備查文號：
體育班：113年08月28日臺教授體字第1130200442號函備查

【備查版】

高級中等學校課程計畫

國立臺東大學附屬體中

學校代碼：140301

普通型課程計畫書

本校112年12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113年08月29日

學校基本資料表

【備查版】

學校校名	國立臺東大學附屬體中				
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	1.學術群：體育班				
進修部					
實用技能學程					
特殊教育及特殊類型					
實驗班					
聯絡人	處室	教務處	電話	(089)383629-1201	
	職稱	教務處主任			

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、102年7月10日總統發布之「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、110年3月15日教育部修正發布之「十二年國民基本教育課程綱要」。
三、110年6月11日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12月26日112學年度第3次體發會會議通過
※體育班：本校112年12月26日112學年度第3次課程發展委員會會議通過

【備查版】

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
單科型	學術群	體育班	3	76	3	59	3	60	9	195
合計			3	76	3	59	3	60	9	195

二、核定科班一覽表

學校類型	群別	科班別	班級數	每班人數
單科型	學術群	體育班	3	30
合計			3	90

三、體育班核定運動種類一覽表

序號	分類	運動種類
1	球類	軟式網球
2	球類	棒球
3	球類	足球
4	格鬥類	柔道
5	格鬥類	跆拳道
6	格鬥類	擊劍
7	目標類	射箭
8	目標類	射擊
9	競技類	田徑
10	競技類	舉重

【備查版】

參、學校願景與學生圖像

一、學校願景

※臺東體中願景

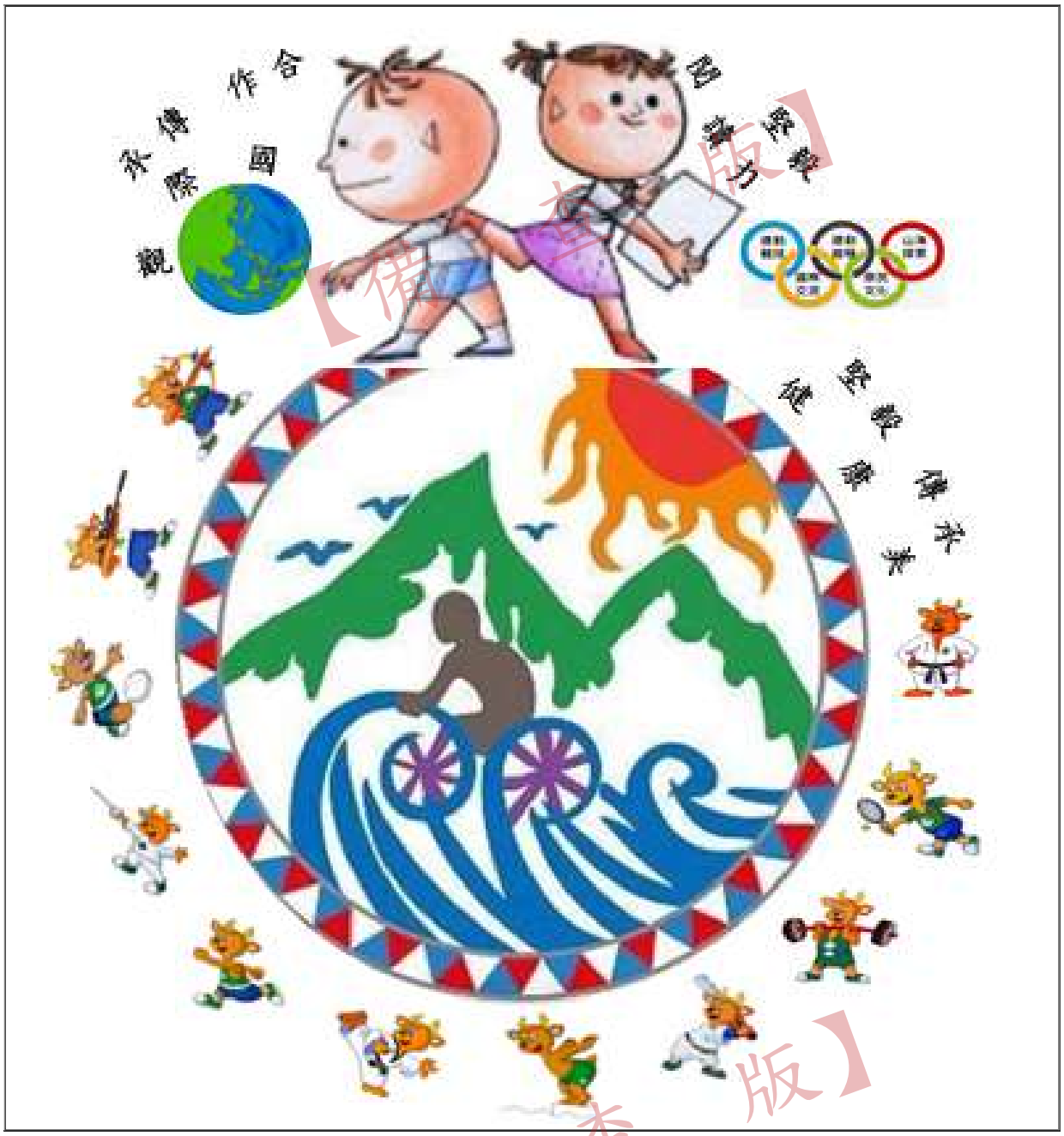
【備查版】

【備查版】

二、學生圖像

優秀運動人才絕對不是只有在競技場上的表現，更須兼具人文的涵養。學生必須深刻體認「運動」本身就是目的，並非手段或工具。一個優質運動人才應該具備－「健康美、閱讀力、國際觀」的特質，以提升運動情操。

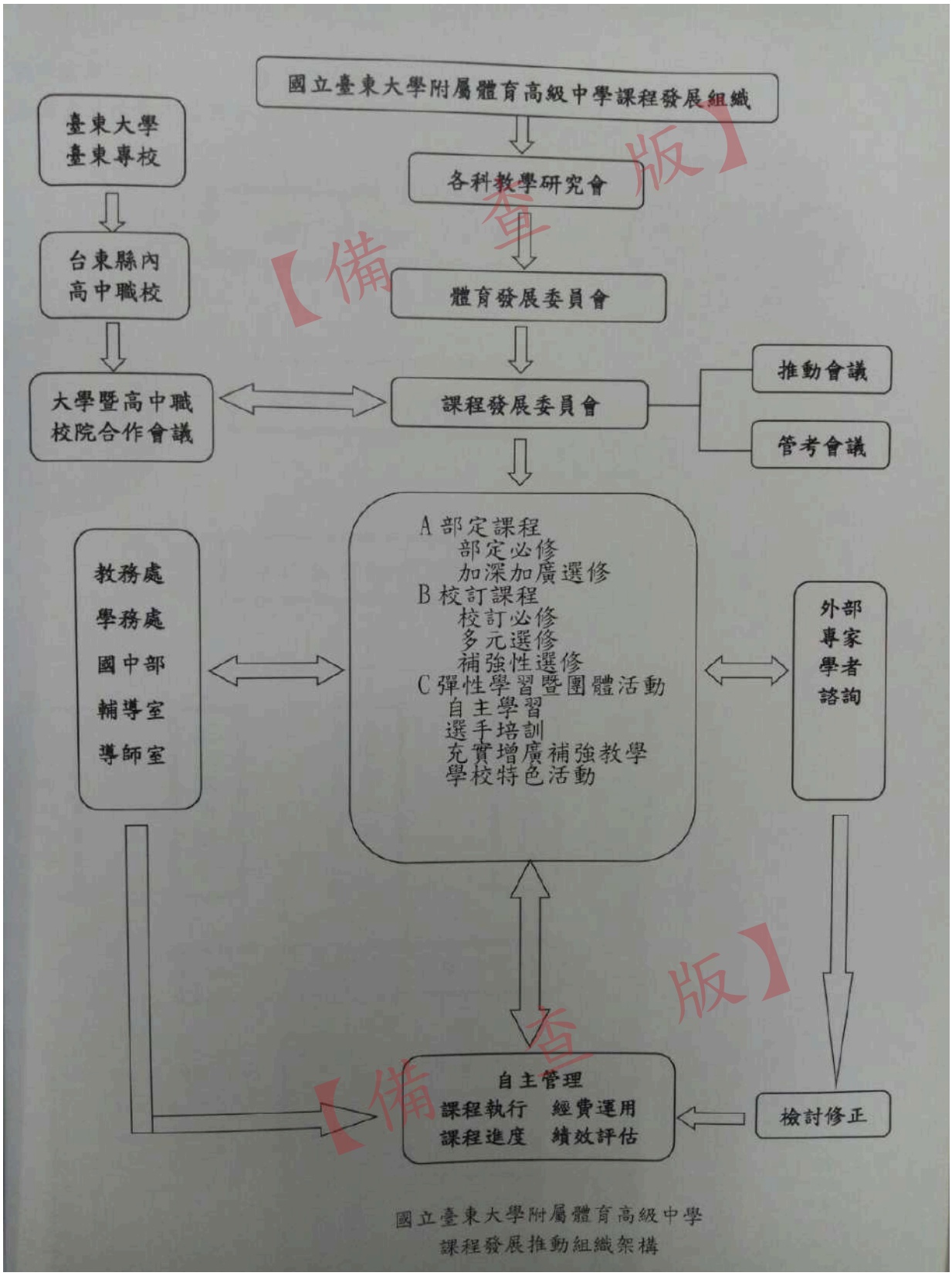
※學生圖像



【備查版】
【備查】

肆、課程發展組織要點

本校課程發展圖
體發會設置要點
體發會組織架構
臺東體中課程發展委員會設置要點
臺東體中課發會委員名單



國立臺東大學附屬體育高級中學體育班發展委員會設置要點組織架構表

職稱	成員名單	主要任務
召集人	校長	召集會議，督導體育班發展與運作事宜
執行秘書	國中部主任	綜理體育各項事務
執行總幹事	體育組長	1. 各項發展計畫之推動與協調 2. 發展計畫研擬 3. 業務報告與彙集 4. 辦理各隊參加比賽相關事宜 5. 辦理學校各項體育活動 6. 各項經費申請及核銷等事宜
行政人員	教務主任 學務主任 總務主任 教學組長	
委員	學科代表3人 體育科領召 體育教師2人 專任教練3人	
代表	家長會推派	

【備查版】

國立臺東大學附屬體育高級中學課程發展委員會設置要點

91.8.31 校務會議通過
91.9.11 公布實施
94.6.30 校務會議通過第一次修訂
95.7.4 校務會議痛過第二次修訂
98.1.19 校務會議通過第三次修訂
100.6. 27 校務會議通過第四次修訂
101.9.11 日臨時校務會議修訂
110.1.20 校務會議通過第六次修訂

一、依據教育部頒布「十二年國民基本教育課程綱要總綱」、「十二年國民基本教育體育班課程實施規範」及「十二年國民基本教育體育班體育專業領域課程綱要」之規定，訂定本要點。

二、國立臺東大學附屬體育高級中學課程發展委員會（以下簡稱本會）負責規畫全校總體課程計畫，決定每周各學習領學習節數，審查自編教科用書，負責課程與教學的評鑑，進行學習評鑑，以培養具備人本情懷、統整能力、民主素養、鄉土與國際意識，以及能進行終身學習之健全國民。

三、本會設委員 21 人，委員均為無給職，其組成方式如下：

（一）當然委員 2 人：校長及教務主任為當然委員，並由校長兼任召集人，教務主任兼執行秘書。

（二）學校行政代表 2 人：國中部主任、教學組長。

（三）學科教師代表 7 人：由各學科教學研究會召集人擔任或推舉教師代表（包含國文科、英文科、數學科、自然科、社會科、藝能科、體育科）。

（四）術科教師及教練代表 6 人：由術科教師及教練推舉之。

（五）家長代表 1 人。

（六）特教代表 1 人。

（七）學生代表 1 人

（六）學者專家 1 人

四、本會之職掌如下：

（一）充分考量學校條件、社區特性、家長期望、學生需要等因素，結合全體教師與社區資源，發長學校本位課程，並審慎規畫全校總體課程計

【備查版】
【備查版】

畫。

（二）審查國、高中部課程計畫，有關生命教育、性別平等教育、法治教育、人權教育、環保教育、永續發展、多元文化、生涯教育、家庭教育、消費者保護教育及運動教育等重要議題宜納入相關的課程中。

（三）審查國中部各學習領域課程計畫，內容包含：「學年/學期學習目標、單元活動主題、相對應能力指標、時數、備註」等項目。且應融入有關兩性、環境、資訊、家政、人權、生涯發展、運動教育等議題。

（四）統整各學習領域課程計畫，發展學校總體課程計畫。

（五）應於每學年開學前一個月，擬定下一學年度學校總體課程計畫。

（六）擬定「選用教科用書辦法」。

（七）審查自編教科用書。

（八）決定各學習領域之學習節數及彈性領域課程學習節數。

（九）決定應開設之選修課。

（十）審查各學習領域課程小組之計畫於執行成效。

（十一）規劃教師專業成長進修計畫，增進專業成長。

（十二）負責課程與教學評鑑，並進行學習評鑑。

（十三）其他有關課程發展事宜。

五、為使本委員會順利運作，下設各工作小組分工辦理，各組成員由本委員會決議選任。各組分工及工作要點如下：

1. 行政組：(1)課程發展委員會各組之協調(2)會議資料之彙整

2. 課程規劃組：(1)彙整各科課程計畫草案(2)科目學分數規劃(3)必選修課程規劃(4)規劃綜合活動之實施草案(5)學校特色活動之蒐集與規劃(6)法定重要教育工作納入課程規劃。

3. 教科書選用審查組：(1)擬定教材審定運作機制(2)教材審定本選用。

4. 自編教材編審組：(1)審議各科自編教材。

5. 教師進修規劃組：(1)規劃教師專業進修事宜。

6. 課程評鑑組：(1)擬定評鑑相關辦法草案(2)規劃教師課程發展專業進修草案。

六、本會委員任期一年(任其自 08/01 起至隔年 07/31 止)，得連選連任。候補委員或補選（推）舉產生之委員，其任期均至原任期屆滿之日止。

【備查版】
【備查版】

七、本會每年定期舉行二次，每學期各一次，以六月、十二月各召開一次為原則，為必要時得召開臨時會議。每年六月召開會議必須提出下學年度學校總體課程計畫，經校務會議通過後實施。

八、本會由校長召集，須有應出席委員二分之一（含）以上出席，方得開議。須有出席委員二分之一（含）以上之同意，方得議決，投票採無記名投票或舉手方式行之。

九、本會開會時得視事實需要邀請學者專家、其他相關人員列席諮詢或研討。

十、本會之行政工作，由教務處主辦、相關單位協辦。

十一、本要點經校務會議通過後經校長公告實施，修正時亦同。

【備查版】

【備查版】

國立臺東大學附屬體育高級中學體育班發展委員會

工作小組職掌表

職　稱		負責人員	工 作 職 掌
召集人		校　　長	督導體育班發展與運作
副召集人		國中部主任	襄助召集人督導體育班發展與運作
行政組	執行秘書	體育組長	綜理體育班各項發展與運作事務
課程規劃及課業輔導組	委員兼工作組長	教務主任	負責課程規劃及課業輔導事務
	組員	教學組長 領域教師代表	1. 研議國中及高中整體課程規劃 2. 研議學生對外出賽限制（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） 3. 辦理課程發展、教學實施、學習評量與應用、教學資源及教師專業發展等事宜 4. 辦理課業輔導及補救教學事宜
訓練規劃及競賽督導組	委員兼工作組長	國中部主任	負責訓練規劃及競賽督導事務
	組員	總務主任 體育組長 庶務組長 各隊教練 運動防護員	1. 體育專業課程（包括運動防護、運動禁藥、運動競技訓練及其他基礎運動科學內容）實施及督導 2. 專項運動訓練規劃、執行及檢核 3. 對外參賽規劃、執行及檢核 4. 運動傷害防護工作規劃、執行及檢核 5. 體育專業課程所需場地、空間及設備檢修維護及更新
生活輔導及進路規劃組	委員兼工作組長	輔導主任	負責生活輔導及進路規劃事務
	組員	生輔組長 體育班導師 各隊教練 輔導教官 輔導教師	1. 建立學生資料檔案，並追蹤輔導 2. 安排學習生活，提供課業、生活及生涯輔導 3. 日常生活常規教育規範及輔導 4. 班級經營理念宣導 5. 心理輔導及壓力調適 6. 提供升學進路及職涯發展諮詢
招生規劃及評鑑檢核組	委員兼工作組長	國中部主任	負責招生規劃及評鑑檢核事務
	組員	註冊組長 體育組長 各隊教練	1. 規劃招生簡章及相關試務作業 2. 變更專長種類、轉班，或轉介其他學校相關事務 3. 辦理訪視評鑑相關事宜

【備查版】
【備查版】

國立臺東大學附屬體育高級中學111上學期課程發展委員會 簽到表

當然委員2人		專家學者 國立臺東高商 曹學仁校長	曹學仁
校長 陳明志	陳明志	術科教師及教練代表6人	
教務主任楊明智	楊明智	連文生教練	公假
學校行政代表2人		陳峰岳教練	公假
國中部主任陳佳峰		連亞倫老師	連亞倫
教學組長柯良衛	柯良衛	孫泰山教練	公假
學科教師代表7人		吳惟晨老師	
國文科：李美瑰	李美瑰	莊于萱老師	莊于萱
英文科：林瑞珍	林瑞珍	學生代表1人	
數學科：林德泉	林德泉	班聯會代表	林栢安
自然科：李柏宏	李柏宏	家長代表1人	
社會科：賴淑媛	賴淑媛	家長會代表	
藝能科：蔡俊良	蔡俊良	特教代表1人	
體育科：葉明嘉	葉明嘉	輔導主任羅蜀君	羅蜀君

【備查版】

國立臺東大學附屬體育高級中學體育班發展委員會設置要點

107年08月29日經校務會議通過
109年08月28日校務會議修正通過
112年02月10日擬於期初校務會議提出修正通過

一、 依據：民國107年5月11日教育部頒訂「高級中等以下學校體育班設立辦法」。

二、 目的：依本校發展運動特色規劃體育專業課程及選修課程，協助課程發展與整合，以增進身心健康、提高運動競技知能，養成具備現代公民素養之優秀運動人才。

三、任務：

(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)國際體育交流及課程規劃。

(八)學校體育活動規劃-運動會、水上運動會、班際球類競賽、體適能檢測、水域安全活動推動(含救生員證照班)及游泳學習營。

(九)寒、暑訓規畫及督導。

(十)新設或調增減運動項目。

(十一)運動傷害防護計畫審議及考核。

(十二)體育教師兼任運動專項審議及需求。

(十三)運動場館規劃及管理。

(十四)其他有關體育班發展事項。

四、 組成：本校體育發展委員會設置委員13人，均為無給職，其中體育教師代表或專任運動教練代表應占委員總數1/3，任一性別委員人數，應占委員總數1/3以上，組成方式如下：

(一) 行政人員代表7人：校長、教務主任、學務主任、總務主任、國中部主任、輔導主任、體育組長。

(二)學科教師代表互推2人。

(三)體育科教師代表2人、專任運動教練代表1人，共3人。

(四)家長會代表1人及學生代表1-2人且不受前項委員總數之限制；

得聘請學者專家、教育行政 機關、單項運動組織或列席諮詢或研討。

五、 為順利推動會務，本會下設工作小組：課程規劃及課業輔導組；訓練規劃及競賽督導組；生活輔導及進路規劃組；招生規劃及評鑑檢核組。

六、 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。

七、 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。

八、 本會每學期至少召開二次會議，必要時得召開臨時會議。開會時由校長擔任召集人並擔任主席，國中部主任為執行秘書，體育組長為總幹事，校長因故無法主持時，由執行秘書代理。

九、 開會時需有二分之一（含）以上之委員出席，方得開議。需有出席委員二分之一（含）以上之同意方得議決。

十、本設置要點經校務會議通過，陳校長核定後實施，修正時亦同。

【備查版】

【備查版】

依教育部範例新增國立臺東大學附屬體育高級中學體育班發展委員會

工作小組職掌表

職稱		負責人員	工作職掌
召集人		校長	督導體育班發展與運作
副召集人		國中部主任	襄助召集人督導體育班發展與運作
行政組	執行秘書	體育組長	綜理體育班各項發展與運作事務
課程規劃及課業輔導組	委員兼工作組長	教務主任	負責課程規劃及課業輔導事務
	組員	教學組長 領域教師代表	1. 研議國中及高中整體課程規劃 2. 研議學生對外出賽限制（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） 3. 辦理課程發展、教學實施、學習評量與應用、教學資源及教師專業發展等事宜 4. 辦理課業輔導及補救教學事宜
訓練規劃及競賽督導組	委員兼工作組長	國中部主任	負責訓練規劃及競賽督導事務
	組員	總務主任 體育組長 庶務組長 各隊教練 運動防護員	1. 體育專業課程（包括運動防護、運動菜藥、運動競技訓練及其他基礎運動科學內容）實施及督導 2. 專項運動訓練規劃、執行及檢核 3. 對外參賽規劃、執行及檢核 4. 運動傷害防護工作規劃、執行及檢核 5. 體育專業課程所需場地、空間及設備檢修維護及更新
生活輔導及進路規劃組	委員兼工作組長	輔導主任	負責生活輔導及進路規劃事務
	組員	生輔組長 體育班導師 各隊教練 輔導教官 輔導教師	1. 建立學生資料檔案，並追蹤輔導 2. 安排學習生活，提供課業、生活及生涯輔導 3. 日常生活常規教育規範及輔導 4. 班級經營理念宣導 5. 心理輔導及壓力調適 6. 提供升學進路及職涯發展諮詢
招生規劃及評鑑檢核組	委員兼工作組長	國中部主任	負責招生規劃及評鑑檢核事務
	組員	註冊組長 體育組長 各隊教練	1. 規劃招生簡章及相關試務作業 2. 變更專長種類、轉班，或轉介其他學校相關事務 3. 辦理訪視評鑑相關事宜

【備查版】

112學年度 國立臺東大學附屬體育高級中學
體育班發展委員會 委員名單

【備查版】

序號	職稱	職務	姓名	性別
1	召集人	校長	陳明志	男
2	副召集人	國中部主任	陳佳峰	女
3	執行秘書	體育組長	連亞倫	男
4	委員	教務主任	余冉迪	男
5	委員	學務主任	胡藝曦	男
6	委員	總務主任	林永盛	男
7	委員	輔導主任	羅蜀君	女
8	委員	學科教師代表	李柏宏	男
9	委員	學科教師代表	孫千惠	女
10	委員	體育科教師代表	陳惠哲	男
11	委員	體育科教師代表	范希盛	男
12	委員	專任運動教練	孫泰山	男
13	委員	家長代表	陳玉萍	女
14	委員	學生代表	王傑曦	女

【備查版】

伍、課程發展與特色

一、課程地圖

[140301_國立臺東大學附屬體中課程地圖(PDF格式)]

臺東體中課程地圖與職涯發展圖	課程類型			高一上			高一下			高二上		高二下		高三上			高三下	
	必修課程	部定必修100		國文	2	運動學概論 1	國文	2	運動學概論 1	國文	2	國文	2	體育	1		體育	1
				英文	2	專項體能訓練 4	英文	2	專項體能訓練 4	英文	2	英文	2	生活科技	1		健康與護理	2
				數學	2	專項技術訓練 4	數學	2	專項技術訓練 4	數學B	2	數學B	2	資訊科技	1		生命教育	1
				物理	2	本土語言 2	生物	2		專項體能訓練	4	專項體能訓練	4	生涯規劃	1		專項技術訓練	4
				歷史	2		地理	2		專項技術訓練	4	專項技術訓練	4	專項體能訓練	4		專項體能訓練	4
				音樂	1		音樂	1		體育	1	體育	1	全民國防教育	1		全民國防教育	1
										美術	1	美術	1	專業技術訓練	4			
										運動科學概論	1	運動科學概論	1					
		校定必修8								運動人文概論	1	運動人文概論	1	水上救生	2		水上救生	2
	選修課程	多元選修74	職涯探索	各類文學選讀(原住民小說)	2	語文表達與傳播應用 2	語文表達與傳播應用	2	各類文學選讀(原住民的詩與歌) 2	專題閱讀與研究(上)	2	專題閱讀與研究(下)	2	閱讀與寫作(for PISA)	2	自傳與讀書計畫 2	英文閱讀與寫作	2
				英文I	2	英語發音與句型I 2	英文II	2	英語發音與句型II 2	各類文學選讀(日治台灣小說)	2	運動應用英語下	2	英文閱讀與寫作	2		推理數學	2
				生活中的數學上	2		生活中的數學下	2	數學II 2	英語會話與句型I	2	數學素養與實析II	2	玩整數學	2			
										數學素養與實析(一)	2	公共議題與社會探究	2	看Youtube學英文	2	原住民族語文 2	看Youtube學英文	2
										數學III	2	各類文學選讀(戰後台灣小說)	2				運動心理學	2
										原住民族語文	2							
														山海探索教育上	4		原民手作	4
														原住民文化創意上	4		原住民文化創意下	4
				運動與健康上	2		運動與健康下	2		安全教育與傷害防護	2	安全教育與傷害防護	2	健康與休閒生活上	2		健康與休閒生活下	2
				專項戰術應用	2		專項戰術應用	2		專項戰術應用	2	專項戰術應用	2	專項戰術應用	2		專項戰術應用	2
				競技運動綜合訓練	層		競技運動綜合訓練	層		競技運動綜合訓練	層	競技運動綜合訓練	層	競技運動綜合訓練	層		競技運動綜合訓練	層
			技藝	各類文學選讀(原住民小說)	2	語文表達與傳播應用 2	語文表達與傳播應用	2	各類文學選讀(原住民的詩與歌) 2	專題閱讀與研究(上)	2	各類文學選讀(戰後台灣小說)	2	閱讀與寫作(for PISA)	2	自傳與讀書計畫 2	各類文學選讀(影像文學)	2
				英文I	2	英語發音與句型I 2	英文II	2	英語發音與句型II 2	各類文學選讀(日治台灣小說)	2	運動應用英語下	2	生活英語	2		部落玩家-部落英語導覽	2
				生活中的數學上	2		生活中的數學下	2	數學II 2	英語會話與句型I	2	數學素養與實析II	2	應用數學	2		原民手作	4
										數學素養與實析(一)	2	公共議題與社會探究	2	原住民族語文	2			
										數學III	2	原聲原味	2	從編織看世界	2		從編織看世界	2
										原住民族語文	2						運動心理學	2
														原住民文化創意上	4	山海探索教育上 4	原民手作	4
				運動與健康上	2		運動與健康下	2		安全教育與傷害防護	2	安全教育與傷害防護	2	健康與休閒生活上	2		原住民文化創意下	4
																	健康與休閒生活下	2
				專項戰術應用	2		專項戰術應用	2		專項戰術應用	2	專項戰術應用	2	專項戰術應用	2		專項戰術應用	2
				競技運動綜合訓練	層		競技運動綜合訓練	層		競技運動綜合訓練	層	競技運動綜合訓練	層	競技運動綜合訓練	層		競技運動綜合訓練	層
			競技	各類文學選讀(原住民小說)	2	語文表達與傳播應用 2	語文表達與傳播應用	2	各類文學選讀(原住民的詩與歌) 2	專題閱讀與研究(上)	2	各類文學選讀(戰後台灣小說)	2	閱讀與寫作(for PISA)	2	自傳與讀書計畫 2	各類文學選讀(影像文學)	2
				運動英文	2	英語發音與句型I 2	英文教面學文化	2	英語發音與句型II 2	各類文學選讀	2	運動應用英語下	2	英語歌曲教唱I	2	原住民族語文 2	數學電影賞析	2
				基礎數學I	2		基礎數學II	2	數學II 2	英語會話與句型I	2	數學素養與實析II	2	應用數學	2		英語歌曲教唱II	2
										數學素養與實析(一)	2	公共議題與社會探究	2	自然探究與實作	2	地科 2	旅行文學選讀	2
										數學III	2	認識台灣原住民	2	原住民文學選讀	2	飲食文學選讀 2	運動文學選讀	2
										原住民族語文	2			歷史探究與實作	2	地理探究與實作 2		
																	原住民文化創意下	4
				運動與健康上	2		運動與健康下	2		安全教育與傷害防護	2	安全教育與傷害防護	2	健康與休閒生活上	2		山海探索教育下	4
																	運動心理學	2
				專項戰術應用	2		專項戰術應用	2		專項戰術應用	2	專項戰術應用	2	專項戰術應用	2		專項戰術應用	2
				競技運動綜合訓練	層		競技運動綜合訓練	層		競技運動綜合訓練	層	競技運動綜合訓練	層	競技運動綜合訓練	層		競技運動綜合訓練	層
	彈性學習18			閱讀增廣	1	彈性微課程 2	閱讀增廣	1	彈性微課程 2	閱讀增廣	1	自主學習	1	閱讀增廣	1	彈性微課程 2	增廣閱讀	1
										彈性微課程	2	彈性微課程	2				彈性微課程	2
	團體活動12			班週會	1	社團 1	班週會	1	社團 1	班週會	1	班週會	1	班週會	1	社團 1	班週會	1
										社團	1	社團	1				社團	1
	累計節數			35			35			35		35		35			35	

【備查版】
【備查版】

二、學校特色說明

113學年度的課程計畫優點在於落實運動學科及原民文化的多元選修
1.運動學科-運動心理學及運動人文概論：除強化心理競技能力外，並奠定運動人文素養。
運動科學概論：由運動傷害防護員協同教學，介紹運動傷害種類與防護之原理及方法。
水上救生：教授水上救生技術及理論，並協助安排參加水上救生協會之考試取得執照 。
運動員職涯探索：協助認識自我，了解運動員未來發展方向，及建構職涯所需的知識。
2.原民文化-原住民工藝：藉由原民工藝的欣賞與實作，來了解原民藝文的內涵。
3.英文素養導向教學-本年度藉由各議題融入英文科教學，充分結合上述課程特色，以運動、原民主題融入英文教學，提升學生學以致用的機會。

【備查版】
【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：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	2	2	2	2	0	0	8	
		客語文	(2)	0	0	0	0	0	0	
		閩南語文	(2)	0	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-阿美語	2	0	0	0	0	0	2	
		原住民族語文-泰雅語	(2)	0	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-布農語	(2)	0	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-排灣語	(2)	0	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-魯凱語	(2)	0	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-太魯閣語	(2)	0	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-卑南語	(2)	0	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-雅美語	(2)	0	0	0	0	0	0	
		閩東語文	(2)	0	0	0	0	0	0	
		臺灣手語	(2)	0	0	0	0	0	0	
		英語文	2	2	2	2	0	0	8	
	社會領域	歷史	1	1	0	0	0		2	
		地理	1	1	0	0	0		2	
		公民與社會	0	0	0	0	0		0	
	自然科學領域	物理	1	1	0	0	0		2	高一物理、化學擇一開課。
		化學	(1)	(1)	0	0	0		0	高一物理、化學擇一開課。
		生物	1	0	0	0	0		1	
		地球科學	0	1	0	0	0		1	
	藝術領域	音樂	1	1	0	0	0	0	2	
		美術	0	0	1	1	0	0	2	
		藝術生活	0	0	0	0	0	0	0	
	綜合活動領域	生命教育	0	0	1	0	0	0	1	
		生涯規劃	0	0	0	1	0	0	1	
		家政	0	0	0	0	0	0	0	
	科技領域	生活科技	0	0	0	1	0	0	1	
		資訊科技	0	0	1	0	0	0	1	
	健康與體育領域	健康與護理	0	0	0	0	1	1	2	
		體育	0	0	1	1	1	1	4	
	全民國防教育		0	0	0	0	1	1	2	
	體育專業學科	運動學概論	1	1	0	0	0	0	2	

【備查版】

	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		22	20	18	18	11	11	100	
	每週團體活動時間		2	2	2	2	2	2	12	
	每週彈性學習時間		1	3	3	3	3	3	16	
	每週節數小計		25	25	23	23	16	16	128	
校訂必修	實作(實驗)及探索體驗	水上救生	0	0	0	0	2	2	4	
	跨領域/科目統整	運動人文概論	0	0	1	1	0	0	2	
		運動科學概論	0	0	1	1	0	0	2	
	校訂必修學分數小計		0	0	2	2	2	2	8	
加深加廣選修	語文領域	國學常識	0	0	0	2	0	0	2	
		語文表達與傳播應用	2	0	0	0	0	0	2	
		各類文學選讀	0	2	0	0	0	(2)	2	
		專題閱讀與研究	0	0	2	0	0	0	2	
		英文閱讀與寫作	0	0	0	0	(2)	(2)	0	
		原住民族語文溝通與表達-阿美語	0	0	(2)	0	2	0	2	選修原住民族族語，開設於暑假。
		原住民族語文溝通與表達-泰雅語	0	0	(2)	0	(2)	0	0	選修原住民族族語，開設於暑假。
		原住民族語文溝通與表達-布農語	0	0	(2)	0	(2)	0	0	選修原住民族族語，開設於暑假。
		原住民族語文溝通與表達-排灣語	0	0	(2)	0	(2)	0	0	選修原住民族族語，開設於暑假。
		原住民族語文溝通與表達-魯凱語	0	0	(2)	0	(2)	0	0	選修原住民族族語，開設於暑假。
		原住民族語文溝通與表達-太魯閣語	0	0	(2)	0	(2)	0	0	選修原住民族族語，開設於暑假。
		原住民族語文溝通與表達-卑南語	0	0	(2)	0	(2)	0	0	選修原住民族族語，開設於暑假。
		原住民族語文溝通與表達-雅美語	0	0	(2)	0	(2)	0	0	選修原住民族族語，開設於暑假。
	數學領域	數學乙	0	0	2	2	0	0	4	
	社會領域	探究與實作：歷史學探究	0	0	0	0	(2)	0	0	
		探究與實作：地理與人文社會科學研究	0	0	0	0	(2)	0	0	
		探究與實作：公共議題與社會探究	0	0	(1)	1	0	0	1	
	藝術領域	表演創作	0	0	0	0	2	2	4	
	綜合活動領域	未來想像與生涯進路	0	0	0	0	1	1	2	

【備查版】

		創新生活與家庭	0	0	0	0	(2)	(2)	0	
	健康與體育領域	安全教育與傷害防護	1	1	0	0	0	0	2	
		運動與健康	1	1	0	0	0	0	2	
		健康與休閒生活	0	0	0	0	2	0	2	
	第二外國語文	日語	0	0	0	0	0	2	2	
補強性選修	自然科學領域	補強-物理	0	0	0	0	(2)	0	0	
		補強-化學	0	0	2	0	0	0	2	
		補強-地球科學	0	0	0	0	(2)	0	0	
多元選修	通識性課程	文書軟體應用與實作	0	0	0	0	(2)	(2)	0	
		生活中的數學	2	2	0	0	0	0	4	
		走入數學E世界I	0	0	(1)	0	0	0	0	
		走入數學E世界II	0	0	0	(1)	0	0	0	
		性別文化的多元議題	0	0	0	(2)	0	0	0	
		社會先修班	0	0	0	0	(2)	0	0	
		社會環境議題	0	0	(2)	0	0	0	0	
		看Youtube學英文I	0	0	0	0	(2)	0	0	
		看Youtube學英文II	0	0	0	0	0	(2)	0	
		穿越時空談歷史	0	0	0	0	0	(2)	0	
		英文I	(2)	0	0	0	0	0	0	為因應本單科型高中英文必修選分過少，特開設此課程，其內容為普通型高中部訂必修高一英文內容，不另外填寫課程計劃表。
		英文II	0	(2)	0	0	0	0	0	為因應本單科型高中英文必修選分過少，特開設此課程，其內容為普通型高中部訂必修高一英文內容，不另外填寫課程計劃表。
		英文III	0	0	(2)	0	0	0	0	為因應本單科型高中英文必修選分過少，特開設此課程，其內容為普通型高中部訂必修高二英文內容，不另外填寫課程計劃表。
		英文IV	0	0	0	(2)	0	0	0	為因應本單科型高中英文必修選分過少，特開設此課程，其內容為普通型高中部訂必修高二英文內容，不另外填寫課程計劃表。
		英語文V	0	0	0	0	(2)	0	0	為因應本單科型高中英文必修選分過少，與111年起繁星採計英文學業成績範圍擴大至高三上，特開設此課程，其內容為普通型高中部訂必修高三英文

【備查版】

									內容，不另外填寫課程計劃表。
		英語發音與句型I	(2)	0	0	0	0	0	0	
		英語發音與句型II	0	(2)	0	0	0	0	0	
		英語短篇故事	0	0	0	0	(2)	0	0	
		英語會話與句型I	0	0	2	0	0	0	2	
		英語會話與句型II	0	0	0	(2)	0	0	0	
		英語歌曲教唱I	0	0	0	0	(2)	0	0	
		英語歌曲教唱II	0	0	0	0	0	(2)	0	
		英語歌曲學文化	0	2	0	0	0	0	2	
		英語戲劇表演藝術I	0	0	(2)	0	0	0	0	
		英語戲劇表演藝術II	0	0	0	(2)	0	0	0	
		原住民文學選讀	0	0	0	0	(2)	0	0	
		旅行文學選讀	0	0	0	0	0	(2)	0	
		旅行遊世界	0	0	0	0	0	(2)	0	
		旅遊英文	0	0	0	0	0	2	2	
		書法欣賞與習作	0	0	0	0	(2)	2	2	
		國語文V	0	0	0	0	2	0	2	為因應本單科型高中國文必修選分過少，與111年起繁星採計國文學業成績範圍擴大至高三上，特開設此課程，其內容為普通型高中部訂必修高三國文內容，不另外填寫課程計劃表。
		基礎數學(一)	(2)	0	0	0	0	0	0	
		基礎數學(二)	0	(2)	0	0	0	0	0	
		從編織看世界I	0	0	0	0	(2)	0	0	
		從編織看世界II	0	0	0	0	0	(2)	0	
		統整數學	0	0	0	0	(2)	0	0	
		部落玩家-部落英語導覽I	0	0	0	0	(2)	0	0	
		部落玩家-部落英語導覽II	0	0	0	0	0	(2)	0	
		飲食文學選讀	0	0	0	0	(2)	0	0	
		運動文學選讀	0	0	0	0	0	(2)	0	
		運動英語課程	2	0	0	0	0	0	2	
		夢想旅行社	0	0	0	0	(2)	0	0	
		語言與人權--從殖民、同化到多元主義	0	0	0	0	(2)	(2)	0	
		數學I	(2)	0	0	0	0	0	0	為因應本單科型高中數學必修選分過少，特開設此課程，其內容為普通型高中部訂必修

【備查版】
【備查版】

										高一數學內容,不另外填寫課程計劃表。
		數學II	0	(2)	0	0	0	0	0	為因應本單科型高中數學必修選分過少,特開設此課程,其內容為普通型高中部訂必修高一數學內容,不另外填寫課程計劃表。
		數學III	0	0	(2)	0	0	0	0	為因應本單科型高中數學必修選分過少,特開設此課程,其內容為普通型高中部訂必修高二數學B內容,不另外填寫課程計劃表。
		數學IV	0	0	0	(2)	0	0	0	為因應本單科型高中數學必修選分過少,特開設此課程,其內容為普通型高中部訂必修高二數學B內容,不另外填寫課程計劃表。
		數學素養與賞析(一)	0	0	(2)	0	0	0	0	
		數學素養與賞析(二)	0	0	0	2	0	0	2	
		數學推理	0	0	0	0	(2)	(2)	0	
		歐美電影賞析	0	0	0	0	(2)	(2)	0	
		閱讀與寫作(for PISA)	0	0	0	0	2	0	2	
		學生學習歷程檔案之實作與指導	0	0	0	0	(2)	(2)	0	
		應用數學	0	0	0	0	(2)	0	0	
	實作(實驗)及探索體驗	STEAM玩創藝(下)	0	0	0	0	0	(2)	0	
		STEAM玩創藝(上)	0	0	0	0	(2)	0	0	
		山海探索教育	0	0	0	0	4	4	8	
		民俗植物探索與應用	0	0	0	0	0	(2)	0	
		自然科學與生活	0	0	0	0	0	(2)	0	
		自然探究與實作	0	0	0	0	(2)	0	0	因單科型課程自然領域必修學分過少，考量學生升學需求，開設自然探究與實作課程供學生選修。
		原民手作I	0	0	0	0	(4)	0	0	
		原民手作II	0	0	0	0	0	(4)	0	
		原住民文化創意(下)	0	0	0	0	0	(4)	0	
		原住民文化創意(上)	0	0	0	0	(4)	0	0	
		原聲原味I	0	0	0	0	(2)	0	0	
		原聲原味II	0	0	0	0	0	(2)	0	
		運動心理學	0	0	0	0	0	2	2	
	跨領域/科目專題	認識臺灣原住民I	0	0	0	0	(2)	0	0	

【備查版】

		認識臺灣原住民II	0	0	0	0	0	(2)	0	
	跨領域/科目統整	運動遊世界	0	0	0	0	(2)	0	0	
		臺灣原住民族社會與文化探究	0	0	(1)	1	0	0	1	
其他	特殊需求領域(體育專長)	專項術科課程(高一田徑)	(2)	(2)	0	0	0	0	0	
		專項術科課程(高一足球)	(2)	(2)	0	0	0	0	0	
		專項術科課程(高一柔道)	(2)	(2)	0	0	0	0	0	
		專項術科課程(高一射箭)	(2)	(2)	0	0	0	0	0	
		專項術科課程(高一射擊)	(2)	(2)	0	0	0	0	0	
		專項術科課程(高一棒球)	(2)	(2)	0	0	0	0	0	
		專項術科課程(高一跆拳道)	(2)	(2)	0	0	0	0	0	
		專項術科課程(高一網球)	(2)	(2)	0	0	0	0	0	
		專項術科課程(高一擊劍)	(2)	(2)	0	0	0	0	0	
		專項術科課程(高一舉重)	(2)	(2)	0	0	0	0	0	
		專項術科課程(高二田徑)	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
		專項術科課程(高二足球)	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
		專項術科課程(高二柔道)	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
		專項術科課程(高二射箭)	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
		專項術科課程(高二射擊)	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
		專項術科課程(高二棒球)	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
		專項術科課程(高二跆拳道)	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
		專項術科課程(高二網球)	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
		專項術科課程(高二擊劍)	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
		專項術科課程(高二舉重)	0	0	(2)	(2)	0	0	0	
		專項術科課程(高三田徑)	0	0	0	0	(2)	(2)	0	
		專項術科課程(高三足球)	0	0	0	0	(2)	(2)	0	
		專項術科課程(高三柔道)	0	0	0	0	(2)	(2)	0	
		專項術科課程(高三射箭)	0	0	0	0	(2)	(2)	0	
		專項術科課程(高三射擊)	0	0	0	0	(2)	(2)	0	
		專項術科課程(高三棒球)	0	0	0	0	(2)	(2)	0	

【備查版】
【備查版】

		專項術科課程（高三跆拳道）	0	0	0	0	(2)	(2)	0	
		專項術科課程（高三網球）	0	0	0	0	(2)	(2)	0	
		專項術科課程（高三擊劍）	0	0	0	0	(2)	(2)	0	
		專項術科課程（高三舉重）	0	0	0	0	(2)	(2)	0	
		專項戰術應用	2	2	2	2	2	2	12	
		競技運動綜合訓練	0	(3)	(6)	(3)	(6)	(3)	0	
選修學分數總計			10	10	10	10	17	17	74	
必選修學分數總計			32	30	30	30	30	30	182	
每週節數總計			35	35	35	35	35	35	210	

【備查版】

【備查版】

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

<table>
<tr><td rowspan="2">課程名稱：</td><td colspan="3">中文名稱： 自然科學探究與實作課程A</td></tr>
<tr><td colspan="3">英文名稱： Natural Sciences: Inquiry and Practice A</td></tr>
<tr><td>授課年段：</td><td colspan="2">二上</td><td>學分總數： 2</td></tr>
<tr><td>課程屬性：</td><td colspan="3">物質與能量、構造與功能</td></tr>
<tr><td rowspan="2">師資來源：</td><td colspan="3">跨科目： 物理、化學、生物、地球科學</td></tr>
<tr><td colspan="3">跨科協同</td></tr>
<tr><td>學習目標：</td><td colspan="3">紙箱嫩雞主題課程設計以「物質與能量（INa）」的跨科概念為主題，利用日常生活中烤雞過程中「能量的形式與轉換」與「生物體內的能量與代謝」作為媒介，讓學生了解科學與日常生活之關連。並達成以下學習目標：
(1)發現問題：能依據主題內容，進行討論，提出核心問題。
(2)規劃與研究：能探究核心問題之成因與結果，提列各變因並設計實驗驗證。
(3)論證與建模：能依據數據資料進行分析、解釋與推論、提出結論、建立模型。
(4)表達與分享：能提出完整研究報告(包含評價、回饋及反思)。</td></tr>
<tr><td rowspan="8">教學大綱：</td><td></td><td>單元/主題</td><td>內容綱要</td></tr>
<tr><td>一</td><td>科學筆記</td><td>觀察及紀錄訓練</td></tr>
<tr><td>二</td><td>紙飛機一</td><td>結構式探究：觀察及找出變因
1.提問引導學生觀察與發現影響紙飛機飛行的問題，決定自己想研究的問題，寫下自己的假設。
2.改良紙飛機測試並記錄結果。
3.嘗試解釋結果。</td></tr>
<tr><td>三</td><td>紙飛機二</td><td>引導探究：確定變因及實驗設計
1.透過原型機規劃做為對照組。
2.實驗設計：觀察組。
3.實驗與紀錄。</td></tr>
<tr><td>四</td><td>紙飛機三</td><td>引導探究：建模及論證
1.建模的方式。
2.實驗資料分析。
3.資料詮釋與修正。</td></tr>
<tr><td>五</td><td>紙飛機四</td><td>引導探究：論證
1.ADI論證自評表。
2.成果簡報製作。
3.互評。</td></tr>
<tr><td>六</td><td>滯空時間最久的紙飛機（一）</td><td>開放探究：
【情境體驗】
1.請學生觀察找資料，觀察什麼形式最容易滯留在空中最久。
2.將學生問題分類，留下課程想要探討的問題。
【探究與實作】
1.請學生針對自己要探討的問題，每個人都折出滯空時間最久的紙飛機（可以上網找資料）。
2.實際試飛，並在筆記本上記錄自己認為紙飛機滯空時間最久的原因。。
3.學生上台發表自己的觀察結果。</td></tr>
<tr><td>七</td><td>滯空時間最久的紙飛機（二）</td><td>【作品改良】
1.請學生改良紙飛機。
2.實際試飛，利用科學筆記記錄測試結果及改良結果。
【 飛行競賽】
1.每個人都上場進行三回合的比賽，在空中停留最久的飛機為優勝。
2.每回合之間給予十分鐘的修正。
【反思與討論】</td></tr>
</table>

【備查版】

		學生上台分享討論結果。 教師總結。
八	安全坡道	開放探究： 【情境體驗】 1.觀察雨天坡道打滑現象。 2.將學生問題分類，想要探討的問題。 【探究與實作】 1.請學生針對自己要探討的問題，設計坡道實驗，讓彈珠從坡道起點滑到桌面超過八秒。 2.原型設計與製作。 3.實驗資料搜集。 4.改良與修正。 5.資料建模與報告 6.學生上台發表研究結果。
九	期中評量	期中評量
十	主題：紙箱嫩雞(一)	【觀察現象】 1.請學生分為4人一組 2.教師先詢問學生好的烤雞要滿足甚麼條件。 3.拿出不同的烤雞，讓學生品嘗比較差異的項目。 4.介紹紙箱烤雞與讓肉質嫩化的嫩精(蛋白酶)。 5.讓學生思考除去調味後，甚麼樣的條件會產生出好吃的烤雞，引導學生往能量的供給(熟度)與酵素的作用(口感)去思考。
十一	主題：紙箱嫩雞(二)	【蒐集資訊】 請學生上網蒐集，並小組報告烤雞製作方式(共同點、相異點) 【形成或訂定問題】 利用上一節課的暫時性結論，加上這週蒐集的資料，讓每組提出6個影響烤雞的問題
十二	主題：紙箱嫩雞(三)	【提出可驗證的觀點】 讓各組依據已提出的問題，提出可驗證的觀點 【尋找變因或條件】 從可驗證的觀點，尋找關鍵變因或條件 【擬定研究計畫】 引導學生設計研究實驗，分為實驗題目設定、實驗設計含變因的操作、結果預設三部分
十三	主題：紙箱嫩雞(四)	【收集資料數據】 1.搜集做探究實驗所需要的材料(包括不同材質、配方濃度)，用課程的時間實際動手組裝，依據實驗流程開始架設實驗儀器。 2.依該組實驗設計執行實驗，並記錄實驗結果
十四	主題：紙箱嫩雞(五)	【收集資料數據】 1.接續上週，開始操作實驗並記錄相關的數據。 2.使用正確的格式呈現數據，並從數據中得出自己組的暫時性的結論，並做簡單分享給他組。
十五	主題：紙箱嫩雞(六)	【收集資料數據】 1.依據其他組別給予的建議，重新檢視之前的實驗步驟與結果，是否有疏漏或是不周詳之處，若有疏漏則針對需要改進部分加強。 2.依該組修改後實驗設計執行實驗，並記錄實驗結果。
十六	主題：紙箱嫩雞(七)	【分析資料和呈現證據】 【解釋和推理】 1.指導學生實驗報告撰寫與分析。 2.製作報告簡報(PPT)
十七	主題：紙箱嫩雞(八)	【提出結論或解決方案】 【論證與建模】 【表達與溝通】 1.學生分組報告實驗結果與結論

【備查版】

			2.每組須報告建立理想材料狀態與烤雞步驟 3.教師總結
	十八	期末評量	期末評量
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1.形成性評量(60%): (1)學習單30% (2)課程參習30% 2.總結性評量(40%): (1)評量試題20% (2)研究主題報告20%		
備註：	授課教師：李柏宏、施佳成、孫千惠、林承		

【備查版】

【備查版】

(二)社會領域加深加廣選修探究與實作課程

<table>
<tr><td rowspan="2">課程名稱：</td><td colspan="3">中文名稱： 探究與實作：公共議題與社會探究</td></tr>
<tr><td colspan="3">英文名稱： Inquiry and Practice: Public Issues and Social Inquiry</td></tr>
<tr><td>授課年段：</td><td colspan="2">二上二下</td><td>學分總數： 2</td></tr>
<tr><td>課程屬性：</td><td colspan="3">專題探究</td></tr>
<tr><td>師資來源：</td><td colspan="3">校內跨科協同</td></tr>
<tr><td>學習目標：</td><td colspan="3">課程主要由三大主軸交織而成，並以探究教學為核心發展學生多元智能。三大主軸：一是從淺談社會科學研究法出發，提供學生小組合作學習分組報告時探究社會公共議題之研究工具；二是選擇體中學生關注之社會公共議題案例，探討事件背後的多重因素，並適時邀請相關人士與學生分享；三是行動研究，結合校園公共議題探究與實作。藉此培養學生公共議題與社會探究之核心素養能力。
本課程學習目標有：
1. 透過公共議題實例觀察，培養同學關心公共事務，從事公民行動之能力。
2. 介紹臺灣爭辯中的公共議題，讓同學透過實例蒐集，培養同學社會關懷與公民行動實踐能力。
3. 藉由公共議題案例，培養學生批判、反思能力。
4. 透過校園公共議題實例設計，培養學生領導與解決公共問題之能力。
5. 介紹與臺灣爭辯中公共議題類似之他國案例，透過世界各區域重要的議題認識與分析，培養學生的國際視野與對於當代公共議題與社會探究的洞察力。</td></tr>
<tr><td rowspan="6">教學大綱：</td><td>週次/序</td><td>單元/主題</td><td>內容綱要</td></tr>
<tr><td>一</td><td>發現與界定問題</td><td>★社會科學遇上體中公民行動力
1. 簡介探討社會議題的社會科學方法，包含質性與量化研究法。介紹探究歷程之「發現與界定問題」、「觀察與蒐集資料」、「分析與詮釋資料」以及「總結與反思」的方法。
2. 請學生擇一校園改善之公共議題，進行一個學期的行動研究設計，激發體中學生的公民行動力。
3. 於期末總成果報告，分享體中公民行動力之探究與實作過程。</td></tr>
<tr><td>二</td><td>觀察與蒐集資料</td><td>★公民小尖兵--公民新識力
1. 培養學生媒體識讀實戰力，訓練學生閱讀及查找資訊的能力。
2. 學生小組合作學習，分組擇一校園改善之重要方案，於期中報告時進行分享，培養學生關心社會之公民素養。</td></tr>
<tr><td>三</td><td>生活議題理解與探究- 國家體制與族群</td><td>★當部落遇見國家--原住民傳統領域議題
1. 以原住民傳統領域爭議事件進行探究，蒐集與閱讀爭議事件所涉及的相關規範，以及不同立場行動者提出的論述，分析與反思各種不同立場的爭辯與衝突。
2. 與原住民運動參與者對談。
3. 國外相關議題分享。</td></tr>
<tr><td>四</td><td>生活議題理解與探究- 國家體制與族群</td><td>★藍綠對決？--中華民國與台灣
1. 「臺灣」或「中華民國」？是當前國、民兩大黨陣營分歧的根源。為什麼會形成如此的爭議？臺灣「國家認同」的議題如何浮現與演變？
2. 紅色勢力滲透？！淺談媒體資訊戰，強化學生媒體識讀力。
3. 學生相關經驗分享。</td></tr>
<tr><td>五</td><td>社會參與引導- 台東在地議題（小組腦力激盪）</td><td>★知本溼地vs.光電產業
1. 引言：台東縣政府規劃，在知本卑南族卡大地布部落的傳統領域上，開發161公頃的太陽能光電區，由於牽涉「知本溼地」的環保問題和原住民「諮商同意權」問題，之前曾有過正反爭</td></tr>
</table>

			論。最後部落「諮商同意」投票結果出爐，贊成票最終領先14票過關。此開發地涵蓋「知本濕地」，是國際鳥盟認定的重要野鳥棲地，我們應該如何把關，降低開發對環境衝擊呢？當環保遇上經濟產業開發，我們到底該如何取捨？還是有兩者兼顧的方法呢？ 2. 小組進行議題腦力激盪。
	六	生活議題理解與探究- 移民與性別	★南洋姐妹—別叫我外籍新娘 1. 外籍新娘是一種歧視性的稱呼，背後代表的是一群沒有生活能力、沒有經濟生產力、佔用台灣（移入國）資源的東南亞女性，是對東南亞女性的歧視與偏見，也是國內探討移民問題、性別、族群、勞動等不平等的議題。 2. 台東縣擁有許多新住民，此課程單元在引導學生從日常生活的意義理解與探究，了解人們的行動隱含特定的意義和價值，理解人們對特定生活事務和現象所賦予的意義，以深度探索不同文化以及各群體的相互理解。 3. 觀影學習單：公視《別叫我外籍新娘》電視劇，探討性別權力不平等之關係。片中人自許為「新移民女性」，不再讓台灣的媒體形塑她們為「等待救援的弱者」。 4. 與新住民對談。
	七	生活議題理解與探究- 移民與性別	★彩虹在台灣-多元性別面面觀 1. 討論「多元性別」、「多元成家」、「婚姻平權」等議題，並以同婚釋憲案結果讓學生認識與了解什麼是多元性別。在面對同志朋友時，該如何與他們相處呢？今天就讓我們來談談台灣的多元性別。 2. 【博恩夜夜秀】欸！同婚公投 影音資料：針對社會既有規範下的特定價值與偏見，能提出批判思考，培養反思探究能力。 3. 與相關人士對談。 4. 國外相關議題分享。
	八	社會參與引導- 台東在地議題（小組腦力激盪）	★台東垃圾很貴！ 1. 引言：台東縣每年約有8萬多公噸的垃圾，由於縣內13座掩埋場，幾乎都已爆滿，完工多年的焚化爐卻因民眾疑慮，遲遲無法啟用，因此垃圾只能依賴外縣市代燒，台東垃圾問題嚴重，焚化爐究竟是否該啟用？而民眾擔心的又是什麼呢？日常生活密切相關的垃圾，該何去何從？又是否有什麼方法可以讓垃圾減量呢？ 2. 小組進行議題腦力激盪。 3. 垃圾減量方法分享：原住民傳統生活智慧之環保經驗談。
	九	生活議題理解與探究- 人權、價值澄清	★公共利益下的犧牲者—淺談「居住正義」 1. 從苗栗大埔事件，解構政府與大企業者以國家、群眾公共利益為名，施行徵收計畫的合法性與正當性。檢視「大埔農地徵收事件」之爭議是否違反法律，此法律是否合乎正義原則，並呈現被忽視的居住權。 2. 紀錄觀點影片賞析-〔樂生〕，藉由學習單，培養學生觀注一群社會底群的弱勢團體，避免他們被社會邊緣化、以及在歷史洪流中，被逐漸遺忘。 3. 學生相關經驗分享。
	十	生活議題理解與探究- 人權、價值澄清	★死刑廢不廢？ 1. 辯論會：針對是否廢除死刑議題，學生分正、反兩方蒐集資料、相關規範與不同立場者的論述，並展開辯論廢死爭議，提供學生分析與反思不同立場者的衝突脈絡。

【備查版】

		2. 提供死刑存廢的外國案例，培養學生與對於該議題的國際視野洞察力。
十一	生活議題理解與探究- 人權、價值澄清	★罷工行不行？ 1. 關於長榮航空員工罷工一事，台灣輿論目前主流風向是站在資方角度，認為空服員的訴求不合理、空服員應該站在顧客角度思考、空服員乾脆辭職算了，幹嘛還要抗議？然而，長榮罷工是否合理？我們將從勞資關係來看空服員罷工事件，探究這場勞資爭議中所涉及的相關規範，以及勞資雙方不同立場者提出的論述，分析與反思各種不同立場的爭辯與衝突，以及如何發展自主的勞動關係。 2. 新聞影音資料分析。
十二	體中公民行動力(期中行動方案發表與分享會)	1. 討論學期初選擇的校園公共議題之行動方案。 2. 選擇適切的行動方案，以ppt發表各組行動動機、目的及設計，並說明其可行性。 3. 行動研究心得分享。
十三	生活議題理解與探究- 環境與經濟	★核廢哪裡去？ 1. 辯論會：核能發電，綠不綠？針對核能發電廠是否環保、擁核還是廢核好？讓學生分正、反兩方蒐集資料、相關規範與不同立場者的論述，展開辯論，讓學生藉由分析與反思釐清核電廠之存廢。 2. 從蘭嶼核廢相關影音資料，看見達悟族公民行動力。 3. 提供國外綠色能源案例，拓展學生國際視野。 4. 與相關人士對談。
十四	社會參與引導- 台東在地議題（小組經驗分享）	★農地種豪華農舍&民宿 1. 引言：宜蘭農會發動三千人到縣府抗議宜蘭縣府凍結農舍建照，對農舍申請人資格從嚴申請，現場挺縣府「農地農用」的團體，和抗議的農民互相叫陣，累積已久的「農地種豪宅」爭議再度引爆。根據農委會的統計，自民國90年至103年底，全台核發農舍建照已達3萬4704件。其中，宜蘭縣居冠有5704棟，苗栗縣3863棟，第三名是南投縣3434棟。農地新作物豪宅，改變了農地的價格，也改變了老農民對退休生活的想像，過去老農的夢想是終老於自己的田地上，但是飛快增長的農地價格，對比於務農的低收入，使老農們開始想要把地賣個好價錢拿來退休養老。許多老農想要賣地退休，可是，想要務農的年輕人卻苦於沒有適合的土地可以耕作。關於豪宅農舍、民宿發展觀光，灌溉水圳搭排汙染農地，農地本該農用，我國國土規劃哪裡出了問題？ 2. 小組生活經驗分享。 3. 影音資料： 【公視】全台農地大搶購！農田到處種豪宅！ 【民視新聞】不斷蓋民宿台東農地價翻6倍
十五	生活議題理解與探究- 環境與經濟	★白海豚要學會轉彎！？ 1. 討論台灣將邁向綠能能源，離岸風電產業化可以創造的九千億商機與兩萬個就業機會。從鋼構、鑄鐵、葉片到海事工程，綠能不僅是發電，還有機會成為台灣的新產業。然而設置地點台灣海峽，卻住著族群數量不到100隻，極度瀕危的白海豚(俗稱媽祖魚)。綠色能源新產業與環境保護該如何兼顧呢？藉由經濟開發與環境影響評估爭議，來分析與反思各種不同立場的爭辯與衝突。 2. 影音資料賞析：農村武裝青年~白海豚練習曲。

	十六	社會參與引導- 台東在地議題（小組腦力激盪）	面對非洲豬瘟，校園廚餘變黃金 1. 引言：根據農委會統計，國內共有7,240場養豬場、總計539萬頭豬，其中以廚餘養豬的共2,045場（65萬頭豬，佔12%，以戶數來看佔比22%）多為黑豬養豬場。廚餘養豬為環保署解決了惱人的廢棄物問題，「臺灣每年廚餘有三分之二拿去養豬。」但面對防疫，我國已經禁止廚餘養豬，導致各地廚餘危機。對於校園裡的廚餘，有哪些創意的解決方式呢？如何化危機為轉機？ 2. 小組進行議題腦力激盪。
	十七	生活議題理解與探究- 環境與經濟	★BOT美麗的錯誤--美麗灣渡假村爭議 1. 從「美麗灣渡假村」開發案-台東縣政府為推展觀光的第一件民間自提BOT開發案，來討論台東發展觀光產業與環境保護如何兼顧？藉由此BOT開發案與環境影響評估爭議，來分析與反思各種不同立場的爭辯與衝突。 2. 杉原海岸-半月形海灣是都蘭灣唯一大面積的沙灘地形，也是台東海岸唯一的公共海水浴場。這裡是阿美族日常生活的海域，也是卑南族南王部落神話傳說的起源地，禁漁區美麗的珊瑚礁、潮間帶生物，更是居民戲水、浮潛、體驗大自然的最佳去處。如今卻因「美麗灣渡假村」的BOT開發案，為當地沿海環境生態帶來巨變。環保界戲稱政府山也BOT，海也BOT。政府應該如何重新分配公平正義，推動國土規劃的永續政策？ 3. 與相關人士對談。
	十八	體中公民行動力成果發表會	1. 引導學生討論，選擇校園內特定公共議題，以「改變現況」為目的，採取行動，並對於行動歷程加以反思，以提升解決問題的能力。 2. 請學生將學期初選擇的校園公共議題探究與實作之公民行動，進行期末票選出最適合的行動方案，各組互評並分享總成果歷程心得。
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1.學期總成績（５０%）：（1）認知方面30%　（2）情意方面20% （3）技能方面30% （4）學習〈出席次數〉態度等各方之整體表現20% 2.小組成績（５０%）：（1）學科知識：20%　（2）上課態度：30% （3）資料搜集：20%　（4）小組合作：30% 1.學期總成績（５０%）：（1）認知方面30%　（2）情意方面20% （3）技能方面30% （4）學習〈出席次數〉態度等各方之整體表現20% 2.小組成績（５０%）：（1）學科知識：20%　（2）上課態度：30% （3）資料搜集：20%　（4）小組合作：30%		
備註：			

【備查版】

【備查版】

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：	三上	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.能藉由地理學的學習，從而獲得知識、問題解決的方法與技術，並能運用地理知識、地理技能、地理研究方法，分析各種不同的人文社會的現況與環境議題。 2.能藉由資料的收集分析歸納、小組合作、議題討論等方式進行學習，自主發掘探究各種社會或環境問題，並能提出解決各種問題的可能策略。 3.透過議題討論、小組合作，培養學生社會參與及溝通互動的素養，發展適切的人際關係，並展現包容、溝通協調、社會參與級服務等團隊合作的精神與行動。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	觀光與休閒	1.課程介紹(含表現任務、評量規準)。 2.認識觀光產業與永續旅遊(含地方特色)。 3.討論個人印象深刻的旅遊經驗。 4.分組介紹部落文化觀光。
	二	觀光與休閒	1.課程介紹(含表現任務、評量規準)。 2.認識觀光產業與永續旅遊(含地方特色)。 3.討論個人印象深刻的旅遊經驗。 4.分組介紹部落文化觀光。
	三	環境與生態景觀	1. 地理景觀的維護和重要性。 2.世界遺產的定義與意涵。 3.世界遺產的分布與說明。 4.分組搜尋重要的世界遺產並整理其資料。 5.分組報告世界遺產。
	四	環境與生態景觀	1. 地理景觀的維護和重要性。 2.世界遺產的定義與意涵。 3.世界遺產的分布與說明。 4.分組搜尋重要的世界遺產並整理其資料。 5.分組報告世界遺產。
	五	環境與生態景觀	1. 生態都市的概念和建立。 2.台東的歷史發展與變革。 3.分組討論生態都市導入台東之實際作為。
	六	環境與生態景觀	1. 生態都市的概念和建立。 2.台東的歷史發展與變革。 3.分組討論生態都市導入台東之實際作為。
	七	環境與生態景觀	1.環境災害影片探討:正負2度C 2.環境災害的成因與監控、防治 3.分組案例分享:台東面臨的環境災害
	八	環境與生態景觀	1.環境災害影片探討:正負2度C 2.環境災害的成因與監控、防治 3.分組案例分享:台東面臨的環境災害
	九	社區	1.認識社區在生活機能上的意義。 2.比較地方創生與社區總體營造的差異。 3.整合不同時期地圖或影像來探討社區變遷和特色（聚落、 街道、河川、地形）。 4. 利用GOOGLE地球觀察景觀的變遷
	十	社區	1.認識社區在生活機能上的意義。 2.比較地方創生與社區總體營造的差異。 3.整合不同時期地圖或影像來探討社區變遷和特色（聚落、 街道、河川、地形）。 4. 利用GOOGLE地球觀察景觀的變遷
	十一	社區	1.社區影片分享 2.分組蒐集、比較鄉村社區及都市社區總體 營造的實例
	十二	社區	1.社區影片分享 2.分組蒐集、比較鄉村社區及都市社區總體 營造的實例

	十三	研究流程	1.研讀研究流程並且需要那些架構 2.決定主題
	十四	研究流程	1.研讀研究流程並且需要那些架構 2.決定主題
	十五	探究與實作	提案企劃實作(學生任務: 小組討論)
	十六	探究與實作	提案企劃實作(學生任務: 小組討論)
	十七	探究與實作	企劃成果展演（簡報與海報）
	十八	探究與實作	企劃成果展演（簡報與海報）
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	一、評量方式： 個人學習歷程檔案、口頭報告、作業、實驗與體驗心得、作品 二、評量依據： 1.情意方面：從學生的經驗分享、發言內容及表現，觀察其是否能體會上課內 容－自然與生活的科學觀，且具備積極、客觀的學習態度。 2.技能方面：從課程活動中，評量學生是否能對自然與生活作仔細觀察並提出 見解。 3.認知方面：讓同學生在課堂問答，考核其是否了解上課內容的發展 與特色。 三、評量標準： 1.學期總成績（５０%）：（1）認知方面30% （2）情意方面20% （3）技能方面30% （4）學習〈出席次數〉態度等各方之整體表現20% 2.作品成績（５０%）：（1）意見表達：30% （2）上課態度：30% （3）資料搜集：10% （4）小組合作：30%	
備註：			

