐富的成就。例如前古典時期的馬雅是世界上最早發展出具有零的概念的位置記數法。這個今日看來如此明顯的數學概念，它的發明在歷史卻只出現過兩次。例如現在阿拉伯數字於中世紀末期取代麻煩的羅馬數字前，就連希臘人與歐洲人也未曾發現過它的存在。結合歷史課綱，期待還學生更認識校內課程上的文明。 本周將介紹兩位神-特佩烏與古庫馬茲。
十四	漁父，穿夾腳拖的黑老頭	結合校內課程漁父。 屈原在江邊遇到的這位漁夫，他的言談，完全有

		<p>一位企業高管或是政府高官的水準，卻表現得像個不看報、不看電視、不上網的閒散老頭，豈不是一件怪事？屈原沒問明他的名姓，只簡單的稱為漁父，卻似乎為我們留下了永遠無解的千古謎團。</p> <p>本周將介紹漁父與道家哲學，以及屈原的思想，並讓學生選擇哪個更像自己所追求的人生。</p> <p>本州介紹：屈原、漁父</p>
十五	宙斯的五個兒子	<p>本周介紹宙斯的五位兒子，並藉由了解他們，來剖析學生更想成為怎樣的形象，大綱如下：</p> <p>1. 赫爾墨斯：保佑一切需要思考的和需要靈巧能力的東西，以細膩見長。他手持使者的神仗，腳跟上長有翅膀。看到他，我會想到在科學園區裡埋頭鑽研、工程師背景的CEO，而他們確實得經常遠行，到更遠的地方去爭取更大的權力。</p> <p>2. 阿波羅：最有名，是太陽神，輝煌者。有他在，就表示有邏輯的思考和秩序，他是和諧之神，也是醫學之神。看到他，我想到穿著光鮮亮麗、一絲不苟的白領菁英，以穩定及完美主義來要求自己，並藉此獲得權力。</p> <p>3. 戴奧尼索斯：是農業和豐產之神，尤其是葡萄園之神，他透過使人沈醉來給人幸福，也被稱為酒神。看到他，我想到俏皮、有創意又從容的廣告創意人，不斷以創新的精神去解決問題，始終能保持魅力。</p> <p>4. 阿瑞斯：他很好戰，恐怖和懼怕因而伴隨著他。他的好鬥有些像羅馬神話裡的戰神馬爾斯，但知名度遠不及女戰神雅典娜。看到他，想到一</p>

		<p>些政客，內在充滿恐懼卻始終齟齬牙咧嘴地狂哮。</p> <p>5. 賀淮斯托：他是個瘸子，因觸犯了宙斯被處罰而殘障，他是火之神，仍有生命力。看到他使我想到了許多被職場所淘汰、被擠出社會主流的中年人，想盡辦法討生存，我對他們不禁有些同情而發出感嘆。</p>
十六	北歐十二眾神	<p>在公元1000年改信基督教以前，冰島信奉北歐多神教，這類宗教流行於北歐丹麥、挪威、瑞典，後來又傳入冰島和格陵蘭。這種宗教信奉多神，崇拜太陽和生殖，是古代拜日教的蛻變異種。它沒有神學，亦不設專門的祭司，但是有許多自成體系的神話故事，教義和哲理都是通過神話故事來表達。本周將介紹北歐神話，並詳細介紹幾位大神思維模式，融合學校課綱地理及歷史等科目，讓學生在上校內課程時對北歐更有興致。</p>
十七	中國神與北歐神之戰	<p>隨機抽樣題目，例如：如何讓人類更加善良？</p> <p>隨機抽樣自己代表陣營，例如：中國神</p> <p>各自以自己代表陣營分為兩組，配合題目，開始進行思想答辯。</p> <p>上台以自己對於該神話或歷史人物了解，輪流上台為自己代表一方辯論。</p>
十八	路易十六真是一位惡皇帝？	<p>本周結合校內歷史課綱，法國大革命以及公民的當代政治。介紹路易十六以及路易十四的生平事蹟，請學生藉由課程討論，再給學生們一次機會跟決定權，是否還是會做出一樣決定。</p>
十九	達爾文的演化論斷層-埃及神	<p>達爾文的演化論並不完全，可為何人們還是會相信並成為教科書典範？本課程會試圖用另一種方式理解演化論的可能性，以及介紹達爾文的一生生平。</p>

		<p>本周結合校內生物課程，並以埃及神以及金字塔等豐富故事，來烘托人類進化論的可能性，以及埃及文獻與壁畫，讓學生對於埃及文化以及進化論有更深刻印象。</p>
二十	海上媽祖，管轄權?!	<p>原本屬於海神的媽祖，為何成為台灣人普遍信仰？</p> <p>本周將以媽祖文化來剖析，結合台灣史與台灣傳統信仰，來深入了解我們台灣的土地，以及神的慈心是否亦讓人更能接受，也願意善良，對社會有更深的善意？</p> <p>讓孩子藉由課程中的答辯，來探討神與人之關係，以及人與人的相處之道。</p>
二十一	羅馬神與希臘神的重疊性	<p>希臘神話中的眾神各個都擁有欲望，有些甚至比人類的欲望還要強烈。他們行事全憑自己的愛好，隨心所欲，完全不顧慮其他神或人類的看法和喜惡憎恨，這很大程度上是基於神的長生不老以及強大的超自然力量所賦予的強烈優越感和超脫感。然而到了羅馬時期，眾神形象及個性也有了轉變，宙斯變得更負責任、戰神更重視名譽、亞典娜則不再具有權威性。</p> <p>本周將結合校內課綱的羅馬時期，以及希臘時期歷史，讓學生更認識羅馬人的性格與軍事權威，以及東羅馬帝國等，期待學生更喜愛校內課程，並更清楚羅馬人的性格。</p>
二十二	世界眾神之戰	<p>隨機抽樣題目，例如：埃及神奴役人民反受其害</p> <p>隨機抽樣自己代表陣營，例如：埃及神</p> <p>各自以自己代表陣營分為兩組，配合題目，開始進行思想答辯。</p> <p>上台以自己對於該神話或歷史人物了解，輪流上台為自己代表一方辯論。</p>

學習評量：	本學期將以學生兩次上台代表答辯方式來進行評分，學生需要對每位神性格上有所認識，或對歷史人物有一定了解才能得分，其他同學也可以為每一位同學評分。 課程內上課答辯分數30%，兩次上台答辯分數各30%，以及學生互相評分成績40%
備註：	

【備查版】

課程名稱：	中文名稱：最佳化	
	英文名稱：Optimization	
授課年段：	一上、一下	學分總數：2
課程屬性：	通識性課程	
議題融入：	資訊、多元文化、閱讀素養	
師資來源：	校內單科	
課綱核心素 養：	A自主行動：A2.系統思考與問題解決，	
	B溝通互動：B1.符號運用與溝通表達，	
	C社會參與：C3.多元文化與國際理解，	
學生圖像：	思辨力，閱讀力，	
學習目標：	瞭解尋求一個問題的最佳解或解決方案的過程，並將問題或系統以數學的方式來描述及代表，再以篩選或搜尋的方法求出此一最佳化模式。	
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題
	一	學期課程簡介
	二	最佳化的應用
	三	啟發式演算法介紹
	四	二元一次不等式1
	五	二元一次不等式2
	六	最佳解1
	七	最佳解2
	八	線性規劃1
		內容綱要
		學期課程說明；最佳化課程架構
		介紹最佳化的應用領域
		介紹各種啟發式演算法，包括領域搜索法、模擬退火法、禁忌搜索以及遺傳演算法。
		圖解二元一次不等式的解
		手繪二元一次不等式的圖形
		平行線法求最佳解
		頂點法求最佳解
		介紹線性規劃意涵、求解步驟與方法

	九	線性規劃2	跨域實例分享與操作
	十	線性規劃3	線性規劃素養操作練習
	十一	介紹Excel規劃	介紹Excel內建求最佳解的工具
	十二	Excel規劃求最佳解	利用Excel內建工具求最佳解實作
	十三	生活上最佳化的應用1	分組討論確定問題，並使用規劃方法尋找最佳解
	十四	生活上最佳化的應用2	應用資訊科技尋找最佳解
	十五	成果分享1	小組成果報告(1)
	十六	成果分享2	小組成果報告(2)
	十七	學期資料彙整	統整學期書面學習單與成果報告資料
	十八	課程總結	資料彙整編輯，上傳學習歷程平台
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	書面30% 操作30% 報告40%		
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 環遊世界看地理		
	英文名稱： Geography discussion in the world		
授課年段：	一上、一下	學分總數： 2	
課程屬性：	專題探究		
議題融入：	人權，環境，生命，資訊，多元文化		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素養：	A自主行動： A2.系統思考與問題解決		
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達		
	C社會參與： C1.道德實踐與公民意識， C3.多元文化與國際理解		
學生圖像：	表達力，閱讀力，關懷力		
學習目標：	藉由地理議題的探討，認識及瞭解不同國家的文化、社會現象及問題，進而訓練思考、解決問題的能力。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	課程簡介	課程簡介、說明流程、分組及選擇主題
	二	宗教與文化	電影賞析「把她帶回家」
	三	宗教與文化	電影賞析「把她帶回家」
	四	宗教與文化	電影賞析「把她帶回家」
	五	宗教與文化	開放討論電影內容，報告小組準備下週報告
	六	宗教與文化	報告小組成果報告
	七	冷戰下的歐洲	電影賞析「送信到哥本哈根」
	八	冷戰下的歐洲	電影賞析「送信到哥本哈根」

	九	冷戰下的歐洲	電影賞析「送信到哥本哈根」
	十	冷戰下的歐洲	開放討論電影內容，報告小組準備下週報告
	十一	冷戰下的歐洲	報告小組成果發表
	十二	種族與貧富	電影賞析「攻其不備」
	十三	種族與貧富	電影賞析「攻其不備」
	十四	種族與貧富	電影賞析「攻其不備」
	十五	種族與貧富	開放討論電影內容，報告小組準備下週報告
	十六	種族與貧富	報告小組成果發表
	十七	期末分享	期末分享、反思與回饋
	十八	期末總結	學生個人報告整理
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	出席率 20% 課堂參與（含發言討論、回饋單等） 20% 個人課堂電影學習單 30% 小組口頭與書面成果報告 30%		
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 翻轉英文課-來點不一樣的文法學		
	英文名稱：		
授課年段：	一上、一下		學分總數： 2
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	多元文化、閱讀素養、國際教育		
師資來源：	外聘(其他)		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1. 身心素質與自我精進, A2. 系統思考與問題解決,		
	B溝通互動： B1. 符號運用與溝通表達, B2. 科技資訊與媒體素養,		
	C社會參與： C2. 人際關係與團隊合作, C3. 多元文化與國際理解,		
學生圖像：	表達力, 閱讀力,		
學習目標：	使學生能更輕鬆理解高中文法，提升英文學習興趣		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	課程介紹	簡介18周課程內容，包含國中文法複習鋪墊，以及高中文法概念建構
	二	翻轉國中文法1：詞性學	介紹英文中主要出現的詞性與功能
	三	翻轉國中文法2：詞性→句構	介紹英文中的句構邏輯
	四	翻轉國中文法3：動詞	介紹動詞的變化與其功能
	五	翻轉國中文法4：特殊動詞	實際使用國中出現過的特殊動詞來複習第四周概念，如：使役動詞、連綴動詞、感官動詞等
	六	翻轉國中文法5：名詞子句1	介紹名詞子句的種類與實際功能，著重於that子句應用

	七	翻轉國中文法5：名詞子句2	介紹名詞子句的種類與實際功能，著重於間接問句應用
	八	翻轉國中文法6：形容詞子句1	介紹形容詞子句的種類與實際功能，著重於who系列
	九	翻轉國中文法6：形容詞子句2	介紹形容詞子句的種類與實際功能，著重於which系列
	十	翻轉國中文法6：形容詞子句3	介紹形容詞子句的種類與實際功能，著重於that系列
	十一	翻轉國中文法7：副詞子句	介紹副詞子句的種類與實際功能
	十二	翻轉高中文法1：分詞1	使用國中學過的文法概念來擴充高中的重點文法「分詞」
	十三	翻轉高中文法1：分詞2	導入高中「分詞」用法，如keep, find, leave, catch等
	十四	翻轉高中文法2：分詞構句1	講解由形容詞子句轉變的分詞構句
	十五	翻轉高中文法2：分詞構句2	講解由副詞子句轉變的分詞構句
	十六	翻轉高中文法2：分詞構句3	講解由and轉變的分詞構句
	十七	翻轉高中文法3：假設語氣大魔王	複習國中等級的If用法
	十八	翻轉高中文法3：假設語氣大魔王	介紹高一等級的If用法
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：			
1. 課程出席平時表現40% 2. 隨堂小考60%			

備註：	
-----	--

【備 查 版】

課程名稱：	中文名稱： 鏈上華爾街		
	英文名稱：		
授課年段：	一上、一下	學分總數： 2	
課程屬性：	專題探究		
議題融入：	科技， 資訊		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1. 身心素質與自我精進， A2. 系統思考與問題解決， A3. 規劃執行與創新應變		
	B溝通互動：		
	C社會參與：		
學生圖像：	恆毅力， 行動力		
學習目標：	認識鏈上金融服務， 並了解其運作原理		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	介紹現實金融市場	了解真實世界的金融市場服務、並定義金錢的意涵
	二	鏈上記錄	創立加密或幣錢包，並學會解讀鏈上交易紀錄、合約互動
	三	Defi(一)	了解CPMM的運作原理
	四	Defi(二)	了解流動性提供、無償損失的概念
	五	Defi(三)	CPMM變形，介紹Balancer、Curve，認識聚合器
	六	Lending(一)	認識抵押協議AAVE、Compound的運作原理
	七	Lending(二)	閃電貸
	八	穩定幣市場	了解中心化、抵押型、演算法穩定幣之異同

九	GameFi	認識遊戲金融的生態
十	NFT(一)	藍籌項目介紹
十一	NFT(二)	介紹實際的應用場景
十二	域名服務	域名與現實的關係
十三	鏈上數據分析	介紹各大鏈上數據分析的工具
十四	代幣經濟模型	說明不同代幣發售的差異
十五	多鏈生態	介紹不同鏈的發展優劣(AVAX、Solana、Aptos...)
十六	跨鏈橋	多鏈之間資產的轉移方法
十七	Layer2擴容	不可能三角、TPS的天花板限制
十八	常見的投資選擇	合約、網格、嚙羊毛
十九		
二十		
二十一		
二十二		
學習評量： 期末評量(30%) 平時作業(70%)		
備註：		

課程名稱：	中文名稱： 競技飛盤		
	英文名稱：		
授課年段：	一上、一下	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	戶外教育		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A2. 系統思考與問題解決,		
	B溝通互動： B1. 符號運用與溝通表達,		
	C社會參與： C2. 人際關係與團隊合作,		
學生圖像：	行動力，合作力，恆毅力，		
學習目標：	培養學生四肢協調能力		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	課程介紹	說明上課方式
	二	分組活動	講解飛盤技巧
	三	分組活動	講解飛盤技巧
	四	分組活動	講解飛盤技巧
	五	分組活動	飛盤技巧-正手投擲及跑位
	六	分組活動	飛盤技巧-正手投擲及跑位
	七	分組活動	飛盤技巧-反手投擲及跑位
	八	分組活動	飛盤技巧-反手投擲及跑位
	九	分組活動	小組競賽

	十	分組活動	飛盤擲準
	十一	分組活動	飛盤擲準
	十二	分組活動	飛盤爭奪賽
	十三	分組活動	飛盤爭奪賽
	十四	分組活動	飛盤技巧綜合練習
	十五	分組活動	飛盤技巧綜合練習
	十六	分組活動	飛盤技巧綜合練習
	十七	分組活動	飛盤技巧綜合練習
	十八	期末評量	分組競賽
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：		上課態度60%、期末評量40%	
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： AI圖像與數據識讀力分析		
	英文名稱： Image power		
授課年段：	二上、二下		學分總數： 4
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗		
議題融入：	品德、生命、生涯規劃、多元文化		
師資來源：	跨校協同		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進， A2.系統思考與問題解決，		
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達， B3.藝術涵養與美感素養，		
	C社會參與： C1.道德實踐與公民意識，		
學生圖像：	思辨力， 關懷力， 行動力， 合作力， 品格力，		
學習目標：	1透過自身已知系統，解讀圖像訊息 2透過圖像解讀，擴大自身感知系統		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	導論	解說課程內容 共同學習模組
	二	你的名字	名字的力量
	三	言靈	語言的力量
	四	與夢想共舞	夢想的力量
	五	等待的背後是巨大的信心	等待的力量
	六	放下的意義	取捨的力量
	七	成功不必在我	助人的力量
	八	與神同行的創造力	創造的力量

	九	你亮了天地都亮了	美善的力量
	十	你所經歷的都將成為光	情緒的力量
	十一	愛自己	愛的力量
	十二	不執著的認真(玩與工作)	玩樂的力量
	十三	我思故我在，我在我給予	意志的力量
	十四	空間與維度	移動的力量
	十五	時間的魔法	念頭的力量
	十六	孤獨是圓滿的開始	獨處的力量
	十七	好奇帶來的新鮮人生	探索的力量
	十八	大地嫵嫵愛你	自然的力量
	十九	看不見比看得見，更值得被看見	認出的力量
	二十	風暴的教導	困境的力量
	二十一	給予的狂喜	正念的力量
	二十二	課程評鑑	期末回饋
學習評量：	20篇狂野寫作(學習單) 80% 學習表現 20%		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 日文與文化二		
	英文名稱： Japanese - Level2		
授課年段：	二上、二下	學分總數： 4	
課程屬性：	專題探究		
議題融入：	多元文化、閱讀素養、國際教育		
師資來源：	外聘(其他)		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1. 身心素質與自我精進,		
	B溝通互動： B1. 符號運用與溝通表達,		
	C社會參與：		
學生圖像：	表達力， 閱讀力，		
學習目標：	了解五十音、簡單對話與基本文法，使學生獲得等同N5程度水準之日文實力		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	課程簡介	老師說明課程目標與大綱，並與同學互相自我介紹
	二	五十音教學：平假あ、か、さ三段	使學生熟悉平假あ、か、さ三段假名流變與寫法
	三	五十音教學：平假た、な、は三段	使學生熟悉平假た、な、は三段假名流變與寫法
	四	五十音教學：平假ま、や、ら、わ四段	使學生熟悉平假ま、や、ら、わ四段假名流變與寫法
	五	基礎招呼用語與日常對話	教授基本日常對話，如打招呼、關心、致謝與致歉等。
	六	五十音教學：片假アカサタナ五段	在既有的平假名基礎上教導學生記憶片假名
	七	五十音教學：片假ハマヤラワ五段	在既有的平假名基礎上教導學生記憶片假名

八	假名總複習與單字補充A	使用文本讓學生閱讀並朗誦完全由假名構成的文章，並補充單字
九	假名總複習與單字補充B	完成第8周訓練內容
十	用日文自我介紹	讓學生個別或分組以日文進行自我介紹
十一	N5文法：指物與指路	教授學生N5基礎文法，期望讓學生能夠獨立以日文描述如何指出物品所在位置與地點所在位置
十二	N5文法：破解の與日文形容詞	讓學生了解台灣許多店家與商品愛用的「の」大多不正確，並藉此教授日文當中正確的形容詞系統
十三	N5文法：有與沒有	讓學生了解在日文中的「有」有不同的用法，即あります與います的差別
十四	期末報告	各組上台報告並評分
十五	期末報告	各組上台報告並評分
十六	期末報告	各組上台報告並評分
十七	期末報告	各組上台報告並評分
十八	學期總結	針對學期中所學進行總複習
十九		
二十		
二十一		
二十二		
學習評量：課堂表現50%、期末報告50%		
備註：		

課程名稱：	中文名稱： 用英文看世界	
	英文名稱： To Reach the World in English	
授課年段：	二上	學分總數： 2
課程屬性：	通識性課程	
議題融入：	生命、多元文化、國際教育	
師資來源：	校內單科	
課綱核心素 養：	A自主行動： A2. 系統思考與問題解決, A3. 規劃執行與創新應變,	
	B溝通互動： B1. 符號運用與溝通表達, B2. 科技資訊與媒體素養, B3. 藝術涵養與美感素養,	
	C社會參與： C1. 道德實踐與公民意識, C2. 人際關係與團隊合作, C3. 多元文化與國際理解,	
學生圖像：	表達力，關懷力，行動力，	
學習目標：	1. 學生能實際應用英文，活用網路資源，透過不同視角了解其他文化。 2. 學生能用英文向他人介紹自身文化，並具體表達其特色。 3. 學生能實際透過實際互動與外國朋友進行交流。 4. 學生能透過認識自己及在地文化，累積行銷自身文化的實力	
教學大綱：	週次/ 序	內容綱要
	一	「東山旅遊團相見歡」 1. 課程導覽 2. 學生破冰 3. 註冊skyscanner、agoda、booking、tripadvisor會員
	二	「東山旅遊團行前會」Post-crossing平台應用 導覽post-crossing 網站， 教導學生撰寫英文明信片，並透過郵寄明信片，與外國朋友分享台灣高中生活。

三	「東山旅遊團行前會」 Couch surfing平台應用	導覽couch surfing 網站， 教導學生撰寫英文自我介紹，並嘗試透過衝浪沙發平台，與外國朋友互動、申請接待外國旅客。
四	第一站:芬蘭第一天 Visit Finland - What to Know Before You Visit Finland	在skyscanner及訂房網站上實際搜尋機票航班、班機、住宿價格。觀賞Youtube影片，了解芬蘭觀光大小事。
五	第一站:芬蘭第二天 「拜訪聖誕老人」	介紹聖誕老人歷史。教導學生實際寫信給世界各地的聖誕老人。
六	第二站:美國第一天 Top 10 US Travel Destinations You Need to Visit	在skyscanner及訂房網站上實際搜尋機票航班、班機、住宿價格。觀賞Youtube影片，認識十大美國景點。
七	第二站:美國第二天 「暢遊Disney World Theme Park」	教導學生如何線上購買迪士尼門票、導覽Disney World各園區地圖。閱讀迪士尼表演時程和標示。
八	第三站:澳洲第一天 Australia The Ultimate Travel Guide Best Places to Visit Top Attractions	在skyscanner及訂房網站上實際搜尋機票航班、班機、住宿價格。觀賞Youtube影片，認識澳洲終極景點。
九	第二站:澳洲第二天 「在澳洲找工作Working Holiday Program」	介紹澳洲打工度假方案、打工度假平台網站。教導學生實際填寫打工度假簽證申請表。
十	The World in Your Classroom 推客到台灣	邀請外國友人在課堂上分享自己的家鄉事務。引導學生互動、提問。
十一	第四站:泰國第一天 25 Amazing Things To Do in Bangkok, Thailand	在skyscanner及訂房網站上實際搜尋機票航班、班機、住宿價格。觀賞Youtube影片，認識泰國旅遊一定要嘗試的事物。
十二	第四站:泰國第二天 「在Elephant Nature Park照顧大象」	介紹泰國大象保育計畫、Elephant Nature Park 網站。教導學生實際填寫保育公園志工申請表。
十三	第五站:韓國第一天 Seoul Vacation Travel Guide	在skyscanner及訂房網站上實際搜尋機票航班、班機、住宿價格。觀賞Youtube影片，認識韓國

		歷史、首爾必訪景點。
十四	第四站:泰國第二天「去韓國當KPOP STAR 申請Big Hit面試」	導覽韓國偶像公司網站、閱讀條款。實際操作、申請當韓流偶像的面試機會。
十五	世界共好，國際特赦組織聲援人權！	介紹國際特赦組織。參加人權馬拉松活動，寫明信片聲援世界各地遭受人權迫害的個案。
十六	返程甜蜜的家鄉:台灣	觀賞Youtube影片，認識外國人眼中的台灣。介紹台灣私房景點及小吃。
十七	TC Time Walk: 台中景點英文導覽	參加TC Time Walk 英文導覽，學習如何用英文教紹自己的家鄉:台中。
十八	東山旅行團旅程分享	學生以小組為單位和全班分享自己這學期post-crossing成果、這學期印象最深刻的學習經驗與未來最想嘗試的延伸活動。
十九		
二十		
二十一		
二十二		
學習評量：	講義學習單批閱50%、期末小組分享30%、學生課堂參與/分組競賽20%。	
備註：		

課程名稱：	中文名稱： 田野中的寫作課		
	英文名稱： Schrijfles in het veld		
授課年段：	二上、二下	學分總數： 4	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	生命、閱讀素養		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1. 身心素質與自我精進,		
	B溝通互動： B1. 符號運用與溝通表達,		
	C社會參與：		
學生圖像：	表達力,		
學習目標：	學生可以經由田野調查觀察生活中的事件，同時撰寫出5000字至15000字的報導性作品。		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	課程介紹	學生自敘期待與教師說明課程。
	二	田野調查是什麼？	田調概述
	三	田野調查的工具	如何運用田調方法？
	四	觀察的重要性	如何選擇觀察對象與如何進行觀察
	五	報導文學作品分析	如何閱讀作品，以及分析作品
	六	小組報告1	選擇一部文學作品進行分析
	七	寫作課1	尋找主題
	八	寫作課2	蒐集資料
	九	小組報告2	說明寫作主題與資料分析結果

	十	寫作課3	擬定田調計畫
	十一	寫作課4	執行田調計畫1-建立資料
	十二	寫作課5	執行田調計畫2-建立資料
	十三	寫作課6	執行田調計畫3-分析資料
	十四	小組報告3	簡報田調資料所呈現的事件樣貌
	十五	謝作課7	擬定寫作計畫
	十六	謝作課8	完成寫作大綱
	十七	寫作課9	完成初稿
	十八	小組報告4	簡報作品內容
	十九	寫作課10	完成定稿
	二十	寫作課11	各組針對作品進行書面評論
	二十一	小組報告5	模擬作品發表會
	二十二	歷程檢視	發表個人學習歷程檔案
學習評量：		課堂表現40%、寫作成果60%	
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 表演力的形塑		
	英文名稱： How to Express and Perform		
授課年段：	二上、二下		學分總數： 4
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	品德、多元文化		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素養：	A自主行動： A1. 身心素質與自我精進,		
	B溝通互動： B3. 藝術涵養與美感素養,		
	C社會參與： C2. 人際關係與團隊合作,		
學生圖像：	表達力，鑑賞力，行動力，合作力，		
學習目標：	學會使用肢體、聲音，表達對文本的詮釋，透過小組合作分享各組的成果		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	肢體專題	身體的速度和持久度
	二	肢體專題	身體形狀與動作重複性
	三	肢體專題	表演者和舞台空間關係
	四	肢體專題	肢體與音樂連結練習
	五	肢體專題	肢體與情緒連結練習
	六	排練作業1	排練作業1
	七	聲音專題	聲音的出處
	八	聲音專題	聲音的塑造
	九	聲音專題	聲音的控制

	十	小組練習	小組練習
	十一	排練作業2	排練作業2
	十二	獨白的練習	獨白的練習
	十三	莎劇專題	莎劇專題
	十四	莎劇專題	莎劇專題
	十五	呈現作品討論練習	呈現作品討論練習
	十六	呈現作品討論練習	呈現作品討論練習
	十七	期末成果發表	呈現作品
	十八	期末成果發表	觀摩作品與檢討
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：		期中表演50% 期末成發50%	
備註：			

課程名稱：	中文名稱：科學的方法與態度	
	英文名稱：Scientific methods and attitude	
授課年段：	二上、二下	學分總數：4
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗	
議題融入：	科技、資訊、多元文化、國際教育	
師資來源：	校內單科	
課綱核心素 養：	A自主行動： A2.系統思考與問題解決, A3.規劃執行與創新應變,	
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達, B2.科技資訊與媒體素養,	
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作,	
學生圖像：	鑑賞力，思辨力，合作力，恆毅力，	
學習目標：	一、了解科學中的定量與定性 二、了解實驗中的各項變因 三、熟悉各種圖表的使用時機 四、Tracker軟體的介紹與使用 五、撰寫並執行研究計畫	
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題
	一	課程說明
	二	定量與定性的差異(一)

三	定量與定性的差異(二)	<p>一、定量：收集客觀的數字，利用結構化的統計數據佐證結論</p> <p>二、定性：描述主題，而非進行測量，深入探討主題，以獲得動機、想法與態度</p>
四	了解實驗中的變因(一)	<p>一、了解控制變因、操作變因及應變變因間的關係</p> <p>二、了解各種變因如何影響實驗的結果</p>
五	了解實驗中的變因(二)	<p>一、了解控制變因、操作變因及應變變因間的關係</p> <p>二、了解各種變因如何影響實驗的結果</p>
六	不同圖表的用途(一)	<p>一、說明各種圖表(圓餅圖、長條圖及折線圖)的用途</p> <p>二、以範例說明各種圖表的使用時機</p>
七	不同圖表的用途(二)	<p>一、說明各種圖表(圓餅圖、長條圖及折線圖)的用途</p> <p>二、以範例說明各種圖表的使用時機</p>
八	Tracker軟體教學與實作(一)	<p>一、介紹分析軟體Tracker</p> <p>二、利用範例熟悉Tracker的操作方式</p>
九	Tracker軟體教學與實作(二)	利用範例熟悉Tracker的操作方式
十	尋找研究主題並分析可行性	<p>一、尋找研究主題</p> <p>二、分析可行性</p>
十一	撰寫研究計畫	<p>一、撰寫實驗動機、實驗目標及實驗步驟</p> <p>二、完成研究計畫</p>
十二	執行研究計畫(一)	<p>一、依照所設計的實驗步驟執行實驗</p> <p>二、整理並分析得到的實驗數據</p>
十三	執行研究計畫(二)	<p>一、依照所設計的實驗步驟執行實驗</p> <p>二、整理並分析得到的實驗數據</p>