【備 查 版】
【備 查 版】

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：	三上	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：	以課綱為中心，兼以教室、教科書為科學知識基礎，並以田野踏查探究教學為核心發展其多元智能： 1.學生為中心：以學生的基礎知識與能力，設計學生能力所及的探究教學活動。 2.活化教學：讓學生透過閱讀、觀察的方式，從歷程中發展史學探究知能。 3.回饋機制：讓學生發現學習成效而樂於參與探究學習，進而學習相關的科學知能，持續其探究學習。 4.持續學習：學生能透過探究，學習史學知識，提升學生學習品質。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	歷史史料與史實	訓練學生小組合作，閱讀及查找史料的能力，並分辨史料與史實。
	二	歷史史料與史實	訓練學生小組合作，閱讀及查找史料的能力，並分辨史料與史實。
	三	為何要學習歷史	透過分辨史料與史實，讓學生了解學習歷史的重要性。
	四	為何要學習歷史	透過分辨史料與史實，讓學生了解學習歷史的重要性。
	五	生活與歷史證據	史學與人類生活關係密切，指導學生以日常生活之議題找出歷史證據，提升學生對歷史科學知能。
	六	生活與歷史證據	史學與人類生活關係密切，指導學生以日常生活之議題找出歷史證據，提升學生對歷史科學知能。
	七	重新建構歷史事實	設計以情境故事引導、狀況題提問，讓學生思考學習如何重新建構歷史事實。
	八	重新建構歷史事實	設計以情境故事引導、狀況題提問，讓學生思考學習如何重新建構歷史事實。
	九	歷史著作選讀與寫作分析	運用史籍、史料及介紹史學家，讓學生了解歷史著作及寫作的重要性，以及史學家的寫作的觀點。
	十	歷史著作選讀與寫作分析	運用史籍、史料及介紹史學家，讓學生了解歷史著作及寫作的重要性，以及史學家的寫作的觀點。
	十一	歷史解釋與反思	在閱讀史籍、史料及史學家介紹之後，學生對歷史著作和史學家的觀點，有了更清楚的認識，能明白歷史解釋為何有極大不同的觀點。
	十二	歷史解釋與反思	在閱讀史籍、史料及史學家介紹之後，學生對歷史著作和史學家的觀點，有了更清楚的認識，能明白歷史解釋為何有極大不同的觀點。
	十三	歷史解釋的形成	歷史解釋的形成，有許多是作者的觀點，及對人文、社會、民族和國家，甚至對世界全人類的關懷，而提出問題。對這些問題的探討，作者依據史料的詮釋，而有了帶主觀意識及看法的歷史解釋。
	十四	歷史解釋的形成	歷史解釋的形成，有許多是作者的觀點，及對人文、社會、民族和國家，甚至對世界全人類的關懷，而提出問題。對這些問題的探討，作者依據史料的詮釋，而有了帶主觀意識及看法的歷史解釋。
	十五	歷史判斷與論述觀點	歷史寫作者依其生長環境、所處時空背景、宗教信仰、政治立場…等因素，而有不同的史觀及論述。

【備查版】

	十六	歷史判斷與論述觀點	歷史寫作者依其生長環境、所處時空背景、宗教信仰、政治立場…等因素，而有不同的史觀及論述。
	十七	學習歷史科學的意義及學生成果發表	綜上學習歷程，學生可從學習歷史科學中，以悲天憫人之心，去關懷世界。
	十八	學習歷史科學的意義及學生成果發表	綜上學習歷程，學生可從學習歷史科學中，以悲天憫人之心，去關懷世界。
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	一、評量方式： 個人學習歷程檔案、口頭報告、作業、實驗與體驗心得、作品 二、評量依據： 1.情意方面：從學生的經驗分享、發言內容及表現，觀察其是否能體會正確史 學觀點，且具備積極、客觀的學習態度。 2.技能方面：從課程活動中，評量學生是否能對史籍、史料作仔細觀察並提出 見解。 3.認知方面：讓同學生在課堂問答，考核其是否了解上課內容的發展 與特色。 三、評量標準： 1.學期總成績（５０%）：（1）認知方面30% （2）情意方面20% （3）技能方面30% （4）學習〈出席次數〉態度等各方之整體表現20% 2.作品成績（５０%）：（1）科學知識：30% （2）上課態度：30% （3）資料搜集：10% （4）小組合作：30%	
備註：			

【備 查 版】
【備 查 版】

二、校訂必修課程

課程名稱：	中文名稱： 運動人文概論		
	英文名稱：		
授課年段：	二上、二下	學分總數： 2	
課程屬性：	跨領域/科目統整		
議題融入：	性別平等、環境、品德、法治、生涯規劃、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		
	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：			
學習目標：	一、學生能學習正念減壓、意象訓練之心理技能，促進運動表現。 二、學生能廣泛理解運動的多元內涵，提升運動素養，增進對運動的熱忱。 三、學生能運用文字或影象整理、紀錄個人學習歷程，並規劃未來生涯選擇。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	二上、 預備週 二下、 預備週	二上、 課程準備 二下、 課程準備
	二	二上、 運動人文課程介紹 二下、運動人文課程介紹	二上、 何謂體育、體育學習的內涵 體育的目標 二下、 運動的起源與發展歷程與國際情勢的發展
	三	二上、 體育發展的起源 二下、 體育發展的起源	二上、 古代帝國主義的影響 古埃及 古波斯 古希臘 二下、 運動的起源與發展歷程與國際情勢的發展
	四	二上、 促進體育思想的學說 二下、 體育發展的趨勢	二上、 文藝復興發展時代 近代歐美體育發展 二下、 現代運動與古代運動的比較
	五	二上、 促進體育思想的學說 二下、 體育發展的趨勢	二上、 現代英美體育發展 二下、 現代運動與古代運動的比較
	六	二上、 中國古代體育發展 二下、體育賽事屬性	二上、 學校體育運動 軍事訓練的體育活動 二下、 國際賽事舉辦的歷程與目的 1.奧運 2.界杯足球賽 3.界運動會 4.世界學生運動會的發展
	七	二上、 中國古代體育發展 二下、體育賽事屬性	二上、 健身醫療的髓育運動 休閒娛樂的體育運動 二下、 國際賽事舉辦的歷程與目的 1.奧運 2.界杯足球賽 3.界運動會 4.世界學生運動會的發展

【備查版】

八	二上、 現代生活與體育 二下、 第一次評量	二上、 生活需求方面 心理 社會 親近大自然 二下、 第一次評量
九	二上、 認識運動 二下、 運動場館的藝術	二上、 運動的目的 二下、 運動對個體發展與美感 1.奧運場館的藝術原術 2.各項國際賽事的建築的寓意
十	二上、 認識運動 二下、 運動場館的藝術	二上、 運動的分類 二下、 運動對個體發展與美感 1.奧運場館的藝術原術 2.各項國際賽事的建築的寓意
十一	二上、 現代社會與身體活動的關係 二下、 運動場館的藝術	二上、 社會的特徵 二下、 運動對個體發展與美感 1.奧運場館的藝術原術 2.各項國際賽事的建築的寓意
十二	二上、 運動心理學 二下、 運動文化的價值	二上、 社會常見的疾病 二下、 運動對人類文化發展的助益
十三	二上、 第二次評量 二下、 第二次評量	二上、 建立愉悅的運動生涯 二下、 第二次評量
十四	二上、 認識運動競賽 二下、 運動彩券的源起	二上、 認識奧運 古代奧運 現代奧運 二下、 運動的潛在價值
十五	二上、 認識大型賽會 二下、 運動彩券的源起	二上、 近代運動賽事 二下、 運動彩券的效益
十六	二上、 認識大型賽會 二下、 運動彩券的源起	二上、 亞洲各項運動賽事 二下、 社會體育公益的推展
十七	二上、 學校運動競賽的意義 二下、 社會資源與體育發展	二上、 學校體育的涵意 校內各項運動的發展 二下、 企業贊助體育賽事
十八	二上、 體育人應有的 人文與道德素養 二下、 社會資源與體育發展	二上、 人文精神的內涵 二下、 企業成立專業體育團隊
十九	二上、 體育人應有的 人文與道德素養 二下、 社會資源與體育發展	二上、 體育人之人文素養 二下、 民間體育團隊如何運作
二十	二上、 期末評量 二下、 期末評量	二上、 運動人文範圍報告

【備查版】

			二下、 運動人文範圍報告
	二十一		
	二十二		
學習評量：	作業或體驗心得20%、作品(文字影音)30% 、個人學習歷程檔案20%、口頭報告20%		
備註：			

【備 查 版】

【備 查 版】

課程名稱：	中文名稱： 運動科學概論		
	英文名稱：		
授課年段：	二上、二下	學分總數： 2	
課程屬性：	跨領域/科目統整		
議題融入：	科技、資訊、安全		
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：			
學習目標：	培養運動學術知能素養及運動常識		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	二上、 預備週 二下、 預備週	二上、 課程準備 二下、 課程準備
	二	二上、 運動生理學專題 二下、 運動心理學專題	二上、 運動能量系統 1.無氧系統的運用與操作機轉 2.乳酸系統的運動與訓練週期 3.有氧系統的練習 二下、 各項人格測驗軟體介紹
	三	二上、 運動生理學專題 二下、 運動心理學專題	二上、 運動能量系統 1.無氧系統的運用與操作機轉 2.乳酸系統的運動與訓練週期 3.有氧系統的練習 二下、 人格測分析與專長
	四	二上、 運動生理學專題 二下、 運動心理學專題	二上、 運動能量系統 1.無氧系統的運用與操作機轉 2.乳酸系統的運動與訓練週期 3.有氧系統的練習 二下、 馬斯洛需求與目標設定
	五	二上、 運動生理學專題 二下、 運動心理學專題	二上、 無氧閾值與氧債及最大攝氧量的練習與紀錄 二下、 運動心理技能的實施方式與運用
	六	二上、 運動生理學專題 二下、 運動心理學專題	二上、 無氧閾值與氧債及最大攝氧量的練習與紀錄 二下、 運動心理技能的實施方式與運用
	七	二上、 第一次評量 二下、 第一次評量	二上、 運動生理學範圍 二下、 運動心理學範圍
	八	二上、 重量訓練 二下、 運動營養專題	二上、 訓練計畫與重量訓練的安排 二下、 簡各種營養介入與運動關係

【備查版】

	九	二上、 重量訓練 二下、 運動營養專題	二上、 各專項如何實施重量訓練 二下、 運動前中後的增補劑
	十	二上、 重量訓練 二下、 運動營養專題	二上、 一般體能和專項體能計畫安排 二下、 運動前中後的增補劑
	十一	二上、 重量訓練 二下、 運動營養專題	二上、 全身性訓練和重點訓練的規劃 二下、 減體重期間的營養
	十二	二上、 重量訓練 二下、 運動營養專題	二上、 實作與教學-測最大肌力 二下、 運動傷害如何進行營養補充
	十三	二上、 第二次評量 二下、 第二次評量	二上、 重量訓練課程範 二下、 運動營養學範圍
	十四	二上、 運動生物力學 二下、 運動管理學專題	二上、 球類運動力學的基本原理分析 白努力原理 二下、 運動管理四大主軸
	十五	二上、 運動生物力學 二下、 運動管理學專題	二上、 常見運動技巧的生物力學分析 動力鏈的介紹 二下、 體育人力資源與管理
	十六	二上、 運動科技 二下、 運動管理學專題	二上、 運動資訊與APP的發展源起 二下、 運動行銷與推廣
	十七	二上、 運動科技 二下、 運動管理學專題	二上、 穿戴式運用在訓練 二下、 運動管理學系所的發展
	十八	二上、 運動科技 二下、 運動管理學專題	二上、 科技運用在訓練的趨式 二下、 運動管理學系所的發展
	十九	二上、 期末複習評量 二下、 期末複習評量	二上、 運動科技 二下、 運動管理學
	二十	二上、 期末檢討 二下、 期末檢討	二上、 全學期範圍 二下、 全學期範圍
	二十一		
	二十二		
學習評量：	期中2次評量(30%、30%)期末評量(40%)		
備註：	課本內容大綱、補充影片		

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 水上救生		
	英文名稱：		
授課年段：	三上、三下	學分總數： 4	
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗		
議題融入：	海洋、安全、防災、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		
	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：	學生圖像		
學習目標：	為推廣水上安全教育、提倡水上救生技術、培養水上救生員及拯救水難為目的。水上救生課程包括體能訓練、教授水上安全知識、救生理論、拯溺技巧、心肺復甦法及急救常識等。完成訓練課程而符合考試要求，可獲安排參加各縣市水上救生協會之救生考試。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	課程簡介	課程目的、進度、評分方式
	二	三上、前測驗介紹、體能訓練、救生游法 三下、統一測驗介紹、體能訓練、救生員基本能力、自救法及求生法	三上、1.抬頭捷泳 2.抬頭蛙泳 3.體能訓練 三下、1.基本四式檢測2.基本潛泳 3.體能訓練
	三	三上、自救課程 三下、統一測驗介紹、體能訓練、救生員基本能力、自救法及求生法	三上、1.漂浮2.韻律呼吸3.踩水4.體能訓練 三下、1.漂浮3分鐘2.踩水30秒以上3.抽筋處理5.浮具製作6.借物待援
	四	三上、救生方式 三下、岸上救生練習	三上、1.徒手救援 2.器材救援 三下、1.徒手救援 2.環境器材救援
	五	三上、入水法 三下、岸上救生練習	三上、1.岸上入水法 2.水面潛水法3.體能訓練 三下、1.徒手救援 2.環境器材救援
	六	三上、游泳池法規、基本潛水、CPR急救術 三下、入水法	三上、1.游泳池相關法規、安全措施。2.裝備介紹與使用、岸上入水法、水面入水法。3.心肺復甦術、復甦姿勢、異物哽塞處理、、急症處置、搬運4. 救生板救援。 三下、1.直接入水法 2.水面潛水法3.體能訓練
	七	三上、游泳池法規、基本潛水、CPR急救術 三下、入水法	三上、1.游泳池相關法規、安全措施。2.裝備介紹與使用、岸上入水法、水面入水法。3.心肺復甦術、復甦姿勢、異物哽塞處理、、急症處置、搬運4. 救生板救援。 三下、1.直接入水法 2.水面潛水法3.體能訓練
	八	三上、急救術、實測 三下、入水法	三上、1. 急救術複習2.魚雷浮漂 三下、1.直接入水法 2.水面潛水法3.體能訓練
	九	三上、急救術、實測 三下、救生員職責、游泳池管理、救生板救援	三上、1. 急救術複習2.魚雷浮漂 三下、1. 救生員應具備條件、救生員職務與責任、執勤態度與方式、緊急事故處理程序。2.泳池構造簡介、泳池環境管理、泳池水質管理、相關機具管理。3.裝備介紹與使用、救生板救援。
	十	三上、接近法 三下、救生員職責、游泳池管理、救生板救援	三上、1.緊急停游2.正面 3.背面 4.側面 三下、1. 救生員應具備條件、救生員職務與責任、執勤態度與方式、緊急事故處理程序。2.泳池構造簡介、泳池環境管理、泳池水質管理、相關機具管理。3.裝備介紹與使用、救生板救援。
	十一	三上、接近法 三下、救生員職責、游泳池管理、救生板救援	三上、1.緊急停游2.正面 3.背面 4.側面 三下、1. 救生員應具備條件、救生員職務與責任、執勤態度與方式、緊急事故處理程序。2.泳池構造簡介、泳池環境管理、泳池水質管理、相關機具管理。3.裝備介紹與使用、救生板救援。

【備查版】

	十二	三上、防衛法 三下、救生員職責、游泳池管理、救生板救援	三上、1.單手推離 2.雙手推離 3.雙手下壓 4.單腳蹬離 三下、1. 救生員應具備條件、救生員職務與責任、執勤態度與方式、緊急事故處理程序。2.泳池構造簡介、泳池環境管理、泳池水質管理、相關機具管理。3.裝備介紹與使用、救生板救援。
	十三	三上、防衛法 三下、水中接近法	三上、1.單手推離 2.雙手推離 3.雙手下壓 4.單腳蹬離 三下、1.緊急停游 2.側面 3.水中4.學科測驗
	十四	三上、帶人法 三下、水中接近法	三上、1.藉物帶人2.抓髮帶人3.抓腕帶人4.仰式帶人 三下、1.緊急停游 2.側面 3.水中4.學科測驗
	十五	三上、帶人法 三下、水中接近法	三上、1.藉物帶人2.抓髮帶人3.抓腕帶人4.仰式帶人 三下、1.緊急停游 2.側面 3.水中4.學科測驗
	十六	三上、起岸法 三下、台灣及台東地區海域介紹。海域安全	三上、1.單人起岸 2.扶拖法 3.消防員式 4.馬蹬式 三下、1.海洋概況簡介2.如何辨別危險海域 3.魚雷浮漂使用
	十七	三上、起岸法 三下、台灣及台東地區海域介紹。海域安全	三上、1.單人起岸 2.扶拖法 3.消防員式 4.馬蹬式 三下、1.海洋概況簡介2.如何辨別危險海域 3.魚雷浮漂使用
	十八	三上、檢定考複習 三下、總測驗	三上、拖帶假人、水域尋找法、CPR練習 三下、1.模擬救生反應演練2.術科測驗(救生員實測、急救能力)
	十九	三上、檢定考複習	三上、拖帶假人、水域尋找法、CPR練習
	二十	三上、總複習、測驗	三上、1.模擬救生反應演練2.學科測驗3.術科測驗(救生四式、潛泳、仰漂、踩水、假人拖帶、急救能力)
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1.分組成果簡報30% 2.實作40% 3.平時考核30%		
備註：			

【備查版】
【備查版】

三、多元選修課程

課程名稱：	中文名稱： 生活中的數學		
	英文名稱：		
授課年段：	一上、一下	學分總數： 4	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	環境、海洋、科技、資訊、能源		
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, 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：	學生圖像,		
學習目標：	一、培養好奇心及觀察規律、演算、抽象、推論、溝通和數學表述等各項能力。 二、培養使用工具，運用於數學程序及解決問題的正確態度。 三、培養運用數學思考問題、分析問題和解決問題的能力。 四、培養日常生活應用所需的數學知能。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	一上、實數 一下、數列與級數	一上、菊版紙規格 一下、音調是否按等比級數遞升
	二	一上、實數 一下、計數原理	一上、算幾信封 一下、個人申請的檢定標準
	三	一上、絕對值 一下、排列組合	一上、《超級瑪利歐兄弟》世界紀錄 一下、便利商店排班機制、《勞動基準法》的一例一休
	四	一上、絕對值 一下、機率	一上、身體質量指數與成人肥胖定義 一下、簡單的骰子機率
	五	一上、指數 一下、機率	一上、伴手禮怎麼帶？ 一下、超好用的撲克牌機率
	六	一上、指數 一下、機率	一上、航空公司的經營策略 一下、樂透中獎機率
	七	一上、科學記號與常用對數 一下、機率	一上、手沖咖啡 一下、籃球運動中跳投的命中率
	八	一上、科學記號與常用對數 一下、機率	一上、生物放大作用 一下、職業籃球賽的勝率怎麼算
	九	一上、直線方程式 一下、機率	一上、無障礙設施的設計 一下、颱風何時侵襲我們
	十	一上、圓方程式 一下、機率	一上、汽車雨刷 一下、棒球場上的數學
	十一	一上、圓與直線的關係 一下、統計	一上、黑洞與史瓦西半徑 一下、鍵盤字母為何不順序排列
	十二	一上、圓與直線的關係 一下、統計	一上、兩圓之窗 一下、百分比，從銀行到賣場都需要
	十三	一上、一次與二次函數 一下、統計	一上、、綠蠵龜樂園的延續 一下、貸款利息計算
	十四	一上、一次與二次函數 一下、統計	一上、小琉球無塑島計畫 一下、鮮雞蛋與標準差
	十五	一上、三次函數的圖形特徵 一下、統計	一上、一鍵尋路的規劃 一下、複利讓你賺更多
	十六	一上、三次函數的圖形特徵 一下、直角三角形的三角比	一上、同時在線人數的分析 一下、古夫金字塔測量
	十七	一上、多項不等式 一下、三角比的性質	一上、完美正方體 一下、巴黎凱旋門

【備查版】

	十八	一上、多項不等式 一下、三角比的性質	一上、電動車電池服務資費方案 一下、旅遊的事前規劃
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	第一次期中評量:學習歷程檔案製作(20%) 第二次期中評量:學習歷程檔案製作(20%) 期末評量: 學習歷程檔案製作(30%) 平時成績:分組討論(20%)、問題回饋(10%)		
備註：	參考書籍 《生活的數學，羅浩源》 《環球科大通識教材》 《有錢人的數學，卡加坦.波斯基特》 《生活數學，馬丁.李、瑪西亞.米勒》		

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 英文I		
	英文名稱：		
授課年段：	一上	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：			
師資來源：			
課綱核心素養：	A自主行動：		
	B溝通互動：		
	C社會參與：		
學生圖像：			
學習目標：			
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一		
	二		
	三		
	四		
	五		
	六		
	七		
	八		
	九		
	十		
	十一		
	十二		
	十三		
	十四		
	十五		
	十六		
	十七		
	十八		
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：			
備註：			

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 英語發音與句型I	
	英文名稱：	
授課年段：	一上	學分總數： 2
課程屬性：	通識性課程	
議題融入：	科技、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： 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： C3.多元文化與國際理解,	
學生圖像：		
學習目標：	1.本課程為多元選修課程的一塊拼圖，其主要的理念在於讓學生能夠具備使用英語溝通與生存的能力。 2.學生能藉由本課程的學習而具備基礎英語發音能力，能理解和使用淺易句型，套用在日常英語會話當中。	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	Unit 1	自然發音與KK音標 Be動詞疑問句及其答句 Who疑問句及其答句
二	Unit 1	自然發音與KK音標 Be動詞疑問句及其答句 Who疑問句及其答句
三	Unit 2	自然發音與KK音標 Where…from?問句及其答句 How old…? 問年齡之問句及其答句
四	Unit 2	自然發音與KK音標 Where…from?問句及其答句 How old…? 問年齡之問句及其答句
五	Review	Review
六	Review	Review
七	期中考週	期中考
八	Unit 3	自然發音與KK音標 主詞+be動詞+形容詞的敘述句型 主詞+be動詞+冠詞+形容詞的敘述句型
九	Unit 3	自然發音與KK音標 主詞+be動詞+形容詞的敘述句型 主詞+be動詞+冠詞+形容詞的敘述句型
十	Unit 4	自然發音與KK音標 祈使句
十一	Unit 4	自然發音與KK音標 祈使句
十二	Review	Review
十三	Review	Review
十四	期中考週	期中考
十五	Unit 5	自然發音與KK音標 現在進行式之問與答
十六	Unit 5	自然發音與KK音標 現在進行式之問與答
十七	Unit 6	自然發音與KK音標 疑問詞where問人與位置；人與位置的回答 詢問時間的問句與答句
十八	Unit 6	自然發音與KK音標 疑問詞where問人與位置；人與位置的回答

			詢問時間的問句與答句
	十九	Review	Review
	二十	Review	Review
	二十一	期末考週	期末考
	二十二		
學習評量：			
備註：			

【備查版】
【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 基礎數學(一)	
	英文名稱：	
授課年段：	一上	學分總數： 2
課程屬性：	通識性課程	
議題融入：	環境、科技、資訊、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, B2.科技資訊與媒體素養,	
	C社會參與：	
學生圖像：	學生圖像,	
學習目標：	1.讓學生瞭解符號的寫法，清楚它所適用的情境，確切掌握符號的使用。 2.對各單元的題目能獨立思考 並解決問題，從中欣賞到數學的趣味之處。 3.引導學生瞭解數學的內容、意義及方法。 4.培養學生以 數學思考問題、分析問題及解決問題的能力。 5.提供學生在實際生活和學習相關學科方面所需的數學知 能。 6.培養學生欣賞數學內涵中以簡馭繁的精神和結構嚴謹完美的特質。	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	實數計算、分式與根式	無理數的證明、無字的證明
二	實數計算、分式與根式	實數計算、分式與根式
三	實數計算、分式與根式	絕對值方程式
四	實數計算、分式與根式	絕對值方程式
五	實數計算、分式與根式	絕對值不等式
六	直線	直線的方程式
七	直線	直線的截距式
八	直線	直線的不等式
九	直線	直線的不等式
十	直線	二元一次不等式
十一	圓	圓的外切與內切
十二	圓	圓的外切與內切
十三	多項式與三次函數	多項式函數圖形的對稱性
十四	多項式與三次函數	多項式的對稱性
十五	多項式與三次函數	多項不等式
十六	多項式與三次函數	多項不等式
十七	多項式與三次函數	勘根定理的應用
十八	多項式與三次函數	勘根定理的應用
十九		
二十		
二十一		
二十二		

學習評量：	1.教學中作客觀的評量，也可輔導學生做自我評量，以明瞭學習的成就與困難，作為繼續教學或補救教 學之依據，並使學生從成績進步中獲得鼓勵。 2.教育的方針在於五育並重，評量內容亦應兼具認知(知 識)、技能、情意發揮(行為、習慣、態度、理想、興趣、職業道德)及美感等方面，以利學生健全發展。 3.評量的方法有觀察、作業評定、口試、筆試、測驗等，教師可按單元內容和性質，針對學生的作業、 演示、心得報告、實際操作、作品和其他表現配合使用。 4.因應學生學習能力不同，評量兼具標準比較 和自我比較，力求努力上進，避免學生間的相互比較。

	5.除實施總結性評量外，教學中更應注意診斷性 及形成性評量，以便即時了解學生學習困難，進行學習輔導。 6.學習評量的結果須妥善運用，除作為教 師改進教材、教法及輔導學生之依據外，並應通知導師或家長，以獲得共同的輔導與合作。 7.未通過評 量的學生，教師應分析、診斷其原因，實施補救教學；對於學習成效較高的學生，可視需要實施增廣教 學，使其潛能獲致充分的發展。
備註：	

【備 查 版】

【備 查 版】

課程名稱：	中文名稱： 運動英語課程	
	英文名稱：	
授課年段：	一上	學分總數： 2
課程屬性：	通識性課程	
議題融入：	生涯規劃、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,	
	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, C3.多元文化與國際理解,	
學生圖像：	學生圖像,	
學習目標：	1. 本課程為多元選修課程的一塊拼圖，其主要的理念在於讓學生能夠具備使用英語溝通與生存的能力。本課程配合本校特質，藉由運動英語教學，讓學生學習體育專項的專有名詞及會話。 2. 在學習任何一個語言時，最自然的程序是聽、說、讀，最後到寫。聽，因此為語言學習的根本。語言學習的目的就是溝通，而我們聽也是為了溝通。溝通成功，我們就可以了解對方與所在的環境，我們也就可以依此去做適當的反應。因為聽的目的是溝通，我們通常會去聽重點而不是細節。循此，在運動賽事的情境中若能成功抓到重點，即便是無法聽懂每一個字，溝通仍然可以繼續。 3. 學生能藉由本課程的學習而具備基礎運動英語能力，能理解和使用淺易運動英語，也就是能聽懂簡易的運動英語句子、對話及故事。	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	Unit 1 運動賽事英語	1.運動賽事名詞 2.問答 3.簡短對話 4.短文聽解 5. 練習與隨堂測驗
	二	Unit 1 運動賽事英語	1.運動賽事名詞 2.問答 3.簡短對話 4.短文聽解 5. 練習與隨堂測驗
	三	Unit 2 運動員自我介紹	1.自我介紹名詞 2.問答 3.簡短對話 4.短文聽解 5. 練習與隨堂測驗
	四	Unit 2 運動員自我介紹	自我介紹名詞 2.問答 3.簡短對話 4.短文聽解 5. 練習與隨堂測驗
	五	Unit 3 媒體訪問	1.媒體訪問名詞 2.問答 3.簡短對話 4.短文聽解 5. 練習與隨堂測驗
	六	Unit 3 媒體訪問	1.媒體訪問名詞 2.問答 3.簡短對話 4.短文聽解 5. 練習與隨堂測驗
	七	期中考週	期中考
	八	Unit 4 柔道、角力	1.柔道、角力名詞 2.問答

【備查版】

		3.簡短對話 4.短文聽解 5. 練習與隨堂測驗
九	Unit 4 柔道、角力	1.柔道、角力名詞 2.問答 3.簡短對話 4.短文聽解 5. 練習與隨堂測驗
十	Unit 5 棒球	1.棒球名詞 2.問答 3.簡短對話 4.短文聽解 5. 練習與隨堂測驗
十一	Unit 5 棒球	1.棒球名詞 2.問答 3.簡短對話 4.短文聽解 5. 練習與隨堂測驗
十二	Unit 6 田徑	1.田徑名詞 2.問答 3.簡短對話 4.短文聽解 5. 練習與隨堂測驗
十三	Unit 6 田徑	1.田徑名詞 2.問答 3.簡短對話 4.短文聽解 5. 練習與隨堂測驗
十四	期中考週	期中考
十五	Unit 7 射擊	1.射擊名詞 2.問答 3.簡短對話 4.短文聽解 5. 練習與隨堂測驗
十六	Unit 7 射擊	1.射擊名詞 2.問答 3.簡短對話 4.短文聽解 5. 練習與隨堂測驗
十七	Unit 8 足球	1.足球名詞 2.問答 3.簡短對話 4.短文聽解 5. 練習與隨堂測驗
十八	Unit 8 足球	1.足球名詞 2.問答 3.簡短對話 4.短文聽解 5. 練習與隨堂測驗
十九	Unit 9 網球	1.網球名詞 2.問答 3.簡短對話 4.短文聽解 5. 練習與隨堂測驗
二十	Unit 9 網球	1.網球名詞 2.問答 3.簡短對話 4.短文聽解 5. 練習與隨堂測驗

【備查版】
【備查版】

	二十一	期末考週	期末考
	二十二		
學習評量：	作業40%、口語測驗30%、紙筆（含聽力）測驗30%		
備註：			

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 數學I		
	英文名稱：		
授課年段：	一上	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：			
師資來源：			
課綱核心素養：	A自主行動：		
	B溝通互動：		
	C社會參與：		
學生圖像：			
學習目標：			
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一		
	二		
	三		
	四		
	五		
	六		
	七		
	八		
	九		
	十		
	十一		
	十二		
	十三		
	十四		
	十五		
	十六		
	十七		
	十八		
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：			
備註：			

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 英文II		
	英文名稱：		
授課年段：	一下	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：			
師資來源：			
課綱核心素養：	A自主行動：		
	B溝通互動：		
	C社會參與：		
學生圖像：			
學習目標：			
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一		
	二		
	三		
	四		
	五		
	六		
	七		
	八		
	九		
	十		
	十一		
	十二		
	十三		
	十四		
	十五		
	十六		
	十七		
	十八		
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：			
備註：			

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 英語發音與句型II		
	英文名稱：		
授課年段：	一下	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,		
	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：			
學習目標：	1. 本課程為多元選修課程的一塊拼圖，其主要的理念在於讓學生能夠具備使用英語溝通與生存的能力。 2. 學生能藉由本課程的學習而具備基礎英語發音能力，能理解和使用淺易句型，套用在日常英語會話當中。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	Unit 1	自然發音與KK音標 Can的疑問句與答句
	二	Unit 1	自然發音與KK音標 Can的疑問句與答句
	三	Unit 2	自然發音與KK音標 現在式直述句的用法(第一、二人稱)
	四	Unit 2	自然發音與KK音標 現在式直述句的用法(第一、二人稱)
	五	Review	Review
	六	Review	Review
	七	期中考週	期中考
	八	Unit 3	自然發音與KK音標 現在式直述句的用法(第三人稱)
	九	Unit 3	自然發音與KK音標 現在式直述句的用法(第三人稱)
	十	Unit 4	自然發音與KK音標 When起首的問句及答句
	十一	Unit 4	自然發音與KK音標 When起首的問句及答句
	十二	Review	Review
	十三	Review	Review
	十四	期中考週	期中考
	十五	Unit 5	自然發音與KK音標 How often…?的問句及答句
	十六	Unit 5	自然發音與KK音標 How often…?的問句及答句
	十七	Unit 6	自然發音與KK音標 問天氣的用法 問交通工具的用法
	十八	Unit 6	自然發音與KK音標 問天氣的用法 問交通工具的用法
	十九	Review	Review
	二十	Review	Review
	二十一	期中考週	期中考

【備查版】

	二十二		
學習評量：			
備註：			

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 英語歌曲學文化		
	英文名稱：		
授課年段：	一下	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	性別平等、生命、家庭教育、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,		
	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：			
學習目標：	透過發音教學與歌曲教學，學生能聽懂英語歌曲的主要內容，辨識與拼寫高中階段的基本字詞，也能主動接觸課堂外的多元英文教材，如英文歌曲，並能比較國內外文化的異同，也進一步了解文化成因，並能尊重差異。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	Unit 1 課程介紹、英語歌曲中的重音與音調、連音、縮音、特殊音	課程內容大綱與教學活動介紹。練習辨識出歌曲中的重音、音調、連音、縮音與特殊音的使用原因、意涵與應用。
	二	Unit 1 課程介紹、英語歌曲中的重音與音調、連音、縮音、特殊音	課程內容大綱與教學活動介紹。練習辨識出歌曲中的重音、音調、連音、縮音與特殊音的使用原因、意涵與應用。
	三	Unit 2 歌曲議題： Gender Issues (1)	賞析性別議題的相關歌曲，並對此議題有進一步的反思與回饋。
	四	Unit 2 歌曲議題： Gender Issues (1)	賞析性別議題的相關歌曲，並對此議題有進一步的反思與回饋。
	五	Unit 3 歌曲議題： Racial Issues	賞析種族議題的相關歌曲，並對此議題有進一步的反思與回饋。
	六	Unit 3 歌曲議題： Racial Issues	賞析種族議題的相關歌曲，並對此議題有進一步的反思與回饋。
	七	期中考週	期中考
	八	Unit 4歌曲議題： Social Issues (1)	賞析社會議題的相關歌曲，並對此議題有進一步的反思與回饋。
	九	Unit 4歌曲議題： Social Issues (1)	賞析社會議題的相關歌曲，並對此議題有進一步的反思與回饋。
	十	Unit 5 歌曲議題： Social Issues (2)	賞析社會議題的相關歌曲，並對此議題有進一步的反思與回饋。
	十一	Unit 5 歌曲議題： Social Issues (2)	賞析社會議題的相關歌曲，並對此議題有進一步的反思與回饋。
	十二	Unit 6 歌曲議題： Love and Relationship Issues(1)	賞析愛與關係議題的相關歌曲，並對此議題有進一步的反思與回饋。
	十三	Unit 6 歌曲議題： Love and Relationship Issues(1)	賞析愛與關係議題的相關歌曲，並對此議題有進一步的反思與回饋。
	十四	期中考週	期中考
	十五	Unit 7歌曲議題： Love and Relationship Issues(2)	賞析愛與關係議題的相關歌曲，並對此議題有進一步的反思與回饋。
	十六	Unit 7歌曲議題： Love and Relationship Issues(2)	賞析愛與關係議題的相關歌曲，並對此議題有進一步的反思與回饋。
	十七	Unit 8學生期末發表準備	學生以組別為單位，擇定報告歌曲，並準備書面及口頭報告內容。
	十八	Unit 8學生期末發表準備	學生以組別為單位，擇定報告歌曲，並準備書面及口頭報告內容。
	十九	Unit 9 學生期末發表	學生以組別為單位，針對擇定特定議題的英文歌曲進行口頭期末報告。

【備查版】
【備查版】

	二十	Unit 9 學生期末發表	學生以組別為單位，針對擇定特定議題的英文歌曲進行口頭期末報告。
	二十一	期末考週	期末考
	二十二		
學習評量：			
備註：			

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 基礎數學(二)	
	英文名稱：	
授課年段：	一下	學分總數： 2
課程屬性：	通識性課程	
議題融入：	科技、資訊、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, B2.科技資訊與媒體素養,	
	C社會參與：	
學生圖像：	學生圖像,	
學習目標：	1.讓學生瞭解符號的寫法，清楚它所適用的情境，確切掌握符號的使用。 2.對各單元的題目能獨立思考 並解決問題，從中欣賞到數學的趣味之處。 3.引導學生瞭解數學的內容、意義及方法。 4.培養學生以 數學思考問題、分析問題及解決問題的能力。 5.提供學生在實際生活和學習相關學科方面所需的數學知 能。 6.培養學生欣賞數學內涵中以簡馭繁的精神和結構嚴謹完美的特質。	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	廣義角的三角比	廣義角的轉換
	二	三角測量的生活應用	正弦與餘弦的另類證明
	三	廣義角的三角比	圓上的參數式
	四	廣義角的三角比	圓上參數式的應用
	五	廣義角的三角比	三角圖形的應用
	六	數列與級數	等差與等比在生活中的應用
	七	數列與級數	從不同的角度觀察求和公式
	八	數列與級數	遞迴關係的應用
	九	數列與級數	費氏數列與生活
	十	數據分析	一維數據分析與生活
	十一	數據分析	二維數據分析在生活中的應用
	十二	數據分析	數據分析與EXCEL
	十三	數據分析	迴歸直線的實作
	十四	排列組合	計數原理的比較
	十五	排列組合	加深基本排列組合的體認與實練
	十六	排列組合	將排列組合的觀念應用於生活
	十七	排列組合	將排列組合的觀念應用於生活
	十八	排列組合	二項式定理的應用
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		

學習評量：	1.教學中作客觀的評量，也可輔導學生做自我評量，以明瞭學習的成就與困難，作為繼續教學或補救教 學之依據，並使學生從成績進步中獲得鼓勵。 2.教育的方針在於五育並重，評量內容亦應兼具認知(知 識)、技能、情意發揮(行為、習慣、態度、理想、興趣、職業道德)及美感等方面，以利學生健全發展。 3.評量的方法有觀察、作業評定、口試、筆試、測驗等，教師可按單元內容和性質，針對學生的作業、 演示、心得報告、實際操作、作品和其他表現配合使用。 4.因應學生學習能力不同，評量兼具標準比較 和自我比較，力求努力上進，避免學生間的相互比較。

【備查版】

	5.除實施總結性評量外，教學中更應注意診斷性 及形成性評量，以便即時了解學生學習困難，進行學習輔導。 6.學習評量的結果須妥善運用，除作為教 師改進教材、教法及輔導學生之依據外，並應通知導師或家長，以獲得共同的輔導與合作。 7.未通過評 量的學生，教師應分析、診斷其原因，實施補救教學；對於學習成效較高的學生，可視需要實施增廣教 學，使其潛能獲致充分的發展。
備註：	

【備 查 版】

【備 查 版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 數學II		
	英文名稱：		
授課年段：	一下	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：			
師資來源：			
課綱核心素養：	A自主行動：		
	B溝通互動：		
	C社會參與：		
學生圖像：			
學習目標：			
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一		
	二		
	三		
	四		
	五		
	六		
	七		
	八		
	九		
	十		
	十一		
	十二		
	十三		
	十四		
	十五		
	十六		
	十七		
	十八		
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：			
備註：			

【備查版】

<table>
<tr><td>課程名稱：</td><td colspan="2">中文名稱： 走入數學E世界I</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="2">英文名稱：</td></tr>
<tr><td>授課年段：</td><td>二上</td><td>學分總數： 2</td></tr>
<tr><td>課程屬性：</td><td colspan="2">通識性課程</td></tr>
<tr><td>議題融入：</td><td colspan="2">科技、資訊、閱讀素養</td></tr>
<tr><td>師資來源：</td><td colspan="2">校內單科</td></tr>
<tr><td rowspan="3">課綱核心素養：</td><td colspan="2">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,</td></tr>
<tr><td colspan="2">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,</td></tr>
<tr><td colspan="2">C社會參與：</td></tr>
<tr><td>學生圖像：</td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td>學習目標：</td><td colspan="2">1. 理解並應用符號及文字敘述表達概念、運算、推理及證明。
2. 正確使用計算機和電腦軟體，以增進學習的素養，包含知道其適用性與限制、認識其與數學知識的輔成價值，並能用以執行數學程序。</td></tr>
<tr><td rowspan="24">教學大綱：</td><td>週次/序</td><td>單元/主題</td><td>內容綱要</td></tr>
<tr><td>一</td><td>1-1幾何圖形的奧秘</td><td>基本幾何圖形概念解析，計算常見生活幾何圖形</td></tr>
<tr><td>二</td><td>1-2代數的美麗</td><td>數學代數應用，生活中代數之用與計算解析</td></tr>
<tr><td>三</td><td>1-3認識Geogebra</td><td>實際安裝(自由軟體)、介紹及實作範例</td></tr>
<tr><td>四</td><td>2-1使用者介面</td><td>介面區指令操作、繪圖區、功能設定</td></tr>
<tr><td>五</td><td>2-2物件操作方式</td><td>內建工具、物件使用、命名規則、作圖類工具使用</td></tr>
<tr><td>六</td><td>2-3代數區</td><td>代數入門繪圖、範例製作</td></tr>
<tr><td>七</td><td>2-4指令列</td><td>指令操作，特殊指令介紹</td></tr>
<tr><td>八</td><td>2-5構圖版本</td><td>構圖工具使用、範例製作</td></tr>
<tr><td>九</td><td>3-1物件屬性-一般頁面</td><td>繪圖工具一般頁面使用、範例製作</td></tr>
<tr><td>十</td><td>3-2物件屬性-顏色頁面</td><td>繪圖工具顏色頁面使用、範例製作</td></tr>
<tr><td>十一</td><td>3-3物件屬性-樣式頁面</td><td>繪圖工具樣式頁面使用、範例製作</td></tr>
<tr><td>十二</td><td>3-4物件屬性-滑桿頁面</td><td>繪圖工具滑桿頁面使用、範例製作</td></tr>
<tr><td>十三</td><td>3-5物件屬性-進階頁面</td><td>繪圖工具進階頁面使用、範例製作</td></tr>
<tr><td>十四</td><td>3-6物件屬性-程式頁面</td><td>繪圖工具程式頁面使用、範例製作</td></tr>
<tr><td>十五</td><td>3-7物件屬性-測驗評量</td><td>物件屬性實際操作及評量、，</td></tr>
<tr><td>十六</td><td>4-1檔案操作-匯檔</td><td>資訊電腦介紹、匯檔使用</td></tr>
<tr><td>十七</td><td>4-2檔案操作-圖片</td><td>檔案操作、圖片軟體介紹</td></tr>
<tr><td>十八</td><td>4-3檔案操作-評量</td><td>自由操作及評量、範例成果介紹</td></tr>
<tr><td>十九</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>二十</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>二十一</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>二十二</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>學習評量：</td><td colspan="2">1. 作業成績評量: 30%
2. 電腦操作(實作)評量: 40%
3. 平時成績:30%</td></tr>
<tr><td>備註：</td><td colspan="2">教學方法或策略
1. 數學基礎理論解析
2. 數學範例(幾何與代數)實作
3. 列舉範例並實際運用於生活
4. 資訊軟體應用-GeoGebra自由軟體</td></tr>
</table>

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 社會環境議題	
	英文名稱：	
授課年段：	二上	學分總數： 2
課程屬性：	通識性課程	
議題融入：	環境、海洋、能源、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,	
	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：	學生圖像,	
學習目標：	1. 能藉由地理學的學習，從而獲得知識、問題解決的方法與技術，並能運用地理知識、地理技能、地理研究方法，分析各種不同的人文社會的現況與環境議題。 2. 能藉由資料的收集分析歸納、小組合作、議題討論等方式進行學習，自主發掘探究各種社會或環境問題，並能提出解決各種問題的可能策略。 3. 透過議題討論、小組合作，培養學生社會參與及溝通互動的素養，發展適切的人際關係，並展現包容、溝通協調、社會參與級服務等團隊合作的精神與行動。	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	氣候變遷	1. 課程介紹(含表現任務、評量規準）。 2. 認識暖化 3. 了解氣候變遷對人類的生活影響
二	氣候變遷	1. 課程介紹(含表現任務、評量規準）。 2. 認識暖化 3. 了解氣候變遷對人類的生活影響
三	自然災害與土地退化	1. 自然災害與人類生活的關係 2. 土地退化對人類生活的影響 3. 原住民族傳統生態知識與生態永續
四	自然災害與土地退化	1. 自然災害與人類生活的關係 2. 土地退化對人類生活的影響 3. 原住民族傳統生態知識與生態永續
五	台灣的環境變遷	1. 台灣的氣候變遷 2. 台灣的自然災害與減災策略
六	台灣的環境變遷	1. 台灣的氣候變遷 2. 台灣的自然災害與減災策略
七	水資源與海洋資源	1. 水資源的利用與開發 2. 海洋資源的利用與開發
八	水資源與海洋資源	1. 水資源的利用與開發 2. 海洋資源的利用與開發
九	能源	1. 化石能源的開發與人類活動 2. 核能是否乾淨且安全的能源? 3. 再生能源可否成為能源主流?
十	能源	1. 化石能源的開發與人類活動 2. 核能是否乾淨且安全的能源? 3. 再生能源可否成為能源主流?
十一	台灣的資源與能源	1. 台灣的水資源與海洋資源 2. 台灣的水源
十二	台灣的資源與能源	1. 台灣的水資源與海洋資源 2. 台灣的水源
十三	人口議題	1. 人口倍時與人口紅利 2. 全球人口分布與遷移 3. 人口政策如何因應人口問題?
十四	人口議題	1. 人口倍時與人口紅利 2. 全球人口分布與遷移 3. 人口政策如何因應人口問題?

	十五	糧食議題	1. 糧食問題 2. 農業科技能解決糧食問題嗎? 3. 糧食供應的穩定性
	十六	糧食議題	1. 糧食問題 2. 農業科技能解決糧食問題嗎? 3. 糧食供應的穩定性
	十七	台灣的人口與糧食	1. 台灣的人口議題 2. 台灣的糧食議題
	十八	台灣的人口與糧食	1. 台灣的人口議題 2. 台灣的糧食議題
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	一、評量方式： 1.個人學習歷程檔案、口頭報告、作業、作品 二、評量依據： 1.情意方面：從學生的經驗分享、發言內容及表現，觀察其是否能體會上課內容－自然與生活的科學觀，且具備積極、客觀的學習態度。 2.技能方面：從課程活動中，評量學生是否能對自然與生活作仔細觀察並提出見解。 3.認知方面：讓同學生在課堂問答，考核其是否了解上課內容的發展與特色。 三、評量標準： 1.學期總成績(50%):(1)認知方面30% (2)情意方面20% (3)技能方面30%(4)學習<出席次數>態度等各方之整體表現20% 2.作品成績(50%):(1)意見表達:30% (2)上課態度:30% (3)資料搜集：10% (4)小組合作：30%		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 英文III		
	英文名稱：		
授課年段：	二上	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：			
師資來源：			
課綱核心素養：	A自主行動：		
	B溝通互動：		
	C社會參與：		
學生圖像：			
學習目標：			
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一		
	二		
	三		
	四		
	五		
	六		
	七		
	八		
	九		
	十		
	十一		
	十二		
	十三		
	十四		
	十五		
	十六		
	十七		
	十八		
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：			
備註：			

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 英語會話與句型I	
	英文名稱：	
授課年段：	二上	學分總數： 2
課程屬性：	通識性課程	
議題融入：	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,	
	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：		
學習目標：	1. 本課程為多元選修課程的一塊拼圖，其主要的理念在於讓學生能夠具備使用英語溝通與生存的能力。 2. 學生能藉由本課程的學習而具備基礎英語發音能力，能理解和使用淺易句型，套用在日常英語會話當中。	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	Unit 1	互相認識與問候單元1 會話中句型應用與練習
二	Unit 1	互相認識與問候單元1 會話中句型應用與練習
三	Unit 2	互相認識與問候單元2 會話中句型應用與練習
四	Unit 2	互相認識與問候單元2 會話中句型應用與練習
五	Review	Review
六	Review	Review
七	期中考週	期中考
八	Unit 3	購物英語1 會話中句型應用與練習
九	Unit 3	購物英語1 會話中句型應用與練習
十	Unit 4	購物英語2 會話中句型應用與練習
十一	Unit 4	購物英語2 會話中句型應用與練習
十二	Review	Review
十三	Review	Review
十四	期中考週	期中考
十五	Unit 5	餐廳英語1 會話中句型應用與練習
十六	Unit 5	餐廳英語1 會話中句型應用與練習
十七	Unit 6	餐廳英語2 會話中句型應用與練習
十八	Unit 6	餐廳英語2 會話中句型應用與練習
十九	Review	Review
二十	Review	Review
二十一	期末考週	期末考

【備查版】

	二十二		
學習評量：			
備註：			

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 英語戲劇表演藝術I		
	英文名稱： Theater Performance & Production		
授課年段：	二上	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	人權、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,		
	C社會參與： C3.多元文化與國際理解,		
學生圖像：	學生圖像,		
學習目標：	1.透過文本的賞析，訓練學生閱讀朗誦英語文本的能力。 2.讓學生認識、欣賞不同劇本，增進學生尊重、包容不同文化的涵養。 3.學生能藉由本課程增進表演能力、英語能力及團隊合作之素養。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	認識表演劇場	劇場介紹
	二	認識表演劇場	語言表達-劇本選讀
	三	認識表演劇場	肢體表達-動作體驗
	四	認識表演劇場	表演賞析
	五	戲劇排演	劇本解析與練習
	六	戲劇排演	劇本解析與練習
	七	戲劇排演	劇本解析與練習
	八	戲劇排演	劇本解析與練習
	九	戲劇排演	劇場訓練
	十	戲劇排演	劇場訓練
	十一	戲劇排演	劇場訓練
	十二	戲劇排演	劇場訓練
	十三	戲劇排演	劇場訓練
	十四	戲劇排演	劇場訓練
	十五	戲劇排演	劇場訓練
	十六	戲劇排演	劇場訓練
	十七	戲劇排演	劇場訓練
	十八	成果發表	期末成發與回饋
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	作業10%、口語測驗80%、紙筆（含聽力）測驗10%		
備註：			

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 臺灣原住民族社會與文化探究	
	英文名稱：	
授課年段：	二上、二下	學分總數： 2
課程屬性：	跨領域/科目統整	
議題融入：	人權 環境 生涯規劃 多元文化 原住民族教育	
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	
	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： C3.多元文化與國際理解	
學生圖像：		
學習目標：	國 S-U-C2 ：了解他人想法與立場，學習溝通、 相處之道，認知社會群體生活的重要性，積極參與、 學習協調合作的能力，發揮群策群力的團隊精神。 社-U-B2 ：善用各種科技、資訊、媒體，參與公共事務或解決社會議題，並能對科技、資訊與媒體的倫理問題進行思辨批判。 社-U-C3 ：珍視自我文化的價值，尊重並肯認多元文化，關心全球議題，以拓展國 際視野，提升國際移動力。 藝S-U-B3 ：善用多元感官，體驗與鑑賞藝術文化與生活。 藝 S-U-C3 ：探索在地及全球藝術與文化的多元與趨勢。	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	二上、課程簡介 二下、課程簡介	二上、1.各族歷史遷移介紹、族群分布 2.「臺灣原住民文化知識網」網站介紹 3.電腦軟體應用(資訊融入) 二下、課程內容簡介與分組
	二	二上、歷史遷移 二下、 生命禮俗(一)：從出生到成長	二上、1.各族歷史遷移介紹、族群分布 2.「臺灣原住民文化知識網」網站介紹 3.電腦軟體應用(資訊融入) 二下、臺灣原住民成為人子儀式之成長儀式
	三	二上、社會制度(一) 二下、生命禮俗(二)：從戀愛到婚禮	二上、臺灣原住民各族社會制度介紹 二下、介紹臺灣原住民關於戀愛儀式
	四	二上、社會制度(二) 二下、 生命禮俗(二)：從戀愛到婚禮	二上、臺灣原住民各族社會制度介紹 二下、介紹臺灣原住民傳統結婚儀式
	五	二上、祭儀信仰(一) 二下、生命禮俗(三)：死亡與喪葬儀式	二上、臺灣原住民祭儀由來之傳說(一) 二下、介紹臺灣原住民傳統與現代葬禮型式
	六	二上、祭儀信仰(二) 二下、實作體驗（資訊融入）	二上、臺灣原住民祭儀由來之傳說(二) 二下、以自己收集的幼時照片製作個人介紹簡報
	七	期中考	二上、1.討論與分享 2.個人心得上傳學習歷程平臺 3.電腦軟體應用(資訊融入) 二下、小組討論與分享、個人心得報告
	八	二上、建築工藝(一) 石板屋 二下、歲時祭儀文化：神祖之靈歸來	二上、1.介紹臺灣原住民傳統聚落與排灣族石板屋2.石板屋內外空間內涵 二下、祭儀由來之傳說
	九	二上、建築工藝(二) 琉璃珠 二下、歲時祭儀文化：神祖之靈歸來	二上、1.介紹臺灣原住民傳統聚落與卑南族巴拉冠 2.巴拉冠內外空間內涵 二下、儀式與歌謠
	十	二上、建築工藝(三) 巴拉冠 二下、藝術之美：手工藝品	二上、1.藤或竹來編織器具介紹 2.卑南族編織作品賞析(融入藝術人文) 二下、臺灣原住民傳統手工藝品介紹(融入藝術人文)
	十一	二上、建築工藝(四) 編織 二下、藝術之美：手工藝品	二上、臺灣原住民族各族的音樂賞析(融入藝術人文) 二下、臺灣原住民傳統手工藝品欣賞(融入藝術人文)

【備查版】

	十二	二上、樂舞文化(一) 二下、藝術之美：樂舞文化	二上、臺灣原住民族各族的舞蹈賞析(融入藝術人文) 二下、分組練習臺灣原住民族舞蹈創作(融入藝術人文)
	十三	二上、樂舞文化(二) 二下、藝術之美：樂舞文化	二上、臺灣原住民族各族的舞蹈賞析(融入藝術人文) 二下、分組練習臺灣原住民族舞蹈創作(融入藝術人文)
	十四	期中考-2	二上、臺灣原住民族阿美族歌謠與舞蹈作品賞析心得 二下、發表個人或團體原住民舞蹈即興表演創作
	十五	二上、平埔族群 二下、命名制度：與親屬關係	二上、.平埔族群介紹 2.凱達格蘭族簡介3.北投社 4.Ki-Patauw女巫之說由何而來 二下、命名制度、家名制度
	十六	二上、衣飾美學：傳統服飾 二下、命名制度：與親屬關係	二上、從老照片認識傳統服飾 二下、親屬關係、親屬稱謂
	十七	二上、衣飾美學：傳統服飾 二下、世界南島語族	二上、我家傳統服飾的故事 二下、從語言、考古與物質文化看南島語族的遷徙
	十八	期末考	二上、1.期末心得 2.參觀史前文化博物館台灣原住民展區 二下、個人或小組發表期末心得
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1.討論與發表(40%) 2.報告作業內容(30%) 3.出席率 (30%)		
備註：	輔助教材: 網站「台灣原住民文化知識網」(https://knowlegde.gov.taipei/Default.aspx)		

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 數學III		
	英文名稱：		
授課年段：	二上	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：			
師資來源：			
課綱核心素養：	A自主行動：		
	B溝通互動：		
	C社會參與：		
學生圖像：			
學習目標：			
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一		
	二		
	三		
	四		
	五		
	六		
	七		
	八		
	九		
	十		
	十一		
	十二		
	十三		
	十四		
	十五		
	十六		
	十七		
	十八		
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：			
備註：			

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 數學素養與賞析(一)	
	英文名稱：	
授課年段：	二上	學分總數： 2
課程屬性：	通識性課程	
議題融入：	環境、科技、資訊、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, 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： C3.多元文化與國際理解,	
學生圖像：	學生圖像,	
學習目標：	1.讓學生瞭解符號的寫法，清楚它所適用的情境，確切掌握符號的使用。 2.對各單元的題目能獨立思考 並解決問題，從中欣賞到數學的趣味之處。 3.引導學生瞭解數學的內容、意義及方法。 4.培養學生以 數學思考問題、分析問題及解決問題的能力。 5.提供學生在實際生活和學習相關學科方面所需的數學知 能。 6.培養學生欣賞數學內涵中以簡馭繁的精神和結構嚴謹完美的特質。	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	週期性數學模型	認識弧度量的定義，弧長與扇形面積、計算機的 RAD 鍵。 認識弧度量並能操作，理解並欣賞其作為角之度量的簡潔性。
二	週期性數學模型	三角比基礎概念複習。
三	週期性數學模型	認識三角函數的圖形特徵。
四	週期性數學模型	以正弦函數為數學模型的週期性現象。
五	週期性數學模型	生活中常見的週期性現象
六	週期性數學模型	用三角函數圖形模擬週期性現象
七	按比例成長模型	理解指數、對數的運算規則，並認識指數對數與對數函數
八	按比例成長模型	認識自然常數 e 與自然對數 ln x
九	按比例成長模型	指數對數與對數函數在生 活上的應用。
十	按比例成長模型	觀察指數模型，帶入適當數字，利用對數性質，解決生活問題。
十一	按比例成長模型	連續複利與然常數、自然對數。
十二	按比例成長模型	使用模型作為推估趨勢的方式，需考慮條件的差異與參數的修正。
十三	平面上的比例	平面向量的坐標平面上的 向量係數積與加減
十四	平面上的比例	平面向量的內積與線性組 合。
十五	平面上的比例	正射影，兩向量的垂直與平 行判定，兩向量的夾角。
十六	平面上的比例	平面幾何在生活情境的應用(紙張的比例、圓角的設計)
十七	平面上的比例	平面幾何在生活情境的應用(繪圖的單點透視原理、平移伸縮設計圖案)
十八	平面上的比例	平面幾何在生活情境的應用(設計裡的向量方法與哥德式教堂建築)
十九		
二十		
二十一		

【備查版】

	二十二		
學習評量：	1.教學中作客觀的評量，也可輔導學生做自我評量，以明瞭學習的成就與困難，作為繼續教學或補救教 學之依據，並使學生從成績進步中獲得鼓勵。 2.教育的方針在於五育並重，評量內容亦應兼具認知(知 識)、技能、情意發揮(行為、習慣、態度、理想、興趣、職業道德)及美感等方面，以利學生健全發展。 3.評量的方法有觀察、作業評定、口試、筆試、測驗等，教師可按單元內容和性質，針對學生的作業、 演示、心得報告、實際操作、作品和其他表現配合使用。 4.因應學生學習能力不同，評量兼具標準比較 和自我比較，力求努力上進，避免學生間的相互比較。 5.除實施總結性評量外，教學中更應注意診斷性 及形成性評量，以便即時了解學生學習困難，進行學習輔導。 6.學習評量的結果須妥善運用，除作為教 師改進教材、教法及輔導學生之依據外，並應通知導師或家長，以獲得共同的輔導與合作。 7.未通過評 量的學生，教師應分析、診斷其原因，實施補救教學；對於學習成效較高的學生，可視需要實施增廣教 學，使其潛能獲致充分的發展。	
備註：			

【備 查 版】

【備 查 版】

課程名稱：	中文名稱： 走入數學E世界II	
	英文名稱：	
授課年段：	二下	學分總數： 2
課程屬性：	通識性課程	
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： 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：	
學生圖像：		
學習目標：	1. 理解並應用符號及文字敘述表達概念、運算、推理及證明。 2. 正確使用計算機和電腦軟體，以增進學習的素養，包含知道其適用性與限制、認識其與數學知識的輔成價值，並能用以執行數學程序。	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	1數值與角度	數值、角度、真假值
二	2平面座標系	點與向量、直線與座標軸
三	3-1內建函數與預算	運算符號
四	3-2內建函數與預算	內建函數
五	4-1函數與曲線	函數繪圖
六	4-2函數與曲線	圓錐曲線
七	4-3函數與曲線	一般曲線
八	5-1進階技巧	指令操作及實際範例應用
九	5-2進階技巧	矩陣與集合之繪圖應用
十	6-1製作動畫	蹤跡繪圖、軌跡繪圖
十一	6-1製作動畫	自動播放、動畫設定
十二	6-1製作動畫	移動增量、移動速度與方式
十三	6-1製作動畫	動態位置(圖檔設定)
十四	6-1製作動畫	動態色彩、動態文字
十五	6-1製作動畫	變數方塊、特殊指令操作
十六	6-1製作動畫	自製動畫、範本練習
十七	7-1GeoGebra自製工具	自製動畫、自製工具應用
十八	7-2GeoGebra 自由創作	自製動畫、範例練習、總結評量
十九		
二十		
二十一		
二十二		

學習評量：	1. 作業成績評量: 30% 2. 電腦操作(實作)評量: 40% 3. 平時成績:30%
備註：	教學方法或策略 1. 數學基礎理論解析 2. 數學範例(幾何與代數)實作 3. 列舉範例並實際運用於生活 4. 資訊軟體應用-GeoGebra自由軟體

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 性別文化的多元議題		
	英文名稱：		
授課年段：	二下	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	性別平等、品德、生命、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,		
	C社會參與： C3.多元文化與國際理解,		
學生圖像：			
學習目標：	使學生具備性別意識、並思考性別文化形塑的多元因素，同時認識世界性別文化的多樣性，及當代重要的性別議題。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	性別的眼睛(一)	像個女孩!像個男孩!
	二	性別的眼睛(二)	性別氣質有差嗎?
	三	性別的眼睛(三)	刻板印象
	四	生物基礎的展現(一)	動物界的性與性別
	五	生物基礎的展現(二)	小男嬰與小女嬰的性別氣質
	六	生物基礎的展現(三)	童年的性別
	七	期中考週	期中考
	八	生物基礎的展現	青春期的浮萍男孩與棉花糖女孩
	九	台灣原住民	台灣母系社會: 阿美族、卑南族、噶瑪蘭族
	十	南島群族	南島族群:南太平洋群島的天Fafania
	十一	另類的少數民族	一妻多夫:高原上的藏族
	十二	另類的少數民族	走婚:無父無母的摩梭族
	十三	古老抑或新興的婚姻方式	全球移動:郵購新娘
	十四	期中考週	期中考
	十五	性別跨界	泰國人妖的情與慾
	十六	性別跨界	同志家庭：代理孕母與生育
	十七	女性生殖/身體權	愛爾蘭：墮胎換來牢獄之災
	十八	女性生殖/身體權	尼泊爾：高山婦女的子宮脫垂
	十九	現代議題	廣告與女體
	二十	現代議題	色情刊物的凝視
	二十一	期末考週	期末考
	二十二		
學習評量：			
備註：			

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 英文IV		
	英文名稱：		
授課年段：	二下	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：			
師資來源：			
課綱核心素養：	A自主行動：		
	B溝通互動：		
	C社會參與：		
學生圖像：			
學習目標：			
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一		
	二		
	三		
	四		
	五		
	六		
	七		
	八		
	九		
	十		
	十一		
	十二		
	十三		
	十四		
	十五		
	十六		
	十七		
	十八		
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：			
備註：			

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 英語會話與句型II	
	英文名稱：	
授課年段：	二下	學分總數： 2
課程屬性：	通識性課程	
議題融入：	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,	
	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：		
學習目標：	1.本課程為多元選修課程的一塊拼圖，其主要的理念在於讓學生能夠具備使用英語溝通與生存的能力。 2.學生能藉由本課程的學習而具備基礎英語發音能力，能理解和使用淺易句型，套用在日常英語會話當中。	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	Unit 1	互相認識與問候單元1 會話中句型應用與練習
二	Unit 1	互相認識與問候單元1 會話中句型應用與練習
三	Unit 2	互相認識與問候單元2 會話中句型應用與練習
四	Unit 2	互相認識與問候單元2 會話中句型應用與練習
五	Review	Review
六	Review	Review
七	期中考週	期中考
八	Unit 3	購物英語1 會話中句型應用與練習
九	Unit 3	購物英語1 會話中句型應用與練習
十	Unit 4	購物英語2 會話中句型應用與練習
十一	Unit 4	購物英語2 會話中句型應用與練習
十二	Review	Review
十三	Review	Review
十四	期中考週	期中考
十五	Unit 5	餐廳英語1 會話中句型應用與練習
十六	Unit 5	餐廳英語1 會話中句型應用與練習
十七	Unit 6	餐廳英語2 會話中句型應用與練習
十八	Unit 6	餐廳英語2 會話中句型應用與練習
十九	Review	Review
二十	Review	Review
二十一	期末考週	期末考

	二十二		
學習評量：			
備註：			

【備查版】
【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 英語戲劇表演藝術II		
	英文名稱： Theater Performance & Production		
授課年段：	二下	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	生命、生涯規劃、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,		
	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：	學生圖像,		
學習目標：	1.透過文本的賞析，訓練學生閱讀朗誦英語文本的能力。 2.讓學生認識、欣賞不同劇本，增進學生尊重、包容不同文化的涵養。 3.學生能藉由本課程增進表演能力、英語能力及團隊合作之素養。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	劇場技巧增能	語言表達-劇本選讀
	二	劇場技巧增能	肢體表達-動作體驗
	三	劇場技巧增能	表演賞析
	四	戲劇排演	劇本解析與練習
	五	戲劇排演	劇本解析與練習
	六	戲劇排演	劇本解析與練習
	七	戲劇排演	劇本解析與練習
	八	戲劇排演	劇場訓練
	九	戲劇排演	劇場訓練
	十	戲劇排演	劇場訓練
	十一	戲劇排演	劇場訓練
	十二	戲劇排演	劇場訓練
	十三	戲劇排演	劇場訓練
	十四	戲劇排演	劇場訓練
	十五	戲劇排演	劇場訓練
	十六	戲劇排演	劇場訓練
	十七	戲劇排演	劇場訓練
	十八	成果發表	期末成發與回饋
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	作業10%、口語測驗80%、紙筆（含聽力）測驗10%		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 數學IV		
	英文名稱：		
授課年段：	二下	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：			
師資來源：			
課綱核心素養：	A自主行動：		
	B溝通互動：		
	C社會參與：		
學生圖像：			
學習目標：			
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一		
	二		
	三		
	四		
	五		
	六		
	七		
	八		
	九		
	十		
	十一		
	十二		
	十三		
	十四		
	十五		
	十六		
	十七		
	十八		
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：			
備註：			

【備查版】

<table>
<tr><td>課程名稱：</td><td colspan="3">中文名稱： 數學素養與賞析(二)</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="3">英文名稱：</td></tr>
<tr><td>授課年段：</td><td colspan="3">二下　　學分總數： 2</td></tr>
<tr><td>課程屬性：</td><td colspan="3">通識性課程</td></tr>
<tr><td>議題融入：</td><td colspan="3">科技、資訊、能源、閱讀素養</td></tr>
<tr><td>師資來源：</td><td colspan="3">校內單科</td></tr>
<tr><td rowspan="3">課綱核心素養：</td><td colspan="3">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,</td></tr>
<tr><td colspan="3">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,</td></tr>
<tr><td colspan="3">C社會參與： C3.多元文化與國際理解,</td></tr>
<tr><td>學生圖像：</td><td colspan="3">學生圖像,</td></tr>
<tr><td>學習目標：</td><td colspan="3">1.讓學生瞭解符號的寫法，清楚它所適用的情境，確切掌握符號的使用。
2.對各單元的題目能獨立思考 並解決問題，從中欣賞到數學的趣味之處。
3.引導學生瞭解數學的內容、意義及方法。
4.培養學生以 數學思考問題、分析問題及解決問題的能力。
5.提供學生在實際生活和學習相關學科方面所需的數學知 能。
6.培養學生欣賞數學內涵中以簡馭繁的精神和結構嚴謹完美的特質。</td></tr>
<tr><td rowspan="24">教學大綱：</td><td>週次/序</td><td>單元/主題</td><td>內容綱要</td></tr>
<tr><td>一</td><td>空間中的點線面</td><td>空間概念與圖形</td></tr>
<tr><td>二</td><td>空間中的點線面</td><td>空間的基本性質，空間中兩直線、兩平面、及直線與平面的位置關係</td></tr>
<tr><td>三</td><td>空間中的點線面</td><td>利用長方體的展開圖討論 表面上的兩點距離</td></tr>
<tr><td>四</td><td>空間中的點線面</td><td>認識球面上的經線與緯線</td></tr>
<tr><td>五</td><td>空間中的點線面</td><td>由平面與圓錐截痕，視覺性地認識圓錐曲線，及其在自然中的呈現</td></tr>
<tr><td>六</td><td>空間中的點線面</td><td>圓錐曲線在自然中的呈現</td></tr>
<tr><td>七</td><td>矩陣</td><td>矩陣基本運算</td></tr>
<tr><td>八</td><td>矩陣</td><td>矩陣乘向量的線性組合意涵</td></tr>
<tr><td>九</td><td>矩陣</td><td>聯立方程式與矩陣</td></tr>
<tr><td>十</td><td>矩陣</td><td>反方陣與反方陣的應用</td></tr>
<tr><td>十一</td><td>矩陣</td><td>將矩陣視為資料表，用電腦 做矩陣運算的觀念與示範。</td></tr>
<tr><td>十二</td><td>矩陣</td><td>將矩陣視為資料表，用電腦 做矩陣運算的觀念與示範。</td></tr>
<tr><td>十三</td><td>機率</td><td>排列組合基礎觀念複習</td></tr>
<tr><td>十四</td><td>機率</td><td>主觀機率與客觀機率</td></tr>
<tr><td>十五</td><td>機率</td><td>條件機率</td></tr>
<tr><td>十六</td><td>機率</td><td>貝氏定理</td></tr>
<tr><td>十七</td><td>機率</td><td>列聯表與文氏圖</td></tr>
<tr><td>十八</td><td>機率</td><td>機率在生活中的應用</td></tr>
<tr><td>十九</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>二十</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>二十一</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>二十二</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>學習評量：</td><td colspan="3">1.教學中作客觀的評量，也可輔導學生做自我評量，以明瞭學習的成就與困難，作為繼續教學或補救教 學之依據，並使學生從成績進步中獲得鼓勵。
2.教育的方針在於五育並重，評量內容亦應兼具認知(知 識)、技能、情意發揮(行為、習慣、態度、理想、興趣、職業道德)及美感等方面，以利學生健全發展。
3.評量的方法有觀察、作業評定、口試、筆試、測驗等，教師可按單元內容和性質，針對學生</td></tr>
</table>

【備查版】

	的作業、 演示、心得報告、實際操作、作品和其他表現配合使用。 4.因應學生學習能力不同，評量兼具標準比較 和自我比較，力求努力上進，避免學生間的相互比較。 5.除實施總結性評量外，教學中更應注意診斷性 及形成性評量，以便即時了解學生學習困難，進行學習輔導。 6.學習評量的結果須妥善運用，除作為教 師改進教材、教法及輔導學生之依據外，並應通知導師或家長，以獲得共同的輔導與合作。 7.未通過評 量的學生，教師應分析、診斷其原因，實施補救教學；對於學習成效較高的學生，可視需要實施增廣教 學，使其潛能獲致充分的發展。
備註：	

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： STEAM玩創藝(上)	
	英文名稱：	
授課年段：	三上	學分總數： 2
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	
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： 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：		
學習目標：	1. 能利用分組合作學習並運用科技工具與策略進行提升觀察、思辨的深度與廣度，進行分析探索並提出有效的解決策略。(科S-U-A2) 2. 能整合工具創作靈活適切的科技媒體，培養資訊倫理，提升思辨能力及專業知能。(科S-U-B2) 3. 能以豐富的文化藝術涵養，陶冶優雅氣質，並藉由創作將人文視野融入專業領域，強調技能與人性合一，欣賞科技產品之美感，啟發科技的創作與分享，塑造美好的生活情境。(科S-U-B3)	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	STEAM 概念與理論	STEAM概念與理論介紹
	二	STEAM 理論與實作	STEAM於創客技能應用觀摩學習
	三	STEAM 理論與實作	STEAM於創客技能應用觀摩學習
	四	STEAM 理論與實作	STEAM於創客技能應用現況與趨勢(專家講座)
	五	數學應用	測量與單位換算
	六	數學應用	面積與體積計算
	七	物理應用	力的平衡與重心計算(專家講座)
	八	物理應用	電學理論與基本電路
	九	生活科技應用	連動機構理論與實作
	十	生活科技應用	時鐘及音樂盒設計與製作
	十一	創客技能觀摩學習	校外工作坊參訪與體驗
	十二	藝術素養與應用	黃金比例應用練習
	十三	人文素養與應用	閱讀與詩詞創作練習(專家講座)
	十四	化學應用	釉藥調配理論與實作
	十五	創客技能練習與應用	金屬材料基礎加工實作
	十六	創客技能練習與應用	實木材料基礎加工實作
	十七	創客技能練習與應用	陶瓷材料基礎加工實作
	十八	創客技能練習與應用	創意商品製作與分享
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		

學習評量：	1.分組討論參與程度(30%) 2.分組報告內容統整性與創造性(20%) 3.創作作品完整性與實用功能性(20%) 4.實作歷程的學習與工作態度(30%)
備註：	教學方法或策略 1. 創造思考教學法 2. 分組討論與發表法

【備查版】

	3. 合作學習法 4. 協同教學法 5. 示範與實作教學法

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 山海探索教育	
	英文名稱：	
授課年段：	三上、三下	學分總數： 8
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗	
議題融入：	環境、海洋、安全、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, 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, C3.多元文化與國際理解,	
學生圖像：	學生圖像,	
學習目標：	一、促進學生多元發展 1.增加運動以外的學科知識，提高學生學習興趣，建立多元發展空間。 2.引導學生思考能力，深化正向品格發展，培養積極學習習態度。 3.認識個人特質及潛能，啟發學生生涯規劃願景，向目標邁進。 二、增進學生學習品質 1.引進專業背景講師/業師，透過適當教學方式帶領學生學習。 2.透過講師/業師專業知識講解及實際練習操作，將理論與實務結合。 3.提升各領域專業技能、知識及涵養。 三、強化技職產學鏈結 1.與企業合作，建立學生見習制度，提升專業技能發展。 2.正確職場生涯概念，培養市場競爭能力。	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	三上、自行車運動 三下、自行車運動	三上、] 1)單車歷史與總類概論介紹 2)認識單車各部位構造 3) 領騎基本觀念建立及知識運用 4)無線電使用方式及任務交付 三下、Bike Fit Machine & Bike Jig 功能使用與分組操作，以組別中一人為量身訂作實驗對象，透過人體運動基本概念，組裝合適自己騎乘的單車，體驗人車一體的協調性與速度感。 Day 1 Bike Fit Machine 使用說明與示範 變速器調整 分組操作 Bike Jig 組裝應用。
	二	三上、自行車運動 三下、自行車運動	三上、[單車基礎維修] (一) 1.前後輪拆卸與補胎（內外胎更換） 2.剎車片拆裝與調整。 3.保養實作 (二)1.變速系統認識（變速器檔位、鏈條認識） 2.練習變速技巧與運用 3.正確騎乘方式與姿勢調整 4.練習及訓練控制時間 三下、[單車基礎維修] (一) 1.前後輪拆卸與補胎（內外胎更換） 2.剎車片拆裝與調整。 3.保養實作 (二)1.變速系統認識（變速器檔位、鏈條認識） 2.練習變速技巧與運用 3.正確騎乘方式與姿勢調整 4.練習及訓練控制時間
	三	三上、自行車運動 三下、自行車運動	三上、[單車基礎維修] (一) 1.前後輪拆卸與補胎（內外胎更換） 2.剎車片拆裝與調整。 3.保養實作 (二)1.變速系統認識（變速器檔位、鏈條認識） 2.練習變速技巧與運用 3.正確騎乘方式與姿勢調整 4.練習及訓練控制時間 三下、[單車基礎維修] (一) 1.前後輪拆卸與補胎（內外胎更換） 2.剎車片拆裝與調整。 3.保養實作 (二)1.變速系統認識（變速器檔位、鏈條認識） 2.練習變速技巧與運用 3.正確騎乘方式與姿勢調整 4.練習及訓練控制時間

【備查版】

四	三上、自行車運動 三下、自行車運動	三上、規劃山海線自行車行程，在過程中瞭解自行車特性及機械性能，熟練各項基礎技能，遇突發狀況能隨機應變、排除困難，面對不同難度的路線，培養耐力及意志力。 熟悉自行車帶團模式，團隊分工、各身份專業能力及後勤補給協助，作為單車人文之旅先前準備工作。 三下、規劃山海線自行車行程，在過程中瞭解自行車特性及機械性能，熟練各項基礎技能，遇突發狀況能隨機應變、排除困難，面對不同難度的路線，培養耐力及意志力。 熟悉自行車帶團模式，團隊分工、各身份專業能力及後勤補給協助，作為單車人文之旅先前準備工作。
五	三上、自行車運動 三下、自行車運動	三上、學校->中興路->連航路->海巡署->利吉部落->197->台九乙->志航基地->連航路->中興路->學校（45公里） 三下、學校->中興路->連航路->寒舍茶坊->斑鳩->利嘉村->台九->中興路->學校（45公里）
六	三上、自行車運動 三下、自行車運動	三上、學校->中興路->馬亨亨->台11->都蘭->富岡->石川->志航路->連航路->中興路->學校（45公里） 三下、學校->台九->太麻里曙光公園->台九->台11->知本大學路->台九->中興路->學校（60公里）
七	三上、人文生態導覽 三下、人文生態導覽	三上、[人文歷史之旅] 古老的寺院文化，隨著時代的挪移，在台灣落地深根，這些具歷史意義及建築特色的廟宇，及在地藝文空間，背後一定暗藏許多有趣的人文故事，騎著自行車規劃路線，體驗一場與人文、廟宇歷史相關的故事之旅。 三下、[地質生態-小野柳自然觀察] 透過戶外解說課程，了解特有生態與地質文化， 學習觀察應用與田野調查方式，練習將建構性知識融會貫通，觀摩景點導覽解說。
八	三上、山域課程 三下、海域課程	三上、[認識高海拔疾病] 1)高海拔疾病的成因 2)高海拔疾病的病徵 3)高海拔疾病的預防與處置 三下、1）認識海洋環境 2）裝備介紹及使用說明 3）衝浪技能結構與學科理論 4）衝浪裝備介紹及使用說明 5）衝浪基礎技能學習
九	三上、山域課程 三下、海域課程	三上、[野外緊急救護技能與實作] 1)嚴重過敏(蜂螫、蟲咬等) 2)雷擊、溺水或失溫導致心跳停止 3)骨折、燙傷 4)失溫、中暑、熱衰竭 三下、1）認識海洋環境 2）裝備介紹及使用說明 3）衝浪技能結構與學科理論 4）衝浪裝備介紹及使用說明 5）衝浪基礎技能學習
十	三上、山域課程 三下、海域課程	三上、[地圖判讀與目標定位] 1)認識並製作登山地圖 2)指北針定位操作實務 三下、1）認識海洋環境 2）裝備介紹及使用說明 3）衝浪技能結構與學科理論 4）衝浪裝備介紹及使用說明 5）衝浪基礎技能學習
十一	三上、山域課程 三下、海域課程	三上、[登山通訊器材操作實務] 1)對講機、衛星電話、衛星導航(GPS) 三下、1）獨木舟、SUP技能結構與學科理論 2）獨木舟、SUP裝備介紹及使用說明 3）獨木舟、SUP基礎技能學習
十二	三上、山域課程 三下、海域課程	三上、[登山裝備設計原理與操作技巧] 1)了解個人核心裝備設計原理與操作技巧（包括登山鞋、睡袋、登山背包）2)了解個人必要裝備設計原理與操作技巧(包括頭燈、登山杖、衣物）3)了解團 體必要裝備設計原理與操作技巧（包括帳蓬、爐

【備查版】

			具、炊具、燃料、聯絡用具、急救醫療用 具等。） 三下、1）獨木舟、SUP技能結構與學科理論 2）獨木舟、SUP裝備介紹及使用說明 3）獨木舟、SUP基礎技能學習
	十三	三上、山域課程 三下、海域課程	三上、1)輕量化：裝備精簡的實作教學 2)登山糧食計畫 -登山糧食分類 -登山糧食的計畫與採買 -登山者3W1H 的營養管理 -輕量化糧食製作工法 3)野外炊事技巧與實作 三下、1）衝浪、 SUP、獨木舟風險管理課程 2）衝浪、 SUP、獨木舟 （自救與救援）技能
	十四	三上、山域課程 三下、海域課程	三上、1)了解個人核心裝備設計原理與操作技巧(包括登山鞋、睡袋、登山背包）2)了解個人必要裝備設計原理與操作技巧(包括頭燈、登山杖、衣物）3)了解團體必要裝備設計原理與操作技巧（包括帳蓬、爐具、炊具、燃料、聯絡用具、急救醫療用 具等。） 三下、1）衝浪、 SUP、獨木舟風險管理課程 2）衝浪、 SUP、獨木舟 （自救與救援）技能
	十五	三上、山域課程 三下、海域課程	三上、1)了解個人核心裝備設計原理與操作技巧(包括登山鞋、睡袋、登山背包）2)了解個人必要裝備設計原理與操作技巧(包括頭燈、登山杖、衣物）3)了解團體必要裝備設計原理與操作技巧（包括帳蓬、爐具、炊具、燃料、聯絡用具、急救醫療用 具等。） 三下、1）衝浪、 SUP、獨木舟風險管理課程 2）衝浪、 SUP、獨木舟 （自救與救援）技能
	十六	三上、山域課程 三下、海域課程	三上、體中戶外場地露營炊事活動 三下、獨木舟、SUP體驗學習活動（分二組進行） 衝浪、SUP結合露營探索體驗活動
	十七	三上、山域課程 三下、海域課程	三上、山野實務露營(二天一夜）1)活動風險評估與管理 2)登山裝備與打包技巧 3)糧食計畫與炊事技巧 4)夜間行進與長程健走 三下、獨木舟、SUP體驗學習活動（分二組進行） 衝浪、SUP結合露營探索體驗活動
	十八	三上、綜合成果考評 三下、綜合成果考評	各組期末報告及反思
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	實際操作50%、分組報告30%、職涯規劃20%		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 文書軟體應用與實作		
	英文名稱：		
授課年段：	三上、三下	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	法治 科技 資訊		
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： 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：		
學生圖像：			
學習目標：	一、使學生了解文書處理的基本概念。 二、使學生能了解文書處理的應用範圍。 三、使學生能操作文書處理軟體。 四、使學生能運用文書處理軟體完成各類文件與報告。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	課程介紹	課程介紹、PPT基礎入門、WORD基礎入門
	二	創用CC授權	創用CC授權、公開版權素材網站介紹
	三	基礎簡報教學	PPT字型的奧秘、PPT圖形的多變運用
	四	基礎簡報教學	PPT字型的奧秘、PPT圖形的多變運用
	五	進階簡報教學	PPT圖片的衝擊力、PPT色彩學的配色方案
	六	進階簡報教學	PPT圖片的衝擊力、PPT色彩學的配色方案
	七	進階簡報教學	PPT的排版規律與精隨
	八	數位設計運用	動畫賦予PPT的生命力
	九	數位設計運用	高規格PPT的創意美學
	十	數位設計運用	高規格PPT的創意美學
	十一	基礎WORD介紹	Word功能簡介
	十二	WORD文書排版	1.Word字元段落格式操作能力 2.字元段落格式
	十三	WORD文書排版	1.縮排邊界的技巧、字元與定位點 2.Word 表格設計 3.Word 圖表應用、合併列印
	十四	WORD文書排版	1.縮排邊界的技巧、字元與定位點 2.Word 表格設計 3.Word 圖表應用、合併列印
	十五	WORD文書排版	1.項目符號設定 2.儲存格、表格內容
	十六	進階編輯技巧	1.項目符號設定 2.儲存格、表格內容
	十七	進階編輯技巧	1.圖形操作能力 2.文字藝術師操作能力
	十八	進階編輯技巧	1.多重頁碼， 頁資訊， 2.自訂樣式， 多層次清單， 標號，目錄
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1.平時作業40% 2.簡報設計30%		

【備查版】

	3.WORD報告設計30%
備註：	

【備　查　版】

【備　查　版】

課程名稱：	中文名稱： 自然探究與實作	
	英文名稱：	
授課年段：	三上	學分總數： 2
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗	
議題融入：	科技、資訊、能源、安全、防災、戶外教育	
師資來源：		
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：	學生圖像,	
學習目標：	紙箱嫩雞主題課程設計以「物質與能量（INa）」的跨科概念為主題，利用日常生活中烤雞過程中「能量的形式與轉換」與「生物體內的能量與代謝」作為媒介，讓學生了解科學與日常生活之關連。並達成以下學習目標： (1)發現問題：能依據主題內容，進行討論，提出核心問題。 (2)規劃與研究：能探究核心問題之成因與結果，提列各變因並設計實驗驗證。 (3)論證與建模：能依據數據資料進行分析、解釋與推論、提出結論、建立模型。 (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：	週次/序	單元/主題 內容綱要
	一	科學筆記 觀察及紀錄訓練
	二	紙飛機一 結構式探究：觀察及找出變因 1.提問引導學生觀察與發現影響紙飛機飛行的問題，決定自己想研究的問題，寫下自己的假設。 2.改良紙飛機測試並記錄結果。 3.嘗試解釋結果。
	三	紙飛機二 引導探究：確定變因及實驗設計 1.透過原型機規劃做為對照組。 2.實驗設計：觀察組。 3.實驗與紀錄。
	四	紙飛機三 引導探究：建模及論證 1.建模的方式。 2.實驗資料分析。 3.資料詮釋與修正。
	五	紙飛機四 引導探究：論證 1.ADI論證自評表。 2.成果簡報製作。 3.互評。
	六	滯空時間最久的紙飛機（一） 開放探究： 【情境體驗】 1.請學生觀察找資料，觀察什麼形式最容易滯留在空中最久。 2.將學生問題分類，留下課程想要探討的問題。 【探究與實作】 1.請學生針對自己要探討的問題，每個人都折出滯空時間最久的紙飛機（可以上網找資料）。 2.實際試飛，並在筆記本上記錄自己認為紙飛機滯空時間最久的原因。 3.學生上台發表自己的觀察結果。
	七	滯空時間最久的紙飛機（二） 【作品改良】 1.請學生改良紙飛機。 2.實際試飛，利用科學筆記記錄測試結果及改良結果。 【 飛行競賽】 1.每個人都上場進行三回合的比賽，在空中停留最久的飛機為優勝。

【備查版】

		2.每回合之間給予十分鐘的修正。 【反思與討論】 學生上台分享討論結果。 教師總結。
八	安全坡道	開放探究： 【情境體驗】 1.觀察雨天坡道打滑現象。 2.將學生問題分類，想要探討的問題。 【探究與實作】 1.請學生針對自己要探討的問題，設計坡道實驗，讓彈珠從坡道起點滑到桌面超過八秒。 2.原型設計與製作。 3.實驗資料搜集。 4.改良與修正。 5.資料建模與報告 6.學生上台發表研究結果。
九	期中評量	期中評量
十	主題：紙箱嫩雞(一)	【觀察現象】 1.請學生分為4人一組 2.教師先詢問學生好的烤雞要滿足甚麼條件。 3.拿出不同的烤雞，讓學生品嘗比較差異的項目。 4.介紹紙箱烤雞與讓肉質嫩化的嫩精(蛋白酶)。 5.讓學生思考除去調味後，甚麼樣的條件會產生出好吃的烤雞，引導學生往能量的供給(熟度)與酵素的作用(口感)去思考。
十一	主題：紙箱嫩雞(二)	【蒐集資訊】 請學生上網蒐集，並小組報告烤雞製作方式(共同點、相異點) 【形成或訂定問題】 利用上一節課的暫時性結論，加上這週蒐集的資料，讓每組提出6個影響烤雞的問題
十二	主題：紙箱嫩雞(三)	【提出可驗證的觀點】 讓各組依據已提出的問題，提出可驗證的觀點 【尋找變因或條件】 從可驗證的觀點，尋找關鍵變因或條件 【擬定研究計畫】 引導學生設計研究實驗，分為實驗題目設定、實驗設計含變因的操作、結果預設三部分
十三	主題：紙箱嫩雞(四)	【收集資料數據】 1.搜集做探究實驗所需要的材料(包括不同材質、配方濃度)，用課程的時間實際動手組裝，依據實驗流程開始架設實驗儀器。 2.依該組實驗設計執行實驗，並記錄實驗結果
十四	主題：紙箱嫩雞(五)	【收集資料數據】 1.接續上週，開始操作實驗並記錄相關的數據。 2.使用正確的格式呈現數據，並從數據中得出自己組的暫時性的結論，並做簡單分享給他組。
十五	主題：紙箱嫩雞(六)	【收集資料數據】 1.依據其他組別給予的建議，重新檢視之前的實驗步驟與結果，是否有疏漏或是不周詳之處，若有疏漏則針對需要改進部分加強。 2.依該組修改後實驗設計執行實驗，並記錄實驗結果。
十六	主題：紙箱嫩雞(七)	【分析資料和呈現證據】 【解釋和推理】 1.指導學生實驗報告撰寫與分析。 2.製作報告簡報(PPT)
十七	主題：紙箱嫩雞(八)	【提出結論或解決方案】 【論證與建模】

【備查版】

			【表達與溝通】 1.學生分組報告實驗結果與結論 2.每組須報告建立理想材料狀態與烤雞步驟 3.教師總結
	十八	期末評量	期末評量
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1.形成性評量(60%): (1)學習單30% (2)課程參習30% 2.總結性評量(40%): (1)評量試題20% (2)研究主題報告20%		
備註：			

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 社會先修班		
	英文名稱：		
授課年段：	三上	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	性別平等、人權、法治、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： 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：	學生圖像,		
學習目標：	1.能透過各公民主題了解民主治理下公民身分的重要性。 2.培養學生關心公共事務之公民意識，有能力與基本公民素養地積極參與政治、關心國家大事。 3.能理解全球政府組成基本類型與全球化下的公平正義與多元文化議題，並介紹臺灣實例，培養學生洞悉社會之國際公民視野。 4.能藉由生活議題探究，培養學生運用科技與資訊媒體能力，養成學生批判、反思與小組合作能力。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	公民身分	1.瞭解公民身分是如何從特定身分擴展至具有普遍性。 2.瞭解公民權利內涵擴展的歷史演進。 3.瞭解我國公民的自由權、政治權、社會權和文化權如何發展與落實。
	二	國家與認同	1.讓同學思考民主治理的意義，並分辨「由上而下」及「由下而上」的治理有何不同。 2.儘管民主治理已是普世價值，但近年卻發生民主衰退的現象，從中讓同學思考造成民主衰退的原因是什麼。
	三	國家與認同	1.探討民主與公平正義的關係，理解從特權到形式平等、實質平等，再到積極性平權措施的歷程，並思考在我們的日常生活中，有哪政策或實例符合這樣的歷程。
	四	民主治理與公平正義	1.讓同學思考民主治理的意義，並分辨「由上而下」及「由下而上」的治理有何不同。 2.儘管民主治理已是普世價值，但近年卻發生民主衰退的現象，從中讓同學思考造成民主衰退的原因是什麼。
	五	民主治理與公平正義	1.探討民主與公平正義的關係，理解從特權到形式平等、實質平等，再到積極性平權措施的歷程，並思考在我們的日常生活中，有哪政策或實例符合這樣的歷程。
	六	小組報告	社會時事議題探究(第1~5週挑一主題小組報告)
	七	政府的組成	1.從權力分立理論說明西方國家政治制度中，權力相互制衡的意義，並簡介民主國家具代表性的兩類中央政府體制類型。 2.說明內閣制、總統制的運作方式與特徵。
	八	政府的組成	1.從不同的政府體制中，觀察我國政府是如何運作，並進一步思索若是調整我國的政府體制，會發生什麼變化？
	九	政府的組成	1.說明中央與地方政府間的權限劃分標準，並解說我國的情形，進一步探討原住民族自治的現況與困境。
	十	政治參與	1.讓學生認識選舉權，以及選舉制度的類型。 2.讓學生思考直接民主在民主政治中的意義及重

【備查版】

			要性。
	十一	政治參與	1.讓學生認識我國的公民投票制度以及其他政治參與的途徑。
	十二	小組報告	社會時事議題探究(第7~11週挑一主題小組報告)
	十三	公共意見與媒體	1.說明資訊自由流通的重要性。 2.認識什麼是媒體所有權。 3.瞭解媒體產製流程。 4.說明媒體再現與媒體近用的不平等。
	十四	勞動參與及社會安全	1.瞭解市場性勞動與家務勞動的差異、互補及貢獻。 2.瞭解個別勞動權與集體勞動權的意涵。 3.瞭解為什麼政府需透過個別與集體勞動法制相關規定來保障平等的市場勞動參與。
	十五	勞動參與及社會安全	1.瞭解社會安全制度的意義，及認識社會救助、社會福利和社會保險等制度的規劃。 2.瞭解認識我國社會安全制度有何難題與辯論。
	十六	多元文化與全球化	1.瞭解不同文化間為何有摩擦與衝突。 2.認識我國目前對促進文化間平等的政策。
	十七	多元文化與全球化	1.瞭解全球化對國家帶來哪些挑戰。 2.明白我國在全球化下的地位與處境。
	十八	小組報告	社會時事議題探究(第13~17週挑一主題小組報告)
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	一、評量方式： 個人學習歷程、口頭報告、小組任務 二、評量依據： 1.情意方面：從學生的經驗分享、發言內容及表現，觀察其是否能體會各公民議題內涵，能對其所知、所行進行覺察省思，且具備積極、客觀、 同理心、關懷社會與公平正義的態度。 2.技能方面：從社會時事議題探究中，評量學生是否能藉公民各重大議題知能，發現、探究及分析社會生活議題的公民素養能力。 3.認知方面：學生在課堂小組合作中，考核其是否了解上課內容。並在課堂問答中，學生是否能針對議題仔細分析後提出自己的見解。 三、評量標準： 1.學期總成績(50%): (1)認知方面30% (2)情意方面20% (3)技能方面30% (4)學習<出席次數>態度等各方之整體表現20% 2.小組成績(50%): (1)學科知識：20% (2)上課態度：30% (3)資料搜集：20% (4)小組合作：30%		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 看Youtube學英文I		
	英文名稱：		
授課年段：	三上	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	人權、能源、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,		
	C社會參與： C3.多元文化與國際理解,		
學生圖像：	學生圖像,		
學習目標：	藉由觀看Youtube頻道學英文，可以選擇適合學生的教材，讓學生沉浸在異國的日常生活環境，得到最新的英文話題，用自然的方式說英文，保有學習英文的熱忱。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	好想講英文	接種疫苗
	二	好想講英文	居家隔離的生活方式
	三	阿滴英文	用英文介紹台灣
	四	阿滴英文	視訊英文
	五	莫彩曦	挑戰台灣傳統冰品
	六	莫彩曦	美國醫療分享
	七	Chen Lily	12分鐘內學完常見50句英文
	八	Chen Lily	在美國一天需要多少英文
	九	The Do Do Man	一日哈佛生
	十	The Do Do Man	美國公路之旅-黃石公園
	十一	好想講英文	正式場合，自我介紹
	十二	好想講英文	天氣變冷，火鍋醬料英文
	十三	阿滴英文	常用英文-餐廳點餐篇
	十四	阿滴英文	常用英文-機場入境篇
	十五	莫彩曦	美國家人對台灣飲料的第一印象
	十六	莫彩曦	美國家庭體驗台灣餐廳
	十七	Chen Lily	在加拿大一天，需要多少英文?
	十八	Chen Lily	教你30句進階英文
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	口語測驗30%、紙筆測驗70%		
備註：			

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 英語文V		
	英文名稱：		
授課年段：	三上	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：			
師資來源：			
課綱核心素養：	A自主行動：		
	B溝通互動：		
	C社會參與：		
學生圖像：			
學習目標：			
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一		
	二		
	三		
	四		
	五		
	六		
	七		
	八		
	九		
	十		
	十一		
	十二		
	十三		
	十四		
	十五		
	十六		
	十七		
	十八		
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：			
備註：			

【備查版】

<table>
<tr><td rowspan="2">課程名稱：</td><td colspan="3">中文名稱： 英語短篇故事</td></tr>
<tr><td colspan="3">英文名稱：</td></tr>
<tr><td>授課年段：</td><td colspan="3">三上 學分總數： 2</td></tr>
<tr><td>課程屬性：</td><td colspan="3">通識性課程</td></tr>
<tr><td>議題融入：</td><td colspan="3">閱讀素養、國際教育</td></tr>
<tr><td>師資來源：</td><td colspan="3">校內單科</td></tr>
<tr><td rowspan="3">課綱核心素養：</td><td colspan="3">A自主行動： A1.身心素質與自我精進,</td></tr>
<tr><td colspan="3">B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達,</td></tr>
<tr><td colspan="3">C社會參與： C3.多元文化與國際理解,</td></tr>
<tr><td>學生圖像：</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td>學習目標：</td><td colspan="3">1.本課程為多元選修課程的一塊拼圖，其主要的理念在於讓學生能夠具備使用英語溝通與生存的能力。
2.透過課程的介紹，建立學生賞析英語文本的能力。</td></tr>
<tr><td rowspan="24">教學大綱：</td><td>週次/序</td><td>單元/主題</td><td>內容綱要</td></tr>
<tr><td>一</td><td>Unit 1</td><td>英語短篇故事I賞析</td></tr>
<tr><td>二</td><td>Unit 1</td><td>英語短篇故事I賞析</td></tr>
<tr><td>三</td><td>Unit 2</td><td>英語短篇故事I賞析</td></tr>
<tr><td>四</td><td>Unit 2</td><td>英語短篇故事I賞析</td></tr>
<tr><td>五</td><td>Review</td><td>Review</td></tr>
<tr><td>六</td><td>Review</td><td>Review</td></tr>
<tr><td>七</td><td>期中考週</td><td>期中考</td></tr>
<tr><td>八</td><td>Unit 3</td><td>英語短篇故事II賞析</td></tr>
<tr><td>九</td><td>Unit 3</td><td>英語短篇故事II賞析</td></tr>
<tr><td>十</td><td>Unit 4</td><td>英語短篇故事II賞析</td></tr>
<tr><td>十一</td><td>Unit 4</td><td>英語短篇故事II賞析</td></tr>
<tr><td>十二</td><td>Review</td><td>Review</td></tr>
<tr><td>十三</td><td>Review</td><td>Review</td></tr>
<tr><td>十四</td><td>期中考週</td><td>期中考</td></tr>
<tr><td>十五</td><td>Unit 5</td><td>英語短篇故事III賞析</td></tr>
<tr><td>十六</td><td>Unit 5</td><td>英語短篇故事III賞析</td></tr>
<tr><td>十七</td><td>Unit 6</td><td>英語短篇故事III賞析</td></tr>
<tr><td>十八</td><td>Unit 6</td><td>英語短篇故事III賞析</td></tr>
<tr><td>十九</td><td>Review</td><td>Review</td></tr>
<tr><td>二十</td><td>Review</td><td>Review</td></tr>
<tr><td>二十一</td><td>期末考週</td><td>期末考</td></tr>
<tr><td>二十二</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>學習評量：</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td>備註：</td><td colspan="3"></td></tr>
</table>

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 英語歌曲教唱I	
	英文名稱： English Songs I	
授課年段：	三上	學分總數： 2
課程屬性：	通識性課程	
議題融入：	性別平等、生命、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,	
	C社會參與： C3.多元文化與國際理解,	
學生圖像：	學生圖像,	
學習目標：	1.透過英文歌曲，訓練學生基礎單字與文法等基本能力。 2.讓學生藉由學唱英文歌曲，增加使用英文的機會，並鍛鍊英文口說與發音。 3.透過歌詞的賞析，使學生具備欣賞音樂及文學的素養。	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	歌曲一	課程介紹、歌曲介紹（教師選）
	二	歌曲一	歌詞單字解釋
	三	歌曲一	歌詞中找文法
	四	歌曲一	MV賞析、歌曲練唱
	五	歌曲二	歌曲介紹（學生自選）
	六	歌曲二	歌詞單字解釋
	七	歌曲二	歌詞中找文法
	八	歌曲二	MV賞析、歌曲練唱
	九	歌曲三	歌曲介紹（學生自選）
	十	歌曲三	歌詞單字解釋
	十一	歌曲三	歌詞中找文法
	十二	歌曲三	MV賞析、歌曲練唱
	十三	歌曲四	歌曲介紹（學生自選）
	十四	歌曲四	歌詞單字解釋
	十五	歌曲四	歌詞中找文法
	十六	歌曲四	MV賞析、歌曲練唱
	十七	成果發表	歌曲賞析報告
	十八	成果發表	團體演出
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		

學習評量：	作業30%、口語測驗20%、紙筆（含聽力）測驗50%
備註：	

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 原民手作I	
	英文名稱：	
授課年段：	三上	學分總數： 4
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗	
議題融入：	防災、生涯規劃、戶外教育、原住民族教育	
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, 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： C2.人際關係與團隊合作, C3.多元文化與國際理解,	
學生圖像：		
學習目標：	1.本課程為多元選修課程的一塊拼圖，其主要的理念在於學生對在地原住民文化發展(陶藝、玉石、咖啡、漂流木、黏銀土、皮革)手工藝術技術的創新與提升，使在地原民手工藝術創作能增加知名度；藉由教師社群的精進，再給予孩子相關創作知能，增進文藝欣賞與創作之能力，啟發孩子對原民創作的天分與藝術，不僅傳承原民文化藝術精神與產業，更能發揚原民文化的精神。 2.培養發現生活周遭環境之觀察力，增進藝術人文素養、涵養文化之能力，並藉創意設計練習，增進創造思考之能力。再經由創意發想與討論，學習機具操作要領與安全事項，熟悉各式材料之特性與應用、增進文化創意成品設計及製造能力。進而達到開拓生活視野、加強其人文關懷。 3.能實際操作咖啡萃取技術及咖啡拉花。 4.瞭解原民咖啡種植的產業文化背景，增加在地咖啡文化的認識 5.瞭解咖啡萃取技術流程，並實際操作。 6.能創作出原民手工藝術品，並公開分享創作想法，最後透過成果發表會展示藝術品與成果。 7.能欣賞原民作家的藝術作品，以啟發對藝術創作的靈感 8.能實地創作原民手工藝術創作，傳承部落文化精神	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	(一) 認識玉石	了解玉石形成原因、成分及種類
	二	(一) 玉石選材	如何選擇玉石
	三	(一) 玉石切割	說明玉石如何切割取材
	四	(一) 玉石研磨拋光	明白玉石研磨程序及使用砂紙拋光方法
	五	(二) 認識咖啡	介紹咖啡種類及產地
	六	(二) 咖啡沖泡工具	介紹咖啡沖泡方式及沖泡工具
	七	(二) 手沖咖啡	了解手沖咖啡的流程及實際操作
	八	(二)咖啡豆分級	說明咖啡豆分級的方式和級別面圖與立體圖
	九	(三)堆肥介紹	了解蔬果殘渣堆肥的用途
	十	(三)堆肥比例	明白堆肥製作流程及比例
	十一	(三)堆肥製作	清楚堆肥製作方式
	十二	(四) 木工機具介紹	介紹木工機具種類及和用途，及使用安全宣導
	十三	(四) 認識漂流木	了解漂流木形成原因及種類
	十四	(四)漂流木研磨	清楚使用砂紙拋光方法
	十五	(四)漂流木塗料	知道如何製作、使用天然護木油實木板基礎加工實作課程
	十六	(五) 介紹皮革工具	皮革工藝基本工具介紹與應用
	十七	(五) 皮革DIY	皮革鑰匙圈及手環(含上色與安裝平釦、鑰匙環)
	十八	(五) 手縫基礎技法	手縫基礎技法與蠟線使用(扁、圓蠟線使用)產品製作與分享
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		

【備查版】

學習評量：	學習評量內容：作業或體驗心得、作品(文字影音)、小組合作學習 1.機具使用30% 2.態度檢核10% 3.資料蒐集整理10% 4.參與討論20% 5.安全與衛生10% 6.作品創新與美感20%
備註：	

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 原住民文化創意(上)	
	英文名稱：	
授課年段：	三上	學分總數： 4
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗	
議題融入：	生涯規劃、多元文化、閱讀素養、原住民族教育	
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： 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： C3.多元文化與國際理解,	
學生圖像：		
學習目標：	1. 能利用分組合作學習，探索原住民生活現象，並運用科技工具與策略進行提升觀察、思辨的深度與廣度，進行分析探索並提出有效的解決策略。(國V-U-A2)(科S-U-A2) 2. 能透過蒐集、閱讀、討論、分析、演繹神話故事，以視覺圖像呈現神話元素 解讀詮釋訊息的意義與觀點，並將原住民神話以文字、圖像、陶藝等多媒材整合工具創作靈活適切的文字與科技媒體，培養資訊倫理，提升思辨能力及專業知能。(國V-U-B2)(科S-U-B2) 3. 能以豐富的文化藝術涵養，陶冶優雅氣質，並藉由陶藝創作將人文視野融入專業領域，強調技能與人性合一，欣賞科技產品之美感，啟發科技的創作與分享，塑造美好的生活情境。(國V-U-B3)(科S-U-B3) 4. 能過閱讀、訪談、資料蒐集，並善用科技工具，主動關懷、欣賞不同族群的文化特質，並順應時代脈動，立足本土，放眼全球，具備國際視野。(國V-U-C3)(科S-U-C3)	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	課程介紹	1.課程進行及評量方式、分組 2.介紹陶藝、創客教室機具設備與安全衛生事項
	二	神話學概論(一)原住民族教育議題融入	1.神話與集體記憶 2.「台灣原住民神話與傳說」網站介紹 3.手捏陶土創作(融入神話元素)
	三	創世神話(二)	1.原住民族創世神話介紹 2.蒐集創世神話，討論與演繹圖騰元素 3.陶板創作(融入創世神話元素)陶板機操作與應用
	四	創意設計技巧	創意與設計的技巧與實作
	五	設計小遊戲(一)	1.連結特徵創造想法、將感情視覺化的方式 2.跳脫框架思考、連結圖樣創造想法 3.電腦軟體應用
	六	英雄神話(三)	1.原住民族英雄神話介紹 2.蒐集英雄神話，討論與演繹圖騰元素 3.陶板創作(融入英雄神話元素) 4.陶板機操作與應用
	七	設計小遊戲(二)	1.應用點與線以形容詞表達、以文字創作故事內容 2.透過文字設計表現文化意涵、創作完整的名片 3.電腦軟體應用
	八	神祇神話(四)生命教育議題融入	1.原住民族神祇神話介紹 2.蒐集神祇神話，討論與演繹圖騰元素 3.土條成型陶藝創作(融入神祇神話元素)
	九	校外參訪	原住民部落文化參訪與體驗
	十	災難神話(五)環境議題融入	1.原住民族災難神話 2.蒐集災難神話，討論與演繹圖騰元素 3.土條成型陶藝創作(融入災難神話元素)
	十一	設計小遊戲(四)	1.創造縝密的結構 2.吸引目光的影像日記、用一張照片尋找線索 3.電腦軟體應用
	十二	妖怪神話(六)	1.原住民族的妖怪文化介紹 2.蒐集災難神話，討論與演繹圖騰元素 3.拉坯成型陶藝創作(融入妖怪文化元素) 4.電動轆轤操作與應用
	十三	部落傳說與神話故事	台灣原住民部落傳說與神話故事
	十四	神話與女巫(七)性別議題融入	1.原住民族的巫覡文化、神話中的女巫 2.蒐集女巫神話，討論與演繹圖騰元素 3.拉坯成型陶

【備查版】

			藝創作(融入巫覡文化元素) 4.電動轆轤操作與應用
	十五	神話與文創專題報告(一)	1.分組報告 2.分組陶藝創作(陶板畫、陶甕、仿石板屋…) 3.電腦軟體應用 4.窯燒的種類特性介紹
	十六	神話與文創專題報告(二)	1.分組報告 2.分組陶藝創作(陶板畫、陶甕、仿石板屋…) 3.電腦軟體應用 4.電窯的操作練習
	十七	神話與文創專題(三)	1.分組報告 2.分組陶藝創作(陶板畫、陶甕、仿石板屋…) 3.電腦軟體應用 4.氧化還原窯的操作練習
	十八	校外參訪	1.參加與參觀台東縣中小學師生陶藝創作展 2.參觀原住民電台
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1.分組討論參與程度(30%) 2.分組報告內容統整性與創造性(20%) 3.陶藝創作作品完整性與文案故事性(20%) 4.實作歷程的學習與工作態度(30%)		
備註：	教學方法或策略 1.創造思考教學法 2.分組討論與發表法 3.合作學習法 4.協同教學法 5.示範與實作教學法		

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 原住民文學選讀		
	英文名稱：		
授課年段：	三上	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、原住民族教育		
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, 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： C2.人際關係與團隊合作, C3.多元文化與國際理解,		
學生圖像：	學生圖像,		
學習目標：	1.本課程為多元選修課程的一塊拼圖，其主要的理念在於提升學生的語文能力，學習多元文化提振部落藝文，藉由藝文創作的過程，發現部落的藝術、文學和歷史，除間接傳承文化外，也可讓學生培養藝文創作能力，與關懷弱勢的精神。 2.能認識和欣賞部落藝術和文學，並提出自己的心得感想公開分享，進而學習藝文創作。 3.閱讀原民作家的作品，以增進對部落文化的認識。 4.能了解作家的創作背景及部落藝術和文學。 5.能仿效藝術或文學創作來提高部落的能見度，進而傳承文化。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	簡介部落文學	介紹台東卑南與阿美等各族傳統詩文與現代文學作品
	二	認識原民作家	認識排灣族現代文學作家-亞榮隆撒可努
	三	導讀名家詩文	導讀原味十足的山豬飛鼠撒可努
	四	導讀名家詩文	導讀幽默風趣的山豬飛鼠撒可努
	五	認識原民作家	認識海洋文學作家-夏曼藍波安
	六	導讀名家詩文	導讀藍色憂鬱的冷海情深
	七	導讀名家詩文	導讀理想與現實拉鋸的冷海情深
	八	原文我可以	以部落題材寫一篇文章或現代詩創作
	九	喜悅分享	將自己創作詩文上傳至網路分享
	十	原音天籟	簡介卑南族傳統歌謠與現代創作歌曲
	十一	台灣史前博物館(主題展)	文化與傳承：認識原住民文化與史前文化之關聯性
	十二	認識原民歌手	認識南王的金曲歌手
	十三	欣賞原民歌曲	向海洋學習的波麗士大人-陳建年
	十四	欣賞原民歌曲	心懷故鄉普悠瑪的紀曉君
	十五	欣賞原民歌曲	原味原汁的南王姊妹花
	十六	欣賞原民歌曲	原音渾然天成-昊恩VS家家
	十七	部落文化體驗	發掘認識部落藝術人文之美
	十八	原音我可以	改編原民歌曲並公開分享
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	作業或體驗心得20%、作品(文字影音)20%、個人學習歷程檔案20%、小組合作學習(小組口頭報告)30%、紙筆測驗10%		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 原聲原味I	
	英文名稱：	
授課年段：	三上	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、多元文化、戶外教育、原住民族教育	
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, 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：	學生圖像,	
學習目標：	1. 透過學習並認知原住民族為主題進行跨領域學習(國文、自然、藝文、社會等科)，融會貫通學科知能。 2. 藉以原聲原味為發想主軸，連結原住民部落生活、文化習俗與農事技藝，並從多元角度理解原住民族，而分有文學篇、樂舞篇、議題篇、慶豐收篇等四大主題。 3. 建立並維護原民文化知識校園實踐場域－小米(原民耕田) 4. 透過實作，運用所學進行社會實踐與人文省思。	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	主題一、文學篇	文學(一)：各族文化傳說
二	主題一、文學篇	文學(二)：各族文學傳記
三	主題一、文學篇	實作課程:原民園(耕作方式、儀式與傳說)
四	主題一、文學篇	實作課程:原民園(耕作方式、儀式與傳說、文化書寫)
五	主題一、文學篇	文學(三)實作/文學課程：原民園(播種、看顧)(文化書寫) /田野資料樂舞賞析、影音剪輯與整理
六	主題一、文學篇	實作/文學課程：原民園(小米防護網)(文化書寫)
七	主題一、文學篇	※原耕作物樂趣多:原耕相關樂舞、觀察原耕作物成長紀錄(藝能科、自然科融入)
八	主題二、樂舞篇	原民樂舞總覽(一)
九	主題二、樂舞篇	原民樂舞總覽(二)
十	主題二、樂舞篇	原民樂舞賞析與探究
十一	主題二、樂舞篇	山海間的呼喚:原民歌謠傳唱
十二	主題二、樂舞篇	手舞足蹈山海歡騰:原民舞蹈
十三	主題二、樂舞篇	樂舞教唱集結文學創作(一)
十四	主題二、樂舞篇	樂舞教唱集結文學創作(二)
十五	主題二、樂舞篇	實作課程:原民園/田野資料樂舞賞析、影音剪輯與整理
十六	主題二、樂舞篇	實作課程:原民園
十七	主題二、樂舞篇	食在好味道—小米粥/舞動你的味蕾(樂舞結合原民飲食)
十八	主題二、樂舞篇	歡樂慶豐收(成果驗收)
十九		
二十		
二十一		
二十二		

學習評量：	1.主題成果報告40% 2.學習態度30%

【備查版】

	3.分組討論(含實作)30%
備註：	一、跨領域協同教學： 1. 從國文學科角度出發：從原住民文學解讀原住民族群的傳統作物、祭儀、泛靈信仰及其相關樂舞文化內涵，最後搭配成果展進行原民文物創作與閱讀「悅」覽。 2. 從社會科角度出發：從原住民作物與祭儀出發，探討部落裡的文化變遷，並以公民行動實踐學生商店佈展主題，培養學生公民素養。 3. 從自然科角度出發：將自然科學植物的生長、觀察、紀錄與實驗結合原民園實作，並在作物豐收中，讓學生認識傳統食材美妙的化學變化與高營養價值。 4. 從藝術與人文美學出發：將農作物栽種知識，搭配適合校園環境適地適種，綠

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 書法欣賞與習作	
	英文名稱：	
授課年段：	三上、三下	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	
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： C1.道德實踐與公民意識,	
學生圖像：	學生圖像,	
學習目標：	1.熟悉用具之使用及保養方法 2.熟練楷書筆法及架構 3.瞭解漢字的發展與書體特徵 4.欣賞歷代書法名家作品 瞭解中國書法美學與生活應用	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	課程介紹	認識文房四寶
	二	書法名家介紹	各代書法家及其寫作特色
	三	中國文字之美	倉頡造字及文字的演變
	四	書法筆法	基本認識、執筆法及運筆法
	五	書法筆法	基本筆法練習
	六	書法臨摹	臨摹技巧及操作
	七	書法臨摹	臨摹技巧及操作
	八	楷書基本筆法	佳句習寫
	九	篆書介紹	篆書欣賞習寫
	十	隸書介紹	隸書欣賞習寫
	十一	行楷小品實作	落款欣賞習寫
	十二	春聯欣賞	春聯欣賞與習寫
	十三	硬筆介紹	硬筆書法介紹及賞析
	十四	硬筆書法	硬筆的寫字方法及技巧一
	十五	硬筆書法	硬筆的寫字方法及技巧二
	十六	書法作品	作品習寫一
	十七	書法作品	作品習寫一
	十八	作品成果	作品成果發表
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		

學習評量：	1.個人生活常規表現、學習精神與態度30% 2.平時作業30% 3.作品書寫20% 4.學習單20%
備註：	

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 國語文V		
	英文名稱：		
授課年段：	三上	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：			
師資來源：			
課綱核心素養：	A自主行動：		
	B溝通互動：		
	C社會參與：		
學生圖像：			
學習目標：			
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一		
	二		
	三		
	四		
	五		
	六		
	七		
	八		
	九		
	十		
	十一		
	十二		
	十三		
	十四		
	十五		
	十六		
	十七		
	十八		
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：			
備註：			

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 從編織看世界I	
	英文名稱：	
授課年段：	三上	學分總數： 2
課程屬性：	通識性課程	
議題融入：	科技、資訊、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,	
	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：	學生圖像,	
學習目標：	1. 利用編織的基礎，培養對美善的人事物，進行賞析、建構與分享的態度與能力；同時具有實作能力。 2. 透過編織認識世界文化，語文(英語)與編織相互運用，達成國際教育的學習目標。 3. 透過課程，理解跨領域學科的各項知識，含語文、社會、藝術，並達成多元文化與國際理解的素養目標。	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	英語編織/色彩學	1.Pinterest英語編織 2.色彩簡介與配色練習
二	全球毛線材料介紹South America, Europe, US	全球毛線來源&特性:氣候，動物與保暖-美國、歐洲、 邊遠地區(蒙古西藏)與南美洲之手捻線
三	Scotland/ Iceland/ Northern Europe/Remote Places 編織物品&圖騰賞析	1.冰島Lopi編織 2.蘇格蘭-費爾島Fair Isle圖案 3.北歐圖騰 4.蒙藏織品
四	French Style 編織基礎技法練習	1.鉤針基礎練習 2.法式(歐洲大陸)棒針基礎練習
五	French Style 編織基礎技法練習	1.鉤針基礎練習 2.法式(歐洲大陸)棒針基礎練習
六	杯墊編織 (Crocheting)	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.內圈編織 4.修飾邊編織
七	杯墊編織 (Crocheting)	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.內圈編織 4.修飾邊編織
八	杯墊編織 (Crocheting)	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.內圈編織 4.修飾邊編織
九	杯墊編織 (Crocheting)	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.內圈編織 4.修飾邊編織
十	圍巾編織 (Nail Board)	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.長度編織
十一	圍巾編織 (Nail Board)	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.長度編織
十二	圍巾編織 (Nail Board)	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.長度編織
十三	圍巾編織 (Nail Board)	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.長度編織
十四	American Knitting Style膝上蓋毯	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.長度編織
十五	American Knitting Style膝上蓋毯	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.長度編織
十六	American Knitting Style膝上蓋毯	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.長度編織
十七	American Knitting Style膝上蓋毯	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.長度編織
十八	綜合討論	討論分享與作品賞析
十九		
二十		
二十一		
二十二		

【備查版】

學習評量：	操作技巧與實作 60% 學習態度40%
備註：	本課程在型塑學生的跨領域能力，採用的教學方法與策略有: 1. 多媒體影音教學: 書籍資料之外，搭配網路影音資料，增加活潑性。 2. 賞析及實作:觀摩國際作品，培養眼光，動手實作，提升技能與創新。 3. 跨學科素養學習: 將編織的國際資料整合，同時也整合了社會領域、藝術領域與英文領域的素養內容。 4. 培養終身學習的自學能力:透過學生自我資料查找，設計圖案等過程，完成自學能力、深化自我興趣，並達成終身學習的能力。

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 統整數學		
	英文名稱：		
授課年段：	三上	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	科技、資訊、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, 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：		
學生圖像：	學生圖像,		
學習目標：	1.讓學生瞭解符號的寫法，清楚它所適用的情境，確切掌握符號的使用。 2.對各單元的題目能獨立思考 並解決問題，從中欣賞到數學的趣味之處。 3.引導學生瞭解數學的內容、意義及方法。 4.培養學生以 數學思考問題、分析問題及解決問題的能力。 5.提供學生在實際生活和學習相關學科方面所需的數學知 能。 6.培養學生欣賞數學內涵中以簡馭繁的精神和結構嚴謹完美的特質。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	數與式	實數、絕對值方程式與不 等式
	二	多項式函數	一次與二次函數、三次函數的圖形特徵
	三	多項式函數	多項式不等式
	四	直線與圓	圓的切線，圓與 直線關係的代數與幾何判 定
	五	數列與級數	有限項遞迴數列，有限項等比 級數，常用的求和公式
	六	排列、組合	集合、樹狀圖，加法原理， 乘法原理，取捨原理。
	七	機率	樣本空間與事件，複合事件的 古典機率性質，期望值
	八	機率	主觀機率與客觀機率、條件機率、貝氏定理、列聯表
	九	數據分析	一維數據的平均數、標準差、數據的標準化
	十	數據分析	二維數據的 散布圖，最適直線與相關係數
	十一	指數與對數	指數律、對數律
	十二	指數與對數	指數函 數及其圖形，按比例成長或 衰退的數學模型，常用對數函數的圖形，在科學和金融 上的應用
	十三	三角比	正弦、餘弦、正切，特殊角 的 值、正弦定理、餘弦定理
	十四	三角函數	正弦函 數的圖形、週期性，其振幅、週期與頻率，週期性現象
	十五	平面向量	平面向量的運算，正射影與內積，兩向量的垂直與平 行判定，兩向量的夾角
	十六	平面向量	生活情境 與平面幾何的比例問題（在 設計和透視上）
	十七	空間概念與圓錐截痕	空間中兩直線、兩平面、 及直線與平面的關係，識圓錐曲 線
	十八	矩陣與資料表格	矩陣的定義， 矩陣的係數積與加減運算， 矩陣相乘，反方陣
	十九		
	二十		
	二十一		

【備查版】

	二十二		
學習評量：	1.教學中作客觀的評量，也可輔導學生做自我評量，以明瞭學習的成就與困難，作為繼續教學或補救教 學之依據，並使學生從成績進步中獲得鼓勵。 2.教育的方針在於五育並重，評量內容亦應兼具認知(知 識)、技能、情意發揮(行為、習慣、態度、理想、興趣、職業道德)及美感等方面，以利學生健全發展。 3.評量的方法有觀察、作業評定、口試、筆試、測驗等，教師可按單元內容和性質，針對學生的作業、 演示、心得報告、實際操作、作品和其他表現配合使用。 4.因應學生學習能力不同，評量兼具標準比較 和自我比較，力求努力上進，避免學生間的相互比較。 5.除實施總結性評量外，教學中更應注意診斷性 及形成性評量，以便即時了解學生學習困難，進行學習輔導。 6.學習評量的結果須妥善運用，除作為教 師改進教材、教法及輔導學生之依據外，並應通知導師或家長，以獲得共同的輔導與合作。 7.未通過評 量的學生，教師應分析、診斷其原因，實施補救教學；對於學習成效較高的學生，可視需要實施增廣教 學，使其潛能獲致充分的發展。	
備註：			

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 部落玩家-部落英語導覽I		
	英文名稱：		
授課年段：	三上	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、原住民族教育		
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, 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：	學生圖像,		
學習目標：	英語導覽解說是國際旅遊發展與部落之間的橋梁，而導覽解說的首要工作是認識原住民各族群的社會與文化，以掌握部落人文生態樣貌並將其介紹給國際旅遊人士。其次是進行地方特色產業的盤點，在了解部落特色產業現況後，提出如何以英語導覽解說部落特色產業以利國際旅遊人士來台參與原住民族文化與生態的旅遊。本課程將引導學生了解生態與社區及觀光之間的連結，並建立學生的英文導覽解說能力與技巧。此外，本課程對於部落旅遊的議題將進行進一步的反思與回饋，如祭儀文化觀光對於部落的衝擊。最後以分組方式進行導覽解說技巧的演練與報告。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	Unit 1 1.課程介紹2.導覽解說的目標、 原則與技巧 3.台灣原住民族概況	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話 4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
	二	Unit 1 1.課程介紹2.導覽解說的目標、 原則與技巧 3.台灣原住民族概況	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話 4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
	三	Unit 2 東部&南部原住民族群的社會與文化	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
	四	Unit 2 東部&南部原住民族群的社會與文化	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
	五	Unit 3 東部原住民族部落的景點與旅遊現況—阿美族、噶瑪蘭族、太魯閣族地區	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
	六	Unit 3 東部原住民族部落的景點與旅遊現況—阿美族、噶瑪蘭族、太魯閣族地區	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
	七	Unit 4東部&南部原住民族部落的景點與旅遊現況—排灣族、魯凱族地區	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
	八	Unit 4東部&南部原住民族部落的景點與旅遊現況—排灣族、魯凱族地區	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
	九	Unit 5東部原住民族部落的景點與旅遊現況—卑南族、布農族地區	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話 4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
	十	Unit 5東部原住民族部落的景點與旅遊現況—卑南族、布農族地區	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話 4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
	十一	Unit 6西部原住民族群的社會與文化、西部原住民族部落的景點與旅遊現況--泰雅族、賽德克族、布農族、鄒族、邵族、平埔族地區	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
	十二	Unit 6西部原住民族群的社會與文化、西部原住民族部落的景點與旅遊現況--泰雅族、賽德克族、布農族、鄒族、邵族、平埔族地區	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話4.短文閱讀與聽解 5.分組練習

	十三	Unit 7—北部原住民族群的社會與文化、北部原住民族部落的景點與旅遊現況—泰雅族、賽夏族、平埔族地區	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話 4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
	十四	Unit 7—北部原住民族群的社會與文化、北部原住民族部落的景點與旅遊現況—泰雅族、賽夏族、平埔族地區	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話 4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
	十五	Unit 8學生期末發表準備	學生擇定報告部落/社區，並準備書面(ppt)及口頭報告內容。
	十六	Unit 8學生期末發表準備	學生擇定報告部落/社區，並準備書面(ppt)及口頭報告內容。
	十七	Unit 9 學生期末發表	學生針對擇定特定部落/社區的英文導覽解說進行口頭期末報告。
	十八	Unit 9 學生期末發表	學生針對擇定特定部落/社區的英文導覽解說進行口頭期末報告。
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	課堂參與30%、學習單20%、書面報告20%、口頭報告30%		
備註：	本課程在型塑具備英語學習素養的學生，採用教學方法與策略有： 一、英語文領域共備教師社群：藉由成立教師社群，增強團隊教學成果，創發課程設計與發展，研究新課程並運作，激起教師教學熱情，活化教學策略。 二、英語文領域素養導向設計：透過英語文領域知識，培養學生英語人文素養， 建立多元學習視野，了解英語文化脈絡，讓學生具備國際文化的視野。		

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 飲食文學選讀	
	英文名稱：	
授課年段：	三上	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	
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： C1.道德實踐與公民意識, C3.多元文化與國際理解,	
學生圖像：	學生圖像,	
學習目標：	飲食文學強調的重點，是在於要透過民情風俗所發現的真實情感。人對於飲食會有太多太多的記憶與象徵性 。 這也是種生活美學的追求，是種平凡中要見其偉大的生活提昇與追求 。	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	「夏日宴」	〈瓜架雨如絲〉——絲瓜
	二	「夏日宴」	〈一片薄薄的冬瓜〉——冬瓜
	三	「夏日宴」	〈似苦還甘一隻瓜〉——苦瓜
	四	「夏日宴」	〈染上香芒色〉——芒果
	五	「夏日宴」	〈葡萄成熟時〉——葡萄
	六	「秋日宴」	〈乖乖的栗鼠〉——栗子
	七	「秋日宴」	〈黃魚聽雷〉——黃魚
	八	「秋日宴」	〈蚵仔的陽光〉——牡蠣
	九	「冬日宴」	〈溪邊的打某菜〉——茼蒿
	十	「冬日宴」	〈甜蜜如漿烤番薯〉——烤番薯
	十一	「冬日宴」	〈上好大白菜〉——大白菜
	十二	「冬日宴」	〈張家小館餃子兵〉——餃子
	十三	「冬日宴」	〈臘八粥的集合式〉——臘八粥
	十四	「冬日宴」	〈黏牙食年糕〉——年糕
	十五	「冬日宴」	〈涮出來的年味〉——涮羊肉
	十六	「春日宴」	〈韭韭長長的春天〉——韭菜
	十七	「春日宴」	〈我的番茄寓言〉——番茄
	十八	「春日宴」	〈甜蜜的毒藥〉——芋頭
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		

學習評量：	作業20%、紙筆測驗30% 、個人學習歷程檔案20%、口頭報告20%
備註：	

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 運動遊世界	
	英文名稱：	
授課年段：	三上	學分總數： 2
課程屬性：	跨領域/科目統整	
議題融入：	生涯規劃、戶外教育、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,	
	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：		
學習目標：	1.藉由體育與地理學的跨學科學習，從而獲得體育相關知識與技能、體育發源地之地理空間特色，並能運用相關知識，分析各種不同的運動現況與空間之選擇。 2.能藉由資料的收集分析歸納、小組合作、議題討論等方式進行學習，並能提出解決各種問題、空間選擇的可能策略。 3.透過議題討論、小組合作，培養學生社會參與及溝通互動的素養，發展適切的人際關係，並展現包容、溝通協調等團隊合作的精神與行動。	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	運動與地理 木球/台灣	1.課程介紹(含表現任務、評量規準）。 2.認識運動地理學。 3.討論個人印象深刻的體育賽事與舉辦地點。 4.分組介紹台灣的運動地理空間分布。 5.了解運動起源及發展概況。 6.了解簡易規則及欣賞比賽。
二	運動與地理 木球/台灣	1.課程介紹(含表現任務、評量規準）。 2.認識運動地理學。 3.討論個人印象深刻的體育賽事與舉辦地點。 4.分組介紹台灣的運動地理空間分布。 5.了解運動起源及發展概況。 6.了解簡易規則及欣賞比賽。
三	籃球/美國	1.了解運動起源及發展概況。 2.了解簡易規則及欣賞比賽。 3.認識運動起源地之國家文化特色。 4.選定一個球隊的主場都市，介紹該都市。
四	籃球/美國	1.了解運動起源及發展概況。 2.了解簡易規則及欣賞比賽。 3.認識運動起源地之國家文化特色。 4.選定一個球隊的主場都市，介紹該都市。
五	手球/丹麥	1.了解運動起源及發展概況。 2.了解簡易規則及欣賞比賽。 3.認識運動起源地之國家文化特色。
六	手球/丹麥	1.了解運動起源及發展概況。 2.了解簡易規則及欣賞比賽。 3.認識運動起源地之國家文化特色。
七	期中考週	期中考
八	足球/英國	1.了解運動起源及發展概況。 2.了解簡易規則及欣賞比賽。 3.認識運動起源地之國家文化特色。
九	足球/英國	1.了解運動起源及發展概況。 2.了解簡易規則及欣賞比賽。 3.認識運動起源地之國家文化特色。
十	合球/荷蘭	1.了解運動起源及發展概況。 2.了解簡易規則及欣賞比賽。 3.認識運動起源地之國家文化特色。

【備查版】

	十一	合球/荷蘭	1. 了解運動起源及發展概況。 2. 了解簡易規則及欣賞比賽。 3. 認識運動起源地之國家文化特色。
	十二	巧固球/瑞士	1. 了解運動起源及發展概況。 2. 了解簡易規則及欣賞比賽。 3. 認識運動起源地之國家文化特色。
	十三	巧固球/瑞士	1. 了解運動起源及發展概況。 2. 了解簡易規則及欣賞比賽。 3. 認識運動起源地之國家文化特色。
	十四	期中考週	期中考
	十五	保齡球/埃及	1. 了解運動起源及發展概況。 2. 了解簡易規則及欣賞比賽。 3. 認識運動起源地之國家文化特色。
	十六	保齡球/埃及	1. 了解運動起源及發展概況。 2. 了解簡易規則及欣賞比賽。 3. 認識運動起源地之國家文化特色。
	十七	棒球/愛爾蘭	1. 了解運動起源及發展概況。 2. 了解簡易規則及欣賞比賽。 3. 認識運動起源地之國家文化特色。
	十八	棒球/愛爾蘭	1. 了解運動起源及發展概況。 2. 了解簡易規則及欣賞比賽。 3. 認識運動起源地之國家文化特色。
	十九	成果展演	1. 簡報與口頭報告。
	二十	成果展演	1. 簡報與口頭報告。
	二十一	期末考週	期末考
	二十二		
學習評量：			
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 夢想旅行社	
	英文名稱：	
授課年段：	三上	學分總數： 2
課程屬性：	通識性課程	
議題融入：	環境、多元文化、戶外教育、國際教育	
師資來源：	校內單科	
課綱核心素養：	A自主行動：	
	B溝通互動：	
	C社會參與：	
學生圖像：	學生圖像,	
學習目標：	1. 藉由社會領域的學習，從而獲得地理、歷史、公民等相關知識，可以說明區域特色。 2. 能藉由資料的收集分析歸納、小組合作、議題討論等方式進行學習，並能提出解決各種問題的能力。 3. 透過議題討論、小組合作，培養學生社會參與及溝通互動的素養，發展適切的人際關係，並展現包容、溝通協調等團隊合作的精神與行動。	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	台灣	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 3.影片欣賞
	二	台灣	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 4.影片欣賞
	三	亞洲	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 5.影片欣賞
	四	亞洲	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 6.影片欣賞
	五	歐洲	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 7.影片欣賞
	六	歐洲	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 8.影片欣賞
	七	北美洲	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 9.影片欣賞
	八	北美洲	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 10.影片欣賞
	九	中南美洲	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 11.影片欣賞
	十	中南美洲	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 12.影片欣賞
	十一	非洲	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 13.影片欣賞
	十二	非洲	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 14.影片欣賞
	十三	擬定壯遊計畫	1.規劃旅行的國家與景點2.規劃旅行的交通方式 3.規劃住宿與餐食
	十四	擬定壯遊計畫	1.規劃旅行的國家與景點2.規劃旅行的交通方式 4.規劃住宿與餐食
	十五	分享壯遊計畫	1.簡報與口頭報告
	十六	分享壯遊計畫	1.簡報與口頭報告
	十七	分享壯遊計畫	1.簡報與口頭報告
	十八	分享壯遊計畫	1.簡報與口頭報告
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		

學習評量：	一、評量方式： 個人學習歷程檔案、口頭報告、作業、作品 二、評量依據： 1.情意方面：從學生的經驗分享、發言內容及表現，觀察其是否能體會上課內容－自然與生活的科學觀，且具備積極、客觀的學習態度。 2.技能方面：從課程活動中，評量學生是否能對自然與生活作仔細觀察並提出見解。

【備查版】

	3.認知方面：讓同學生在課堂問答，考核其是否了解上課內容的發展 與特色。 三、評量標準： 1.學期總成績(50%):(1)認知方面30% (2)情意方面20% (4)技能Ò
備註：	

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 語言與人權--從殖民、同化到多元主義		
	英文名稱：		
授課年段：	三上、三下	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	性別平等、人權、環境、法治		
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,		
	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：			
學習目標：	本課程旨透過國際原住民發展趨勢與台灣原住民族權利意識的覺醒做為脈絡，探討當代原住民族語言與人權的議題。本課程除了透過西雅圖酋長的宣言、聯合國原住民族權利宣言的內容做為相關議題的探討文本以外，也將原住民族語言發展法以及原住民族基本法等英文版法規內容及其立法背景說明做為討論的文本，其他相關議題的英文期刊論文以及新聞報導將納入討論參考資料。本課程教學目標為學生能看懂英文宣言與英文法規的主要內容，辨識與拼寫高中階段的基本字詞，也能主動接觸課堂外的多元英文教材，如西雅圖酋長的宣言、聯合國原住民族權利宣言與台灣原住民語言發展法等相關英文版法規，並能了解全球當代原住民面臨的重要議題。此外，全球化下的新移民的語言文化發展權也是探討的議題之一。本課程藉由議題探究讓學生能具備國際視野、跨文化語言與溝通能力，並具備社會參與、多元包容的胸襟。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	Unit 1 課程介紹、民族與國家、人權概念之演變與民族權之意義族	課程內容大綱與教學活動介紹。 探討民族與國家、人權概念之演變與民族權之意義。 1.辨識並拼寫字彙 2.閱讀理解 3.議題反思與回饋
	二	Unit 1 課程介紹、民族與國家、人權概念之演變與民族權之意義族	課程內容大綱與教學活動介紹。 探討民族與國家、人權概念之演變與民族權之意義。 1.辨識並拼寫字彙 2.閱讀理解 3.議題反思與回饋
	三	Unit 2 殖民、同化到多元主義、西雅圖酋長的宣言（英文版）	1.辨識並拼寫字彙 2.閱讀理解 3.議題反思與回饋
	四	Unit 2 殖民、同化到多元主義、西雅圖酋長的宣言（英文版）	1.辨識並拼寫字彙 2.閱讀理解 3.議題反思與回饋
	五	Unit 3國際原住民運動、聯合國原住民族權利宣言（英文版）	1.辨識並拼寫字彙 2.閱讀理解 3.議題反思與回饋
	六	Unit 3國際原住民運動、聯合國原住民族權利宣言（英文版）	1.辨識並拼寫字彙 2.閱讀理解 3.議題反思與回饋
	七	期中考週	期中考
	八	Unit 4 台灣原住民運動與原住民族政策之脈絡	1.辨識並拼寫字彙 2.閱讀理解 3.議題反思與回饋
	九	Unit 4 台灣原住民運動與原住民族政策之脈絡	1.辨識並拼寫字彙 2.閱讀理解 3.議題反思與回饋
	十	Unit 5 原住民族基本法（英文版）	1.辨識並拼寫字彙 2.閱讀理解 3.議題反思與回饋