	十四	執行研究計畫(三)	一、依照所設計的實驗步驟執行實驗 二、整理並分析得到的實驗數據
	十五	執行研究計畫(四)	一、依照所設計的實驗步驟執行實驗 二、整理並分析得到的實驗數據 三、製作成果報告
	十六	執行研究計畫(五)	一、依照所設計的實驗步驟執行實驗 二、整理並分析得到的實驗數據 三、製作成果報告
	十七	成果分享與反思(一)	一、呈現自己的研究成果 二、理解對方的研究成果 三、賞析互評
	十八	成果分享與反思(二)	一、呈現自己的研究成果 二、理解對方的研究成果 三、賞析互評
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	分組合作與討論30% 課堂參與度與學習態度30% 期末成果報告40%		
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 記敘文寫作		
	英文名稱： Narrative Writing		
授課年段：	二上		學分總數： 2
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	品德、生命、多元文化、閱讀素養、國際教育		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進, A2.系統思考與問題解決,		
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達, B2.科技資訊與媒體素養,		
	C社會參與： C1.道德實踐與公民意識, C2.人際關係與團隊合作, C3.多元文化與國際理解,		
學生圖像：	表達力, 鑑賞力, 思辨力, 合作力,		
學習目標：	1. 認識記敘文架構 2. 記敘文文章賞析 3. 個人作品創作		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	課程簡介	1. 介紹課程綱要及內容 2. 說明課程進行方式和評量方式
	二	記敘文架構（故事山）	1. 介紹記敘文的文章架構 2. 認識故事山(story mountain)的架構
	三	記敘文架構（故事山）	1. 分析記敘文的文章架構（練習一） 2. 小組練習
	四	記敘文架構（故事山）	1. 分析記敘文的文章架構（練習二） 2. 小組練習
	五	記敘文的五個元素	介紹記敘文的元素（主題、人物、場景、情節、情緒/氛圍）

	六	記敘文的五個元素	1. 閱讀文章，分析記敘文的元素 2. 小組練習：用心智圖呈現故事元素
	七	文章開頭的寫法	介紹文章開頭的寫法 (hook & background information & thesis statement)
	八	文章開頭的寫法	個人練習：編寫文章開頭
	九	文章的連續性和連貫性	1. 介紹記敘文常用的轉承語 2. 小組練習：在文章中加入轉承語
	十	文章結語的寫法	1. 介紹故事結語的寫法 2. 小組練習
	十一	文章中加入對話的寫法	1. 介紹文章中對話的寫法 2. 小組練習
	十二	文章中加入感官描述	介紹感官描述的用語
	十三	文章中加入感官描述	1. 介紹感官描述的用語 2. 小組練習：編寫結合感官描述的情境
	十四	期末作品說明	1. 範本示範 2. 說明期末作品編寫以及呈現方式
	十五	期末作品編寫	個人進行期末作品編寫
	十六	期末作品編寫	個人進行期末作品編寫與修改
	十七	期末作品發表	個人期末作品發表
	十八	期末作品發表	個人期末作品發表
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：			1. 課堂筆記20% 2. 課堂參與度20% 3. 個人作業30% 4. 個人期末作品30%
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 財經咖啡廳		
	英文名稱： The Story of Economics		
授課年段：	二上、二下	學分總數： 4	
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗		
議題融入：	科技、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A3. 規劃執行與創新應變，		
	B溝通互動： B3. 藝術涵養與美感素養，		
	C社會參與： C3. 多元文化與國際理解，		
學生圖像：	鑑賞力， 思辨力， 合作力，		
學習目標：	認識財經與咖啡的關係		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	咖啡歷史簡介	咖啡歷史簡介與第一次咖啡約會-第一次咖啡品嘗
	二	手沖咖啡	手沖咖啡教學，各組練習品嘗，交換心得
	三	人生規劃	剪報找工作，規劃退休目標
	四	生命中的意外	1. 意外處理與預防。 2. 保險簡介。
	五	成果展示，手沖咖啡成果展	沖煮手沖咖啡，分組品嘗評分
	六	靜心練習1	品咖啡靜心準備月考
	七	段考週	個別諮詢與心得分享
	八	梯形濾杯手沖教學	比較梯形濾杯與V形濾杯差異性

	九	非洲咖啡豆分組報告	1. 分組介紹各組收集到的非洲咖啡豆 2. 沖煮分享
	十	財務數學(一):利率學	1. 利率計算 2. 現金折現
	十一	電腦EXCEL輔助計算	財金函數簡介與上機操作
	十二	個案研究	1. 利率計算 2. 貸款比較
	十三	靜心練習2	腹式呼吸教學及準備月考
	十四	段考週	個別諮詢與心得分享
	十五	摩卡壺沖煮咖啡	咖啡沖煮影片錄製
	十六	分組錄製本學期學到咖啡沖煮方法 上傳網路	分組錄製本學期學到咖啡沖煮方法上傳網路
	十七	各組成果發表	各組成果發表
	十八	成果展示	擇優組別做成果發表
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	課程參與度30% 心得分享30% 期末報告40%		
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 健身與重量訓練二		
	英文名稱： Exercises and Fitness		
授課年段：	二上、二下		學分總數： 4
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗		
議題融入：	人權、戶外教育		
師資來源：	外聘(其他)		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1. 身心素質與自我精進，		
	B溝通互動： B2. 科技資訊與媒體素養，		
	C社會參與： C2. 人際關係與團隊合作，		
學生圖像：	行動力，合作力，恆毅力，		
學習目標：	一、了解重量訓練認識肌肉適能對人體健康的重要性。 二、結合理論與實務能安全有效的自我訓練。 三、透過課程達成終身運動的習慣。		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	體適能介紹與說明、重量訓練器材介紹與操作	講解體脂及肌肉對身體體態的影響，另外說明身體三種能量運動方式
	二	健康體適能概念及肌肉名稱介紹、重量訓練器材實際操作	講解組數的意義及概念，先學習測量出自己的最大肌肉耐受力，並且體驗各項重訓器材的使用
	三	訓練、飲食與生理影響	說明飲食對於訓練上的影響， 破除錯誤迷思
	四	肌力與肌耐力訓練原理	針對每個人自己想要加強的或是想要更加進步的部分，設定訓練組數，進行練習
	五	訓練器材 (Weight Machine)- 實際操作	1. 上身-單/多關節訓練動作 2. 軀幹-包含核心肌群訓練

		3. 下身-單/多關節訓練動作
六	訓練器材 (Weight Machine)- 實際操作	1. 上身-單/多關節訓練動作 2. 軀幹-包含核心肌群訓練 3. 下身-單/多關節訓練動作
七	訓練器材 (Weight Machine)- 實際操作	1. 上身-單/多關節訓練動作 2. 軀幹-包含核心肌群訓練 3. 下身-單/多關節訓練動作
八	訓練器材 (Weight Machine)- 實際操作	1. 上身-單/多關節訓練動作 2. 軀幹-包含核心肌群訓練 3. 下身-單/多關節訓練動作
九	個人期中測驗(報告)	個人期中測驗(報告)
十	有氧訓練原理	有氧訓練練習 (自行車/跑步)
十一	徒手核心訓練(TRX)	徒手核心訓練(TRX)
十二	高強度間歇訓練	飛輪課程
十三	重量訓練 (Free Weight)- 實際操作	1. 上身-單/多關節訓練動作 2. 軀幹 3. 下身-單/多關節訓練動作
十四	重量訓練 (Free Weight)- 實際操作	1. 上身-單/多關節訓練動作 2. 軀幹 3. 下身-單/多關節訓練動作
十五	重量訓練 (Free Weight)- 實際操作	1. 上身-單/多關節訓練動作 2. 軀幹 3. 下身-單/多關節訓練動作
十六	常見運動傷害及處置辦法	認識運動傷害及發生傷害後的處理措施
十七	重量訓練特殊教學設計	不同需求對象與訓練特性之安排與實際操作。
十八	個人期末測驗(報告)	個人體脂及身體各部位重訓成果報告書
十九		

	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	個人期中報告30% 個人期末報告30% 上課參與度40%		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 從電影發現社會議題	
	英文名稱： Social Issues from Films	
授課年段：	二上、二下	學分總數： 4
課程屬性：	通識性課程	
議題融入：	環境	
師資來源：	校內跨科協同	
課綱核心素 養：	A自主行動： A2.系統思考與問題解決, A3.規劃執行與創新應變,	
	B溝通互動：	
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作,	
學生圖像：	思辨力，關懷力，合作力，	
學習目標：	1. 能了解行銷學基本概念和知能 2. 能透過市場環境分析產業的行銷組合和產業策略 3. 經訪查過程培養學生對市場認識和與社會的溝通與互動 4. 能了解學校附近產業的市場定位和行銷研究 5. 能學習此課程後完成產業行銷類的小論文	
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題
	一	課程介紹
	二	追風箏的孩子

內容綱要
1. 透過3至4部電影欣賞後，分析每部影片中所探討的議題。 2. 依學習單內容進行分析和討論。 3. 期末可依學習單完成期末報告 4. 發展為多元表現的學習歷程檔案 5. 進而依議題發展出小論文的寫作。
議題探討： 1. 阿富汗(含塔利班政權)的歷史政治發展

		2. 阿富汗的政治經濟、宗教文化，種族議題 3. 人性和價值觀
三	追風箏的孩子	議題探討： 1. 阿富汗(含塔利班政權)的歷史政治發展 2. 阿富汗的政治經濟、宗教文化，種族議題 3. 人性和價值觀
四	追風箏的孩子	議題探討： 1. 阿富汗(含塔利班政權)的歷史政治發展 2. 阿富汗的政治經濟、宗教文化，種族議題 3. 人性和價值觀
五	追風箏的孩子	議題探討： 1. 阿富汗(含塔利班政權)的歷史政治發展 2. 阿富汗的政治經濟、宗教文化，種族議題 3. 人性和價值觀
六	姊妹	議題探討： 1. 美國種族歧視隔離政策、背景、演進過程和現今狀況 2. 種族歧視→種族平等→多元族群的民權運動 3. 性別不平等下的社會階級 4. 多元文化
七	姊妹	議題探討： 1. 美國種族歧視隔離政策、背景、演進過程和現今狀況 2. 種族歧視→種族平等→多元族群的民權運動 3. 性別不平等下的社會階級 4. 多元文化
八	姊妹	議題探討： 1. 美國種族歧視隔離政策、背景、演進過程和現今狀況

		2. 種族歧視→種族平等→多元族群的民權運動 3. 性別不平等下的社會階級 4. 多元文化
九	姊妹	議題探討： 1. 美國種族歧視隔離政策、背景、演進過程和現今狀況 2. 種族歧視→種族平等→多元族群的民權運動 3. 性別不平等下的社會階級 4. 多元文化
十	我只是個計程車司機	議題探討： 1. 韓國的歷史與民主化運動 2. 韓國光州事件 3. 國家主權和公民身分認同 4. 轉型正義 5. 媒體識讀
十一	我只是個計程車司機	議題探討： 1. 韓國的歷史與民主化運動 2. 韓國光州事件 3. 國家主權和公民身分認同 4. 轉型正義 5. 媒體識讀
十二	我只是個計程車司機	議題探討： 1. 韓國的歷史與民主化運動 2. 韓國光州事件 3. 國家主權和公民身分認同 4. 轉型正義 5. 媒體識讀
十三	我只是個計程車司機	議題探討： 1. 韓國的歷史與民主化運動 2. 韓國光州事件

		3. 國家主權和公民身分認同 4. 轉型正義 5. 媒體識讀
十四	惡魔教室	議題探討： 1. 法西斯主義 2. 極權政體VS民主政體3. 反思
十五	惡魔教室	議題探討： 1. 法西斯主義 2. 極權政體VS民主政體3. 反思
十六	惡魔教室	議題探討： 1. 法西斯主義 2. 極權政體VS民主政體3. 反思
十七	惡魔教室	議題探討： 1. 法西斯主義 2. 極權政體VS民主政體3. 反思
十八	成果發表	透過以上議題探討，設計相關或延伸主題，進行成果報告
十九		
二十		
二十一		
二十二		
學習評量：	1. 課堂表現與態度30% 2. 分組合作和討論30% 3. 期末報告40%	
備註：		

課程名稱：	中文名稱： 眾神之戰二	
	英文名稱： God and Goddess	
授課年段：	二上、二下	學分總數： 4
課程屬性：	通識性課程	
議題融入：	人權、環境、品德、生命、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、國際教育	
師資來源：	外聘(其他)	
課綱核心素 養：	A自主行動： A1. 身心素質與自我精進, A2. 系統思考與問題解決, A3. 規劃執行與創新應變,	
	B溝通互動： B1. 符號運用與溝通表達, B3. 藝術涵養與美感素養,	
	C社會參與： C1. 道德實踐與公民意識, C2. 人際關係與團隊合作, C3. 多元文化與國際理解,	
學生圖像：	表達力, 鑑賞力, 思辨力, 關懷力, 行動力, 合作力, 品格力,	
學習目標：	藉由對話方式，探討國外名人（路易十四、十六、達爾文等）以及中國名人（蘇軾、王安石、寢始皇等），探討歷史人物，以及利弊得失，並了解印度神話、埃及神話、希臘神話與羅馬神話等，藉由對話方式來探討，以期待學生能藉由興趣來發起對校內科目的喜愛，並能夠表達出自己的觀感以及藉由對話方式增進表達能力。其中探討主題皆與校內課程息息相關，相輔相成之下，期待孩子能不再覺得校內課程索然無味，並充滿熱情與喜愛，更願意自發學習及主動學習。 其中會辦三次辯論，假想自己是其中一位人物，以辯論方式互動學習。（詳見第十一周）	
教學大綱：	週次/ 序	內容綱要
	一	蘇軾命運坎坷自找的？ 蘇軾為何命運坎坷，赤壁賦於其人生的意義。詳細介紹赤壁賦及蝶戀花等意境，並與學生一起討論如果是自己，如何避免，又會如何選擇？為何人們總是喜歡談論東坡，是否他真值得人們敬愛？其中會介紹蘇東坡的一生，讓孩子們有更深刻體會。

二	印度之神-階級體現	吠陀神話裡所描述的最大的神是因陀羅，他是天帝，眾神之首。因陀羅原本是帶領雅利安人入侵印度的英雄，死後成為神，其神格化具備了什麼表象？更於吠陀文化後期，印度產生了婆羅門教，而種姓制度的出現以及權力更為集中的體現，是否對於人類當代歷史結構上亦有其相似之處？其中會以老師本身前往印度深度旅遊所見所聞與學生分享並討論神與人之關係。
三	希臘諸神-存在你我乃海裡的主宰	美國硬幣上、紐約時代廣場、台灣老式建築、希臘帕德嫩神殿。看似遙遠又夢幻的希臘神話，其實並未真的離開人類的歷史，實際上他們仍在我們身邊，隨處可見！文藝復興後，希臘的思想仍在我們歷史與文化中。課程探討眾神事跡，以及希臘人思維，請學生表達自己更偏好哪一種價值觀，例如對黑帝斯是否誤解？雅典娜是否真有智慧？波賽頓是否更有資格成為眾神之首等，表達自己立場及看法。
四	數學公式竟然證明印度神存在	印度有位數學家沒有受過正規訓練，卻表現出了異於常人的數學天賦，僅憑『直覺』就能寫下複雜數學公式，連英國大數學家哈代都說他【發明數學】。本周將介紹印度天才數學家拉馬努金，並討論數種數學公式，包含發射衛星軌道、粒子物理、統計力學、電腦科學、密碼技術和空間技術等不同領域，以及可以用來描述黑洞行為的公式，期待孩子們藉由討論來愛上數學，使數學不再是無聊的計算，而是包羅萬象的神奇科學。
五	宋朝神祇-政治神壇	本周以學生耳熟能詳的岳飛事跡作為引言，探討宋代複雜的政治邏輯，以及秦檜如何三次創業，第三次才成功找到自己市場價值來探討創業與人

【備

		<p>生規劃。本周課程包含經濟學以及對岳飛所為之歷史評價，與學生互動並問答方式，結合校內歷史及公民領域，讓學生對宋代哲學有更深刻體悟。</p>
六	中國最古老的至尊神	<p>有鑑於多年教學高中國文經驗，知道孩子們對於論語孟子，總是一上課就昏昏欲睡，本課程就由介紹論孟中的句子，並以對話方式詢問學生們如何引用在當今社會，例如：知禮，不是規範，而是讓我們因知禮而感覺到自己比一班人更具備同理心與責任感，例如己所不欲勿施於人，其實是一種美好的溫柔，能讓社會更和諧，家人們更願意互相幫助彼此等。</p>
七	中國隱藏的古老神王	<p>道上規矩，不過「義」字！不是說墨子「非攻」嗎？怎麼又說他是跨國幫派？事實上，墨子的非攻是指反對進攻其他國家的非正義戰爭，但不反對防守自己國家的正義戰爭。本周將大略介紹電影《墨攻》，其中墨子十分重視防禦工事，在軍事防守方面的研究成果，包含如何編組軍隊、如何構築工事、如何裝備武器、如何進行戰鬥等等。並討論真正非攻，今日社會上是否可行，或其實正在進行一場和平的信仰思辨。</p>
八	中國神之戰	<p>孟子曾說：「楊氏為我，是無君也；墨氏兼愛，是無父也。無父無君，是禽獸也。」批評道家激進派的楊朱太個人主義（人不為己，天誅地滅），以及墨家創始人墨子太博愛、太理想化，學習兩派思想的都是禽獸。可是，課本上明明就寫說墨家核心思想是「兼愛非攻」的和平主義，和平不好嗎？怎麼會被孟子罵得這麼慘、甚至被說禽獸呢？本周以墨子為引言，向細介紹墨家與當代知關係，與學生們課堂討論。</p>

九	古南美神祇	<p>本周將帶學生一起回到馬雅文明，藉由老師親身前往旅行經驗，一起討論來認識馬雅。其中包含馬雅文明的內部競爭，藝術與知識上豐富的成就。例如前古典時期的馬雅是世界上最先發展出具有零的概念的位置記數法。這個今日看來如此明顯的數學概念，它的發明在歷史卻只出現過兩次。例如現在阿拉伯數字於中世紀末期取代麻煩的羅馬數字前，就連希臘人與歐洲人也未曾發現過它的存在。結合歷史課綱，期待還學生更認識校內課程上的文明。</p>
十	屈原岸邊預見了祂？	<p>結合校內課程漁父。</p> <p>屈原在江邊遇到的這位漁夫，他的言談，完全有一位企業高管或是政府高官的水準，卻表現得像個不看報、不看電視、不上網的閒散老頭，豈不是一件怪事？屈原沒問明他的名姓，只簡單的稱為漁父，卻似乎為我們留下了永遠無解的千古謎團。</p> <p>本周將介紹漁父與道家哲學，以及屈原的思想，並讓學生選擇哪個更像自己所追求的人生。</p>
十一	諸神之戰-第一次世界大戰	<p>隨機抽樣題目，例如：如何讓人類更加善良？</p> <p>隨機抽樣自己代表陣營，例如：埃及神</p> <p>各自以自己代表陣營分為兩組，配合題目，開始進行思想答辯。</p> <p>上台以自己對於該神話或歷史人物了解，輪流上台為自己代表一方辯論。</p>
十二	希臘神-破壞的權威	<p>希臘神話中的衆神各個都擁有欲望，有些甚至比人類的欲望還要強烈。他們行事全憑自己的愛好，隨心所欲，完全不顧慮其他神或人類的看法和喜惡憎恨，這很大程度上是基於神的長生不老以及強大的超自然力量所賦予的強烈優越感和超</p>

		<p>脫感。然而到了羅馬時期，眾神形象及個性也有了轉變，宙斯變得更負責任、戰神更重視名譽、亞典娜則不再具有權威性。</p> <p>本周將結合校內課綱的羅馬時期，以及希臘時期歷史，讓學生更認識羅馬人的性格與軍事權威，以及東羅馬帝國等，期待學生更喜愛校內課程，並更清楚羅馬人的性格。</p>
十三	以仁成神，以人成神	<p>原本屬於海神的媽祖，為何成為台灣人普遍信仰？</p> <p>本周將以媽祖文化來剖析，結合台灣史與台灣傳統信仰，來深入了解我們台灣的土地，以及神的慈心是否亦讓人更能接受，也願意善良，對社會有更深的善意？</p> <p>讓孩子藉由課程中的答辯，來探討神與人之關係，以及人與人的相處之道。</p>
十四	演化還是泥巴捏？	<p>達爾文的演化論並不完全，可為何人們還是會相信並成為教科書典範？本課程會試圖用另一種方式理解演化論的可能性，以及介紹達爾文的一生生平。</p> <p>本周結合校內生物課程，並以埃及神以及金字塔等豐富故事，來烘托人類進化論的可能性，以及埃及文獻與壁畫，讓學生對於埃及文化以及進化論有更深刻印象。</p>
十五	推動法國大革命的惡魔	<p>本周結合校內歷史課綱，法國大革命以及公民的當代政治。介紹路易十六以及路易十四的生平事蹟，請學生藉由課程討論，再給學生們一次機會跟決定權，是否還是會做出一樣決定。</p>
十六	諸神黃昏	<p>在公元1000年改信基督教以前，冰島信奉北歐多神教，這類宗教流行於北歐丹麥、挪威、瑞典，後來又傳入冰島和格陵蘭。這種宗教信奉多神，</p>

		<p>崇拜太陽和生殖，是古代拜日教的蛻變異種。它沒有神學，亦不設專門的祭司，但是有許多自成體系的神話故事，教義和哲理都是通過神話故事來表達。本周將介紹北歐神話，並詳細介紹幾位大神思維模式，融合學校課綱地理及歷史等科目，讓學生在上校內課程時對北歐更有興致。</p>
十七	宙斯的五位兒子	<p>本周介紹宙斯的五位兒子，並藉由了解他們，來剖析學生更想成為怎樣的形象，大綱如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 赫爾墨斯：保佑一切需要思考的和需要靈巧能力的東西，以細膩見長。他手持使者的神仗，腳跟上長有翅膀。看到他，我會想到在科學園區裡埋頭鑽研、工程師背景的CEO，而他們確實得經常遠行，到更遠的地方去爭取更大的權力。 2. 阿波羅：最有名，是太陽神，輝煌者。有他在，就表示有邏輯的思考和秩序，他是和諧之神，也是醫學之神。看到他，我想到穿著光鮮亮麗、一絲不苟的白領菁英，以穩定及完美主義來要求自己，並藉此獲得權力。 3. 戴奧尼索斯：是農業和豐產之神，尤其是葡萄園之神，他透過使人沈醉來給人幸福，也被稱為酒神。看到他，我想到俏皮、有創意又從容的廣告創意人，不斷以創新的精神去解決問題，始終能保持魅力。 4. 阿瑞斯：他很好戰，恐怖和懼怕因而伴隨著他。他的好鬥有些像羅馬神話裡的戰神馬爾斯，但知名度遠不及女戰神雅典娜。看到他，想到一些政客，內在充滿恐懼卻始終齜牙咧嘴地狂哮。

		<p>5. 賀淮斯托：他是個瘸子，因觸犯了宙斯被處罰而殘障，他是火之神，仍有生命力。看到他使我想到了許多被職場所淘汰、被擠出社會主流的中年人，想盡辦法討生存，我對他們不禁有些同情而發出感嘆。</p>
十八	馬雅古文明消失了？	<p>本周將帶學生一起回到馬雅文明，藉由老師親身前往旅行經驗，一起討論來認識馬雅。其中包含馬雅文明的內部競爭，藝術與知識上豐富的成就。例如前古典時期的馬雅是世界上最先發展出具有零的概念的位置記數法。這個今日看來如此明顯的數學概念，它的發明在歷史卻只出現過兩次。例如現在阿拉伯數字於中世紀末期取代麻煩的羅馬數字前，就連希臘人與歐洲人也未曾發現過它的存在。結合歷史課綱，期待還學生更認識校內課程上的文明。</p> <p>本周將介紹兩位神-特佩烏與古庫馬茲。</p>
十九	亞特蘭提斯-神之怒	<p>柏拉圖的提示有話：「在梭倫九千年前左右，海格力斯之柱（直布羅陀海峽）對面，有一大島，從該處你們可以去其它島嶼，該等島嶼的對面，就是海洋包圍著的一整塊陸地，此是『亞特蘭提斯』王國。當時亞特蘭提斯正要與雅典展開一場大戰，沒想到亞特蘭提斯卻突然遭遇到地震和水災，不到一日一夜就完全沒入海底，成為希臘人海路遠行的阻礙。本周將詳細介紹這起大戰以及傳說中予希臘諸神之關聯。</p>
二十	秦始皇不只會焚書	<p>秦始皇不只會焚書，史書記載的黑科技？本州介紹儒、墨、法三家的思想與戰爭，以及墨家的政治操作。</p>
二十一	諸神之戰-幸運白鴿	<p>以之前20周眾神理解，上台辯論，本州不抽題，只抽隊伍，分別代表不同國家與人物，討論眾神</p>

		如何可能性的和平共存。
	二十二	諸神之戰-毀滅倒數 以諸神神話代表為核心分配隊伍，隨機抽題模擬情境，看哪一隊能成功在末日存活。 (神不能干預人類，只能間接方式影響世界走向)
學習評量：	三次辯論成績40% 同學互相評比50% 歷史理解能力考試10%	
備註：		

課程名稱：	中文名稱： 當代永續樸門練習		
	英文名稱： The practice of modern sustainable life		
授課年段：	二上、二下		學分總數： 4
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗		
議題融入：	環境、生命、戶外教育		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素養：	A自主行動： A1. 身心素質與自我精進, A2. 系統思考與問題解決,		
	B溝通互動： B1. 符號運用與溝通表達, B3. 藝術涵養與美感素養,		
	C社會參與： C1. 道德實踐與公民意識, C2. 人際關係與團隊合作, C3. 多元文化與國際理解,		
學生圖像：	鑑賞力， 關懷力， 行動力， 合作力， 品格力，		
學習目標：	一、增進學生的環境覺知與敏感度，養成永續環境的價值觀。 二、辨識環境及氣候變遷問題，藉由實作發展其行動技能，從人類中心的舊思維，轉換成以整個生態系為思維方向的友善環境公民。 三、藉由校園碳耕實作，培養學生處理問題與團隊合作能力，進而推動生態家園行動。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	課程說明 從挽救氣候危機到創造新模式 ~行動的力量	一、說明上課規範 二、分組合作 三、報告呈現及評分方式 四、探討全球氣候變遷議題
	二	生養萬物的土壤 ~認識土壤生態與碳耕	一、五感體驗永續校園生活（風、水、動物、昆蟲） 二、認識校園碳耕循環系統 三、學習如何用廚餘及落葉等廢棄資材，進行土

		質改良。 四、學習土壤分析及種子球。
三	校園碳耕飲食花園實作 ~香蕉圈堆肥及中水菜園	校園碳耕實作（製作香蕉圈、中水菜園）
四	校園碳耕飲食花園實作 ~中水菜園&厚土種植法	一、分組討論種植種類、季節、可食用的方式、如何搭配種植 二、校園碳耕實作（飲食花園、中水菜園、翻堆）
五	糧食與土地正義 ~良食革命	一、介紹糧食革命 二、了解土地正義相關內涵 二、校園碳耕實作（飲食花園、翻堆）
六	心得分享與討論 ~碳耕/糧食與土地正義/從挽救氣候危機到創造新模式	一、小組心得報告 二、小組討論分工照顧方式
七	生物多樣性與生態平衡 ~多元種植與生物多樣性的棲地/校園碳耕飲食花園	一、認識食物鏈、生物多樣化與生態平衡 二、討論多樣化生產的好處，了解多元種植及食物森林的益處 三、學習樸門的厚土種植法及香蕉圈
八	保種與未來糧食安全 ~都市飲食花園/藏種於民	一、認識保種與未來糧食安全的議題 二、校園碳耕實作（翻堆、厚土種植床、種植蔬菜與香草）
九	校園碳耕堆肥場實作 ~在地轉廢循環	一、校園碳耕實作（堆肥圍場立柱、翻堆）
十	校園碳耕堆肥場實作 ~在地轉廢循環	一、校園碳耕實作（堆肥圍場立柱、翻堆、做堆肥塔）
十一	校園碳耕實作 ~飲食花園&堆肥場	一、校園碳耕實作（厚土種植法菜圃、種植蔬菜及香、堆肥場圍邊立柱、編網、翻堆）
十二	心得分享與討論 ~生物多樣性與生態平衡/保種與未來糧食安全	一、了解生物多樣性 二、研究並探討保種與未來糧食安全

十三	自我賦能-改變的力量 ~環境與世代正義/青少年世代的氣候行動	一、了解青年世代的氣候行動 二、探討環境與世代正義 三、校園碳耕實作（翻堆、田間管理）
十四	生態家園運動（一） ~生態家園/人類的根本解答/校園倡議行動	一、了解樸門永續設計原則 二、認識俄羅斯生態家園 三、探討生態家園/聚落可行性 四、校園碳耕實作（翻堆、田間管理）
十五	生態家園運動（二） ~校園倡議行動	一、討論校園碳耕計畫如何推廣 二、討論成果展呈現方式 三、DIY香草生活用品 四、校園碳耕實作（翻堆、田間管例）
十六	生態家園運動（三） ~校園倡議行動	一、討論校園碳耕計畫如何推廣 二、討論成果展呈現方式 三、DIY香草生活用品 四、校園碳耕實作（翻堆、田間管例）
十七	生態家園運動（四） ~校園倡議行動	一、分享校園碳耕心得 二、達人演講（是情況而定） 三、討論成果展呈現方式 四、校園碳耕實作（翻堆、田間管例）
十八	學習成果會	展現校園碳耕堆肥場及飲食花園成果，邀請校長及師生瞭解學習成果
十九		
二十		
二十一		
二十二		

學習評量：	分組合作與討論30% 課堂參與度與學習態度30% 期末成果報告40%
備註：	

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 預約幸福生活（金融與保險）		
	英文名稱： Economics		
授課年段：	二上、二下	學分總數： 4	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	資訊、生涯規劃		
師資來源：	外聘(其他)		
課綱核心素 養：	A自主行動： A2.系統思考與問題解決， A3.規劃執行與創新應變，		
	B溝通互動：		
	C社會參與： C1.道德實踐與公民意識，		
學生圖像：	表達力，鑑賞力，思辨力，		
學習目標：	1. 道保險的原則與風險的關聯。 2. 列舉基本保險的種類及其功能。 3. 能因應不同風險，選擇適當保險。 4. 探究珍惜保險資源的理由。		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	預約幸福生活	課程介紹
	二	認識自己的金錢觀	有錢人跟你想得不一樣
	三	投資工具介紹	每個人都可以是理財達人
	四	預約你的幸福生活	理財該有的態度
	五	工具的選擇	基金，股票，保險…哪個工具好
	六	管道的建立	銀行，投顧，保險…哪個管道優
	七	第一次定期評量週	第一次定期評量週--彈性運用課程

八	成功投資與聰明理財	你的理財觀決定你的人生觀
九	工具1銀行	銀行實務分享
十	工具2保險	保險概要
十一	工具2保險	險種分享:壽險、醫療險、癌症險、意外險、重大傷病險、失能險
十二	工具2保險	險種分享:壽險、醫療險、癌症險、意外險、重大傷病險、失能險
十三	工具2保險	險種分享:壽險、醫療險、癌症險、意外險、重大傷病險、失能險
十四	第二次定期評量週	第二次定期評量週-課程彈性運用
十五	工具2保險(產險)	車險、公共意外險、僱補險、一般團險
十六	工具3股票	股票概要
十七	工具3股票	技術分析、量價結構分析
十八	工具3股票	技術分析、量價結構分析
十九		
二十		
二十一		
二十二		
學習評量：1. 日常表現40%、2. 專題報告60%。		
備註：		

課程名稱：	中文名稱： 與生物交朋友		
	英文名稱： Be friends with Biology		
授課年段：	二上、二下	學分總數： 4	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	人權、環境		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1. 身心素質與自我精進, A2. 系統思考與問題解決,		
	B溝通互動： B2. 科技資訊與媒體素養, B3. 藝術涵養與美感素養,		
	C社會參與： C2. 人際關係與團隊合作,		
學生圖像：	思辨力, 關懷力, 恆毅力, 品格力,		
學習目標：	學習生物系統分類，讓學生尊重與欣賞生命之美，並且能了解生物在人類生活中的運用		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	介紹在地生物與環境	系統分類的發展與介紹
	二	生物分類大集合	說明生物與非生物以及現行生物分類架構
	三	病毒與人類	病毒特性說明
	四	細菌與人類	介紹細菌及其對人類的影響
	五	原生生物與人類	介紹原生生物及其對人類的影響
	六	菌物與人類	介紹菌物及其與人類的關係
	七	無菌操作與酵母菌接種	認識無菌操作技術
	八	菌物的顯微鏡觀	觀察菌物界的生物
	九	植物與人類	植物對人類發展的影響

	十	野菜辨識與食用	介紹環境中可食用蔬菜
	十一	動物與人類	介紹與人類生活關係密切的動物
	十二	生物標本認識與常見無脊椎動物繪圖	解說生物標本的製作與練習繪圖
	十三	校園植物調查	校園植物調查
	十四	校園植物調查	校園植物調查
	十五	景賢公園植物調查(一)	公園常見植物調查
	十六	景賢公園植物調查(二)	公園常見植物調查
	十七	調查資料整粒與投影片製作	整理資料
	十八	成果分享	成果分享
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	課堂表現60% 成果分享40%		
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 翻轉英文課-文法聽力大補帖		
	英文名稱： Grammatical and Listening Course for Basic English		
授課年段：	二上、二下	學分總數： 4	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	多元文化、閱讀素養、國際教育		
師資來源：	外聘(其他)		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1. 身心素質與自我精進, A2. 系統思考與問題解決,		
	B溝通互動： B1. 符號運用與溝通表達, B2. 科技資訊與媒體素養,		
	C社會參與： C2. 人際關係與團隊合作, C3. 多元文化與國際理解,		
學生圖像：	表達力, 閱讀力,		
學習目標：	使學生能更輕鬆理解高中文法，加強英文聽力能力，提升英文學習興趣		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	課程介紹與小試身手	簡介18周課程內容，剩餘時間快速針對國中基礎文法進行複習
	二	翻轉國中文法1：名詞子句+英聽練習	講解與複習名詞子句概念，並進行英聽練習
	三	翻轉國中文法2：形容詞子句+英聽練習	講解與複習形容詞子句概念，並進行英聽練習
	四	翻轉國中文法2：形容詞子句+英聽練習	講解與複習形容詞子句概念，並進行英聽練習
	五	翻轉國中文法3：副詞子句+英聽練習	講解與複習副詞子句概念，並進行英聽練習

六	翻轉國中文法4：三大子句合併比較+英聽練習	複習三大子句，並進行英聽練習
七	翻轉高中文法1：動詞學+英聽練習	針對動詞的不同態樣進行介紹與說明，並進行英聽練習
八	翻轉高中文法2：時態+英聽練習	針對動詞時態進行介紹與說明，並進行英聽練習
九	翻轉高中文法3：語態+英聽練習	針對動詞語態（主被動）進行介紹與說明，並進行英聽練習
十	翻轉高中文法4：狀態+英聽練習	針對動詞狀態（簡單、進行、完成）進行介紹與說明，並進行英聽練習
十一	翻轉高中文法5：分詞+英聽練習	針對高中分詞用法進行介紹與說明，並進行英聽練習
十二	翻轉高中文法5：分詞+英聽練習	針對高中分詞用法進行介紹與說明，並進行英聽練習
十三	翻轉高中文法6：分詞構句+英聽練習	針對高中分詞構句用法進行介紹與說明，並進行英聽練習
十四	翻轉高中文法6：分詞構句+英聽練習	針對高中分詞構句用法進行介紹與說明，並進行英聽練習
十五	翻轉高中文法6：分詞構句+英聽練習	針對高中分詞構句用法進行介紹與說明，並進行英聽練習
十六	翻轉高中文法6：假設語氣+英聽練習	針對If假設語氣用法進行介紹與說明，並進行英聽練習
十七	翻轉高中文法6：假設語氣+英聽練習	針對If假設語氣用法進行介紹與說明，並進行英聽練習
十八	翻轉高中文法6：假設語氣+英聽練習	針對If假設語氣用法進行介紹與說明，並進行英聽練習
十九		
二十		

	二十一		
	二十二		
學習評量：	1. 課程出席平時表現40% 2. 隨堂小考60%		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱：實用英文		
	英文名稱：Pragmatic English		
授課年段：	二下	學分總數：2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	多元文化、國際教育		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動：A1.身心素質與自我精進，A3.規劃執行與創新應變，		
	B溝通互動：B1.符號運用與溝通表達，B2.科技資訊與媒體素養，		
	C社會參與：C2.人際關係與團隊合作，		
學生圖像：	表達力，思辨力，行動力，閱讀力，		
學習目標：	1. 學生能使用正確的發音、語調、字彙進行英文交談。 2. 學生能應用口說英文到日常生活中，與他人進行英文交流。 3. 學生能運用增進口說英文的基本技巧和練習。 4. 學生能實際透過演講練習，來增強自己的口說能力。 5. 學生能實際透過英文模擬面試，來分析自己的優劣。		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	Phonics Skills/ Pronunciation/ Sentence Stress 發音及技巧、句 子重音	正確長、短母音的發音及易混淆的子音練習。學 習句子中的重音。
	二	Fluency/ Intonation 流暢度及語 調	英文流暢度訓練及語調練習。
	三	Word Choice/ VOC Bank 詞彙運用 及字彙手札	正確使用詞彙及搭配詞，學習記錄字彙手札。

四	Text Reading/ Storytelling 文本 念讀及說故事練習	從文本中訓練口說能力，並從圖片中描述故事。
五	Cooperative Principle/ Active L istening 合作原則、積極傾聽	解釋對話中的合作原則，並培養如何在對話中積極傾聽。
六	Conversation Skills/ Presentati on Skills 會話技巧、簡報技巧	學習會話中及簡報上可運用的技巧。
七	Topic Discussion: Hometown 主題 討論：家鄉	根據主題學習相關字彙，再與他人討論，並提出自身的看法。
八	Topic Discussion: Travelling 主 題討論：旅遊	根據主題學習相關字彙，再與他人討論，並提出自身的看法。
九	Topic Discussion: Technology 主 題討論：科技	根據主題學習相關字彙，再與他人討論，並提出自身的看法。
十	Integrated Speaking Practice 整 合型口說練習	結合其他素材，整合資料，總結及評論內容。
十一	Scenario Challenge 生活情境挑戰	根據指定情境，發展口說能力，告知或說服他人，亦能進行示範。
十二	Scenario Challenge 生活情境挑戰	根據指定情境，發展口說能力，告知或說服他人，亦能進行示範。
十三	The Elevator Pitch 電梯遊說（電 梯演講）	指出電梯遊說的重點，並創作屬於自己的電梯遊說自我介紹。
十四	Impromptu Speech 即興演講	採用課堂中的口說技巧，依主題發展即興演講。
十五	Impromptu Speech 即興演講	採用課堂中的口說技巧，依主題發展即興演講。
十六	Interview Skills 面試技巧	了解面試的目的，及準備方向，並能運用面試技巧於將來面試中。
十七	Mock Interview 模擬面試	模擬面試及回饋。
十八	Final Review 總複習	複習整學期所涵蓋的內容。
十九		

	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	錄音作業20%、字彙手札20%、學生課堂參與20%、演講練習20%、模擬面試20%。		
備註：			

【備查版】

四、特殊需求領域課程

五、彈性學習時間之全學期授課充實(增廣)/補強性教學

名稱：	中文名稱： 化學		
	英文名稱：		
授課年段：	二上、二下		
內容屬性：	充實/增廣		
師資來源：	校內單科		
學習目標：	提升化學視野		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	常見的化學反應	練習「物質的分類」相關題型
	二	常見的化學反應	練習「電解質與沉澱」相關題型
	三	常見的化學反應	練習「原子量與分子量」相關題型
	四	常見的化學反應	練習「酸鹼反應與水的解離」相關題型
	五	常見的化學反應	練習「溶液」相關題型
	六	常見的化學反應	練習「溶液」相關題型
	七	氣體的性質	練習「原子結構」相關題型
	八	氣體的性質	練習「理想氣體方程式」相關題目
	九	氣體的性質	練習「元素性質的規律性及元素週期表」相關題型
	十	氣體的性質	練習「離子鍵」相關題型
	十一	物質的構造與特性	練習「化學式」相關題型

十二	物質的構造與特性	練習「共價鍵」相關題型
十三	物質的構造與特性	練習「化學反應式與平衡」相關題型
十四	物質的構造與特性	練習「網狀物質」相關題型
十五	物質的構造與特性	練習「莫耳數計算」相關題型
十六	物質的構造與特性	練習「影響反應速率的因素」相關題目
十七	有機化合物	練習「化學計量」相關題型
十八	有機化合物	練習「影響平衡常數的因素」相關題目
十九		
二十		
二十一		
二十二		
備註：	同時段的全學期授課彈性課程，學生可自由選擇所需上課的科目 亦可提自主學習計畫，審查通過後，進行自主學習	

【備查版】

名稱：	中文名稱： 生物		
	英文名稱：		
授課年段：	二上、二下		
內容屬性：	充實/增廣		
師資來源：	校內單科		
學習目標：	提升生物視野		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	細胞的構造與功能	遺傳物質的補強性教學
	二	細胞的構造與功能	原核與真核細胞的構造與功能的補強性教學
	三	細胞的構造與功能	性狀與表徵的補強性教學
	四	細胞的構造與功能	細胞構造與功能的加強練習
	五	演化	性狀的表徵會變動生殖與遺傳的補強性教學
	六	演化	達爾文演化理論的補強性教學的補強性教學
	七	演化	達爾文演化的加強練習
	八	演化	細胞分裂的補強性教學
	九	演化	演化證據對生物分類系統影響的補強性教學
	十	演化	演化後造成生物多樣性的補強性教學
	十一	演化	多細胞生物分化的補強性教學
	十二	細胞的構造與功能	細胞學說發展歷程的補強性教學
	十三	科學發展的歷史	孟德爾遺傳法則的補強性教學
	十四	科學發展的歷史	性染色體的發現的補強性教學
	十五	科學發展的歷史	演化觀念的形成與發展的補強性教學

	十六	科學發展的歷史	科學發展的歷史的加強練習
	十七	科學在生活中的應用	基因轉殖技術的應用的補強性教學
	十八	科學在生活中的應用	科學在生活中的應用的加強練習
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
備註：同時段的全學期授課彈性課程，學生可自由選擇所需上課的科目 亦可提自主學習計畫，審查通過後，進行自主學習			

【備查版】

名稱：	中文名稱： 物理		
	英文名稱：		
授課年段：	二上、二下		
內容屬性：	充實/增廣		
師資來源：	校內單科		
學習目標：	提升學生物理的專業知識、理解分析題目之能力		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	導出量	觀察最大靜摩擦力和正向力的關係 觀察最大靜摩擦力和接觸面積的關係
	二	衡量	觀察最大靜摩擦力和不同接觸面性質的關係
	三	載流導線的磁效應(一)	藉觀察載流長直導線四周會有磁場的產生，了解電流的磁效應
	四	質心運動	觀察載流長直導線四周的磁場成同心圓，符合安培右手定則
	五	電磁感應(一)	進行「重力」題型練習
	六	電磁感應(二)	進行「電力與磁力」題型練習
	七	楊氏雙狹縫干涉(一)	觀察雷射光源通過雙狹縫產生之干涉現象
	八	電流磁效應	觀察雷射光源通過雙狹縫產生之干涉現象
	九	電磁感應	學習如何表示測量值及增加測量的準確度與精密度
	十	靜力平衡	進行「靜力平衡」題型練習
	十一	靜力平衡(一)	進行「都卜勒效應」題型練習
	十二	靜力學應用實例	進行「靜力學應用實例」題型練習

	十三	物體在斜面上的運動(一)	學習利用打點計時器分析運動的方法
	十四	摩擦力	進行「摩擦力」題型練習
	十五	熱量、熱容量與比熱	進行「熱量、熱容量與比熱」題型練習
	十六	熱膨脹	進行「熱膨脹」題型練習
	十七	簡諧運動	進行「簡諧運動」題型練習
	十八	簡諧運動	進行「簡諧運動」題型練習
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
備註：	同時段的全學期授課彈性課程，學生可自由選擇所需上課的科目 亦可提自主學習計畫，審查通過後，進行自主學習		



名稱：	中文名稱： 英文		
	英文名稱：		
授課年段：	二上、二下、三上、三下		
內容屬性：	充實/增廣		
師資來源：	校內單科		
學習目標：	擴充單字量 增強英文聽說讀寫基礎能力 增加英文學習新知 培養英文基礎素養		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	英文選文第1篇	選文1及其延伸活動
	二	英文選文第2篇	選文2及其延伸活動
	三	英文選文第3篇	選文3及其延伸活動
	四	英文選文第4篇	選文4及其延伸活動
	五	英文選文第5篇	選文5及其延伸活動
	六	月考準備週	複習月考進度
	七	英文選文第6篇	選文6及其延伸活動
	八	英文選文第7篇	選文7及其延伸活動
	九	英文選文第8篇	選文8及其延伸活動
	十	英文選文第9篇	選文9及其延伸活動
	十一	英文選文第10篇	選文10及其延伸活動
	十二	月考準備週	複習月考進度
	十三	英文選文第11篇	選文11及其延伸活動

	十四	英文選文第12篇	選文12及其延伸活動
	十五	英文選文第13篇	選文13及其延伸活動
	十六	英文選文第14篇	選文14及其延伸活動
	十七	英文選文第15篇	選文15及其延伸活動
	十八	月考準備週	複習月考進度
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
備註：			

名稱：	中文名稱： 國文1		
	英文名稱：		
授課年段：	二上		
內容屬性：	充實/增廣		
師資來源：	校內單科		
學習目標：	充實學生古文鑑賞能力		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	課程說明	課程概說
	二	燭之武退秦師	說服技巧
	三	大同與小康	社會制度
	四	諫逐客書	政策討論
	五	鴻門宴	人物描寫
	六	出師表	抒情表達
	七	桃花源記	理想社會
	八	師說	社會風氣
	九	師說	社會風氣
	十	赤壁賦	水月之辯
	十一	赤壁賦	寫作練習
	十二	項脊軒志	瑣事敘述
	十三	項脊軒志	寫作練習
	十四	晚遊六橋待月記	美感經驗
	十五	晚遊六橋待月記	寫作練習

	十六	勞山道士	小說技巧
	十七	勞山道士	小說技巧
	十八	評審換你做	作品分享
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
備註：	同時段的全學期授課彈性課程，學生可自由選擇所需上課的科目 亦可提自主學習計畫，審查通過後，進行自主學習		

名稱：	中文名稱： 數學		
	英文名稱：		
授課年段：	二上、二下、三上、三下		
內容屬性：	充實/增廣		
師資來源：	校內單科		
學習目標：	理解並活用數學符號		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	複數平面	(1) 能瞭解複數平面 (2) 能在複數平面上標示點的複數坐標
	二	複數的四則運算	能熟悉複數加減乘除四則運算
	三	複數絕對值	能瞭解複數絕對值的定義
	四	無窮等比級數	能了解無窮等比數列與無窮等比級數收斂的條件，進而能求無窮等比級數的和
	五	循環小數	能將循環小數化成分數，並能了解所有的循環小數都是有理數的概念
	六	認識 Σ 符號	能了解無窮級數的概念，並了解無窮級數求和的方法
	七	二元一次不等式	(1)了解二元一次不等式的解為坐標平面上的半平面，並描繪出其圖形 (2)描繪出二元一次聯立不等式的圖形
	八	線性規劃	能將題目解讀且轉換成數學式及列出限制條件，並在坐標平面上畫出可行解區域及寫出目標函數並求極值
	九	平行直線系	使用平行線法或是頂點法找出目標函數的極值

	十	方程式的虛根	能解二次方程式，並運用根與係數關係求解相關問題
	十一	實係數方程式的代數基本定理	了解代數基本定理，並了解 n 次方程式恰有 n 個根的概念
	十二	虛根成對性質	了解並運用一次因式檢驗法、虛根成對定理、勘根定理
	十三	函數	(1)了解函數的定義及自變數、應變數、定義域與值域等名詞的意義 (2)認識函數作為可操作的對象，例如 $f \pm g$ 、 $f \circ g$
	十四	圖形的對稱關係	能了解奇函數與偶函數的概念及其對稱性
	十五	圖形的凹凸性	能了解函數圖形的凹凸性的概念及其判定方法
	十六	函數的極限	認識函數的連續性與函數在實數 a 的極限
	十七	極限的運算性質	能利用極限的四則運算求函數在實數 a 的極限
	十八	夾擠定理	能利用夾擠定理求某些數列的極限
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
備註：	同時段的全學期授課彈性課程，學生可自由選擇所需上課的科目 亦可提自主學習計畫，審查通過後，進行自主學習		

名稱：	中文名稱： 數學		
	英文名稱：		
授課年段：	二上、二下、三上、三下		
內容屬性：	補強性		
師資來源：	校內單科		
學習目標：	導數與反導數的應用		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	課程說明	導數與導函數的極限定義
	二	複數的四則運算	排容原理
	三	複數絕對值	微分基本公式及係數 積和加減性質
	四	微積分公式	組合C的定義、階層!的定義
	五	數列與級數	導函數：微分乘法律，除法 律，連鎖律
	六	認識 Σ 符號	圓定義三角，三角函數基本性質
	七	微分應用	廣義三角函數
	八	線性規劃	積化和差，和差化積，反三角函數
	九	積分定義	變化率，切線與割線，極限
	十	積分公式	積分：多項式函數的反導函 數與不定積分
	十一	積分公式	廣義狹義的定義對照
	十二	積分公式	聯立方程組
	十三	積分應用	聯立方程組
	十四	積分應用	聯立方程組
	十五	積分應用	發想題目

	十六	導函數	離散型隨機變數：期望值、變異數與標準差，獨立性，伯努力試驗與重複試驗
	十七	機率	羅彼得定律，函數的極大、極小值
	十八	導函數的運用	能利用夾擠定理求某些數列的極限
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
備註：	同時段的全學期授課彈性課程，學生可自由選擇所需上課的科目 亦可提自主學習計畫，審查通過後，進行自主學習		

名稱：	中文名稱： 國文2	
	英文名稱：	
授課年段：	二下、三上、三下	
內容屬性：	充實/增廣	
師資來源：	校內單科	
學習目標：	充實學生古文鑑賞能力	
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題
	一	課程說明
	二	單元一
	三	單元二
	四	單元三
	五	單元四
	六	單元五
	七	單元六
	八	單元七
	九	單元八
	十	單元九
	十一	單元十
	十二	單元十一
	十三	單元十二
	十四	單元十三
	十五	單元十四
		內容綱要
		課程概說
		生涯規劃
		生命教育
		品德教育
		閱讀素養
		家庭教育
		人權教育
		性別平等
		原住民教育
		法治教育
		國際教育
		多元文化
		環境、海洋、戶外教育
		環境、海洋、戶外教育
		科技資訊

	十六	單元十五	能源、安全、防災
	十七	單元十六	非連續文本
	十八	單元十七	評審換你做
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
備註：	同時段的全學期授課彈性課程，學生可自由選擇所需上課的科目 亦可提自主學習計畫，審查通過後，進行自主學習		

名稱：	中文名稱： 自然		
	英文名稱：		
授課年段：	三上、三下		
內容屬性：	充實/增廣		
師資來源：	校內單科		
學習目標：	提升學生物理的專業知識、加強邏輯運算思考，培養學生的觀察力、知識力、統整力		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	熱學	熱平衡、熱量、熱容量、比熱
	二	熱學	電路分析
	三	熱學	電路裡的守恆律
	四	熱學	電功率與電流的熱效應
	五	電流的磁效應	電流的磁效應
	六	電流的磁效應	繩波的反射與透射、週期波
	七	電流的磁效應	載流導線在磁場中所受的力
	八	電流的磁效應	帶電質點在磁場中的運動
	九	電磁感應	電磁感應實驗
	十	電磁感應	聲波傳播、聲波共鳴、基音與泛音
	十一	電磁感應	發電機與交流電
	十二	電磁感應	拋物面鏡與球面鏡
	十三	電磁感應	電磁波
	十四	近代物理	電子的發現
	十五	近代物理	光的繞射

	十六	靜電學	電的發現及其特性
	十七	靜電學	電力線與電場
	十八	靜電學	電位能與電位
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
備註：	同時段的全學期授課彈性課程，學生可自由選擇所需上課的科目，亦可提自主學習計畫，審查通過後，進行自主學習		

名稱：	中文名稱： 社會	
	英文名稱：	
授課年段：	三上、三下、二上、二下	
內容屬性：	充實/增廣	
師資來源：	校內單科	
學習目標：	1. 結合必修主題概念 2. 補強學生時序概念	
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題
	一	台灣史
	二	台灣史
	三	台灣史
	四	台灣史
	五	台灣史
	六	中國史
	七	中國史
	八	中國史
	九	中國史
	十	中國史
	十一	中國史
	十二	中國史
	十三	中國史
	十四	中國史
		內容綱要
		早期台灣
		清朝統治時期
		日本統治時期
		中華民國時期：當代的台灣
		台灣史全綜合
		先秦時代
		秦漢到隋唐
		秦漢到隋唐
		宋、元、明與盛清
		宋、元、明與盛清
		晚清之變局
		中華民國的建立與發展
		中華民國的建立與發展
		中國史全綜合

	十五	中共史	中共的建立與發展
	十六	世界史	世界上古史
	十七	世界史	世界中古史
	十八	世界史	世界近代史
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
備註：	同時段的全學期授課彈性課程，學生可自由選擇所需上課的科目 亦可提自主學習計畫，審查通過後，進行自主學習		

【備查版】

捌、特殊教育及特殊類型班級課程規劃表

體育班

課程名稱：	中文名稱： 桌球(一)		
	英文名稱：		
授課年段：			學分總數： 0
課程屬性：	體育班		
議題融入：	性別平等、品德、生命、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進		
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達、B2.科技資訊與媒體素養		
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作		
學生圖像：	鑑賞力、行動力、合作力、品格力		
學習目標：	加強步法移動範圍與移動速度(T-V-1) 增進動作中銜接之流暢度(T-V-1) 提升穩定性與拉球質量(T-V-1)		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	上：正手拉步法訓練（一）下：反手拉步法訓練（一）	上： 正手位兩點拉球步法 側身位兩點拉球步法 三點正手拉球步法 下： 反手近檯兩點拉球步法

		反手中檯兩點拉球步法 一邊一個正、反手拉球步法
二	上：正手拉單球訓練（一）下：反手拉單球訓練（一）	上： 正手位兩點拉球多球單練 側身位兩點拉球多球單練 三點正手拉球多球單練 下： 反手近檯兩點拉球多球單練 反手中檯兩點拉球多球單練 一邊一個正、反手拉球多球單練
三	上：正手拉多球訓練（一）下：反手拉多球訓練（一）	上： 1. 正手位兩點拉球（多球） 2. 側身位兩點拉球（多球） 3. 三點正手拉球（多球） 下： 1. 反手近檯兩點拉球（多球） 2. 反手中檯兩點拉球（多球） 3. 一邊一個正、反手拉球（多球）
四	上：正手拉多球單練（一）下：反手拉多球單練（一）	上： 1. 下旋起，正手位兩點拉球 20 板後變線銜對拉 2. 下旋起，側身位兩點拉球 20 板後變線銜接撲正手後對拉 3. 下旋起，三點正手拉球 20 板後變線銜接擺速 下： 1. 下旋起，反手近檯兩點拉球 20 板後變線銜接擺速 2. 下旋起，反手中檯兩點拉球 10 板後側身銜接全檯正手拉 3. 下旋起，一邊一個正、反手拉球 20 板後變線銜接擺速

五	上：正手拉升降賽訓練(一) 下：反手拉升降賽訓練(一)	上： 1. 正手位兩點拉球升降賽 2. 側身位兩點拉球升降賽 3. 三點正手拉球升降賽 下： 1. 反手近檯兩點拉球升降賽 2. 反手中檯兩點拉球升降賽 3. 一邊一個正、反手拉球升降賽
六	上：正手拉步法訓練(二) 下：反手拉步法訓練(二)	上： 1. 正手位二分之一檯不定點拉球步法 2. 側身位二分之一檯不定點拉球步法 3. 中線定點，正手位、側身位不定點拉球步法 下： 1. 正、反手一邊拉兩球步法 2. 反手拉兩球，側身拉兩球 3. 反手拉兩球，側身拉兩球，正手拉兩球步法
七	上：正手拉單球訓練(二) 下：反手拉單球訓練(二)	上： 1. 正手位二分之一檯不定點拉球 2. 側身位二分之一檯不定點拉球 3. 下旋起，正手位或側身位二分之一檯不定點拉球 下： 1. 正、反手一邊拉兩球 2. 反手拉兩球，側身拉兩球 反手拉兩球，側身拉兩球，正手拉兩球
八	上：正手拉多球訓練(二) 下：反手拉多球訓練(二)	上： 1. 正手位二分之一檯不定點拉球(多球) 2. 側身位二分之一檯不定點拉球(多球) 3. 下旋起，正手位或側身位二分之一檯不定點拉球(多球)

		<p>下:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 下旋起，正、反手一邊拉兩球 20 球後變線銜接擺速 2. 下旋起，反手拉兩球，側身拉兩球 20 球後銜接全臺正拉 3. 下旋起，反手拉兩球，側身拉兩球，正手拉兩球12 球後拉對方正手位銜接對拉
九	上：正手拉多球單練(二) 下：反手拉多球單練(二)	<p>上:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 下旋起，正手位二分之一檯不定點拉球 20板後變線銜接對拉多球單練 2. 下旋起，側身位二分之一檯不定點拉球 20板後變線銜接撲正手對拉多球單練 3. 下旋起，正手位或側身位二分之一檯不定點拉球 20 板後變線銜接擺速多球單練 <p>下:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 下旋起，正、反手一邊拉兩球 20 球後變線銜接擺速多球單練 2. 下旋起，反手拉兩球，側身拉兩球 20 球後銜接全臺正手拉多球單練 3. 下旋起，反手拉兩球，側身拉兩球，正手拉兩球12 球後拉對方正手位銜接對拉多球單練
十	上：正手拉升降賽訓練(二) 下：反手拉升降賽訓練(二)	<p>上:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 正手位二分之一檯不定點拉球 2. 側身位二分之一檯不定點拉球 3. 下旋起，正手位或側身位二分之一檯不定點拉球 <p>下:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 正、反手一邊拉兩球 2. 反手拉兩球，側身拉兩球 3. 反手拉兩球，側身拉兩球，正手拉兩球



十一	上：正手拉步法訓練(三) 下：反手拉步法訓練(三)	<p>上：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 一邊兩個兩大角正手拉球步法 2. 中間拉→側身拉→正手拉→中間拉→正手拉→側身拉球步法 3. 推側撲，回中間正手拉球步法 <p>下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 中間拉球，反手拉球，正手拉球，中間拉球，正手拉球，反手拉球步法 2. 中間正手拉，不定點正反手拉球步法 3. 反手拉，全檯不定點正反手拉球步法
十二	上：正手拉單球訓練(三) 下：反手拉單球訓練(三)	<p>上：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 一邊兩個兩大角正手拉球 2. 中間拉球→側身拉球→正手拉球→中間拉球→正手拉球→側身拉球 3. 推側撲，回中間正手拉球 <p>下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 中間拉球，反手拉球，正手拉球，中間拉球，正手拉球，反手拉球 2. 中間正手拉，不定點正反手拉球 3. 反手拉，全檯不定點正反手拉球
十三	上：正手拉升降賽訓練(三) 下：反手拉升降賽訓練(三)	<p>上：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 一邊兩個兩大角正手拉球(多球) 2. 中間拉球→側身拉球→正手拉球→中間拉球→正手拉球→側身拉球(多球) 3. 推側撲，回中間正手拉球(多球) <p>下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 中間拉球，反手拉球，正手拉球，中間拉球，正手拉球，反手拉球(多球) 2. 中間正手拉，不定點正反手拉球(多球) 3. 反手拉，全檯不定點正反手拉球(多球)