【備查版】

	十一	Unit 5 原住民族基本法（英文版）	1.辨識並拼寫字彙 2.閱讀理解 3.議題反思與回饋
	十二	Unit 6台灣國族論述與平埔正名、客家語言復振與客家政策	1.辨識並拼寫字彙 2.閱讀理解 3.議題反思與回饋
	十三	Unit 6台灣國族論述與平埔正名、客家語言復振與客家政策	1.辨識並拼寫字彙 2.閱讀理解 3.議題反思與回饋
	十四	期中考週	期中考
	十五	Unit 7原住民族語言發展法（英文版）	1.辨識並拼寫字彙 2.閱讀理解 3.議題反思與回饋
	十六	Unit 7原住民族語言發展法（英文版）	1.辨識並拼寫字彙 2.閱讀理解 3.議題反思與回饋
	十七	Unit 8新移民語言文化發展權	1.辨識並拼寫字彙 2.閱讀理解 3.議題反思與回饋
	十八	Unit 8新移民語言文化發展權	1.辨識並拼寫字彙 2.閱讀理解 3.議題反思與回饋
	十九	Unit 9學生期末發表準備、學生期末發表	學生以組別為單位，擇定報告議題，並準備書面及口頭報告內容。學生以組別為單位，針對擇定的特定議題進行口頭期末報告。
	二十	Unit 9學生期末發表準備、學生期末發表	學生以組別為單位，擇定報告議題，並準備書面及口頭報告內容。學生以組別為單位，針對擇定的特定議題進行口頭期末報告。
	二十一	期末考週	期末考
	二十二		
學習評量：			
備註：			

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 認識臺灣原住民I	
	英文名稱：	
授課年段：	三上	學分總數： 2
課程屬性：	跨領域/科目專題	
議題融入：	人權、生涯規劃、國際教育、原住民族教育	
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,	
	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： C3.多元文化與國際理解,	
學生圖像：	學生圖像,	
學習目標：	國 S-U-C2 ：了解他人想法與立場，學習溝通、 相處之道，認知社會群體生活的重要性，積極參與、 學習協調合作的能力，發揮群策群力的團隊精神。 社-U-B2 ：善用各種科技、資訊、媒體，參與公共事務或解決社會議題，並能對科技、資訊與媒體的倫理問題進行思辨批判。 社-U-C3 ：珍視自我文化的價值，尊重並肯認多元文化，關心全球議題，以拓展國 際視野，提升國際移動力。 藝S-U-B3 ：善用多元感官，體驗與鑑賞藝術文化與生活。 藝 S-U-C3 ：探索在地及全球藝術與文化的多元與趨勢。 科 S-U	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	課程簡介	1. 課程進行及評量方式、分組 課程內容簡介
	二	歷史遷移	1.各族歷史遷移介紹、族群分布 2.「臺灣原住民文化知識網」網站介紹 3.電腦軟體應用(資訊融入)
	三	社會制度(一)	1. 臺灣原住民各族社會制度介紹
	四	社會制度(二)	1. 臺灣原住民各族社會制度介紹
	五	祭儀信仰(一)	1. 臺灣原住民祭儀由來之傳說(一)
	六	祭儀信仰(二)	1. 臺灣原住民祭儀由來之傳說(二)
	七	期中考-1	1.討論與分享 2.個人心得上傳學習歷程平臺3.電腦軟體應用(資訊融入)
	八	建築工藝(一) 石板屋	1.介紹臺灣原住民傳統聚落與排灣族石板屋 2.石板屋內外空間內涵
	九	建築工藝(二) 琉璃珠	1.琉璃珠傳說故事 2.排灣族與琉璃珠
	十	建築工藝(三) 巴拉冠	1.介紹臺灣原住民傳統聚落與卑南族巴拉冠 2.巴拉冠內外空間內涵
	十一	建築工藝(四) 編織	1.藤或竹來編織器具介紹 2.卑南族編織作品賞析(融入藝術人文)
	十二	樂舞文化(一)	1. 臺灣原住民族各族的音樂賞析(融入藝術人文)
	十三	樂舞文化(二)	1. 臺灣原住民族各族的舞蹈賞析(融入藝術人文)
	十四	期中考-2	1. 臺灣原住民族阿美族歌謠與舞蹈作品賞析心得
	十五	平埔族群	1.平埔族群介紹 2.凱達格蘭族簡介 3.北投社 4.Ki-Patauw女巫之說由何而來
	十六	衣飾美學：傳統服飾	1. 從老照片認識傳統服飾
	十七	衣飾美學：傳統服飾	1. 我家傳統服飾的故事

【備查版】

	十八	期末考	1.期末心得 2.參觀史前文化博物館台灣原住民展區
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1.討論與發表(40%) 2.報告作業內容(30%) 3.出席率 (30%)		
備註：	輔助教材: 網站「台灣原住民文化知識網」(https://knowlegde.gov.taipei/Default.aspx)		

【備 查 版】

【備 查 版】

課程名稱：	中文名稱： 數學推理	
	英文名稱：	
授課年段：	三上、三下	學分總數： 2
課程屬性：	通識性課程	
議題融入：	科技、資訊、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, 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：	
學生圖像：	學生圖像,	
學習目標：	1.對各單元的題目能獨立思考 並解決問題，從中欣賞到數學的趣味之處。 2.培養學生以數學思考問題、分析問題及解決問題的能力。	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	邏輯推理	規律猜想
	二	邏輯推理	閱讀理解、文字順式推理、逆式推理
	三	邏輯推理	邏輯推理實作演練
	四	數的能力	二元一次方程式(雞兔同籠)
	五	數的能力	觀察數字的規律
	六	數的能力	觀察數字的規律實作演練
	七	數字推理	數的遞變規律
	八	數字推理	數的加合規律
	九	數字推理	數字推理實作演練
	十	圖形推理	圖形遞變規律
	十一	圖形推理	圖形加合規律
	十二	圖形推理	圖形推理實作演練
	十三	九宮格推理	橫向/縱向疊加規律
	十四	九宮格推理	橫向/縱向遞變規律
	十五	九宮格推理	九宮格推理實作演練
	十六	空間推理	三視圖
	十七	空間推理	三視圖觀察實作演練
	十八	綜合演練	數學推理實作演練
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		

學習評量：	1.教學中作客觀的評量，也可輔導學生做自我評量，以明瞭學習的成就與困難，作為繼續教學或補救教 學之依據，並使學生從成績進步中獲得鼓勵。 2.教育的方針在於五育並重，評量內容亦應兼具認知(知 識)、技能、情意發揮(行為、習慣、態度、理想、興趣、職業道德)及美感等方面，以利學生健全發展。 3.評量的方法有觀察、作業評定、口試、筆試、測驗等，教師可按單元內容和性質，針對學生的作業、 演示、心得報告、實際操作、作品和其他表現配合使用。 4.因應學生學習能力不同，評量兼具標準比較 和自我比較，力求努力上進，避免學生間的相互比較。 5.除實施總結性評量外，教學中更應注意診斷性 及形成性評量，以便即時了解學生學習困難，進行學習輔導。 6.學習評量的結果須妥善運用，除作為教師改進教材、教法及輔導學生之依據外，並應通知導師或家長，以獲得共同的輔導與合作。

【備查版】

	7. 未通過評 量的學生，教師應分析、診斷其原因，實施補救教學；對於學習成效較高的學生，可視需要實施增廣教 學，使其潛能獲致充分的發展。
備註：	

【備 查 版】

【備 查 版】

課程名稱：	中文名稱： 歐美電影賞析		
	英文名稱：		
授課年段：	三上、三下	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	性別平等、人權、環境、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,		
	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：			
學習目標：			
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	歐洲	戰爭中的音樂
	二	歐洲	戰爭中的文學
	三	歐洲	難民湧入歐洲議題
	四	非洲	歷史中的變性人畫家
	五	非洲	部落傳統女巫的世界
	六	非洲	加百列行腳非洲100天
	七	期中考週	期中考
	八	團體報告	團體報告
	九	北美洲	代理孕母與同志探討
	十	南美洲	南美洲古柯鹼的商業
	十一	亞洲	變性人的心理與社會適應
	十二	亞洲	南島語族Fafania的性別天堂
	十三	紐西蘭	毛利人的文化面相
	十四	期中考週	期中考
	十五	團體報告	團體報告
	十六	亞洲	工作環境的性別議題
	十七	亞洲	南島語族Fafania的性別天堂
	十八	澳洲	土地環境與自然
	十九	紐西蘭	毛利人的文化面相
	二十	團體報告	團體報告
	二十一	期末考週	期末考
	二十二		
學習評量：			
備註：			

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 閱讀與寫作(for PISA)		
	英文名稱：		
授課年段：	三上	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	性別平等、環境、海洋、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、家庭教育、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、國際教育、原住民族教育		
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,		
	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：	學生圖像,		
學習目標：	增強閱讀和表達能力,提升議題思考與觀點寫作的能力.		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	課程介紹	介紹六大單元主題以及十九項涵蓋議題,並關注政、經時事與社會重要議題的討論
	二	多元文化	〈灰姑娘的前後臺〉、〈青草遍野〉、〈德國企業學徒難巡〉三篇選文引導共讀並進行討論,完成選擇題並練習封閉式與開放式問答題的寫作
	三	國際舞台	〈日本面臨的飛彈威脅〉、〈巧克力悲歌〉、〈奧運的榮耀與傷痛〉三篇選文引導共讀並進行討論,完成選擇題並練習封閉式與開放式問答題的寫作
	四	原住民文學	〈原住民狩獵與法律的衝突〉、〈瓦歷斯諾幹微小說〉、〈滄海〉三篇選文引導共讀並進行討論,完成選擇題並練習封閉式與開放式問答題的寫作
	五	性別平等	〈臺灣男孩，臺灣女孩〉、〈彩虹海芋〉、兩篇選文引導共讀並進行討論,完成選擇題並練習封閉式與開放式問答題的寫作
	六	人權教育	〈生與死的兩難〉、〈草莓與灰燼〉、〈誰可以捐血〉三篇選文引導共讀並進行討論,完成選擇題並練習封閉式與開放式問答題的寫作
	七	法治教育	〈法制不是法治〉、〈道德兩難〉、兩篇選文引導共讀並進行討論,完成選擇題並練習封閉式與開放式問答題的寫作
	八	閱讀素養	〈不是學好科學，而是學會讀科學〉、〈知我者謂我心憂〉、〈從螞蟻式漸進到蜜蜂式的學習〉三篇選文引導共讀並進行討論,完成選擇題並練習封閉式與開放式問答題的寫作
	九	環境教育	〈路殺社〉等三篇選文引導共讀並進行討論,完成選擇題並練習封閉式與開放式問答題的寫作
	十	海洋文學	〈母親挖蛤仔〉等三篇選文引導共讀並進行討論,完成選擇題並練習封閉式與開放式問答題的寫作
	十一	能源教育	〈亞馬遜之心〉等三篇選文引導共讀並進行討論,完成選擇題並練習封閉式與開放式問答題的寫作
	十二	科技發展	〈3D列印印出你的未來〉等二篇選文引導共讀並進行討論,完成選擇題並練習封閉式與開放式問答題的寫作
	十三	資訊未來	〈比特幣的未來〉等三篇選文引導共讀並進行討論,完成選擇題並練習封閉式與開放式問答題的寫作

【備查版】

	十四	品德教育	〈驕奢家風慈禍〉等二篇選文引導共讀並進行討論，完成選擇題並練習封閉式與開放式問答題的寫作
	十五	生命教育	〈櫻桃心與發條〉等三篇選文引導共讀並進行討論，完成選擇題並練習封閉式與開放式問答題的寫作
	十六	家庭教育	〈軟磚頭〉等二篇選文引導共讀並進行討論，完成選擇題並練習封閉式與開放式問答題的寫作
	十七	生涯規劃	〈消失的工作〉等二篇選文引導共讀並進行討論，完成選擇題並練習封閉式與開放式問答題的寫作
	十八	生活常識	〈當社區成為防災前線〉等兩篇選文引導共讀並進行討論，完成選擇題並練習封閉式與開放式問答題寫作
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	問答題寫作與相關議題作文練習		
備註：	教材 《關於PISA的十九種吃法 提升閱讀國寫力的關鍵》，可齋;徐孟芳;郭總綺;黃健綸;詹欣穎;詹嘉芸;廖秀倩;劉宸芳;覺珮瑜-編著，三民書局，2018		

【備查版】

<table>
<tr><td rowspan="2">課程名稱：</td><td colspan="3">中文名稱： 學生學習歷程檔案之實作與指導</td></tr>
<tr><td colspan="3">英文名稱：</td></tr>
<tr><td>授課年段：</td><td>三上、三下</td><td colspan="2">學分總數： 2</td></tr>
<tr><td>課程屬性：</td><td colspan="3">通識性課程</td></tr>
<tr><td>議題融入：</td><td colspan="3">科技、資訊</td></tr>
<tr><td>師資來源：</td><td colspan="3">校內跨科協同</td></tr>
<tr><td rowspan="3">課綱核心素養：</td><td colspan="3">A自主行動： A3.規劃執行與創新應變,</td></tr>
<tr><td colspan="3">B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達,</td></tr>
<tr><td colspan="3">C社會參與： C2.人際關係與團隊合作,</td></tr>
<tr><td>學生圖像：</td><td colspan="3">學生圖像,</td></tr>
<tr><td>學習目標：</td><td colspan="3">1.本科學習對象主要為針對升學甄試資料準備之高三學生，課程共十八堂，分二部分課程：一為自傳的撰寫，一為讀書計劃的規劃。 2.撰寫自傳能回顧成長經歷、了解自己性向、優勢並自省劣勢，從而尋找突破或解決之道；讀書計劃之規畫能放眼未來做好學前準備，並訂定目標後執行。 3.藉由自傳及讀書計劃寫作培養學生的語文表達、寫作、蒐集資料、規劃未來及彙整資料能力。</td></tr>
<tr><td rowspan="24">教學大綱：</td><td>週次/序</td><td>單元/主題</td><td>內容綱要</td></tr>
<tr><td>一</td><td>方向對了才能到達目的地</td><td>自傳寫作原則—構思大綱、找出主題，寫一個精彩的開頭</td></tr>
<tr><td>二</td><td>牛肉在哪裡?</td><td>自傳的主要內容介紹及注意事項—自我推銷的基本精神、自傳不是流水帳</td></tr>
<tr><td>三</td><td>大學萬花筒</td><td>科系及面試技巧介紹、影片介紹</td></tr>
<tr><td>四</td><td>君從何處來</td><td>試寫”家庭狀況“</td></tr>
<tr><td>五</td><td>我的學生時代</td><td>試寫”求學經過“</td></tr>
<tr><td>六</td><td>選我所愛</td><td>試寫”報考動機“</td></tr>
<tr><td>七</td><td>我的生活小確幸</td><td>試寫”個人興趣“</td></tr>
<tr><td>八</td><td>錦上添花</td><td>相關資料(獎狀、幹部證明、社團服務)收集及整理</td></tr>
<tr><td>九</td><td>文字修修臉</td><td>打字、排版及修正文字、統整自傳</td></tr>
<tr><td>十</td><td>自傳化妝師</td><td>版面美化</td></tr>
<tr><td>十一</td><td>面試演習</td><td>體育系模擬面試—示範及演練、講評</td></tr>
<tr><td>十二</td><td>何謂讀書計劃</td><td>讀書計劃之內容、目標介紹</td></tr>
<tr><td>十三</td><td>大學學什麼?</td><td>蒐集校系學習內容(必修、選修、校訂、系訂課程)、特色</td></tr>
<tr><td>十四</td><td>搭讀書計劃鋼架</td><td>讀書計劃的寫作形式介紹、範例</td></tr>
<tr><td>十五</td><td>近程讀書計劃</td><td>試寫”近程讀書計劃“</td></tr>
<tr><td>十六</td><td>中程讀書計劃</td><td>試寫”中程讀書計劃“</td></tr>
<tr><td>十七</td><td>遠程讀書計劃</td><td>試寫”遠程讀書計劃“</td></tr>
<tr><td>十八</td><td>一目了然</td><td>彙整讀書計劃、讀書計劃圖表化</td></tr>
<tr><td>十九</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>二十</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>二十一</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>二十二</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>學習評量：</td><td colspan="3">作業20%、個人檔案60%、小組合作學習(小組、個人口頭報告)20%</td></tr>
<tr><td>備註：</td><td colspan="3"></td></tr>
</table>

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 應用數學		
	英文名稱：		
授課年段：	三上	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	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： 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：	學生圖像,		
學習目標：	在遊戲的趣味中，培養學生團隊思考模式與符號代換的計算能力，對數感能力與直覺的提升，空間概念的熟悉與具體化。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	什麼是桌遊？	桌上遊戲從古自今的演變與介紹
	二	桌遊的類別	以六格圖來將不同的桌遊分類，並加以介紹各分類的能力指標，亦會提到其他的分類法。
	三	技術需求的桌遊	冰酷企鵝：彈彈珠的變化與進化，技術取向。
	四	技術桌遊另例	超級犀牛：疊疊樂的變化與改造
	五	交際需求桌遊	妙語說書人：與他人的思考連結
	六	交際桌遊另例	狼人：陣營判斷，是好人還是壞人？誠實或說謊？
	七	運氣需求之桌遊	印加寶藏：賭性堅強與期望值
	八	運氣桌遊另例	蟲蟲燒烤派對：何時該收手？
	九	記憶需求之桌遊	出包魔法師：排除重複不合的可能性。記憶取向。
	十	記憶桌遊另例	Cluedo：偵探與推理解謎
	十一	計算需求之桌遊	古墓迷蹤：座標平面上的可能性推導
	十二	計算桌遊另例	7ate9：急速計算
	十三	計畫類型的桌遊	寶石陣：考慮全局的概念觀
	十四	計畫桌遊另例	拉密：全場所有數字的分配與運用
	十五	綜合性質桌遊(上)	角色扮演遊戲TRPG介紹
	十六	綜合性質桌遊(下)	角色扮演遊戲TRPG開卡與極短劇本實測
	十七	自己的桌遊(上)	設計一款屬於自己的遊戲
	十八	自己的桌遊(下)	分享與實測
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	個人學習歷程檔案觀察與紀錄、實作情形： 1.桌遊的分類與判斷60% 2.桌遊設計實例40%		
備註：			

課程名稱：	中文名稱： STEAM玩創藝(下)		
	英文名稱：		
授課年段：	三下	學分總數： 2	
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗		
議題融入：	科技、資訊、安全		
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： 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：			
學習目標：	1. 能利用分組合作學習並運用科技工具與策略進行提升觀察、思辨的深度與廣度，進行分析探索並提出有效的解決策略。(科S-U-A2) 2. 能整合工具創作靈活適切的科技媒體，培養資訊倫理，提升思辨能力及專業知能。(科S-U-B2) 3. 能以豐富的文化藝術涵養，陶冶優雅氣質，並藉由創作將人文視野融入專業領域，強調技能與人性合一，欣賞科技產品之美感，啟發科技的創作與分享，塑造美好的生活情境。(科S-U-B3)		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	數學應用	比例式與濃度百分比計算
	二	物理應用	利希滕貝格圖製作
	三	化學應用	手工皂理論基礎與作品觀摩(專家講座)
	四	化學應用	精油手工皂製作
	五	生活科技應用	SCRATCH程式練習
	六	生活科技應用	SCRATCH程式練習
	七	藝術素養與應用	商品包裝設計練習(專家講座)
	八	人文素養與應用	商品文案書寫練習(專家講座)
	九	創客技能練習與應用	校外工作坊參訪與體驗
	十	創客技能練習與應用	金屬材料進階加工實作
	十一	創客技能練習與應用	實木材料進階加工實作
	十二	創客技能練習與應用	陶瓷材料進階加工實作
	十三	創客技能練習與應用	多元媒材創作練習
	十四	創客技能練習與應用	多元媒材創作練習
	十五	創客技能練習與應用 作品分享與展示	作品分享與展示
	十六		
	十七		
	十八		
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1.分組討論參與程度(30%) 2.分組報告內容統整性與創造性(20%) 3.創作作品完整性與實用功能性(20%) 4.實作歷程的學習與工作態度(30%)		
備註：	教學方法或策略 1. 創造思考教學法		

【備查版】

	2. 分組討論與發表法 3. 合作學習法 4. 協同教學法 5. 示範與實作教學法

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 民俗植物探索與應用		
	英文名稱：		
授課年段：	三下	學分總數： 2	
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗		
議題融入：	環境 能源 戶外教育 原住民族教育		
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：		
	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：			
學習目標：	在石化科技及醫療未發達的年代，無論食、衣、住、行、育、樂等生活所需，多取材於植物等天然資源。經由課程學習，讓學生能探索傳統原住民生活中所運用到的植物，並從實做中了解其原理並深化文化素養。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	食-原住民傳統作物認識與種植	1.小米。 2.紅藜。 3.油芒。 4.樹豆。 5.樹薯。
	二	食-野菜	1.常見可食植物介紹、採集。山蘇、昭和草、過溝菜蕨、龍葵。 2.校園植物認識體驗活動。
	三	食-筍	製作體驗 1.酸筍 2.脆筍 3.筍乾
	四	食-食物保存	1.燻製 2.醃漬 3.時令水果醃漬體驗。(梅子或洛神花)
	五	食-發酵	1.酵素原理 2.小米酒原理。 3.麥芽糖製作
	六	衣-構樹	1.植物纖維應用介紹 2.樹皮布敲製
	七	衣-月桃	1.月桃葉剝取保存技巧 2.月桃編織實作
	八	衣-黃麻	1.黃麻纖維刮取實作。 2.黃麻捻繩體驗。
	九	傳統生火技術	1.鑽木取火。 2.傳統生火技術。
	十	樹葉敲印染	1.植物移印染介紹及實作。
	十一	ECO-printing 植物移印染	1.植物移印染介紹及實作。
	十二	育樂-童玩	1.原住民童玩介紹 2.竹蜻蜓製作 3.竹製玩具 4.笛 5.水槍 6.竹炮
	十三	育樂-童玩	1.原住民童玩介紹 2.竹蜻蜓製作 3.竹製玩具 4.笛

【備查版】

			5.水槍 6.竹炮
	十四	生活用品-器物	1.傳統竹藤編介紹 2.簡易竹藤編
	十五	生活用品-器物	簡易竹藤編
	十六	生活用品-器物	簡易竹藤編
	十七	收穫的季節	個人作品發表
	十八	無具野炊	成果驗收及無具野炊
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1.形成性評量(50%): (1)學習單撰寫(30%)、課程參與度(20%)作為評量依據。 2.總結性評量(50%): (1)教師發展以素養能力為主的評量試題(25%) (2)學生針對全學期課程繳交學習成果報告(25%)。		
備註：			

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 自然科學與生活		
	英文名稱：		
授課年段：	三下	學分總數： 2	
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗		
議題融入：	科技、資訊、能源		
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： B2.科技資訊與媒體素養		
	C社會參與：		
學生圖像：	學生圖像		
學習目標：	紙箱嫩雞主題課程設計以「物質與能量（INa）」的跨科概念為主題，利用日常生活中烤雞過程中「能量的形式與轉換」與「生物體內的能量與代謝」作為媒介，讓學生了解科學與日常生活之關連。並達成以下學習目標： (1)發現問題：能依據主題內容，進行討論，提出核心問題。 (2)規劃與研究：能探究核心問題之成因與結果，提列各變因並設計實驗驗證。 (3)論證與建模：能依據數據資料進行分析、解釋與推論、提出結論、建立模型。 (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：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	科學筆記	觀察及紀錄訓練
	二	紙飛機一	結構式探究：觀察及找出變因 1.提問引導學生觀察與發現影響紙飛機飛行的問題，決定自己想研究的問題，寫下自己的假設。 2.改良紙飛機測試並記錄結果。 3.嘗試解釋結果。
	三	紙飛機二	引導探究：確定變因及實驗設計 1.透過原型機規劃做為對照組。 2.實驗設計：觀察組。 3.實驗與紀錄。
	四	紙飛機三	引導探究：建模及論證 1.建模的方式。 2.實驗資料分析。 3.資料詮釋與修正。
	五	紙飛機四	引導探究：論證 1.ADI論證自評表。 2.成果簡報製作。 3.互評。
	六	滯空時間最久的紙飛機（一）	開放探究： 【情境體驗】 1.請學生觀察找資料，觀察什麼形式最容易滯留在空中最久。 2.將學生問題分類，留下課程想要探討的問題。 【探究與實作】 1.請學生針對自己要探討的問題，每個人都折出滯空時間最久的紙飛機（可以上網找資料）。2.實際試飛，並在筆記本上記錄自己認為紙飛機滯空時間最久的原因。。 3.學生上台發表自己的觀察結果。
	七	滯空時間最久的紙飛機（二）	【作品改良】 1.請學生改良紙飛機。 2.實際試飛，利用科學筆記記錄測試結果及改良結果。 【 飛行競賽】 1.每個人都上場進行三回合的比賽，在空中停留最久的飛機為優勝。 2.每回合之間給予十分鐘的修正。 【反思與討論】 學生上台分享討論結果。 教師總結。
	八	安全坡道	開放探究： 【情境體驗】 1.觀察雨天坡道打滑現象。 2.將學生問題分類，想要探討的問題。 【探究與實作】 1.請學生針對自己要探討的問題，設計坡道實驗，讓彈珠從坡道起點滑到桌面超過八秒。 2.原型設計與製作。 3.實驗資料搜集。 4.改良與修正。 5.資料建模與報告 6.學生上台發表研究結果。
	九	期中評量	期中評量
	十	主題：紙箱嫩雞(一)	【觀察現象】 1.請學生分為4人一組 2.教師先詢問學生好的烤雞要滿足甚麼條件。 3.拿出不

【備查版】

			同的烤雞，讓學生品嘗比較差異的項目。 4.介紹紙箱烤雞與讓肉質嫩化的嫩精(蛋白酶)。 5.讓學生思考除去調味後，甚麼樣的條件會產生出好吃的烤雞，引導學生往能量的供給(熟度)與酵素的作用(口感)去思考。
	十一	主題：紙箱嫩雞(二)	【蒐集資訊】 請學生上網蒐集，並小組報告烤雞製作方式(共同點、相異點) 【形成或訂定問題】 利用上一節課的暫時性結論，加上這週蒐集的資料，讓每組提出6個影響烤雞的問題
	十二	主題：紙箱嫩雞(三)	【提出可驗證的觀點】 讓各組依據已提出的問題，提出可驗證的觀點 【尋找變因或條件】 從可驗證的觀點，尋找關鍵變因或條件 【擬定研究計畫】 引導學生設計研究實驗，分為實驗題目設定、 實驗設計含變因的操作、結果預設三部分
	十三	主題：紙箱嫩雞(四)	【收集資料數據】 1.搜集做探究實驗所需要的材料(包括不同材質、配方濃度)，用課程的時間實際動手組裝，依據實驗流程開始架設實驗儀器。 2.依該組實驗設計執行實驗，並記錄實驗結果
	十四	主題：紙箱嫩雞(五)	【收集資料數據】 1.接續上週，開始操作實驗並記錄相關的數據。 2.使用正確的格式呈現數據，並從數據中得出自己組的暫時性的結論，並做簡單分享給他組。
	十五	主題：紙箱嫩雞(六)	【收集資料數據】 1.依據其他組別給予的建議，重新檢視之前的實驗步驟與結果，是否有疏漏或是不周詳之處，若有疏漏則針對需要改進部分加強。 2.依該組修改後實驗設計執行實驗，並記錄實驗結果。
	十六	主題：紙箱嫩雞(七)	【分析資料和呈現證據】 【解釋和推理】 1.指導學生實驗報告撰寫與分析。 2.製作報告簡報(PPT)
	十七	主題：紙箱嫩雞(八)	【提出結論或解決方案】 【論證與建模】 【表達與溝通】 1.學生分組報告實驗結果與結論 2.每組須報告建立理想材料狀態與烤雞步驟 3.教師總結
	十八	期末評量	期末評量
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1.形成性評量(60%): (1)學習單30% (2)課程參習30% 2.總結性評量(40%): (1)評量試題20% (2)研究主題報告20%		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 看Youtube學英文II	
	英文名稱：	
授課年段：	三下	學分總數： 2
課程屬性：	通識性課程	
議題融入：	家庭教育、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,	
	C社會參與： C3.多元文化與國際理解,	
學生圖像：	學生圖像,	
學習目標：	藉由觀看Youtube頻道學英文，可以選擇適合學生的教材，讓學生沉浸在異國的日常生活環境，得到最新的英文話題，用自然的方式說英文，保有學習英文的熱忱。	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	好想講英文	櫃台人員接電話的技巧
	二	好想講英文	各種手搖飲飲料英文
	三	Chen Lily	不要只會說OK啦!
	四	Chen Lily	英文很強的人四種小習慣
	五	阿滴英文	10句常用英文句子-銀行實用篇
	六	阿滴英文	籃球英文
	七	莫彩曦	挑戰做台灣早餐
	八	莫彩曦	美國父母對台灣水果的第一印象
	九	好想講英文	天氣好熱，改怎麼用英文說?
	十	好想講英文	結帳常用英文會話
	十一	Chen Lily	英文閒聊:我的英文學習歷程
	十二	Chen Lily	英文閒聊: 對不起，我累了
	十三	阿滴英文	日常英文單字—感冒篇
	十四	阿滴英文	10句常用英文—吵架篇
	十五	好想講英文	便利商店四大情境英文學習
	十六	好想講英文	用英文推薦美味台菜
	十七	好想講英文	開箱路跑體驗
	十八	好想講英文	警察杯杯英文
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		

學習評量：	口語測驗30%、紙筆測驗70%
備註：	

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 穿越時空談歷史		
	英文名稱：		
授課年段：	三下	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	人權、多元文化、國際教育、原住民族教育		
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, 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：	學生圖像,		
學習目標：	以課綱為中心、社會科知識為基礎，輔以資訊融入教學、田野調查訪談與小組合作，發展學生多元智能： 1.以學生的基礎知識與能力，設計學生切身相關的教學活動內容，使學生能對生活的日常產生歷史感。 2.從個人、家族、社區到國家，以族譜、族群、飲食與閱聽方式，讓學生理解文化間的相互作用與文化多元之美。 3.透過主題式教學，引導學生看見文化資產的歷史意涵並了解保存傳統文化的重要性。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	台灣多元族群(原住民族)	1.介紹台灣原住民文化與特色（分布地點、人口數、節慶、儀式等文化特色） 2.各組將收集到的原住民族文化歷史景點資料與全班分享
	二	台灣多元族群(非原住民族)	1.介紹中國來台者的過去（如移入史、族群衝突等）、文化特色。 2.各組將收集到的漢人文化歷史景點資料與全班分享
	三	台灣多元族群(新住民)	1.介紹在臺人數最多的越南與印尼新住民文化（包括政治、宗教、飲食、文化等與我國的異同） 2.介紹在臺人數次多的泰國與菲律賓新住民文化（包括政治、宗教、飲食、文化等與我國的異同） 3.發現文化位階，解構對特定族群的刻板印象4.各組將收集到的新住民文化景點資料與全班分享
	四	讀史從自己	1.族譜繪製方法介紹 2.資訊融入教學：雲端XMIND數位家譜繪製 3.族譜相關資料蒐集：文字、史料、照片、音訊、影音、報導媒體報導、社群網站、雲端資料、住家地理資訊，以便整合在族譜裡
	五	你說，我寫繪族譜	學生雲端XMIND數位家譜繪製
	六	你說，我寫繪族譜	學生雲端XMIND數位家譜繪製
	七	小組合作報告	小組合作篩選族群代表性族譜發表與分享
	八	餐桌上的台灣味	1.原汁原味：介紹台灣原住民傳統飲食文化 2.原住民不只小米：穿梭過去與現在(例如：高山茶與咖啡)，了解原住民因應當代的作物變遷
	九	餐桌上的台灣味	1.介紹日治時期「台灣料理」，了解日治時期對台灣飲食的影響 2.介紹古早台灣味：庶民的餐桌，從家常食物、節慶辦桌食物與街頭小吃的文化意涵
	十	餐桌上的台灣味	1.介紹戰後飲食版圖的重劃，「中國菜」的混雜與在地化 2.介紹本土化下的族群、階級與飲食「傳統」的創造

【備查版】

	十一	異地生根台灣味	介紹新住民影響下的台灣飲食新南向風味
	十二	家鄉飄香味	學生小組合作手繪飲食文化地圖：各組將收集到的特色餐飲景點結合歷史文化資料，繪製成具有歷史意義的飲食文化地圖
	十三	小組合作報告	台灣飲食文化地圖發表與分享
	十四	悅聽•閱聽(原聲中的歷史)	1.原住民各族代表性歌曲之傳統文化意涵 2.現代至當代原民歌曲歷史敘說
	十五	悅聽•閱聽(歌謠曲風看政權遞嬗)	從民間歌謠介紹台灣歷史變遷
	十六	悅聽•閱聽(噤聲年代)	從禁歌介紹戒嚴時期台灣歷史與社會生活
	十七	唱自己的歌	小組合作以當下生活進行富有歷史文化意涵的歌曲創作
	十八	期末成果發表	小組合作分享歌曲創作與其歷史文化意涵介紹
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	一、 評量方式：個人學習歷程檔案、口頭報告、作業、作品、小組任務 二、 評量依據： 1.情意方面：從學生的經驗分享、發言內容及表現，觀察其是否能體會生活中的歷史痕跡，且具備積極、客觀的學習態度。 2.技能方面：從課程活動與小組合作中，評量學生是否能善用資訊軟體與網路，製作具有歷史意涵之作品。 3.認知方面：學生在課堂問答，考核其是否了解上課內容的發展與特色 三、 評量標準： 1.學期總成績(50%)： (1)認知方面30% (2)情意方面20% (3)技能方面30% (4)學習(出席次數)態度等各方面之整體表現20% 2.小組成績(50%)： (1)學科知識20% (2)上課態度30% (3)資料蒐集20% (4)小組合作30%	
備註：		

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 英語歌曲教唱II	
	英文名稱： English Songs II	
授課年段：	三下	學分總數： 2
課程屬性：	通識性課程	
議題融入：	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,	
	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：	學生圖像,	
學習目標：	1.透過英文歌曲，訓練學生基礎單字與文法等基本能力。 2.讓學生藉由學唱英文歌曲，增加使用英文的機會，並鍛鍊英文口說與發音。 3.透過歌詞的賞析，使學生具備欣賞音樂及文學的素養。	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	歌曲一	課程介紹、歌曲介紹（教師選）
	二	歌曲一	歌詞單字解釋
	三	歌曲一	歌詞中找文法
	四	歌曲一	MV賞析、歌曲練唱
	五	歌曲二	歌曲介紹（學生自選）
	六	歌曲二	歌詞單字解釋
	七	歌曲二	歌詞中找文法
	八	歌曲二	MV賞析、歌曲練唱
	九	歌曲三	歌曲介紹（學生自選）
	十	歌曲三	歌詞單字解釋
	十一	歌曲三	歌詞中找文法
	十二	歌曲三	MV賞析、歌曲練唱
	十三	歌曲四	歌曲介紹（學生自選）
	十四	歌曲四	歌詞單字解釋
	十五	歌曲四	歌詞中找文法
	十六	歌曲四	MV賞析、歌曲練唱
	十七	成果發表	歌曲賞析報告
	十八	成果發表	團體演出
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		

學習評量：	作業30%、口語測驗20%、紙筆（含聽力）測驗50%
備註：	

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 原民手作II	
	英文名稱：	
授課年段：	三下	學分總數： 4
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗	
議題融入：	環境、安全、生涯規劃、原住民族教育	
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, 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： C2.人際關係與團隊合作, C3.多元文化與國際理解,	
學生圖像：		
學習目標：	1.本課程為多元選修課程的一塊拼圖，其主要的理念在於學生對在地原住民文化發展(陶藝、玉石、咖啡、漂流木、黏銀土、皮革)手工藝術技術的創新與提升，使在地原民手工藝術創作能增加知名度；藉由教師社群的精進，再給予孩子相關創作知能，增進文藝欣賞與創作之能力，啟發孩子對原民創作的天分與藝術，不僅傳承原民文化藝術精神與產業，更能發揚原民文化的精神。 2.培養發現生活周遭環境之觀察力，增進藝術人文素養、涵養文化之能力，並藉創意設計練習，增進創造思考之能力。再經由創意發想與討論，學習機具操作要領與安全事項，熟悉各式材料之特性與應用、增進文化創意成品設計及製造能力。進而達到開拓生活視野、加強其人文關懷。 3.能實際操作咖啡萃取技術及咖啡拉花。 4.瞭解原民咖啡種植的產業文化背景，增加在地咖啡文化的認識 5.瞭解咖啡萃取技術流程，並實際操作。 6.能創作出原民手工藝術品，並公開分享創作想法，最後透過成果發表會展示藝術品與成果。 7.能欣賞原民作家的藝術作品，以啟發對藝術創作的靈感 8.能實地創作原民手工藝術創作，傳承部落文化精神	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	(一) 玉石蛋面製作	了解如何研磨蛋面
	二	(一) 玉石水滴製作	了解如何研磨水滴
	三	(一) 玉石心形製作	了解如何研磨心形
	四	(一) 玉石自由創作	自由創作研磨玉石
	五	(二) 咖啡豆的挑選	介紹各產地咖啡的風味
	六	(二) 咖啡的萃取	介紹及學習咖啡萃取的方法
	七	(二) 咖啡的烘焙	知道如何使用咖啡烘焙的機具
	八	(二) 咖啡的挑豆	了解如何挑除不良的咖啡豆
	九	(三) 酵素製作	了解蔬果酵素的用途
	十	(三) 酵素製作	明白酵素製作流程及比例
	十一	(三) 酵素製作	清楚酵素製作方式
	十二	(四) 棧板的取材	包括如何使用刨刀及切割取材
	十三	(四) 棧板的電燒	說明電燒原理及安全措施
	十四	(四)電燒木塗料	知道如何使用塗料及天然護木油
	十五	(五) 磁釦安裝	皮邊編織筆記本套
	十六	(五) 皮雕印花設計	皮雕印花工具使用與圖案設計
	十七	(五) 皮革上色	油性染料使用與邊油上色技法
	十八	(五) DIY手工皮帶	皮帶組裝與皮帶斬之使用
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		

【備查版】

學習評量：	學習評量內容：作業或體驗心得、作品(文字影音)、小組合作學習 1.機具使用30% 2.態度檢核10% 3.資料蒐集整理10% 4.參與討論20% 5.安全與衛生10% 6.作品創新與美感20%
備註：	

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 原住民文化創意(下)		
	英文名稱：		
授課年段：	三下	學分總數： 4	
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗		
議題融入：	多元文化、戶外教育、原住民族教育		
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： 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： C3.多元文化與國際理解,		
學生圖像：			
學習目標：	1.能利用分組合作學習，探索原住民海洋文化、排灣族手紋文化、傳統祭儀，並運用科技工具與策略進行提升觀察、思辨的深度與廣度，進行分析探索並提出有效的解決策略。（國V-U-A2）（科S-U-A2） 2.能透過蒐集、閱讀、討論、分析原住民海洋文化、排灣族手紋文化、傳統祭儀，以視覺圖像詮釋文化或故事的意義與觀點，並將原住民文化以文字、圖像、木片、玻璃、金屬、樹皮等多媒材整合科技工具設備創作靈活適切的文字與文創商品，培養資訊倫理，提升思辨能力及專業知能。(國V-U-B2)（科S-U-B2 ） 3.能以豐富的文化藝術涵養，陶冶優雅氣質，並藉由科技設備的認識與創作應用，將人文視野融入專業領域，強調技能與人性合一，欣賞科技產品之美感，啟發科技的創作與分享，塑造美好的生活情境。(國V-U-B3)（科S-U-B3 ） 4.能過閱讀、訪談、資料蒐集，並善用科技工具，主動關懷、欣賞國內外不同族群的文化特質，並順應時代脈動，立足本土，放眼全球，具備國際視野。(國V-U-C3)（科S-U-C3）		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	課程介紹	1. 說明課程進行及評量方式 2. 說明創客教室安全衛生事項與機具設備名稱及功能
	二	從原住民觀點看「海洋奇緣」	1. 介紹影像「海洋奇緣」中的太平洋紋身文化 2. 玻璃噴砂(融入太平洋紋身元素) 3. 小組報告(討論與製作)
	三	從原住民觀點看「海洋奇緣」	1. 圖騰紋身的所有權爭議：認識原住民族傳統智慧創作保護條例 2. 上網搜尋目前國內已獲保護的圖文創作 3. 分組討論有哪些圖文藝術值得申請智慧創作保護 4. 議題分享、小組報告 5. 學習單
	四	校外參訪 青藝節場勘	1. 原民文創聚落 2.青藝節展覽場地與佈展解說
	五	南島新視界- 地圖時鐘創作	1. 南島語系國家介紹與認識 2. 地圖時鐘繪製與創作 3. 雷射雕刻機原理與應用
	六	南島新視界- 紋身藝術與圖騰意象	1. 玻里尼西亞紋身圖騰解構 2. 圖像元素運用與繪製 3. 學習單(海龜、魟魚、雞蛋花…)
	七	南島新視界- 排灣族手紋文化	1. 介紹排灣手紋文化禁忌與限制 2. 介紹排灣手紋文化的社會性 3. 雷射雕刻機操作與應用(融入排灣族手紋元素) 4. 學習單(排灣手紋與印度HENNA)
	八	排灣族拍刺文化	1. 介紹排灣手紋拍刺技巧與工具 2. 繪製屬於自己的手紋圖案 (專家講座)
	九	部落田野調查行前準備(一)	1. 說故事的手：佳興部落排灣手紋踏查之旅行前學習單

【備查版】

			2. 上網搜尋講師經歷、報導及其論文著作。繪製佳興部落部落地圖。
	十	部落田野調查行前準備(二)	1. 會說故事的手：佳興部落排灣手紋踏查之旅行前學習單 2. 彙整田野調查的地點、擬定問題，及預期成果。說明如何繪製家族譜系，紀錄家族生命史。
	十一	人類學文獻閱讀與討論	1. Pakingecen(遮護)：當代土坂部落巫師的儀式實踐與部落認同/包惠玲 2. 介紹原住民青年藝術節展覽主題
	十二	部落田野調查（校外參訪）	1. 佳興部落入村/遮護儀式 2. 訪談耆老、與耆老共食、共享手紋的故事、認識在地飲食文化 3. 參觀部落歷史牆、認識巨型木雕裝置藝術意象
	十三	南島新視界- 樹皮布製作	1. 構樹樹皮選用技巧 2. 樹皮布敲打製作 3. 阿美族樹皮布文創產業現況 (專家講座)
	十四	南島新視界- 樹皮布創作	1. 樹皮布藝術創作 2. 樹皮布手繪與印染 3. 南島語族樹皮布文化介紹與分布 4. 學習單(打樹成衣) (專家講座)
	十五	策展與佈展	校內：原住民文化創意成果展覽 校外：原住民青年藝術節
	十六	策展與佈展	校內：原住民文化創意成果展覽 校外：原住民青年藝術節
	十七		
	十八		
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1.分組討論參與程度(30%) 2.分組報告內容統整性與創造性(20%) 3.陶藝創作作品完整性與文案故事性(20%) 4.實作歷程的學習與工作態度(30%)		
備註：	教學方法或策略 1.創造思考教學法 2.分組討論與發表法 3.合作學習法 4.協同教學法 5.示範與實作教學法		

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 原聲原味II	
	英文名稱：	
授課年段：	三下	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、多元文化、戶外教育、原住民族教育	
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, 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,	
學生圖像：	學生圖像,	
學習目標：	1. 透過學習並認知原住民族為主題進行跨領域學習(國文、自然、藝文、社會等科)，融會貫通學科知能。 2. 藉以原聲原味為發想主軸，連結原住民部落生活、文化習俗與農事技藝，並從多元角度理解原住民族，而分有文學篇、樂舞篇、議題篇、慶豐收篇等四大主題。 3. 建立並維護原民文化知識校園實踐場域：小米(原民耕田) 5. 透過實作，運用所學進行社會實踐與人文省思。	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	主題一、議題篇	議題(一):部落傳統泛靈信仰與新興宗教(宗教議題融入：西方宗教與傳統習俗之間)
	二	主題一、議題篇	實作課程：原民園收穫祭典
	三	主題一、議題篇	認識原住民部落與原民作物(小米)的故事
	四	主題一、議題篇	文化變遷中的原民作物
	五	主題一、議題篇	實作課程：田野資料樂舞賞析、影音剪輯與整理
	六	主題一、議題篇	議題(二):原住民的土地觀、財產制……
	七	主題一、議題篇	原住民族保留地之思與辯
	八	主題二、原民慶豐收	實作課程：原民園實作課程：採集
	九	主題二、原民慶豐收	實作課程：原住民小米食材DIY1
	十	主題二、原民慶豐收	實作課程：原住民小米食材DIY2
	十一	主題二、原民慶豐收	食物、食品銷售管道探討
	十二	主題二、原民慶豐收	小米美食-還是要喝吧！認識小米露
	十三	主題二、原民慶豐收	小米美食-還是要buy吧!?製作阿拜
	十四	主題二、原民慶豐收	公民行動：學生商店佈展與分享(結合文學、藝術、商業等領域)
	十五	主題二、原民慶豐收	實作課程：原民園/小米成果展籌備/田野資料樂舞賞析、影音剪輯與整理
	十六	主題二、原民慶豐收	心得回饋與交流
	十七	主題二、原民慶豐收	心得回饋與交流
	十八	主題二、原民慶豐收	課程總結
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		

學習評量：	1.主題成果報告40% 2.學習態度30% 3.分組討論(含實作)30%
備註：	一、跨領域協同教學： 1. 從國文學科角度出發：從原住民文學解讀原住民族群的傳統作物、祭儀、泛靈信仰及其相

	關樂舞文化內涵，最後搭配成果展進行原民文物創作與閱讀「悅」覽。 2. 從社會科角度出發：從原住民作物與祭儀出發，探討部落裡的文化變遷，並以公民行動實踐學生商店佈展主題，培養學生公民素養。 3. 從自然科角度出發：將自然科學植物的生長、觀察、紀錄與實驗結合原民園實作，並在作物豐收中，讓學生認識傳統食材美妙的化學變化與高營養價值。 5. 從藝術與人文美學出發：將農作物栽種知識，搭配適合校園環境適地適種，綠

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 旅行文學選讀		
	英文名稱：		
授課年段：	三下	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	安全、防災、閱讀素養、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,		
	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, C3.多元文化與國際理解,		
學生圖像：	學生圖像,		
學習目標：	一、閱讀旅行文學作品，結合景點與閱讀，提升旅行的深度與廣度。 二、培養學生對旅遊的深層思考能力以及對世界的好奇心，瞭解自己具有無限的可能性，樂於從旅行觀察世界，與不同文化對話，並進行自我探索與實現。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	課程導論	1.何謂「旅行文學」 2.旅行文學的特色 3.當代重要旅行文學作家
	二	出發	1.旅行文學的討論面向 2.引導學生思索「旅行」的動機與意義 3.鼓勵學生踏出去旅行體會人生
	三	地方飲食	1.以自身經驗出發描寫在地飲食文化 2.特色小吃的書寫模式與趣味性
	四	異國料理	1.認識日本飲食文化 2.透過季節更迭書寫飲食的多樣面貌之寫作手法
	五	美食分享SHOW	1.分組料理小吃或點心 2.介紹與分享 3.學生課前整理美食簡報（含圖集與說明）
	六	期中開卷考	
	七	分組報告(一)	
	八	高山探索	1.俯拾即是的旅行好去處：臺灣山水 2.紀行與抒情
	九	海洋探索	1.旅行的開闊想像：划船遠航 2.鼓勵學生出發旅行：「走，出去便有風景」
	十	【體育】野遊	1.健行、爬山等戶外教學活動 2.課前分組準備
	十一	冒險之旅	1.認識並感受沙漠的自然景觀與文化 2.冒險及實踐的旅行精神
	十二	分組報告(二)	
	十三	荒野風情	1.感受大漠與海島的不同風情 2.透過旅行思索自我及生命
	十四	城市漫遊	1.城市魅力：人文與自然共構的多樣性 2.旅途中歡快與孤獨交錯的情緒流動
	十五	回家	1.從「鄉情」看出旅行的意義 2.旅行的終站：家 3.旅行書寫：以情感意識為軸
	十六	課程結語	1.旅人的喃喃自語：日記體式 2.一趟「回家」之旅 3.再思考旅行的意義
	十七	旅行計畫 成果發表	1.分組簡報：介紹旅行計畫與成果 2.展覽：個人活動手冊及小組旅行手冊
	十八	旅行計畫 成果發表	1.分組簡報：介紹旅行計畫與成果 2.展覽：個人活動手冊及小組旅行手冊
	十九		
	二十		
	二十一		

	二十二		
學習評量：	期中考20% 期中作業:圖文寫作20% 平時作業(一)—美食旅遊:15% 平時作業(二)—體育旅遊:15% 期末成果發表:30%		
備註：	教材：《出發趣》 陳克明、葉家伶、劉宸芳、薛樂蓉、羅嘉欣主編 三民印刻，2018.02		

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 旅行遊世界	
	英文名稱：	
授課年段：	三下	學分總數： 2
課程屬性：	通識性課程	
議題融入：	環境、能源、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,	
	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：	學生圖像,	
學習目標：	1. 藉由社會領域的學習，從而獲得地理、歷史、公民等相關知識，可以說明區域特色。 2. 能藉由資料的收集分析歸納、小組合作、議題討論等方式進行學習，並能提出解決各種問題的能力。 3. 透過議題討論、小組合作，培養學生社會參與及溝通互動的素養，發展適切的人際關係，並展現包容、溝通協調等團隊合作的精神與行動。	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	台灣	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 3.公民議題探討
二	台灣	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 4.公民議題探討
三	亞洲(一)	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 5.公民議題探討
四	亞洲(一)	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 6.公民議題探討
五	亞洲(二)	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 7.公民議題探討
六	亞洲(二)	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 8.公民議題探討
七	歐洲	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 9.公民議題探討
八	歐洲	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 10.公民議題探討
九	北美洲	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 11.公民議題探討
十	北美洲	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 12.公民議題探討
十一	中南美洲	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 13.公民議題探討
十二	中南美洲	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 14.公民議題探討

【備查版】

	十三	非洲	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 15.公民議題探討
	十四	非洲	1.地理空間介紹 2.文化特色介紹 16.公民議題探討
	十五	成果展演	1.簡報與口頭報告
	十六	成果展演	1.簡報與口頭報告
	十七	成果展演	1.簡報與口頭報告
	十八	成果展演	1.簡報與口頭報告
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	一、評量方式： 個人學習歷程檔案、口頭報告、作業、作品 二、評量依據： 1.情意方面：從學生的經驗分享、發言內容及表現，觀察其是否能體會上課內容－自然與生活的科學觀，且具備積極、客觀的學習態度。 2.技能方面：從課程活動中，評量學生是否能對自然與生活作仔細觀察並提出見解。 3.認知方面：讓同學生在課堂問答，考核其是否了解上課內容的發展與特色。 三、評量標準： 1.學期總成績(50%):(1)認知方面30% (2)情意方面20% (3)技能方面30% (4)學習<出席次數>態度等各方之整體表現20% 2.作品成績(50%):(1)意見表達：30% (2)上課態度：30% (3)資料搜集：10% (4) 小組合作：30%		
備註：			

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 旅遊英文	
	英文名稱： Travel English I	
授課年段：	三下	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：	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： C3.多元文化與國際理解,	
學生圖像：	學生圖像,	
學習目標：	1.針對出門旅遊所需之英文，培養學生相關基礎聽說讀寫能力。 2.讓學生認識、欣賞不同國家、地區之風土民情，增進學生尊重、包容不同文化的涵養。 3.學生能藉由本課程增進英文口語表達，並有足夠的字彙量及會話能力，以利將來旅遊時能更順利。	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	單元一、旅遊英文（食）-Restaurant	各式餐廳、菜單
二	單元一、旅遊英文（食）-Restaurant	餐具、西式餐廳
三	單元一、旅遊英文（食）-Restaurant	速食餐廳（一）、速食餐廳（二）
四	單元一、旅遊英文（食）-Restaurant	在美食街、烹調方式
五	單元一、旅遊英文（食）-Restaurant	調味料、味道
六	單元一、旅遊英文（食）-Restaurant	烹飪教室、餐廳總結
七	單元二、旅遊英文（衣）-Clothing	衣物（一）
八	單元二、旅遊英文（衣）-Clothing	衣物（二）
九	單元二、旅遊英文（衣）-Clothing	帽與鞋
十	單元二、旅遊英文（衣）-Clothing	配件飾品
十一	單元二、旅遊英文（衣）-Clothing	顏色與圖案
十二	單元二、旅遊英文（衣）-Clothing	衣著總結
十三	單元三、旅遊英文（住）-Around Town	城市、商店街
十四	單元三、旅遊英文（住）-Around Town	街景、百貨公司
十五	單元三、旅遊英文（住）-Around Town	便利商店、郵局
十六	單元三、旅遊英文（住）-Around Town	銀行、警察與消防
十七	單元三、旅遊英文（住）-Around Town	飯店、飯店住宿
十八	單元三、旅遊英文（住）-Around Town	城市導覽總結
十九		
二十		
二十一		

【備查版】

	二十二		
學習評量：	作業30%、口語測驗20%、紙筆（含聽力）測驗50%		
備註：			

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 從編織看世界II		
	英文名稱：		
授課年段：	三下	學分總數： 2	
課程屬性：	通識性課程		
議題融入：	生涯規劃、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,		
	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：	學生圖像,		
學習目標：	1. 利用編織的基礎，培養對美善的人事物，進行賞析、建構與分享的態度與能力；同時具有實作能力。 2. 透過編織認識世界文化，語文(英語)與編織相互運用，達成國際教育的學習目標。 3. 透過課程，理解跨領域學科的各項知識，含語文、社會、藝術，並達成多元文化與國際理解的素養目標。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	英語編織/色彩學	1.Pinterest英語編織 2.色彩簡介與配色練習
	二	全球毛線材料介紹South America, Europe, US	全球毛線來源&特性:氣候，動物與保暖-美國、歐洲、 邊遠地區(蒙古西藏)與南美洲之手捻線
	三	Scotland/ Iceland/ Northern Europe/Remote Places 編織物品&圖騰賞析	1.冰島Lopi編織 2.蘇格蘭-費爾島Fair Isle圖案 3.北歐圖騰 4.蒙藏織品
	四	French Style 編織基礎技法練習	1.鉤針基礎練習 2.法式(歐洲大陸)棒針基礎練習
	五	French Style 編織基礎技法練習	1.鉤針基礎練習 2.法式(歐洲大陸)棒針基礎練習
	六	杯墊編織 (Crocheting)	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.內圈編織 4.修飾邊編織
	七	杯墊編織 (Crocheting)	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.內圈編織 4.修飾邊編織
	八	杯墊編織 (Crocheting)	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.內圈編織 4.修飾邊編織
	九	杯墊編織 (Crocheting)	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.內圈編織 4.修飾邊編織
	十	圍巾編織 (Nail Board)	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.長度編織
	十一	圍巾編織 (Nail Board)	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.長度編織
	十二	圍巾編織 (Nail Board)	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.長度編織
	十三	圍巾編織 (Nail Board)	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.長度編織
	十四	American Knitting Style膝上蓋毯	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.長度編織
	十五	American Knitting Style膝上蓋毯	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.長度編織
	十六	American Knitting Style膝上蓋毯	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.長度編織
	十七	American Knitting Style膝上蓋毯	1.色彩與圖案設計 2.起針輪廓 3.長度編織
	十八	綜合討論	討論分享與作品賞析
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		

【備查版】

學習評量：	操作技巧與實作 60% 學習態度40%
備註：	本課程在型塑學生的跨領域能力，採用的教學方法與策略有: 1. 多媒體影音教學: 書籍資料之外，搭配網路影音資料，增加活潑性。 2. 賞析及實作:觀摩國際作品，培養眼光，動手實作，提升技能與創新。 3. 跨學科素養學習: 將編織的國際資料整合，同時也整合了社會領域、藝術領域與英文領域的素養內容。 4. 培養終身學習的自學能力:透過學生自我資料查找，設計圖案等過程，完成自學能力、深化自我興趣，並達成終身學習的能力。

【備 查 版】

【備 查 版】

課程名稱：	中文名稱： 部落玩家-部落英語導覽II	
	英文名稱：	
授課年段：	三下	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、原住民族教育	
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, 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：	學生圖像,	
學習目標：	英語導覽解說是國際旅遊發展與部落之間的橋梁，而導覽解說的首要工作是認識原住民各族群的社會與文化，以掌握部落人文生態樣貌並將其介紹給國際旅遊人士。其次是進行地方特色產業的盤點，在了解部落特色產業現況後，提出如何以英語導覽解說部落特色產業以利國際旅遊人士來台參與原住民族文化與生態的旅遊。本課程將引導學生了解生態與社區及觀光之間的連結，並建立學生的英文導覽解說能力與技巧。此外，本課程對於部落旅遊的議題將進行進一步的反思與回饋，如祭儀文化觀光對於部落的衝擊。最後以分組方式進行導覽解說技巧的演練與報告。	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	Unit 1 1.課程介紹2.導覽解說的目標、 原則與技巧 3.台灣原住民族概況	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話 4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
二	Unit 1 1.課程介紹2.導覽解說的目標、 原則與技巧 3.台灣原住民族概況	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話 4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
三	Unit 2 東部&南部原住民族群的社會與文化	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
四	Unit 2 東部&南部原住民族群的社會與文化	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
五	Unit 3 東部原住民族部落的景點與旅遊現況—阿美族、噶瑪蘭族、太魯閣族地區	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
六	Unit 3 東部原住民族部落的景點與旅遊現況—阿美族、噶瑪蘭族、太魯閣族地區	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
七	Unit 4東部&南部原住民族部落的景點與旅遊現況—排灣族、魯凱族地區	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
八	Unit 4東部&南部原住民族部落的景點與旅遊現況—排灣族、魯凱族地區	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
九	Unit 5東部原住民族部落的景點與旅遊現況—卑南族、布農族地區	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話 4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
十	Unit 5東部原住民族部落的景點與旅遊現況—卑南族、布農族地區	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話 4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
十一	Unit 6西部原住民族群的社會與文化、西部原住民族部落的景點與旅遊現況--泰雅族、賽德克族、布農族、鄒族、邵族、平埔族地區	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
十二	Unit 6西部原住民族群的社會與文化、西部原住民族部落的景點與旅遊現況--泰雅族、賽德克族、布農族、鄒族、邵族、平埔族地區	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話4.短文閱讀與聽解 5.分組練習

【備查版】

	十三	Unit 7—北部原住民族群的社會與文化、北部原住民族部落的景點與旅遊現況—泰雅族、賽夏族、平埔族地區	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話 4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
	十四	Unit 7—北部原住民族群的社會與文化、北部原住民族部落的景點與旅遊現況—泰雅族、賽夏族、平埔族地區	1.解說導覽字彙 2.問答 3.簡短對話 4.短文閱讀與聽解 5.分組練習
	十五	Unit 8學生期末發表準備	學生擇定報告部落/社區，並準備書面(ppt)及口頭報告內容。
	十六	Unit 8學生期末發表準備	學生擇定報告部落/社區，並準備書面(ppt)及口頭報告內容。
	十七	Unit 9 學生期末發表	學生針對擇定特定部落/社區的英文導覽解說進行口頭期末報告。
	十八	Unit 9 學生期末發表	學生針對擇定特定部落/社區的英文導覽解說進行口頭期末報告。
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	課堂參與30%、學習單20%、書面報告20%、口頭報告30%		
備註：	本課程在型塑具備英語學習素養的學生，採用教學方法與策略有： 一、英語文領域共備教師社群：藉由成立教師社群，增強團隊教學成果，創發課程設計與發展，研究新課程並運作，激起教師教學熱情，活化教學策略。 二、英語文領域素養導向設計：透過英語文領域知識，培養學生英語人文素養， 建立多元學習視野，了解英語文化脈絡，讓學生具備國際文化的視野。		

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 運動心理學		
	英文名稱：		
授課年段：	三下	學分總數： 2	
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗		
議題融入：	生命、生涯規劃、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,		
	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：	學生圖像,		
學習目標：	一、學生能學習正念減壓、意象訓練之心理技能，促進運動表現。 二、學生能廣泛理解運動的多元內涵，提升運動素養，增進對運動的熱忱。 三、學生能運用文字或影象整理、紀錄個人學習歷程，並規劃未來生涯選擇。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	課程說明、自我介紹	運動心理學的概念和意義
	二	分組討論、影片欣賞	運動心理學的歷史
	三	影片欣賞、案例討論	運動心理學研究的現況與趨勢
	四	分組討論、影片欣賞	運動與人格(一)
	五	分組討論	運動與人格(二)
	六	分組討論	運動與焦慮
	七	學科知識複習	運動與覺醒
	八	學科知識複習	放鬆技術(一)
	九	期中考	紙筆測驗
	十	分組討論	放鬆技術(二)
	十一	分組討論、影片欣賞	運動與動機(一)
	十二	分組討論、影片欣賞	運動與動機(二)
	十三	分組討論、影片欣賞	歸因理論(一)
	十四	分組討論、影片欣賞	歸因理論(二)
	十五	學科知識複習	運動與攻擊
	十六	學科知識複習	觀眾的心理
	十七	學科知識複習	團隊凝聚的心理
	十八	期末考	期末綜合評量
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	平時表現:30% 期中測驗:30% 期末測驗:40%		
備註：	參考書籍 （一）季力康等譯（2008）競技與健身運動心理學 禾楓 （二）盧俊宏 運動心理學 師大書苑		

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 運動文學選讀	
	英文名稱：	
授課年段：	三下	學分總數： 2
課程屬性：	通識性課程	
議題融入：	資訊、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，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：	學生圖像，	
學習目標：	1.培養學生藉由一本本的運動文學作品中-小說、散文、傳記或影片或運動評論專欄中更加認識自己，看到了競技運動背後更加豐富的趣味之能力 2. 培養視覺之外的力度與美感素養。 3. 培養運動精神和特殊的人文風貌。 4. 培養嘗試觀察百態人生而提煉出箇中滋味的能力。 5. 培養學生運動生涯當中面對重要抉擇的能力。	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	(一)小說類 1. 雨中的3分58秒 2. 深夜加油站遇見蘇格拉底	文本介紹(一) 強風吹拂(含作者介紹)
二	(一)小說類 1. 雨中的3分58秒 2. 深夜加油站遇見蘇格拉底	分組討論
三	(一)小說類 1. 雨中的3分58秒 2. 深夜加油站遇見蘇格拉底	小組上台發表
四	(一)小說類 1. 雨中的3分58秒 2. 深夜加油站遇見蘇格拉底	文本介紹(二) 轉瞬為風(含作者介紹)
五	(一)小說類 1. 雨中的3分58秒 2. 深夜加油站遇見蘇格拉底	分組討論
六	(一)小說類 1. 雨中的3分58秒 2. 深夜加油站遇見蘇格拉底	小組上台發表
七	期中評量(一)	兩本小說擇一寫篇心得
八	(二)傳記類 1.天生就會跑 2. 重返艷陽下：阿姆斯特朗自傳	文本介紹(一) 天生就會跑(含作者介紹)
九	(二)傳記類 1.天生就會跑 2. 重返艷陽下：阿姆斯特朗自傳	分組討論、小組上台發表
十	(二)傳記類 1.天生就會跑 2. 重返艷陽下：阿姆斯特朗自傳	文本介紹(二) 重返艷陽下：阿姆斯特朗自傳(含作者介紹)
十一	(二)傳記類 1.天生就會跑 2. 重返艷陽下：阿姆斯特朗自傳	分組討論、小組上台發表
十二	期中評量(二)	看一部跟運動有關的影片並書寫心得
十三	(三)運動電影 1.經典棒球電影《百萬金臂》 2.《攻其不備The Blind Side》	1.運動電影介紹 2.借由介紹「演出最多運動電影的演員-凱文·科斯納」；「運動電影之導、演雙棲：克林伊斯威特」，來理解運動世界 3.迷人的電影，就像是平行時空的精彩球賽，拚膽識、拚技藝，也拚出一幕又一幕的歡呼人生
十四	(三)運動電影 1.經典棒球電影《百萬金臂》 2.《攻其不備The Blind Side》	《百萬金臂》的創作背景及主題、情節探究
十五	(三)運動電影 1.經典棒球電影《百萬金臂》 2.《攻其不備The Blind Side》	小組討論、報告
十六	(三)運動電影 1.經典棒球電影《百萬金臂》 2.《攻其不備The Blind Side》	《攻其不備》的創作背景及主題、情節探究

【備查版】

	十七	(三)運動電影 1.經典棒球電影《百萬金臂》 2.《攻其不備The Blind Side》	小組討論、報告
	十八	期末作業:	閱讀過文本或電影或運動評論或漫畫或動漫…..後，可以以一人獨立完成或數人合作或小組分工合作之方式繳交1-3份形式不拘的報告
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	期中評量(一)35% 期中評量(二)35% 課堂小組(含個人)回饋30%		
備註：			

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 認識臺灣原住民II	
	英文名稱：	
授課年段：	三下	學分總數： 2
課程屬性：	跨領域/科目專題	
議題融入：	人權、生涯規劃、多元文化、原住民族教育	
師資來源：	校內跨科協同	
課綱核心素養：	A自主行動：	
	B溝通互動： B2.科技資訊與媒體素養,	
	C社會參與：	
學生圖像：	學生圖像,	
學習目標：	國 S-U-C2 ：了解他人想法與立場，學習溝通、 相處之道，認知社會群體生活的重要性，積極參與、 學習協調合作的能力，發揮群策群力的團隊精神。 社-U-B2 ：善用各種科技、資訊、媒體，參與公共事務或解決社會議題，並能對科技、資訊與媒體的倫理問題進行思辨批判。 社-U-C3 ：珍視自我文化的價值，尊重並肯認多元文化，關心全球議題，以拓展國 際視野，提升國際移動力。 藝S-U-B3 ：善用多元感官，體驗與鑑賞藝術文化與生活。 藝 S-U-C4 ：探索在地及全球藝術與文化的多元與趨勢。 科 S-U	
教學大綱：	週次/序	單元/主題 / 內容綱要
	一	課程簡介 / 課程內容簡介與分組
	二	生命禮俗(一)：從出生到成長 / 臺灣原住民成為人子儀式之成長儀式
	三	生命禮俗(二)：從戀愛到婚禮 / 介紹臺灣原住民關於戀愛儀式
	四	生命禮俗(二)：從戀愛到婚禮 / 介紹臺灣原住民傳統結婚儀式
	五	生命禮俗(三)：死亡與喪葬儀式 / 介紹臺灣原住民傳統與現代葬禮型式
	六	實作體驗（資訊融入） / 以自己收集的幼時照片製作個人介紹簡報
	七	期中考-1 / 小組討論與分享、個人心得報告
	八	歲時祭儀文化：神祖之靈歸來 / 祭儀由來之傳說
	九	歲時祭儀文化：神祖之靈歸來 / 儀式與歌謠
	十	藝術之美：手工藝品 / 臺灣原住民傳統手工藝品介紹(融入藝術人文)
	十一	藝術之美：手工藝品 / 臺灣原住民傳統手工藝品欣賞(融入藝術人文)
	十二	藝術之美：樂舞文化 / 分組練習臺灣原住民族舞蹈創作(融入藝術人文)
	十三	藝術之美：樂舞文化 / 分組練習臺灣原住民族舞蹈創作(融入藝術人文)
	十四	期中考-2 / 發表個人或團體原住民舞蹈即興表演創作
	十五	命名制度：與親屬關係 / 命名制度、家名制度
	十六	命名制度：與親屬關係 / 親屬關係、親屬稱謂
	十七	世界南島語族 / 從語言、考古與物質文化看南島語族的遷徙
	十八	期末考 / 個人或小組發表期末心得
	十九	
	二十	
	二十一	
	二十二	
學習評量：	1.討論與發表(40%) 2.報告作業內容(30%) 3.出席率 (31%)	
備註：	輔助教材: 網站「台灣原住民文化知識網」(https://knowlegde.gov.taipei/Default.aspx)	