十四	上：正手拉步法訓練(四) 下：反手拉步法訓練(四)	<p>上：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 一邊兩個兩大角正手拉球 10 板後變線銜接擺速多球單練 2. 中間拉球→側身拉球→正手拉球→中拉球→正手拉球→側身拉球 12 板後變線銜接擺速多球單練 3. 側身下旋起，撲正手，回中間正手拉球後銜接擺速多球單練 <p>下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 下旋起，中間拉球，反手拉球，正手拉球，中間拉球，正手拉球，反手拉球 30板後變線銜接擺速多球單練 2. 下旋起，中間正手拉，不定點正反手拉球20板後變線銜接擺速多球單練 3. 下旋起，反手拉，全檯不定點正反手拉球20板後銜接不定點擺速多球單練
十五	上：正手拉升降賽訓練(三) 下：反手拉升降賽訓練(三)	<p>上：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 一邊兩個兩大角正手拉球升降賽 2. 中間拉球→側身拉球→正手拉球→中間拉球→正手拉球→側身拉球升降賽 3. 推側撲，回中間正手拉球升降賽 <p>下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 中間拉球，反手拉球，正手拉球，中間拉球，正手拉球，反手拉球升降賽 2. 中間正手拉，不定點正反手拉球升降賽 3. 反手拉，全檯不定點正反手拉球升降賽
十六	上：正手拉步法訓練(四) 下：反手拉步法訓練(四)	<p>上：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 正手位三分之二檯不定點正手拉球步法 2. 側身位三分之二檯不定點正手拉球步法 3. 全台不定點正手拉球步法

		下： 1. 正手拉球變反手拉球步法 2. 反手拉球變正手拉球步 3. 全台擺速正反手拉球步"
十七	上：正手拉單球訓練(四) 下：反手拉單球訓練(四)	上： 1. 正手位三分之二檯不定點正手拉球 2. 側身位三分之二檯不定點正手拉球 3. 全台不定點正手拉球步法 下： 1. 正手拉球變反手拉球 2. 反手拉球變正手拉球 3. 全台擺速正反手拉球
十八	上：正手拉多球訓練(四) 下：反手拉多球訓練(四)	上： 1. 正手位三分之二檯不定點正手拉球(多球) 2. 側身位三分之二檯不定點正手拉球(多球) 3. 下旋起，正手位或側身位三分之二檯不定點正手拉球(多球) 下： 1. 正手拉球變反手拉球(多球) 2. 反手拉球變正手拉球(多球) 3. 全台擺速正反手拉球(多球)
十九		
二十		
二十一		
二十二		
學習評量：	成績評量規劃：1. 上課態度：20% 2. 技術表現：50% 3. 模擬比賽：30%	
備註：		

課程名稱：	中文名稱： 桌球(二)		
	英文名稱：		
授課年段：		學分總數： 0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	品德、生命、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1. 身心素質與自我精進		
	B溝通互動： B1. 符號運用與溝通表達、B2. 科技資訊與媒體素養		
	C社會參與： C2. 人際關係與團隊合作		
學生圖像：	行動力、合作力、品格力		
學習目標：	加強步法移動範圍與移動速度(T-V-1) 增進動作中銜接之流暢度(T-V-1) 提升穩定性與拉球質量(T-V-1)"		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	上：反手下旋起銜接步法訓(一) 下：正手下旋起銜接步法訓(一)	上： 1. 反手下旋起銜接反手撕後擺速步法 2. 反手下旋起銜接正手拉球後擺速步法 3. 反手下旋起銜接側身拉正手連續拉步法 下： 1. 側身下旋起銜接側身位不定點拉球步法 2. 側身下旋起銜接撲正手步法
	二	上：反手下旋起銜接單球訓(一) 下：正手下旋起銜接單球訓(一)	上： 1. 反手下旋起銜接反手撕後擺速 2. 反手下旋起銜接正手拉球後擺速

		<p>3. 反手下旋起銜接側身拉正手連續拉下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 側身下旋起銜接側身位不定點連續拉球 2. 側身下旋起銜接撲正手後對拉
三	<p>上：反手下旋起銜接多球訓(一)</p> <p>下：正手下旋起銜接多球訓(一)</p>	<p>上：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 反手下旋起銜接反手撕(多球) 2. 反手下旋起銜接正手拉球(多球) 3. 反手下旋起銜接側身拉球(多球) <p>下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 側身下旋起銜接側身位不定點拉球(多球) 2. 側身下旋起銜接撲正手(多球)
四	<p>上：反手下旋起銜接多球單(一)</p> <p>下：正手下旋起銜接多球單(一)</p>	<p>上：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 反手下旋起銜接反手撕後擺速(多球單練) 2. 反手下旋起銜接正手拉球後擺速(多球單練) 3. 反手下旋起銜接側身拉球後全檯正手拉(多球單練) <p>下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 側身下旋起銜接側身位拉對方不定點(多球單練) 2. 側身下旋起銜接撲正手拉對方不定點(多球單練)
五	<p>上：反手下旋起銜接升降賽訓練(一)</p> <p>下：正手下旋起銜接升降賽訓練(一)</p>	<p>上：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 反手下旋起銜接反手撕升降賽 2. 反手下旋起銜接正手拉球升降賽 3. 反手下旋起銜接側身拉球升降賽 <p>下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 側身下旋起銜接側身位不定點拉球升降賽 2. 側身下旋起銜接撲正手升降賽
六	<p>上：反手下旋起銜接步法訓練(二)</p> <p>下：正手下旋起銜接步法訓練(二)</p>	<p>上：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 反手下旋起銜接反手撕後側身拉球步法

		 <p>2. 反手下旋起銜接正手拉直線後回反手拉步法 3. 反手下旋起銜接側身拉後撲正手步法</p> <p>下：</p> <p>1. 正手位下旋起銜接正手拉步法 2. 正手位下旋起銜接反手拉步法</p>
七	<p>上：反手下旋起銜接單球訓練(二) 下：正手下旋起銜接單球訓練(二)</p>	<p>上：</p> <p>1. 反手下旋起銜接反手撕後側身正手連續拉 2. 反手下旋起銜接正手拉直線後回反手打擺速 3. 反手下旋起銜接側身拉後撲正手對拉</p> <p>下：</p> <p>1. 正手位下旋起銜接正手連續拉 2. 正手位下旋起銜接反手連續拉</p>
八	<p>上：反手下旋起銜接多球訓練(二) 下：正手下旋起銜接多球訓練(二)</p>	<p>上：</p> <p>1. 反手下旋起銜接反手撕後側身拉球(多球) 2. 反手下旋起銜接正手拉直線後回反手拉(多球) 3. 反手下旋起銜接側身拉後撲正手(多球)</p> <p>下：</p> <p>1. 正手位下旋起銜接正手拉(多球) 2. 正手位下旋起銜接反手拉(多球)</p>
九	<p>上：反手下旋起銜接多球單練(二) 下：正手下旋起銜接多球單練(二)</p>	<p>上：</p> <p>1. 反手下旋起銜接反手撕後側身全檯正手拉(多球單練) 2. 反手下旋起銜接正手拉直線後回反手打擺速(多球單練) 3. 反手下旋起銜接側身拉後撲正手對拉(多球單練)</p> <p>下：</p> <p>1. 正手位下旋起銜接正手拉對方不定點(多球單練)</p> 

		2. 正手位下旋起銜接反手拉對方不定點(多球單練)
十	上：反手下旋起銜接升降賽訓練 (二) 下：正手下旋起銜接升降賽訓練(二)	上： 1. 反手下旋起銜接反手撕後側身拉球升降賽 2. 反手下旋起銜接正手拉直線後回反手拉升降賽 3. 反手下旋起銜接側身拉後撲正手升降賽 下： 1. 正手位下旋起銜接正手拉升降賽 2. 正手位下旋起銜接反手拉升降賽
十一	上：反手下旋起銜接步法訓練(三) 下：正手下旋起銜接步法訓練(三)	上： 1. 反手下旋起銜接反手撕直線後正手位拉步法 2. 反手下旋起銜接反手撕中線後擺速步法 3. 反手下旋起銜接反手撕斜線後對撕步法 下： 1. 正手位下旋起銜接側身拉步法 2. 正手位下旋起銜接反手彈步法
十二	上：反手下旋起銜接單球訓練(三) 下：正手下旋起銜接單球訓練(三)	上： 1. 反手下旋起銜接反手撕直線後正手位連續拉 2. 反手下旋起銜接反手撕中線後擺速 3. 反手下旋起銜接反手撕斜線後對撕 下： 1. 正手位下旋起銜接側身連續拉 2. 正手位下旋起銜接反手彈後擺速
十三	上：反手下旋起銜接多球訓練(三) 下：正手下旋起銜接多球訓練(三)	上： 1. 反手下旋起銜接反手撕直線後正手位拉(多球) 2. 反手下旋起銜接反手撕中線後擺速(多球) 3. 反手下旋起銜接反手撕斜線後對撕(多球) 下： 1. 正手位下旋起銜接側身拉(多球) 2. 正手位下旋起銜接反手彈(多球)

十四	<p>上：反手下旋起銜接多球單練(三)</p> <p>下：正手下旋起銜接多球單練(三)</p>	<p>上：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 反手下旋起銜接反手撕直線後正手位拉對方不定點(多球單練) 2. 反手下旋起銜接反手撕中線後擺速(多球單練) 3. 反手下旋起銜接反手撕斜線後對撕找機會變線(多球單練) <p>下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 正手位下旋起銜接側身拉對方不定點(多球單練) 2. 正手位下旋起銜接反手彈對方不定點(多球單練)
十五	<p>上：反手下旋起銜接升降賽訓練(三)</p> <p>下：正手下旋起銜接升降賽訓練(三)</p>	<p>上：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 反手下旋起銜接反手撕直線後正手位拉 2. 反手下旋起銜接反手撕中線後側身正手拉 3. 反手下旋起銜接反手撕斜線後對撕 <p>下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 正手位下旋起銜接側身拉 2. 正手位下旋起銜接反手彈
十六	<p>上：反手下旋起銜接步法訓練(四)</p> <p>下：正手下旋起銜接步法訓練(四)</p>	<p>上：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 反手下旋起銜接反手彈斜線後側身拉步法 2. 反手下旋起銜接反手彈直線後正手位拉步法 3. 反手下旋起銜接反手彈中線後擺速步法 <p>下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 半出檯下旋起銜接正反手拉步法 2. 全檯不定點下旋起銜接正反手拉步法
十七	<p>上：反手下旋起銜接單球訓練(四)</p> <p>下：正手下旋起銜接單球訓練(四)</p>	<p>上：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 反手下旋起銜接反手彈斜線後側身不定點連續拉 2. 反手下旋起銜接反手彈直線後正手位不定點連續拉

			3. 反手下旋起銜接反手彈中線後擺速 下： 1. 半出檯下旋起銜接正反手拉後擺速 2. 全檯不定點下旋起銜接正反手拉後擺速
	十八	上：反手下旋起銜接多球訓練(四) 下：正手下旋起銜接多球訓練(四)	上： 1. 反手下旋起銜接反手彈斜線後側身拉(多球) 2. 反手下旋起銜接反手彈直線後正手位拉(多球) 3. 反手下旋起銜接反手彈中線後擺速(多球) 下： 1. 半出檯下旋起銜接正反手拉(多球) 2. 全檯不定點下旋起銜接正反手拉(多球)
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：成績評量規劃：1. 上課態度：20% 2. 技術表現：50% 3. 實戰演練：30%			
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 桌球(三)		
	英文名稱：		
授課年段：		學分總數： 0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	品德、生命、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1. 身心素質與自我精進		
	B溝通互動： B1. 符號運用與溝通表達、B2. 科技資訊與媒體素養		
	C社會參與： C2. 人際關係與團隊合作		
學生圖像：	思辨力、行動力、合作力、品格力		
學習目標：	上： 加強檯內短球處理能力(T-V-1) 增進短球處理後銜接下一板之流暢度(T-V-1) 提升相持能力(T-V-1) 下： 加強發球旋轉與變化(T-V-1) 增進發球後下一板銜接之流暢度(T-V-1) 提升發球搶攻戰術意識(Ta-V-1)		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	上：正手挑球多球訓練 下：轉與不轉發球搶攻（一）	上： 1. 正手挑對方正手位銜接正手位拉(多球) 2. 正手挑對方反手銜接兩面擺速(多球) 下： 1. 發不轉反手短球銜接側身暴衝

		2. 發不轉正手短球銜接兩面拉 3. 發不轉正反手短球銜接兩面挑
二	上：正手挑球多球單練 下：轉與不轉發球搶攻（二）	上： 1. 正手挑對方正手位銜接正手位拉後擺速（多球單練） 2. 正手挑對方反手銜接兩面擺速（多球單練） 下： 1. 發轉正反手短球銜接回擺、劈長 2. 發轉正、反手短球銜接兩面拉
三	上：反手挑球多球訓練 下：轉與不轉發球搶攻（三）	上： 1. 反手挑對方正手銜接正手位拉（多球） 2. 反手挑對方反手銜接反手對撕（多球） 3. 反手挑對方反手銜接側身拉（多球） 4. 反手挑對方中路銜接兩面擺速（多球） 下： 1. 發不轉正、反手長球銜接兩面防守或正反手快帶 2. 發轉反手長球銜接側身反拉或兩面防守 3. 發轉正手長球銜接反手反帶或正手快帶
四	上：反手挑球多球單練 下：轉與不轉發球搶攻升降賽	上： 1. 反手挑對方正手銜接正手位拉後擺速（多球單練） 2. 反手挑對方反手銜接反手撕後擺速（多球單練） 3. 反手挑對方反手銜接側身拉後全檯正手拉（多球單練） 4. 反手挑對方中路銜接兩面擺速（多球單練） 下： 1. 發不轉正、反手短球銜接兩面挑或兩面拉升降賽 2. 發轉正、反手短球銜接回擺、劈長或兩面拉升

		<p>降賽</p> <p>3. 發轉與不轉正、反手長球銜接兩面防守或正反手快帶升降賽</p>
五	<p>上：正反手挑球升降賽 下：側上側下發球搶攻（一）</p>	<p>上：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 正反手挑對方正手銜接正手位拉升降賽 2. 正反手挑對方反手銜接反手撕升降賽 3. 反手挑對方中路銜接兩面擺速升降賽 <p>下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 發側上正、反手短球銜接兩面拉 2. 發側上正手短球銜接檯內挑打 3. 發側上反手短球銜接側身拉 4. 發側下正、反手短球銜接檯內短球或兩面起
六	<p>上：正手擺短銜接多球訓練 下：側上側下發球搶攻（二）</p>	<p>上：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 正手擺短後銜接正手回擺（多球） 2. 正手擺短後銜接正手劈長（多球） 3. 正手擺短後銜接正手挑（多球） 4. 正手擺短後銜接正反手兩面拉下旋球（多球） <p>下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 發側上正手長球銜接正、反手反帶 2. 發側上反手長球銜接兩面防守 3. 發側上反手長球銜接側身反拉
七	<p>上：正手擺短銜接多球單練 下：側上側下發球搶攻（三）</p>	<p>上：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 正手擺短後銜接正手劈長後銜接兩面防守（多球單練） 2. 正手擺短後銜接正手挑後擺速（多球單練） 3. 正手擺短後銜接正反手兩面拉下旋球後擺速（多球單練） <p>下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 發側下正手長球銜接兩面反帶

		2. 發側下反手長球銜接兩面防守 3. 發側下反手長球銜接側身反拉
八	上：反手擺短銜接多球訓練 下：側上側下發球搶攻升降賽	上： 1. 反手擺短後銜接反手回擺(多球) 2. 反手擺短後銜接反手劈長(多球) 3. 反手擺短後銜接反手挑(多球) 4. 反手擺短後銜接正反手兩面拉下旋球(多球) 下： 1. 發側上正、反手短球銜接兩面拉升降賽 2. 發側下正、反手短球銜接檯內短球或兩面起升降賽 3. 發側上正、反手長球銜接兩面反帶或兩面防守升降賽 4. 發側下正、反手長球銜接兩面反帶或兩面防守升降賽
九	上：反手擺短銜接多球單練 下：鉤子發球搶攻(一)	上： 1. 反手擺短後銜接反手劈長後銜接兩面防守(多球單練) 2. 反手擺短後銜接反手挑後擺速(多球單練) 3. 反手擺短後銜接正反手兩面拉下旋球後擺速(多球單練) 下： 1. 發鉤子側上正、反手短球銜接兩面拉 2. 發鉤子側上正手短球銜接檯內挑打 3. 發鉤子側上反手短球銜接側身拉 4. 發鉤子側下正、反手短球銜接檯內短球或兩面起
十	上：正反手擺短銜接升降賽 下：鉤子發球搶攻(二)	上： 1. 正反手擺短後銜接正反手劈長後銜接兩面防守升降賽

		2. 正反手擺短後銜接正反手挑後擺速升降賽 3. 正反手擺短後銜接正反手兩面拉下旋球後擺速升降賽 下： 1. 發鉤子側上正手長球銜接正、反手反帶 2. 發鉤子側上反手長球銜接兩面防守 3. 發鉤子側上反手長球銜接側身反拉
十一	上：正手位劈長銜接多球訓練 下： 鉤子發球搶攻(三)	上： 1. 正手位劈正手長球銜接兩面防守(多球) 2. 正手位劈反手長球銜接兩面防守(多球) 3. 正手位劈正手長球銜接正手反拉(多球) 4. 正手位劈反手長球銜接反手反撕(多球) 下： 1. 發鉤子側下正手長球銜接兩面反帶 2. 發鉤子側下反手長球銜接兩面防守 3. 發鉤子側下反手長球銜接側身反拉
十二	上：正手位劈長銜接多球單練 下： 鉤子發球搶攻升降賽	上： 1. 正手位劈正手長球銜接兩面防守(多球單練) 2. 正手位劈反手長球銜接兩面防守(多球單練) 3. 正手位劈正手長球銜接正手反拉後擺速(多球單練) 4. 正手位劈反手長球銜接反手反撕後擺速(多球單練) 下： 1. 發鉤子側上正、反手短球銜接兩面拉升降賽 2. 發鉤子側下正、反手短球銜接檯內短球或兩面起升降賽 3. 發鉤子側上正、反手長球銜接兩面反帶或兩面防守升降賽

		4. 發鉤子側下正、反手長球銜接兩面反帶或兩面防守升降賽
十三	上：反手位劈長銜接多球訓練 下：逆側發球搶攻(一)	上： 1. 反手位劈反手長球銜接反撕(多球) 2. 反手位劈反手長球銜接側身反拉(多球) 3. 反手位劈正手長球銜接兩面防守(多球) 4. 反手位劈正手長球銜接正手反拉(多球) 下： 1. 逆側發側上正、反手短球銜接兩面拉 2. 逆側發側上正手短球銜接檯內挑打 3. 逆側發側上反手短球銜接側身拉 4. 逆側發側下正、反手短球銜接檯內短球或兩面起
十四	上：反手位劈長銜接多球單練 下：逆側發球搶攻(二)	上： 1. 反手位劈反手長球銜接調正手回反手(多球單練) 2. 反手位劈反手長球銜接側身反拉對方不定點(多球單練) 3. 反手位劈正手長球銜接兩面防守(多球單練) 4. 反手位劈正手長球銜接正手反拉後對拉(多球單練) 下： 1. 逆側發側上正手長球銜接正、反手反帶 2. 逆側發側上反手長球銜接兩面防守 3. 逆側發側上反手長球銜接側身反拉
十五	上：正反手位劈長銜接升降賽 下：逆側發球搶攻(三)	上： 1. 正反手位劈反手長球銜接側身反拉升降賽 2. 正反手位劈正手長球銜接兩面防守升降賽 3. 正反手位劈正手長球銜接正手反拉升降賽 4. 正反手位劈反手長球銜接反撕升降賽

		<p>下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 逆側發側下正手長球銜接兩面反帶 2. 逆側發側下反手長球銜接兩面防守 3. 逆側發側下反手長球銜接側身反拉
十六	<p>上：擰球多球訓練 下：逆側發球搶攻升降賽</p>	<p>上：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 擰對方反手位銜接反手撕(多球) 2. 擰對方反手位銜接側身拉(多球) 3. 擰對方正手位銜接正手衝(多球) 4. 擰對方正手位銜接兩面拉(多球) 5. 擰對方中路銜接兩面擺速(多球) <p>下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 逆側發側上正、反手短球銜接兩面拉升降賽 2. 逆側發側下正、反手短球銜接檯內短球或兩面起升降賽 3. 逆側發側上正、反手長球銜接兩面反帶或兩面防守升降賽 4. 逆側發側下正、反手長球銜接兩面反帶或兩面防守升降賽
十七	<p>上：擰球多球單練 下：反手發球搶攻</p>	<p>上：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 擰對方反手位銜接反手對撕後變線(多球單練) 2. 擰對方反手位銜接側身拉對方不定點(多球單練) 3. 擰對方正手位銜接兩面擺速(多球單練) 4. 擰對方中路銜接兩面擺速(多球單練) <p>下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 反手發側上正、反手短球銜接兩面拉、檯內挑打 2. 反手發側下正、反手短球銜接檯內短球或兩面起

			3. 反手發側上正、反手長球銜接正、反手反帶或兩面防守 4. 反手發側下正、反手長球銜接正、反手反帶或兩面防守
	十八	上：擰球升降賽 下：反手發球搶攻升降賽	上： 1. 擰對方反手位銜接反手對撕後變線升降賽 2. 擰對方反手位銜接側身拉升降賽 3. 擰對方正手位銜接兩面擺速升降賽 4. 擰對方中路銜接兩面擺速升降賽 下： 1. 反手發側上正、反手短球銜接兩面拉升降賽 2. 反手發側下正、反手短球銜接檯內短球或兩面起升降賽 3. 反手發側上正、反手長球銜接兩面反帶或兩面防守升降賽 4. 反手發側下正、反手長球銜接兩面反帶或兩面防守升降賽
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	學習評量規劃：1. 上課態度：20% 2. 技術表現：50% 3. 實戰演練：30%		
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 排球(一)	
	英文名稱：	
授課年段：		學分總數： 0
課程屬性：	體育班	
議題融入：	品德、生命、生涯規劃	
師資來源：	校內單科	
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進	
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達、B2.科技資訊與媒體素養	
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作	
學生圖像：	行動力、合作力、恆毅力、品格力	
學習目標：	認識並練習球類運動體能訓練處方 認識並進行守備/跑分性球類運動基本速度、肌力、肌耐力、敏捷及柔韌訓練 認識並操作標的性球類運動技術要領	
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題
	一	上：專位防守 下：聯合防守
	二	上：專位防守 下：聯合防守
	三	上：定點攻擊 下：組合攻擊
	四	上：定點攻擊 下：組合攻擊、莒光盃備戰
		內容綱要
		上：1.5.6 號位專位防守(直線) 下：2 人/3 人聯合防守
		上：前排退位防守、個人防守 下：2 人/3 人聯合防守
		上：2.3.4 號位定點攻擊 下：時間差搭配 A&A2
		上：2.3.4 號位連續攻擊 下：時間差搭配 B&A2

五	上：定點發球 下：莒光盃(以賽代訓)	上：直線、斜線定點發球 下：5 v.s 5、6 v.s 6 第一波對抗
六	上：第一次段考 下：第一次段考	上：敏捷訓練－繩梯敏捷 下：心肺耐力訓練－耐力跑
七	上：定點發球 下：聯賽決賽備戰	上：1-6 號位指定發球測驗 下：定點攔防搭配反防進攻、6 v.s 6 第一波對抗、隊內小組對抗賽
八	上：個人接發球 下：聯賽決賽(以賽代訓)	上：直線、斜線接發球 下：6 v.s 6 第一波對抗、隊內小組對抗賽
九	上：個人接發球 下：賽後影片檢討	上：前排、後排移動接發球、左右移動接發球 下：技戰術統計
十	上：定點攔網、華宗盃備戰 下：運動心理訓練	上：2.3.4 號位個人定點攔網 下：運動心理訓練－年度目標設定檢討
十一	上：華宗盃(以賽代訓) 下：運動恢復與傷害處理	上：2.3.4 號位個人移位攔網 下：運動恢復與傷害處理－收操及放鬆
十二	上：賽前影片分析 下：運動恢復與傷害處理	上：賽前影片分析、技戰術統計 下：運動恢復與傷害處理
十三	上：第二次段考 下：第二次段考	上：80%阻力訓練 下：速度訓練
十四	上：聯賽預賽備戰 下：基本動作技術強化	上：3 v.s 3、4 v.s 4 第一波對抗 下：跨步步伐練習、chance 球到位率
十五	上：聯賽預賽(以賽代訓) 下：基本動作技術強化	上：5 v.s 5、6 v.s 6 第一波對抗 下：近距離前進、後退步伐練習、chance 球到位率
十六	上：賽後影片檢討、運動心理訓練 下：攻擊技術強化	上：技戰術統計、運動心理訓練－賽前自我對話 下：修正球練習、攻擊角度(直線、斜線)技術強化

	十七	上：綜合練習 下：攻擊技術強化	上：6 v.s 6 第一波對抗、隊內小組對抗賽 下：修正球練習、攻擊角度(直線、斜線)技術強化
	十八	上：聯賽複賽備戰 下：發球技術強化	上：6 v.s 6 第一波對抗、隊內小組對抗賽 下：發球準確率、強度及球體變化練習
	十九	上：聯賽複賽(以賽代訓) 下：接發球技術強化	上：運動恢復與傷害處理 下：接發球步伐、動作要求及到位率
	二十	上：省思分享 下：省思分享	上：運動心理訓練－訓練後意向訓練 下：運動心理訓練－新學年度年度目標設定
	二十一		
	二十二		
學習評量：		技術實作 40%、練習態度 20%、出席狀況 20%、比賽成績 20%	
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 排球(二)		
	英文名稱：		
授課年段：		學分總數： 0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	品德、生命、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進		
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達、B2.科技資訊與媒體素養		
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作		
學生圖像：	思辨力、行動力、合作力、恆毅力、品格力		
學習目標：	知道並練習標的性球類運動基本體能 知道並做出守備/跑分性球類運動接、打、跑分與團體配合基本性訓練技術 知道陣地攻守性球類運動中自我角色與狀況，培養積極、正向的運動員精神		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	上：專位防守 下：聯合防守	上：1.5.6 號位專位防守(直線/斜線) 下：2 人/3 人聯合防守加修正
	二	上：專位防守 下：聯合防守	上：前排退位連續防守、個人連續防守 下：2 人/3 人聯合防守加修正
	三	上：定點攻擊 下：組合攻	上：2.3.4 號位定點連續攻擊 下：時間差搭配 A&A2 及 4 號位攻擊
	四	上：定點攻擊 下：組合攻擊、莒光盃備戰	上：2.3.4 號位連續攻擊 下：時間差搭配 B&A2 及 2 號位攻擊

五	上：定點發球 下：莒光盃(以賽代訓)	上：直線、斜線跳躍漂浮發球 下：5 v.s 5、6 v.s 6 第二波對抗
六	上：第一次段考 下：第一次段考	上：敏捷訓練－繩梯敏捷加衝刺 下：心肺耐力訓練－間歇跑
七	上：定點發球 下：聯賽決賽備戰	上：1-6 號位指定跳躍漂浮發球測驗 下：1.5 位攔防搭配反防進攻、6 v.s 6 第二波對抗、隊內小組對抗賽
八	上：個人接發球 下：聯賽決賽(以賽代訓)	上：直線、斜線接跳躍漂浮發球 下：6 v.s 6 第二波對抗、隊內小組對抗賽
九	上：2 人接發球 下：賽後影片檢討	上：前排、後排 2 人移動接發球、左右 2 人移動接發球 下：技戰術統計
十	上：定點攔網、華宗盃備戰 下：運動心理訓練	上：2.3.4 號位邊位組合攔網 下：運動心理訓練－年度目標設定檢討
十一	上：華宗盃(以賽代訓) 下：運動恢復與傷害處理	上：2.3.4 號位時間差組合攔網 下：運動恢復與傷害處理
十二	上：賽前影片分析 下：運動恢復與傷害處理	上：賽前影片分析、技戰術統計 下：運動恢復與傷害處理
十三	上：第二次段考 下：第二次段考	上：最大肌阻力測驗 下：速度訓練、速耐力訓練
十四	上：聯賽預賽備戰 下：基本動作技術強化	上：3 v.s 3、4 v.s 4 第二波對抗 下：跨步、側併步伐練習、chance 球到位率
十五	上：聯賽預賽(以賽代訓) 下：基本動作技術強化	上：5 v.s 5、6 v.s 6 對抗 下：遠距離前進、後退步伐練習、chance 球到位率
十六	上：賽後影片檢討、運動心理訓練 下：攻擊技術強化	上：技戰術統計、運動心理訓練－賽前聚焦練習 下：修正球及處理球練習、攻擊角度(直線、斜線及虛攻球)技術強化

	十七	上：綜合練習 下：攻擊技術強化	上：6 v.s 6 第二波對抗、隊內小組對抗賽 下：修正球及處理球練習、攻擊角度(直線、斜線及虛攻球)技術強化
	十八	上：聯賽複賽備戰 下：發球技術強化	上：6 v.s 6 第二波對抗、隊內小組對抗賽 下：跳躍漂浮發球準確率、強度及球體變化練習
	十九	上：聯賽複賽(以賽代訓) 下：接發球技術強化	上：運動恢復與傷害處理 下：接跳躍漂浮發球步伐、動作要求及到位率
	二十	上：省思分享 下：省思分享	上：運動心理訓練－訓練後意向訓練 下：運動心理訓練－新學年度年度目標設定
	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作 40%、練習態度 20%、出席狀況 20%、比賽成績 20%		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 排球(三)	
	英文名稱：	
授課年段：		學分總數： 0
課程屬性：	體育班	
議題融入：	品德、生命、生涯規劃	
師資來源：	校內單科	
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進	
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達、B2.科技資訊與媒體素養	
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作	
學生圖像：	思辨力、關懷力、行動力、合作力、恆毅力、品格力	
學習目標：	知道並做出陣地攻守性球類運動個人基本動作、團體合作基本性技術 認識並操作基礎性運動心理技巧模擬實戰情況與技術，進而控制自我心理狀態，提升團隊合作態度與比賽成績等 統整、設計並熟練綜合性運動心理技巧，了解自我與他人，培養運動領導行為	
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題
	一	上：專位防守 下：聯合防守
	二	上：專位防守 下：聯合防守
	三	上：定點攻擊 下：組合攻擊
	四	上：定點攻擊 下：組合攻擊、莒光盃備戰
		內容綱要
		上：1.5.6 號位專位防守(直線/斜線) 下：2 人/3 人聯合防守加修正加攻擊
		上：前排退位連續防守、個人連續防守、接發球 下：2 人/3 人聯合防守加修正、團體連續防守
		上：2.3.4 號位定點連續攻擊、後排攻擊 下：時間差搭配 A&A2 及 4 號位攻擊
		上：2.3.4 號位連續攻擊 下：時間差搭配 B&A2 及 2 號位攻擊、時間差

		搭配 8號&1號
五	上：定點發球 下：莒光盃(以賽代訓)	上：直線、斜線跳躍漂浮發球、直線斜線跳躍發球 下：5 v.s 5、6 v.s 6 第二波對抗
六	上：第一次段考 下：第一次段考	上：敏捷訓練—繩梯敏捷加衝刺 下：心肺耐力訓練—間歇跑、托輪胎衝刺
七	上：定點發球 下：聯賽決賽備戰	上：1-6 號位指定跳躍漂浮發球測驗、短球接發 下：1.5 位攔防搭配反防進攻、6 v.s 6 第二波對抗、隊內小組對抗賽
八	上：個人接發球 下：聯賽決賽(以賽代訓)	上：直線、斜線接跳躍漂浮發球、561號位接發球 下：6 v.s 6 第二波對抗、隊內小組對抗賽
九	上：2 人接發球 下：賽後影片檢討	上：前排、後排 2 人移動接發球、左右 2 人移動接發球 下：技戰術統計、討論、小組會議
十	上：定點攔網、華宗盃備戰 下：運動心理訓練	上：2.3.4 號位邊位組合攔網、個人攔網(直線斜線配合) 下：運動心理訓練—年度目標設定檢討
十一	上：華宗盃(以賽代訓) 下：運動恢復與傷害處理	上：2.3.4 號位時間差組合攔網、定點接發球 下：運動恢復與傷害處理、復健
十二	上：賽前影片分析 下：運動恢復與傷害處理	上：賽前影片分析、技戰術統計 下：運動恢復與傷害處理、針灸
十三	上：第二次段考 下：第二次段考	上：最大肌阻力測驗、重訓 下：速度訓練、速耐力訓練
十四	上：聯賽預賽備戰 下：基本動作技術強化	上：3 v.s 3、4 v.s 4 第二波對抗、6v.s6來回波對抗 下：跨步、側併步伐練習、chance 球到位率

	十五	上：聯賽預賽(以賽代訓) 下：基本動作技術強化	上：5 v.s 5、6 v.s 6 對抗、1v.s1對抗 下：遠距離前進、後退步伐練習、chance 球到位率
	十六	上：賽後影片檢討、運動心理訓練 下：攻擊技術強化	上：技戰術統計、運動心理訓練—賽前聚焦練習 下：修正球及處理球練習、攻擊角度(直線、斜線及虛攻球)技術強化、直線球TOUCH OUT技術強化
	十七	上：綜合練習 下：攻擊技術強化	上：6 v.s 6 第二波對抗、隊內小組對抗賽 下：修正球及處理球練習、攻擊角度(直線、斜線及虛攻球)技術強化、後排攻擊技術強化
	十八	上：聯賽複賽備戰 下：發球技術強化	上：6 v.s 6 連續來回波對抗、隊內小組對抗賽 下：跳躍漂浮發球準確率、強度及球體變化練習
	十九	上：聯賽複賽(以賽代訓) 下：接發球技術強化	上：運動恢復與傷害處理、徒手治療 下：接跳躍漂浮發球步伐、動作要求及到位率
	二十	上：省思分享 下：省思分享	上：運動心理訓練—訓練後意象訓練 下：運動心理訓練—新學年度年度目標設定及自我期許
	二十一		
	二十二		
學習評量：		技術實作 40%、練習態度 20%、出席狀況 20%、比賽成績 20%	
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 游泳(一)		
	英文名稱：		
授課年段：		學分總數： 0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	環境、品德、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A2. 系統思考與問題解決		
	B溝通互動： B2. 科技資訊與媒體素養		
	C社會參與： C2. 人際關係與團隊合作		
學生圖像：	關懷力、行動力、合作力、恆毅力、品格力		
學習目標：	一、培養游泳專項體能,提升游泳競技表現。(P-V-2) 二、精進游泳專項之基本動作與技術水準。(T-V-2) 三、發展游泳專項競賽策略之運用。(Ta-V-2) 四、提升游泳專項運動之心理素質。(Ps-V-1)		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	上:基礎體能、專項技術、心理技能 下:基礎體能、專項技術、心理技能	上: 水中：前測、基礎四式訓練、25-50 公尺短距離速度訓練、100- 200 公尺間歇速耐力訓練 陸上：核心、心肺耐力、徒手肌力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、目標設定 其他：營養基礎概念 下: 水中：前測、進階四式訓練、25-50 公尺短距離

		<p>速度訓練(增加趟數)、200-400 公尺間歇速耐力訓練</p> <p>陸上：核心、心肺耐力、徒手肌力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、目標設定、壓力與覺醒調整</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
二	<p>上:基礎體能、專項技術、心理技能</p> <p>下:基礎體能、專項技術、心理技能</p>	<p>上:</p> <p>水中：基礎四式訓練、50-100 公尺短距離速度訓練、1000 公尺有氧耐力訓練</p> <p>陸上：核心、心肺耐力、徒手肌耐力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、覺醒認識與調整</p> <p>其他：營養基礎概念</p> <p>下:</p> <p>水中：進階四式訓練、50-100 公尺短距離速度訓練(增加趟數)、1500 公尺有氧耐力訓練</p> <p>陸上：核心、心肺耐力、徒手肌耐力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、壓力與覺醒調整</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
三	<p>上:基礎體能、專項技術、心理技能</p> <p>下:基礎體能、專項技術、心理技能</p>	<p>上:</p> <p>水中：基礎四式訓練、100-200 公尺短距離速度訓練、200-400公尺間歇速耐力訓練、肌耐力訓練(水中拉力繩)</p> <p>陸上：核心、心肺耐力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、壓力認識與調整</p> <p>其他：飲食規劃</p> <p>下:</p> <p>水中：進階四式訓練、100-200 公尺短距離速度</p>

		<p>訓練(增加趟數)、300-600 公尺間歇速耐力訓練、肌耐力訓練(水中拉力繩)</p> <p>陸上：核心、心肺耐力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、壓力與覺醒調整</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
四	<p>上:基礎體能、專項技術、心理技能</p> <p>下:基礎體能、專項技術、心理技能</p>	<p>上:</p> <p>水中：基礎四式訓練、200-400 公尺中距離訓練、1000 公尺有氧耐力訓練</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下:</p> <p>水中：進階四式訓練、200-400 公尺中距離訓練(增加趟數)、1500 公尺有氧耐力訓練</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
五	<p>上:基礎體能、專項技術、心理技能</p> <p>下:基礎體能、專項技術、心理技能</p>	<p>上:</p> <p>水中：基礎四式訓練、50-400 間歇速耐力訓練、閉氣潛泳練習</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下:</p> <p>水中：進階四式訓練、50-400 間歇速耐力訓練(縮短時間)、閉氣潛泳練習</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p>

		<p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆 其他：飲食紀錄與調整</p>
六	<p>上：基礎體能、專項技術、心理技能 下：基礎體能、專項技術、心理技能</p>	<p>上： 水中：基礎四式訓練、50-100 公尺配速訓練、出發轉身練習 陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆 其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下： 水中：進階四式訓練、50-100 公尺配速訓練(增加趟數)、出發轉身練習 陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆 其他：飲食紀錄與調整</p>
七	<p>上：基礎體能、專項技術、心理技能 下：基礎體能、專項技術、心理技能</p>	<p>上： 水中：基礎四式訓練、100-200 公尺配速訓練、出發轉身練習、自由式接力練習 陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、綜合心理技術應用 其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下： 水中：進階四式訓練、100-200 公尺配速訓練(增加趟數)、出發轉身練習、自由式接力練習 陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、綜合心理技術應用 其他：飲食紀錄與調整</p>

八	<p>上:基礎體能、專項技術、心理技能 下:基礎體能、專項技術、心理技能</p>	<p>上: 水中：基礎四式訓練、200-400 公尺配速訓練、出發轉身練習、混合式接力練習 陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、綜合心理技術應用 其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下: 水中：進階四式訓練、200-400 公尺配速訓練(增加趟數)、出發轉身練習、混合式接力練習 陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、綜合心理技術應用 其他：飲食紀錄與調整</p>
九	<p>上:基礎體能、專項技術、心理技能 下:基礎體能、專項技術、心理技能</p>	<p>上: 水中：賽前專項減量訓練、基礎出發轉身練習、接力練習 陸上：敏捷、協調、柔軟度、規則提示 心理：訓練日誌撰寫與回饋、意象訓練 其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下: 水中：賽前專項減量訓練、流暢出發轉身練習、接力練習 陸上：敏捷、協調、柔軟度、規則提示 心理：訓練日誌撰寫與回饋、意象訓練 其他：飲食紀錄與調整</p>
十	<p>上:基礎體能、專項技術、心理技能 下:基礎體能、專項技術、心理技能</p>	<p>上: 水中：賽前專項減量訓練、基礎出發轉身練習、接力練習 陸上：柔軟度</p>

		心理：綜合心理技術應用、賽後檢討 下： 水中：賽前專項減量訓練、流暢出發轉身練習、接力練習 陸上：柔軟度 心理：綜合心理技術應用、賽後檢討
十一	上：基礎體能、專項技術、心理技能 下：基礎體能、專項技術、心理技能	上： 水中：3000 公尺長泳 陸上：柔軟度(恢復及放鬆) 心理：訓練日誌撰寫與回饋、比賽影片回顧、運動傷害防護、目標設定 下： 水中：3000 公尺長泳 陸上：柔軟度(恢復及放鬆) 心理：訓練日誌撰寫與回饋、比賽影片回顧、運動傷害防護、目標設定
十二	上：基礎體能、專項技術、心理技能 下：基礎體能、專項技術、心理技能	水中：基礎四式訓練、50-100 公尺短距離速度訓練(縮短時間)、1000 公尺有氧耐力訓練 陸上：核心、心肺耐力、徒手肌耐力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、覺醒與壓力調整 其他：飲食紀錄與調整 下： 水中：進階四式訓練、50-100 公尺短距離速度訓練(增加趟數)、1500 公尺有氧耐力訓練 陸上：核心、心肺耐力、徒手肌耐力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、覺醒與壓力調整 其他：飲食紀錄與調整

十三	<p>上:基礎體能、專項技術、心理技能 下:基礎體能、專項技術、心理技能</p>	<p>上: 水中：基礎四式訓練、100-200 公尺短距離速度訓練(縮短時間)、200-400 公尺間歇速耐力訓練、肌耐力訓練(水中拉力繩)陸上：核心、心肺耐力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、覺醒與壓力調整 其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下: 水中：進階四式訓練、100-200 公尺短距離速度訓練(增加趟數)、300-600 公尺間歇速耐力訓練、肌耐力訓練(水中拉力繩) 陸上：核心、心肺耐力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、覺醒與壓力調整 其他：飲食紀錄與調整</p>
十四	<p>上:基礎體能、專項技術、心理技能 下:基礎體能、專項技術、心理技能</p>	<p>上: 水中：基礎四式訓練、200-400 公尺中距離訓練(縮短時間)、 1000 公尺有氧耐力訓練 陸上：核心、敏捷、協調、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、覺醒與壓力調整 其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下: 水中：進階四式訓練、200-400 公尺中距離訓練(縮短時間)、 1500 公尺有氧耐力訓練 陸上：核心、敏捷、協調、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、覺醒與壓力調整 其他：飲食紀錄與調整</p>
十五	<p>上:基礎體能、專項技術、心理技能 下:基礎體能、專項技術、心理技能</p>	<p>上: 水中：基礎四式訓練、50-400 間歇速耐力訓練</p>

【備查】

		<p>(縮短時間)、閉氣潛泳練習 陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆 其他：飲食紀錄與調整 下： 水中：進階四式訓練、50-400 間歇速耐力訓練(縮短時間)、閉氣潛泳練習 陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆 其他：飲食紀錄與調整</p>
十六	<p>上:基礎體能、專項技術、心理技能 下:基礎體能、專項技術、心理技能</p>	<p>上： 水中：基礎四式訓練、50-100 公尺配速訓練(縮短時間)、出發轉身練習 陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆 其他：飲食紀錄與調整 下： 水中：進階四式訓練、50-100 公尺配速訓練(縮短時間、增加趟數)、出發轉身練習 陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆 其他：飲食紀錄與調整</p>
十七	<p>上:基礎體能、專項技術、心理技能 下:基礎體能、專項技術、心理技能</p>	<p>上： 水中：基礎四式訓練、100-200 公尺配速訓練(縮短時間)、出發轉身練習、自由式接力練習 陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、</p>

【備查】

		<p>柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、綜合心理技術應用</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下：</p> <p>水中：進階四式訓練、100-200 公尺配速訓練（縮短時間、增加趟數）、出發轉身練習、自由式接力練習</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、綜合心理技術應用</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
十八	<p>上：基礎體能、專項技術、心理技能</p> <p>下：基礎體能、專項技術、心理技能</p>	<p>上：</p> <p>水中：基礎四式訓練、200-400 公尺配速訓練（縮短時間）、出發轉身練習、混合式接力練習</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、意象訓練</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下：</p> <p>水中：進階四式訓練、200-400 公尺配速訓練（縮短時間、增加趟數）、出發轉身練習、混合式接力練習</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、意象訓練</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
十九	<p>上：基礎體能、專項技術、心理技能</p> <p>下：基礎體能、專項技術、心理技能</p>	<p>上：</p> <p>水中：賽前專項減量訓練、基礎出發轉身練習、接力練習</p> <p>陸上：敏捷、協調、柔軟度</p>

			心理：訓練日誌撰寫與回饋、意象訓練 其他：飲食紀錄與調整 下： 水中：賽前專項減量訓練、流暢出發轉身練習、接力練習 陸上：敏捷、協調、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、意象訓練 其他：飲食紀錄與調整
	二十	上：基礎體能、專項技術、心理技能 下：基礎體能、專項技術、心理技能	上： 水中：賽前專項減量訓練、基礎出發轉身練習、接力練習 陸上：柔軟度 心理：綜合心理技術應用、賽後檢討 下： 水中：賽前專項減量訓練、流暢出發轉身練習、接力練習 陸上：柔軟度 心理：綜合心理技術應用、賽後檢討
	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作 40%、練習態度 20%、出席狀況 20%、比賽成績 20%		
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 游泳(二)		
	英文名稱：		
授課年段：			學分總數： 0
課程屬性：	體育班		
議題融入：	品德、生命、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A2.系統思考與問題解決		
	B溝通互動： B2.科技資訊與媒體素養		
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作		
學生圖像：	思辨力、行動力、合作力、恆毅力、品格力		
學習目標：	一、培養游泳專項體能，提升游泳競技表現。(P-V-2) 二、精進游泳專項之基本動作與技術水準。(T-V-2) 三、發展游泳專項競賽策略之運用。(Ta-V-2) 四、提升游泳專項運動之心理素質。(Ps-V-1)		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	上:體能技術心理 下:體能技術心理	上: 水中：前測、進階四式訓練、25-50 公尺短距離速度訓練、100- 200 公尺間歇速耐力訓練 陸上：核心、心肺耐力、徒手肌力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、目標設定 其他：營養基礎概念 下: 水中：前測、精熟四式訓練、25-50 公尺短距離

		<p>速度訓練(增加趟數)、200-400 公尺間歇速耐力訓練</p> <p>陸上：核心、心肺耐力、徒手肌力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、目標設定、壓力與覺醒調整</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
二	上:體能技術心理 下:體能技術心理	<p>上:</p> <p>水中：進階四式訓練、50-100 公尺短距離速度訓練、1500 公尺有氧耐力訓練</p> <p>陸上：核心、心肺耐力、徒手肌耐力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、覺醒認識與調整</p> <p>其他：營養基礎概念</p> <p>下:</p> <p>水中：精熟四式訓練、50-100 公尺短距離速度訓練(增加趟數)、2000 公尺有氧耐力訓練</p> <p>陸上：核心、心肺耐力、徒手肌耐力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、壓力與覺醒調整</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
三	上:體能技術技能 下:體能技術心理	<p>上:</p> <p>水中：進階四式訓練、100-200 公尺短距離速度訓練、200-400 公尺間歇速耐力訓練、肌耐力訓練(水中拉力繩)</p> <p>陸上：核心、心肺耐力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、壓力認識與調整</p> <p>其他：飲食規劃</p> <p>下:</p>

		<p>水中：精熟四式訓練、100-200 公尺短距離速度訓練(增加趟數)、 300-600 公尺間歇速耐力訓練、肌耐力訓練(水中拉力繩)</p> <p>陸上：核心、心肺耐力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、壓力與覺醒調整</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
四	上:體能技術技能 下:體能技術心理	<p>上: 水中：進階四式訓練、200-400 公尺中距離訓練、1500 公尺有氧耐力訓練</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下: 水中：精熟四式訓練、200-400 公尺中距離訓練(增加趟數)、2000公尺有氧耐力訓練</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆其他：飲食紀錄與調整</p>
五	上:體能技術心理 下:體能技術心理	<p>上: 水中：進階四式訓練、50-400 間歇速耐力訓練、閉氣潛泳練習</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下: 水中：精熟四式訓練、50-400 間歇速耐力訓練(縮短時間)、閉氣潛泳練習</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、</p>

		<p>柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
六	上:體能技術心理 下:體能技術心理	<p>上:</p> <p>水中：進階四式訓練、50-100 公尺配速訓練、出發轉身練習</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆</p> <p>其他：飲食紀錄與調整、學科補強</p> <p>下:</p> <p>水中：精熟四式訓練、50-100 公尺配速訓練(增加趟數)、出發轉身練習</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆</p> <p>其他：飲食紀錄與調整、學科補強</p>
七	上:心理戰術技術 下:心理戰術技術	<p>上:</p> <p>水中：進階四式訓練、出發轉身練習</p> <p>陸上：媒體識讀與動作分析、規則討論與觀念釐清</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、綜合心理技術應用</p> <p>其他：飲食紀錄與調整、學科補強</p> <p>下:</p> <p>水中：精熟四式訓練、出發轉身練習</p> <p>陸上：媒體識讀與動作分析、規則討論與觀念釐清</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、綜合心理技術應用</p> <p>其他：飲食紀錄與調整、學科補強</p>

八	上:戰術技術心理 下:戰術技術心理	<p>上:</p> <p>水中：進階四式訓練、200-400 公尺配速訓練、出發轉身練習、接力練習</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、綜合心理技術應用</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下:</p> <p>水中：精熟四式訓練、200-400 公尺配速訓練(增加趟數)、出發轉身練習、接力練習</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、綜合心理技術應用</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
九	上:戰術技術心理 下:戰術技術心理	<p>水中：賽前專項減量訓練、基礎出發轉身練習、接力練習</p> <p>陸上：敏捷、協調、柔軟度、規則提示</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、意象訓練</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下:</p> <p>水中：賽前專項減量訓練、流暢出發轉身練習、接力練習</p> <p>陸上：敏捷、協調、柔軟度、規則提示</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、意象訓練</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
十	上:戰術技術心理 下:戰術技術心理	<p>上:</p> <p>水中：賽前專項減量訓練、基礎出發轉身練習、接力練習</p> <p>陸上：柔軟度</p> <p>心理：綜合心理技術應用、賽後檢討</p>

		<p>下：</p> <p>水中：賽前專項減量訓練、流暢出發轉身練習、接力練習</p> <p>陸上：柔軟度</p> <p>心理：綜合心理技術應用、賽後檢討</p>
十一	上:身體恢復心理 下:身體恢復心理	<p>上：</p> <p>水中：3000 公尺長泳</p> <p>陸上：柔軟度(恢復及放鬆)</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、比賽影片回顧、運動傷害防護、目標設定</p> <p>下：</p> <p>水中：3000 公尺長泳</p> <p>陸上：柔軟度(恢復及放鬆)</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、比賽影片回顧、運動傷害防護、目標設定</p>
十二	上:體能技術心理 下:體能技術心理	<p>上：</p> <p>水中：進階四式訓練、50-100 公尺短距離速度訓練(縮短時間)、1000 公尺有氧耐力訓練</p> <p>陸上：核心、心肺耐力、徒手肌耐力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、覺醒與壓力調整</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下：</p> <p>水中：精熟四式訓練、50-100 公尺短距離速度訓練(增加趟數)、1500 公尺有氧耐力訓練</p> <p>陸上：核心、心肺耐力、徒手肌耐力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、覺醒與壓力調整</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>

十三	上:體能技術心理 下:體能技術心理	<p>上:</p> <p>水中:進階四式訓練、100-200 公尺短距離速度訓練(縮短時間)、200-400 公尺間歇速耐力訓練、肌耐力訓練(水中拉力繩)</p> <p>陸上:核心、心肺耐力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理:訓練日誌撰寫與回饋、覺醒與壓力調整</p> <p>其他:飲食紀錄與調整、學科補強</p> <p>下:</p> <p>水中:精熟四式訓練、100-200 公尺短距離速度訓練(增加趟數)、300-600 公尺間歇速耐力訓練、肌耐力訓練(水中拉力繩)</p> <p>陸上:核心、心肺耐力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理:訓練日誌撰寫與回饋、覺醒與壓力調整</p> <p>其他:飲食紀錄與調整、學科補強</p>
十四	上:心理戰術技術 下:心理戰術技術	<p>上:</p> <p>水中:進階四式訓練、出發轉身練習</p> <p>陸上:媒體識讀與動作分析、規則討論與觀念釐清</p> <p>心理:訓練日誌撰寫與回饋、綜合心理技術應用</p> <p>其他:飲食紀錄與調整、學科補強</p> <p>下:</p> <p>水中:精熟四式訓練、出發轉身練習</p> <p>陸上:媒體識讀與動作分析、規則討論與觀念釐清</p> <p>心理:訓練日誌撰寫與回饋、綜合心理技術應用</p> <p>其他:飲食紀錄與調整、學科補強</p>
十五	上:體能技術心理 下:體能技術心理	<p>上:</p> <p>水中:進階四式訓練、50-400 間歇速耐力訓練(縮短時間)、閉氣潛泳練習</p> <p>陸上:核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、</p>

		<p>柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下：</p> <p>水中：精熟四式訓練、50-400 間歇速耐力訓練(縮短時間)、閉氣潛泳練習</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
十六	上:體能技術心理 下:體能技術心理	<p>上：</p> <p>水中：進階四式訓練、50-100 公尺配速訓練(縮短時間)、出發轉身練習</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下：</p> <p>水中：精熟四式訓練、50-100 公尺配速訓練(縮短時間、增加趟數)、出發轉身練習</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
十七	上:戰術技術心理 下:戰術技術心理	<p>上：</p> <p>水中：賽前專項減量訓練、基礎出發轉身練習、接力練習</p> <p>陸上：敏捷、協調、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、意象訓練</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>

		<p>下：</p> <p>水中：賽前專項減量訓練、流暢出發轉身練習、接力練習</p> <p>陸上：敏捷、協調、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、意象訓練</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
十八	上:戰術技術心理 下:戰術技術心理	<p>上：</p> <p>水中：賽前專項減量訓練、基礎出發轉身練習、接力練習</p> <p>陸上：柔軟度</p> <p>心理：綜合心理技術應用、賽後檢討</p> <p>下：</p> <p>水中：賽前專項減量訓練、流暢出發轉身練習、接力練習</p> <p>陸上：柔軟度</p> <p>心理：綜合心理技術應用、賽後檢討</p>
十九	上:身體恢復心理 下:身體恢復心理	<p>上：</p> <p>水中：3000 公尺長泳</p> <p>陸上：柔軟度(恢復及放鬆)</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、比賽影片回顧、運動傷害防護、目標設定</p> <p>其他：學科補強</p> <p>下：</p> <p>水中：3000 公尺長泳</p> <p>陸上：柔軟度(恢復及放鬆)</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、比賽影片回顧、運動傷害防護、目標設定</p> <p>其他：學科補強</p>
二十	上:心理戰術技術 下:心理戰術技術	<p>上:水中：進階四式訓練</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、</p>

			柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、心理狀態調整 其他：飲食紀錄與調整、學科補強 下： 水中：精熟四式訓練 陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、 柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、心理狀態調整 其他：飲食紀錄與調整、學科補強
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1. 技術實作 40%：平時計時測驗、動作調整改善、自我目標設定與調整 2. 練習態度 20% 3. 出席狀況 20% 4. 比賽成績 20%：縣運、中小聯運、全國盃賽、全中運		
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 游泳(三)		
	英文名稱：		
授課年段：		學分總數： 0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	品德、生命、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進		
	B溝通互動： B2.科技資訊與媒體素養		
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作		
學生圖像：	思辨力、行動力、合作力、恆毅力、品格力		
學習目標：	一、培養游泳專項體能,提升游泳競技表現。(P-V-2) 二、精進游泳專項之基本動作與技術水準。(T-V-2) 三、發展游泳專項競賽策略與運用。(Ta-V-2) 四、提升游泳專項運動之心理素質。(Ps-V-1)		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	上：基礎體能、專項技術、心理技能 下：基礎體能、專項技術、心理技能	上： 水中：暖身練習、有氧訓練、耐力訓練、踢腿訓練、混合訓練、100公尺專項測驗 陸上：核心、心肺耐力、徒手肌力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、目標設定 其他：營養基礎概念 下： 水中：暖身練習、有氧訓練、耐力訓練、踢腿訓

		<p>練、混合訓練、100公尺專項測驗</p> <p>陸上：核心、心肺耐力、徒手肌力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、目標設定、壓力與覺醒調整</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
二	<p>上：基礎體能、專項技術、心理技能</p> <p>下：基礎體能、專項技術、心理技能</p>	<p>上：</p> <p>水中：暖身練習、動作練習、踢腿訓練、間歇訓練、混合訓練、100公尺副項測驗</p> <p>陸上：核心、心肺耐力、徒手肌耐力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、覺醒認識與調整</p> <p>其他：營養基礎概念</p> <p>下：</p> <p>水中：暖身練習、動作練習、踢腿訓練、間歇訓練、混合訓練、100公尺副項測驗</p> <p>陸上：核心、心肺耐力、徒手肌耐力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、壓力與覺醒調整</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
三	<p>上：基礎體能、專項技術、心理技能</p> <p>下：基礎體能、專項技術、心理技能</p>	<p>上：</p> <p>水中：動態伸展、技術訓練、四式練習、間歇訓練、衝刺訓練肌耐力訓練(水中拉力繩)、趣味競賽</p> <p>陸上：核心、心肺耐力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、壓力認識與調整</p> <p>其他：飲食規劃</p> <p>下：</p> <p>水中：動態伸展、技術訓練、四式練習、間歇訓練、衝刺訓練肌耐力訓練(水中拉力繩)、趣味競</p>

		<p>賽</p> <p>陸上：核心、心肺耐力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、壓力與覺醒調整</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
四	<p>上：基礎體能、專項技術、心理技能</p> <p>下：基礎體能、專項技術、心理技能</p>	<p>上：</p> <p>水中：暖身練習、有氧耐力練習、四式訓練、轉身衝刺、200公尺專項測驗</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下：</p> <p>水中：暖身練習、有氧耐力練習、四式訓練、轉身衝刺、200公尺專項測驗</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
五	<p>上：基礎體能、專項技術、心理技能</p> <p>下：基礎體能、專項技術、心理技能</p>	<p>上：</p> <p>水中：暖身練習、間歇訓練、踢腿訓練、動作訓練、耐力訓練、200公尺副項測驗</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下：</p> <p>水中：暖身練習、間歇訓練、踢腿訓練、動作訓練、耐力訓練、200公尺副項測驗</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>

六	<p>上：基礎戰術、專項技術、心理技能 下：基礎戰術、專項技術、心理技能</p>	<p>上： 水中：暖身練習、踢腿訓練、間歇訓練、技術訓練、混合訓練、100公尺專項測驗 陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆 其他：飲食紀錄與調整 下： 水中：暖身練習、踢腿訓練、間歇訓練、技術訓練、混合訓練、100公尺專項測驗 陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆 其他：飲食紀錄與調整</p>
七	<p>上：基礎戰術、專項技術、心理技能 下：基礎戰術、專項技術、心理技能</p>	<p>上： 水中：基礎四式訓練動作訓練、踢腿訓練、動作練習、轉身練習、隨機測驗 陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、綜合心理技術應用 其他：飲食紀錄與調整 下： 水中：基礎四式訓練動作訓練、踢腿訓練、動作練習、轉身練習、隨機測驗 陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、綜合心理技術應用 其他：飲食紀錄與調整</p>
八	<p>上：基礎戰術、專項技術、心理技能 下：基礎戰術、專項技術、心理技能</p>	<p>上： 水中：動態伸展、暖身練習、專項練習、踢腿練習</p>

	技能	<p>習、間歇訓練、隨機測驗</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、綜合心理技術應用</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下：</p> <p>水中：動態伸展、暖身練習、專項練習、踢腿練習、間歇訓練、隨機測驗</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、綜合心理技術應用</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
九	<p>上：基礎戰術、專項技術、心理技能</p> <p>下：基礎戰術、專項技術、心理技能</p>	<p>上：</p> <p>水中：賽前專項減量訓練、基礎出發轉身練習、接力練習</p> <p>陸上：敏捷、協調、柔軟度、規則提示</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、意象訓練</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下：</p> <p>水中：賽前專項減量訓練、流暢出發轉身練習、接力練習</p> <p>陸上：敏捷、協調、柔軟度、規則提示</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、意象訓練</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
十	<p>上：基礎戰術、專項技術、心理技能</p> <p>下：基礎戰術、專項技術、心理技能</p>	<p>上：</p> <p>水中：賽前專項減量訓練、基礎出發轉身練習、接力練習</p> <p>陸上：柔軟度、拉筋伸展</p> <p>心理：綜合心理技術應用、賽後檢討</p> <p>下：</p>