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

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： 專項術科課程(高一田徑)		
	英文名稱：		
授課年段：	一上、一下	學分總數： 2	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	性別平等 、品德 、生命 、法治 、安全 、生涯規劃 、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 A4.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：	請填入線上系統中所填列的學生圖像項目，如有兩上以上請以頓號【、】做分隔		
學習目標：	高一上 一、認識田徑運動專項體能、基本動作、基礎技巧。 二、瞭解田徑運動專項力量、穩定核心能力。 三、學習問題分析與解決行為。 四、執行田徑戰術戰略練習。 高一下 一、能依專項運動之特性執行個人體能訓練，增進專項運動之競技體適能。 二、能藉由專項運動技術的學習與鍛練，發展個人與團隊之專項運動技術水準。 三、深化田徑運動動作技巧、加速度能力提升。 四、熟練田徑專項運動戰術戰略綜合能力並表現運用於比賽中。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	一上:專項基礎動作訓練。(節奏、敏捷) 一下:一般體能訓練。(基礎有氧耐力)	一上:跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術。 一下:心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。
	二	一上:專項基礎動作訓練。(節奏、敏捷) 一下:一般體能訓練。(基礎有氧耐力)	一上:跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術。 一下:心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。
	三	一上:各項基礎技術影片賞析並演練。 一下:持續加強柔軟度及心肺耐力強化。(高雄港都盃賽前減量訓練)	一上:技術模擬熟悉度。 一下:高雄港都盃(賽前減量訓練)。
	四	一上:各項基礎技術影片賞析並演練。 一下:高雄港都盃。(比賽週)	一上:技術模擬熟悉度。 一下:高雄港都盃(比賽週)，按照比賽日程進行各項賽事。。
	五	一上:進階認識並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術。(第一次段考訓練前安排閱讀時間) 一下:透過溝通與討論了解並練習心理技巧。(段考前閱讀)	一上:跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術與距離、高度、時間與速度之關係。(完成學科交付之作業) 一下:基本技術模擬檢核與修正並配合比賽心理因素動作演練。(針對國英數配合課任老師加強學業)
	六	一上:轉化基礎動作課表操作(第一次段考)。 一下:配合少量課表技術模擬演練。(第一次段考)	一上:短程技術演練。(配合段考時間搭配閱讀時間) 一下:基本技術檢核與修正並且利用少量靠表加強學生比賽能力(段考)。
	七	一上:新北城市盃。(賽前減量訓練) 一下:持續加強敏捷、協調、瞬發力與基礎速度等專項體能。	一上:搭配少量訓練達到賽前減量調整。 一下:透過課表檢測各項專項能力並紀錄。

	八	一上:新北城市盃。(比賽週)。 一下:持續加強敏捷、協調、瞬發力與基礎速度等專項體能。	一上:依據每日比賽日程進行比賽並作比賽分析。 一下:要求起跑技術訓練、以及出手速度。
	九	一上:全國中等錦標賽。(賽前減量訓練) 一下:連假。(安排短期移地訓練)	一上:依據每日比賽日程進行比賽並作比賽分析。 一下:更換不環境進行訓練，也讓選手轉換心情。
	十	一上:賽後恢復。 一下:全國中等學校運動會。(減量強週)	一上:維持能量訓練及逐步了解運動防護基本概念。 一下:減量訓練逐步調整至高峰。
	十一	一上:減量弱週。 一下:全國中等學校運動會。(減量弱週)	一上:維持能量訓練及逐步了解運動防護基本概念。 一下:減量訓練逐步調整至高峰。
	十二	一上:屏東盃中小學田徑賽。 一下:全國中等學校運動會。(比賽週)	一上:依據每日比賽日程進行比賽並作比賽分析。(屏東盃) 一下:依據每日比賽日程進行比賽並作比賽分析。(全中運)
	十三	一上:第二次段考。(校慶運動會及球類競賽) 一下:第二次段考。	一上:當週前三天都是段考不做課表訓練。(利用課餘動態操、有氧慢跑維持體能) 一下:段考後安排球類活動。
	十四	一上:觀看當年度自身比賽影片。(知道並練習溝通與表達) 一下:重點賽事後安排動態休息。(機能恢復)	一上:觀看比賽影片並學習說出自身主要問題。(以供未來訓練參考依據) 一下:集合、點名後，依學生興趣安排體育活動。
	十五	一上:冬季訓練。(訓練期前期) 一下:全身性體能、跑步基礎動作再強化。	一上:進行上半年賽後審視不足部份，先以量的形式達到訓練效益。(例:知道並操作接力動作之基礎技術) 一下:知道一般體能及專項體能與跑、跳、擲/踢、蹬、划間之關係。
	十六	一上:冬季訓練。(訓練期) 一下:全身性體能、跑步基礎動作再強化。	一上:體能能量的儲備。(有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念) 一下:有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念。
	十七	一上:訓練期短恢復週。 一下:學校水上動會。	一上:稍微做個有氧恢復訓練即可並做點簡單測驗。 一下:安排搭配泳池體能訓練手段並藉以讓選手訓練游泳技巧。
	十八	一上:專項訓練期準備期。 一下:增進環境適應的能力。	一上:心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。 一下:訓練與競賽環境適應。
	十九	一上:專項訓練期準備期。 一下:認識及實施配速。	一上:心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。 一下:配速概念。
	二十	一上:第三次段考。 一下:第三次段考。	一上:段考。(不做課表訓練但利用課餘維持體能狀態) 一下:段考。(不做課表訓練但利用課餘維持體能狀態)
	二十一		
	二十二		
學習評量：	規則測驗20%、比賽50%、戰術設計學習單30%		
備註：			

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項術科課程(高一足球)		
	英文名稱：		
授課年段：	一上、一下	學分總數： 2	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	性別平等、品德、生命、法治、安全、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、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：	學生圖像		
學習目標：	高一上 一、加強選手基本動作與體能訓練如，盤球、傳球、停球、射門、重量、體能練習。 二、能藉由專項運動技術的學習與鍛練，發展個人與團隊之專項運動技術水準。 高一下 一、加強選手基本動作與體能訓練如，盤球、傳球、停球、射門、重量、體能練習。 二、能藉由專項運動技術的學習與鍛練，發展個人與團隊之專項運動技術水準。 三、尊重競技運動文化，且表現出符合運動倫理道德之行為。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	一上：（體)知道並進行陣地攻守性球類運動體能訓練要領，提升基本能力與訓練效能 一下：（技)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	一上： (體)陣地攻守性球類運動基本心肺耐力、肌（耐）力、平衡伸展 一下： (技)陣地攻守性球類運動之個人與小組傳接、進攻與防守等基本技術
	二	一上：（體)知道並進行陣地攻守性球類運動體能訓練要領，提升基本能力與訓練效能 一下：（技)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	一上： (體)陣地攻守性球類運動基本心肺耐力、肌（耐）力、平衡伸展 一下： (技)陣地攻守性球類運動之個人與小組傳接、進攻與防守等基本技術
	三	一上：（體)知道並進行陣地攻守性球類運動體能訓練要領，提升基本能力與訓練效能 一下：（戰)建立陣地攻守性球類運動團隊合作基礎概念，練習團隊戰術的策略運用	一上： (體)陣地攻守性球類運動基本心肺耐力、肌（耐）力、平衡伸展 一下： (戰)陣地攻守性球類運動之運動規則
	四	一上：（體)知道並進行陣地攻守性球類運動體能訓練要領，提升基本能力與訓練效能 一下：（戰)建立陣地攻守性球類運動團隊合作基礎概念，練習團隊戰術的策略運用	一上： (體)陣地攻守性球類運動基本心肺耐力、肌（耐）力、平衡伸展 一下： (戰)陣地攻守性球類運動之運動規則
	五	一上：（技)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 一下：（心)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	一上： (技) 陣地攻守性球類運動之運（控）、投、頂、接、射（踢）、罰等，個人基本進攻動作 一下： (心)陣地攻守性球類運動之自我狀況了解、互助合作與正向溝通
	六	一上：（技)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 一下：（心)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	一上： (技) 陣地攻守性球類運動之運（控）、投、頂、接、射（踢）、罰等，個人基本進攻動作 一下： (心)陣地攻守性球類運動之自我狀況了解、互助合作與正向溝通
	七	一上：（體)知道並進行陣地攻守性球類運動體能訓練要領，提升基本	一上： (體)陣地攻守性球類運動基本敏捷協調、瞬發力

		能力與訓練效能 一下：(體)知道並進行陣地攻守性球類運動體能訓練要領，提升基本能力與訓練效能	與速度 一下： (體)陣地攻守性球類運動基本心肺耐力、肌（耐）力、平衡伸展
	八	一上：(體)知道並進行陣地攻守性球類運動體能訓練要領，提升基本能力與訓練效能 一下：(體)知道並進行陣地攻守性球類運動體能訓練要領，提升基本能力與訓練效能	一上： (體)陣地攻守性球類運動基本敏捷協調、瞬發力與速度 一下： (體)陣地攻守性球類運動基本心肺耐力、肌（耐）力、平衡伸展
	九	一上：(技)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 一下：(技)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	一上： (技)陣地攻守性球類運動之抄、截、盯人與區域等，個人基本防守動作與步伐 一下： (技)陣地攻守性球類運動之個人與小組傳接、進攻與防守等基本技術
	十	一上：(技)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 一下：(技)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	一上： (技)陣地攻守性球類運動之抄、截、盯人與區域等，個人基本防守動作與步伐 一下： (技)陣地攻守性球類運動之個人與小組傳接、進攻與防守等基本技術
	十一	一上：(體)知道並進行陣地攻守性球類運動體能訓練要領，提升基本能力與訓練效能 一下：(戰)建立陣地攻守性球類運動團隊合作基礎概念，練習團隊戰術的策略運用	一上： (體)陣地攻守性球類運動基本心肺耐力、肌（耐）力、平衡伸展 一下： (戰)陣地攻守性球類運動之團隊進攻與防守基礎概念
	十二	一上：(體)知道並進行陣地攻守性球類運動體能訓練要領，提升基本能力與訓練效能 一下：(戰)建立陣地攻守性球類運動團隊合作基礎概念，練習團隊戰術的策略運用	一上： (體)陣地攻守性球類運動基本心肺耐力、肌（耐）力、平衡伸展 一下： (戰)陣地攻守性球類運動之團隊進攻與防守基礎概念
	十三	一上：(技)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 一下：(戰)建立陣地攻守性球類運動團隊合作基礎概念，練習團隊戰術的策略運用	一上： (技) 陣地攻守性球類運動之運（控）、投、頂、接、射（踢）、罰等，個人基本進攻動作 一下： (戰)陣地攻守性球類運動團隊戰術策略
	十四	一上：(技)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 一下：(戰)建立陣地攻守性球類運動團隊合作基礎概念，練習團隊戰術的策略運用 (心)知道陣地攻守性球類運動中自我角色與狀況，	一上： (技) 陣地攻守性球類運動之運（控）、投、頂、接、射（踢）、罰等，個人基本進攻動作 一下： (戰)陣地攻守性球類運動團隊戰術策略
	十五	一上：(技)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 一下：(體)知道並進行陣地攻守性球類運動體能訓練要領，提升基本能力與訓練效能	一上： (技)陣地攻守性球類運動之抄、截、盯人與區域等，個人基本防守動作與步伐 一下： (體)陣地攻守性球類運動基本心肺耐力、肌（耐）力、平衡伸展
	十六	一上：(技)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 一下：(體)知道並進行陣地攻守性球類運動體能訓練要領，提升基本能力與訓練效能	一上： (技)陣地攻守性球類運動之抄、截、盯人與區域等，個人基本防守動作與步伐 一下： (體)陣地攻守性球類運動基本心肺耐力、肌（耐）力、平衡伸展
	十七	一上：(技)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 一下：(心)知道陣地	一上： (技)陣地攻守性球類運動之個人與小組傳接、進攻與防守等基本技術

【備查版】

		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	一下： (心)陣地攻守性球類之運動員精神
	十八	一上：(技)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 一下：(心)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	一上： (技)陣地攻守性球類運動之個人與小組傳接、進攻與防守等基本技術 一下： (心)陣地攻守性球類之運動員精神
	十九	一上：(體)知道並進行陣地攻守性球類運動體能訓練要領，提升基本能力與訓練效能 (技)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 一下：(體)知道並進行陣地攻守性球類運動體能訓練要	一上： (體)陣地攻守性球類運動基本心肺耐力、肌（耐）力、平衡伸展 (技)陣地攻守性球類運動之個人與小組傳接、進攻與防守等基本技術 一下： (體)陣地攻守性球類運動基本心肺耐力、肌（耐）力、平衡伸展
	二十	一上：(體)知道並進行陣地攻守性球類運動體能訓練要領，提升基本能力與訓練效能 (技)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 一下：(戰)認識並遵守競賽規則、指令與禮儀	一上： (體)陣地攻守性球類運動基本心肺耐力、肌（耐）力、平衡伸展 (技)陣地攻守性球類運動之個人與小組傳接、進攻與防守等基本技術 一下： (戰)專項運動規則與禮儀
	二十一		
	二十二		
學習評量：	規則測驗20%、比賽50%、戰術設計學習單30%		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項術科課程(高一柔道)		
	英文名稱：		
授課年段：	一上、一下	學分總數： 2	
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、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		
學生圖像：	學生圖像		
學習目標：	一、充實柔道專項運動知能，建構完整的柔道運動概念。 二、提升運動技能，發展個人柔道運動專長。 三、積極參與柔道運動訓練與比賽，養成自主自律的運動習性。 四、培養柔道運動競技精神，表現良好運動風度。 五、體驗柔道運動訓練的歷程，並欣賞運動競技之美，豐富運動員生命的價值。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	一上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技) 一下： 增加個人動作技術(體、技)	一上： 1.綜合體能訓練 2.重量訓練 3.得意技技術研究 4.專項動作移動變化及應用 一下： 1.綜合體能訓練 2.橡皮筋增進動作速度力量訓練 3.立技動作練習 4.寢技動作練習 5.重量訓練
	二	一上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技) 一下： 增加個人動作技術(體、技)	一上： 1.綜合體能訓練 2.專項肌耐力訓練 3.重量訓練 4.柔道衣抓握變化及應用 5.自由對摔 一下： 1.綜合體能訓練 2.橡皮筋增進動作速度力量訓練 3.立技動作練習 4.寢技動作練習 5.重量訓練
	三	一上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技) 一下： 增加個人動作技術(體、技)	一上： 1.綜合體能訓練 2.重量訓練 3.專項肌耐力訓練 4.柔道衣抓握變化及應用5.專項動作移動變化及應用 6.自由對摔 一下： 1.綜合體能訓練 2.橡皮筋增進動作速度力量訓練 3.立技動作練習 4.寢技動作練習 5.重量訓練
	四	一上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技) 一下： 增加個人動作技術(體、技)	一上： 1.綜合體能訓練 2.重量訓練 3.專項肌耐力訓練 4.得意技技術研究 5.專項動作移動變化及應用 6.自由對摔 一下： 1.綜合體能訓練 2.橡皮筋增進動作速度力量訓練 3.立技動作練習 4.寢技動作練習 5.重量訓練
	五	一上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技) 一下： 賽季前期增強訓練(體、技)	一上： 1.綜合體能訓練 2.重量訓練 3.動作連絡技運用 4.寢技基本動作訓練 5.得意技技術研究 6.自由對摔 一下： 1.綜合體能訓練 2.專項體能能力增強訓練 3.專項高負荷訓練 4.摔技與反擊技之運用
	六	一上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技) 一下： 賽季前期增強訓	一上： 1.綜合體能訓練 2.專項肌力增強訓練 3.重量訓

【備查版】

	練(體、技)	練 4.得意技技術研究 5.寢技基本動作訓練 6.自由對摔 一下： 1.綜合體能訓練 2.專項體能能力增強訓練 3.專項高負荷訓練 4.摔技與反擊技之運用
七	一上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技)一下： 賽季前期增強訓練(體、技)	一上： 1.綜合體能訓練 2.專項肌力增強訓練 3.重量訓練 4.動作連絡技運用 5.得意技技術研究 6.寢技基本動作訓練 一下： 1.綜合體能訓練 2.專項體能能力增強訓練 3.專項高負荷訓練 4.摔技與反擊技之運用
八	一上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技)一下： 賽季前期增強訓練(體、技)	一上： 1.綜合體能訓練 2.重量訓練 3.專項肌力增強訓練 4.動作連絡技運用 5.寢技基本及動作訓練 6.得意技技術研究 一下： 1.綜合體能訓練 2.專項體能能力增強訓練 3.專項高負荷訓練 4.摔技與反擊技之運用
九	一上： 動作結合比賽之模擬(心、技、體)一下： 賽季高強度訓練(心、技、體)	一上： 1.綜合體能訓練 2.專項肌力爆發力訓練 3.摔倒連絡寢技之運用 4.模擬比賽及心理訓練 一下： 1.綜合體能訓練 2.專項爆發力訓練 3.對摔模擬比賽及戰術應用 4.選手心理訓練
十	一上： 動作結合比賽之模擬(心、技、體)一下： 賽季高強度訓練(心、技、體)	一上： 1.綜合體能訓練 2.專項肌力爆發力訓練 3.摔倒連絡寢技之運用 4.模擬比賽及心理訓練 一下： 1.綜合體能訓練 2.專項爆發力訓練 3.對摔模擬比賽及戰術應用 4.選手心理訓練
十一	一上： 動作結合比賽之模擬(心、技、體)一下： 賽季高強度訓練(心、技、體)	一上： 1.綜合體能訓練 2.專項肌力爆發力訓練 3.摔倒連絡寢技之運用 4.模擬比賽及心理訓練 一下： 1.綜合體能訓練 2.專項爆發力訓練 3.對摔模擬比賽及戰術應用 4.選手心理訓練
十二	一上： 個人技術研究及動作修正(技、體)一下： 賽季高強度訓練(心、技、體)	一上： 1.綜合體能訓練 2.協調性訓練 3.自我放鬆及專項基本動作矯正 4.賽後檢討及修正 一下： 1.綜合體能訓練 2.專項爆發力訓練 3.對摔模擬比賽及戰術應用 4.選手心理訓練
十三	一上： 個人技術研究及動作修正(技、體)一下： 賽季高強度訓練(心、技、體)	一上： 1.綜合體能訓練 2.協調性訓練 3.自我放鬆及專項基本動作矯正 4.賽後檢討及修正 一下： 1.綜合體能訓練 2.動作組合訓練 3.動作檢討及修正 4.立技聯絡寢技訓練
十四	一上： 個人技術研究及動作修正(技、體)一下： 賽季高強度訓練(心、技、體)	一上： 1.綜合體能訓練 2.協調性訓練 3.自我放鬆及專項基本動作矯正 4.賽後檢討及修正 一下： 1.綜合體能訓練 2.動作組合訓練 3.動作檢討及修正 4.立技聯絡寢技訓練
十五	一上： 個人技術研究及動作修正(技、體)一下： 賽季高強度訓練(心、技、體)	一上： 1.綜合體能訓練 2.協調性訓練 3.自我放鬆及專項基本動作矯正 4.賽後檢討及修正 一下： 1.綜合體能訓練 2.動作組合訓練 3.動作檢討及修正 4.立技聯絡寢技訓練

【備查版】

	十六	一上： 動作修正及戰術應用與研究(體、技) 一下： 賽後調整期(體、技)	一上： 1.綜合體能訓練 2.反擊技訓練 3.寢技勒頸技術研究 4.反擊動作之應用 一下： 1.綜合體能維持訓練 2.個人基本動作修正 3.自我放鬆訓練 4.團體休閒運動競賽
	十七	一上： 動作修正及戰術應用與研究(體、技) 一下： 賽後調整期(體、技)	一上： 1.綜合體能訓練 2.反擊技訓練 3.寢技勒頸技術研究 4.反擊動作之應用 一下： 1.綜合體能維持訓練 2.個人基本動作修正 3.自我放鬆訓練 4.團體休閒運動競賽
	十八	一上： 動作修正及戰術應用與研究(體、技) 一下： 賽後調整期(體、技)	一上： 1.綜合體能訓練 2.反擊技訓練 3.寢技勒頸技術研究 4.反擊動作之應用 一下： 1.綜合體能維持訓練 2.個人基本動作修正 3.自我放鬆訓練 4.團體休閒運動競賽
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1.平時學習團隊相處情況 40% 2.參賽情況 20% 3.評量檢測 20% 4.出缺席 20%		
備註：			

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項術科課程(高一射箭)		
	英文名稱： Archery		
授課年段：	一上、一下	學分總數： 2	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	性別平等 人權 環境 品德 生命 法治 科技 資訊 安全 家庭教育 生涯規劃 多元文化 戶外教育 國際教育 原住民族教育		
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 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：	請填入線上系統中所填列的學生圖像項目，如有兩上以上請以頓號【、】做分隔		
學習目標：	一、認識個人射箭生理特質，實施初階一般體能訓練，將訓練效能發揮於動作技能上。 二、知道並實施初階射箭體能訓練，將訓練效能發揮於動作技能上。 三、認識並模仿射箭基本動作組合表現，發展多元運動潛能。 四、知道並進行射箭動作規劃與整體性情蒐，培養相關科技及資訊的基本素養 五、認識並遵守射箭競賽規則、指令與禮儀。 六、認識並練習相關心理技能，應用人際溝通技巧，處理競技運動的問題。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	一上：射箭基本原理與 觀念介紹 一下 射箭基本原理與 觀念介紹	一上： 體能：認識個人生理特質-基本與專項體能檢測 技術：認識並了解射箭基本動作組合之原理 戰術：認識射箭基本規則與禮儀心理：認識並練習射箭相關心理技能 一下： 體能：個人基本肌力與核心肌群增強訓練。 技術：加強個人動作穩定性與動作正確性(近距離動作調整300支)
	二	一上：射箭基本原理與 觀念介紹 一下：射箭基本原理與 觀念介紹	一上： 體能：認識個人生理特質-基本與專項體能檢測 技術：認識並了解射箭基本動作組合之原理 戰術：認識射箭基本規則與禮儀 心理：認識並練習射箭相關心理技能 一下： 體能：個人肌力(重量訓練)與核心肌群增強訓練。 技術：加強個人動作穩定性與動作正確性 戰術：觀看國外射箭競賽影片-觀摩學
	三	一上：射箭基本原理與觀念介紹 一下： 專項技術穩定與賽前模擬 課程	一上： 體能：認識個人生理特質-基本與專項體能檢測 技術：認識並了解射箭基本動作組合之原理 戰術：認識射箭基本規則與禮儀 心理：認識並練習射箭相關心理技能 一下： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：熟悉比賽規則 心理：以意象訓練為主，加強選手抗壓能力
	四	一上：專項技術體能強化 一下：專項技術賽中穩定度調整	一上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：加強前手動作穩定性 戰術：觀看國外優秀選手比賽影片-映像訓練 心理：設定全運會分數目標

【備查版】

			一下： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：遵守比賽規則與射箭場禮儀 心理：應用呼吸調整緊張情緒 心理：以意象訓練為主，加強選手抗壓能力
	五	一上：專項技術賽前模擬課程 一下：專項技術賽中穩定度調整	一上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：加強前手動作穩定性 戰術：比賽情境模擬訓練-個人循環對抗訓練 一下： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：遵守比賽規則與射箭場禮儀 心理：增強企圖心 心理：訂定自我青年盃目標
	六	一上：專項技術賽前模擬課程 一下：專項技術賽中穩定度調整	一上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：加強前手動作穩定性 戰術：比賽情境模擬訓練-團體、混雙對抗訓練 心理：專注力、呼吸訓練 一下： 體能：加強基本體能與專項體能穩定性 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：遵守比賽規則與射箭場禮儀 心理：自我對話的重要性 心理：呼吸訓練與自我對話課程
	七	一上：專項技術與 賽前模擬課程 一下：專項技術與賽後檢討課程	一上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：比賽情境模擬訓練-狀況演練-加射、10秒 心理：加強比賽時的自我對話-增強企圖心 一下： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：分組討論-賽後成績檢討與調整
	八	一上：專項技術賽中穩定度調整 一下：專項技術穩定與賽前模擬 課程	一上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：加強前手動作穩定性 戰術：遵守射箭比賽規則 心理：應用呼吸調整緊張情緒 一下： 體能：專項體能與核心肌群增強訓練。 技術：加強個人動作穩定性與動作正確性 戰術：比賽情境模擬訓練-對抗賽、加射 心理：以意象訓練為主，加強選手抗壓能力
	九	一上：專項技術 賽後檢討訂定短程目標 一下：專項技術穩定與賽中心理課程	一上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：加強前手動作穩定性 戰術：賽後檢討與心得分享、訂定總統盃目標 一下： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：熟悉比賽規則 心理：以意象訓練為主，加強選手抗壓能力
	十	一上：專項技術賽前模擬課程 一下：熟練專項技術與賽中各項情境模擬	一上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：比賽情境模擬訓練-團體、混雙對抗訓練 心理：加強比賽時的自我對話-增強企圖心 一下：

【備查版】

		體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：遵守比賽規則與射箭場禮儀 心理：意象訓練為主，加強選手抗壓能力
十一	一上：專項技術賽中穩定度調整 一下：專項技術與賽後檢討課程	一上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：遵守比賽規則與射箭場禮儀 心理：應用呼吸調整緊張情緒 一下： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：分組討論-賽後成績檢討與調整 心理：訂定與調整下一階段目標
十二	一上：專項技術賽中穩定度調整 一下：基本體能專項技術穩定	一上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：遵守比賽規則與射箭場禮儀 心理：增強企圖心 一下： 體能：多元化體能-增加力量、柔韌性與協調性 技術：增強個人動作的正確性及穩定性(近距離動作調整每日300支)。
十三	一上：專項技術賽中穩定度調整 一下： 1.專項技術體能(重量訓練) 2.射箭節奏與集中性訓練	一上： 體能：加強基本體能與專項體能穩定性 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：遵守比賽規則與射箭場禮儀 心理：自我對話的重要性 一下： 體能：重量訓練，提升體能，拉大技術成長的空間。 技術：加強個人動作穩定性與動作正確性(近距離動作調整每日300支)。 戰術：觀看國外射箭競賽影片-觀摩學習 心理：放鬆與注意力訓練
十四	一上：專項技術穩定認識自我 一下： 1.專項技術體能(重量訓練) 2.射箭節奏與集中性訓練	一上： 體能：加強基本體能與專項體能穩定性 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：賽後成績檢討與調整 一下： 體能：重量訓練，提升體能，拉大技術成長的空間。 技術：加強個人動作穩定性與動作正確性(70M集中性訓練) 心理：放鬆與注意力訓練
十五	一上：專項技術穩定認識自我 一下： 1.專項技術體能(重量訓練) 2.射箭節奏與集中性訓練	一上： 體能：加強基本體能與專項體能穩定性 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：賽後成績檢討與調整 一下： 體能：重量訓練，提升體能，拉大技術成長的空間。 技術：加強個人動作穩定性與動作正確性(70M節奏訓練)。 心理：放鬆與注意力訓練

【備查版】

	十六	一上：專項技術穩定認識自我 一下： 1.重量與核心訓練 2.70M個人、混雙、團體對抗賽訓練	一上： 體能：加強基本體能與專項體能穩定性 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 心理：認識目標設定與自我對話的重要性 一下： 體能：專項體能與核心肌群增強訓練。 技術：加強個人動作穩定性與動作正確性 戰術：比賽情境模擬訓練-個人積點積分測驗 心理：以意象訓練為主，加強選手抗壓能力
	十七	一上：認識專項體能認識自我 一下： 1.重量與核心訓練 2.70M個人、混雙、團體對抗賽訓練	一上： 體能：多元化體能-增加力量、柔韌性與協調性 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：觀看國外射箭競賽影片-觀摩學習 心理：加強目標設定與自我對話的設定 一下： 體能：專項體能與核心肌群增強訓練。 技術：加強個人動作穩定性與動作正確性 戰術：比賽情境模擬訓練-個人循環對抗練習 心理：以意象訓練為主，加強選手抗壓能力
	十八	一上：認識專項體能認識自我 一下： 1.重量與核心訓練 2.70M狀況演練(比賽情境模擬訓練)	一上： 體能：多元化體能-增加力量、柔韌性與協調性 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：分組討論-國外選手動作優缺點 心理：加強目標設定與自我對話的設定 一下： 體能：專項體能與核心肌群增強訓練。 技術：加強個人動作穩定性與動作正確性 戰術：比賽情境模擬訓練-對抗賽、加射 心理：以意象訓練為主，加強選手抗壓能力 心理：以意象訓練為主，加強選手抗壓能力
	十九	一上：專項技術穩定與目標設定 一下：放鬆與學年度成績檢討	一上： 體能：多元化體能-增加力量、柔韌性與協調性 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：分組討論-檢討自我動作優缺點，擬定自我訓練計劃。 一下： 體能：放鬆訓練。 技術：加強個人基本動作穩定性與正確性(70M節奏訓練)。 心理：學年度成績總檢討
	二十	一上：期末測驗 一下：期末測驗	一上： 體能：最大肌力與基本體能檢測。 技術：期末70M雙局測驗/70M循環對抗測驗 戰術：期末整體表現檢討與考進 心理：放鬆與注意力訓練 一下： 體能：最大肌力與基本體能檢測。 技術：期末70M雙局測驗/70M循環對抗測驗 戰術：期末整體表現檢討與考進 心理：放鬆與注意力訓練 心理：放鬆與注意力訓練
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1.平時學習團隊相處情況；40% 2.參賽情況：20% 3.評量檢測：20% 4.出缺席：20%		

【備查版】

備註：	一、青年盃、全中運、總統盃競賽成績 二、賽後心得撰寫 三、平時專項與體能測驗

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項術科課程(高一射擊)	
	英文名稱： Shooting	
授課年段：	一上、一下	學分總數： 2
課程屬性：	體育班	
議題融入：	性別平等 、品德 、生命 、法治 、安全 、生涯規劃 、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 A1.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 B1.藝術涵養與美感素養	
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作 C1.多元文化與國際理解	
學生圖像：	請填入線上系統中所填列的學生圖像項目，如有兩上以上請以頓號【、】做分隔	
學習目標：	一上 一、 認識空氣手槍與空氣步槍 二、 了解比賽賽制與規則 三、 射擊基礎動作要領 四、 射擊站姿訓練調整 一下 一、 了解射擊男女混和賽新賽制與規則 二、 了解射擊裝備調整與規則 三、 射擊動作完整度訓練 四、 賽事參與增加比賽經驗	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	一上 (體)體能訓練 一下 (體)基礎體能 (技、戰)射擊賽制	一上 基礎體能訓練心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等。 一下 心肺耐力與肌耐力訓練 認識男女混和團體賽賽制，與模擬搭配練習、訂定學期目標
	二	一上 (體)體能訓練 (技)槍枝認識 一下 (體)專項體能 (技、戰)裝備規則與強化基礎動作	一上 基礎體能訓練心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等。 認識空氣手槍與空氣步槍，與槍枝基礎結構 一下 撐槍訓練 強化基礎動作與了解射擊相關裝備的調整規則
	三	一上 (體)體能訓練 (技)射擊基礎動作 一下 (技、戰)模擬比賽與個別指導	一上 基礎體能訓練心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等。 了解空氣步槍與空氣手槍的差異、欣賞選手影片理解分解動作要領 一下 賽事模擬訓練、規則與賽事狀況演練、針對選手個別問題與槍枝調整
	四	一上 (技、戰)射擊賽制 一下 (技、戰)青年盃射擊錦標賽	一上 認識空氣步槍與空氣手槍個人與團體賽制 一下 選手賽事參與與賽事觀摩、討論
	五	一上 (體)專項體能 (技)射擊基礎動作 一下 (心、技、戰)賽後檢討 (體)基礎體能	一上 空氣步槍與空氣手槍基礎動作練習與專項肌耐力加強 一下 賽後檢討與修正 比賽影片觀賞與討論 身心放鬆與針對個別問題 心肺耐力與肌耐力訓練
	六	一上 段考 (技)射擊基礎動作 一下 段考 (技、戰)動作流程訓練	一上 段考準備與調整 空氣步槍與空氣手槍基礎動作練習

【備查版】

		一下 段考準備與調整 舉槍完整度與動作步驟強化
七	一上（體)專項體能（技)射擊基礎動作 一下（技、戰、心)模擬比賽與個別指導 、撰寫比賽計畫、心理抗壓訓練	一上 空氣步槍與空氣手槍基礎動作練習與專項肌耐力加強 一下 賽事模擬訓練、規則與賽事狀況演練、針對選手個別問題與槍枝調整、撰寫比賽計畫 心理抗壓訓練
八	一上（技、戰)射擊動作調整 一下(技、戰)全國中等學校運動會	一上 空氣步槍與空氣手槍基礎動作練習與專項肌耐力加強 一下 選手賽事參與與賽事觀摩、討論
九	一上（體)專項體能（技、戰)射擊動作調整 一下（心、技、戰)賽後檢討（體)基礎體能	一上 針對選手進行個別化指導、動作與槍枝調整，基礎體能練習與專項肌耐力加強 一下 賽後檢討與修正 比賽影片觀賞與討論 身心放鬆與針對個別問題 心肺耐力與肌耐力訓練
十	一上（體)專項體能（技、戰)射擊動作調整 一下（體)專項體能(技、戰)動作流程訓練	一上 針對選手進行個別化指導、動作與槍枝調整，基礎體能練習與專項肌耐力加強 一下 撐槍訓練 舉槍完整度與動作步驟強化
十一	一上（技、戰)比賽規則、比賽計畫撰寫 一下（體)專項體能（技、戰)射擊站姿重心調整	一上 了解比賽規則與流程，結合訓練模擬比賽 撰寫轉賽計畫與目標 一下 強化基礎動作、重心調整、腳步調整
十二	一上（戰、技)中正盃射擊錦標賽 一下	一上 中正盃射擊錦標賽 部分學生賽事參與 其餘觀摩與討論 一下
十三	一上（技、戰)賽後檢討 一下	一上 賽後檢討與修正 比賽影片觀賞與討論 一下
十四	一上 段考（體)基礎體能與專項體能 一下 段考	一上 段考準備與調整 基礎體能練習與專項肌耐力訓練 一下
十五	一上（體)專項體能（技)射擊站姿訓練 一下（技、戰)比賽節奏訓練	一上 了解個人站姿差異，步幅大小對重心穩定的影響，進行調整與練習，基礎體能練習與專項肌耐力加強 一下 比賽單發節奏訓練與決賽流程節奏調整
十六	一上（體)專項體能（技)射擊站姿訓練 一下（技、戰)模擬比賽與個別指導 比賽節奏訓練 撰寫比賽計畫	一上 理解站姿調正的影響，加強身體調整穩定重心，增加穩定度 基礎體能練習與專項肌耐力加強 一下

【備查版】

			賽事模擬訓練、規則與賽事狀況演練、針對選手個別問題與槍枝調整 比賽單發節奏訓練與決賽流程節奏調整 撰寫比賽計畫
	十七	一上（體)專項體能（技)射擊站姿訓練 一下（技、戰)全國梅花盃射擊錦標賽	一上 理解站姿調正的影響，加強身體調整穩定重心，增加穩定度 撐槍訓練增加肌耐力與撐槍穩定度 一下 選手賽事參與與賽事觀摩、討論
	十八	一上（技、戰)個別調整 一下 (心、技、戰)賽後檢討（體)基礎體能	一上 針對選手問題個別動作與槍枝調整 一下 賽後檢討與修正 比賽影片觀賞與討論 身心放鬆與針對個別問題 心肺耐力與肌耐力訓練
	十九	一上（技、戰)個別調整 一下 (技、戰)測驗 、國際規則	一上 針對選手問題個別動作與槍枝調整 一下 期末測驗 透過國際賽事影片，了解國際射擊對於賽事的規則修改與變化，同時理解未來規則改變方向，調整自我訓練目標。
	二十	一上（技、戰)測驗 一下（心、技、戰)期末檢討	一上 了解比賽規則與流程，並進行期末測驗 一下 期末檢討、槍枝保養、訂定下學期目標
	二十一	一上 段考（心、技、戰)期末檢討 一下 段考	一上 段考準備與調整 期末檢討與訂定下學期訓練目標 一下 段考
	二十二		
學習評量：	一上 規則測驗30% 專項測驗20% 比賽成績20% 出席率30% 一下 規則測驗15% 比賽20% 術科測驗15% 戰術設計學習單15% 撰寫比賽計畫15% 出席率20%		
備註：			

【備查版】

<table>
<tr><td>課程名稱：</td><td colspan="3">中文名稱： 專項術科課程(高一棒球)</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="3">英文名稱：</td></tr>
<tr><td>授課年段：</td><td>一上、一下</td><td colspan="2">學分總數： 2</td></tr>
<tr><td>課程屬性：</td><td colspan="3">體育班</td></tr>
<tr><td>議題融入：</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td>師資來源：</td><td colspan="3">校內單科</td></tr>
<tr><td rowspan="3">課綱核心素養：</td><td colspan="3">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</td></tr>
<tr><td colspan="3">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</td></tr>
<tr><td colspan="3">C社會參與： C2.人際關係與團隊合作</td></tr>
<tr><td>學生圖像：</td><td colspan="3">學生圖像</td></tr>
<tr><td>學習目標：</td><td colspan="3">一上：
一、瞭解專項運動戰術戰略知能
二、執行專項運動戰術戰略技能
三、深化專項運動戰術戰略應用能力
四、熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力
一下：
1.以專項運動基本技術為輔，戰術應用為主，建立學生對技術、戰術的學習及應用。
2.透過戰術介紹及實地演練，學生能發展出屬於自己應用的戰術。
3.學習基本技術、戰術及比賽規則，進而讓學生能更進一步欣賞球賽及考取證照。
4. 對未來升學時有多元的運動技能及證照。</td></tr>
<tr><td rowspan="7">教學大綱：</td><td>週次/序</td><td>單元/主題</td><td>內容綱要</td></tr>
<tr><td>一</td><td>一上：(體、心)基礎訓練期 一下：(體、心)基礎訓練期</td><td>一上：
1.靜態操、動態操訓練
2.球場禮儀
3.團隊運動道德、倫理與行為
一下：
1.速度、肌力及肌耐力組合性訓練
2.敏捷及柔韌組合組合性訓練
3.移位、平衡組合性技術
4.協調、反應組合性技術</td></tr>
<tr><td>二</td><td>一上：(體)基礎訓練期 一下：(體)基礎訓練期</td><td>一上：
1.速度、肌力及肌耐力組合性訓練
2.敏捷及柔韌組合組合性訓練
3.移位、平衡組合性技術
4.協調、反應組合性技術
一下：
1.跳繩訓練
2.欄架訓練</td></tr>
<tr><td>三</td><td>一上：(體)基礎訓練期 一下：(體)基礎訓練期</td><td>一上：
1.跳繩訓練
2.欄架訓練
一下：
1.繩梯協調訓練
2.跑步動作訓練
3.速度、肌力訓練</td></tr>
<tr><td>四</td><td>一上 ：(體)基礎訓練期 一下：(心)增進環境適應的能力</td><td>一上：
1.繩梯協調訓練
2.跑步動作訓練
3.速度、肌力訓練
一下：
訓練與競賽環境適應。</td></tr>
<tr><td>五</td><td>一上：(體、技)基本動作期 一下：(體、技)基本動作期</td><td>一上 ：
1.守備分解動作訓練
2.揮棒分解動作訓練
3.投球分解動作訓練</td></tr>
</table>

		一下： 1.守備分解動作訓練 2.揮棒分解動作訓練 3.投球分解動作訓練
六	一上 ：(體、技)基本動作期 一下：(體、技)基本動作期	一上 ： 1.守備分解動作訓練 2.揮棒分解動作訓練 3.投球分解動作訓練 一下： 1.守備分解動作訓練 2.揮棒分解動作訓練 3.投球分解動作訓練
七	一上 ：(體、技)基本動作期 一下：(體、技)基本動作期	一上 ： 1.守備分解動作訓練 2.揮棒分解動作訓練 3.投球分解動作訓練 一下： 1.守備分解動作訓練 2.揮棒分解動作訓練 3.投球分解動作訓練
八	一上 ：(體、技)基本動作期 一下：(體、技)基本動作期	一上 ： 1.守備分解動作訓練 2.揮棒分解動作訓練 3.投球分解動作訓練 一下： 1.守備分解動作訓練 2.揮棒分解動作訓練 3.投球分解動作訓練
九	一上 ：(體、技)基本動作期 一下：(體、技)基本動作期	一上： 1.守備連續動作訓練 2.揮棒連續動作訓練 3.投球連續動作訓練 一下： 1. 內、外、投、捕基礎訓練 2. 打擊基礎訓練
十	一上 ：(體、技)基本動作期 一下：(體、技)基本動作期	一上： 1.守備連續動作訓練 2.揮棒連續動作訓練 3.投球連續動作訓練 一下： 1. 內、外、投、捕基礎訓練 2. 打擊基礎訓練
十一	一上 ：(體、技)基本動作期 一下：(體、技)基本動作期	一上： 1.守備連續動作訓練 2.揮棒連續動作訓練 3.投球連續動作訓練 一下： 1. 內、外、投、捕基礎訓練 2. 打擊基礎訓練
十二	一上 ：(體、技)基本動作期 一下：(體、技)基本動作期	一上： 1.守備連續動作訓練 2.揮棒連續動作訓練 3.投球連續動作訓練 一下： 1. 內、外、投、捕基礎訓練 2. 打擊基礎訓練
十三	一上 ：(體、技)技術體能期 一下： (技)技術及展能	一上： 1. 內、外、投、捕基礎訓練 2. 打擊基礎訓練 一下： 1.野手配合基礎訓練

【備查版】

		2.投手基礎訓練 3.打擊量化訓練
十四	一上 ：（體、技)技術體能期 一下： （技)技術及展能	一上： 1. 內、外、投、捕基礎訓練 2. 打擊基礎訓練 一下： 1.野手配合基礎訓練 2.投手基礎訓練 3.打擊量化訓練
十五	一上 ：（體、技)技術體能期 一下： （技)技術及展能	一上： 1. 內、外、投、捕基礎訓練 2. 打擊基礎訓練 一下： 1.野手配合基礎訓練 2.投手基礎訓練 3.打擊量化訓練
十六	一上 ：（體、技)技術體能期 一下： （技)技術及展能	一上： 1. 內、外、投、捕基礎訓練 2. 打擊基礎訓練 一下： 1.野手配合基礎訓練 2.投手基礎訓練 3.打擊量化訓練
十七	一上 ：（體、心)恢復及運動心理 一下 ：（體、心)恢復及運動心理	一上： 1.速度訓練 2.肌耐力組合性訓練 3.敏捷及柔韌組合性訓練 4.基本技術檢核與修正。 一下： 1.速度訓練 2.肌耐力組合性訓練 3.敏捷及柔韌組合性訓練 4.基本技術檢核與修正。
十八	一上 ：（體、心)恢復及運動心理 一下：（體、心)恢復及運動心理	一上： 1.協調、反應組合性技術 2.心肺耐力 3.長tee擊球訓練 4.基本技術檢核與修正。 一下： 1.協調、反應組合性技術 2.心肺耐力 3.長tee擊球訓練 4.溝通與自我表達。
十九	一上 ：（體、心)恢復及運動心理 一下：（體、心)恢復及運動心理	一上 ： 1.敏捷及柔韌組合組合性訓練 2.團隊運動道德、倫理與行為 3.守備基本動作訓練 4.溝通與自我表達。 一下： 1.敏捷及柔韌組合組合性訓練 2.團隊運動道德、倫理與行為 3.守備基本動作訓練 4.目標設定、壓力管理與自我對話
二十	一上 ：（體、心)恢復及運動心理 一下：（體、心)恢復及運動心理	一上： 1.肌力及肌耐力組合性訓練 2.量化基礎訓練 3.力量訓練 4.溝通與自我表達。 一下： 1.肌力及肌耐力組合性訓練 2.量化基礎訓練

【備查版】

			3.力量訓練 4.目標設定、壓力管理與自我對話
	二十一		
	二十二		
學習評量：	規則測驗20%、比賽50%、戰術設計學習單30%		
備註：			

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項術科課程(高一跆拳道)		
	英文名稱：		
授課年段：	一上、一下	學分總數： 2	
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、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：	學生圖像		
學習目標：	一、 強化運動基本身體素質（體能、技術、營養）、 二、提升運動規則知能、 三、學習運動傷害防護知能並了解伸展、放鬆與運動成長關係、 四、尊重競技運動文化並表現出運動員精神（品德、素養、知能）並進		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	一上：（體)基本體能訓練 一下： (體)一般體能	一上： (體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。 一下： (體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。
	二	一上：（體)基本體能訓練 一下： (體)專項體能	一上： (體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。 一下： (體) 全身性協調體能、力量、速度、肌(耐)力、爆發力、靈敏等專項體能。
	三	一上：（體)基本體能訓練 一下： (體)專項體能	一上： (體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。 一下： (體) 全身性協調體能、力量、速度、肌(耐)力、爆發力、靈敏等專項體能。
	四	一上：（體)基本體能訓練 一下： (技)基本動作、技術訓練	一上： (體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。 一下： (體) 全身性協調體能、力量、速度、肌(耐)力、爆發力、靈敏等專項體能。
	五	一上：（體)基本體能訓練 一下： (技)基本動作、技術訓練	一上： (體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。 一下： (技) 跆拳道專項基本動作、旋踢、下壓、側踩、後踢、後旋、空中兩腳、360度旋踢、後退反擊旋踢、內掛。 旋踢+旋踢、旋踢+下壓、旋踢+內掛、旋踢+後踢、旋踢+空中兩腳、旋踢+360度旋踢等技術訓練。
	六	一上：（體)基本體能訓練 一下： (技)基本動作、技術訓練	一上： (體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。 一下： (技) 跆拳道專項基本動作、旋踢、下壓、側踩、後踢、後旋、空中兩腳、360度旋踢、後退反擊旋踢、內掛。 旋踢+旋踢、旋踢+下壓、旋踢+內掛、旋踢+後踢、旋踢+空中兩腳、旋踢+360度旋踢等技術訓練。
	七	一上：（體)基本體能訓練 一下： (技)基本動作、技術訓練	一上： (體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。

【備查版】

			一下： (技) 跆拳道專項基本動作、旋踢、下壓、側踩、後踢、後旋、空中兩腳、360度旋踢、後退反擊旋踢、內掛。 旋踢+旋踢、旋踢+下壓、旋踢+內掛、旋踢+後踢、旋踢+空中兩腳、旋踢+360度旋踢等技術訓練。
	八	一上：(體)基本體能訓練 一下：(技)基本動作、技術訓練	一上： (體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。 一下： (技) 跆拳道專項基本動作、旋踢、下壓、側踩、後踢、後旋、空中兩腳、360度旋踢、後退反擊旋踢、內掛。 旋踢+旋踢、旋踢+下壓、旋踢+內掛、旋踢+後踢、旋踢+空中兩腳、旋踢+360度旋踢等技術訓練。
	九	一上：(技)基本動作 一下：(體)專項體能	一上： (體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。 一下： (技) 跆拳道專項基本動作、旋踢、下壓、側踩、後踢、後旋、空中兩腳、360度旋踢、後退反擊旋踢、內掛。 旋踢+旋踢、旋踢+下壓、旋踢+內掛、旋踢+後踢、旋踢+空中兩腳、旋踢+360度旋踢等技術訓練。
	十	一上：(體) 專項體能 一下：(體)專項體能	一上： (技) 跆拳道專項基本動作前抬腳、前踢、旋踢、下壓、側踩、後踢、空中兩腳、後旋踢 一下： (體)全身性協調體能、力量、速度、肌(耐)力、爆發力、靈敏、有氧訓練、無氧訓練等專項體能。
	十一	一上：(體) 專項體能 一下：(體)專項體能	一上： (技) 跆拳道專項基本動作前抬腳、前踢、旋踢、下壓、側踩、後踢、空中兩腳、後旋踢 一下： (體)全身性協調體能、力量、速度、肌(耐)力、爆發力、靈敏、有氧訓練、無氧訓練等專項體能。
	十二	一上：(體) 專項體能 一下：(體)專項體能	一上： (技) 跆拳道專項基本動作前抬腳、前踢、旋踢、下壓、側踩、後踢、空中兩腳、後旋踢 一下： (體)全身性協調體能、力量、速度、肌(耐)力、爆發力、靈敏、有氧訓練、無氧訓練等專項體能。
	十三	一上：(體) 專項體能 一下：(技)基本動作、專項技術訓練	一上： (體) 全身性協調體能、力量、速度、肌(耐)力、靈敏等專項體能。 一下： (技) 跆拳道專項基本動作、旋踢、下壓、側踩、後踢、後旋、空中兩腳、360度旋踢、後退反擊旋踢、內掛。 後退反擊+旋踢、後退反擊+下壓、後退反擊+內掛、後退反擊+後踢、後退反擊+空中兩腳、後退反擊+360度旋踢等技術訓練。
	十四	一上：(技)基本動作 一下：(技)基本動作、專項技術訓練	一上： (體) 全身性協調體能、力量、速度、肌(耐)力、靈敏等專項體能。 一下： (技) 跆拳道專項基本動作、旋踢、下壓、側

【備查版】

			踩、後踢、後旋、空中兩腳、360度旋踢、後退反擊旋踢、內掛。 後退反擊+旋踢、後退反擊+下壓、後退反擊+內掛、後退反擊+後踢、後退反擊+空中兩腳、後退反擊+360度旋踢等技術訓練。
	十五	一上：（技）基本動作 一下： (技)基本動作、專項技術訓練	一上： (體) 全身性協調體能、力量、速度、肌(耐)力、靈敏等專項體能。 一下： (技) 跆拳道專項基本動作、旋踢、下壓、側踩、後踢、後旋、空中兩腳、360度旋踢、後退反擊旋踢、內掛。 後退反擊+旋踢、後退反擊+下壓、後退反擊+內掛、後退反擊+後踢、後退反擊+空中兩腳、後退反擊+360度旋踢等技術訓練。
	十六	一上：（技）基本動作 一下： (技)基本動作、專項技術訓練	一上： (體) 全身性協調體能、力量、速度、肌(耐)力、靈敏等專項體能。 一下： (技) 跆拳道專項基本動作、旋踢、下壓、側踩、後踢、後旋、空中兩腳、360度旋踢、後退反擊旋踢、內掛。 後退反擊+旋踢、後退反擊+下壓、後退反擊+內掛、後退反擊+後踢、後退反擊+空中兩腳、後退反擊+360度旋踢等技術訓練。
	十七	一上：(技)基本動作 一下：（心）心理	一上： (技) 跆拳道專項基本動作、旋踢、下壓、側踩、內掛、後踢、後旋、空中兩腳、360度旋踢、後退反擊旋踢。 一下： (心) 跆拳道規則講解、基本技術檢核與修正、心理輔導與溝通。
	十八	一上：（心)心理 一下：（心)心理	一上： (技) 跆拳道專項基本動作、旋踢、下壓、側踩、內掛、後踢、後旋、空中兩腳、360度旋踢、後退反擊旋踢。 一下： (心) 跆拳道規則講解、基本技術檢核與修正、心理輔導與溝通。
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	一上： 基本體能測驗30%、基本動作測驗30%、平時專項訓練出席率與學習態度40% 一下： 基本體能測驗30%、基本動作測驗30%、平時專項訓練出席率與學習態度40%		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項術科課程(高一網球)	
	英文名稱： Soft Tennis	
授課年段：	一上、一下	學分總數： 2
課程屬性：	體育班	
議題融入：	性別平等 、品德 、生命 、法治 、安全 、生涯規劃 、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 A4.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：	請填入線上系統中所填列的學生圖像項目，如有兩上以上請以頓號【、】做分隔	
學習目標：	一、瞭解專項運動戰術戰略知能 二、執行專項運動戰術戰略技能 三、深化專項運動戰術戰略應用能力 四、熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	1上：(體)專項體能（技)正、反拍基本動作 1下：(體)專項體能（技)後場拉球吊高、攻擊動作	1上：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 1下：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。
二	1上：(體)專項體能（技)正、反拍基本動作(左右移位) 1下：(體)專項體能（技)後場拉球吊高、攻擊配球、移位	1上：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 1下：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。
三	1上：(體)專項體能（技)正、反拍基本動作(左右前後移位) 1下：(體)專項體能（技)後場拉球吊高、攻擊配球、移位；前排卡位練習	1上：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 1下：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。
四	1上：(體)專項體能（技)正、反拍基本動作(不定向移位；放短球及處理短球位置) 1下：(體)專項體能(技)後場拉球吊高、攻擊配球、移位；前排卡位練習	1上：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 1下：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。
五	1上：(體)專項體能（技)網前正面、正、反截擊、高壓殺球基本動作 1下：(體)專項體能（技)後場拉球吊高、攻擊配球、移位；前排卡位防守練習	1上：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 1下：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。

【備查版】

六	1上：(體)專項體能（第一次段考） 1下：(體)專項體能（第一次段考）	1上：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。 1下：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。
七	1上：(體)專項體能（技)網前正、反截擊連續攻擊動作 1下：(體)專項體能（技)後場拉球吊高、攻擊配球、移位；前排卡位攻、防練習	1上：(體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技。 1下：(體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技。(心)基本技術檢核與修正。
八	1上：(體)專項體能（技)網前正、反截擊、殺球連續攻擊動作 1下：(體)專項體能（技)後場拉球吊高、攻擊配球、移位；前排卡位預判練習	1上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 1下：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。
九	1上：(體)專項體能（技)網前正、反截擊連續防守動作 1下：(體)專項體能（技)後場拉球吊高、攻擊配球、移位；前排卡位預判攻、防練習	1上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 1下：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。
十	1上：(體)專項體能（技)網前正、反截擊、殺球連續攻、防動作 1下：(體)專項體能（技)後場拉球吊高、攻擊配球、移位；前排卡位預判攻、防練習	1上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 1下：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。
十一	1上：(體)專項體能（技)網前正、反截擊、殺球連續攻、防動作 1下：(體)專項體能（技)前排發球上網卡位預判攻、防練習(高壓發球)	1上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 1下：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。
十二	1上：(體)專項體能（技)網前半場正、反截擊基本動作 1下：(體)專項體能（技)前排發球上網卡位預判攻、防練習(高壓發球)	1上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 1下：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。
十三	1上：第二次段考。(校慶運動會及球類競賽) 1下：:第二次段考。	1上：當週前三天都是段考不做課表訓練。(利用課餘動態操、有氧慢跑維持體能) 1下：:段考後安排球類活動。
十四	1上：(體)專項體能（技)高壓發球上網正、反截擊連續攻擊動作 1下：(體)專項體能（技)前排發球上網卡位預判攻、防練習(低手切發球)	1上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 1下：：(體)敏

【備查版】

			捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(心)基本技術檢核與修正。
	十五	1上：(體)專項體能 (技)低手切發球上網正、反截擊連續攻擊動作 1下：(體)模擬比賽	1上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(心)基本技術檢核與修正。 1下：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。(心)基本技術檢核與修正。
	十六	1上：(體)專項體能 (技)後場拉球隨球上網卡位移動 1下：(體)專項體能 (技)前後排綜合練習(前排發球)	1上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(心)基本技術檢核與修正。 1下：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。(心)基本技術檢核與修正。
	十七	1上：(體)專項體能 (技)後場拉球隨球上網卡位之正、反截擊連續攻擊動作 1下：(體)專項體能 (技)前後排綜合練習(後排接球)	1上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(心)基本技術檢核與修正。 1下：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。(心)基本技術檢核與修正。
	十八	1上：(體)專項體能 (技)後場拉球隨球上網卡位之正、反截擊、殺球連續攻擊動作 1下：(體)專項體能 (技)前後排綜合練習(前排接球)	1上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(心)基本技術檢核與修正。 1下：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。(心)基本技術檢核與修正。
	十九	1上：(體)專項體能 (技)後場拉球腳步閃身動作 1下：(體)專項體能 (技)戰術影片分享	1上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(心)基本技術檢核與修正。 1下：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。(心)基本技術檢核與修正。
	二十	1上：第三次段考。 1下：第三次段考。	1上：段考。(不做課表訓練但利用課餘維持體能狀態) 1下：段考。(不做課表訓練但利用課餘維持體能狀態)
	二十一	1上：(體)專項體能 (技)後場拉球腳步閃身吊高、攻擊動作 1下：(體)專項體能(技)模擬比賽	1上：(體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念。 (技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 1下：(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。(心)基本技術檢核與修正。
	二十二	1上：(體)專項體能 (技)後場拉球腳步閃身吊高、攻擊動作 1下：(體)專項體能(技)前排、後排攻防戰心得分享	1上：(體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念。 (技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 1下：(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。(心)基本技術檢核與修正。
學習評量：	後場測驗30%、網前測驗40%、學習態度30%		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項術科課程(高一擊劍)	
	英文名稱：	
授課年段：	一上、一下	學分總數： 2
課程屬性：	體育班	
議題融入：	性別平等、品德、生命、安全、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、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：	學生圖像	
學習目標：	一上： 一、瞭解專項運動戰術戰略知能 二、執行專項運動戰術戰略技能 三、深化專項運動戰術戰略應用能力 四、熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力 一下： 1.以專項運動基本技術為輔，戰術應用為主，建立學生對技術、戰術的學習及應用。 2.透過戰術介紹及實地演練，學生能發展出屬於自己應用的戰術。 3.學習基本技術、戰術及比賽規則，進而讓學生能更進一步欣賞球賽及考取證照。 4. 對未來升學時有多元的運動技能及證照。	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	一上：(體)知道並練習一般體能訓練。 一下：(技)認識並操作進攻腳步、防守腳步、等專項技術。	一上： (體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。 一下： (技) 進攻腳步、防守腳步等專項技術與距離、高度、時間與速度之關係。
	二	一上：(體)知道並練習一般體能訓練。 一下：(技)認識並操作進攻腳步、防守腳步、等專項技術。	一上： (體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。 一下： (技) 進攻腳步、防守腳步等專項技術與距離、高度、時間與速度之關係。
	三	一上：(體)知道並練習一般體能訓練。 一下： 一上：(體)知道並練習一般體能訓練。 一下：(戰)認識及實戰對打。	一上： (體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。 一下： (戰)對打概念
	四	一上：(體)知道並練習一般體能訓練。 一下：(戰)認識及實戰對打。	一上： (體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。 一下： (戰)對打概念
	五	一上：(技)認識並操作進攻腳步、防守腳步、等專項技術。 一下：(心)知道並練習心理技 巧。	一上： (技) 進攻腳步、防守腳步等專項技術與距離、高度、時間與速度之關係。 一下： (心)基本技術檢核與修正。
	六	一上：(技)認識並操作進攻腳步、防守腳步、等專項技術。 一下：(心)知道並練習心理技 巧。	一上： (技) 進攻腳步、防守腳步等專項技術與距離、高度、時間與速度之關係。 一下： (心)基本技術檢核與修正。
	七	一上：(體)知道並練習敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。 一下：(體)知道並練習敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。	一上： (體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。 一下： (體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。

【備查版】

八	一上：（體)知道並練習敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。 一下：（體)知道並練習敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。	一上： (體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。 一下： 一上： (體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。 一下： (體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。
九	一上：（體)知道一般體能及專項體能間之間係及運動防護基本概念。 一下：（技)知道並模仿進攻技巧、防守技巧等專項技術之基礎技術。	一上： (體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念。 一下： (技)進攻技巧、防守技巧等專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作及完成動作之基礎技術。
十	一上：（體)知道一般體能及專項體能間之間係及運動防護基本概念。 一下：（技)知道並模仿進攻技巧、防守技巧等專項技術之基礎技術。	一上： (體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念。 一下： (技)進攻技巧、防守技巧等專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作及完成動作之基礎技術。
十一	一上：（體)知道一般體能及專項體能之間關係及運動防護基本概念。 一下：（戰)認識並遵守競賽規則、指令與禮儀。	上： (體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念。 一下： (戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
十二	一上：（技)知道並模仿擊劍進攻4分位 專項技術之基礎技術。 一下：（戰)認識並遵守競賽規 則、指令與禮儀。	上： (體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念。 一下： (戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
十三	一上：（技)知道並模仿擊劍進攻4分位 專項技術之基礎技術。 一下：（心)知道並練習溝通與 表達。	一上： (技)起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 一下： (心)溝通與自我表達。
十四	一上：（技)知道並模仿擊劍進攻4分位 專項技術之基礎技術。 一下：（心)知道並練習溝通與 表達。	一上： (技)起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 一下： (心)溝通與自我表達。
十五	一上：（體)知道一般體能及專項體能之間關係及運動防護基本概念。 一下：（體)知道一般體能及專項體能之間關係及運動防護基本概念。	一上： (體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念。 一下： (體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念。
十六	一上：（體)知道一般體能及專項體能之間關係及運動防護基本概念。 一下：（體)知道一般體能及專項體能之間關係及運動防護基本概念。	一上： (體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念。 一下： (體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念。
十七	一上：（技)知道並操作4分位之基礎技術。（體)知道一般體能及專項體能之間關係及運動防護基本概念。 一下：（心)增進環境適應的能 力。	一上： (技)準備動作與連貫動作之基礎技術。 (體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念。 一下： (心)訓練與競賽環境適應。

【備查版】

	十八	一上：（技)知道並操作4分位之基礎技術。 一下：（心)增進環境適應的能 力。	一上： (技)準備動作與連貫動作之基礎技術。 (體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念。 一下： (心)訓練與競賽環境適應。
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	二上： 1.小組綜合技術應用(40%) 2.團隊分組對抗競賽(40%) 3.競技參賽運動表現(20%) 二下： 規則測驗20%、比賽50%、戰術設計學習單30%		
備註：			

【備 查 版】

【備 查 版】

<table>
<tr><td rowspan="2">課程名稱：</td><td colspan="3">中文名稱： 專項術科課程(高一舉重)</td></tr>
<tr><td colspan="3">英文名稱： Weightlifting</td></tr>
<tr><td>授課年段：</td><td>一上、一下</td><td colspan="2">學分總數： 2</td></tr>
<tr><td>課程屬性：</td><td colspan="3">體育班</td></tr>
<tr><td>議題融入：</td><td colspan="3">性別平等、人權、 環境、品德、生命 、法治、科技、 資訊、能源、安全 、防災、家庭教育、生涯規劃、 多元文化、 閱讀素養、 戶外教育、 國際教育、 原住民族教育</td></tr>
<tr><td>師資來源：</td><td colspan="3">校內單科</td></tr>
<tr><td rowspan="3">課綱核心素養：</td><td colspan="3">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 A4.規劃執行與創新應變</td></tr>
<tr><td colspan="3">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 B4.藝術涵養與美感素養</td></tr>
<tr><td colspan="3">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 C4.多元文化與國際理解</td></tr>
<tr><td>學生圖像：</td><td colspan="3">學習力、 思考力、 競爭力、 表達力和國際力。</td></tr>
<tr><td>學習目標：</td><td colspan="3">一、學習一般體能及專項體能的差異性。
二、學習專項體能對舉重專項之重要性。
三、認識抓舉動作技術要領。
四、認識挺舉動作技術要領。
五、學習專業訓練對運動員之重要性。
六、學習恢復手段。</td></tr>
<tr><td rowspan="3">教學大綱：</td><td>週次/序</td><td>單元/主題</td><td>內容綱要</td></tr>
<tr><td>一</td><td>高一上： 一般體能檢測暨專項運動體能訓練 高 一下： 一般體能檢測專項運動體能訓練</td><td>高一上： 1.一分鐘仰臥起坐。 2.坐姿體前彎。 3.立定跳。 4.800及1600公尺跑。 高一下： 1.一分鐘仰臥起坐。 2.坐姿體前彎。 3.立定跳。 4.800及1600公尺跑。
體能訓練：
1.提升學生的體能素質，包括力量、爆發力、耐力和柔韌性。
2.培養學生的舉重技術，掌握正確的動作技巧和訓練方法。
3.訓練學生的專項戰術和應用能力，提升比賽表現。</td></tr>
<tr><td>二</td><td>高一上： 基礎肌力訓練動作教學(一)(競技運動綜合訓練) 高一下： 基礎肌力訓練動作教學(二)(競技運動綜合訓練)</td><td>高一上：
1.後蹲。
2.實力推。
3.伸肌肌群訓練。
高 一下：
1.後蹲。
2.實力推。
3.伸肌肌群訓練。

專項運動技術：
1. 拋物線動作訓練：教導學生正確的提鈴動作技巧，包括提鈴姿勢、抓舉和挺舉等動作。
2. 技術矯正和改進：分析學生的技術問題，提供相應的矯正和改進建議。
3. 重量調整和增加：根據學生的能力和進展，制定適當的重量調整</td></tr>
</table>

【備查版】

			計劃，逐步增加負荷。
	三	高一上： 基礎肌力訓練動作教學(一)（競技運動綜合訓練）高一下： 基礎肌力訓練動作教學(二)（競技運動綜合訓練）	高一上： 1.前蹲。 2.硬舉。 3.屈肌肌群訓練。 高一下： 1.前蹲。 2.硬舉。 3.屈肌肌群訓練。 專項運動技術： 1.學習舉重器材的正確使用方法和姿勢。 2.掌握舉重動作的基本技巧，包括擺正姿勢、提起、出力和放下等。 3.進行不同重量和不同動作的舉重訓練，提高技術水平。
	四	高一上： 基礎肌力訓練動作教學(一)（競技運動綜合訓練）高一下： 基礎肌力訓練動作教學(二)（競技運動綜合訓練）	高一上： 1.送槓。 2.拋抓。 3.伸肌肌群訓練。 高一下： 1.送槓。 2.拋抓。 3.伸肌肌群訓練。 專項運動技術： 1.學習舉重器材的正確使用方法和姿勢。 2.掌握舉重動作的基本技巧，包括擺正姿勢、提起、出力和放下等。 3.進行不同重量和不同動作的舉重訓練，提高技術水平。
	五	高一上： 基礎肌力訓練動作教學(一)（競技運動綜合訓練）高一下： 基礎肌力訓練動作教學(二)（競技運動綜合訓練）	高一上： 1.後蹲複習。 2.前蹲複習。 3.屈肌肌群訓練。 高一下： 1.後蹲複習。 2.前蹲複習。 3.屈肌肌群訓練。 專項運動技術： 1.學習舉重器材的正確使用方法和姿勢。 2.掌握舉重動作的基本技巧，包括擺正姿勢、提起、出力和放下等。 3.進行不同重量和不同動作的舉重訓練，提

【備查版】

		高技術水平。
六	高一上： 基礎肌力訓練動作教學(一)(競技運動綜合訓練) 高一下： 基礎肌力訓練動作教學(二)(競技運動綜合訓練)	高一上： 1.送槓動作複習。 2.拋抓動作複習。 3.伸肌肌群訓練。 高 一下： 1.送槓動作複習。 2.拋抓動作複習。 3.伸肌肌群訓練。 專項運動技術： 1.拋物線動作訓練：教導學生正確的提鈴動作技巧，包括提鈴姿勢、抓舉和挺舉等動作。 2.技術矯正和改進：分析學生的技術問題，提供相應的矯正和改進建議。 3.重量調整和增加：根據學生的能力和進展，制定適當的重量調整計劃，逐步增加負荷。
七	高一上： 基礎肌力訓練動作 教學(一)(競技運動綜合訓練) 高一下： 基礎肌力訓練動作教學(二)(競技運動綜合訓練)	高一上： 1.硬舉動作複習。 2.窄硬與寬硬訓練。 3.屈肌肌群訓練。 高 一下： 1.硬舉動作複習。 2.窄硬與寬硬訓練。 3.屈肌肌群訓練。 專項運動技術： 1.拋物線動作訓練：教導學生正確的提鈴動作技巧，包括提鈴姿勢、抓舉和挺舉等動作。 2.技術矯正和改進：分析學生的技術問題，提供相應的矯正和改進建議。 3.重量調整和增加：根據學生的能力和進展，制定適當的重量調整計劃，逐步增加負荷。
八	高一上： 木棍及空槓技術軌道學習(一)(專項運動技術)(競技運動綜合訓練) 高一下： 木棍及空槓技術軌道學習(二)(專項運動技術)(競技運動綜合訓練)	高一上： 1.不接觸直腿抓。 2.不接觸高翻。 高 一下： 1.不接觸直腿抓。 2.不接觸高翻。 專項運動技術： 1.拋物線動作訓練：教導學生正確的提鈴動作技巧，包括提鈴姿勢、抓舉和挺舉等