		<p>水中：賽前專項減量訓練、流暢出發轉身練習、接力練習</p> <p>陸上：柔軟度、拉筋伸展</p> <p>心理：綜合心理技術應用、賽後檢討</p>
十一	<p>上：身體恢復、心理技能 下：身體恢復、心理技能</p>	<p>上：</p> <p>水中：動態伸展、暖身練習、踢腿練習、趣味活動</p> <p>陸上：柔軟度(恢復及放鬆)</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、比賽影片回顧、運動傷害防護、目標設定</p> <p>下：</p> <p>水中：動態伸展、暖身練習、踢腿練習、趣味活動</p> <p>陸上：柔軟度(恢復及放鬆)</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、比賽影片回顧、運動傷害防護、目標設定</p>
十二	<p>上：基礎戰術、專項技術、心理技能 下：基礎戰術、專項技術、心理技能</p>	<p>上：</p> <p>水中：暖身練習、有氧耐力訓練、混合練習、動作訓練、50公尺專項測驗</p> <p>陸上：核心、心肺耐力、徒手肌耐力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、覺醒與壓力調整</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下：</p> <p>水中：暖身練習、有氧耐力訓練、混合練習、動作訓練、50公尺專項測驗</p> <p>陸上：核心、心肺耐力、徒手肌耐力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、覺醒與壓力調整</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>

十三	<p>上：基礎戰術、專項技術、心理技能 下：基礎戰術、專項技術、心理技能</p>	<p>上： 水中：暖身練習、有氧訓練、耐力訓練、混合訓練、肌耐力訓練(水中拉力繩)、50公尺副項測驗 陸上：核心、心肺耐力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、覺醒與壓力調整 其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下： 水中：暖身練習、有氧訓練、耐力訓練、混合訓練、肌耐力訓練(水中拉力繩)、50公尺副項測驗 陸上：核心、心肺耐力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、覺醒與壓力調整 其他：飲食紀錄與調整</p>
十四	<p>上：基礎戰術、專項技術、心理技能 下：基礎戰術、專項技術、心理技能</p>	<p>上： 水中：暖身練習、踢腿訓練、間歇訓練、混合訓練、100公尺專項測驗 陸上：核心、敏捷、協調、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、覺醒與壓力調整 其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下： 水中：暖身練習、踢腿訓練、間歇訓練、混合訓練、100公尺專項測驗 陸上：核心、敏捷、協調、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、覺醒與壓力調整 其他：飲食紀錄與調整</p>
十五	<p>上：基礎戰術、專項技術、心理技能 下：基礎戰術、專項技術、心理技能</p>	<p>上： 水中：暖身練習、動作訓練、間歇訓練、衝刺練習、100公尺副項測驗 陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆</p>

		<p>其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下：</p> <p>水中：暖身練習、動作訓練、間歇訓練、衝刺練習、100公尺副項測驗</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
十六	<p>上：基礎戰術、專項技術、心理技能</p> <p>下：基礎戰術、專項技術、心理技能</p>	<p>上：</p> <p>水中：暖身練習、四式踢腳、四式練習、有氧訓練、出發轉身練習、200公尺專項測驗</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下：</p> <p>水中：暖身練習、四式踢腳、四式練習、有氧訓練、出發轉身練習、200公尺專項測驗</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、自我對話與放鬆</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
十七	<p>上：基礎戰術、專項技術、心理技能</p> <p>下：基礎戰術、專項技術、心理技能</p>	<p>上：</p> <p>水中：動態伸展、暖身練習、耐力練習、金字塔訓練、自由式接力練習、分組模擬競賽4*100自接力</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、綜合心理技術應用</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>

		<p>下：</p> <p>水中：動態伸展、暖身練習、耐力練習、金字塔訓練、自由式接力練習、分組模擬競賽4*100自接力</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、綜合心理技術應用</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
十八	<p>上：基礎戰術、專項技術、心理技能</p> <p>下：基礎戰術、專項技術、心理技能</p>	<p>上：</p> <p>水中：動態伸展、暖身練習、有氧練習、混合練習、動作訓練、分組模擬競賽4*100混合式接力</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、意象訓練</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下：</p> <p>水中：動態伸展、暖身練習、有氧練習、混合練習、動作訓練、分組模擬競賽混合式4*100接力</p> <p>陸上：核心、敏捷、協調、爆發力、重量訓練、柔軟度</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、意象訓練</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p>
十九	<p>上：基礎戰術、專項技術、心理技能</p> <p>下：基礎戰術、專項技術、心理技能</p>	<p>上：</p> <p>水中：賽前專項減量訓練、基礎出發轉身練習、接力練習</p> <p>陸上：敏捷、協調、柔軟度、伸展拉筋</p> <p>心理：訓練日誌撰寫與回饋、意象訓練</p> <p>其他：飲食紀錄與調整</p> <p>下：</p> <p>水中：賽前專項減量訓練、流暢出發轉身練習、</p>

			接力練習 陸上：敏捷、協調、柔軟度 心理：訓練日誌撰寫與回饋、意象訓練 其他：飲食紀錄與調整
	二十	上：基礎戰術、專項技術、心理技能 下：基礎戰術、專項技術、心理技能	上： 水中：動態伸展、暖身練習、踢腿練習、趣味活動 陸上：柔軟度(恢復及放鬆) 心理：訓練日誌撰寫與回饋、比賽影片回顧、運動傷害防護、目標設定 下： 水中：動態伸展、暖身練習、踢腿練習、趣味活動 陸上：柔軟度(恢復及放鬆) 心理：訓練日誌撰寫與回饋、比賽影片回顧、運動傷害防護、目標設定
	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作 40%、練習態度 20%、出席狀況 20%、比賽成績 20%		
備註：			

課程名稱：	中文名稱：運動場館設施與管理		
	英文名稱：		
授課年段：		學分總數：1	
課程屬性：	體育班		
議題融入：			
師資來源：	校內單科		
課綱核心素養：	A自主行動：A1.身心素質與自我精進		
	B溝通互動：B1.符號運用與溝通表達		
	C社會參與：C1.道德實踐與公民意識		
學生圖像：	培育有教養、富競爭力的新時代東山人。		
學習目標：	國內外運動場館現況、發展趨勢與運動場地設施規劃管理之基本理念與應用，培養學生對於運動場館規劃與管理		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	運動場館的過去、現在與未來	課程說明及評量的方式、注意事項、分組說明
	二	運動場館基本概論	運動場館基本概論
	三	運動場館概論	運動場館規劃概論
	四	運動場館的籌備與計畫	運動場館成立之計畫與研擬
	五	運動場館設施規劃及設計	運動場館規劃與管理設施
	六	運動場館的建造與品管	運動中心與游泳池經營管理
	七	運動場館實務	運動場館實務
	八	運動場館集會活動管理	運動場館人力資源管理

	九	期中考	期中考
	十	運動場館集會活動管理	運動場館行銷規劃探討
	十一	運動場館的保養與維護	運動場館之風險管理
	十二	運動場館的保養與維護	運動場館之公共關係
	十三	運動場館的行銷與推廣	健身俱樂部與高爾夫球場經營個案研討
	十四	運動場館的財務管理	健身俱樂部與高爾夫球場經營個案研討
	十五	運動場館實務參訪	運動場館實務參訪
	十六	運動場館的人力資源管理	運動場館之現況與未來發展
	十七	運動場館與規劃專題報告、討論	運動場館與規劃專題報告、討論
	十八	運動場館與規劃專題報告、討論	運動場館與規劃專題報告、討論
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	期中50% 期末50%		
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 網球(一)	
	英文名稱：	
授課年段：		學分總數： 0
課程屬性：	體育班	
議題融入：	品德、生命、生涯規劃	
師資來源：	校內單科	
課綱核心素 養：	A自主行動： A1. 身心素質與自我精進、A3. 規劃執行與創新應變	
	B溝通互動：	
	C社會參與： C1. 道德實踐與公民意識、C2. 人際關係與團隊合作、C3. 多元文化與國際理解	
學生圖像：	鑑賞力、思辨力、行動力、合作力、恆毅力、品格力	
學習目標：	發展專項體能與技術，並透過專項訓練戰術之練習與執行，實際運用於競技比賽中。 (P-V-2、T-V-1、Ta-V-1)	
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題
	一	高一(上)體能及基礎腳步訓練 高一(下)體能及基礎協調訓練
	二	高一(上)正手拍基礎抽球 高一(下)正手拍抽球落點訓練
	三	高一(上)正手拍抽球攻擊與防守 高一(下)正手拍抽球深度訓練
	四	高一(上)反手拍基礎抽球 高一(下)反手拍抽球落點訓練
	五	高一(上)反手拍抽球攻擊與防守 高一(下)比賽/全中運資格賽
		內容綱要
		高一(上)有氧訓練、折返跑、短距離跑 高一(下)有氧訓練、繩梯、敏捷
		高一(上)橫向移位擊球訓練 高一(下)直線、斜線擊球訓練
		高一(上)approach 與後場防守訓練 高一(下)擊球落點深度訓練
		高一(上)橫向移位擊球訓練 高一(下)直線、斜線擊球訓練
		高一(上)approach 與後場防守訓練 高一(下)比賽成果評量

六	高一（上）比賽影片賞析 高一（下）比賽影片分析	高一（上）觀賞職業網球賽事影片 高一（下）自我賽事檢討
七	高一（上）第一次期中考 高一（下）第一次期中考	高一（上）調整活動 高一（下）調整活動
八	高一（上）基礎發球訓練（一） 高一（下）基礎發球訓練（一）	高一（上）上旋發球穩定度訓練 高一（下）上旋發球落點訓練
九	高一（上）基礎發球訓練（二） 高一（下）基礎發球訓練（二）	高一（上）側旋發球穩定度訓練 高一（下）側旋發球落點訓練
十	高一（上）比賽/青少年網球錦標賽 高一（下）發球後腳步訓練	高一（上）比賽成果評量 高一（下）發球後回防腳步訓練
十一	高一（上）基礎截擊訓練-正拍 高一（下）正手拍截擊落點訓練	高一（上）正手拍截擊穩定度與腳步 高一（下）正手拍截擊推深與放小球
十二	高一（上）基礎截擊訓練-反拍 高一（下）反手拍截擊落點訓練	高一（上）反手拍截擊穩定度與腳步 高一（下）反手拍截擊推深與放小球
十三	高一（上）比賽影片分析 高一（下）比賽影片分析	高一（上）自我賽事檢討 高一（下）分析職業網球賽事影片
十四	高一（上）第二次期中考 高一（下）第二次期中考	高一（上）調整活動 高一（下）調整活動
十五	高一（上）基礎正手拍接發球（一） 高一（下）基礎正手拍接發球（一）	高一（上）正手接發球腳步與回擊訓練 高一（下）正手接發球回擊落點訓練
十六	高一（上）基礎反手拍接發球（一） 高一（下）基礎反手拍接發球（一）	高一（上）反手接發球腳步與回擊訓練 高一（下）反手接發球回擊落點訓練
十七	高一（上）單打戰術應用 高一（下）單打戰術應用	高一（上）比賽模式組合運用，底線多拍來回 高一（下）比賽模式組合運用，製造隨球上網機會。
十八	高一（上）雙打戰術與站位 高一（下）雙打戰術運用	高一（上）雙打前排站位及搶擊訓練 高一（下）雙上網訓練

	十九	高一（上）比賽影片分析及分享 高一（下）比賽影片分析及分享	高一（上）分析職業選手打法及心得分享 高一（下）分析職業選手打法及心得分享
	二十	高一（上）第三次期中考 高一（下）第三次期中考	高一（上）調整活動 高一（下）調整活動
	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作 40%、書面報告 20%、口頭報告 20%、比賽成績 20%		
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 網球(二)		
	英文名稱：		
授課年段：		學分總數：0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	品德、生命、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進、A3.規劃執行與創新應變		
	B溝通互動：		
	C社會參與： C1.道德實踐與公民意識、C2.人際關係與團隊合作、C3.多元文化與國際理解		
學生圖像：	表達力、思辨力、行動力、合作力、恆毅力、品格力		
學習目標：	發展專項體能與技術，並透過專項訓練戰術之練習與執行，實際運用於競技比賽中。 (P-V-2、T-V-1、Ta-V-1)		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	高二上:多元基礎訓練 高二下:多元基礎訓練	高二上:正、反手抽球組合多球訓練(送球) 高二下:正、反手抽球組合多球訓練(送球)
	二	高二上:多元基礎訓練 高二下:多元基礎訓練	高二上:正、反手抽球組合多球訓練(送球) 高二下:正、反手抽球組合多球訓練(送球)
	三	高二上:多元基礎訓練 高二下:多元基礎訓練	高二上:正、反手抽球組合多球訓練(送球) 高二下:正、反手抽球組合多球訓練(送球)
	四	高二上:多元基礎訓練 高二下:多元基礎訓練	高二上:正、反手抽球組合多球訓練(送球) 高二下:正、反手抽球組合多球訓練(送球)
	五	高二上:多元基礎訓練 高二下:多元基礎訓練	高二上:正手拍抽球定點1對2模式訓練 高二下:正手拍抽球定點1對2模式訓練

六	高二上:多元基礎訓練 高二下:多元基礎訓練	高二上:反手拍抽球定點1對2模式訓練 高二下:正手拍抽球定點1對2模式訓練
七	高二上:第一次期中考 高二下:第一次期中考	高二上:調整活動 高二下:調整活動
八	高二上:多元基礎訓練 高二下:多元基礎訓練	高二上:正手拍抽球左右移動1對2模式訓練 高二下:正手拍抽球左右移動1對2模式訓練
九	高二上:多元基礎訓練 高二下:多元基礎訓練	高二上:反手拍抽球左右移動1對2模式訓練 高二下:正手拍抽球左右移動1對2模式訓練
十	高二上:截擊基礎訓練 高二下:截擊多元基礎訓練	高二上:正、反手截擊多球訓練(送球) 高二下:截擊、抽球組合訓練
十一	高二上:截擊基礎訓練 高二下:截擊多元基礎訓練	高二上:正、反手截擊多球訓練(送球) 高二下:截擊、抽球組合訓練
十二	高二上:高壓殺球基礎訓練 高二下:截擊多元基礎訓練	高二上:高壓殺球訓練(送球) 高二下:截擊、抽球組合訓練
十三	高二上:多元基礎訓練 高二下:單打基礎訓練	高二上:截擊、抽球組合訓練 高二下:單打發球上網
十四	高二上:第二次期中考 高二下:第二次期中考	高二上:調整活動 高二下:調整活動
十五	高二上:多元基礎訓練 高二下:雙打基礎訓練	高二上:截擊、抽球組合訓練 高二下:雙打發球上網
十六	高二上:多元基礎訓練 高二下:單打戰術訓練	高二上:截擊、抽球組合訓練 高二下:1對2打分模式
十七	高二上:多元基礎訓練 高二下:單打戰術訓練	高二上:截擊、高壓組合訓練(送球) 高二下:3拍致勝球打分模式
十八	高二上:發球基礎訓練 高二下:雙打戰術訓練	高二上:上旋發球、側旋發球訓練 高二下:One ball打分模式
十九	高二上:接發球基礎訓練 高二下:雙打戰術訓練	高二上:接發球訓練(送球) 高二下:One ball打分模式

	二十	高二上:第三次期中考 高二下:第三次期中考	高二上:調整活動 高二下:調整活動
	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作 40%、書面報告 20%、口頭報告 20%、比賽成績 20%		
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 網球(三)		
	英文名稱：		
授課年段：		學分總數： 0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	人權、品德、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進、A3.規劃執行與創新應變		
	B溝通互動：		
	C社會參與： C1.道德實踐與公民意識、C2.人際關係與團隊合作、C3.多元文化與國際理解		
學生圖像：	表達力、思辨力、行動力、合作力、恆毅力、品格力		
學習目標：	發展專項體能與技術，並透過專項訓練戰術之練習與執行，實際運用於競技比賽中。 (P-V-2、T-V-1、Ta-V-1)		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	高三上:多元基礎訓練 高三下:多元基礎訓練	高三上:正、反手抽球組合多球訓練(送球) 高三下:正、反手抽球組合多球訓練(送球)
	二	高三上:多元基礎訓練 高三下:多元基礎訓練	高三上:正、反手抽球組合多球訓練(送球) 高三下:正手拍抽球定點1對2模式訓練
	三	高三上:多元基礎訓練 高三下:多元基礎訓練	高三上:正手拍抽球定點1對2模式訓練 高三下:正手拍抽球左右移動1對2模式訓練
	四	高三上:多元基礎訓練 高三下:多元基礎訓練	高三上:反手拍抽球定點1對2模式訓練 高三下:反手拍抽球左右移動1對2模式訓練
	五	高三上:多元基礎訓練 高三下:多元基礎訓練	高三上:正手拍抽球左右移動1對2模式訓練 高三下:截擊、抽球組合訓練

六	高三上:多元基礎訓練 高三下:多元基礎訓練	高三上:反手拍抽球左右移動1對2模式訓練 高三下:雙打搶球訓練(送球)
七	高三上:第一次期中考 高三下:第一次期中考	高三上:調整活動 高三下:調整活動
八	高三上:多元基礎訓練 高三下:多元基礎訓練	高三上:截擊、抽球組合訓練 高三下:雙打搶球訓練
九	高三上:多元基礎訓練 高三下:多元基礎訓練	高三上:雙打搶球訓練(送球) 高三下:雙打搶球訓練
十	高三上:多元基礎訓練 高三下:多元基礎訓練	高三上:雙打搶球訓練 高三下:單打發球上網
十一	高三上:多元基礎訓練 高三下:多元基礎訓練	高三上:雙打搶球訓練 高三下:雙打發球上網
十二	高三上:多元基礎訓練 高三下:單打戰術訓練	高三上:單打發球上網 高三下:1對2打分模式
十三	高三上:多元基礎訓練 高三下:單打戰術訓練	高三上:雙打發球上網 高三下:1對2打分模式
十四	高三上:第二次期中考 高三下:第二次期中考	高三上:調整活動 高三下:調整活動
十五	高三上:多元基礎訓練 高三下:單打戰術訓練	高三上:雙打接球上網模式 高三下:3拍致勝球打分模式
十六	高三上:單打戰術訓練 高三下:單打戰術訓練	高三上:1對2打分模式 高三下:模擬比賽
十七	高三上:單打戰術訓練 高三下:	高三上:1對2打分模式 高三下:
十八	高三上:雙打戰術訓練 高三下:	高三上:3拍致勝球打分模式 高三下:
十九	高三上:雙打戰術訓練 高三下:	高三上:One ball打分模式 高三下:

	二十	高三上:第三次期中考 高三下:	高三上:調整活動 高三下:
	二十一		
	二十二		
學習評量:	技術實作 40%、書面報告 20%、口頭報告 20%、比賽成績 20%		
備註:			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 劍道(一)	
	英文名稱：	
授課年段：		學分總數： 0
課程屬性：	體育班	
議題融入：	人權、品德、生命、生涯規劃	
師資來源：	校內單科	
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進	
	B溝通互動： B3.藝術涵養與美感素養	
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作	
學生圖像：	行動力、合作力、恆毅力、品格力	
學習目標：	1.培養一般體能及專項體能 2.技術熟練及運用 3.熟悉並善用競賽規則、指令與倫理 4.提昇專項心理素質	
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題
	一	上:一般體能 下:回復訓練
	二	上:體能訓練 下:體能調整
	三	上: 技、戰術訓練 下:全國比賽
		內容綱要
		上: 心肺耐力、繩梯協調性訓練、基本腳步 下:基本練習、基本左右步伐、比賽練習
		上: 核心肌群訓練 下:腳步動作、基本打擊、賽前準備
		上:加強基礎動作、如何掌控及主導比賽戰術分 析及技巧 下:參加全國學生盃劍道錦標賽。

四	上:技術協調 下:技術訓練	上:步法上半部手腳配合動作 下:連續攻擊的技巧
五	上:區域比賽 下:全國比賽	上:參加台中議長杯劍道錦標賽 下:參加全國菁英盃劍道錦標賽。
六	上:體能訓練、技術訓練 下:夜間加強	上:. 主動攻擊及被動攻擊的技巧 下:基本打擊、比賽練習
七	上:賽後影片觀賞 下:戰術訓練	上:賽後心得及討論檢討 下:基本打擊、比賽練習
八	上: 第一次訂評 下:體能訓練	上:複習學科 下:增加肺活量力度
九	上:戰術訓練 下:第一次訂評	上:. 比賽技巧 下:增複習學科
十	上:心理訓練 下:比賽準備	上:賽前準備 下:準備全國分齡賽
十一	上:技術訓練 下:全國比賽	上: 交劍攻擊、基本防守 下:參加全國分齡賽
十二	上:戰術訓練 下:體能調整	上:假進攻、假防守 下:賽後(影片)省思、比賽回饋
十三	上:體能訓練 下:技術訓練	上:重訓器材、耐力體能 下:交劍，一步M、K、D
十四	上:第二次訂評 下:心理訓練	上:複習學科 下:同時攻擊
十五	上:技、戰術訓練 下:第二次訂評	上:基本攻擊、基本比賽引導 下:複習學科
十六	上: 比賽 下:技術訓練	上: 總統盃劍道錦標賽 下:交劍，一步M、K、D
十七	上:技術、戰術訓練 下:體能訓練	上:一個假動作的進攻、防守打擊、 下:修復體能

	十八	上：戰術訓練 下：比賽戰術、心理訓練	上：如何掌控及主導比賽戰術分析及技巧訓練 下：引導新生比賽
	十九	上：全國比賽 下：心理訓練	上：參加全國中正盃 下：賽後(影片)省思
	二十	上：第三次定評 下：第三次訂評	上：複習學科 下：複習學科
	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作 60%、出缺席 20%、比賽成績 20%		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 劍道(二)		
	英文名稱：		
授課年段：		學分總數： 0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	品德、生命、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進		
	B溝通互動： B3.藝術涵養與美感素養		
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作		
學生圖像：	關懷力、行動力、合作力、恆毅力、品格力		
學習目標：	1.培養一般體能及專項體能 2.技術熟練及運用 3.熟悉並善用競賽規則、指令與倫理 4.提昇專項心理素質		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	上:一般體能、技術訓練 下:回復訓練	上:心肺耐力、繩梯協調性訓練、基本腳步、重訓 下:基本練習、長距離、比賽練習
	二	上:體能訓練、技術訓練 下:體能調整、技術訓練	上:核心肌群訓練、個人腳步、換側攻擊、劃圓防守 下:球類活動、賽前準備
	三	上:技、戰術訓練 下:全國比賽	上:加強基礎動作、如何掌控及主導比賽戰術分析及技巧

		下:參加全國學生盃劍道錦標賽。
四	上:技術訓練 下:技術訓練	上:步法上半部手腳配合動作、加強、兩段式打擊〔腳〕 下:連續攻擊的技巧
五	上:體能訓練、技術訓練 下:全國比賽	上:主動攻擊及被動攻擊的技巧。 下:. 參加全國菁英盃劍道錦標賽。
六	上:戰術訓練 下:夜間加強	上:比賽規則及技巧的重要性 下:基本打擊、比賽練習
七	上:賽後影片觀賞 下:戰術訓練	上:賽後心得及討論檢討 下:一個假動作的進攻、防守、反攻戰術演練
八	上:第一次定評 下:體能訓練	上:複習學科 下:增加肺活量及打擊力度
九	上:戰術訓練 下:第一次定評	上:比賽技巧 下:複習學科
十	上:心理訓練 下:比賽準備	上:賽前準備 下:參加全國分齡賽
十一	上:體能訓練、技術訓練 下:全國比賽	上:交劍攻擊、直接防守 下:參加全國分齡賽
十二	上:戰術訓練、心理訓練 下:體能調整、技術訓練	上:假進攻、假防守 下:賽後(影片)省思、比賽回饋
十三	上:體能訓練 下:技術訓練	上:重訓器材、耐力體能 下:交劍，一步M、K、D
十四	上:第二次定評 下:心理訓練	上:複習學科 下:同時攻擊、互中戰術
十五	上:第二次訂評 下:心理訓練	上:同時攻擊、互中戰術 下:複習學科
十六	上:比賽 下:戰術討論	上:總統盃劍道錦標賽 下:檢討比賽

	十七	上:技術、戰術訓練 下:體能訓練	上:一個假動作的進攻、防守、反攻戰術演練 下:修復體能
	十八	上:戰術訓練、心理訓練 下:戰術訓練、心理訓練	上:如何掌控及主導比賽戰術分析及技巧訓練 下:如何掌控及主導比賽戰術分析及技巧訓練
	十九	上:全國比賽 下:體能、心理訓練	上:參加全國中正盃 下:賽後(影片)省思、比賽回饋
	二十	上:第三次定評 下:第三次定評	上:複習學科 下:複習學科
	二十一		
	二十二		
學習評量: 技術實作 60%、出缺席 20%、比賽成績 20%			
備註:			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 劍道(三)		
	英文名稱：		
授課年段：		學分總數： 0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	品德、生命、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進		
	B溝通互動： B3.藝術涵養與美感素養		
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作		
學生圖像：	思辨力、行動力、合作力、恆毅力、品格力		
學習目標：	1.培養一般體能及專項體能 2.技術熟練及運用 3.熟悉並善用競賽規則、指令與倫理 4.提昇專項心理素質		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	上:體能、技術訓練 下:回復訓練	上:心肺耐力、重訓、壺玲、繩梯訓練、腳步訓練 下:基本練習、長、短衝、互衝、比賽練習
	二	上:技術訓練 下:體能調整、技術訓練	上:個人腳步、劃圓防守、左右攻擊 下:劍道、賽前準備
	三	上:技、戰術訓練 下:全國比賽	上:加強比賽招式動作、如何掌控及主導比賽戰術分析及技巧 下:參加全國學生盃劍道錦標賽。

四	上:技術訓練 下:技術訓練	上:步法上半部手腳配合動作、加強、兩段式打擊〔腳〕 下:連續攻擊的技巧
五	上:技術訓練 下:全國比賽	上:主動攻擊及被動攻擊的技巧 下:參加全國菁英盃劍道錦標賽
六	上:戰術訓練 下:夜間加強	上:比賽規則及技巧靈活的重要性 下:基本打擊、長距離打擊、比賽練習
七	上:賽後影片觀賞 下:技巧、心理訓練	上:賽後心得及討論檢討 下:帶學弟妹們討論及觀察
八	上:第一次定評 下:體能訓練	上:複習學科 下:增加肺活量及靈敏度和打擊力道
九	上:戰術訓練 下:第一次定評	上:比賽技巧 下:複習學科
十	上:心理訓練 下:比賽準備	上:賽前準備 下:準備參加全國分齡賽
十一	上:體能訓練、技術訓練 下:全國比賽	上:交劍攻擊、防守後打擊 下:參加全國分齡賽
十二	上:戰術訓練 下:體能調整、技術訓練	上:假進攻、假防守、真打擊 下:賽後(影片)省思
十三	上:體能訓練 下:技術訓練	上:重訓器材、繩梯協調性、耐力體能 下:交劍，初端打擊
十四	上:第二次定評 下:心理訓練	上:複習學科 下:同時攻擊、互中戰術、轉身打擊
十五	上:技、戰術訓練 下:第二次定評	上:同時攻擊、互中戰術 下:複習學科
十六	上:區域比賽 下:賽後檢討	上:總統盃劍道錦標賽 下:比賽回饋

	十七	上:技術、戰術訓練 下:體能訓練	上:一個假動作的進攻、防守、反攻戰術演練 下:耐力體能、核心體能
	十八	上:戰術訓練 下:心理訓練	上:劍間同時攻擊、互中戰術演練、意象訓練 下:如何掌控及主導比賽戰術分析及技巧訓練
	十九	上:全國比賽 下:體能、心理訓練	上:參加全國中正盃 下:賽後(影片)省思、比賽回饋
	二十	上:第三次定評 下:第三次定評	上:複習學科 下:複習學科
	二十一		
	二十二		
學習評量:	技術實作 60%、出缺席 20%、比賽成績 20%		
備註:			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 壘球(一)		
	英文名稱：		
授課年段：		學分總數： 0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	品德、生涯規劃、多元文化		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進、A3.規劃執行與創新應變		
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達		
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作		
學生圖像：	關懷力、行動力、合作力、恆毅力、品格力		
學習目標：	能完成壘球運動之專項體能。 能精熟壘球運動團體綜合性技術。 能夠了解並確實運用壘球運動團體戰術。		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	上：壘球守備基礎講解 下：基礎高飛球訓練	上：接球基礎觀念講解 下：個人守備位置高飛球訓練
	二	上：協會盃 下：基礎滾地球訓練	上：參加協會盃全國壘球錦標賽 下：個人守備位置高飛球訓練
	三	上：基礎傳接球 下：基礎打擊發力順序	上：個人守備位置基礎傳接球訓練 下：講解基礎打擊發力順序
	四	上：打擊訓練 下：投打訓練	上：前/後手打擊訓練技巧 下：實戰投手打擊訓練

五	上：戰術演練 下：團體守備訓練	上：狀況性打擊、守備及跑壘演練 下：模擬比賽發生的實質情況
六	上：戰術演練 下：戰術演練	上：短打戰術演練 下：強迫取分戰術演練
七	上：重量訓練 下：速度訓練	上：肌力、肌耐力訓練 下：速耐力、間歇訓練
八	上：第一次定評 下：第一次定評	上：調整訓練內容(複習學科) 下：調整訓練內容(複習學科)
九	上：模擬比賽 下：模擬比賽	上：分組對抗、校外友誼賽 下：分組對抗、校外友誼賽
十	上：新北市全國壘球錦標賽 下：中小學壘球聯賽決賽	上：參加新北市全國錦標賽 下：目標 4 強
十一	上：戰術執行訓練 下：戰術執行訓練	上：打擊跑壘戰術演練 下：守備整體狀況性演練
十二	上：模擬比賽 下：模擬比賽	上：分組對抗、校外友誼賽 下：分組對抗、校外友誼賽
十三	上：戰術執行訓練 下：戰術執行訓練	上：守備防止強迫取分戰術 下：強迫取分戰術(有跑壘員)
十四	上：第二次定評 下：第二次定評	上：調整訓練內容(複習學科) 下：調整訓練內容(複習學科)
十五	上：全國聯賽預賽 下：體能訓練	上：目標 8 強 下：短距離衝刺及爆發力訓練
十六	上：體能訓練 下：體能訓練	上：藥球及拉力帶爆發力訓練 下：調整訓練內容(戰術觀念加強)
十七	上：體能訓練 下：體能訓練	上：壺鈴，啞鈴核心發力訓練 下：肌耐力訓練。
十八	上：團體守備訓練 下：團體守備訓練	上：守備戰術默契配合訓練 下：跑壘實戰守備訓練