【備查版】

			動作。 2.技術矯正和改進： 分析學生的技術問題， 提供相應的矯正和改 進建議。 3.重量調整和增加：根 據學生的能力和進展 ，制定適當的重量調整 計劃，逐步增加負 荷。
	九	高一上： 木棍及空槓技術軌道學習(一)(專項運動技術)(競技運動綜合訓練) 高一下： 木棍及空槓技術軌道學習(下)(專項運動技術)(競技運動綜合訓練)	高一上： 1.不接觸下蹲抓。 2.不接觸下蹲翻。 高一下： 1.不接觸下蹲抓。 2.不接觸下蹲翻。 專項運動技術： 1 拋物線動作訓練： 教導學生正確的提鈴 動作技巧，包括提鈴 姿勢、抓舉和挺舉等 動作。 2.技術矯正和改進： 分析學生的技術問題， 提供相應的矯正和改 進建議。 3 重量調整和增加：根 據學生的能力和進展 ，制定適當的重量調整 計劃，逐步增加負 荷。
	十	高一上： 木棍及空槓技術軌道學習(一)(專項運動技術) 高一下： 木棍及空槓技術軌道學習(下)(專項運動技術)(競技運動綜合訓練)	高一上： 1.發力。 2.抓舉發力動作練習。 3.挺舉動作發力練習。 高一下： 1.發力。 2.抓舉發力動作練習。 3.挺舉動作發力練習。 專項運動技術： 1.拋物線動作訓練： 教導學生正確的提鈴 動作技巧，包括提鈴 姿勢、抓舉和挺舉等 動作。 2.技術矯正和改進： 分析學生的技術問題， 提供相應的矯正和改 進建議。 3.重量調整和增加：根 據學生的能力和進展 ，制定適當的重量調整 計劃，逐步增加負 荷。
	十一	高一上： 木棍及空槓技術軌道學習(一)(專項運動技術)(競技運動綜合訓練) 高一下： 木棍及空槓技術軌道學習(下)(專項運動技術)(競技運動綜合訓練)	高一上： 1.抓舉。 2.挺舉翻鈴。 3.挺舉上挺。 高 一下： 1.抓舉。 2.挺舉翻鈴。

		3.挺舉上挺。 專項運動技術： 1.拋物線動作訓練： 教導學生正確的提鈴 動作技巧，包括提鈴 姿勢、抓舉和挺舉等 動作。 2.技術矯正和改進： 分析學生的技術問題， 提供相應的矯正和改 進建議。 3.重量調整和增加：根 據學生的能力和進展 ，制定適當的重量調整 計劃，逐步增加負 荷。
十二	高一上： 木棍及空槓技術軌道學習(一)(專項運動技術)(競技運動綜合訓練) 高一下： 木棍及空槓技術軌道學習(下)(專項運動技術)	高一上： 木棍及空槓技術軌道學習(一) (專項運動技術) (競技運動綜合訓練) 高一下： 木棍及空槓技術軌道學習(下) (專項運動技術) 專項運動技術： 1.拋物線動作訓練： 教導學生正確的提鈴 動作技巧，包括提鈴 姿勢、抓舉和挺舉等 動作。 2.技術矯正和改進： 分析學生的技術問題， 提供相應的矯正和改 進建議。 3.重量調整和增加：根 據學生的能力和進展 ，制定適當的重量調整 計劃，逐步增加負 荷。
十三	高一上： 抓舉提鈴動作之要領(上)(專項運動技術) 高一下： 抓舉提鈴動作之要領（下)(專項運動技術)(競技運動綜合訓練)	高一上： 1.抓舉預備姿勢。 2.抓舉提鈴重心。 高一下： 1.抓舉預備姿勢。 2.抓舉提鈴重心。 專項運動技術： 1.拋物線動作訓練： 教導學生正確的提鈴 動作技巧，包括提鈴 姿勢、抓舉和挺舉等 動作。 2.技術矯正和改進： 分析學生的技術問題， 提供相應的矯正和改 進建議。 3 重量調整和增加：根 據學生的能力和進展 ，制定適當的重量調整 計劃，逐步增加負 荷。

十四	高一上： 抓舉提鈴動作之要領(上)(專項運動技術) 高一下： 抓舉提鈴動作之要領（下)(專項運動技術)(專項運動體能訓練)	高一上： 1.抓舉提鈴練習。 2.抓舉肌群使用提示與注意。 高一下： 1.抓舉提鈴練習。 2.抓舉肌群使用提示與注意。 專項運動技術： 1.拋物線動作訓練：教導學生正確的提鈴動作技巧，包括提鈴姿勢、抓舉和挺舉等動作。 2.技術矯正和改進：分析學生的技術問題，提供相應的矯正和改進建議。 3.重量調整和增加：根據學生的能力和進展，制定適當的重量調整計劃，逐步增加負荷。
十五	高一上： 挺舉提鈴動作之要領(上)(專項運動技術) 高一下： 挺舉提鈴動作之要領（下)(專項運動技術)(專項運動體能訓練)	高一上： 1.挺舉預備姿勢。 2.挺舉提鈴重心。 高一下： 1.挺舉預備姿勢。 2.挺舉提鈴重心。 專項運動技術： 1.拋物線動作訓練：教導學生正確的提鈴動作技巧，包括提鈴姿勢、抓舉和挺舉等動作。 2.技術矯正和改進：分析學生的技術問題，提供相應的矯正和改進建議。 3.重量調整和增加：根據學生的能力和進展，制定適當的重量調整計劃，逐步增加負荷。
十六	高一上： 挺舉提鈴動作之要領(上)(專項運動技術) 高一下： 挺舉提鈴動作之要領（下)(專項運動技術)(專項運動體能訓練)	高一上： 1.挺舉提鈴練習。 2.挺舉肌群使用提示與注意。 高一下： 1.挺舉提鈴練習。 2.挺舉肌群使用提示與注意。 專項運動技術： 1.拋物線動作訓練：教導學生正確的提鈴動作技巧，包括提鈴姿勢、抓舉和挺舉等動作。 2.技術矯正和改進：

【備查版】

			分析學生的技術問題，提供相應的矯正和改進建議。 3.重量調整和增加：根據學生的能力和進展，制定適當的重量調整計劃，逐步增加負荷。
	十七	高一上： 抓舉發力動作之要領(上)(專項運動技術) 高一下： 抓舉發力動作之要領（下）(專項運動技術)(專項運動體能訓練)(競技運動綜合訓練)	高一上： 1.抓舉膝上動作。 2.抓舉發力動作之精修。 高一下： 1.抓舉膝上動作。 2.抓舉發力動作之精修。 專項運動技術： 1.拋物線動作訓練：教導學生正確的提鈴動作技巧，包括提鈴姿勢、抓舉和挺舉等動作。 2.技術矯正和改進：分析學生的技術問題，提供相應的矯正和改進建議。 3.重量調整和增加：根據學生的能力和進展，制定適當的重量調整計劃，逐步增加負荷。
	十八	高一上： 抓舉發力動作之要領(上)(專項運動技術) 高一下： 抓舉發力動作之要領（下）(專項運動技術)(專項運動體能訓練)(競技運動綜合訓練)	高一上： 1.寬送槓。 2.抓舉發力練習。 高一下： 1.寬送槓。 2.抓舉發力練習。 專項運動技術： 1.拋物線動作訓練：教導學生正確的提鈴動作技巧，包括提鈴姿勢、抓舉和挺舉等動作。 2.技術矯正和改進：分析學生的技術問題，提供相應的矯正和改進建議。 3.重量調整和增加：根據學生的能力和進展，制定適當的重量調整計劃，逐步增加負荷。
	十九	高一上： 挺舉發力動作之要領(上)(專項運動技術) 高 一下： 挺舉發力動作之要領（下）(專項運動技術)(專項運動體能訓練)	高一上： 1.挺舉膝上動作。 2.挺舉發力動作之精修。 高一下： 1.挺舉膝上動作。 2.挺舉發力動作之精修。 專項運動技術：

【備查版】

			1.拋物線動作訓練：教導學生正確的提鈴動作技巧，包括提鈴姿勢、抓舉和挺舉等動作。 2.技術矯正和改進：分析學生的技術問題，提供相應的矯正和改進建議。 3.重量調整和增加：根據學生的能力和進展，制定適當的重量調整計劃，逐步增加負荷。
	二十	高一上： 挺舉發力動作之要領（上）（專項運動技術）高一下： 挺舉發力動作之要領（下）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）	高一上： 1.窄送槓。 2.挺舉發力練習。 高一下： 1.窄送槓。 2.挺舉發力練習。 專項運動技術： 1.拋物線動作訓練：教導學生正確的提鈴動作技巧，包括提鈴姿勢、抓舉和挺舉等動作。 2.技術矯正和改進：分析學生的技術問題，提供相應的矯正和改進建議。 3.重量調整和增加：根據學生的能力和進展，制定適當的重量調整計劃，逐步增加負荷。
	二十一	高一上： 期末專項體能檢測（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）高一下： 期末專項體能檢測（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）	高一上： 1.抓舉測驗。 2.挺舉測驗。 3.各項肌力測驗。 高一下： 1.抓舉測驗。 2.挺舉測驗。 3.各項肌力測驗。 專項戰術與應用： 1. 策略分析與規劃：教導學生分析競爭對手和對手的戰術特點，制定相應的競爭策略。 2. 比賽準備和心理訓練：教導學生比賽前的準備工作，包括心理訓練和壓力管理。
	二十二	回顧與綜合應用	1.進行最終技能檢測，評估學生對舉重技巧和強度的掌握程度。 2.鼓勵學生展示他們的成果。 3.評選和獎勵出色學生成績。

【備查版】

學習評量：	1.各項動作重量測試。 2.訓練日誌。 3.動機與態度。 4.出缺勤狀況。 5.實際競賽成績測驗。 6.舉重專項運動知識。
備註：	對外比賽: 一月台東縣全縣運動會 二月全國青年盃舉重錦標賽 四月全國中等學校運動會 九月全國總統盃舉重錦標賽 十月全國運動會

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項戰術應用	
	英文名稱：	
授課年段：	一上、一下、二上、二下、三上、三下	學分總數： 2
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、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： 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：	優秀運動人才絕對不是只有在競技場上的表現，更須兼具人文的涵養。學生必須深刻體認「運動」本身就是目的，並非手段或工具。一個優質運動人才應該具備—「健康美、閱讀力、國際觀」的特質，以提升運動情操。、學生圖像	
學習目標：	一、瞭解專項運動戰術戰略知能 二、執行專項運動戰術戰略技能 三、深化專項運動戰術戰略應用能力 四、熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	基本技術	熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力
二	基本技術	熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力
三	基本技術	熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力
四	技術運用實作	基本技術檢核與修正
五	技術運用實作	基本技術檢核與修正
六	運動心理學	瞭解參與者
七	運動心理學	提昇表現
八	運動訓練法	熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力
九	運動訓練法	熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力
十	專項規則介紹	熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力
十一	戰術探討	國內常用戰術介紹
十二	戰術探討	國內常用戰術介紹
十三	各國戰術探討	各國戰術介紹
十四	各國戰術探討	各國戰術介紹
十五	戰術演練	熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力
十六	戰術演練	熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力
十七	戰術演練	熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力
十八	綜合	熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力
十九		
二十		
二十一		

【備查版】

	二十二		
學習評量：	規則測驗20%、比賽50%、戰術設計學習單30%		
備註：			

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 運動學概論	
	英文名稱：	
授課年段：	一上、一下	學分總數： 2
課程屬性：	體育班	
議題融入：	科技、資訊、安全	
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	
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作	
學生圖像：		
學習目標：	培養運動科學知能素養及運動科運用在專長訓練	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	一上、課程簡介 一下、課程簡介	一上、課程基本介紹 一下、課程基本介紹
二	一上、運動的發展歷程 一下、運動心理學	一上、運動的起源與發展歷程 一下、運動心理學範疇
三	一上、運動的發展歷程 一下、運動心理學	一上、身體素養的概念、我的身體素養旅程圖 一下、人格
四	一上、運動的訓練概念 一下、運動的心理機制	一上、體能、技術及戰術訓練的類型 一下、運動的動機、自我效能與運動表現
五	一上、運動生理學 一下、運動的心理機制	一上、骨骼系統、能量系統 一下、焦慮和運動表現、運動情境中的壓力
六	一上、運動生理學 一下、運動的心理機制	一上、神經系統、循環系統 一下、自我效能、目標設訂、團體凝聚力
七	一上、運動生理學 一下、運動心理學	一上、運動生理學在運動訓練中的運用 一下、運動心理學在運動訓練中的運用
八	一上、第一次評量 一下、第一次評量	一上、第一次評量 一下、第一次評量
九	一上、運動營養 一下、運動管理學	一上、運動營養學簡介 一下、運動管理學領域簡介
十	一上、運動營養 一下、運動倫理素養	一上、各種營養素與運動的關係、調整體重期間的營養 一下、運動情境中的倫理價值與實踐
十一	一上、運動營養 一下、運動倫理素養	一上、運動前／中／後的飲食內容、運動增能劑 一下、運動比賽爭議的現象、解決途徑及避免
十二	一上、運動的力學概念 一下、運動管理學	一上、運動的力學概念簡介 一下、賽會管理與辦理
十三	一上、運動的力學概念 一下、運動管理學	一上、運動科技輔助器材 一下、賽會管理與辦理
十四	一上、第二次評量 一下、第二次評量	一上、第二次評量 一下、第二次評量
十五	一上、運動醫學與防護 一下、運動資訊學	一上、預防醫學與防護介紹 一下、運動資訊與資訊科技
十六	一上、運動醫學與防護 一下、運動資訊學	一上、運動的安全性與防護原則 一下、運動資訊與資訊科技
十七	一上、運動醫學與防護 一下、運動資訊學	一上、運動的安全性與防護原則 一下、運動資訊系統的應用
十八	一上、運動醫學與防護 一下、運動資訊學	一上、常見的運動傷害 一下、運動資訊系統的應用
十九	一上、運動醫學與防護 一下:運動的社會議題	一上、常見的運動傷害 一下、當前運動社會議題、運動的社會現象

【備查版】

	二十	一上、運動醫學與防護 一下:運動的社會議題	一上、運動傷害處置方式 一下、運動多元文化的認識、運動力與美鑑賞
	二十一	一上、期末評量 一下、期末評量	一上、期末評量 一下、期末評量
	二十二		
學習評量：	期中2次評量(30%、30%)期末評量(40%)		
備註：	課本內容大綱、補充影片		

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 競技運動綜合訓練		
	英文名稱：		
授課年段：	一下、二上、二下、三上、三下	學分總數： 6	
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、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：	優秀運動人才絕對不是只有在競技場上的表現，更須兼具人文的涵養。學生必須深刻體認「運動」本身就是目的，並非手段或工具。一個優質運動人才應該具備－「健康美、閱讀力、國際觀」的特質，以提升運動情操。、學生圖像		
學習目標：	透過課程的實施與綜合成效評量，可以使學生在專項體能表現、專項技術能力、小組綜合技術應用、團隊分組對抗競賽及競技綜合訓練表現等，各方面均能有效地提昇運動競技能力。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	（一）、體能：	（1）綜合體能的提昇。 （2）專項體能的反覆練習。 （3）利用專項體能強化專項技術。
	二	（一）、體能：	（1）綜合體能的提昇。 （2）專項體能的反覆練習。 （3）利用專項體能強化專項技術。
	三	（一）、體能：	（1）綜合體能的提昇。 （2）專項體能的反覆練習。 （3）利用專項體能強化專項技術。
	四	（一）、體能：	（1）綜合體能的提昇。 （2）專項體能的反覆練習。 （3）利用專項體能強化專項技術。
	五	（一）、體能：	（1）綜合體能的提昇。 （2）專項體能的反覆練習。 （3）利用專項體能強化專項技術。
	六	（二）、戰術：	（1）選手戰術與指導教練間默契之培養。 （2）利用錄影帶糾正及分析個人動作。 （3）利用友誼賽了解選手優缺點。
	七	（二）、戰術：	（1）選手戰術與指導教練間默契之培養。 （2）利用錄影帶糾正及分析個人動作。 （3）利用友誼賽了解選手優缺點。
	八	（二）、戰術：	（1）選手戰術與指導教練間默契之培養。 （2）利用錄影帶糾正及分析個人動作。 （3）利用友誼賽了解選手優缺點。
	九	（二）、戰術：	（1）選手戰術與指導教練間默契之培養。 （2）利用錄影帶糾正及分析個人動作。 （3）利用友誼賽了解選手優缺點。
	十	（二）、戰術：	（1）選手戰術與指導教練間默契之培養。 （2）利用錄影帶糾正及分析個人動作。 （3）利用友誼賽了解選手優缺點。
	十一	（三）、戰術	利用基本動作、攻擊及反擊、防禦、步伐、距離、空間及得分觀念、與專項技術訓練集合。
	十二	（三）、戰術	利用基本動作、攻擊及反擊、防禦、步伐、距離、空間及得分觀念、與專項技術訓練集合。
	十三	（三）、戰術	利用基本動作、攻擊及反擊、防禦、步伐、距離、空間及得分觀念、與專項技術訓練集合。
	十四	（三）、戰術	利用基本動作、攻擊及反擊、防禦、步伐、距離、空間及得分觀念、與專項技術訓練集合。

【備查版】

	十五	（三）、戰術	利用基本動作、攻擊及反擊、防禦、步伐、距離、空間及得分觀念、與專項技術訓練集合。
	十六	（四）、專項技術：	（1）加強選手心理建設。 （2）加強選手對自我的信心提昇。 （3）強化選手個人的榮譽心。
	十七	（四）、專項技術：	（1）加強選手心理建設。 （2）加強選手對自我的信心提昇。 （3）強化選手個人的榮譽心。
	十八	（四）、專項技術：	（1）加強選手心理建設。 （2）加強選手對自我的信心提昇。 （3）強化選手個人的榮譽心。
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1.個人專項體能表現(10%) 2.個人專項技術能力(15%) 3.綜合技術應用(15%) 4.競賽(含分組及團隊對抗)(30%) 5.競技綜合訓練表現(30%)		
備註：			

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項術科課程(高二田徑)	
	英文名稱：	
授課年段：	二上、二下	學分總數： 2
課程屬性：	體育班	
議題融入：	性別平等、品德、生命、法治、安全、生涯規劃、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	
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作	
學生圖像：	學生圖像	
學習目標：	高二上 1.瞭解專項運動戰術戰略知能 2. 執行專項運動戰術戰略技能 3. 深化專項運動戰術戰略應用能力 4. 熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力 高二下 1.以專項運動基本技術為輔，戰術應用為主，建立學生對技術、戰術的學習及應用。 2.透過戰術介紹及實地演練，學生能發展出屬於自己應用的戰術。 3.學習基本技術、戰術及比賽規則。 4. 對未來升學時有多元的運動技能及證照。	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	二上:理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划專項技術。 二下:理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划 等專項技術。	二上:了解與運用專項體能訓練之原理原則。 二下:起跑技術/長跑跟跑能力/投擲相關技術提升。
	二	二上:理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划專項技術。 二下:理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划 等專項技術。	二上:敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則。 二下:專項進階技術逐步提升並漸進達到熟練程度。
	三	二上:理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術。 二下:了解並運用心理技巧。(高雄港都盃賽前減量訓練)	二上:跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理。 二下:目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧。(高雄港都盃賽前減量訓練)。
	四	二上:理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術。(各項基礎技術影片賞析並演練) 二下:了解並運用心理技巧。(高雄港都盃比賽週)	二上:跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理。 二下:目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧。(高雄港都盃比賽週按照比賽日程進行各項賽事)
	五	二上:了解並運用心理技巧。(第一次段考訓練前安排閱讀時間) 二下:透過溝通與討論分析比賽心得。(段考前閱讀)	二上:壓力管理與自我對話等心理技巧。(完成學科交付之作業) 二下:訓練與競賽環境。(針對國英數配合課任老師加強學業)
	六	二上:了解並運用心理技巧。(第一次段考)。 二下:了解並執行環境適應能力；配合少量課表技術模擬演練。(第一次段考)	二上:目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧。(配合段考時間搭配閱讀時間) 二下:訓練與競賽環境。(段考)
	七	二上:新北城市盃。(賽前減量訓練) 二下:遵守並運用競賽規則、指令與道德。	二上:搭配少量訓練達到賽前減量調整。(提高質的訓練方式) 二下:運動道德。
	八	二上:新北城市盃。(比賽週)。 二下:持續加強敏捷、協調、瞬發力與基礎速度等專項體能。	二上:依據每日比賽日程進行比賽並作比賽分析。 二下:要求起跑技術訓練、以及出手速度。
	九	二上:理解並執行配速、規則與情報蒐集。(全國中等錦標賽賽前減量訓	二上:配速與競賽規則。(依據每日比賽日程進行比賽並作比賽分析)

【備查版】

		練）二下:了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安 全原則與運動防護。(連假安排短期移地訓練)	二下:更換不環境進行訓練，也讓選手轉換心情。(有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護)
	十	二上:賽後恢復。 二下:了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護。(全國中等學校運動會減量強週)	二上:維持能量訓練及逐步了解運動防護基本概念。 二下:有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護。(減量訓練逐步調整至高峰)
	十一	二上:遵守並運用競賽規則、指令與道德。(減量弱週) 二下:了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護。(全國中等學校運動會減量弱週)	二上:競賽與情報蒐集、運動道德。(維持能量訓練) 二下:有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護。(減量訓練逐步調整至高峰)
	十二	二上:遵守並運用競賽規則、指令與道德。(屏東盃中小學田徑賽) 二下:理解並操作接力動作之進階技術。(全國中等學校運動會比賽週)	二上:競賽與情報蒐集、運動道德。(屏東盃) 二下:接力準備動作與接力動作之進階技術。(全中運)
	十三	二上:第二次段考。(校慶運動會及球類競賽) 二下:第二次段考。	二上:當週前三天都是段考不做課表訓練。(利用課餘動態操、有氧慢跑維持體能) 二下:段考後安排球類活動。
	十四	二上:觀看當年度自身比賽影片。(知道並練習溝通與表達) 二下:重點賽事後安排動態休息。(機能恢復)	二上:媒體識讀。(以供未來訓練參考依據) 二下:集合、點名後，依學生興趣安排體育活動。
	十五	二上:冬季訓練。(訓練期前期) 二下:全身性體能、跑步基礎動作再強化。	二上:以量的形式達到訓練效益。(例:理解並操作接力動作之進階技術) 二下:一般體能及跑、跳、擲/踢、蹬、划間之關係。
	十六	二上:冬季訓練。(訓練期) 二下:全身性體能、跑步基礎動作再強化。	二上:體能能量的儲備。(有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念) 二下:有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念。
	十七	二上:訓練期短恢復週。 二下:學校水上動會。	二上:稍微做個有氧恢復訓練並做針對性測驗。 二下:安排搭配泳池體能訓練手段並藉以讓選手訓練游泳技巧。
	十八	二上:了解並執行環境適應能力。(專項訓練期準備期) 二下:增進環境適應的能力。	二上:心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。 二下:訓練與競賽環境適應。
	十九	二上:了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓 練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護。(專項訓練期準備期) 二下:認識及實施配速。	二上:有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護。 二下:配速概念。
	二十	二上:了解與運用專項體能訓練之原理原則。(第三次段考) 二下:遵守並運用競賽規則、指令與道德。(第三次段考)	二上:敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則。(段考) 二下:運動道德。(段考)
	二十一		
	二十二		
學習評量：	二上 1. 小組綜合技術應用(40%) 2. 團隊分組對抗競賽(40%) 3. 競技參賽運動表現(20%) 二下 1. 規則測驗20%		

【備查版】

	2.比賽50% 3.戰術設計學習單30%
備註：	

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項術科課程(高二足球)		
	英文名稱：		
授課年段：	二上、二下	學分總數： 2	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	性別平等、品德、安全、生涯規劃、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、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：	學生圖像		
學習目標：	高二上 一、提升選手進階動作與體能訓練如，盤球、傳球、停球、射門、重量、體能訓練。 二、依專項運動之特性執行個人體能訓練，增進專項運動之競技體適能。 高二下 一、提升選手進階動作與體能訓練如，盤球、傳球、停球、射門、重量、體能訓練。 二、依專項運動之特性執行個人體能訓練，增進專項運動之競技體適能。 三、能運用科學之訓練方法，有效發展並提昇專項運動競賽之心理素質。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	二上：（技)理解並執行陣地攻守性球類運動之組合性個人動作技術、團隊合作技術 二下：（技)理解並執行陣地攻守性球類運動之組合性個人動作技術、團隊合作技術	二上： (技)陣地攻守性球類運動之運（控）、投、射（踢）、罰等，個人組合性進攻動作 二下： (技)陣地攻守性球類運動之運（控）、投、射（踢）、罰等，個人組合性進攻動作
	二	二上：（技)理解並執行陣地攻守性球類運動之組合性個人動作技術、團隊合作技術 二下：（技)理解並執行陣地攻守性球類運動之組合性個人動作技術、團隊合作技術	二上： (技)陣地攻守性球類運動之運（控）、投、射（踢）、罰等，個人組合性進攻動作 二下： (技)陣地攻守性球類運動之運（控）、投、射（踢）、罰等，個人組合性進攻動作
	三	二上：（技)理解並執行陣地攻守性球類運動之組合性個人動作技術、團隊合作技術 二下：（心)了解陣地攻守性球類運動自我與團隊狀態，運用心理技能提升成績	二上： (技) 陣地攻守性球類運動之抄、截、盯人與區域等，個人組合性防守動作與步伐 二下： (心)目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地攻守性球類運動心理技能
	四	二上：（技)理解並執行陣地攻守性球類運動之組合性個人動作技術、團隊合作技術 二下：（心)了解陣地攻守性球類運動自我與團隊狀態，運用心理技能提升成績	二上： (技) 陣地攻守性球類運動之抄、截、盯人與區域等，個人組合性防守動作與步伐 二下： (心)目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地攻守性球類運動心理技能
	五	二上：（心)了解陣地攻守性球類運動自我與團隊狀態，運用心理技能提升成績 二下：（心)了解陣地攻守性球類運動自我與團隊狀態，運用心理技能提升成績	二上： (心)目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地攻守性球類運動心理技能 二下： (心)陣地攻守性球類運動自我狀態分析、主動溝通及凝聚力
	六	二上：（心)了解陣地攻守性球類運動自我與團隊狀態，運用心理技能提升成績 二下：（心)了解陣地攻守性球類運動自我與團隊狀態，運用心理技能提升成績	二上： (心)目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地攻守性球類運動心理技能 二下： (心)陣地攻守性球類運動自我狀態分析、主動溝通及凝聚力

【備查版】

七	二上：(體)理解並執行陣地攻守性球類運動組合性體能訓練 二下：(戰)了解並執行陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻、防守戰術與策略運用	二上： (體)陣地攻守性球類運動心肺耐力、肌力、肌耐力的組合性體能 二下： (戰)陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻戰術
八	二上：(體)理解並執行陣地攻守性球類運動組合性體能訓練 二下：(戰)了解並執行陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻、防守戰術與策略運用	二上： (體)陣地攻守性球類運動心肺耐力、肌力、肌耐力的組合性體能 二下： (戰)陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻戰術
九	二上：(戰)了解並執行陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻、防守戰術與策略運用 二下：(體)理解並執行陣地攻守性球類運動組合性體能訓練	二上： (戰)陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻戰術 二下： (體)陣地攻守性球類運動心肺耐力、肌力、肌耐力的組合性體能
十	二上：(戰)了解並執行陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻、防守戰術與策略運用 二下：(體)理解並執行陣地攻守性球類運動組合性體能訓練	二上： (戰)陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻戰術 二下： (體)陣地攻守性球類運動心肺耐力、肌力、肌耐力的組合性體能
十一	二上：(戰)了解並執行陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻、防守戰術與策略運用 二下：(體)理解並執行陣地攻守性球類運動組合性體能訓練	二上： (戰)陣地攻守性球類運動之盯人防守、區域協防等組合性防守策略 二下： (體)陣地攻守性球類運動之速度、協調、敏捷、穩定及身體控制
十二	二上：(戰)了解並執行陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻、防守戰術與策略運用 二下：(技)理解並執行陣地攻守性球類運動之組合性個人動作技術、團隊合作技術	二上： (戰)陣地攻守性球類運動之盯人防守、區域協防等組合性防守策略 二下： (技) 陣地攻守性球類運動之抄、截、盯人與區域等，個人組合性防守動作與步伐
十三	二上：(體)理解並執行陣地攻守性球類運動組合性體能訓練 二下：(技)理解並執行陣地攻守性球類運動之組合性個人動作技術、團隊合作技術	二上： (體)陣地攻守性球類運動之速度、協調、敏捷、穩定及身體控制 二下： (技) 陣地攻守性球類運動之抄、截、盯人與區域等，個人組合性防守動作與步伐
十四	二上：(體)理解並執行陣地攻守性球類運動組合性體能訓練 二下：(技)理解並執行陣地攻守性球類運動之組合性個人動作技術、團隊合作技術	二上： (體)陣地攻守性球類運動之速度、協調、敏捷、穩定及身體控制 二下： (技)陣地攻守性球類運動之傳接球、快攻、多打少之攻防等組合性團隊合作技術
十五	二上：(技)理解並執行陣地攻守性球類運動之組合性個人動作技術、團隊合作技術 二下：(技)理解並執行陣地攻守性球類運動之組合性個人動作技術、團隊合作技術	二上： (技)陣地攻守性球類運動之傳接球、快攻、多打少之攻防等組合性團隊合作技術 二下： (技)陣地攻守性球類運動之傳接球、快攻、多打少之攻防等組合性團隊合作技術
十六	二上：(技)理解並執行陣地攻守性球類運動之組合性個人動作技術、團隊合作技術 二下：(心)了解陣地攻守性球類運動自我與團隊狀態，運用心理技能提升成績	二上： (技)陣地攻守性球類運動之傳接球、快攻、多打少之攻防等組合性團隊合作技術 二下： (心)目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地攻守性球類運動心理技能
十七	二上：(心)了解陣地攻守性球類運動自我與團隊狀態，運用心理技能提升成績 二下：(心)了解陣地攻	二上： (心)陣地攻守性球類運動自我狀態分析、主動溝通及凝聚力 二下：

		守性球類運動自我與團隊狀態，運用心理技能提升成績	(心)目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地攻守性球類運動心理技能
	十八	二上：(心)了解陣地攻守性球類運動自我與團隊狀態，運用心理技能提升成績 二下：(心)了解陣地攻守性球類運動自我與團隊狀態，運用心理技能提升成績	二上： (心)陣地攻守性球類運動自我狀態分析、主動溝通及凝聚力 二下： (心)陣地攻守性球類運動自我狀態分析、主動溝通及凝聚力
	十九	二上：(戰)遵守並運用競賽規則、指令與道德 二下：(體)理解並執行陣地攻守性球類運動組合性體能訓練	二上： (戰)運動道德 二下： (體)陣地攻守性球類運動之速度、協調、敏捷、穩定及身體控制
	二十	二上：(體)理解並執行陣地攻守性球類運動組合性體能訓練 二下：(戰)了解並執行陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻、防守戰術與策略運用	二上： (體)陣地攻守性球類運動之速度、協調、敏捷、穩定及身體控制 二下： (戰)陣地攻守性球類運動之盯人防守、區域協防等組合性防守策略
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1.小組綜合技術應用(40%) 2.團隊分組對抗競賽(40%) 3.競技參賽運動表現(20%)		
備註：			

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項術科課程(高二柔道)		
	英文名稱：		
授課年段：	二上、二下	學分總數： 2	
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、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		
學生圖像：	學生圖像		
學習目標：	一、充實柔道專項運動知能，建構完整的柔道運動概念。 二、提升運動技能，發展個人柔道運動專長。 三、積極參與柔道運動訓練與比賽，養成自主自律的運動習性。 四、培養柔道運動競技精神，表現良好運動風度。 五、體驗柔道運動訓練的歷程，並欣賞運動競技之美，豐富運動員生命的價值。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	二上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技) 二下： 增加個人動作技術(體、技)	二上： 1.綜合體能訓練 2.重量訓練 3.得意技技術研究 4.專項動作移動變化及應用 二下： 1.綜合體能訓練 2.橡皮增進動作速度力量訓練 3.立技動作練習 4.寢技動作練習 5.重量訓練
	二	二上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技) 二下： 增加個人動作技術(體、技)	二上： 1.綜合體能訓練 2.專項肌耐力訓練 3.重量訓練 4.柔道衣抓握變化及應用 5.自由對摔 二下： 1.綜合體能訓練 2.橡皮增進動作速度力量訓練 3.立技動作練習 4.寢技動作練習 5.重量訓練
	三	二上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技) 二下： 增加個人動作技術(體、技)	二上： 1.綜合體能訓練 2.重量訓練 3.專項肌耐力訓練 4.柔道衣抓握變化及應用. 5.專項動作移動變化及應用 6.自由對摔 二下： 1.綜合體能訓練 2.橡皮增進動作速度力量訓練 3.立技動作練習 4.寢技動作練習 5.重量訓練
	四	二上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技) 二下： 增加個人動作技術(體、技)	二上： 1.綜合體能訓練 2.重量訓練 3.專項肌耐力訓練 4.得意技技術研究 5.專項動作移動變化及應用 6.自由對摔 二下： 1.綜合體能訓練 2.橡皮增進動作速度力量訓練 3.立技動作練習 4.寢技動作練習 5.重量訓練
	五	二上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技) 二下： 賽季前期增強訓練(體、技)	二上： 1.綜合體能訓練 2.重量訓練 3.動作連絡技運用 4.寢技基本動作訓練 5.得意技技術研究 6.自由對摔 二下： 1.綜合體能訓練 2.專項體能能力增強訓練 3.專項高負荷訓練 4.摔技與反擊技之運用
	六	二上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技) 二下： 賽季前期增強訓練(體、技)	二上： 1.綜合體能訓練 2.專項肌力增強訓練 3.重量訓練 4.得意技技術研究 5.寢技基本動作訓練 6.自由對摔 二下：

		1.綜合體能訓練 2.專項體能能力增強訓練 3.專項高負荷訓練 4.摔技與反擊技之運用
七	二上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技)二下： 賽季前期增強訓練(體、技)	二上： 1.綜合體能訓練 2.專項肌力增強訓練 3.重量訓練 4.動作連絡技運用 5.得意技技術研究 6.寢技基本動作訓練 二下： 1.綜合體能訓練 2.專項體能能力增強訓練 3.專項高負荷訓練 4.摔技與反擊技之運用
八	二上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技)二下： 賽季前期增強訓練(體、技)	二上： 1.綜合體能訓練 2.重量訓練 3.專項肌力增強訓練 4.動作連絡技運用 5.寢技基本動作訓練 6.得意技技術研究 二下： 1.綜合體能訓練 2.專項體能能力增強訓練 3.專項高負荷訓練 4.摔技與反擊技之運用
九	二上： 動作結合比賽之模擬(心、技、體)二下： 賽季高強度訓練(心、技、體)	二上： 1.綜合體能訓練 2.專項肌力爆發力訓練 3.摔倒連絡寢技之運用 4.模擬比賽及心理訓練 二下： 1.綜合體能訓練 2.專項爆發力訓練 3.對摔模擬比賽及戰術應用 4.選手心理訓練
十	二上： 動作結合比賽之模擬(心、技、體)二下： 賽季高強度訓練(心、技、體)	二上： 1.綜合體能訓練 2.專項肌力爆發力訓練 3.摔倒連絡寢技之運用 4.模擬比賽及心理訓練 二下： 1.綜合體能訓練 2.專項爆發力訓練 3.對摔模擬比賽及戰術應用 4.選手心理訓練
十一	二上： 動作結合比賽之模擬(心、技、體)二下： 賽季高強度訓練(心、技、體)	二上： 1.綜合體能訓練 2.專項肌力爆發力訓練 3.摔倒連絡寢技之運用 4.模擬比賽及心理訓練 二下： 1.綜合體能訓練 2.專項爆發力訓練 3.對摔模擬比賽及戰術應用 4.選手心理訓練
十二	二上： 個人技術研究及動作修正(技、體)二下： 賽季高強度訓練(心、技、體)	二上： 1.綜合體能訓練 2.協調性訓練 3.自我放鬆及專項基本動作矯正 4.賽後檢討及修正 二下： 1.綜合體能訓練 2.專項爆發力訓練 3.對摔模擬比賽及戰術應用 4.選手心理訓練
十三	二上： 個人技術研究及動作修正(技、體)二下： 賽季後期檢討與修正(體、技)	二上： 1.綜合體能訓練 2.協調性訓練 3.自我放鬆及專項基本動作矯正 4.賽後檢討及修正 二下： 1.綜合體能訓練 2.動作組合訓練 3.動作檢討及修正 4.立技聯絡寢技訓練
十四	二上： 個人技術研究及動作修正(技、體)二下： 賽季後期檢討與修正(體、技)	二上： 1.綜合體能訓練 2.協調性訓練 3.自我放鬆及專項基本動作矯正 4.賽後檢討及修正 二下： 1.綜合體能訓練 2.動作組合訓練 3.動作檢討及修正 4.立技聯絡寢技訓練
十五	二上： 個人技術研究及動作修正(技、體)二下： 賽季後期檢討與修正(體、技)	二上： 1.綜合體能訓練 2.協調性訓練 3.自我放鬆及專項基本動作矯正 4.賽後檢討及修正 二下： 1.綜合體能訓練 2.動作組合訓練 3.動作檢討及修正 4.立技聯絡寢技訓練
十六	二上： 動作修正及戰術應用與研究(體、技)二下： 賽後調整期(體、技)	二上： 1.綜合體能訓練 2.反擊技訓練 3.寢技勒頸技術研究 4.動作對摔之應用

【備查版】

			二下： 1.綜合體能維持訓練 2.個人基本動作修正 3.自我放鬆訓練 4.團體休閒運動競賽
	十七	二上： 動作修正及戰術應用與研究（體、技）二下： 賽後調整期(體、技)	二上： 1.綜合體能訓練 2.反擊技訓練 3.寢技勒頸技術研究 4.動作對摔之應用 二下： 1.綜合體能維持訓練 2.個人基本動作修正 3.自我放鬆訓練 4.團體休閒運動競賽
	十八	二上： 動作修正及戰術應用與研究（體、技）二下： 賽後調整期(體、技)	二上： 1.綜合體能訓練 2.反擊技訓練 3.寢技勒頸技術研究 4.動作對摔之應用 二下： 1.綜合體能維持訓練 2.個人基本動作修正 3.自我放鬆訓練 4.團體休閒運動競賽
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1.平時學習團隊相處情況40% 2.參賽情況20% 3.評量檢測20% 4.出缺席20%		
備註：			

【備查版】

<table>
<tr><td rowspan="2">課程名稱：</td><td colspan="3">中文名稱： 專項術科課程(高二射箭)</td></tr>
<tr><td colspan="3">英文名稱： Archery</td></tr>
<tr><td>授課年段：</td><td>二上、二下</td><td colspan="2">學分總數： 2</td></tr>
<tr><td>課程屬性：</td><td colspan="3">體育班</td></tr>
<tr><td>議題融入：</td><td colspan="3">性別平等 人權 環境 品德 生命 法治 科技 資訊 安全 家庭教育 生涯規劃 多元文化 戶外教育 國際教育 原住民族教育</td></tr>
<tr><td>師資來源：</td><td colspan="3">校內單科</td></tr>
<tr><td rowspan="3">課綱核心素養：</td><td colspan="3">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</td></tr>
<tr><td colspan="3">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</td></tr>
<tr><td colspan="3">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</td></tr>
<tr><td>學生圖像：</td><td colspan="3">請填入線上系統中所填列的學生圖像項目，如有兩上以上請以頓號【、】做分隔</td></tr>
<tr><td>學習目標：</td><td colspan="3">一、了解並執行中階一體能訓練，將訓練效能發揮於動作技能上，增進競技體能、技術與態度
二、理解並執行中階專項體能訓練，將訓練效能發揮於動作技能中，展現自我運動潛能。
三、分析並修正動作規 劃與整體性分析，解 決各項問題並發揮 主動學習與創新求變的能力
遵守並運用競賽規 則、指令與道德。</td></tr>
<tr><td rowspan="6">教學大綱：</td><td>週次/序</td><td>單元/主題</td><td>內容綱要</td></tr>
<tr><td>一</td><td>二上：射箭基本原理 擬定個人訓練計畫 二下：射箭基本原理與觀念介紹</td><td>二上：
體能：了解及運用一般體能訓練之原理原則
技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏
戰術：認識訓練計畫擬定方式
心理：練習射箭相關心理技能
二下：
體能：了解及運用一般體能訓練之原理原則
技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏
戰術：認識射箭基本規則與禮儀
心理：認識並練習射箭相關心理技能</td></tr>
<tr><td>二</td><td>二上： 射箭基本原理擬定個人訓練計畫 二下： 射箭基本原理與觀念介紹</td><td>二上：
體能：認識個人生理特質-基本與專項體能檢測
技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏
戰術：認識射箭基本規則與禮儀
心理：認識並練習射箭相關心理技能
二下：
體能：認識個人生理特質-基本與專項體能檢測
技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏
戰術：認識射箭基本規則與禮儀
心理：認識並練習射箭相關心理技能</td></tr>
<tr><td>三</td><td>二上：射箭基本原理 擬定個人訓練計畫 二下：射箭基本原理與觀念介紹</td><td>二上：
體能：了解及運用一般體能訓練之原理原則
技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏
戰術：擬定個人訓練計畫
心理：實用射箭相關心理技能
二下：
體能：了解及運用一般體能訓練之原理原則
技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏
戰術：觀看國外射箭競賽影片-觀摩學習
心理：認識並練習射箭相關心理技能</td></tr>
<tr><td>四</td><td>二上：專項技術與 體能強化 二下：專項技術穩定與賽前模擬課程</td><td>二上：
體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力
技術：加強前手動作穩定性
戰術：比賽情境模擬訓練-對抗賽、加射
心理：溝通與自我表達
二下：
體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力
技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏</td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td></tr>
</table>

【備查版】

		戰術：熟悉比賽規則 心理：以意象訓練為主，加強選手抗壓能力
五	二上：專項技術賽前模擬課程 二下：專項技術賽中穩定度調整	二上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：加強前手動作穩定性 戰術：比賽情境模擬訓練-個人循環對抗訓練 二下： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：遵守比賽規則與射箭場禮儀 心理：應用呼吸調整緊張情緒
六	二上：專項技術賽前模擬課程 二下：專項技術賽中穩定度調整	二上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：加強前手動作穩定性 戰術：比賽情境模擬訓練-團體、混雙對抗訓練 心理：專注力、呼吸訓練、認識禁藥 二下： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：遵守比賽規則與射箭場禮儀 心理：增強企圖心
七	二上：專項技術與賽前模擬課程 二下：專項技術與賽後檢討課程	二上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：比賽情境模擬訓練-加射、10秒放箭 心理：加強比賽時的自我對話-增強企圖心 二下： 體能：了解及運用一般體能訓練之原理原則 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：遵守比賽規則 心理：加強比賽時的自我對話-增強企圖心
八	二上：專項技術 賽中穩定度調整 二下：專項技術穩定與賽前模擬 課程	二上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：加強前手動作穩定性 戰術：遵守射箭比賽規則 心理：應用呼吸調整緊張情緒 二下： 體能：了解及運用一般體能訓練之原理原則 技術：加強前手動作穩定性 戰術：觀看國外射箭競賽影片-觀摩學習 心理：設定總統盃參賽目標
九	二上：專項技術賽後檢討 訂定短程目標 二下：專項技術穩定與賽中心理課程	二上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：加強前手動作穩定性 戰術：賽後檢討與心得分享、訂定總統盃目標 二下： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：加強前手動作穩定性 戰術：比賽情境模擬訓練-對抗賽、加射 心理：設定總統盃參賽目標
十	二上：專項技術賽前模擬課程 二下：熟練專項技術與 賽中各項情境模擬	二上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：比賽情境模擬訓練-團體、混雙對抗訓練 心理：加強比賽時的自我對話-增強企圖心 二下： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：加強前手動作穩定性 戰術：觀看國外射箭競賽影片-觀摩學習 心理：加強比賽時的自我對話-增強企圖心

【備查版】

十一	二上：專項技術賽中穩定度調整 二下：基本體能專項技術穩定	二上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：遵守比賽規則與射箭場禮儀 心理：應用呼吸調整緊張情緒 二下： 體能：柔軟度、心肺耐力、肌耐力一般體能 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：遵守比賽規則 心理：溝通與自我表達
十二	二上： 專項技術賽中穩定度調整 二下： 基本體能專項技術穩定	二上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：遵守比賽規則與射箭場禮儀 心理：增強企圖心 二下： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：觀看國外射箭競賽影片-觀摩學習 心理：加強比賽時的自我對話-增強企圖心
十三	二上：專項技術穩定認識自我 二下： 1.專項技術體能(重量訓練) 2.射箭節奏與集中性訓練	二上： 體能：加強基本體能與專項體能穩定性 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：賽後成績檢討與調整 二下： 體能：柔軟度、心肺耐力、肌耐力一般體能 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：賽後成績檢討與調整 心理：認識目標設定與自我對話的重要性
十四	二上： 1.專項技術體能(重量訓練) 2.射箭節奏與集中性訓練 二下： 1.專項技術體能(重量訓練) 2.射箭節奏與集中性訓練	二上： 體能：加強基本體能與專項體能穩定性 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：賽後成績檢討與調整 心理：認識目標設定與自我對話的重要性 二下： 體能：加強基本體能與專項體能穩定性 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：賽後成績檢討與調整 心理：認識目標設定與自我對話的重要性
十五	二上： 1.專項技術體能(重量訓練) 2.射箭節奏與集中性訓練 二下： 1.專項技術體能(重量訓練) 2.射箭節奏與集中性訓練	二上： 體能：柔軟度、心肺耐力、肌耐力 技術：加強前手動作穩定性 戰術：賽後成績檢討與調整 心理：認識目標設定與自我對話的重要性 二下： 體能：柔軟度、心肺耐力、肌耐力一般體能 技術：加強前手動作穩定性 戰術：賽後成績檢討與調整 心理：認識目標設定與自我對話的重要性
十六	二上： 1.重量與核心訓練 2.70M個人、混雙、團體對抗賽訓練 二下： 1.重量與核心訓練 2.70M個人、混雙、團體對抗賽訓練	二上： 體能：柔軟度、心肺耐力、肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：賽後成績檢討與調整 心理：認識目標設定與自我對話的重要性 二下： 體能：柔軟度、心肺耐力、肌耐力一般體能 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：賽後成績檢討與調整 心理：認識目標設定與自我對話的重要性
十七	二上： 1.重量與核心訓練 2.70M個人、混雙、團體對抗賽訓練 二下：	二上： 體能：多元化體能-增加力量、柔韌性與協調性

【備查版】

		1.重量與核心訓練 2.70M個人、混雙、團體對抗賽訓練	技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：比賽情境模擬訓練-對抗賽、團體 心理：加強目標設定與自我對話的設定 二下： 體能：多元化體能-增加力量、柔韌性與協調性 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：比賽情境模擬訓練-對抗賽、團體 心理：加強目標設定與自我對話的設定
	十八	二上： 1.重量與核心訓練 2.70M狀況演練(比賽情境模擬訓練) 二下：1.重量與核心訓練 2.70M狀況演練(比賽情境模擬訓練)	二上： 體能：多元化體能-增加力量、柔韌性與協調性 技術：加強前手動作穩定性 戰術：比賽情境模擬訓練-對抗賽、團體 心理：加強目標設定與自我對話的設定 二下： 體能：多元化體能-增加力量、柔韌性與協調性 技術：加強前手動作穩定性 戰術：比賽情境模擬訓練-對抗賽、團體 心理：加強目標設定與自我對話的設定
	十九	二上：放鬆與學年度成績檢討 二下：放鬆與學年度成績檢討	二上： 體能：多元化體能-增加力量、柔韌性與協調性 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：觀看國外射箭競賽影片-觀摩學習 心理：運用心理技巧 二下： 體能：多元化體能-增加力量、柔韌性與協調性 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：觀看國外射箭競賽影片-觀摩學習 心理：運用心理技巧
	二十	二上：期末測驗 二下：期末測驗	二上： 體能：最大肌力與基本體能檢測。 技術：期末70M雙局測驗/70M循環對抗測驗 戰術：期末整體表現檢討與考進 心理：放鬆與注意力訓練 二下： 體能：最大肌力與基本體能檢測。 技術：期末70M雙局測驗/70M循環對抗測驗 戰術：期末整體表現檢討與考進 心理：放鬆與注意力訓練
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1.平時學習團隊相處情況；40% 2.參賽情況：20% 3.評量檢測：20% 4.出缺席：20%		
備註：	一、青年盃、全中運、總統盃競賽成績 二、賽後心得撰寫 三、平時專項與體能測驗		

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項術科課程(高二射擊)	
	英文名稱： Shooting	
授課年段：	二上、二下	學分總數： 2
課程屬性：	體育班	
議題融入：	性別平等 、品德 、生命 、法治 、安全 、生涯規劃 、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 A2.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 B2.藝術涵養與美感素養	
	C社會參與： C2.人際關係與團隊合作 C2.多元文化與國際理解	
學生圖像：	請填入線上系統中所填列的學生圖像項目，如有兩上以上請以頓號【、】做分隔	
學習目標：	二上 一、 習得運動心理學技能 二、 訂定自我學期目標與比賽規劃 三、 執行專項技能能力 二下 一、 分析比賽賽況 二、 射擊技術應用 三、 運動心理技能應用 四、 射擊模擬訓練器使用	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	二上 (體)專項體能 (心、技)訓練目標與強化動作基礎概念 二下 (心、技、戰)訂定學期目標 心理技能訓練與動作組合訓練	二上 開學期初隊會訂定訓練目標及比賽規劃。 舉槍流程完整度與動作步驟強化 二下 開學期初隊會訂定訓練目標及比賽規劃。 自我對話與意象訓練結合專項練習，與動作完整度訓練
二	二上 (技、戰)模擬比賽與個別指導 比賽節奏訓練 撰寫比賽計畫 二下 (心、技)心理技能訓練與動作組合訓練 (技)指向練習	二上 賽事模擬訓練、規則與賽事狀況演練、針對選手個別問題與槍枝調整 比賽單發節奏訓練與決賽流程節奏調整 撰寫比賽計畫 二下 自我對話與意象訓練結合專項練習，與動作完整度訓練 針對槍指自然指向調整練習，達到每槍指向的一致性
三	二上 (戰)協會盃射擊錦標賽 二下 (技、戰)模擬比賽與個別指導 比賽節奏訓練 撰寫比賽計畫	二上 選手賽事參與與賽事觀摩、討論 二下 賽事模擬訓練、規則與賽事狀況演練、針對選手個別問題與槍枝調整 比賽單發節奏訓練與決賽流程節奏調整 撰寫比賽計畫
四	二上 (心、技、戰)賽後檢討 (體)基礎體能 二下 (技、戰)青年盃射擊錦標賽	二上 賽後檢討與修正 比賽影片觀賞與討論 身心放鬆與針對個別問題 心肺耐力與肌耐力訓練 二下 選手賽事參與與賽事觀摩、討論
五	二上 (心)心理技能訓練 (體)專項體能 二下 (心、技、戰)賽後檢討 (體)專項體能	二上 自我對話與意象訓練結合專項練習 站姿重心調整與撐槍訓練 二下 賽後檢討與修正 比賽影片觀賞與討論 身心放鬆與針對個別問題 心肺耐力與肌耐力訓練

【備查版】

六	二上 段考（心)心理技能訓練（體)專項體能 二下 段考（技、戰)分數組合要求	二上 段考訓練調整時長 自我對話與意象訓練結合專項練習 站姿重心調整與撐槍訓練 二下 考段調整訓練時長 每輪次分數要求
七	二上（體)專項體能（技)節奏訓練 二下（技、戰)模擬比賽與個別指導比賽節奏訓練 撰寫比賽計畫	二上 撐槍訓練加強專項肌耐力練習，空槍動作組合強化 動作流程節奏性練習 二下 賽事模擬訓練、規則與賽事狀況演練、針對選手個別問題與槍枝調整 比賽單發節奏訓練與決賽流程節奏調整 撰寫比賽計畫
八	二上（體)專項體能（技)節奏訓練 二下（技、戰)全國中等學校運動會	二上 撐槍訓練加強專項肌耐力練習，空槍動作組合強化 動作流程節奏性練習 二下 選手賽事參與與賽事觀摩、討論
九	二上（體)專項體能（技)節奏訓練 (戰)決賽練習 二下（心、技、戰）賽後檢討（體)基礎體能	二上 撐槍訓練加強專項肌耐力練習，空槍動作組合強化 動作流程節奏性練習 決賽賽制練習 二下 賽後檢討與修正 比賽影片觀賞與討論 身心放鬆與針對個別問題 心肺耐力與肌耐力訓練
十	二上（技、視力回收)節奏訓練 (戰)決賽練習 二下（體、技)基礎動作強化（心)心理技能	二上 動作流程節奏性練習 決賽賽制練習 瞄準動作圖形準確度練習，視線焦距調整練習 二下 動作組合練習，掌握每發節奏性，達到高一致性動作。 自我對話與意象訓練結合專項練習
十一	二上（技、戰)模擬比賽與個別指導比賽節奏訓練 撰寫比賽計畫 二下(體、技)基礎動作強化（心)心理技能	二上 賽事模擬訓練、規則與賽事狀況演練、針對選手個別問題與槍枝調整 比賽單發節奏訓練與決賽流程節奏調整 撰寫比賽計畫 二下 動作組合練習，掌握每發節奏性，達到高一致性動作。 自我對話與意象訓練結合專項練習
十二	二上（戰、技)中正盃射擊錦標賽 二下（體、技)基礎動作強化（心)心理技能（技、戰)射擊模擬器	二上 選手賽事參與與賽事觀摩、討論 二下 動作組合練習，掌握每發節奏性，達到高一致性動作。 自我對話與意象訓練結合專項練習 使用射擊模擬訓練器結合訓練，使每位選手了解自己射擊瞄準軌跡、擊發時機、保持動作
十三	二上（心、技、戰)賽後檢討（體)基礎體能 二下（體、技)基礎動作強化（心)心理技能（技、戰)射擊模擬器	二上 賽後檢討與修正 比賽影片觀賞與討論 身心放鬆與針對個別問題 心肺耐力與肌耐力訓練

【備查版】

		二下 動作組合練習，掌握每發節奏性，達到高一致性動作。 自我對話與意象訓練結合專項練習 使用射擊模擬訓練器結合訓練，使每位選手了解自己射擊瞄準軌跡、擊發時機、保持動作
十四	二上 段考（體)基礎體能 二下 段考（心)心理技能	二上 段考調整訓練強度與時長 心配耐力與肌耐力訓練 二下 考段調整訓練時長 自我對話與意象訓練結合專項練習
十五	二上（技)視力回收（心)心理技能訓練 二下（體、技)基礎動作強化(心)心理技能（技、戰)射擊模擬器	二上 瞄準動作圖形準確度練習，視線焦距調整練習 自我對話與意象訓練結合專項練習 二下 動作組合練習，掌握每發節奏性，達到高一致性動作。 自我對話與意象訓練結合專項練習 使用射擊模擬訓練器結合訓練，使每位選手了解自己射擊瞄準軌跡、擊發時機、保持動作
十六	二上（技)視力回收（心)心理技能訓練 二下（技、戰)模擬比賽與個別指導 比賽節奏訓練 撰寫比賽計畫	二上 瞄準動作圖形準確度練習，視線焦距調整練習 自我對話與意象訓練結合專項練習 二下 賽事模擬訓練、規則與賽事狀況演練、針對選手個別問題與槍枝調整 比賽單發節奏訓練與決賽流程節奏調整 撰寫比賽計畫
十七	二上（技)擊發後保持動作加強 二下（技、戰)全國梅花盃射擊錦標賽	二上 基本動作強化與擊發後保持動作完整性訓練 二下 選手賽事參與與賽事觀摩、討論
十八	二上（技)擊發後保持動作加強 二下（心、技、戰)賽後檢討（體)基礎體能	二上 基本動作強化與擊發後保持動作完整性訓練 二下 賽後檢討與修正 比賽影片觀賞與討論 身心放鬆與針對個別問題 心肺耐力與肌耐力訓練
十九	二上（技、戰)測驗 、國際規則 二下（技、戰)測驗 、國際規則	二上 期末測驗 透過國際賽事影片，了解國際射擊對於賽事的規則修改與變化，同時理解未來規則改變方向，調整自我訓練目標。 二下 期末測驗 透過國際賽事影片，了解國際射擊對於賽事的規則修改與變化，同時理解未來規則改變方向，調整自我訓練目標。
二十	二上（心、技、戰)期末檢討 二下(心、技、戰)期末檢討	二上 期末檢討、槍枝保養、訂定下學期目標 二下 期末檢討、槍枝保養、訂定下學期目標
二十一	二上 段考 二下 段考	二上 段考 二下 段考
二十二		

【備查版】

學習評量：	二上 規則測驗15% 比賽25% 術科測驗10% 學期目標10% 撰寫比賽計畫15% 出席率25% 二下 規則測驗15% 比賽25% 術科測驗10% 學期目標10% 撰寫比賽計畫15% 出席率25%
備註：	

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項術科課程(高二棒球)	
	英文名稱：	
授課年段：	二上、二下	學分總數： 2
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、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： 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：	學生圖像	
學習目標：	二上： 一、 瞭解專項運動戰術戰略知能 二、 執行專項運動戰術戰略技能 三、 深化專項運動戰術戰略應用能力 四、 熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力 二下： 1.以專項運動基本技術為輔，戰術應用為主，建立學生對技術、戰術的學習及應用。 2.透過戰術介紹及實地演練，學生能發展出屬於自己應用的戰術。 3.學習基本技術、戰術及比賽規則，進而讓學生能更進一步欣賞球賽及考取證照。 4. 對未來升學時有多元的運動技能及證照。	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	二上 ：(體)基礎訓練期 二下 ：(體)基礎訓練期	二上： 1.速度、肌力及肌耐力組合性訓練 2.敏捷及柔韌組合組合性訓練 3.移位、平衡組合性技術 4.協調、反應組合性技術 二下： 1.速度、肌力及肌耐力組合性訓練 2.敏捷及柔韌組合組合性訓練 3.移位、平衡組合性技術 4.協調、反應組合性技術
	二	二上 ：(體)基礎訓練期 二下 ：(體)基礎訓練期	二上： 1.跳繩訓練 2.欄架訓練 二下： 1.跳繩訓練 2.欄架訓練
	三	二上 ：(體)基礎訓練期 二下 ：(體)基礎訓練期	二上 ： 1.繩梯協調訓練 2.跑步動作訓練 3.速度、肌力訓練 二下： 1.繩梯協調訓練 2.跑步動作訓練 3.速度、肌力訓練
	四	二上 ：(心)增進環境適應的能力 二下：(心)增進環境適應的能力	二上： 訓練與競賽環境適應。 二下： 訓練與競賽環境適應。
	五	二上 ：(體、技)技術體能期 二下：(體、技)技術體能期	二上： 1.守備連續動作訓練 2.揮棒連續動作訓練 3.投球連續動作訓練 二下： 1.守備連續動作訓練

【備查版】

		2.揮棒連續動作訓練 3.投球連續動作訓練
六	二上 ：(體、技)技術體能期 二下：(體、技)技術體能期	二上： 1.守備連續動作訓練 2.揮棒連續動作訓練 3.投球連續動作訓練 二下： 1.守備連續動作訓練 2.揮棒連續動作訓練 3.投球連續動作訓練
七	二上 ：(體、技)技術體能期 二下：(體、技)技術體能期	二上： 1.守備連續動作訓練 2.揮棒連續動作訓練 3.投球連續動作訓練 二下： 1.守備連續動作訓練 2.揮棒連續動作訓練 3.投球連續動作訓練
八	二上 ：(體、技)技術體能期 二下：(體、技)技術體能期	二上： 1. 內、外、投、捕進階訓練 2. 打擊進階訓練 二下： 1. 內、外、投、捕進階訓練 2. 打擊進階訓練
九	二上 ：(體、技)技術體能期 二下：(體、技)技術體能期	二上： 1. 內、外、投、捕進階訓練 2. 打擊進階訓練 二下： 1. 內、外、投、捕進階訓練 2. 打擊進階訓練
十	二上 ：(體、技)技術體能期 二下：(體、技)技術體能期	二上： 1. 內、外、投、捕進階訓練 2. 打擊進階訓練 二下： 1. 內、外、投、捕進階訓練 2. 打擊進階訓練
十一	二上 ：(技)技術及展能 二下 ：(技)技術及展能	二上： 1.野手配合基礎訓練 2.投手基礎訓練 3.打擊量化訓練 二下： 1.野手配合基礎訓練 2.投手基礎訓練 3.打擊量化訓練
十二	二上 ：(技)技術及展能 二下 ：(技)技術及展能	二上： 1.野手配合基礎訓練 2.投手基礎訓練 3.打擊量化訓練 二下： 1.野手配合基礎訓練 2.投手基礎訓練 3.打擊量化訓練
十三	二上 ：(技)技術及展能 二下 ：(技)技術及展能	二上： 1.野手配合基礎訓練 2.投手基礎訓練 3.打擊量化訓練 二下： 1.野手配合基礎訓練 2.投手基礎訓練 3.打擊量化訓練

【備查版】
【備查版】

十四	二上 ： (技)技術及展能 二下 ： (技)技術及展能	二上： 1.野手配合基礎訓練 2.投手基礎訓練 3.打擊量化訓練 二下： 1.野手配合基礎訓練 2.投手基礎訓練 3.打擊量化訓練
十五	二上 ： (技)技術及展能 二下 ： (技)技術及展能	二上： 1.野手配合基礎訓練 2.投手基礎訓練 3.打擊量化訓練 二下： 1.野手配合基礎訓練 2.投手基礎訓練 3.打擊量化訓練
十六	二上 ： (技)技術及展能 二下 ： (技)技術及展能	二上： 1.野手配合基礎訓練 2.投手基礎訓練 3.打擊量化訓練 二下： 1.野手配合基礎訓練 2.投手基礎訓練 3.打擊量化訓練
十七	二上 ： (體、心)恢復及運動心理 二下 ： (體、心)恢復及運動心理	二上： 1.速度訓練 2.肌耐力組合性訓練 3.敏捷及柔韌組合性訓練 4.基本技術檢核與修正。 二下： 1.速度訓練 2.肌耐力組合性訓練 3.敏捷及柔韌組合性訓練 二上： 1.敏捷及柔韌組合組合性訓練 2.團隊運動道德、倫理與行為 3.守備基本動作訓練 4.目標設定、壓力管理與自我對話 二下： 1.敏捷及柔韌組合組合性訓練 2.團隊運動道德、倫理與行為 3.守備基本動作訓練 二上： 1.速度訓練 2.肌耐力組合性訓練 3.敏捷及柔韌組合性訓練 4.基本技術檢核與修正。 二下： 1.速度訓練 2.肌耐力組合性訓練 3.敏捷及柔韌組合性訓練 4.基本技術檢核與修正。
十八	二上 ： (體、心)恢復及運動心理 二下 ： (體、心)恢復及運動心理	二上： 1.協調、反應組合性技術 2.心肺耐力 3.長tee擊球訓練 4.溝通與自我表達。 二下： 1.協調、反應組合性技術 2.心肺耐力 3.長tee擊球訓練 4.溝通與自我表達。

【備查版】

	十九	二上 ： (體、心)恢復及運動心理 二下 ： (體、心)恢復及運動心理	二上： 1.敏捷及柔韌組合組合性訓練 2.團隊運動道德、倫理與行為 3.守備基本動作訓練 4.目標設定、壓力管理與自我對話 二下： 1.敏捷及柔韌組合組合性訓練 2.團隊運動道德、倫理與行為 3.守備基本動作訓練 4.目標設定、壓力管理與自我對話
	二十	二上 ： (體、心)恢復及運動心理 二下 ： (體、心)恢復及運動心理	二上： 1.肌力及肌耐力組合性訓練 2.量化基礎訓練 3.力量訓練 4.目標設定、壓力管理與自我對話 二下： 1.肌力及肌耐力組合性訓練 2.量化基礎訓練 3.力量訓練 4.目標設定、壓力管理與自我對話
	二十一		
	二十二		
學習評量：			
備註：	二上： 1.小組綜合技術應用(40%) 2.團隊分組對抗競賽(40%) 3.競技參賽運動表現(20%) 二下： 規則測驗20%、比賽50%、戰術設計學習單30%		

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項術科課程(高二跆拳道)	
	英文名稱：	
授課年段：	二上、二下	學分總數： 2
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、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：	學生圖像	
學習目標：	二上： 一、 瞭解專項運動戰術戰略知能、 二、 執行專項運動戰術戰略技能、 三、 深化專項運動戰術戰略應用能力 、 四、 熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力 、 五、 提升跆拳道運動規則知能 二下： 1.以專項運動基本技術為輔，戰術應用為主，建立學生對技術、戰術的學習及應用。 2.透過戰術介紹及實地演練，學生能發展出屬於自己應用的戰術。 3.學習基本技術、戰術及比賽規則，進而讓學生能更進一步欣賞球賽及考取證照。 4. 對未來升學時有多元的運動技能及證照。	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	二上：（體）專項體能 二下：（體）專項體能	二上： （體）肌(耐)力、爆發力、靈敏、有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。 二下： （體）肌(耐)力、爆發力、靈敏、有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。
	二	二上：（體）專項體能 二下：（體）專項體能	二上： （體）肌(耐)力、爆發力、靈敏、有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。 二下： （體）肌(耐)力、爆發力、靈敏、有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。
	三	二上：（體）專項體能 二下：（體）賽場體能	二上： （體）肌(耐)力、爆發力、靈敏、有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。 二下： （體）肌(耐)力、爆發力、靈敏、有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。
	四	二上：（技）專項技術之進階技術及步伐訓練 二下：（體）賽場體能	二上： （體）肌(耐)力、爆發力、靈敏、有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。 二下： （體）肌(耐)力、爆發力、靈敏、有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。
	五	二上：（技）專項技術之進階技術及步伐訓練 二下：（技）專項技術之進階技術及步伐訓練	二上： (技)側踩+旋踢、側踩+下壓、側踩+內掛、側踩+後踢、側踩+空中兩腳、側踩+360度旋踢。 攻擊與防禦訓練、步伐移位訓練。 二下： (技)側踩+旋踢、側踩+下壓、側踩+內掛、側踩+後踢、側踩+空中兩腳、側踩+360度旋踢。 攻擊與防禦訓練、步伐移位訓練。