	十九	上：省思分享 下：省思分享	上：建立信心金字塔 下：了解內在壓力及外在壓力
	二十	上：期末考 下：期末考	上：調整訓練內容(複習學科) 下：調整訓練內容(複習學科)
	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作 50%、口頭報告 20%、比賽成績 30%		
備註：			

課程名稱：	中文名稱：壘球(二)	
	英文名稱：	
授課年段：		學分總數： 0
課程屬性：	體育班	
議題融入：	品德、生命、生涯規劃	
師資來源：	校內單科	
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進	
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達	
	C社會參與： C1.道德實踐與公民意識、C2.人際關係與團隊合作	
學生圖像：	關懷力、行動力、合作力、恆毅力、品格力	
學習目標：	1.達到壘球運動之專項體能 2.精熟壘球運動規則並熟練壘球運動技術 3.了解壘球運動戰術且能達成團體合作	
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題
	一	上：壘球守備基礎講解 下：個人守備訓練
	二	上：協會盃 下：個人基本守備訓練
	三	上：打擊基本訓練 下：打擊訓練
	四	上：團體守備訓練 下：團體守備訓練
		內容綱要
		上：接球基礎觀念講解 下：個人守備位置防守訓練
		上：參加協會盃全國壘球錦標賽 下：傳接球訓練、行進間傳球訓練
		上：固定打擊訓練 下：戰術演練打擊訓練
		上：壘間傳接球、夾殺訓練 下：綜合守備默契演練

五	上：戰術演練 下：個人基本守備訓練	上：狀況性打擊、守備及跑壘演練 下：行進間傳球訓練
六	上：戰術演練 下：戰術演練	上：狀況性打擊、守備及跑壘演練 下：狀況性打擊、守備及跑壘演練
七	上：重量訓練 下：速度訓練	上：肌力、肌耐力訓練 下：速耐力、間歇訓練
八	上：第二次定評 下：第二次定評	上：調整訓練內容(複習學科) 下：調整訓練內容(複習學科)
九	上：模擬比賽 下：模擬比賽	上：分組對抗、校外友誼賽 下：分組對抗、校外友誼賽
十	上：新北市全國壘球錦標賽 下：中小學壘球聯賽決賽	上：參加新北市全國錦標賽 下：目標 4 強
十一	上：戰術執行訓練 下：戰術執行訓練	上：打擊跑壘戰術演練 下：守備整體狀況性演練
十二	上：模擬比賽 下：模擬比賽	上：分組對抗、校外友誼賽 下：分組對抗、校外友誼賽
十三	上：戰術執行訓練 下：戰術執行訓練	上：狀況性打擊、守備及跑壘演練 下：狀況性打擊、守備及跑壘演練
十四	上：第二次定評 下：第二次定評	上：調整訓練內容(複習學科) 下：調整訓練內容(複習學科)
十五	上：全國聯賽預賽 下：體能訓練	上：目標 8 強 下：短距離衝刺及爆發力訓練
十六	上：體能訓練 下：體能訓練	上：藥球及拉力帶爆發力訓練 下：調整訓練內容(戰術觀念加強)
十七	上：體能訓練 下：體能訓練	上：藥球核心發力訓練 下：肌力耐力訓練。
十八	上：團體守備訓練 下：團體守備訓練	上：守備戰術默契配合訓練 下：守備戰術默契配合訓練

	十九	上：心理訓練 下：心理訓練	上：心理素質強化;比賽影片分析 下：心理素質強化;比賽影片分析
	二十	上：第三次定評 下：第三次定評	上：調整訓練內容(複習學科) 下：調整訓練內容(複習學科)
	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作 60%、出缺席 20%、比賽成績 20%		
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 壘球(三)		
	英文名稱：		
授課年段：		學分總數： 0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	品德、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進、A3.規劃執行與創新應變		
	B溝通互動：		
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作		
學生圖像：	關懷力、行動力、合作力、恆毅力、品格力		
學習目標：	1.達到壘球運動之專項體能 2.精熟壘球運動規則並熟練壘球運動技術 3.了解壘球運動戰術且能達成團體合作		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	上：壘球守備基礎養成 下：守備默契訓練	上：傳球基礎觀念 下：團體守備位置防守訓練
	二	上：協會盃 下：團體守備默契訓練	上：參加協會盃全國壘球錦標賽 下：接力傳球訓練、夾殺傳球訓練
	三	上：發球機擊球訓練 下：戰術型打擊訓練	上：打擊型態訓練 下：模擬比賽演練打擊訓練
	四	上：團體密契守備訓練 下：團體下達戰術守備訓練	上：四角傳接球、衝突區默契守備訓練 下：團體綜合守備默契演練

五	上：比賽型態戰術演練 下：團體默契守備訓練	上：分組比賽演練 下：分組比賽演練
六	上：戰術演練 下：戰術演練	上：狀況性打擊、守備及跑壘演練 下：狀況性打擊、守備及跑壘演練
七	上：重量訓練 下：速度訓練	上：肌力、肌耐力訓練 下：速耐力、間歇訓練
八	上：第二次定評 下：第二次定評	上：調整訓練內容(複習學科) 下：調整訓練內容(複習學科)
九	上：模擬比賽 下：模擬比賽	上：分組對抗、校外友誼賽 下：分組對抗、校外友誼賽
十	上：新北市全國壘球錦標賽 下：中小學壘球聯賽決賽	上：參加新北市全國錦標賽 下：目標 4 強
十一	上：戰術執行訓練 下：戰術執行訓練	上：打擊跑壘戰術演練 下：守備整體狀況性演練
十二	上：模擬比賽 下：模擬比賽	上：分組對抗、校外友誼賽 下：分組對抗、校外友誼賽
十三	上：戰術執行訓練 下：戰術執行訓練	上：分組比賽 下：分組比賽
十四	上：第二次定評 下：第二次定評	上：調整訓練內容(複習學科) 下：調整訓練內容(複習學科)
十五	上：全國聯賽預賽 下：體能訓練	上：目標 6 強 下：短距離衝刺及爆發力訓練
十六	上：體能訓練 下：體能訓練	上：肌肥大爆發力訓練 下：調整訓練內容(戰術觀念加強)
十七	上：體能訓練 下：體能訓練	上：彈力帶核心發力訓練 下：肌肥大訓練。
十八	上：團體守備訓練 下：團體守備訓練	上：守備戰術默契配合訓練 下：守備戰術默契配合訓練

	十九	上：心理訓練 下：心理訓練	上：心理素質強化;比賽影片分析 下：心理素質強化;比賽影片分析
	二十	上：第三次定評 下：第三次定評	上：調整訓練內容(複習學科) 下：調整訓練內容(複習學科)
	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作 60%、出缺席 20%、比賽成績 20%		
備註：			

課程名稱：	中文名稱：韻律體操(一)		
	英文名稱：		
授課年段：		學分總數：0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	品德、生命、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進		
	B溝通互動： B2.科技資訊與媒體素養		
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作		
學生圖像：	行動力、合作力、恆毅力、品格力		
學習目標：	能完成韻律體操運動之專項體能（P-V-A4） 能精熟韻律體操運動之各項基本動作(T-V-B3) 能執行韻律體操運動的專項技術(TA-VC-3)		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	上：基本概念 下：基本概念	上：韻律體操運動與營養基礎概念、體重管理的基本概念 下：韻律體操運動與營養基礎概念、體重管理的基本概念
	二	上：肌力訓練 下：核心訓練	上：下肢肌力增強訓練 下：核心肌群訓練
	三	上：基本體能訓練 下：基本體能訓練	上：敏捷、反應訓練 下：敏捷、反應訓練

四	上：核心訓練 下：肌力訓練	上：核心肌群訓練 下：上肢肌力增強訓練
五	上：基本功訓練 下：基本功訓練	上：芭蕾舞基本功訓練 下：芭蕾舞基本功訓練
六	上：基本功訓練 下：、基本功訓練	上：伸展拉筋及柔軟度訓練 下：伸展拉筋及柔軟度訓練
七	上：基本功訓練 下：運動恢復與傷害	上：韻律步法組合訓練 下：運動恢復與傷害處理
八	上：第一次段考 下：第一次段考	上：柔軟度測驗 下：柔軟度測驗
九	上：專項體能訓練 下：專項體能訓練	上：全面性體能訓練、協調、肌耐力、核心 下：全面性體能訓練、協調、肌耐力、核心
十	上：基本功訓練 下：基本功訓練	上：芭蕾舞基本功訓練 下：芭蕾舞基本功訓練
十一	上：專項訓練 下：專項訓練	上：身體難度訓練（平衡>旋轉>跳躍）（分值：0.3-0.5）、動力性轉動 下：身體難度訓練（平衡>旋轉>跳躍）（分值：0.3-0.5）、動力性轉動
十二	上：專項訓練 下：專項訓練	上：手具訓練（環）、 動力性轉動（分值：0.4以上）、 手具難度（分值：0.3以上） 下：手具訓練（環）、 動力性轉動（分值：0.4以上）、 手具難度（分值：0.3以上）
十三	上：專項訓練 下：專項訓練	上：身體難度訓練（平衡>旋轉>跳躍）（分值：0.3-0.5）、動力性轉動 下：身體難度訓練（平衡>旋轉>跳躍）（分值：0.3-0.5）、動力性轉動

十四	上：定期評量 下：定期評量	上：影片欣賞、分享 下：身體難度結合手具的測驗
十五	上：專項訓練 下：專項訓練	上：手具訓練（球）、 動力性轉動（分值：0.4以上） 手具難度（分值：0.3以上） 下：手具訓練（球）、 動力性轉動（分值：0.4以上） 手具難度（分值：0.3以上）
十六	上：專項訓練 下：專項訓練	上：手具訓練（棍棒）、 動力性轉動（分值：0.4以上） 手具難度（分值：0.3以上） 下：手具訓練（棍棒）、 動力性轉動（分值：0.4以上） 手具難度（分值：0.3以上）
十七	上：專項訓練 下：專項訓練	上：舞蹈訓練、韻律步法位移呈現空間感訓練 下：舞蹈訓練、韻律體操繩手具操作組合韻律步法訓練
十八	上：專項訓練 下：專項訓練	上：手具訓練（彩帶） 動力性轉動（分值：0.4以上） 手具難度（分值：0.3以上） 下：手具訓練（彩帶） 動力性轉動（分值：0.4以上） 手具難度（分值：0.3以上）
十九	上：專項訓練 下：專項訓練	上：舞蹈訓練、韻律步法位移呈現空間感訓練 下：舞蹈訓練、韻律體操繩手具操作組合韻律步法訓練
二十	上：期末考 下：省思分享	上：音樂結合手具韻律步伐測 下：運動心理訓練—新學年度年度目標設定

	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作 40%、練習態度 20%、出席狀況 20%、比賽成績 20%		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱：韻律體操(二)		
	英文名稱：		
授課年段：		學分總數： 0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	品德、生命、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進		
	B溝通互動： B2.科技資訊與媒體素養		
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作		
學生圖像：	行動力、合作力、恆毅力、品格力		
學習目標：	能完成韻律體操運動之專項體能（P-V-A4） 能精熟韻律體操運動之各項基本動作(T-V-B3) 能執行韻律體操運動的專項技術(TA-VC-3)		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	上：基本概念 下：基本概念	上：韻律體操運動與健康飲食、體重管理的基本概念 下：韻律體操運動與健康飲食、體重管理的基本概念
	二	上：肌力訓練 下：核心訓練	上：上肢肌力增強訓練 下：核心肌群訓練
	三	上：基本體能訓練 下：基本體能訓練	上：彈跳爆發力以及耐力長跑訓練 下：彈跳爆發力以及耐力長跑訓練

四	上：核心訓練 下：肌力訓練	上：核心肌群訓練 下：下肢肌力增強訓練
五	上：基本功訓練 下：基本功訓練	上：芭蕾舞基本功訓練 下：芭蕾舞基本功訓練
六	上：基本功訓練 下：基本功訓練	上：韻律步法組合訓練 下：韻律步法組合訓練
七	上：基本功訓練 下：基本功訓練	上：伸展拉筋及柔軟度訓練 下：伸展拉筋及柔軟度訓練
八	上：第一次段考 下：第一次段考	上：柔軟度測驗 下：柔軟度測驗
九	上：基本功訓練 下：運動心理訓練	上：芭蕾舞基本功訓練 下：賽場前的意象訓練
十	上：專項體能訓練 下：專項體能訓練	上：全面性體能訓練、協調、肌耐力、核心 下：全面性體能訓練、協調、肌耐力、核心
十一	上：專項訓練 下：專項訓練	上：身體難度訓練（旋轉>跳躍>平衡）（分值：0.5-0.8）、動力性轉動 下：身體難度訓練（旋轉>跳躍>平衡）（分值：0.5-0.8）、動力性轉動
十二	上：專項訓練 下：專項訓練	上：手具訓練（環）、 動力性轉動（分值：0.8以上）、 手具難度（分值：0.5以上） 下：手具訓練（環）、 動力性轉動（分值：0.8以上）、 手具難度（分值：0.5以上）
十三	上：專項訓練 下：專項訓練	上：身體難度訓練（旋轉>跳躍>平衡）（分值：0.5-0.8）、動力性轉動 下：身體難度訓練（旋轉>跳躍>平衡）（分值：0.5-0.8）、動力性轉動

十四	上：第二次段考 下：第二次段考	上：影片欣賞、分享 下：身體難度結合手具的測驗
十五	上：專項訓練 下：專項訓練	上：手具訓練（球）、 動力性轉動（分值：0.8以上）、 手具難度（分值：0.5以上） 下：手具訓練（球）、 動力性轉動（分值：0.8以上）、 手具難度（分值：0.5以上）
十六	上：專項訓練 下：專項訓練	上：舞蹈訓練、韻律體操環手具操作組合韻律步 法訓 練 下：舞蹈訓練、韻律體操球手具操作組合韻律步 法訓 練
十七	上：專項訓練 下：專項訓練	上：手具訓練（棍棒）、 動力性轉動（分值：0.8以上）、 手具難度（分值：0.5以上） 下：手具訓練（棍棒）、 動力性轉動（分值：0.8以上）、 手具難度（分值：0.5以上）
十八	上：專項訓練 下：專項訓練	上：舞蹈訓練、韻律體操環手具操作組合韻律步 法訓 練 下：舞蹈訓練、韻律體操球手具操作組合韻律步 法訓 練
十九	上：專項訓練 下：專項訓練	上：手具訓練（彩帶）、 動力性轉動（分值：0.8以上）、 手具難度（分值：0.5以上） 下：手具訓練（彩帶）、

			動力性轉動（分值：0.8以上）、 手具難度（分值：0.5以上）
	二十	上：期末考 下：省思分享	上：手具結合身體動作的熟練性測驗 下：運動心理訓練—新學年度年度目標設定
	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作 40%、練習態度 20%、出席狀況 20%、比賽成績 20%		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱：韻律體操(三)		
	英文名稱：		
授課年段：		學分總數： 0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	品德、生命、生涯規劃、多元文化		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進		
	B溝通互動： B2.科技資訊與媒體素養		
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作		
學生圖像：	關懷力、行動力、合作力、恆毅力、品格力		
學習目標：	能完成韻律體操運動之專項體能（P-V-A4） 能精熟韻律體操運動之各項基本動作(T-V-B3) 能執行韻律體操運動的專項技術(TA-VC-3)		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	上：基本概念 下：基本概念	上：韻律體操運動與健康飲食、體重管理的基本 概念 下：韻律體操運動與營養健康、體重管理的基本 概念
	二	上：肌力訓練 下：核心訓練	上：下肢肌力增強訓練 下：核心肌群訓練
	三	上：基本體能訓練 下：基本體能訓練	上：彈跳爆發力以及耐力長跑訓練 下：彈跳爆發力以及耐力長跑訓練

四	上：肌力訓練 下：核心訓練	上：上肢肌力增強訓練 下：核心肌群訓練
五	上：基本功訓練 下：基本功訓練	上：芭蕾舞基本功訓練 下：芭蕾舞基本功訓練
六	上：基本功訓練 下：基本功訓練	上：伸展拉筋及柔軟度訓練 下：伸展拉筋及柔軟度訓練
七	上：基本功訓練 下：運動心理訓練	上：韻律步法組合訓練 下：運動心理訓練-賽前自我對話練習
八	上：第一次段考 下：第一次段考	上：柔軟度測驗 下：柔軟度測驗
九	上：專項體能訓練 下：專項體能訓練	上：全面性體能訓練、協調、肌耐力、核心 下：全面性體能訓練、協調、肌耐力、核心
十	上：基本功訓練 下：基本功訓練	上：芭蕾舞基本功訓練 下：芭蕾舞基本功訓練
十一	上：專項訓練 下：專項訓練	上：身體難度訓練（跳躍>平衡>旋轉）（分值：0.8-1.0以上）、動力性轉動 下：身體難度訓練（跳躍>平衡>旋轉）（分值：0.8-1.0以上）、動力性轉動
十二	上：專項訓練 下：專項訓練	上：手具訓練（環）、 動力性轉動（分值：1.0以上）、 手具難度（分值：0.5以上） 下：手具訓練（環）、 動力性轉動（分值：1.0以上）、 手具難度（分值：0.5以上）
十三	上：專項訓練 下：專項訓練	上：身體難度訓練（跳躍>平衡>旋轉）（分值：0.8-1.0以上）、動力性轉動 下：身體難度訓練（跳躍>平衡>旋轉）（分值：0.8-1.0以上）、動力性轉動

十四	上：第二次段考 下：第二次段考	上：影片欣賞、分享 下：身體難度結合手具的測驗
十五	上：專項訓練 下：專項訓練	上：手具訓練（球）、 動力性轉動（分值：1.0以上）、 手具難度（分值：0.5以上） 下：手具訓練（球）、動力性轉動（分值：1.0以上）、 手具難度（分值：0.5以上）
十六	上：專項訓練 下：專項訓練	上：舞蹈訓練、韻律體操棍棒手具操作組合韻律步法訓練 下：舞蹈訓練、韻律體操彩帶手具操作組合韻律步法訓練
十七	上：專項訓練 下：專項訓練	上：手具訓練（棍棒）、 動力性轉動（分值：1.0以上）、 手具難度（分值：0.5以上） 下：手具訓練（棍棒）、 動力性轉動（分值：1.0以上）、 手具難度（分值：0.5以上）
十八	上：專項訓練 下：專項訓練	上：舞蹈訓練、韻律體操棍棒手具操作組合韻律步法訓練 下：舞蹈訓練、韻律體操彩帶手具操作組合韻律步法訓練
十九	上：專項訓練 下：專項訓練	上：手具訓練（彩帶）、 動力性轉動（分值：1.0以上）、 手具難度（分值：0.5以上） 下：手具訓練（彩帶）、 動力性轉動（分值：1.0以上）、 手具難度（分值：0.5以上）

	二十	上:定期評量 下:定期評量	上：音樂結合手具結合身體動作的熟練性測驗 下：運動心理訓練一對未來的新目標設定
	二十一		
	二十二		
學習評量：			
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 競技啦啦隊(一)		
	英文名稱：		
授課年段：		學分總數： 0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	品德、生命、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進、A2.系統思考與問題解決、A3.規劃執行與創新應變		
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達、B2.科技資訊與媒體素養、B3.藝術涵養與美感素養		
	C社會參與： C1.道德實踐與公民意識、C2.人際關係與團隊合作、C3.多元文化與國際理解		
學生圖像：	表達力、鑑賞力、思辨力、關懷力、行動力、合作力、閱讀力、恆毅力、品格力		
學習目標：	P-Ⅲ-1、P-Ⅲ-A2、T-Ⅲ-B1、Ps-Ⅲ-D3		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	上:一般體能、技術訓練 下:回復訓練	上:心肺耐力、協調性訓練、手部、腿部動作、重訓 下:基本練習、頂/底層人員-動作穩定性、比賽練習
	二	上:體能訓練、技術訓練 下:體能調整、技術訓練	上:正確手臂動作ARM MOTION訓練、音樂舞感的訓練 下:專項柔軟度、賽前準備
	三	上:技、戰術訓練 下:參加全國中等學校啦啦隊錦標賽。	上:加強基礎動作、啦啦隊歷史與比賽戰術分析及技巧 下:Pyramid 連結性組合練習

四	上:技術訓練 下:技術訓練	上:基礎體操訓練，將全隊動作體勢調整 下:原地單一動作自由體操訓練
五	上:體能訓練、技術訓練 下:技、戰術訓練	上:跳躍柔軟度訓練。 下:連續跳躍動作之訓練。
六	上:戰術訓練 下:專項性體能	上:. 比賽規則及技巧的重要性 下:Parrnar stunt專項組合、比賽練習
七	上:影片觀賞 下:體能訓練	上:賽事分析心得及討論檢討 下:舞蹈動作與音樂編排
八	上:第一次定評 下:第一次定評	上:複習動作技巧術語 下:複習學科舞蹈技巧術語
九	上:戰術訓練 下:體能訓練	上:單底層技巧拆解練習 下:啦啦舞蹈比賽流程訓練
十	上:心理訓練 下:戰術訓練	上:團隊競爭組合模擬演示 下:頂/底層穩定性與動作質感的要求
十一	上:參加全國啦啦隊公開錦標賽 下:體能訓練、技術訓練	上: Extension多底定姿難度練習 下:組合技巧多底層與單底層連結訓練
十二	上:體能調整、技術訓練 下:戰術訓練、心理訓練	上:賽後(影片)省思、比賽回饋 下:專項柔軟度
十三	上:體能訓練 下:技術訓練	上: 重訓器材、體操及跳躍爆發力 下:基礎體操翻騰訓練
十四	上:第二次定評 下:第二次定評	上:影片評析複習學科 下:影片評析複習學科
十五	上:技、戰術訓練 下:心理訓練	上:競技啦啦隊小組訓練、啦啦舞蹈雙人訓練 下:判斷取位-加強專注力
十六	上:全國啦啦隊錦標賽 下:技術、戰術訓練	上:全國啦啦隊錦標賽 下:觀察各隊員弱項補強
十七	上:體能調整、技術訓練 下:體能訓練	上:賽後(影片)省思、比賽回饋 下:修復體能

	十八	上:戰術訓練、心理訓練 下:戰術訓練、心理訓練	上:如何掌控及主導比賽戰術分析及技巧訓練 下:如何掌控及主導比賽戰術分析及技巧訓練。
	十九	上:參加全國表演藝術大賽啦啦隊技巧組 下:體能、心理訓練	上:參加全國表演藝術大賽啦啦隊技巧組 下:賽後(影片)省思、比賽回饋
	二十	上:第三次定評 下:第三次定評	上:複習學科 綜合考評 下:複習學科 綜合考評
	二十一		
	二十二		
學習評量:		技術實作 60%、出缺席 20%、比賽成績 20%	
備註:			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 競技啦啦隊(二)		
	英文名稱：		
授課年段：		學分總數： 0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	品德、生命、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進、A2.系統思考與問題解決、A3.規劃執行與創新應變		
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達、B2.科技資訊與媒體素養、B3.藝術涵養與美感素養		
	C社會參與： C1.道德實踐與公民意識、C2.人際關係與團隊合作、C3.多元文化與國際理解		
學生圖像：	表達力、鑑賞力、思辨力、關懷力、行動力、合作力、閱讀力、恆毅力、品格力		
學習目標：	P-IV-A2、T-IV-1、Ta-IV-1、Ps-IV-D1		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	上:一般體能、技術訓練 下:回復訓練	上: 務求動作之展現連續跳躍動作之訓練 下:基本練習、金字塔-動作穩定性、比賽練習
	二	上:體能訓練、技術訓練 下:體能調整、技術訓練	上:爵士舞蹈訓練、音樂舞感的訓練 下:Basket toss頂層專項技巧動作連結、賽前準備
	三	上: 技、戰術訓練 下:參加全國中等學校啦啦隊錦標賽。	上:加強舞蹈基礎動作、三項啦啦舞蹈分析及技巧 下: Feet apart位置練習/Dance precession舞蹈表現
	四	上:技術訓練 下:技術訓練	上:原地單一動作自由體操訓練Back tucked/filp

		下:連接性自由體操動作訓練
五	上:體能訓練、技術訓練 下:技、戰術訓練	上:跳躍柔軟度與原地單一動作自由體操訓練訓練。 下:連續跳躍動作與連接性自由體操動作訓練之訓練。
六	上:戰術訓練 下:專項性體能	上:. 比賽規則及技巧練習 landing著地練習 下:金字塔專項組合、比賽練習
七	上:影片觀賞 下:體能訓練	上:賽事分析心得及討論檢討 下:啦啦隊大團體組動作與音樂編排
八	上:第一次定評 下:第一次定評	上:複習舞蹈動作技巧術語 下:複習學科競技啦啦隊技巧術語
九	上:戰術訓練 下:體能訓練	上:舞蹈技巧拆解練習 下:競技啦啦隊團體大組比賽流程訓練
十	上:心理訓練 下:戰術訓練	上:三項舞蹈(爵士、彩球、嘻哈)組合模擬演示 下:空拋動作之訓練
十一	上:全國比賽 下:體能訓練、技術訓練	上: 參加全國啦啦隊公開錦標賽 下:組合技巧多底層與單底層空中體操展現連結訓練pikeopen
十二	上:體能調整、技術訓練 下:戰術訓練、心理訓練	上:賽後(影片)省思、比賽回饋 下:連續跳躍動作之訓練與頂層人員空中動作之訓練
十三	上:體能訓練 下:技術訓練	上:體操及跳躍爆發力、重訓器材 下:判斷取位-加強專注力。
十四	上:第二次定評 下:第二次定評	上:影片評析複習學科 下:影片評析複習學科
十五	上:技、戰術訓練 下:心理訓練	上:競技啦啦隊團體組訓練、啦啦舞蹈嘻哈技術訓練 下:全隊默契一致性，讓全體隊員之動作一致。

	十六	上:比賽 下:技術、戰術訓練	上:全國啦啦隊錦標賽 下:觀察各隊員弱項補強
	十七	上:體能調整、技術訓練 下:體能訓練	上:賽後(影片)省思、比賽回饋 下:修復體能
	十八	上:戰術訓練、心理訓練 下:戰術訓練、心理訓練	上:如何掌控及主導比賽戰術分析及技巧訓練 下:如何掌控及主導比賽戰術分析及技巧訓練
	十九	上:全國比賽 下:體能、心理訓練	上:參加全國表演藝術大賽啦啦隊舞蹈組 下:賽後(影片)省思、比賽回饋
	二十	上:第三次定評 下:第三次定評	上:複習學科 綜合考評 下:複習學科 綜合考評
	二十一		
	二十二		
學習評量: 技術實作 60%、出缺席 20%、比賽成績 20%			
備註:			

課程名稱：	中文名稱： 競技啦啦隊(三)		
	英文名稱：		
授課年段：		學分總數： 0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	品德、生命、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進、A2.系統思考與問題解決、A3.規劃執行與創新應變		
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達、B2.科技資訊與媒體素養、B3.藝術涵養與美感素養		
	C社會參與： C1.道德實踐與公民意識、C2.人際關係與團隊合作、C3.多元文化與國際理解		
學生圖像：	表達力、鑑賞力、思辨力、關懷力、行動力、合作力、閱讀力、恆毅力、品格力		
學習目標：	P-V-2、T-V-1、Ta-V-1、Ps-V-1、Ps-V-D1		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	上:一般體能、技術訓練 下:回復訓練	上:競技啦啦隊競賽組合動作之訓練 下:水中協調性訓練
	二	上:體能訓練、技術訓練 下:體能調整、技術訓練	上:柔軟度與原地單一動作自由體操訓練訓練 下:空拋技巧動作連結、賽前準備
	三	上:技、戰術訓練 下:參加全國中等學校啦啦隊錦標賽。	上:連續跳躍動作與連接性自由體操動作訓練之訓練 下: body Awareness 身體覺察訓練
	四	上:技術訓練 下:技術訓練	上:比賽規則及技巧練習 下:連接性體操動作訓練與頂層動作銜接
	五	上:體能訓練、技術訓練 下:技、戰術訓練	上:多底層與金字塔技巧拆解練習。 下:創新金字塔之練習，增加各隊員之想像力。

六	上:戰術訓練 下:專項性體能	上:.比賽規則及技巧練習 下:專項組合、比賽練習
七	上:影片觀賞 下:體能訓練	上:賽事分析心得及討論檢討 下:競技啦啦隊大團體/啦啦舞蹈大組動作與音樂編排
八	上:第一次定評 下:第一次定評	上:複習學科 下:複習學科
九	上:戰術訓練 下:體能訓練	上:競技啦啦隊口號與手勢練習 下:競技啦啦隊團體大組比賽流程訓練
十	上:心理訓練 下:戰術訓練	上:大型表演模擬賽中狀況組合模擬演示 下:體操技巧動作之訓練
十一	上:參加全國啦啦隊公開錦標賽 下:體能訓練、技術訓練	上: partner coed/single base stunt 下:比賽流程訓練判斷取位-加強專注力。
十二	上:體能調整、技術訓練 下:戰術訓練、心理訓練	上:賽後(影片)省思、比賽回饋 下:舞蹈組連續旋轉動作與訓練與競技啦啦隊空中動作之訓練
十三	上:體能訓練 下:技術訓練	上:空拋組合與爆發力訓練 下:配合競賽音樂的訓練音量訓練。
十四	上:第二次定評 下:第二次定評	上:影片評析複習學科 下:影片評析複習學科
十五	上:技、戰術訓練 下:心理訓練	上:雙人技巧、翻騰體操技術訓練 下:全隊默契一致性，讓全體隊員之動作一致。
十六	上:全國啦啦隊錦標賽 下:技術、戰術訓練	上:Basic skills and weight transfer stunts 下:觀察各隊員弱項補強
十七	上:體能調整、技術訓練 下:體能訓練	上:賽後(影片)省思、比賽回饋 下:修復體能
十八	上:戰術訓練、心理訓練 下:戰術訓練、心理訓練	上:如何掌控及主導比賽戰術分析及技巧訓練 下:編排比賽內容分析及技巧訓練

	十九	上:全國比賽 下:體能、心理訓練	上:參加全國表演藝術大賽啦啦隊翻騰組 下:賽後(影片)省思、比賽回饋
	二十	上:第三次定評 下:第三次定評	上:複習學科 綜合考評 下:複習學科 綜合考評
	二十一		
	二十二		
學習評量: 技術實作 60%、出缺席 20%、比賽成績 20%			
備註:			

版

查

備

課程名稱：	中文名稱：籃球(一)		
	英文名稱：		
授課年段：		學分總數： 0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	品德、家庭教育、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進		
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達、B2.科技資訊與媒體素養		
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作		
學生圖像：	行動力、合作力、恆毅力、品格力		
學習目標：	1.加強基礎核心能力 2.提升專項術科競技成績		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	上:籃球三重威脅 下:籃球移位傳球	上:籃球持球者攻擊要領 下:全場兩人至三人各式走位傳球
	二	上:籃球基本運球 下:賽前整合(複賽)	上:籃球基本運球踩腳步、反應練習 下:團隊觀念
	三	上:籃球各種傳球 下:籃球小組進攻整合	上:籃球基本傳球動作要領 下:籃球前中進攻要領
	四	上:籃球行進傳球 下:籃球小組防守整合	上:籃球基本傳球動作要領進階 下:兩人至三人小組走位
	五	上:籃球各式投籃 下:籃球擋拆進攻技巧	上:籃球上籃腳步、 下:擋拆進攻小組搭配

六	上:籃球擺脫要球 下:籃球擋拆防守技巧	上:籃球移位腳步教學 下:擋拆防守小組搭配
七	上:全國中正盃 下:媒體識讀	上:聯賽前團隊整合 下:分析比賽內容、賽後檢討與心理建設
八	上:籃球區域防守(一) 下:全國聯賽決賽	上:籃球小組防守觀念 下:全國前四強
九	上:籃球區域防守(二) 下:籃球投籃練習	上:兩人至三人區域防守走位 下:籃球蹲馬步、全場防守划步下:籃球投籃動作要領
十	上:籃球盯人防守(一) 下:籃球投籃練習	上:盯人防守觀念 下:籃球投籃動作
十一	上:籃球盯人防守 下:籃球投籃練習	上:籃球兩人傳球快攻要領、防守划步要領 下:籃球投籃動作進階
十二	上:轉換快攻(一) 下:籃球防守腳步	上:籃球兩人傳球快攻、1對1防守訓練 下:籃球全場划步練習
十三	上:轉換快攻(二) 下:籃球防守腳步	上:籃球兩人傳球快攻、1對1防守訓練進階 下:籃球1.2.3線防守要領
十四	上:媒體識讀 下:媒體識讀	上:分析比賽內容、賽後檢討與心理建設 下:分析比賽內容、賽後檢討與心理建設
十五	上:籃球防守腳步 下:motion進攻(一)	上:籃球1.2.3線防守 下:小組三人切入走位
十六	上:籃球中鋒單打練習 下:motion進攻(二)	上:籃球基本上中中鋒動作進階 下:小組高低位切入走位
十七	上:籃球對打練習 下:包夾概念	上:籃球1對1基本對抗 下:觀念建立及實際走位
十八	上:聯賽預賽 下:小組包夾	上:以賽代訓 下:三人原地及動位包夾

	十九	上:籃球對打練習 下:邊線進攻發球	上:籃球1對1基本對抗戰術應用 下:籃球五對五練習
	二十	上:媒體識讀 下:媒體識讀	上:分析比賽內容、賽後檢討與心理建設 下:分析比賽內容、賽後檢討與心理建設
	二十一		
	二十二		
學習評量:	技術實作40%、比賽成績20%(聯賽)、書面報告20%、日常表現(含出缺席)20%		
備註:			

課程名稱：	中文名稱：籃球(二)		
	英文名稱：		
授課年段：		學分總數：0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	人權、品德、生涯規劃		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進		
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達、B2.科技資訊與媒體素養		
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作		
學生圖像：	表達力、思辨力、關懷力、行動力、合作力、恆毅力、品格力		
學習目標：	1.加強基礎核心能力 2.提升專項術科競技成績		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	上：基本體能訓練 下：比賽期	上：有氧訓練、無氧訓練、核心肌群訓練 下：8 校邀請賽
	二	上：防守步伐練習 下：國中籃球乙級聯賽複賽	上：交叉步、滑輪步、前進後退步伐、前後移動步伐 下：比賽實戰經驗累積，強化選手團隊技能
	三	上：傳接球 下：持球訓練	上：三角傳球、四角傳球，籃球三重威脅訓練。四方位傳球、面對面傳球，籃球三重威脅訓練。 下：綜合傳球訓練，持球攻擊腳步訓練。
	四	上：二人快攻訓練 下：多人小組快攻	上：兩人推傳上籃、兩人推傳走位上籃，綜合運球前球練習。

		下：三人快攻球回中、三人八字快攻、三線快攻(大角) 四人小組快攻、五人拖車快攻路線
五	上：運球訓練 下：傳球	上：全場障礙物訓練，綜合傳球訓練 下：全場空中墊步、急停前進，綜合傳球訓練
六	上：全國中正盃籃球賽 下：投籃訓練	上：比賽實戰經驗累積，強化選手團隊技能 下：單手定點投籃練習(手腳並用)
七	上：段考週 下：段考週	上：體能調整訓練 下：體能調整訓練
八	上：個人籃板卡位訓練 下：團隊卡位籃板訓練	上：半場 1 對 1 卡位訓練、兩人推擠練習 下：半場 5 對 5 卡位訓練
九	上：防守訓練 下：攻守訓練	上：全場防守步伐、半場個人防守步伐 45 度角防守斷球訓練、45 度角進防訓練 下：半場 1 對 1 攻守訓練、一二三線防守訓練
十	上：區域防守訓練 下：全場盯人包夾訓練	上：區域防守訓練(212、32 防守)、半場人盯人防守 下：全場人盯人防守、全場包夾陷阱防守
十一	上：個人擺脫接應訓練 下：個人擺脫接應訓練(二)	上：半場 1 對 1 接應攻守、壓縮要球練習 下：半場 1 對低位擺脫攻守、全場、半場不運球攻守綜合攻守訓練
十二	上：小組快攻訓練 下：團隊快攻訓練	上：二人全場來回快攻上籃、二人快攻 1 對 1 三線快攻訓練、三人八字快攻 下：全場三對三快攻訓練、全場多打少快攻訓練
十三	上：分科訓練 下：分科訓練(二)	上：中鋒動作部份 下：前鋒動作部份
十四	上：段考週 下：段考週	上：體能調整訓練 下：體能調整訓練

	十五	上：國中籃球乙級聯賽地區賽 下：全國中學盃籃球賽	上：比賽實戰經驗累積，強化選手團隊技能 下：比賽實戰經驗累積，強化選手團隊技能
	十六	上：切傳訓練 下：國中籃球乙級聯賽決賽	上：陣勢中的切傳訓練 下：比賽實戰經驗累積，強化選手團隊技能
	十七	上：組合訓練 下：媒體識讀	上：狀況訓練、全場攻守變化 下：賽後自我比賽影片分析
	十八	上：體能訓練 下：敏捷訓練	上：敏捷跑六公尺來回跑四次、四點折返跑 下：擺臂跳躍跑、單腳跳、雙腳跳、抬腿跑
	十九	上：輔助體能訓練 下：縣長盃籃球賽	上：連續跳、側方跨、背隊友走、抱隊友走、跨跳與穿 下：比賽實戰經驗累積，強化選手團隊技能
	二十	上：段考週 下：段考週	上：體能調整訓練 下：媒體識讀，賽後自我比賽影片分析
	二十一		
	二十二		
學習評量：		技術實作 40%、書面報告 20%、口頭報告 20%、比賽成績 20%	
備註：			

課程名稱：	中文名稱： 籃球(三)		
	英文名稱：		
授課年段：		學分總數： 0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	品德、生命、生涯規劃、多元文化		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素 養：	A自主行動： A1.身心素質與自我精進		
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達、B2.科技資訊與媒體素養		
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作		
學生圖像：	思辨力、關懷力、行動力、合作力、恆毅力、品格力		
學習目標：	1.加強基礎核心能力 2.提升專項術科競技成績		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	上:3 人小組攻防戰術應用 下:5 人快攻路線跑位	上:2 名鋒線及 1 名中鋒的跑位攻防練習 下:全場 5 人防守籃板後轉換快攻路線
	二	上:3 人小組攻防戰術應用 下: 5 人快攻路線跑位	上:1 名鋒線及 2 名中鋒的跑位攻防練習 下:全場 5 人防守籃板後轉換快攻接急攻路線
	三	上:媒體識讀 下: 5 人小組攻防戰術應用	上:賽前各隊情蒐統整，比賽影片分析 下: 5 人全場盯人、區域防守攻防練習
	四	上:登峰造極盃(以賽代訓) 下:媒體識讀	上:比賽實戰經驗累積，強化選手團隊技能 下:賽前各隊情蒐統整，比賽影片分析
	五	上:個人技術調整 下: 上:HBL 高中籃球聯賽決賽(以賽代訓)	上:全場運球過人訓練(換手、背後、胯下、等)

		下：比賽實戰經驗累積，爭取最佳成績
六	上：4 人小組攻防戰術應用 下：媒體識讀	上：2 名鋒線及 2 名中鋒的跑位攻防練習 下：賽後自我比賽影片分析，改進團隊整體缺失、擬定新賽季的規劃
七	上：永仁盃(以賽代訓) 下：防守滑步訓練	上：比賽實戰經驗累積，強化選手團隊技能 下：基本滑步練習(短距離橫向)
八	上：4 人小組攻防戰術應用 下：防守滑步訓練	上：3 名鋒線及 1 名中鋒的跑位攻防練習 下：基本滑步練習(長距離橫向)
九	上：教育盃(以賽代訓) 下：防守滑步訓練	上：比賽實戰經驗累積，強化選手團隊技能 下：基本滑步練習(短距離小碎步驅前)
十	上：媒體識讀 下：青年盃(以賽代訓)	上：賽後自我比賽影片分析，改進團隊整體缺失 下：比賽實戰經驗累積，強化選手團隊技能
十一	上：5 人小組攻防戰術應用 下：防守滑步訓練	上：5 人盯人防守攻防練習 下：基本滑步練習(短距離小碎步驅前)
十二	上：個人技術調整 下：體能提升訓練	上：三分線過人腳步訓練 下：長距離有氧訓練(5000M 24 分鐘內)
十三	上：和大學隊友誼賽(以賽代訓) 下：防守滑步訓練	上：比賽實戰經驗累積，強化選手團隊技能 下：基本滑步練習(被過後的側跑追逐滑步)
十四	上：5 人小組攻防戰術應用 下：1 對 1 訓練	上：5 人區域防守攻防練習 下：半場 1 對 1 個人攻擊技巧練習
十五	上：大學隊友誼賽(以賽代訓) 下：1 對 1 訓練	上：比賽實戰經驗累積，強化選手團隊技能 下：全場 1 對 1 個人攻擊技巧練習
十六	上：媒體識讀 下：省思分享	上：賽前各隊情蒐統整，比賽影片分析 下：期末課程心得報告跟分享
十七	上：HBL 高中籃球聯賽複賽(以賽代訓) 下：1 對 1 訓練	上：比賽實戰經驗累積，爭取晉級資格 下：全場 1 對 1 個人防守技巧練習
十八	上：HBL 高中籃球聯賽複賽(以賽代訓)	上：比賽實戰經驗累積，爭取晉級資格

	十九	上：5 人小組攻防戰術應用	上:5 人全場攻防練習(1-2-1-1)
	二十	上：5 人小組攻防戰術應用	上:5 人全場攻防練習(1-2-1-1)
	二十一		
	二十二		
學習評量：技術實作 40%、書面報告 20%、口頭報告 20%、比賽成績 20%			
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱：運動學概論	
	英文名稱：	
授課年段：	三上、三下	學分總數：2
課程屬性：	體育班	
議題融入：	性別平等、品德、生涯規劃	
師資來源：	校內單科	
課綱核心素 養：	A自主行動：A1.身心素質與自我精進、A2.系統思考與問題解決、A3.規劃執行與創新應變	
	B溝通互動：B1.符號運用與溝通表達、B2.科技資訊與媒體素養	
	C社會參與：C1.道德實踐與公民意識、C2.人際關係與團隊合作、C3.多元文化與國際理解	
學生圖像：	表達力、鑑賞力、思辨力、行動力、品格力	
學習目標：	了解運動訓練類型（如體能訓練、技術訓練、戰術訓練等） 了解基本運動安全概念 了解專長運動的各種賽會組織與國際情勢 了解運動的教育價值	
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題
	一	上：課程簡介 下：課程簡介
	二	上：運動的發展歷程 1 下：運動的社會議題 1
	三	上：運動的發展歷程 2 下：運動的社會議題 2
	四	上：運動的發展歷程 3 下：運動的社會議題 3

五	上：運動防護 1 下：運動的社會議題 4	上：運動防護的概念、常見的運動傷害 下：運動與禁藥
六	上：運動防護 2 下：運動的倫理素養 1	上：急性與慢性運動傷害及處理 下：運動情境中的倫理價值與實踐
七	上：運動防護 3 下：運動的倫理素養 2	上：熱環境運動傷害、其他運動傷害及處理 下：奧林匹克精神的意義
八	上：運動的心理機制 1 下：運動的倫理素養 3	上：運動的動機、自我效能與運動表現 下：運動比賽爭議的現象、解決途徑及避免
九	上：運動的心理機制 2 下：運動的力學概念 1	上：焦慮和運動表現、運動情境中的壓力 下：運動的力學概念簡介
十	上：運動的心理機制 3 下：運動的力學概念 2	上：目標設定訓練、心理技巧訓練 下：運動科技輔助器材
十一	上：期中報告 下：期中測驗	上：期中報告 下：期中測驗
十二	上：影片欣賞 下：運動的訓練概念 1	上：運動心理相關影片欣賞及討論 下：體能、技術及戰術訓練的類型
十三	上：運動的生理機轉 1 下：運動的訓練概念 2	上：生物能量轉換的概念 下：運動訓練的變相
十四	上：運動的生理機轉 2 下：運動的訓練概念 3	上：心肺系統與有氧性運動 下：運動訓練週期性、運動訓練計畫的重要性
十五	上：運動的生理機轉 3 下：運動的訓練概念 4	上：神經系統與身體活動 下：設計運動訓練計畫
十六	上：運動的生理機轉 4 下：運動的訓練概念 5	上：運動營養與運動的表現 下：設計運動訓練計畫並分享與修正
十七	上：運動的生理機轉 5 下：專題報告 1	上：神經系統與身體活動 下：專題報告 1
十八	上：運動的生理機轉 6 下：專題報告 2	上：骨骼肌構造與功能 下：專題報告 2

	十九	上：期末複習 下：期末複習	上：重點複習與問題討論 下：重點複習與問題討論
	二十	上：期末考 下：期末考	上：期末筆試測驗 下：期末筆試測驗
	二十一		
	二十二		
學習評量：	單元作業20%、紙筆測驗20%、分組報告30%、專題報告30%		
備註：			

【備查版】

玖、團體活動時間實施規劃

項目	第一學年		第二學年		第三學年	
	一	二	一	二	一	二
班級活動時數	20	20	20	20	20	16
社團活動時數	20	20	20	20	20	16

【備查版】

拾、彈性學習時間實施規劃

一、學生自主學習實施規範

[193315 市立東山高中自主學習實施規範\(PDF格式\)](#)

【備查版】

【備 查 版】

臺中市立東山高級中學學生自主學習實施規範

一、依據

- (一) 《十二年國民基本教育課程綱要總綱》。
- (二) 教育部頒《高級中等學校課程規劃及實施要點》。

二、目的

- (一) 為發揮學生「自發」規劃學習內容精神。
- (二) 確保「學生自主學習」精神的保障與作法之可行。
- (三) 發展本校學生學習特色和銜接學生升學進路。

三、原則

- (一) 本校配合課綱推動，高一、高二學習階段每學期每週均安排學生自主學習節數2節，超過總綱規範修業年限期間之最低實施時數。高三部分依據本校總體課程計畫之彈性學習時間規劃辦理。
- (二) 本校學生自主學習得搭配學習成果報告或展示，依所規劃之自主學習計畫，以學期或學年度為單位，公開學習成果、檢核相關績效。

四、輔導管理

- (一) 本校安排師長輔導學生規劃自主學習計畫，並得安排師長督導自主學習事宜，相關師長得核實計之鐘點。
- (二) 學生自主學習之出缺勤管理、教室管理以及作息時間，均比照一般課程。
- (三) 本校學生自主學習計畫訂有統一格式，如附件，包括學習的主題、內容、進度、方式及所需資源或設備等，每學期依指定時間回報。
- (四) 學生自主學習所需之資訊設備、圖書和使用空間，應依校內相關規定借用，若使用衝突，得由相關處室統一協調之。
- (五) 學生自主學習成果不佳或屢有干擾學習活動情事者，依情節嚴重，由主

貴處室集中輔導，並依校內規定處理。

五、自主學習依據課綱相關規定不列計學分。

六、本規範經課程發展委員會討論通過後實施，修正時亦同。

自主學習計畫書

姓名		年級 班級	人數	
計畫主題		實施 期程	年 月 至 年 月	

學習目標： 學習方式：		設備需求：	
預期進度(依週次)	自主學習綱要(相關設備需求須分週列入學習內容中)		
1		11	
2		12	
3		13	
4		14	
5		15	
6		16	
7		17	
8		18	
9		19	

9		19	
10		20	期末總結暨成果發表
家長 簽名		指導老師 簽名	

臺中市立東山高中

學年度第

學期自主學習檢核表

班級：

座號：

姓名：

學習主題：			自我檢核		審核 教師 簽章
對應學群：					
預定學習進度			勾選自評狀況	自評文字敘述	
週次	日期	具體進度			
1			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
2			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成		

2			<input type="checkbox"/> 未完成		
3			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
4			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
5			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
6			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
7			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
8			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
9			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
10			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
11			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
12			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
13			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		

備

查

版

預定學習進度			自我檢核		審核 教師 簽章
週次	日期	具體進度	勾選自評狀況	自評文字敘述	
14			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
15			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
16			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
17			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
18			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
19			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
20		期末總結暨成果發表	<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
21		期末考	<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		

- 自主學習的期末心得

【備查版】

11/11

二、彈性學習時間規劃表

類別	內容		第一學年						第二學年						第三學年						備註
			第一學期			第二學期			第一學期			第二學期			第一學期			第二學期			
			班數	節數	週數	班數	節數	週數	班數	節數	週數	班數	節數	週數	班數	節數	週數	班數	節數	週數	
自主學習	分組課程		10	1	18	10	1	18	10	1	18	10	1	18	10	1	18	10	1	18	
選手培訓			3	1	6	3	1	6	3	1	6	3	1	6	3	1	6	3	1	6	
全學期授課	充實/增廣	化學							1	1	18	1	1	18							學生可依照自己的興趣選擇課程 並以班級重新打散上課
	充實/增廣	生物							1	1	18	1	1	18							學生可依照自己的興趣選擇課程 並以班級重新打散上課
	充實/增廣	自然													5	1	18	5	1	18	學生可依照自己的興趣選擇課程 並以班級重新打散上課
	充實/增廣	物理							2	1	18	1	1	18							學生可依照自己的興趣選擇課程 並以班級重新打散上課
	充實/增廣	社會													3	1	18	3	1	18	學生可依照自己的興趣選擇課程 並以班級重新打散上課
	充實/增廣	社會							1	1	18	1	1	18							學生可依照自己的興趣選擇課程 並以班級重新打散上課

充實/ 增廣	英文						1	1	18	1	1	18	3	1	18	3	1	18	學生可依照自己的興趣 選擇課程 並以班級重新 打散上課
充實/ 增廣	國文1						2	1	18										學生可依照自己的興趣 選擇課程 並以班級重新 打散上課
充實/ 增廣	國文2									4	1	18	8	1	18	8	1	18	學生可依照自己的興趣 選擇課程 並以班級重新 打散上課
充實/ 增廣	數學						1	1	18	1	1	18	8	1	18	8	1	18	學生可依照自己的興趣 選擇課程 並以班級重新 打散上課
補強 性	數學						1	1	18	1	1	18	8	1	18	8	1	18	學生可依照自己的興趣 選擇課程 並以班級重新 打散上課

三、學校特色活動

活動名稱	辦理 方式	第一學年		第二學年		第三學年		小時	預期效益及其他相關規定
		一	二	一	二	一	二		
校慶典禮預演	全校 典禮	4		4				8	確認校慶當天流程及班級位置及表演項目，更能培養分工合作完成班級性活動。
教師節慶祝大會	全校 典禮	1		1		1		3	藉由活動，讓學生了解尊師重道的意義及懂得感謝老師的付出。
社團成果發表	全校 活動		4		4		4	12	給予學生多元表演舞台與欣賞表演能力，培養學生辦理活動能力。
班際球類競賽	全校 活動		4		4		4	12	賽制採取單淘汰制，透過班際性體育競賽，凝聚班級向心力。
傑出校友回娘家經驗傳	全校 講座		2				2	4	透過畢業校友回校傳承經驗，讓在校學生能先瞭解大學的生態，進而更清楚自己的未來進路選擇。

承									
愛國歌曲創意競賽	全體一年級		2					2	透過比賽凝聚班級向心力，型塑內化愛國愛校意識。
高二全民國防射擊體驗活動	活動			3				3	讓學生體驗實彈射擊。
新課綱彈性時間成果發表	活動	3	3	3	3			12	落實學生自主選修課程機制，也肯定學生自我學習成果與舞台。
學測暨指考祈福	活動					3	3	6	藉由祈福活動，穩定學生的心理壓力，讓學生能正常發揮。
特色大學生涯軟實力	原班參加	8						8	協助學生對於大學科系的初步了解，做為未來升學系所選擇。
班際合唱大賽	原班參加				2			2	透過班級性音樂活動，希冀學生學習分工合作精神，凝聚向心力。
畢業典禮	原班參加		3		3		3	9	高中學習階段的完成，透過典禮儀式，賦予學生更深社會責任。
雙語專題講座	原班參加	2	2	2	2			8	由外師設計主題或搭配英文雜誌，培養學生英語能力。
大學多元入學繁星個申宣導	講座					2		2	透過講座，讓學生了解繁星及個人申請的流程及注意事項。
大學學群面面觀	講座				2			2	透過講座，大學端更具體介紹該校系的特色與未來發展。
升學講座	講座					2	2	4	透過講座，學生能更清楚升學相關資訊
生命教育	講座		2		2		2	6	透過講座，讓學生了解生命教育的重要性。
名師講座	講座	2		2		2		6	透過講座啟發學生學習動能，更希冀增進閱讀能力。
性別平等情感教育	講座	2		2				4	希冀在學科壓力衝擊下，透過教育講座增進學生對於性別平等的認識。

產業達人會客室	講座			2			2	透過各行各業達人，更了解各行業的辛勞，以及各行業特色及發展性。
菸害防制	講座			3		3	6	透過講座，讓學生了解抽菸對人體的傷害。
面試輔導	講座活動					3	3	透過輔導，增進學生對於面試的掌握度。
校外專家表達力培訓工作坊	講座活動					4	4	藉由校外專家的協助，讓學生了解如何增進表達力，進而增進日後面試的能力。

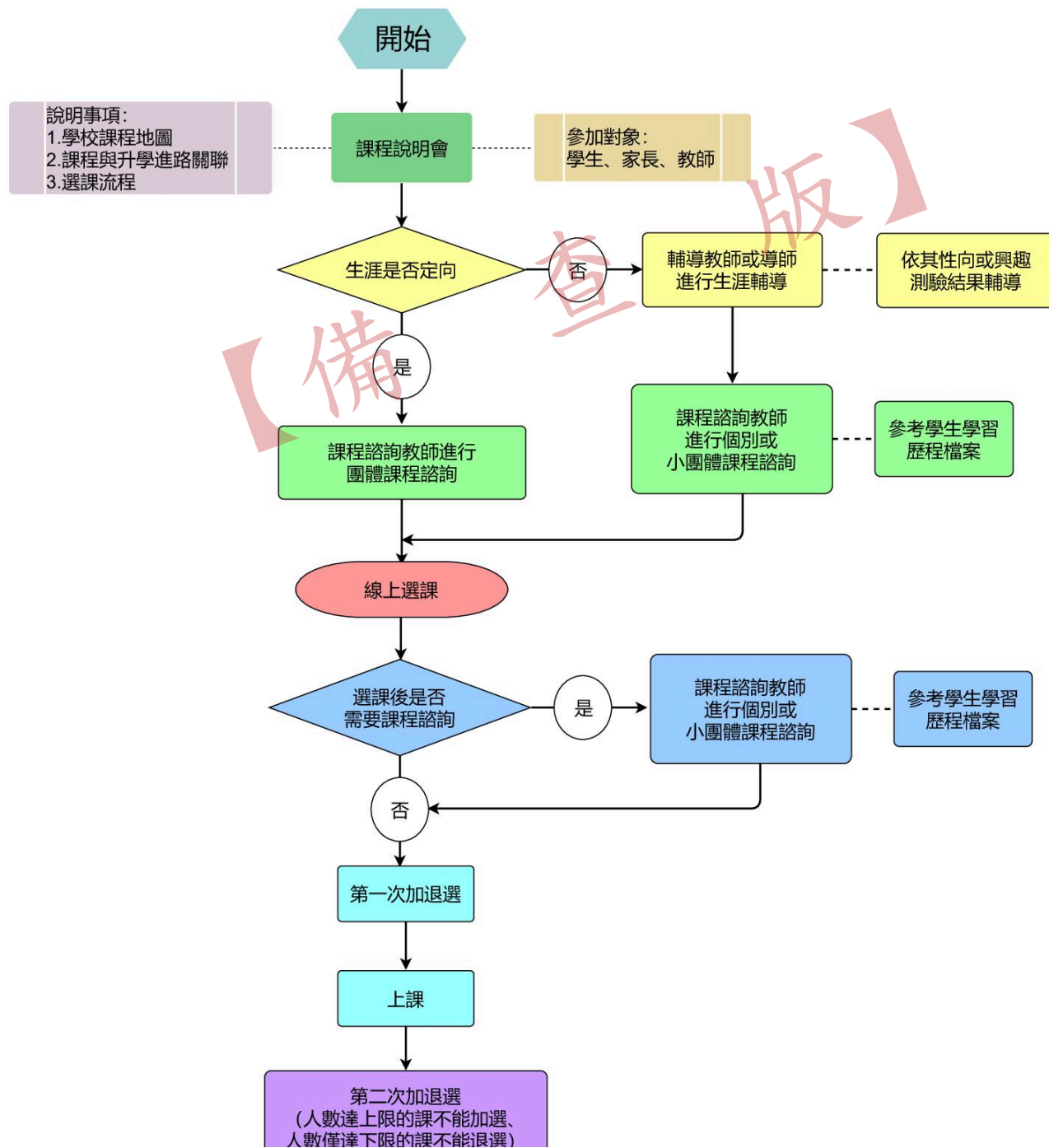
拾壹、選課規劃與輔導

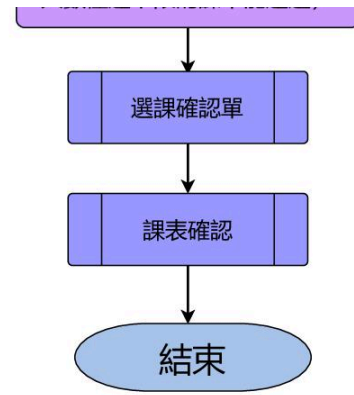
一、選課流程規劃【含高一、高二及高三選課(組)流程】

(一) 流程圖

[193315_市立東山高中流程圖\(PDF格式\)](#)

【備 查 版】





【備查版】

<

(二) 日程表

序	時間	活動內容	說明
1	113/06/03	選課宣導	舊生利用前一學期末進行選課宣導
2	113/07/22	選課宣導	利用新生報到時段進行選課宣導
3	一學期：113/09/02 第二學期： 114/02/11	學生進行選課	1. 進行分組選課 2. 以電腦選課方式進行 3. 規劃1.2~1.5倍選修課程 4. 相關選課流程參閱流程圖 5. 選課諮詢輔導
4	一學期：113/09/06 第二學期： 114/02/14	正式上課	跑班上課
5	一學期：113/09/17 第二學期： 114/02/21	加、退選	得於學期前兩週進行
6	114/06/20	檢討	課發會進行選課檢討

二、選課輔導措施

(一)發展選課輔導手冊：請查看學校網頁公告。

(二)生涯探索：

研發適性適才課程，引導學生探索自我、未來職業、人際關係與溝通能力，未將生涯、願景與行動之準備等重要議題。藉由循序漸進的各項跨領域的探索與實作課程活動，輔助青少年自我學習，認清自己的興趣、能力、探索機會、最後設定目標和實踐，醞釀對當下及未來生活的思考、行動、決策。以自我生涯探索為重點，相信天生我才必有用

(三)興趣量表：

參考採用財團法人大學入學考試中心興趣量表<http://www.ceec.edu.tw/book/test/ind.htm>，供高一、高二、高三的高中高職學生生涯規劃、選課及選擇校系之參考。本量表係依據John Holland的生涯類型論編製而成，將受試者區分為六種類型：實用型（R）、研究型（I）、藝術型（A）、社會型（S）、企業型（E）及事務型（C）。幫助學生真正認識自我，進而掌握自我，走出一條屬於自己的路。

（四）課程諮詢教師：

教務主任:朱承泰主任 分機:711

本校輔導處輔導組：徐麗涵組長，資料組:李宛蓁組長，課程諮詢教師兼召集人劉曉倩老師，課程諮詢老師:張容瑄、林幸誼、黃綉萍、朱承泰、朱倍儀、蘇月雲、羅文卿、賴丹穠、朱承泰、黃皓杏、王雲鵬、賴俊宇、吳佩珊

（五）其他：

本校採用數位果子選課系統執行學生上網選課工作，定期每年皆有增修選課系統之不足，實施系統功能增加，以因應龐大的選課工作。

拾貳、學校課程評鑑

一、學校課程評鑑計畫

[193315_市立東山高中課程評鑑計畫\(PDF格式\)](#)

二、111學年度學校課程評鑑結果

[193315_市立東山高中111學年度課程評鑑結果\(PDF格式\)](#)