六	二上：（技）專項技術之進階技術及步伐訓練 二下：（技）專項技術之進階技術及步伐訓練	二上： （技）側踩+旋踢、側踩+下壓、側踩+內掛、側踩+後踢、側踩+空中兩腳、側踩+360度旋踢。 攻擊與防禦訓練、步伐移位訓練。 二下： （技）側踩+旋踢、側踩+下壓、側踩+內掛、側踩+後踢、側踩+空中兩腳、側踩+360度旋踢。 攻擊與防禦訓練、步伐移位訓練。
七	二上：（技）專項技術之進階技術及步伐訓練 二下：（技）專項技術之進階技術及步伐訓練	二上： （技）側踩+旋踢、側踩+下壓、側踩+內掛、側踩+後踢、側踩+空中兩腳、側踩+360度旋踢。 攻擊與防禦訓練、步伐移位訓練。 二下： （技）側踩+旋踢、側踩+下壓、側踩+內掛、側踩+後踢、側踩+空中兩腳、側踩+360度旋踢。 攻擊與防禦訓練、步伐移位訓練。
八	二上：（技）專項技術之進階技術及步伐訓練 二下：（技）專項技術之進階技術及步伐訓練	二上： （技）側踩+旋踢、側踩+下壓、側踩+內掛、側踩+後踢、側踩+空中兩腳、側踩+360度旋踢。 攻擊與防禦訓練、步伐移位訓練。 二下： （技）側踩+旋踢、側踩+下壓、側踩+內掛、側踩+後踢、側踩+空中兩腳、側踩+360度旋踢。 攻擊與防禦訓練、步伐移位訓練。
九	二上：（體）專項體能及核心訓練 二下：（體）專項體能及核心訓練	二上： （體）有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。 徒手核心訓練、TRX等核心訓練。 二下： （體）有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。 徒手核心訓練、TRX等核心訓練。
十	二上：（體）專項體能及核心訓練 二下：（體）專項體能及核心訓練	二上： （體）有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。 徒手核心訓練、TRX等核心訓練。 二下： （體）有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。 徒手核心訓練、TRX等核心訓練。
十一	二上：（體）專項體能及核心訓練 二下：（體）賽場體能	二上： （體）有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。 徒手核心訓練、TRX等核心訓練。 二下： 二上： （體）有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。 徒手核心訓練、TRX等核心訓練。 二下： （體） 有氧、無氧、間歇、循環等專項踢擊訓練。
十二	二上：（體）專項體能及核心訓練 二下：（體）賽場體能	二上： （體）有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。 徒手核心訓練、TRX等核心訓練。 二下： （體） 有氧、無氧、間歇、循環等專項踢擊訓練。
十三	二上：（戰）認識規則 二下：（戰）認識規則	二上： （戰）比賽的計分方式、比賽的犯規動作等比賽規

【備查版】

			則講解。 二下： (戰)比賽的計分方式、比賽的犯規動作等比賽規則講解。
	十四	二上：(戰)認識規則 二下：(戰)認識規則	二上： (戰)比賽的計分方式、比賽的犯規動作等比賽規則講解。 二下： (戰)比賽的計分方式、比賽的犯規動作等比賽規則講解。
	十五	二上：(戰)認識規則 二下：(技)規則與得分技巧	二上： (戰)比賽的計分方式、比賽的犯規動作等比賽規則講解。 二下： (戰)比賽的計分方式、比賽的犯規動作等比賽規則講解。
	十六	二上：(戰)認識規則 二下：(技)規則與得分技巧	二上： (心) 技術訓練檢核與修正、心理輔導與溝通、與教練間的默契培養。 二下： (戰)電子護具得分技巧與優勢動作演練。
	十七	二上：(心)心理 二下：(心)心理	二上： (心) 技術訓練檢核與修正、心理輔導與溝通、與教練間的默契培養。 二下： (心) 技術訓練檢核與修正、心理輔導與溝通、與教練間的默契培養。
	十八	二上：(心)心理 二下：(心)心理	二上： (心) 技術訓練檢核與修正、心理輔導與溝通、與教練間的默契培養。 二下： (心) 技術訓練檢核與修正、心理輔導與溝通、與教練間的默契培養。
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	基本體能測驗30%、基本動作測驗40%、 平時專項訓練出席率與學習態度30%		
備註：			

【備查版】

<table>
<tr><td rowspan="2">課程名稱：</td><td colspan="3">中文名稱： 專項術科課程(高二網球)</td></tr>
<tr><td colspan="3">英文名稱： Soft Tennis</td></tr>
<tr><td>授課年段：</td><td colspan="2">二上、二下</td><td>學分總數：2</td></tr>
<tr><td>課程屬性：</td><td colspan="3">體育班</td></tr>
<tr><td>議題融入：</td><td colspan="3">性別平等 、品德 、生命 、法治 、安全 、生涯規劃 、國際教育</td></tr>
<tr><td>師資來源：</td><td colspan="3">校內單科</td></tr>
<tr><td rowspan="3">課綱核心素養：</td><td colspan="3">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 A5.規劃執行與創新應變</td></tr>
<tr><td colspan="3">B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達 B3.科技資訊與媒體素養</td></tr>
<tr><td colspan="3">C社會參與： C2.人際關係與團隊合作</td></tr>
<tr><td>學生圖像：</td><td colspan="3">請填入線上系統中所填列的學生圖像項目，如有兩上以上請以頓號【、】做分隔</td></tr>
<tr><td>學習目標：</td><td colspan="3">一、瞭解專項運動戰術戰略知能
二、執行專項運動戰術戰略技能
三、深化專項運動戰術戰略應用能力
四、熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力</td></tr>
<tr><td rowspan="10">教學大綱：</td><td>週次/序</td><td>單元/主題</td><td>內容綱要</td></tr>
<tr><td>一</td><td>2上：(體)專項體能(技)後排全場移位攻防能力 2下：(體)專項體能(技)前排、後排攻防戰術影片學習</td><td>2上：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 2下：(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。</td></tr>
<tr><td>二</td><td>2上：(體)專項體能(技)後排全場移位攻防能力 2下：(體)專項體能(技)前排基本攻擊練習，後排攻防戰練習</td><td>2上：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 2下：(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。</td></tr>
<tr><td>三</td><td>2上：(體)專項體能(技)後排全場移位攻防能力 2下：(體)專項體能(技)前排基本攻擊練習，後排攻防戰練習</td><td>2上：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 2下：(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。</td></tr>
<tr><td>四</td><td>2上：(體)專項體能(技)後排全場不定向移位 2下：(體)專項體能(技)前排基本防守練習，後排1對2攻防戰練習</td><td>2上：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 2下：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。</td></tr>
<tr><td>五</td><td>2上：(體)專項體能(技)單打模擬比賽 2下：(體)專項體能(技)前排基本攻、守練習，後排1對2攻防戰練習</td><td>2上：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 2下：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。</td></tr>
<tr><td>六</td><td>2上：(第一次段考)(技)單打影片學習 2下：(體)專項體能 (第一次段考)</td><td>2上：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。 2下：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。</td></tr>
<tr><td>七</td><td>2上：(技)單打心得分享 2下：(體)專項體能(技)前排基本攻、守練習，後排1對2配球練習</td><td>2上：(心)基本技術檢核與修正。 2下：(體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、</td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td></tr>
</table>

【備查版】

		連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。
八	2上：(體)專項體能(技)後排2打1強度練習 2下：(體)專項體能(技)前後排綜合戰術應用	2上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術 2下：(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
九	2上：(體)專項體能(技)後排2打1強度練習 2下：雙打模擬比賽	2上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。 2下：(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
十	2上：全國單打排名賽 2下：(體)專項體能(技)前後排綜合戰術講解應用	2上：(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。 2下：(體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
十一	2上：(體)專項體能(技)比賽檢討心得分享 2下：(體)專項體能(技)前後排綜合戰術實做應用	2上：(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。 2下：(體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
十二	2上：(體)專項體能(技)前排基本動作練習、後排移位打點練習 2下：(體)專項體能(技)前後排綜合戰術實做應用	2上：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。 2下：(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。(心)基本技術檢核與修正。
十三	2上：第二次段考。(校慶運動會及球類競賽) 2下：第二次段考。	2上：當週前三天都是段考不做課表訓練。(利用課餘動態操、有氧慢跑維持體能) 2下：段考後安排球類活動。
十四	2上：(體)專項體能(技)前排基本動作練習、後排移位打點練習 2下：(體)專項體能(技)雙打模擬比賽	2上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 2下：(心)基本技術檢核與修正。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
十五	2上：(體)專項體能(技)前後排接發球連續練習 2下：全國雙打排名賽	2上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 2下：(心)基本技術檢核與修正。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
十六	2上：(體)專項體能(技)前後排接發球連續練習 2下：(技)雙打比賽檢討心得分享	2上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 2下：(心)基本技術檢核與修正。
十七	2上：(體)專項體能(技)前後排接發球後，綜合練習 2下：(體)專項體能(技)前排網前攻擊得分打點練習	2上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 2下：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。
十八	2上：(體)專項體能(技)前後排接發球後，綜合練習 2下：(體)專項體能(技)前排網前攻擊得分打點練習	2上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 2下：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。
十九	2上：(體)專項體能(技)前後排雙打戰術應用 2下：(體)專項體能(技)	2上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮

【備查版】

		前排半場攻擊得分打點練習	儀。 2下：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。
	二十	2上：第三次段考。 2下：第三次段考。	2上：段考。(不做課表訓練但利用課餘維持體能狀態) 2下：段考。(不做課表訓練但利用課餘維持體能狀態)
	二十一	2上：(技)雙打模擬比賽 2下：(體)專項體能(技)前排半場空打穩定練習	2上：(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。 2下：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。
	二十二	2上：(體)專項體能(技)雙打比賽心得分享 2下：(體)專項體能(技)前排半場空打穩定練習心得分享	2上：(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。 2下：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
學習評量：	後場測驗30%、網前測驗40%、學習態度30%		
備註：			

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項術科課程(高二擊劍)		
	英文名稱：		
授課年段：	二上、二下	學分總數： 2	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	性別平等、品德、安全、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、A3.規劃執行與創新應變		
	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、C3.多元文化與國際理解		
學生圖像：	學生圖像		
學習目標：	二上： 一、瞭解專項運動戰術戰略知能 二、執行專項運動戰術戰略技能 三、深化專項運動戰術戰略應用能力 四、熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力 二下： 1.以專項運動基本技術為輔，戰術應用為主，建立學生對技術、戰術的學習及應用。 2.透過戰術介紹及實地演練，學生能發展出屬於自己應用的戰術。 3.學習基本技術、戰術及比賽規則，進而讓學生能更進一步欣賞球賽及考取證照。 4. 對未來升學時有多元的運動技能及證照。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	二上：（技)理解並操作4分位6分位專項技術。 二下：（技)理解並操作4分位6分位專項技術。	二上： (技)4分位、6分位等各專項技術的單一動作、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作及完成動作之進階技術。 二下： (技)4分位、6分位等各專項技術的單一動作、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作及完成動作之進階技術。
	二	二上：（技)理解並操作4分位6分位專項技術。 二下：（技)理解並操作4分位6分位專項技術。	二上： (技)4分位、6分位等各專項技術的單一動作、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作及完成動作之進階技術。 二下： (技)4分位、6分位等各專項技術的單一動作、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作及完成動作之進階技術。
	三	二上：（技)理解並操作4分位6分位專項技術。 二下：（心)了解並運用心理技巧。	二上： (技)4分位、6分專項技術運用時間 二下： (心)目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧。
	四	二上：（技)理解並操作4分位6分位專項技術。 二下：（心)了解並運用心理技巧。	二上： (技)4分位、6分專項技術運用時間 二下： (心)目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧。
	五	二上：（心)了解並運用心理技巧。 二下：（心)了解並運用心理技巧。	二上： (心)目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧。 二下： (心)訓練與競賽環境。
	六	二上：（心)了解並運用心理技巧。 二下：（心)了解並運用心理技巧。	二上： (心)目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧。

【備查版】

		二下： (心)訓練與競賽環境。
七	二上：(體)了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護。 二下：(戰)遵守並運用競賽規則、指令與道德。	二上： (體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護。 二下： (戰)運動道德。
八	二上：(體)了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護。 二下：(戰)遵守並運用競賽規則、指令與道德。	二上： (體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護。 二下： (戰)運動道德。
九	二上：(戰)理解並執行配速、規則與情報蒐集。 二下：(體)了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護。	二上： (戰)對打與競賽規則。 二下： (體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護。
十	二上：(戰)理解並執行配速、規則與情報蒐集。 二下：(體)了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護。	二上： (戰)對打與競賽規則。 二下： (體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護。
十一	二上：(戰)遵守並運用競賽規則、指令與道德。 二下：(體)了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護。	二上： (戰)競賽與情報蒐集、運動道德。 二下： (體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護。
十二	二上：(戰)遵守並運用競賽規則、指令與道德。 二下：(技)理解並操作4 分位、6分位動作之進階技術。	二上： (戰)競賽與情報蒐集、運動道德。 二下： (技) 4 分位、6分位準備動作與動作之進階技術。
十三	二上：(體)了解與運用專項體能訓練之原理原則。 二下：(技)理解並操作4 分位、6分位動作之進階技術。	二上： (體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則。 二下： (技) 4 分位、6分位準備動作與動作之進階技術。
十四	二上：(體)了解與運用專項體能訓練之原理原則。 二下：(技)理解並操作4 分位、6分位動作之進階技術。	二上： (體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則。 二下： (技) 4 分位、6分位準備動作與動作之進階技術。
十五	二上：(技)理解並操作4 分位、6分位動作之進階技術。 二下： (心)了解並運用心理技巧。	二上： (技) 4 分位、6分位準備動作與動作之進階技術。 二下： (心)目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧。
十六	二上：(技)理解並操作4 分位、6分位動作之進階技術。 二下： (心)了解並運用心理技巧。	二上： (技) 4 分位、6分位準備動作與動作之進階技術。 二下： (心)目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧。
十七	二上：(心)了解並執行環境適應能力。 二下：(心)了解並運用心理技巧。	二上： (心)訓練與競賽環境。 二下：

【備查版】

			(心)目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧。
	十八	二上：(心)了解並執行環境適應能力。 二下：(心)了解並運用心理技巧。	二上： (心)訓練與競賽環境。 二下： (心)目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧。
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	二上： 1.小組綜合技術應用(40%) 2.團隊分組對抗競賽(40%) 3.競技參賽運動表現(20%) 二下： 規則測驗20%、比賽50%、戰術設計學習單30%		
備註：			

【備查版】

【備查版】

<table>
<tr><td rowspan="2">課程名稱：</td><td colspan="3">中文名稱： 專項術科課程(高二舉重)</td></tr>
<tr><td colspan="3">英文名稱： Weightlifting</td></tr>
<tr><td>授課年段：</td><td>二上、二下</td><td colspan="2">學分總數： 2</td></tr>
<tr><td>課程屬性：</td><td colspan="3">體育班</td></tr>
<tr><td>議題融入：</td><td colspan="3">性別平等、人權、 環境、品德、生命 、法治、科技、 資訊、能源、安全 、防災、家庭教育、生涯規劃、 多元文化、 閱讀素養、 戶外教育、 國際教育、 原住民族教育</td></tr>
<tr><td>師資來源：</td><td colspan="3">校內單科</td></tr>
<tr><td rowspan="3">課綱核心素養：</td><td colspan="3">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 A5.規劃執行與創新應變</td></tr>
<tr><td colspan="3">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 B5.藝術涵養與美感素養</td></tr>
<tr><td colspan="3">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 C5.多元文化與國際理解</td></tr>
<tr><td>學生圖像：</td><td colspan="3">學習力、 思考力、 競爭力、 表達力和國際力。</td></tr>
<tr><td>學習目標：</td><td colspan="3">一、強化專項體能。
二、強化舉重專項技術。
三、抓舉動作技術訓練。
四、挺舉動作技術訓練。
五、競技能力提升。
六、強化恢復手段。</td></tr>
<tr><td rowspan="3">教學大綱：</td><td>週次/序</td><td>單元/主題</td><td>內容綱要</td></tr>
<tr><td>一</td><td>高二上： 期初專項體能檢測(上)(專項運動體能訓練)(專項戰術應用)(專項運動技術)(競技運動綜合訓練) 高二下： 期初專項體能檢測(下)(專項運動體能訓練)(專項戰術應用)(專項運動技)</td><td>高二上：
1.抓舉。
2.挺舉。
3.各項肌力測驗。
4.比賽級別評估。
高二下：
1.抓舉。
2.挺舉。
3.各項肌力測驗。
4.比賽級別評估。
體能訓練：
1.提升學生的體能素質，包括力量、爆發力、耐力和柔韌性。
2.培養學生的舉重技術，掌握正確的動作技巧和訓練方法。
3.訓練學生的專項戰術和應用能力，提升比賽表現。</td></tr>
<tr><td>二</td><td>高二上： 進階肌力訓練(一)(專項運動體能訓練)(競技運動綜合訓練) 高二下： 進階肌力訓練(二)(專項運動體能訓練)(競技運動綜合訓練)</td><td>高二上：
1.大肌群伸屈肌訓練。 2.協調性與柔韌度訓練。
3.動作控制。
高二下：
1.大肌群伸屈肌訓練。 2.協調性與柔韌度訓練。
3.動作控制。

休息和恢復：
1.提供充足的休息時間，以恢復肌肉和降低疲勞。
2.強調伸展和放鬆的重要性，以防止肌肉緊張和受傷。
3.進行不同重量和不同</td></tr>
</table>

【備查版】

		動作的舉重訓練，提高技術水平。
三	高二上： 抓舉提鈴動作強化(一)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）高二下： 抓舉提鈴動作強化(二)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）	高二上： 1. 寬送槓。 2. 直腿抓。 3. 寬硬舉。 高二下： 1. 寬送槓。 2. 直腿抓。 3. 寬硬舉。 休息和恢復： 1. 提供充足的休息時間，以恢復肌肉和降低疲勞。 2. 強調伸展和放鬆的重要性，以防止肌肉緊張和受傷。 3. 進行不同重量和不同動作的舉重訓練，提高技術水平。
四	高二上： 挺舉提鈴動作強化(一)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）高二下： 挺舉提鈴動作強化(二)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）	高二上： 1. 窄送槓。 2. 窄硬。 3. 意識控制。 高二下： 1. 窄送槓。 2. 窄硬。 3. 意識控制。 休息和恢復： 1. 提供充足的休息時間，以恢復肌肉和降低疲勞。 2. 強調伸展和放鬆的重要性，以防止肌肉緊張和受傷。 3. 進行不同重量和不同動作的舉重訓練，提高技術水平。
五	高二上： 抓挺舉綜合訓練(上)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）高二下： 抓挺舉綜合訓練(下)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）	高二上： 1. 抓舉動作訓練。 2. 挺舉動作訓練。 3. 模擬比賽。 高二下： 1. 抓舉動作訓練。 2. 挺舉動作訓練。 3. 模擬比賽。 專項戰術與應用： 1. 瞭解舉重比賽的規則和策略。 2. 分析比賽對手的特點和實力，制定相應的戰術。 3. 進行比賽模擬訓練，提升在比賽場上的應變能力。
六	高二上： 進階肌力訓練(一)（專項運動體能訓練）（競技運動綜合訓練）高二下： 進階肌力訓練(二)	高二上： 1. 大肌群伸屈肌訓練。 2. 協調性與柔韌度訓練。

【備查版】

		（專項運動體能訓練）（競技運動綜合訓練）	3.動作控制。 高二下： 1.大肌群伸屈肌訓練。 2.協調性與柔韌度訓練。 3.動作控制。 呼吸： 在執行運動的過程中，正確的呼吸技巧很重要。
	七	高二上： 抓舉提鈴動作強化(一)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）高二下： 抓舉提鈴動作強化(二)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）	高二上： 1.寬送槓。 2.直腿抓。 3.寬硬舉。 高二下： 1.寬送槓。 2.直腿抓。 3.寬硬舉。 休息和恢復： 1.提供充足的休息時間，以恢復肌肉和降低疲勞。 2.強調伸展和放鬆的重要性，以防止肌肉緊張和受傷。 3.進行不同重量和不同動作的舉重訓練，提高技術水平。
	八	高二上： 挺舉提鈴動作強化(一)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）高二下： 挺舉提鈴動作強化(二)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）	高二上： 1.窄送槓。 2.窄硬。 3.意識控制。 高二下： 1.窄送槓。 2.窄硬。 3.意識控制。 專項運動技術： 1.學習舉重器材的正確使用方法和姿勢。 2.掌握舉重動作的基本技巧，包括擺正姿勢、提起、出力和放下等。 3.進行不同重量和不同動作的舉重訓練，提高技術水平。
	九	高二上： 抓挺舉綜合訓練(上)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）高二下： 抓挺舉綜合訓練(下)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）	高二上： 1.抓舉動作訓練。 2.挺舉動作訓練。 3.模擬比賽。 高二下： 1.抓舉動作訓練。 2.挺舉動作訓練。 3.模擬比賽。 專項戰術與應用： 1.瞭解舉重比賽的規則和策略。 2.分析比賽對手的特點和實力，制定相應的

【備查版】

		戰術。 3.進行比賽模擬訓練，提升在比賽場上的應變能力。
十	高二上： 進階肌力訓練(一)（專項運動體能訓練）（競技運動綜合訓練）高二下： 進階肌力訓練(二)（專項運動體能訓練）（競技運動綜合訓練）	高二上： 1.大肌群伸屈肌訓練。 2.協調性與柔韌度訓練。 3.動作控制。 高二下： 1.大肌群伸屈肌訓練。 2.協調性與柔韌度訓練。 3.動作控制。
十一	高二上： 抓舉發力動作強化(上)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）高二下：抓舉發力動作強化(下)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）	高二上： 1.箱上寬送槓。 2.箱上直腿抓。 3.箱上寬硬舉。 高二下： 1.箱上寬送槓。 2.箱上直腿抓。 3.箱上寬硬舉。 休息和恢復： 1.提供充足的休息時間，以恢復肌肉和降低疲勞。 2.強調伸展和放鬆的重要性，以防止肌肉緊張和受傷。 3.進行不同重量和不同動作的舉重訓練，提高技術水平。
十二	高二上： 挺舉發力動作強化(上)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）高二下：挺舉發力動作強化(下)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）	高二上： 1.箱上窄送槓。 2.箱上高翻。 3.箱上窄硬舉。 高二下： 1.箱上窄送槓。 2.箱上高翻。 3.箱上窄硬舉。 專項運動技術： 1.學習舉重器材的正確使用方法和姿勢。 2.掌握舉重動作的基本技巧，包括擺正姿勢、提起、出力和放下等。 3.進行不同重量和不同動作的舉重訓練，提高技術水平。
十三	高二上： 抓挺舉綜合訓練(上)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）高二下： 抓挺舉綜合訓練(下)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）	高二上： 1.抓舉動作訓練。 2.挺舉動作訓練。 3.模擬比賽。 高二下： 1.抓舉動作訓練。 2.挺舉動作訓練。 3.模擬比賽。 專項戰術與應用： 1.瞭解舉重比賽的規則

【備查版】

			和策略。 2.分析比賽對手的特點和實力，制定相應的戰術。 3.進行比賽模擬訓練，提升在比賽場上的應變能力。
	十四	高二上： 進階肌力訓練(上)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）高二下： 進階肌力訓練(下)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）	高二上： 1.大肌群伸屈肌訓練。 2.協調性與柔韌度訓練。 3.動作控制。 高二下： 1.大肌群伸屈肌訓練。 2.協調性與柔韌度訓練。 3.動作控制。 休息和恢復： 1.提供充足的休息時間，以恢復肌肉和降低疲勞。 2.強調伸展和放鬆的重要性，以防止肌肉緊張和受傷。 3.進行不同重量和不同動作的舉重訓練，提高技術水平。
	十五	高二上： 抓舉發力動作強化(一)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）高二下： 抓舉發力動作強化(二)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）	高二上： 1.箱上寬送槓。 2.箱上直腿抓。 3.箱上寬硬舉。 高二下： 1.箱上寬送槓。 2.箱上直腿抓。 3.箱上寬硬舉。 專項運動技術： 1.學習舉重器材的正確使用方法和姿勢。 2.掌握舉重動作的基本技巧，包括擺正姿勢、提起、出力和放下等。 3.進行不同重量和不同動作的舉重訓練，提高技術水平。
	十六	高二上： 挺舉發力動作強化(一)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）高二下： 挺舉發力動作強化(二)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）	高二上： 1.箱上窄送槓。 2.箱上高翻。 3.箱上窄硬舉。 高二下： 1.箱上窄送槓。 2.箱上高翻。 3.箱上窄硬舉。 專項運動技術： 1.學習舉重器材的正確使用方法和姿勢。 2.掌握舉重動作的基本技巧，包括擺正姿勢、提起、出力和放下等。

【備查版】
【備查版】

			3.進行不同重量和不同動作的舉重訓練，提高技術水平。
	十七	高二上： 抓挺舉綜合訓練(一)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練） 高二下： 抓挺舉綜合訓練(二)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）	高二上： 1.抓舉動作訓練。 2.挺舉動作訓練。 3.模擬比賽。 高二下： 1.抓舉動作訓練。 2.挺舉動作訓練。 3.模擬比賽。 專項戰術與應用： 1.瞭解舉重比賽的規則和策略。 2.分析比賽對手的特點和實力，制定相應的戰術。 3.進行比賽模擬訓練，提升在比賽場上的應變能力。
	十八	高二上： 進階肌力訓練(上)（專項運動體能訓練）（競技運動綜合訓練） 高二下： 進階肌力訓練(下)（專項運動體能訓練）（競技運動綜合訓練）	高二上： 1.大肌群伸屈肌訓練。 2.協調性與柔韌度訓練。 3.動作控制。 高二下： 1.大肌群伸屈肌訓練。 2.協調性與柔韌度訓練。 3.動作控制。 休息和恢復： 1.提供充足的休息時間，以恢復肌肉和降低疲勞。 2.強調伸展和放鬆的重要性，以防止肌肉緊張和受傷。 3.進行不同重量和不同動作的舉重訓練，提高技術水平。
	十九	高二上： 抓舉發力動作強化(一)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練） 高二下：抓舉發力動作強化(二)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）	高二上： 1.箱上寬送槓。 2.箱上直腿抓。 3.箱上寬硬舉。 高二下： 1.箱上寬送槓。 2.箱上直腿抓。 3.箱上寬硬舉。 專項運動技術： 1.學習舉重器材的正確使用方法和姿勢。 2.掌握舉重動作的基本技巧，包括擺正姿勢、提起、出力和放下等。 3.進行不同重量和不同動作的舉重訓練，提高技術水平。
	二十	高二上： 挺舉發力動作強化(一)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練） 高二下：	高二上： 1.箱上窄送槓。 2.箱上高翻。

【備查版】

		挺舉發力動作強化(二)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）	3.箱上窄硬舉。 高二下： 1.箱上窄送槓。 2.箱上高翻。 3.箱上窄硬舉。 專項運動技術： 1.學習舉重器材的正確使用方法和姿勢。 2.掌握舉重動作的基本技巧，包括擺正姿勢、提起、出力和放下等。 3.進行不同重量和不同動作的舉重訓練，提高技術水平。
	二十一	高二上： 期末專項體能檢測（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）高二下： 期末專項體能檢測（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）（競技運	高二上： 1.抓舉測驗。 2.挺舉測驗。 3.各項肌力測驗。 高二下： 1.抓舉測驗。 2.挺舉測驗。 3.各項肌力測驗。 專項戰術與應用： 1. 策略分析與規劃：教導學生分析競爭對手和對手的戰術特點，制定相應的競爭策略。 2. 比賽準備和心理訓練：教導學生比賽前的準備工作，包括心理訓練和壓力管理。
	二十二	回顧與綜合應用	1.進行最終技能檢測，評估學生對舉重技巧和強度的掌握程度。 2.鼓勵學生展示他們的成果。 3.評選和獎勵出色學生成績。
學習評量：	1.各項動作重量測試。 2.訓練日誌。 3.動機與態度。 4.出缺勤狀況。 5.實際競賽成績測驗。 6.舉重專項運動知識。		
備註：	對外比賽: 一月台東縣全縣運動會 二月全國青年盃舉重錦標賽 四月全國中等學校運動會 九月全國總統盃舉重錦標賽 十月全國運動會		

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項術科課程(高三田徑)	
	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 、生命 、法治 、安全 、生涯規劃 、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 A6.規劃執行與創新應變	
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達 B4.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：	請填入線上系統中所填列的學生圖像項目，如有兩上以上請以頓號【、】做分隔	
學習目標：	高三上 1. 瞭解專項運動戰術戰略知能 2. 執行專項運動戰術戰略技能 3. 深化專項運動戰術戰略應用能力 4. 熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力 高三下 1.以專項運動基本技術為輔，戰術應用為主，建立學生對技術、戰術的學習及應用。 2.透過戰術介紹及實地演練，學生能發展出屬於自己應用的戰術。 3.學習基本技術、戰術及比賽規則。 4. 對未來升學時有多元的運動技能及證照。	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	三上:規劃與執行專項體能訓練。 三下:精熟跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術。	三上:敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之設 計與執行。 三下:跑、跳、擲/踢、蹬、划等各專項技術的單一動作、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之精熟動作。
	二	三上:規劃與執行專項體能訓練。 三下:精熟跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術。	三上:敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之設 計與執行。 三下:跑、跳、擲/踢、蹬、划等各專項技術的單一動作、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之精熟動作。
	三	三上:精熟並執行接力動作。 三下:熟悉並善用配 速策略。(高雄港都盃賽前減量訓練)	三上:接力技術與團隊默契。 三下:配速策略。(高雄港都盃賽前減量訓練)。
	四	三上:精熟並執行接力動作。(各項基礎技術影片賞析並演練) 三下:熟悉並善用配 速策略。(高雄港都盃比賽週)	三上:接力技術與團隊默契。 三下:配速策略。(高雄港都盃比賽週按照比賽日程進行各項賽事)
	五	三上:執行與評估有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練與運動防護。(第一次段考訓練前安排閱讀時間) 三下:利用科技儀器分析專項技術動作，根據分析結果調整技術動作提升運動表現。(媒體識讀)	三上:有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等執行與評估、運動防護處理。(完成學科交付之作業) 三下:運動力學原理與運動表現科技儀器與運動技術分析。(針對國英數配合課任老師加強學業)
	六	三上:執行與評估有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練與運動防護。(第一次段考)。 三下:利用科技儀器分析專項技術動作，根據分析結果調整技術動作提升運動表現。(第一次段考)	三上:有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等執行與評估、運動防護處理。(配合段考時間搭配閱讀時間) 三下:運動力學原理與運動表現科技儀器與運動技術分析。(段考)

七	三上:統整與應用運動科學及國際競賽資訊，規劃與創新動作。(新北城市盃賽前減量訓練) 三下:執行與評估有 氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練與運動防護。	三上:國際競賽資訊與運動科學。(搭配少量訓練達到賽前減量調整，提高質的訓練方式) 三下:有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等執行與評估運動防護處理。
八	三上:統整與應用運動科學及國際競賽資訊，規劃與創新動作。(新北城市盃比賽週) 三下:執行與評估有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練與運動防護。	三上:依據每日比賽日程進行比賽並作比賽分析。(比賽規劃) 三下:有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等執行與評估運動防護處理。
九	三上:熟悉並善用心理技巧與競賽策略。(全國中等錦標賽賽前減量訓練) 三下:熟悉並善用心理技巧與競賽策略。(連假安排短期移地訓練)	三上:目標設定、壓力管理、自我對話及意象訓練等心理技巧。(比賽規劃) 三下:目標設定、壓力管理、自我對話及意象訓練等心理技巧。(心理)
十	三上:賽後恢復。 三下:熟悉並善用心理技巧與競賽策略。(全國中等學校運動會減量強週)	三上:維持能量訓練及逐步了解運動防護基本概念。 三下:目標設定、壓力管理、自我對話及意象訓練等心理技巧。(減量訓練逐步調整至高峰)
十一	三上:跑、跳、擲/踢、 蹬、划等專項技術。(減量弱週) 三下:統整與應用運動科學及國際競賽資訊，規劃與創新動作。(全國中等學校運動會減量弱週)(戰術)	三上:跑、跳、擲/踢、蹬、划等各專項技術的單一動作、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之精熟動作。(維持能量訓練) 三下:國際競賽資訊與運動科學。(減量訓練逐步調整至高峰)
十二	三上:比賽規劃。(屏東盃中小學田徑賽) 三下:比賽規劃。(全國中等學校運動會比賽週)	三上:國際競賽資訊與運動科學。(屏東盃) 三下:國際競賽資訊與運動科學。(全中運)
十三	三上:省思分享(第二次段考)(校慶運動會及球類競賽) 三下:省思分享(第二次段考。)	三上:段考。(利用課餘動態操、有氧慢跑維持體能) 三下:段考後安排球類活動。(賽事心得分享)
十四	三上:觀看當年度自身比賽影片。(媒體識讀) 三下:重點賽事後安排動態休息。(機能恢復)	三上:媒體識讀。(以供未來訓練參考依據) 三下:傷害防護、球類活動。
十五	三上:體能。(訓練期前期) 三下:全身性體能、跑步基礎動作再強化。	三上:以量的形式達到訓練效益。(例:理解並操作接力動作之進階技術) 三下:一般體能及跑、跳、擲/踢、蹬、划間之關係。
十六	三上:體能。(訓練期) 三下:全身性體能、跑步基礎動作再強化。	三上:體能能量的儲備。(有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念) 三下:有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念。
十七	三上:訓練期短恢復週。(機能恢復) 三下:學校水上動會。	三上:稍微做個有氧恢復訓練並做針對性測驗。 三下:安排搭配泳池體能訓練手段並藉以讓選手訓練游泳技巧。
十八	三上:了解並執行環境適應能力。(專項訓練期準備期) 三下:大學招生宣導。	三上:心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。 三下:生涯規劃。
十九	三上:了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓 練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護。(專項訓練期準備期) 三下:畢業典禮。	三上:有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護。 三下:畢業典禮。
二十	三上:了解與運用專項體能訓練之原理原則。(第三次段考) 三下:省思分享(生涯規劃)	三上:敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則。(段考) 三下:省思分享(生涯規劃)
二十一		

	二十二		
學習評量：	高三上 1.小組綜合技術應用(40%) 2.團隊分組對抗競賽(40%) 3.競技參賽運動表現(20%) 高三下 1.規則測驗20% 2.比賽50% 3.戰術設計學習單30%		
備註：			

【備查版】
【備查版】

<table>
<tr><td rowspan="2">課程名稱：</td><td colspan="3">中文名稱： 專項術科課程(高三足球)</td></tr>
<tr><td colspan="3">英文名稱：</td></tr>
<tr><td>授課年段：</td><td colspan="3">三上、三下　　學分總數： 2</td></tr>
<tr><td>課程屬性：</td><td colspan="3">體育班</td></tr>
<tr><td>議題融入：</td><td colspan="3">性別平等、品德、生命、安全、國際教育</td></tr>
<tr><td>師資來源：</td><td colspan="3">校內單科</td></tr>
<tr><td rowspan="3">課綱核心素養：</td><td colspan="3">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</td></tr>
<tr><td colspan="3">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</td></tr>
<tr><td colspan="3">C社會參與： C2.人際關係與團隊合作</td></tr>
<tr><td>學生圖像：</td><td colspan="3">學生圖像</td></tr>
<tr><td>學習目標：</td><td colspan="3">高三上
一、提升選手進階動作與體能訓練如，盤球、傳球、停球、射門、重量、體能訓練。
二、熟練並於競賽實務中活用所需之綜合競技能力。
三、能運用科學之訓練方法，有效發展並提昇專項運動競賽之心理素質。
四、尊重競技運動文化，且表現出符合運動倫理道德之行為。
高三下
一、強化選手進階動作與體能訓練如，盤球、傳球、停球、射門。
二、依專項運動之特性執行個人體能訓練，增進專項運動之競技體適能。
三、著重於個人小組的配合，加強競爭力及比賽強度，強化團隊戰術性攻防觀念，提高團隊擬聚力達到系統訓練效果。
四、能運用科學之訓練方法，有效發展並提昇專項運動競賽之心理素質。</td></tr>
<tr><td rowspan="8">教學大綱：</td><td>週次/序</td><td>單元/主題</td><td>內容綱要</td></tr>
<tr><td>一</td><td>三上：（體)依據自我狀態，設計並執行陣地攻守性球類綜合性體能訓練等各種處方 三下：（技)設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性個人技術與團隊合作技術</td><td>三上：
(體)陣地攻守性球類運動之自我身心適能狀態的分析、評估與提升策略
三下：
(技)陣地攻守性球類運動之運（控）、投、射（踢）、罰等，個人綜合性進攻動作</td></tr>
<tr><td>二</td><td>一上：（體)依據自我狀態，設計並執行陣地攻守性球類綜合性體能訓練等各種處方 三下：（技)設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性個人技術與團隊合作技術</td><td>三上：
(體)陣地攻守性球類運動之自我身心適能狀態的分析、評估與提升策略
三下：
(技)陣地攻守性球類運動之運（控）、投、射（踢）、罰等，個人綜合性進攻動作</td></tr>
<tr><td>三</td><td>三上：（技)設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性個人技術與團隊合作技術 三下：（戰)設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性團隊進攻與防守戰術</td><td>三上：
(技)陣地攻守性球類運動之運（控）、投、射（踢）、罰等，個人綜合性進攻動作
三下：
(戰)陣地攻守性球類運動之綜合性團隊進攻戰術</td></tr>
<tr><td>四</td><td>三上：（技)設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性個人技術與團隊合作技術 三下：（戰)設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性團隊進攻與防守戰術</td><td>三上：
(技)陣地攻守性球類運動之運（控）、投、射（踢）、罰等，個人綜合性進攻動作
三下：
(戰)陣地攻守性球類運動之綜合性團隊進攻戰術</td></tr>
<tr><td>五</td><td>三上：（體)依據自我狀態，設計並執行陣地攻守性球類綜合性體能訓練等各種處方 三下：（技)設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性個人技術與團隊合作技術</td><td>三上：
(體)陣地攻守性球類運動自我狀態與目標、綜合性體能處方
三下：
(技)陣地攻守性球類運動之抄、截、盯人、移動等，個人綜合性防守動作與步伐</td></tr>
<tr><td>六</td><td>三上：（體)依據自我狀態，設計並執行陣地攻守性球類綜合性體能訓練等各種處方 三下：（技)設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性個人技術與團隊合作技術</td><td>三上：
(體)陣地攻守性球類運動自我狀態與目標、綜合性體能處方
三下：</td></tr>
</table>

【備查版】

		(技)陣地攻守性球類運動之抄、截、盯人、移動等，個人綜合性防守動作與步伐
七	三上：(戰)設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性團隊進攻與防守戰術 三下：(體)依據自我狀態，設計並執行陣地攻守性球類綜合性體能訓練等各種處方	三上： (戰)陣地攻守性球類運動之綜合性團隊進攻戰術 三下： (體)陣地攻守性球類運動之自我身心適能狀態的分析、評估與提升策略
八	三上：(戰)設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性團隊進攻與防守戰術 三下：(體)依據自我狀態，設計並執行陣地攻守性球類綜合性體能訓練等各種處方	三上： (戰)陣地攻守性球類運動之綜合性團隊進攻戰術 三下： (體)陣地攻守性球類運動之自我身心適能狀態的分析、評估與提升策略
九	三上：(心)統整陣地攻守性球類運動自我身心狀態，進行自我調整 三下：(心)統整陣地攻守性球類運動自我身心狀態，進行自我調整	三上： (心)目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地攻守性球類運動心理技能 三下： (心)目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地攻守性球類運動心理技能
十	三上：(心)統整陣地攻守性球類運動自我身心狀態，進行自我調整 三下：(心)統整陣地攻守性球類運動自我身心狀態，進行自我調整	三上： (心)目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地攻守性球類運動心理技能 三下： (心)目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地攻守性球類運動心理技能
十一	三上：(技)設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性個人技術與團隊合作技術 三下：(戰)設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性團隊進攻與防守戰術	三上： (技)陣地攻守性球類運動之抄、截、盯人、移動等，個人綜合性防守動作與步伐 三下： (戰)陣地攻守性球類運動之盯人防守、區域協防等綜合性防守策略
十二	三上：(技)設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性個人技術與團隊合作技術 三下：(戰)設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性團隊進攻與防守戰術	三上： (技)陣地攻守性球類運動之抄、截、盯人、移動等，個人綜合性防守動作與步伐 三下： (戰)陣地攻守性球類運動之盯人防守、區域協防等綜合性防守策略
十三	三上：(體)依據自我狀態，設計並執行陣地攻守性球類綜合性體能訓練等各種處方 三下：(心)統整陣地攻守性球類運動自我身心狀態，進行自我調整	三上： (體)陣地攻守性球類運動之自我身心適能狀態的分析、評估與提升策略 三下： (心)陣地攻守性球類運動自我調整、正向激勵與團隊凝聚力
十四	三上：(體)依據自我狀態，設計並執行陣地攻守性球類綜合性體能訓練等各種處方 三下：(心)統整陣地攻守性球類運動自我身心狀態，進行自我調整	三上： (體)陣地攻守性球類運動之自我身心適能狀態的分析、評估與提升策略 三下： (心)陣地攻守性球類運動自我調整、正向激勵與團隊凝聚力
十五	三上：(戰)設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性團隊進攻與防守戰術 三下：(技)設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性個人技術與團隊合作技術	三上： (戰)陣地攻守性球類運動之盯人防守、區域協防等綜合性防守策略 三下： (技)陣地攻守性球類運動之傳接球、快攻、多打少之攻防等綜合性團隊合作技術
十六	三上：(戰)設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性團隊進攻與防守戰術 三下：(技)設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性個人技術與團隊合作技術	三上： (戰)陣地攻守性球類運動之盯人防守、區域協防等綜合性防守策略 三下： (技)陣地攻守性球類運動之傳接球、快攻、多打少之攻防等綜合性團隊合作技術

【備查版】

	十七	三上：（心）統整陣地攻守性球類運動自我身心狀態，進行自我調整 三下：（體）依據自我狀態，設計並執行陣地攻守性球類綜合性體能訓練等各種處方	三上： （心）陣地攻守性球類運動自我調整、正向激勵與團隊凝聚力 三下： （體）陣地攻守性球類運動之自我身心適能狀態的分析、評估與提升策略
	十八	三上：（心）統整陣地攻守性球類運動自我身心狀態，進行自我調整 三下：（體）依據自我狀態，設計並執行陣地攻守性球類綜合性體能訓練等各種處方	三上： （心）陣地攻守性球類運動自我調整、正向激勵與團隊凝聚力 三下： （體）陣地攻守性球類運動之自我身心適能狀態的分析、評估與提升策略
	十九	三上：（技）設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性個人技術與團隊合作技術 三下：（戰）設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性團隊進攻與防守戰術	三上： （技）陣地攻守性球類運動之傳接球、快攻、多打少之攻防等綜合性團隊合作技術 三下： （戰）陣地攻守性球類運動之綜合性團隊進攻戰術
	二十	三上：（技）設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性個人技術與團隊合作技術 三下：（戰）設計並執行陣地攻守性球類運動之綜合性團隊進攻與防守戰術	三上： （技）陣地攻守性球類運動之傳接球、快攻、多打少之攻防等綜合性團隊合作技術 三下： （戰）陣地攻守性球類運動之盯人防守、區域協防等綜合性防守策略
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1.小組綜合技術應用(40%) 2.團隊分組對抗競賽(40%) 3.競技參賽運動表現(20%)		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項術科課程(高三柔道)		
	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：			
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		
學生圖像：	學生圖像		
學習目標：	一、充實柔道專項運動知能，建構完整的柔道運動概念。 二、提升運動技能，發展個人柔道運動專長。 三、積極參與柔道運動訓練與比賽，養成自主自律的運動習性。 四、培養柔道運動競技精神，表現良好運動風度。 五、體驗柔道運動訓練的歷程，並欣賞運動競技之美，豐富運動員生命的價值。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	三上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技) 三下： 增加個人動作技術(體、技)	三上： 1.綜合體能訓練 2.重量訓練 3.得意技技術研究 4.專項動作移動變化及應用 三下： 1.綜合體能訓練 2.橡皮增進動作速度力量訓練 3.立技動作練習 4.寢技動作練習 5.重量訓練
	二	三上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技) 三下： 增加個人動作技術(體、技)	三上： 1.綜合體能訓練 2.專項肌耐力訓練 3.重量訓練 4.柔道衣抓握變化及應用 5.自由對摔 三下： 1.綜合體能訓練 2.橡皮增進動作速度力量訓練 3.立技動作練習 4.寢技動作練習 5.重量訓練
	三	三上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技) 三下： 增加個人動作技術(體、技)	三上： 1.綜合體能訓練 2.重量訓練 3.專項肌耐力訓練 4.柔道衣抓握變化及應用. 5.專項動作移動變化及應用 6.自由對摔 三下： 1.綜合體能訓練 2.橡皮增進動作速度力量訓練 3.立技動作練習 4.寢技動作練習 5.重量訓練
	四	三上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技) 三下： 增加個人動作技術(體、技)	三上： 1.綜合體能訓練 2.重量訓練 3.專項肌耐力訓練 4.得意技技術研究 5.專項動作移動變化及應用 6.自由對摔 三下： 1.綜合體能訓練 2.橡皮增進動作速度力量訓練 3.立技動作練習 4.寢技動作練習 5.重量訓練
	五	三上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技) 三下： 賽季前期增強訓練(體、技)	三上： 1.綜合體能訓練 2.重量訓練 3.動作連絡技運用 4.寢技基本動作訓練 5.得意技技術研究 6.自由對摔 三下： 1.綜合體能訓練 2.專項體能能力增強訓練 3.專項高負荷訓練 4.摔技與反擊技之運用
	六	三上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技) 三下： 賽季前期增強訓練(體、技)	三上： 1.綜合體能訓練 2.專項肌力增強訓練 3.重量訓練 4.得意技技術研究 5.寢技基本動作訓練 6.自由對摔 三下：

【備查版】

		1.綜合體能訓練 2.專項體能能力增強訓練 3.專項高負荷訓練 4.摔技與反擊技之運用
七	三上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技)三下： 賽季前期增強訓練(體、技)	三上： 1.綜合體能訓練 2.專項肌力增強訓練 3.重量訓練 4.動作連絡技運用 5.得意技技術研究 6.寢技基本動作訓練 三下： 1.綜合體能訓練 2.專項體能能力增強訓練 3.專項高負荷訓練 4.摔技與反擊技之運用
八	三上： 柔道基礎訓練及技術研究(體、技)三下： 賽季前期增強訓練(體、技)	三上： 1.綜合體能訓練 2.重量訓練 3.專項肌力增強訓練 4.動作連絡技運用 5.寢技基本動作訓練 6.得意技技術研究 三下： 1.綜合體能訓練 2.專項體能能力增強訓練 3.專項高負荷訓練 4.摔技與反擊技之運用
九	三上： 動作結合比賽之模擬(心、技、體)三下： 賽季高強度訓練(心、技、體)	三上： 1.綜合體能訓練 2.專項肌力爆發力訓練 3.摔倒連絡寢技之運用 4.模擬比賽及心理訓練 三下： 1.綜合體能訓練 2.專項爆發力訓練 3.對摔模擬比賽及戰術應用 4.選手心理訓練
十	三上： 動作結合比賽之模擬(心、技、體)三下： 賽季高強度訓練(心、技、體)	三上： 1.綜合體能訓練 2.專項肌力爆發力訓練 3.摔倒連絡寢技之運用 4.模擬比賽及心理訓練 三下： 1.綜合體能訓練 2.專項爆發力訓練 3.對摔模擬比賽及戰術應用 4.選手心理訓練
十一	三上： 動作結合比賽之模擬(心、技、體)三下： 賽季高強度訓練(心、技、體)	三上： 1.綜合體能訓練 2.專項肌力爆發力訓練 3.摔倒連絡寢技之運用 4.模擬比賽及心理訓練 三下： 1.綜合體能訓練 2.專項爆發力訓練 3.對摔模擬比賽及戰術應用 4.選手心理訓練
十二	三上： 個人技術研究及動作修正(技、體)三下： 賽季高強度訓練(心、技、體)	三上： 1.綜合體能訓練 2.協調性訓練 3.自我放鬆及專項基本動作矯正 4.賽後檢討及修正 三下： 1.綜合體能訓練 2.專項爆發力訓練 3.對摔模擬比賽及戰術應用 4.選手心理訓練
十三	三上： 個人技術研究及動作修正(技、體)三下： 賽季後期檢討與修正(體、技)	三上： 1.綜合體能訓練 2.協調性訓練 3.自我放鬆及專項基本動作矯正 4.賽後檢討及修正 三下： 1.綜合體能訓練 2.動作組合訓練 3.動作檢討及修正 4.立技聯絡寢技訓練
十四	三上： 個人技術研究及動作修正(技、體)三下： 賽季後期檢討與修正(體、技)	三上： 1.綜合體能訓練 2.協調性訓練 3.自我放鬆及專項基本動作矯正 4.賽後檢討及修正 三下： 1.綜合體能訓練 2.動作組合訓練 3.動作檢討及修正 4.立技聯絡寢技訓練
十五	三上： 個人技術研究及動作修正(技、體)三下： 賽季後期檢討與修正(體、技)	三上： 1.綜合體能訓練 2.協調性訓練 3.自我放鬆及專項基本動作矯正 4.賽後檢討及修正 三下： 1.綜合體能訓練 2.動作組合訓練 3.動作檢討及修正 4.立技聯絡寢技訓練
十六	三上： 動作修正及戰術應用與研究(體、技)三下： 賽後調整期(體、技)	三上： 1.綜合體能訓練 2.反擊技訓練 3.寢技勒頸技術研究 4.動作對摔之應用

【備查版】

			三下： 1.綜合體能維持訓練 2.個人基本動作修正 3.自我放鬆訓練 4.團體休閒運動競賽
	十七	三上： 動作修正及戰術應用與研究（體、技）三下： 賽後調整期(體、技)	三上： 1.綜合體能訓練 2.反擊技訓練 3.寢技勒頸技術研究 4.動作對摔之應用 三下： 1.綜合體能維持訓練 2.個人基本動作修正 3.自我放鬆訓練 4.團體休閒運動競賽
	十八	三上： 動作修正及戰術應用與研究（體、技）三下： 賽後調整期(體、技)	三上： 1.綜合體能訓練 2.反擊技訓練 3.寢技勒頸技術研究 4.動作對摔之應用 三下： 1.綜合體能維持訓練 2.個人基本動作修正 3.自我放鬆訓練 4.團體休閒運動競賽
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1.平時學習團隊相處情況 40% 2.參賽情況 20% 3.評量檢測 20% 4.出缺席20%		
備註：			

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項術科課程(高三射箭)	
	英文名稱： Archery	
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 人權 環境 品德 生命 法治 科技 資訊 安全 家庭教育 生涯規劃 多元文化 戶外教育 國際教育 原住民族教育	
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 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：	請填入線上系統中所填列的學生圖像項目，如有兩上以上請以頓號【、】做分隔	
學習目標：	一、能設計一般體能與專項體能的運動處方並確實實踐。 二、能規劃並實踐訓練與賽後綜合評估，調整專項基本技術，提升參賽成績表現。 三、能統整並熟練個人、團體隊抗賽時之專項技術應用。 四、能設計並提升各種心理技能，善用於專項訓練與競賽情境中，發展出個人最適宜的心理訓練模式	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	三上：射箭基本原理 擬定個人訓練計畫 三下：射箭基本原理 擬定個人升學發展計畫	三上： 體能：了解及撰寫一般體能訓練之計畫 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：認識訓練計畫擬定方式 心理：練習射箭相關心理技能 三下： 體能：了解及運用專項體能訓練之原理原則 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：個人、團體對抗賽的抗壓技能 心理：認識並熟熟練增強自信心的自我對話
二	三上：射箭基本原理 擬定個人訓練計畫 三下：射箭基本原理 擬定個人升學發展計畫	三上： 體能：了解及撰寫一般體能訓練之計畫 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：認識訓練計畫擬定方式 心理：練習射箭相關心理技能 三下： 體能：了解及運用專項體能訓練之原理原則 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：個人、團體對抗賽的抗壓技能 心理：認識並熟熟練增強自信心的自我對話
三	三上：射箭基本原理 擬定個人訓練計畫 三下：射箭裁判規則	三上： 體能：了解及運用一般體能訓練之原理原則 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：擬定個人訓練計畫 心理：實用射箭相關心理技能 三下： 體能：了解及運用專項體能訓練之原理原則 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：觀看國外射箭競賽影片-觀摩學習 心理：熟練射箭相關心理技能
四	三上：專項技術與 體能強化 三下：專項技術穩定與賽前模擬課程	三上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：加強前手動作穩定性 戰術：比賽情境模擬訓練-對抗賽、加射 心理：溝通與自我表達 三下： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏

【備查版】

		戰術：熟悉比賽規則 心理：以意象訓練為主，加強選手抗壓能力
五	三上：專項技術賽前模擬課程 三下：專項技術賽中穩定度調整	三上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：加強前手動作穩定性 戰術：比賽情境模擬訓練-個人循環對抗訓練 三下： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：遵守比賽規則與射箭場禮儀 心理：應用呼吸調整緊張情緒
六	三上：專項技術賽前模擬課程 三下：專項技術賽中穩定度調整	三上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：加強前手動作穩定性 戰術：比賽情境模擬訓練-團體、混雙對抗訓練 心理：專注力、呼吸訓練、認識禁藥 三下： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：遵守比賽規則與射箭場禮儀 心理：增強企圖心
七	三上：專項技術與賽前模擬課程 三下：專項技術與賽後檢討課程	三上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：比賽情境模擬訓練-加射、10秒放箭 心理：加強比賽時的自我對話-增強企圖心 三下： 體能：了解及運用一般體能訓練之原理原則 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：遵守比賽規則 心理：加強比賽時的自我對話-增強企圖心
八	三上：專項技術 賽中穩定度調整 三下：專項技術穩定與賽前模擬課程	三上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：加強前手動作穩定性 戰術：遵守射箭比賽規則 心理：應用呼吸調整緊張情緒 三下： 體能：了解及運用專項體能訓練之原理原則-重量訓練 技術：加強前手動作與後手穩定性-直線 戰術：觀看國外射箭競賽影片-觀摩學習 心理：設定總統盃參賽目標
九	三上：專項技術賽後檢討 訂定短程目標 三下：專項技術穩定與賽中心理課程	三上： 體能-增強肌力與肌耐力 技術：加強前手動作穩定性 戰術：賽後檢討與心得分享、訂定總統盃目標 三下： 體能-增強肌力與肌耐力 技術：加強前手動作穩定性 戰術：比賽情境模擬訓練-對抗賽、加射 心理：賽後心裡技能檢討
十	三上：專項技術賽前模擬課程 三下：熟練專項技術與 賽中各項情境模擬	三上： 體能：加強專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：比賽情境模擬訓練-團體、混雙對抗訓練 心理：加強比賽時的自我對話-增強企圖心 三下： 體能：加強專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：加強前手動作穩定性 戰術：觀看國外射箭競賽影片-觀摩學習 心理：加強比賽時的自我對話-增強企圖心

【備查版】

十一	三上：專項技術賽中穩定度調整 三下：專項體能專項技術穩定	三上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：遵守比賽規則與射箭場禮儀 心理：應用呼吸調整緊張情緒 三下： 體能：柔軟度、心肺耐力、肌耐力一般體能 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：遵守比賽規則 心理：溝通與自我表達
十二	三上： 專項技術賽中穩定度調整 三下： 基本體能專項技術穩定	三上： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：遵守比賽規則與射箭場禮儀 心理：增強企圖心 三下： 體能：加強基本與專項體能-增強肌力與肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：觀看國外射箭競賽影片-觀摩學習 心理：加強比賽時的自我對話-增強企圖心
十三	三上：專項技術穩定認識自我 三下： 1.專項技術體能(重量訓練) 2.射箭節奏與集中性訓練	三上： 體能：加強基本體能與專項體能穩定性 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：賽後成績檢討與調整 三下： 體能：柔軟度、心肺耐力、肌耐力一般體能 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：賽後成績檢討與調整 心理：認識目標設定與自我對話的重要性
十四	三上： 1.專項技術體能(重量訓練) 2.射箭節奏與集中性訓練 三下： 1.專項技術體能(重量訓練) 2.射箭節奏與集中性訓練	三上： 體能：加強基本體能與專項體能穩定性 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：賽後成績檢討與調整 心理：認識目標設定與自我對話的重要性 三下： 體能：加強基本體能與專項體能穩定性 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：賽後成績檢討與調整 心理：認識目標設定與自我對話的重要性
十五	三上： 1.專項技術體能(重量訓練) 2.射箭節奏與集中性訓練 三下： 1.專項技術體能(重量訓練) 2.國內外裁判規則學習	三上： 體能：柔軟度、心肺耐力、肌耐力 技術：加強前手動作穩定性 戰術：賽後成績檢討與調整 心理：認識目標設定與自我對話的重要性 三下： 體能：柔軟度、心肺耐力、肌耐力一般體能 技術：加強前手動作穩定性 戰術：賽後成績檢討與調整 認識國內外裁判實務-國際賽影片觀賞與講評
十六	三上： 1.重量與核心訓練 2.70M個人、混雙、團體對抗賽訓練 三下： 1.重量與核心訓練 2.70M個人、混雙、團體對抗賽訓練	三上： 體能：柔軟度、心肺耐力、肌耐力 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：賽後成績檢討與調整 心理：認識目標設定與自我對話的重要性 三下： 體能：柔軟度、心肺耐力、肌耐力一般體能 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：賽後成績檢討與調整 心理：認識目標設定與自我對話的重要性
十七	三上： 1.重量與核心訓練 2.70M個人、混雙、團體對抗賽訓練 三下：	三上： 體能：多元化體能-增加力量、柔韌性與協調性

【備查版】

		1.重量與核心訓練 2.70M個人、混雙、團體對抗賽訓練	技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：比賽情境模擬訓練-對抗賽、團體 心理：加強目標設定與自我對話的設定 三下： 體能：多元化體能-增加力量、柔韌性與協調性 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：比賽情境模擬訓練-對抗賽、團體 心理：加強目標設定與自我對話的設定
	十八	三上： 1.重量與核心訓練 2.70M狀況演練(比賽情境模擬訓練) 3.裁判規則演練 三下： 1.重量與核心訓練 2.70M狀況演練(比賽情境模擬訓練) 3.裁判規則演練	三上： 體能：多元化體能-增加力量、柔韌性與協調性 技術：加強前手動作穩定性 戰術：比賽情境模擬訓練-對抗賽、團體 心理：加強目標設定與自我對話的設定 模擬對抗賽裁判執法情境 三下： 體能：多元化體能-增加力量、柔韌性與協調性 技術：加強前手動作穩定性 戰術：比賽情境模擬訓練-對抗賽、團體 心理：加強目標設定與自我對話的設定 模擬對抗賽裁判執法情境
	十九	三上：放鬆與學年度成績檢討 三下：放鬆與學年度成績檢討 射箭英文教學	二上： 體能：多元化體能-增加力量、柔韌性與協調性 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：觀看國外射箭競賽影片-觀摩學習 心理：運用心理技巧 二下： 體能：多元化體能-增加力量、柔韌性與協調性 技術：增強射箭整體動作的穩定性與節奏 戰術：觀看國外射箭競賽影片-觀摩學習 心理：運用心理技巧 認識射箭相關英文詞句
	二十	三上：期末測驗 三下：期末測驗	三上： 體能：最大肌力與基本體能檢測。 技術：期末70M雙局測驗/70M循環對抗測驗 戰術：期末整體表現檢討與考進 心理：放鬆與注意力訓練 射箭英文檢測 三下： 體能：最大肌力與基本體能檢測。 技術：期末70M雙局測驗/70M循環對抗測驗 戰術：期末整體表現檢討與考進 心理：放鬆與注意力訓練 射箭英文檢測
	二十一		
	二十二		
學習評量：	1.平時學習團隊相處情況；40% 2.參賽情況：20% 3.評量檢測：20% 4.出缺席：20%		
備註：	一、青年盃、全中運、總統盃競賽成績 二、賽後心得撰寫 三、平時專項與體能測驗		

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項術科課程(高三射擊)		
	英文名稱： Shooting		
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 、生命 、法治 、安全 、生涯規劃 、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 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： C2.人際關係與團隊合作 C3.多元文化與國際理解		
學生圖像：	請填入線上系統中所填列的學生圖像項目，如有兩上以上請以頓號【、】做分隔		
學習目標：	三上 一、分析比賽賽況與應用 二、射擊技術執行 三、運動心理技能應用 四、射擊模擬訓練器使用 三下 一、分析比賽賽況與應用 二、射擊技術執行 三、 運動心理技能應用 四、 射擊模擬訓練器使用 五、扳機感應器使用		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	三上（體)專項體能（心、技)訓練目標與強化動作基礎概念、心理技能 三下（心、技、戰)訂定學期目標 心理技能訓練與動作組合訓練	三上 開學期初隊會訂定訓練目標及比賽規劃。 舉槍流程完整度與動作步驟強化 自我對話與意象訓練結合專項練習 三下 開學期初隊會訂定訓練目標及比賽規劃。 自我對話與意象訓練結合專項練習，與動作完整度訓練
	二	三上（技、戰、心)模擬比賽與個別指導 比賽節奏訓練 撰寫比賽計畫 心理抗壓訓練 三下（心、技)心理技能訓練與動作組合訓練（技)射擊模擬訓練器+板機感應器	三上 賽事模擬訓練、規則與賽事狀況演練、針對選手個別問題與槍枝調整 比賽單發節奏訓練與決賽流程節奏調整 撰寫比賽計畫 三下 自我對話與意象訓練結合專項練習，與動作完整度訓練 用射擊模擬訓練器與扳機感應器結合訓練，使每位選手了解自己射擊瞄準軌跡、擊發時機、擊發壓力情況變化、擊發後保持等
	三	三上（戰)協會盃射擊錦標賽 三下（技、戰)模擬比賽與個別指導 比賽節奏訓練 撰寫比賽計畫	三上 選手賽事參與與賽事觀摩、討論 三下 賽事模擬訓練、規則與賽事狀況演練、針對選手個別問題與槍枝調整 比賽單發節奏訓練與決賽流程節奏調整 撰寫比賽計畫
	四	三上（心、技、戰)賽後檢討（體)基礎體能 三下（技、戰)青年盃射擊錦標賽	三上 賽後檢討與修正+整理個人檔案(含賽事成績與檢討資料) 比賽影片觀賞與討論 身心放鬆與針對個別問題 心肺耐力與肌耐力訓練

【備查版】
【備查版】

		三下 選手賽事參與與賽事觀摩、討論
五	三上（心)心理技能訓練（體)專項體能（技)白靶訓練 三下（心、技、戰)賽後檢討（體)基礎體能	三上 自我對話與意象訓練結合專項練習 撐槍訓練 使用白靶練習加強動作流暢度練習，確認自然指向的正確度。 三下 賽後檢討與修正+整理個人檔案(含賽事成績與檢討資料）比賽影片觀賞與討論 身心放鬆與針對個別問題 心肺耐力與肌耐力訓練
六	三上 段考（技)白靶訓練 三下 段考（技、戰)分段分數要求	三上 段考調整訓練時長 使用白靶練習加強動作流暢度練習，確認自然指向的正確度。 三下 段考調整訓練量 5發分數要求訓練
七	三上（體)專項體能（技)節奏訓練、白靶訓練 三下（技、戰)模擬比賽與個別指導 比賽節奏訓練 撰寫比賽計畫	三上 撐槍訓練加強專項肌耐力練習，空槍動作組合強化 使用白靶練習加強動作流暢度練習，確認自然指向的正確度，搭配動作流程節奏性練習 三下 賽事模擬訓練、規則與賽事狀況演練、針對選手個別問題與槍枝調整 比賽單發節奏訓練與決賽流程節奏調整 撰寫比賽計畫
八	三上（體)專項體能（技)節奏訓練、白靶訓練 三下（技、戰)全國中等學校運動會	三上 撐槍訓練加強專項肌耐力練習，空槍動作組合強化 使用白靶練習加強動作流暢度練習，確認自然指向的正確度，搭配動作流程節奏性練習 三下 選手賽事參與與賽事觀摩、討論
九	三上（技)節奏訓練+環靶密度要求(戰)決賽練習（心)心理技能 三下(心、技、戰)賽後檢討（體)基礎體能	三上 動作流程節奏性練習、動作組合強化、環靶密度彈著範圍要求 決賽賽制練習 自我對話與意象訓練結合專項練習 三下 賽後檢討與修正+整理個人檔案(含賽事成績與檢討資料）比賽影片觀賞與討論 身心放鬆與針對個別問題 心肺耐力與肌耐力訓練
十	三上（技)節奏訓練+環靶密度要求(戰)決賽練習（心)心理技能 三下(技)射擊模擬訓練器+板機感應器	三上 動作流程節奏性練習、動作組合強化、環靶密度彈著範圍要求 決賽賽制練習 自我對話與意象訓練結合專項練習 三下 使用射擊模擬訓練器與扳機感應器結合訓練，使每位選手了解自己射擊瞄準軌跡、擊發時機、擊發壓力情況變化、擊發後保持等
十一	三上（技、戰)模擬比賽與個別指導 比賽節奏訓練 撰寫比賽計畫 三下(技)射擊模擬訓練器+板機感應器	三上 賽事模擬訓練、規則與賽事狀況演練、針對選手個別問題與槍枝調整 比賽單發節奏訓練與決賽流程節奏調整 撰寫比賽計畫 三下 使用射擊模擬訓練器與扳機感應器結合訓練，使

【備查版】

		每位選手了解自己射擊瞄準軌跡、擊發時機、擊發壓力情況變化、擊發後保持等
十二	三上（戰、技)中正盃射擊錦標賽 三下（技)射擊模擬訓練器+板機感應器	三上 選手賽事參與與賽事觀摩、討論 三下 使用射擊模擬訓練器與扳機感應器結合訓練，使每位選手了解自己射擊瞄準軌跡、擊發時機、擊發壓力情況變化、擊發後保持等
十三	三上（心、技、戰)賽後檢討（體)基礎體能 三下（技)精確度訓練	三上 賽後檢討與修正+整理個人檔案(含賽事成績與檢討資料）比賽影片觀賞與討論 身心放鬆與針對個別問題 心肺耐力與肌耐力訓練 三下 強化動作的精確度，穩、瞄、扣，看靶運槍、接靶擊發， 要求每發技術每與動作的流暢。
十四	三上 段考（體)基礎體能 三下 段考	三上 段考調整訓練強度與時長 心肺耐力與肌耐力訓練 三下 段考
十五	三上（技)視力回收（心)心理技能訓練 三下（技)精確度訓練（技、戰)分段分數要求	三上 瞄準動作圖形準確度練習，視線焦距調整練習 自我對話與意象訓練結合專項練習 三下 強化動作的精確度，穩、瞄、扣，看靶運槍、接靶擊發， 要求每發技術每與動作的流暢。 5發分數要求訓練
十六	三上（技)視力回收（心)心理技能訓練 三下（技、戰)模擬比賽與個別指導 比賽節奏訓練 撰寫比賽計畫	三上 瞄準動作圖形準確度練習，視線焦距調整練習 自我對話與意象訓練結合專項練習 三下 賽事模擬訓練、規則與賽事狀況演練、針對選手個別問題與槍枝調整 比賽單發節奏訓練與決賽流程節奏調整 撰寫比賽計畫
十七	三上（技)擊發後保持動作加強 (技、戰)射擊模擬訓練器（技、心）自我控制與回饋 三下（技、戰)全國梅花盃射擊錦標賽	三上 基本動作強化與擊發後保持動作完整性訓練 搭配安裝模擬訓練器，選手可自由選擇適當時間觀看瞄準軌跡與射擊資訊，自我控制與回饋 三下 選手賽事參與與賽事觀摩、討論
十八	三上（技)擊發後保持動作加強 (技、戰)射擊模擬訓練器（技、心）自我控制與回饋 三下（心、技、戰)賽後檢討（體)基礎體能	三上 基本動作強化與擊發後保持動作完整性訓練 搭配安裝模擬訓練器，選手可自由選擇適當時間觀看瞄準軌跡與射擊資訊，自我控制與回饋 三下 賽後檢討與修正+整理個人檔案(含賽事成績與檢討資料）比賽影片觀賞與討論 身心放鬆與針對個別問題 心肺耐力與肌耐力訓練
十九	三上（技)擊發後保持動作加強 (技、戰)射擊模擬訓練器（技、心）自我控制與回饋 三下（技、戰)測驗 、國際規則（技)自我調整	三上 基本動作強化與擊發後保持動作完整性訓練 搭配安裝模擬訓練器，選手可自由選擇適當時間觀看瞄準軌跡與射擊資訊，自我控制與回饋 三下 期末測驗 透過國際賽事影片，了解國際射擊對於賽事的規則修改與變化，同時理解未來規則改變方向，調整自我訓練目標。 針對弱點強化與個別化調整
二十	三上（技、戰)測驗 、國際規則 (心、技、戰)期末檢討 三下（心、	三上 期末測驗

		技、戰)期末檢討	透過國際賽事影片，了解國際射擊對於賽事的規則修改與變化，同時理解未來規則改變方向，調整自我訓練目標。 期末檢討、槍枝保養、訂定下學期目標 三下 期末檢討、槍枝保養、訂定下學期目標
	二十一	三上 段考 三下 段考	三上 段考 三下 段考
	二十二		
學習評量：	三上 規則測驗15% 比賽25% 術科測驗10% 學期目標10% 撰寫比賽計畫10% 個人檔案10% 出席率20% 三下 規則測驗15% 比賽25% 術科測驗10% 學期目標10% 撰寫比賽計畫10% 個人檔案10% 出席率20%		
備註：			

【備查版】

<table>
<tr><td rowspan="2">課程名稱：</td><td colspan="3">中文名稱： 專項術科課程(高三棒球)</td></tr>
<tr><td colspan="3">英文名稱：</td></tr>
<tr><td>授課年段：</td><td>三上、三下</td><td colspan="2">學分總數： 2</td></tr>
<tr><td>課程屬性：</td><td colspan="3">體育班</td></tr>
<tr><td>議題融入：</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td>師資來源：</td><td colspan="3">校內單科</td></tr>
<tr><td rowspan="3">課綱核心素養：</td><td colspan="3">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</td></tr>
<tr><td colspan="3">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</td></tr>
<tr><td colspan="3">C社會參與： C2.人際關係與團隊合作</td></tr>
<tr><td>學生圖像：</td><td colspan="3">學生圖像</td></tr>
<tr><td>學習目標：</td><td colspan="3">三上：
一、 瞭解專項運動戰術戰略知能
二、 執行專項運動戰術戰略技能
三、 深化專項運動戰術戰略應用能力
四、 熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力
三下：
1.以專項運動基本技術為輔，戰術應用為主，建立學生對技術、戰術的學習及應用。
2.透過戰術介紹及實地演練，學生能發展出屬於自己應用的戰術。
3.學習基本技術、戰術及比賽規則，進而讓學生能更進一步欣賞球賽及考取證照。
4. 對未來升學時有多元的運動技能及證照。</td></tr>
<tr><td rowspan="7">教學大綱：</td><td>週次/序</td><td>單元/主題</td><td>內容綱要</td></tr>
<tr><td>一</td><td>三上：(體)基礎訓練期 三下：(體)基礎訓練期</td><td>三上：
1.速度、肌力及肌耐力組合性訓練
2.敏捷及柔韌組合組合性訓練
3.移位、平衡組合性技術
4.協調、反應組合性技術
三下：
1.速度、肌力及肌耐力組合性訓練
2.敏捷及柔韌組合組合性訓練
3.移位、平衡組合性技術
4.協調、反應組合性技術</td></tr>
<tr><td>二</td><td>三上：(體)基礎訓練期 三下：(體)基礎訓練期</td><td>三上：
1.跳繩訓練
2.欄架訓練
三下：
1.跳繩訓練
2.欄架訓練</td></tr>
<tr><td>三</td><td>三上：(體)基礎訓練期 三下：(體)基礎訓練期</td><td>三上：
1.繩梯協調訓練
2.跑步動作訓練
3.速度、肌力訓練
三下：
1.繩梯協調訓練
2.跑步動作訓練
3.速度、肌力訓練</td></tr>
<tr><td>四</td><td>三上：(心)增進環境適應的能力
三下：(心)增進環境適應的能力</td><td>三上：
訓練與競賽環境適應。
三下：
訓練與競賽環境適應。</td></tr>
<tr><td>五</td><td>三上：(體、技)基本動作期 三下：(體、技)基本動作期</td><td>三上：
1.守備連續動作訓練
2.揮棒連續動作訓練
3.投球連續動作訓練
三下：
1.守備連續動作訓練</td></tr>
</table>

		2.揮棒連續動作訓練 3.投球連續動作訓練
六	三上：（體、技）基本動作期 三下：（體、技）基本動作期	三上： 1.守備連續動作訓練 2.揮棒連續動作訓練 3.投球連續動作訓練 三下： 1.守備連續動作訓練 2.揮棒連續動作訓練 3.投球連續動作訓練
七	三上：（體、技）基本動作期 三下：（體、技）基本動作期	三上： 1. 內、外、投、捕高階訓練 2. 打擊高階訓練 三下： 1. 內、外、投、捕高階訓練 2. 打擊高階訓練
八	三上：（體、技）基本動作期 三下：（體、技）基本動作期	三上： 1. 內、外、投、捕高階訓練 2. 打擊高階訓練 三下： 1. 內、外、投、捕高階訓練 2. 打擊高階訓練
九	三上：（體、技）基本動作期 三下：（體、技）基本動作期	三上： 1. 內、外、投、捕高階訓練 2. 打擊高階訓練 三下： 1.野手實戰訓練 2.投手實戰訓練 3.打擊實戰訓練
十	三上：（技）技術及展能 三下：（技）技術及展能	三上： 1.野手配合高階訓練 2.投手高階訓練 3.打擊量化訓練 三下： 1.野手實戰訓練 2.投手實戰訓練 3.打擊實戰訓練
十一	三上：（技）技術及展能 三下：（技、心）技術及展能	三上： 1.野手配合高階訓練 2.投手高階訓練 3.打擊量化訓練 三下： 1.情蒐訓練 2.自主安排訓練
十二	三上：（技）技術及展能 三下：（技、心）技術及展能	三上： 1.野手配合進階訓練 2.投手進階訓練 3.打擊量化訓練 三下： 個人技術分享及教學
十三	三上：（技）技術及展能 三下：（技、心）技術及展能	三上： 1.野手配合進階訓練 2.投手進階訓練 3.打擊量化訓練 三下： 個人技術分享及教學
十四	三上：（技）技術及展能 三下：（技、心）技術及展能	三上： 1.野手配合進階訓練 2.投手進階訓練 3.打擊量化訓練

【備查版】

			三下： 個人技術分享及教學
	十五	三上：（技、心)技術及展能 三下：（技、心)技術及展能	三上： 1.情蒐訓練 2.自主安排訓練 三下： 個人技術分享及教學
	十六	三上：（技、心)技術及展能 三下：（技、心)技術及展能	三上： 1.情蒐訓練 2.自主安排訓練 三下： 個人技術分享及教學
	十七	三上：（技、心)技術及展能 三下：（體、心)恢復及運動心理	三上： 1.情蒐訓練 2.自主安排訓練 三下： 1.協調、反應組合性技術 2.心肺耐力 3.溝通與自我表達。
	十八	三上：（體、心)恢復及運動心理 三下：（體、心)恢復及運動心理	三上： 1.協調、反應組合性技術 2.心肺耐力 3.溝通與自我表達。 三下： 1.敏捷及柔韌組合組合性訓練 2.目標設定、壓力管理與自我對話
	十九	三上：（體、心)恢復及運動心理 三下：（體、心)恢復及運動心理	三上： 1.敏捷及柔韌組合組合性訓練 2.目標設定、壓力管理與自我對話 三下： 1.敏捷及柔韌組合組合性訓練 2.目標設定、壓力管理與自我對話
	二十	三上：（體、心)恢復及運動心理 三下：（體、心)恢復及運動心理	三上： 1.肌力及肌耐力組合性訓練 2.目標設定、壓力管理與自我對話 三下： 1.協調、反應組合性技術 2.溝通與自我表達。
	二十一		
	二十二		
學習評量：	三上： 1.小組綜合技術應用(40%) 2.團隊分組對抗競賽(40%) 3.競技參賽運動表現(20%) 三下： 規則測驗20%、比賽50%、戰術設計學習單30%		
備註：			

【備查版】

<table>
<tr><td>課程名稱：</td><td colspan="2">中文名稱： 專項術科課程(高三跆拳道)</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="2">英文名稱：</td></tr>
<tr><td>授課年段：</td><td>三上、三下</td><td>學分總數： 2</td></tr>
<tr><td>課程屬性：</td><td colspan="2">體育班</td></tr>
<tr><td>議題融入：</td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td>師資來源：</td><td colspan="2">校內單科</td></tr>
<tr><td rowspan="3">課綱核心素養：</td><td colspan="2">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</td></tr>
<tr><td colspan="2">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</td></tr>
<tr><td colspan="2">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</td></tr>
<tr><td>學生圖像：</td><td colspan="2">學生圖像</td></tr>
<tr><td>學習目標：</td><td colspan="2">三上：
一、 瞭解專項運動戰術戰略知能、
二、 執行專項運動戰術戰略技能、
三、 深化專項運動戰術戰略應用能力 、
四、 熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力 、
五、 提升跆拳道運動規則知能
三下：
1.以專項運動基本技術為輔，戰術應用為主，建立學生對技術、戰術的學習及應用。
2.透過戰術介紹及實地演練，學生能發展出屬於自己應用的戰術。
3.學習基本技術、戰術及比賽規則，進而讓學生能更進一步欣賞球賽及考取證照。
4. 對未來升學時有多元的運動技能及證照。</td></tr>
<tr><td rowspan="7">教學大綱：</td><td>週次/序</td><td>單元/主題</td><td>內容綱要</td></tr>
<tr><td>一</td><td>三上：（體)專項體能 三下：（體）專項體能</td><td>三上：
(體) 肌(耐)力、爆發力、靈敏、有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。
三下：
(體) 肌(耐)力、爆發力、靈敏、有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。</td></tr>
<tr><td>二</td><td>三上：（體)賽場體能 三下：（體）專項體能</td><td>三上：
(體) 有氧、無氧、間歇、循環等專項踢擊訓練。
三下：
(體) 肌(耐)力、爆發力、靈敏、有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。</td></tr>
<tr><td>三</td><td>三上：（體)專項體能 三下：（體）賽場體能</td><td>三上：
(體) 肌(耐)力、爆發力、靈敏、有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。
三下：
(體) 有氧、無氧、間歇、循環等專項踢擊訓練。</td></tr>
<tr><td>四</td><td>三上：（技)專項技術之進階技術及步伐訓練 三下：（體)賽場體能</td><td>三上：
(技)側踩+旋踢、側踩+下壓、側踩+內掛、側踩+後踢、側踩+空中兩腳、側踩+306度旋踢。
攻擊與防禦訓練、步伐移位訓練。
三下：
三上：
(技)側踩+旋踢、側踩+下壓、側踩+內掛、側踩+後踢、側踩+空中兩腳、側踩+360度旋踢。
攻擊與防禦訓練、步伐移位訓練。
三下：
(體) 有氧、無氧、間歇、循環等專項踢擊訓練。</td></tr>
<tr><td>五</td><td>三上：（技)專項技術之進階技術及步伐訓練 三下：（技)專項技術之進階技術及步伐訓練</td><td>三上：
(技)側踩+旋踢、側踩+下壓、側踩+內掛、側踩+後踢、側踩+空中兩腳、側踩+306度旋踢。</td></tr>
</table>

【備查版】

			攻擊與防禦訓練、步伐移位訓練。 三下： (技)側踩+旋踢、側踩+下壓、側踩+內掛、側踩+後踢、側踩+空中兩腳、側踩+306度旋踢。 三上： (技)側踩+旋踢、側踩+下壓、側踩+內掛、側踩+後踢、側踩+空中兩腳、側踩+360度旋踢。 攻擊與防禦訓練、步伐移位訓練。 三下： (技)側踩+旋踢、側踩+下壓、側踩+內掛、側踩+後踢、側踩+空中兩腳、側踩+360度旋踢。 攻擊與防禦訓練、步伐移位訓練。
	六	三上：（技)專項技術之進階技術及步伐訓練 三下：（技)專項技術之進階技術及步伐訓練	三上： (技)側踩+旋踢、側踩+下壓、側踩+內掛、側踩+後踢、側踩+空中兩腳、側踩+360度旋踢。 攻擊與防禦訓練、步伐移位訓練。 三下： (技)側踩+旋踢、側踩+下壓、側踩+內掛、側踩+後踢、側踩+空中兩腳、側踩+360度旋踢。 攻擊與防禦訓練、步伐移位訓練。
	七	三上：（技)專項技術之進階技術及步伐訓練 三下：（技)專項技術之進階技術及步伐訓練	三上： (技)側踩+旋踢、側踩+下壓、側踩+內掛、側踩+後踢、側踩+空中兩腳、側踩+360度旋踢。 攻擊與防禦訓練、步伐移位訓練。 三下： (技)側踩+旋踢、側踩+下壓、側踩+內掛、側踩+後踢、側踩+空中兩腳、側踩+360度旋踢。 攻擊與防禦訓練、步伐移位訓練。
	八	三上：（技)專項技術之進階技術及步伐訓練 三下：（技)專項技術之進階技術及步伐訓練	三上： (技)側踩+旋踢、側踩+下壓、側踩+內掛、側踩+後踢、側踩+空中兩腳、側踩+360度旋踢。 攻擊與防禦訓練、步伐移位訓練。 三下： (技)側踩+旋踢、側踩+下壓、側踩+內掛、側踩+後踢、側踩+空中兩腳、側踩+360度旋踢。 攻擊與防禦訓練、步伐移位訓練。
	九	三上：（體)賽場體能 三下：（體)賽場體能	三上： (體) 有氧、無氧、間歇、循環等專項踢擊訓練。 三下： (體) 有氧、無氧、間歇、循環等專項踢擊訓練。
	十	三上：（體)專項體能及核心訓練 三下：（體)賽場體能	三上： (體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。 徒手核心訓練、TRX等核心訓練。 三下： (體) 有氧、無氧、間歇、循環等專項踢擊訓練。
	十一	三上：（體)賽場體能 三下：（體)專項體能及核心訓練	三上： (體) 有氧、無氧、間歇、循環等專項踢擊訓練。 三下： (體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。 徒手核心訓練、TRX等核心訓練。
	十二	三上：（體)專項體能及核心訓練 三下：（體)專項體能及核心訓練	三上： (體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。 徒手核心訓練、TRX等核心訓練。 三下：

【備查版】

			(體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等專項體能。 徒手核心訓練、TRX等核心訓練。
	十三	三上：(戰)認識規則 三下：(技)規則與得分技巧	三上： (戰)比賽的計分方式、比賽的犯規動作等比賽規則講解。 三下： (戰)電子護具得分技巧與優勢動作演練。
	十四	三上：(戰)認識規則 三下：(技)規則與得分技巧	三上： (戰)比賽的計分方式、比賽的犯規動作等比賽規則講解。 三下： (戰)電子護具得分技巧與優勢動作演練。
	十五	三上：(技)規則與得分技巧 三下：(戰)認識規則	三上： (戰)電子護具得分技巧與優勢動作演練。 三下： (戰)比賽的計分方式、比賽的犯規動作等比賽規則講解。
	十六	三上：(技)規則與得分技巧 三下：(戰)認識規則	三上： (戰)電子護具得分技巧與優勢動作演練。 三下： (心) 技術訓練檢核與修正、心理輔導與溝通、與教練間的默契培養。
	十七	三上：(心)心理 三下：(心)心理	三上： (心) 技術訓練檢核與修正、心理輔導與溝通、與教練間的默契培養。 三下： (心) 技術訓練檢核與修正、心理輔導與溝通、與教練間的默契培養。
	十八	三上：(心)心理 三下：(心)心理	三上： (心) 技術訓練檢核與修正、心理輔導與溝通、與教練間的默契培養。 三下： (心) 技術訓練檢核與修正、心理輔導與溝通、與教練間的默契培養。
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	三上： 綜合體能30%、比賽成績50%、平時專項訓練出席率與學習態度20% 三下： 綜合體能30%、比賽成績50%、平時專項訓練出席率與學習態度20%		
備註：			

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項術科課程(高三網球)		
	英文名稱： Soft Tennis		
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 、生命 、法治 、安全 、生涯規劃 、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 A6.規劃執行與創新應變		
	B溝通互動： B1.符號運用與溝通表達 B4.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：	請填入線上系統中所填列的學生圖像項目，如有兩上以上請以頓號【、】做分隔		
學習目標：	一、瞭解專項運動戰術戰略知能 二、執行專項運動戰術戰略技能 三、深化專項運動戰術戰略應用能力 四、熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	3上：(體)專項體能(技)半場截擊正、反基本動作 3下：(體)專項體能(技)半場截擊2攻2守練習	3上：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 3下：(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
	二	3上：(體)專項體能(技)半場截擊正、反基本動作 3下：(體)專項體能(技)雙前對1前1後，雙前排攻擊練習	3上：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 3下：(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
	三	3上：(體)專項體能(技)半場截擊正、反、殺球、卡位綜合練習 3下：(體)專項體能(技)雙前對1前1後，雙前排防守練習	3上：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 3下：(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
	四	3上：(體)專項體能(技)半場截擊正、反、殺球、卡位綜合練習 3下：(體)專項體能(技)雙前對1前1後，1前1後攻擊練習	3上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 3下：(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
	五	3上：(體)專項體能(技)接、發球上網半場截擊正、反、殺球、卡位綜合練習 3下：(體)專項體能(技)雙前對1前1後，1前1後防守練習	3上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 3下：(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
	六	3上：(第一次段考)(技)單打影片學習 3下：(體)專項體能 (第一次段考)	3上：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。 3下：(體)心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能。
	七	3上：(體)專項體能(技)接、發球上網半場截擊正、反、殺球、卡位綜合練習(雙前對雙後) 3下：(技)雙前對1前1後，發球後模擬比賽(戰術實作)	3上：(體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等基礎知識及運動防護基本概念。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。 3下：(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。(心)基本技術檢核與修正。
	八	3上：(體)專項體能(技)雙打卡位講解(雙上網戰術) 3下：(技)模擬比賽	3上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。 3下：(心)基本技術檢核與修正。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。

【備查版】

九	3上：(體)專項體能(技)雙打戰術實做應用(雙上網戰術) 3下：(體)專項體能(技)模擬比賽檢討心得分享	3上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。 3下：(心)基本技術檢核與修正。
十	3上：全國單、雙打排名賽 3下：全國單、雙打錦標賽	3上：(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。(心)基本技術檢核與修正。 3下：(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。(心)基本技術檢核與修正。
十一	3上：(體)專項體能(技)比賽檢討心得分享 3下：(體)專項體能(技)比賽檢討心得分享	3上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。 3下：(心)基本技術檢核與修正。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
十二	3上：(體)專項體能(技)比賽影片學習及心得分享 3下：(體)專項體能(技)比賽影片學習及心得分享	3上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。 3下：(心)基本技術檢核與修正。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
十三	3上：第二次段考。(校慶運動會及球類競賽) 3下：第二次段考。	3上：當週前三天都是段考不做課表訓練。(利用課餘動態操、有氧慢跑維持體能) 23：段考後安排球類活動。
十四	3上：(體)專項體能(技)半場截擊一攻一守練習 3下：(體)專項體能(技)雙打戰術綜合變化實際操作(雙前、雙後、1前1後)	3上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。3下：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
十五	3上：(體)專項體能(技)半場截擊2攻2守練習 3下：(體)專項體能(技)雙打戰術綜合變化實際操作(雙前、雙後、1前1後)	3上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(技)專項技術之身體姿勢、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之基礎技術。3下：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
十六	3上：(體)專項體能(技)雙前對雙後，前排攻擊練習 3下：(體)專項體能(技)前後排基本動作調整(攻擊)	3上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。 3下：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
十七	3上：(體)專項體能(技)雙前對雙後，前排防守練習 3下：(體)專項體能(技)前後排基本動作調整(防守)	3上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。 3下：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
十八	3上：(體)專項體能(技)雙前對雙後，後排攻擊練習 3下：(體)專項體能(技)雙打戰術綜合變化(雙前、雙後、1前1後)	3上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。 3下：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
十九	3上：(體)專項體能(技)雙前對雙後，後排防守練習 3下：(技)雙打綜合戰術模擬比賽(雙前、雙後、1前1後)	3上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。 3下：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。
二十	3上：第三次段考。 3下：第三次段考。	3上：段考。(不做課表訓練但利用課餘維持體能狀態) 3下：段考。(不做課表訓練但利用課餘維持體能狀態)
二十一	3上：(技)雙前對雙後，切發球後模擬比賽 3下：雙打排名賽	3上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。 3下：(戰)競賽規則與指令、專項運動規則與禮儀。(心)基本技術檢核與修正。
二十二	3上：(體)專項體能(技)雙前對雙後，雙打戰術影片學習及分享 3	3上：(體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(心)基本技術檢核與修正。 3下：(體)敏

【備查版】

		下：(體)專項體能 賽後檢討影片學習及分享	捷、協調、瞬發力與速度等專項體能。(心)基本技術檢核與修正。
學習評量：	後場測驗20%、網前測驗50%、學習態度30%		
備註：			

【備 查 版】

【備 查 版】

課程名稱：	中文名稱： 專項術科課程(高三擊劍)	
	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、法治、生涯規劃、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、A3.規劃執行與創新應變	
	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、C3.多元文化與國際理解	
學生圖像：	學生圖像	
學習目標：	三上： 一、瞭解專項運動戰術戰略知能 二、執行專項運動戰術戰略技能 三、深化專項運動戰術戰略應用能力 四、熟練並於競賽實境中活用所需之戰術戰略綜合能力 三下： 1.以專項運動基本技術為輔，戰術應用為主，建立學生對技術、戰術的學習及應用。 2.透過戰術介紹及實地演練，學生能發展出屬於自己應用的戰術。 3.學習基本技術、戰術及比賽規則，進而讓學生能更進一步欣賞球賽及考取證照。 4. 對未來升學時有多元的運動技能及證照。	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	三上：(體)規劃與執行專項體能訓練。 三下：(技)精熟4分位6分位專項技術。	三上： (體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之設計與執行。 三下： (技)4分位、6分位等各專項技術的單一動作、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作及完成動作之精熟動作。
	二	三上：(體)規劃與執行專項體能訓練。 三下：(技)精熟4分位6分位專項技術。	三上： (體)敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之設計與執行。 三下： (技)4分位、6分位等各專項技術的單一動作、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作及完成動作之精熟動作。
	三	三上：(技)精熟並執行動作。 三下：(戰)熟悉並善用進攻策略。	三上： (技)技術與個人敏捷。 三下： (戰)對打策略。
	四	三上：(技)精熟並執行動作。 三下：(戰)熟悉並善用進攻策略。	三上： (技)技術與個人敏捷。 三下： (戰)對打策略。
	五	三上：(體)執行與評估有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練與運動防護。 三下：(技)利用科技儀器分析專項技術動作，根據分析結果調整技術動作提升運動表現。	三上： (體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等執行與評估、運動防護處理。 三下： (技)運動力學原理與運動表現科技儀器與運動技術分析。
	六	三上：(體)執行與評估有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練與運動防護。 三下：(技)利用科技儀器分析專項技術動作，根據分析結果調整技術動作提升運動表現。	三上： (體)有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等執行與評估、運動防護處理。 三下： (技)運動力學原理與運動表現科技儀器與運動技術分析。

【備查版】

七	三上：（戰）統整與應用運動科學及國際競賽資訊，規劃與創新動作。 三下：（體）執行與評估	三上： （戰）國際競賽資訊與運動科學。 三下： （體）有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等執行與評估運動防護處理。
八	三上：（戰）統整與應用運動科學及國際競賽資訊，規劃與創新動作。 三下：（體）執行與評估	三上： （戰）國際競賽資訊與運動科學。 三下： （體）有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等執行與評估運動防護處理。
九	三上：（心）熟悉並善用心理技巧與競賽策略。 三下：（心）熟悉並善用心理技巧與競賽策略。	三上： （心）目標設定、壓力管理、自我對話及意象訓練等心理技巧。 三下： （心）目標設定、壓力管理、自我對話及意象訓練等心理技巧。
十	三上：（心）熟悉並善用心理技巧與競賽策略。 三下：（心）熟悉並善用心理技巧與競賽策略。	三上： （心）目標設定、壓力管理、自我對話及意象訓練等心理技巧。 三下： （心）目標設定、壓力管理、自我對話及意象訓練等心理技巧。
十一	三上：（技）理解並操作4分位6分位專項技術。 三下：（戰）統整與應用運動科學及國際競賽資訊，規劃與創新動作。	三上： （技）4分位、6分位等各專項技術的單一動作、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作及完成動作之精熟動作。 三下： （戰）國際競賽資訊與運動科學。
十二	三上：（技）理解並操作4分位6分位專項技術。 三下：（戰）統整與應用運動科學及國際競賽資訊，規劃與創新動作。	三上： （技）4分位、6分位等各專項技術的單一動作、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作及完成動作之精熟動作。 三下： （戰）國際競賽資訊與運動科學。
十三	三上：（體）執行與評估有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練與運動防護。 三下：（體）規劃與執行專項體能訓練。	三上： （體）有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等執行與評估運動防護處理。 三下： 三上： （體）有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等執行與評估運動防護處理。 三下： （體）敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之設計與執行。
十四	三上：（體）執行與評估有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練與運動防護。 三下：（體）規劃與執行專項體能訓練。	三上： （體）有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等執行與評估運動防護處理。 三下： 三上： （體）有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等執行與評估運動防護處理。 三下： （體）敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之設計與執行。
十五	三上：（戰）熟悉並善用競賽規則、指令與倫理。 三下：（技）精熟4分位6分位專項技術。	三上： （戰）運動規則解析運動倫理。 三下： （技）4分位、6分位等各專項技術的單一動作、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作及完成動作之精熟動作。

【備查版】

	十六	三上：（戰）熟悉並善用競賽規則、指令與倫理。 三下：（技）精熟4分位6分位專項技術。	三上： (戰)運動規則解析運動倫理。 三下： (技)4分位、6分位等各專項技術的單一動作、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作及完成動作之精熟動作。
	十七	三上：（心）規劃並執行競技運動健康管理。 三下：（技）精熟4分位6分位專項技術。	三上： (心)競技運動健康管理。 三下： (技)4分位、6分位等各專項技術的單一動作、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作及完成動作之精熟動作。
	十八	三上：（心）規劃並執行競技運動健康管理。 三下：（技）精熟4分位6分位專項技術。	三上： (心)競技運動健康管理。 三下： (技)4分位、6分位等各專項技術的單一動作、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作及完成動作之精熟動作。
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	三上： 1.小組綜合技術應用(40%) 2.團隊分組對抗競賽(40%) 3.競技參賽運動表現(20%) 三下： 規則測驗20%、比賽50%、戰術設計學習單30%		
備註：			

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項術科課程(高三舉重)	
	英文名稱： Weightlifting	
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、人權、 環境、品德、生命 、法治、科技、 資訊、能源、安全 、防災、家庭教育、生涯規劃、 多元文化、 閱讀素養、 戶外教育、 國際教育、 原住民族教育	
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 A6.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 B6.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 C6.多元文化與國際理解	
學生圖像：	學習力、 思考力、 競爭力、 表達力和國際力。	
學習目標：	一、優化專項體能。 二、精進舉重專項技術。 三、純熟抓舉動作技術。 四、純熟挺舉動作技術。 五、競技能力提高。 六、輔導畢業升學相關條件。	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	高三上： 期初專項體能檢測(上)(專項運動體能訓練)(專項戰術應用)(專項運動技術)(競技運動綜合訓練) 高三下： 期初專項體能檢測(下)(專項運動體能訓練)(專項戰術應用)(專項運動技術)	高三上： 1.抓舉。 2.挺舉。 3.各項肌力測驗。 4.比賽級別評估。 高三下： 1.抓舉。 2.挺舉。 3.各項肌力測驗。 4.比賽級別評估。 舉重競技的技術需要長時間的練習和重復，並且需要專業的指導。運動員可以通過進行特定的練習，如分項舉重、技術練習和力量訓練來提高技術水平。重要的是要理解和熟練每個動作的正確技術，以避免受傷並提高表現。
	二	高三上： 高階肌力訓練(一)(專項運動體能訓練)(專項戰術應用)(專項運動技術)(競技運動綜合訓練) 高三下： 高階肌力訓練(二)(專項運動體能訓練)(專項戰術應用)(專項運動技術)	高三上： 1.複合性肌力訓練。 2.核心肌群訓練。 3.感受與認知表達。 高三下： 1.複合性肌力訓練。 2.核心肌群訓練。 3.感受與認知表達。 營養和身體狀況： 在舉重競技中，營養和身體狀況對於運動員的表現至關重要。 適當的營養攝入可以提供能量和恢復所需的元素，使運動員能夠更好地執行技術。 此外，保持良好的身體狀況和適度的休息有助於減少受傷的風險，並提高運動員的表現水平。

【備查版】

三	高三上： 高階肌力訓練(一)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）高三下： 高階肌力訓練(二)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）	高三上： 1.高位拋抓。 2.膝上寬送槓。 3.寬挺蹲。 高三下： 1.高位拋抓。 2.膝上寬送槓。 3.寬挺蹲。 舉重競技技術的分析： 1.掌握正確的姿勢和動作。 2.練習重點技巧和力量。 3.保持良好的體能和營養狀態。
四	高三上： 挺舉膝上動作精進(一)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）高三下：挺舉膝上動作精進(二)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）	高三上： 1.膝上高翻。 2.膝上下蹲翻。 3.膝上窄送槓。 高三下： 1.膝上高翻。 2.膝上下蹲翻。 3.膝上窄送槓。 舉重競技技術的分析： 1.掌握正確的姿勢和動作。 2.練習重點技巧和力量。 3.保持良好的體能和營養狀態。
五	高三上： 抓挺舉綜合訓練(上)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）高三下： 抓挺舉綜合訓練(下)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）	高三上： 1.抓舉動作訓練。 2.挺舉動作訓練。 3.模擬比賽。 高三下： 1.抓舉動作訓練。 2.挺舉動作訓練。 3.模擬比賽。 舉重競技的技術需要長時間的練習和重復，並且需要專業的指導。運動員可以通過進行特定的練習，如分項舉重、技術練習和力量訓練來提高技術水平。重要的是要理解和熟練每個動作的正確技術，以避免受傷並提高表現。
六	高三上： 高階肌力訓練(上)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）高三下： 高階肌力訓練(下)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）	高三上： 1.複合性肌力訓練。 2.核心肌群訓練。 3.感受與認知表達。 高三下： 1.複合性肌力訓練。 2.核心肌群訓練。 3.感受與認知表達。 營養和身體狀況： 在舉重競技中，營養和身體狀況對於運動員的表現至關重要。 適當的營養攝入可以提供能量和恢復所需的元素，使運動員能夠更好地執行技術。 此外，保持良好的身體狀況和適度的休息有助於減少受傷的風險，並提高運動員的表現水平。

【備查版】

七	高三上： 抓舉膝上動作精進(一)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練） 高三下：抓舉膝上動作精進(二)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）	高三上： 1.高位拋抓。 2.膝上寬送槓。 3.寬挺蹲。 高三下： 1.高位拋抓。 2.膝上寬送槓。 3.寬挺蹲。 舉重競技技術的分析： 1.掌握正確的姿勢和動作。 2.練習重點技巧和力量。 3.保持良好的體能和營養狀態。
八	高三上： 挺舉膝上動作精進(一)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練） 高三下：挺舉膝上動作精進(二)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）	高三上： 1.膝上高翻。 2.膝上下蹲翻。 3.膝上窄送槓。 高三下： 1.膝上高翻。 2.膝上下蹲翻。 3.膝上窄送槓。 舉重競技技術的分析： 1.掌握正確的姿勢和動作。 2.練習重點技巧和力量。 3.保持良好的體能和營養狀態。
九	高三上： 抓挺舉綜合訓練(上)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練） 高三下： 抓挺舉綜合訓練(下)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）	高三上： 1.抓舉動作訓練。 2.挺舉動作訓練。 3.模擬比賽。 高三下： 1.抓舉動作訓練。 2.挺舉動作訓練。 3.模擬比賽。 舉重競技的技術需要長時間的練習和重復，並且需要專業的指導。運動員可以通過進行特定的練習，如分項舉重、技術練習和力量訓練來提高技術水平。重要的是要理解和熟練每個動作的正確技術，以避免受傷並提高表現。
十	高三上： 高階肌力訓練(上)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）競技運動綜合訓練） 高三下： 高階肌力訓練(下)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）	高三上： 1.複合性肌力訓練。 2.核心肌群訓練。 3.感受與認知表達。 高三下： 1.複合性肌力訓練。 2.核心肌群訓練。 3.感受與認知表達。 營養和身體狀況： 在舉重競技中，營養和身體狀況對於運動員的表現至關重要。 適當的營養攝入可以提供能量和恢復所需的元素，使運動員能夠更好地執行技術。 此外，保持良好的身體狀況和適度的休息有助於減少受傷的風險，並提高運動員的表現水平。

【備查版】

十一	高三上： 抓舉膝上動作精進(一)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練） 高三下：抓舉膝上動作精進(二)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）	高三上： 1. 高位拋抓。 2. 膝上寬送槓。 3. 寬挺蹲。 高三下： 1. 高位拋抓。 2. 膝上寬送槓。 3. 寬挺蹲。 舉重競技技術的分析： 1. 掌握正確的姿勢和動作。 2. 練習重點技巧和力量。 3. 保持良好的體能和營養狀態。
十二	高三上： 挺舉肩上動作精進(一)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練） 高三下：挺舉肩上動作精進(二)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）	高三上： 1. 架上挺。 2. 借力推。 3. 半挺。 4. 全蹲挺。 高三下： 1. 架上挺。 2. 借力推。 3. 半挺。 4. 全蹲挺。 舉重競技技術的分析： 1. 掌握正確的姿勢和動作。 2. 練習重點技巧和力量。 3. 保持良好的體能和營養狀態。
十三	高三上： 抓挺舉綜合訓練(上)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練） 高三下： 抓挺舉綜合訓練(下)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）	高三上： 1. 抓舉動作訓練。 2. 挺舉動作訓練。 3. 模擬比賽。 高三下： 1. 抓舉動作訓練。 2. 挺舉動作訓練。 3. 模擬比賽。 舉重競技的技術需要長時間的練習和重復，並且需要專業的指導。運動員可以通過進行特定的練習，如分項舉重、技術練習和力量訓練來提高技術水平。重要的是要理解和熟練每個動作的正確技術，以避免受傷並提高表現。
十四	高三上： 高階肌力訓練(上)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練） 高三下： 高階肌力訓練(下)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）	高三上： 1. 複合性肌力訓練。 2. 核心肌群訓練。 3. 感受與認知表達。 高三下： 1. 複合性肌力訓練。 2. 核心肌群訓練。 3. 感受與認知表達。 營養和身體狀況： 在舉重競技中，營養和身體狀況對於運動員的表現至關重要。 適當的營養攝入可以提供能量和恢復所需的元素，使運動員能夠更好地執行技術。

			此外，保持良好的身體狀況和適度的休息有助於減少受傷的風險，並提高運動員的表現水平。
	十五	高三上： 抓舉支撐動作精進(一)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）高三下：抓舉支撐動作精進(二)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）	高三上： 1. 寬挺蹲。 2. 不接觸下蹲抓。 3. 後蹲跳。 高三下： 1. 寬挺蹲。 2. 不接觸下蹲抓。 3. 後蹲跳。 舉重競技技術的分析： 1. 掌握正確的姿勢和動作。 2. 練習重點技巧和力量。 3. 保持良好的體能和營養狀態。
	十六	高三上： 挺舉肩上動作精進(一)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）高三下：挺舉肩上動作精進(二)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）	高三上： 1. 架上挺。 2. 借力推。 3. 半挺。 4. 全蹲挺。 高三下： 1. 架上挺。 2. 借力推。 3. 半挺。 4. 全蹲挺。 舉重競技技術的分析： 1. 掌握正確的姿勢和動作。 2. 練習重點技巧和力量。 3. 保持良好的體能和營養狀態。
	十七	高三上： 抓挺舉綜合訓練(上)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）高三下： 抓挺舉綜合訓練(下)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）	高三上： 1. 抓舉動作訓練。 2. 挺舉動作訓練。 3. 模擬比賽。 高三下： 1. 抓舉動作訓練。 2. 挺舉動作訓練。 3. 模擬比賽。 舉重競技的技術需要長時間的練習和重復，並且需要專業的指導。運動員可以通過進行特定的練習，如分項舉重、技術練習和力量訓練來提高技術水平。重要的是要理解和熟練每個動作的正確技術，以避免受傷並提高表現。
	十八	高三上： 高階肌力訓練(上)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）高三下： 高階肌力訓練(下)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）	高三上： 1. 複合性肌力訓練。 2. 核心肌群訓練。 3. 感受與認知表達。 高三下： 1. 複合性肌力訓練。 2. 核心肌群訓練。 3. 感受與認知表達。 營養和身體狀況： 在舉重競技中，營養和身體狀況對於運動員的表現至關重要。

		適當的營養攝入可以提供能量和恢復所需的元素，使運動員能夠更好地執行技術。 此外，保持良好的身體狀況和適度的休息有助於減少受傷的風險，並提高運動員的表現水平。
十九	高三上： 抓舉支撐動作精進(一)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）高三下：抓舉支撐動作精進(二)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）	高三上： 1. 寬挺蹲。 2. 不接觸下蹲抓。 3. 後蹲跳。 高三下： 1. 寬挺蹲。 2. 不接觸下蹲抓。 3. 後蹲跳。 舉重競技技術的分析： 1. 掌握正確的姿勢和動作。 2. 練習重點技巧和力量。 3. 保持良好的體能和營養狀態。
二十	高三上： 挺舉肩上動作精進(一)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）高三下：挺舉肩上動作精進(二)（專項運動體能訓練）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）	高三上： 1. 架上挺。 2. 借力推。 3. 半挺。 4. 全蹲挺。 高三下： 1. 架上挺。 2. 借力推。 3. 半挺。 4. 全蹲挺。 舉重競技技術的分析： 1. 掌握正確的姿勢和動作。 2. 練習重點技巧和力量。 3. 保持良好的體能和營養狀態。
二十一	高三上： 期末專項體能檢測(上)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術）（競技運動綜合訓練）高三下： 期末專項體能檢測(下)（專項運動體能訓練）（專項戰術應用）（專項運動技術	高三上： 1. 抓舉測驗。 2. 挺舉測驗。 3. 各項肌力測驗。 高三下： 1. 抓舉測驗。 2. 挺舉測驗。 逐漸增加舉重的訓練強度和難度。 鼓勵學生挑戰自我，超越自己的極限。 3. 各項肌力測驗。 專項戰術與應用： 1. 策略分析與規劃：教導學生分析競爭對手和對手的戰術特點，制定相應的競爭策略。 2. 比賽準備和心理訓練：教導學生比賽前的準備工作，包括心理訓練和壓力管理。

【備查版】

	二十二	回顧與綜合應用	1. 進行最終技能檢測，評估學生對舉重技巧和強度的掌握程度。 2. 鼓勵學生展示他們的成果。 3. 評選和獎勵出色學生成績。
學習評量：	1. 各項動作重量測試。 2. 訓練日誌。 3. 動機與態度。 4. 出缺勤狀況。 5. 實際競賽成績測驗。 6. 舉重專項運動知識。		
備註：	對外比賽: 一月台東縣全縣運動會 二月全國青年盃舉重錦標賽 四月全國中等學校運動會 九月全國總統盃舉重錦標賽 十月全國運動會		

【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	11	11	11	11	11	9
社團活動時數	14	14	14	14	14	12
週會或講座時數	11	11	11	11	11	9

【備查版】
【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

140301_國立臺東大學附屬體中自主學習實施規範(PDF格式)

【備查版】

國立臺東大學附屬體育高級中學學生自主學習實施規範

中華民國 107 年 11 月 29 日課程發展委員會議通過
中華民國 112 年 11 月 30 日課程發展委員會議修正通過

一. 依據：教育部 103 年 11 月 28 日臺教授國部字第 1030135678A 號令發布之「十二年國民基本教育課程綱要總綱」暨教育部國民及學前教育署 107 年 2 月 21 日教育部臺教授國部字第 1060148749B 號令發布之「十二年國民基本教育課程綱要總綱高級中等學校課程規劃及實施要點」。

二. 為培養學生自主學習與適性發展，使學生能自行或在教師指導下，擬定自主學習計畫，自主實踐與完成計畫，並自主辦理發表成果，特訂定此規範，說明自主學習實施、管理與輔導相關事宜。

三. 本校學生自主學習事宜，依下列原則辦理：

(一)學生自主學習實施由教務處主辦，統籌各處室辦理相關事宜，並召開學生自主學習小組會議。

1. 學生自主學習小組由教務處主任擔任主席，成員包含教務處代表 1 人、學務處代表 1 人、輔導室代表 1 人、年級導師代表 3 人與自主學習指導教師 1 人、國中部代表 1 人。
2. 學生自主學習小組會議應討論學生自主學習計畫申請、實施與相關事宜。
3. 如召開學生自主學習計畫申請確認會議，需有三分之二(含)代表出席，並經二分之一(含)成員通過後，陳校長同意後公布與執行。

(二)學生自主學習計畫申請說明會與審查會議由(教務處)於前一學期第二次段考後一週辦理，並於學生申請截止日後三週內完成自主學習計畫審查，公布結果。

(三)學生自主學習計畫申請與審查，辦理原則如下：

1. 高一新生於開學後上基礎課程，舊生於指定時間內提出申請計畫。
2. 申請計畫以學期為單位。
3. 教務處室收整學生申請計畫後，排除申請項目與格式不符者，將申請名單列表，提供班級導師與輔導教師了解申請情形。
4. 教務處將符合之計畫平均分配當學期負責自主學習指導教師進行初審。計畫初審原則為評估計畫是否明確與可行，是否能在學校現有環境設備下完成。
5. 通過初審之計畫，由教務處收整後，平均分配當學期負責自主學習指導教師進行計畫複審。
6. 複審結果經學生自主學習小組會議通過，經校長同意後公布與執行。

(四)學生自主學習期間之出缺勤管理由學務處負責，學生須依據本校「學生請假暨缺曠規則」辦理請假事宜。

(五)學生自主學習之場地與指導教師由教務處安排與公告。

(六)學生自主學習之指導教師，依下列原則提供學生協助。

1. 指定學生自主學習執行日誌之負責同學、協助學生自主學習計畫初審、進行學生出缺點名與通報、按月檢視學生自主學習紀錄、了解學生自主學習進度與困難、協助學生辦理自主學習成果發表、登錄學生自主學習成果完成與否。
2. 指導教師可提供學生諮詢，不須負責學生自主學習成果之品質。

(七)學生自主學習計畫成果得於指導教師或輔導室協助下，放入學生學習歷程檔案。

(八)學生如於自主學習時間需使用其他場地，需經由指導教師同意，並出示相關證明，以便場地借用與管理。如需使用實驗室與實驗設備，需取得指導教師與實驗室管理者同意後，於教師陪同下進行實驗。

(九)學生自主學習資源與平台由資訊組負責建置與維護，收理表現優秀之學生自主學習計畫與成果，並在學生同意下，提供本校其他學生參考與學習。

(十)學生自主學習期間，如有學校規劃之重要活動，須全程參加，不得以自主學習為理由拒絕出席。

四. 學生自主學習計畫項目包含：申請名稱、申請內容、執行進度、預期成果、發表方式、需要設備等，格式詳如附件一。

五. 學生申請自主學習計畫，依下列原則辦理：

(一)學生自主學習計畫項目可包含學科的延伸學習，議題學習，新科技或資訊學習等，惟不得與本校已辦理之非學術社團內容相同。

(二)學生應於首次提出自主學習計畫前，參加學校辦理之學生自主學習計畫申請說明會，並依據

規定格式，撰寫自主學習計畫。

(三)學生應於規定時間內，經家長同意後，向教務處提出自主學習計畫申請。

(四)學生應於計畫核可後，依計畫實施，記錄自主學習情形，按月繳交自主學習紀錄，並於自主學習計畫完成時於學校規定時間內，得辦理自主學習成果發表。

六. 本實施規範經本校課程發展委員會通過，陳請校長核定後施行，修正時亦同。

【備查版】

【備查版】

附件一

國立臺東大學附屬體育高級中學學生自主學習計畫申請書

申請人		班級/座號	
申請人簽名		法定代理人簽名	
申請學期		參加說明會時間	
學習分類	□學科精進 □科學實作實驗 □閱讀心得、小論文報告 □專題製作/研究 □藝能創作 □其它	對應科目	□國文 □英文 □數學 □自然 □社會 □生化 □物理 □科普 □資訊 □小論文 □閱讀心得 □美術 □商管 □音樂 □跨領域 □人文社會
共學同學 （無免填）		協助專家 （無免填）	
其他自學時間	（搭配之非在校時間）	申請時數	18 節
自主學習主題		相關學科/領域	
內容說明 （請敘明目標、動機等）		學習方法或策略	

	週次	內容	備註 （場地、設備或其他事宜）
預計進度 （週計畫）	1		
	2		
	3		
	4		
	5		
	6	（段考週）	
	7		
	8		
	9		
	10		
	11		

【備查版】
【備查版】

	12		
	13	（段考週）	
	14		
	15		
	16		
	17		
	18	成果發表	
	19	成果發表	
	20	（段考週）	
需要設備場地			
預期成果 （請填入具體量化之指標）			
成果展示	□同意於校內學習平台提供自主學習成果與資料給其他同學參考　□不同意於校內學習平台提供自主學習成果與資料給其他同學參考 □僅同意於校內學習平台提供_____給其他同學參考		
以下為審查填寫欄，申請者勿填。			
規格審查	□通過　□不通過　□其他_____		
初審	□通過　□不通過 審查意見： 簽名：		
複審	□通過　□不通過 審查意見： 簽名：		
自主學習小組會議	□通過　□不通過		

【備查版】
【備查版】

附件二

國立臺東大學附屬體育高級中學學生自主學習自我檢核表

學生		班級/座號	
學期		申請時數	18小時
自主學習主題			
學習分類	□學科精進 □科學實作實驗 □閱讀心得、小論文報告 □專題製作/研究 □藝能創作 □其它	對應科目	□國文 □英文 □數學 □自然 □社會 □生化 □物理 □閱讀心得□科普 □小論文 □資訊 □美術 □人文社會 □商管 □音樂 □跨領域
共學名單			
其他自學時間 (小時數)			
設備需求			
場地需求			
自主學習目標 內容概述			
預期成果			

週次	星期	節次	規劃進度	進度檢核	學習心得及反思
1					
2					
3					
4					
5					
6					

【備查版】
【備查版】

7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					

【備查版】

中華民國　　年　　月　　日

國立臺東大學附屬體育高級中學學生自主學習成果報告

申請人		班級/座號	
申請學期		申請時數	
計畫名稱			
學習分類	□學科精進 □科學實作實驗 □閱讀心得、小論文報告 □專題製作/研究 □藝能創作 □其它	科目	□國文 □英文 □數學 □自然 □社會 □生化 □物理 □閱讀心得□科普 □小論文 □資訊 □美術 □人文社會 □商管 □音樂 □跨領域
共學名單			
其他自學時間 (小時數)			
設備需求			
指導教師需求			
自主學習目標 內容概述			
預期效益			

週次	星期	節次	規劃進度	進度檢核	學習心得及反思
1					
2					
3					
4					

5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					

成果簡述

成果說明：照片	
說明：	說明：
說明：	說明：

※同學可以視需要使用

佐證資料
如有相關可資證明的相關資料，請協助條列如下，並檢附於成果報告之後。

指導老師建議 （無則免填）	導師建議 （無則免填）	家長建議 （無則免填）

中 華 民 國　　年　　月　　日

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	專題研究		0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	1	18	0	0	0	3	1	18	
短期性授課	充實/增廣	微課程(生涯探索)	0	0	0	3	2	6	3	2	6	3	2	6	3	2	6	3	2	6	
	充實/增廣	微課程(術科專題)	0	0	0	3	2	6	3	2	6	3	2	6	3	2	6	3	2	6	
	補強性	學藝補強	0	0	0	3	2	6	3	2	6	3	2	6	3	2	6	3	2	6	

三、學校特色活動

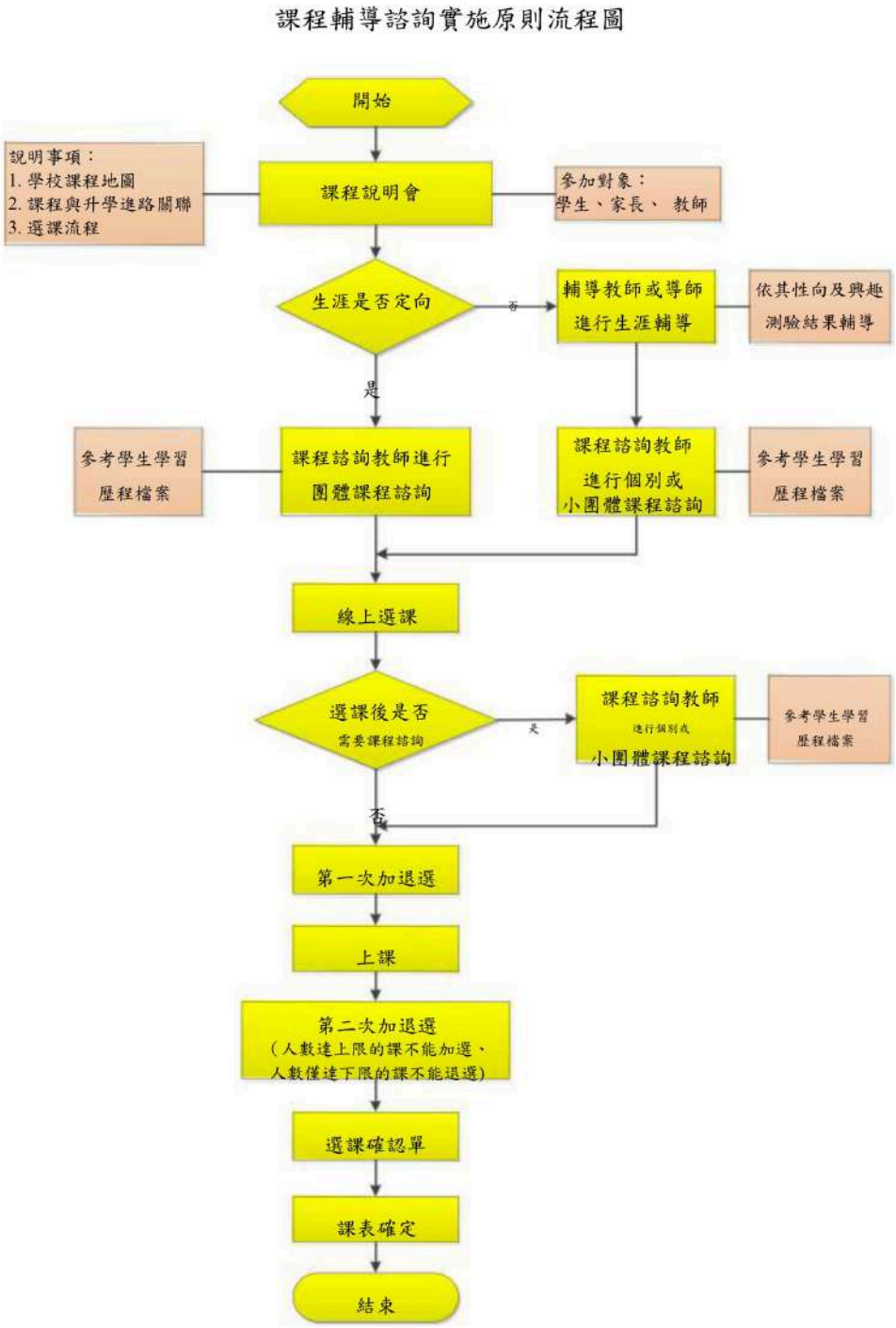
活動名稱	辦理方式	第一學年		第二學年		第三學年		小時	預期效益及其他相關規定
		一	二	一	二	一	二		
校外教學暨品德教育活動	戶外教學	8	0	8	0	8	0	24	藉由校外教學的進行，將教室的學習延伸至教室外，提供相關題材以及探索的機會，從直接體驗中獲得相關知識和經驗。戶外教學另有安排原住民部落的參訪，兼具自然與人文的課程，擴展文化視野。
水上運動會	全校參加	0	8	0	8	0	8	24	推廣水域運動風氣與增進水上活動安全知能，及培養學生發展健康身心。
社團成果展	全校參加	4	4	4	4	4	0	20	藉由成果展讓學生可以有表演的舞台，展現半年學習成果，提昇表演能力，展現學生自我不同的魅力，增加自信。
班際球類競賽	全校參加	4	0	4	0	4	0	12	藉由各年級班際球賽競賽，凝聚班級向心力，促進學生身心健全發展，發揮團隊精神，增進彼此情誼。
陸上運動會	全校參加	8	0	8	0	8	0	24	配合十二年國民基本教育，體適能為身體適應生活、動與環境的綜合能力。提倡各項運動，凝聚班級向心力，促進學生身心健康，期能使學生擁有良好體適能和體會規律運動的重要性。
戶外探索	結合山海探索教育課程辦理	0	0	0	0	8	8	16	讓學生將課堂所學實際運用於戶外場域中，面對場域中實際發生的問題讓學生從中去思考解決方法與團隊合作。
部落參訪	結合原民選修課程，規劃原住民部落參訪	0	0	4	0	4	4	12	藉由參訪部落，瞭解部落特色之文化與歷史脈絡，與原鄉部落族人互動交流、經驗傳承。
學校各處室特色活動、講座	結合團體活動實施	12	12	12	12	12	8	68	透過各處室特色活動及講座之執行發展友善校園，並設計教育活動及輔導管教措施，提升學生多元學習視野，提倡反霸凌、性別平等、防治藥物濫用、宣導交通安全等觀念，並推廣法治教育、品德教育、環境教育、國際教育等重要議題。
心理測驗與結果解釋	輔導室分年級辦理	2	0	2	0	2	0	6	高一實施賴氏人格測驗、高二實施性向測驗、高三實施興趣測驗。透過測驗與解釋讓學生增進對自我的探索，了解自己的興趣，並提升生涯的覺察能力，進而發展出適合自己的生涯規劃，做出正確的生涯選擇。
英語朗讀比賽	學生報名參加	0	2	0	2	0	2	6	為加強英語科教學，引導學生重視發音正確，讓學生了解音韻之美，藉以提升英語之學習興趣。
國語文暨本土語競賽	學生報名參加	2	0	2	0	2	0	6	加強推行語文教育，提升本校學生語文素養與學習興趣，藉由競賽，讓學生更了解本土文化。

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

140301 國立臺東大學附屬體中流程圖(PDF格式)



<

（二）日程表

序	時間	活動內容	說明
1	113/06/19	選課宣導	舊生利用前一學期末進行選課宣導
2	113/08/26	選課宣導	利用新生報到時段進行選課宣導
3	一學期：113/08/27 第二學期： 114/02/05	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：113/08/31 第二學期： 114/02/19	正式上課	跑班上課
5	一學期：113/09/09 第二學期： 114/02/28	加、退選	得於學期前兩週進行
6	114/06/15	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：

由輔導室利用學期時間施測並分析學生生涯進路與探索，再加以輔導。

(三)興趣量表：

由輔導室利用學期時間施測興趣量表並分析學生性向，再加以解釋與輔導。

(四)課程諮詢教師：

課諮教師藉由與輔導教師、導師共構三方橋梁，瞭解學生特質、性向與生涯定向等諮訊，再加以進行輔導。
新生透過新生訓練時，進行團體選課輔導，後續若有相關疑問則個別進行輔導與諮詢；舊生利用選課輔導說明或其他週會時間，做團體輔導及個人諮詢。

(五)其他：

拾貳、學校課程評鑑

一、學校課程評鑑計畫

140301_國立臺東大學附屬體中課程評鑑計畫(PDF格式)

國立臺東大學附屬體育高級中學112學年度學校課程評鑑計畫

112年11月30日第 2次課程發展委員會會議通過

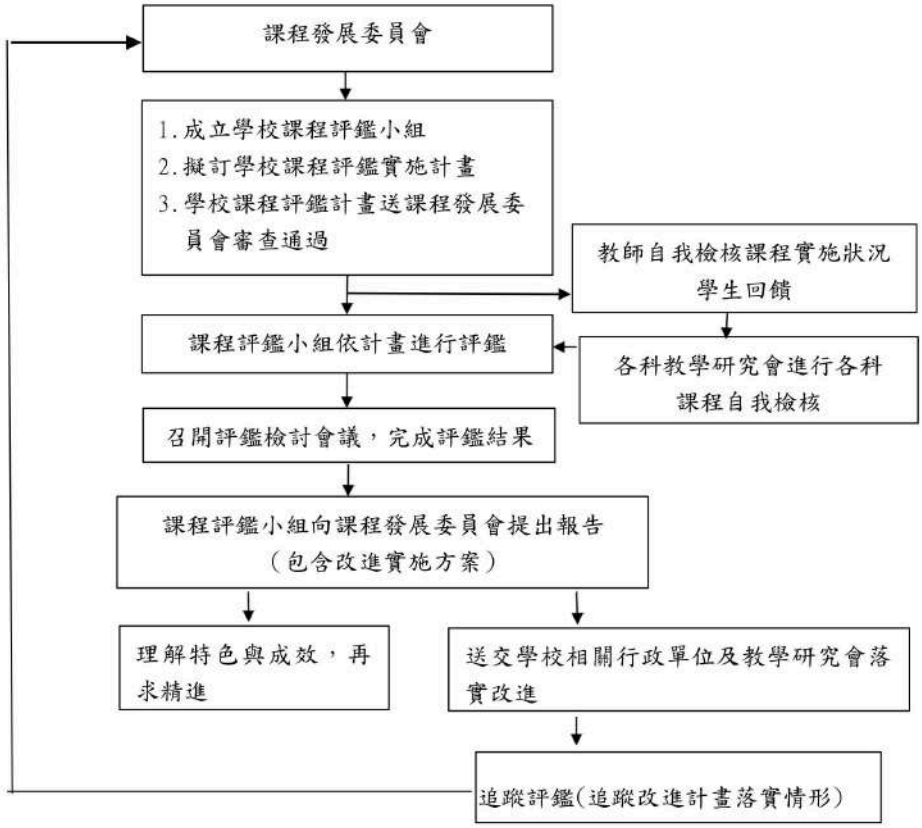
一、依據：

(一)十二年國民基本教育課程綱要及本校課程發展委員會工作計畫。
(二)108 年 5 月 30 日臺教授國部字第 1080050523B 號令「高級中等學校課程評鑑實施要點」。
(三)高級中等學校課程評鑑機制辦理參考原則。

二、目的：

(一)規劃本校課程評鑑內容：
1.總體課程評鑑 4 向度：課程與總綱及學校願景關聯、課程發展組織與運作機制、適性課程實施內涵、系統課程評鑑與回饋。
2.單一類型課程評鑑表 4 向度：課程與總綱(領綱)及學校願景關聯、課程發展組織與運作機制、適性課程實施內涵、系統課程評鑑與回饋。
3.透過歷程評鑑，達成課程目標，落實學生素養能力的建立，增益課程發展的實施成效。
(二)透過課程評鑑，引導本校成為學習型專業學校，並「以終為始」，促進教師省思精進，持續專業成長。
(三)透過課程評鑑，作為本校未來課程規劃、教學計畫、教材編選、及教學評量等改進的參考，以提昇學生學習成效。

三、評鑑流程：



四、評鑑內容及說明：

(一)總體課程評鑑

課程評鑑之內容，包括「向度」、「指標」、「校本檢視重點」、「校本發展程度」、「質性描述」、「工具證據」等。課程總體計畫於擬訂時應結合總綱素養、學校願景、地區特色、學生需求等，建立課程架構與課程目標，確認課程之間的橫向與縱向關係，並落實素養培養融入各課程。相關自我檢核歷程指標如下：

1.課程發展計畫符合總綱精神。

2.課程發展計畫與學校願景具關連性。

3.成立或健全課程發展組織。

4.各課程發展組織之間、課程發展組織和行政單位之間，其運作機制及互動協調能發揮實質功效。

5.完整記錄各層級課程發展組織之運作情形，以供後續改進參考。

6.總體課程目標與個別課程規畫之目標及學習內容、學習活動、評量安排等，具邏輯一貫性。

7.課程內容與教學模式，能以學生為主體，符合學生多元學習需求與適性發展。

8.建立教材資源共享與永續的概念。

9.進行課程評鑑規劃。

10.建立課程發展回饋機制，管理多元的課程評鑑結果。

11.善用評鑑結果增進學習成效。

(二)單一類型課程評鑑

課程評鑑之內容，包括「向度」、「指標」、「單一課程檢視重點」、「課程發展程度」、「質性描述」、「工具證據」等。單一類型課程評鑑著重歷程，由課程發展起便展開評鑑。相關自我檢核歷程指標如下：

1.課程發展計畫符合總綱（領綱）精神。

2.課程發展計畫與學校願景具關連性。

3.成立或健全課程發展組織。

4.各課程發展組織之間、課程發展組織和行政單位之間，互動協調情形良好。

5.完整記錄課程發展之運作情形，以供後續改進參考。

6.課程目標與所建議的學習內容、學習活動、評量安排等具邏輯一貫性。

7.課程內容與教學模式符合學生多元學習需求與適性發展。

8.建立教材資源共享與永續的概念。

9.進行課程評鑑規劃。

10.建立課程發展回饋機制，管理多元的課程評鑑結果。

11.善用評鑑結果增進學習成效。

(三)評鑑結果包含「發展程度量化結果」、「質性描述」與「工具證據」：

1.「量化結果」為課程評鑑小組針對各評鑑檢視重點的實際達成情形，在 5(90%以上)、4(80%)、3(70%)、2(60%)、1(60%以下)五個配分中勾選符合實際情形的配分。 2.「質性描述」為課程評鑑小組針對各評鑑指標檢視重點進行描述與回應，說明辦理之學校特色、遭遇困難及改進對策等。

3.「工具證據」為會議記錄、課綱對應資料、學習評量表、會議記錄、授課大綱、學生學習紀錄或評量表等項目。

(四)課程除自我評鑑外，亦辦理外部專家評鑑，通過課程發展委員會審查，並由學生問卷與學生學習成果進行反思與課程調整。

五、評鑑方式及時程

(一)第一階段：112年 8~11月

首先由課程發展委員會成立學校課程評鑑小組，組成成員包含學校行政人員代表、教師代表、家長代表及專家學者。學校課程評鑑小組著手研議學校課程評鑑計畫，並提送課程發展委員會審查通過。

(二)第二階段：112年11月~113年5月

課程評鑑小組的人員依據所設計的評鑑向度、指標、檢視重點等規準進行評鑑。授課教師根據教學自我檢核表所列之教學準備、教學模式與策略、班級經營、學習評量、專業能力提升、自我省思質性紀錄之六大項內容進行自我檢核。

(三)第三階段：112年11月~113年1月 、113年4~6月

授課教師填寫教師教學自我檢核表(如表3)，所任課班級填寫學生回饋表(如表4)，藉以瞭解及反思教學過程中各項準備、策略是否周延、面臨之問題、學生預期之學習成效與教學實施後之差異，並將無法由教師個人可解決之待改進事項交由各科教學研究會彙集後送交課程評鑑小組。

(四)第四階段：112 年 5~6 月

評鑑小組根據所蒐到的量化與質化資料，與有關人員充分討論，彼此交換意見，部分無法由學校解決之困難則彙整後向教育主管單位反應，部分可由學校自行之改善事項，則研商具可行之改進實施方案，經由課程評鑑小組成員加以討論、協商，提出自評報告並送交學校課程發展委員會。

(五)第五階段：113年6~7月

課程評鑑報告(含改進實施方案)送交學校相關行政單位及教學研究會落實改進，並彙集各單位意見，由課程發展委員會召開會議修訂學校整體課計畫。

本校課程評鑑時程由112年 8 月開始至113年7月為止共1年，各事項執行期程如以下甘特圖所列之期程。

實施月份	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7
擬定學校課程評鑑計畫	■	■	■	■								
評鑑小組執行評鑑				■	■	■	■	■	■	■	■	■
教師自我檢核課程實施狀況				■	■	■	■	■	■	■		
填寫教師教學自我檢核表				■	■	■			■	■	■	
填寫學生回饋表				■	■	■			■	■	■	
各科教學研究會彙集回饋意見並進行課程自我檢核									■	■	■	
完成課程評鑑結果報告										■	■	
執行改進實施方案 修正學校課程計畫											■	■

六、評鑑實施及內容

評鑑的實施由課程評鑑小組依附件課程評鑑表及相關表件內容所列之項目進行評鑑，並提出改進實施方案。

七、預期成效

經由學校課程評鑑計畫、教師自我檢核課程實施狀況及學生回饋，可瞭解學校課程實施過程中預期的課程實施成效、學生核心素養提升情況與課程實施後真實情況之差異，促進學校行政單位及教師社群進行反思與對話，引導學校課程與教學的變革及創新，適度修正學校課程計畫，有效提升學生學習成效。

八、本計畫經學校課程發展委員會會議通過，陳校長核定後施行，修正時亦同。

國立臺東大學附屬體育高中總體課程評鑑表

填表人：＿＿＿＿＿＿＿＿　　填表時間：112年＿＿月＿＿日

評鑑目的、工具設計及使用原則			國家課綱脈絡			
向度	指標	校本檢視重點	校本發展程度 5=100%以上；4=80%；3=70%；2=60%；1=60%以下	實施描述 說明：特色、困難或對策	工具證據 如：會議紀錄、課綱、學習評量表等	備註
課程與總綱及學校願景關聯	1.課程發展計畫符合總綱精神。	1.1 學校總體課程發展計畫，能盤點、對應與開發新課程，以符合總綱精神。 說明：至少涵蓋兩點：(1)課程架構學分總數符合課綱基本要求；(2)課程內容符合課綱三面九項核心素養、學習重點等。	總體課程發展計畫符合總綱精神的程度： □5　□4　□3　□2　□1			
	2. 課程發展計畫與學校願景具關連性。	2.1 總體課程發展與學校願景具關連性。	總體課程發展與學校願景具關連程度： □5　□4　□3　□2　□1			
課程發展組織與運作機制	3. 成立或健全課程發展組織。	3.1 學校有能操作發揮實質功能的課程發展組織。 說明：如課發會、課發會下各工作小組（行政組、課程規劃組、評鑑組）、各課程的共備社群（領域或學科教學研究會或課程核心小組）等。	學校課程發展組織充分發揮功能的程度： □5　□4　□3　□2　□1			
		3.2 課程發展組織之成員能發揮課程領導與學科專業能力。	課程發展組織成員能發揮課程領導與學科專業能力之程度： □5　□4　□3　□2　□1			
	4. 各課程發展組織之間、課程發展組織和行政單位之間，其運作機制及互動協調能發揮實質功效。	4.1 各課程發展組織具橫向聯繫。 說明：學校具有跨課程小組或共備社群之間的對話機制或課務協調等。且運作能發揮實質功效。	課程發展組織能發揮協調功能之程度（如學科小組、共備社群、教務處課務組、與課程核心小組有跨系統協調）： □5　□4　□3　□2　□1			
		4.2 總體課程之發展能經各層級課程發展組織運作並依循行政程序確認。 說明：各領域發展之課程能於教學研究會、領域會議、課發會（或其他校級課程發展組織）中討論，並於校務會議確認。	各領域發展之課程能於校級課程發展組織中討論與確認： □是　□否(請於右欄說明困難與對策)			

		4.3 學校行政單位能支援課程發展組織運作與執行。 說明：依照各領域需求，呈報後學校行政能為課程組織提供場地、器材、經費等資源以研議課程，或提供教師社群增能活動或資源等。	課程組織與行政單位之間的相互配合度： □5　□4　□3　□2　□1			
	5. 完整記錄各層級課程發展組織之運作情形，以供後續改進參考。	5.1 學校各層級課程發展組織定期運作（如定期會議、講座、參訪、觀議課等），並留存紀錄，供後續參考。	課程發展組織能定期運作且紀錄完整程度： □5　□4　□3　□2　□1			
適性課程實施內涵	6. 總體課程目標與個別課程規畫之目標及學習內容、學習活動、評量安排等，具邏輯一貫性。	6.1 各學習領域（含校訂必修及多元選修等）的課程規劃，能呼應總體課程目標。	各學習領域（含校訂必修及多元選修等）的課程規劃能呼應總體課程目標的程度： □5　□4　□3　□2　□1			
		6.2 各學習領域（含校訂必修及多元選修等）之目標、學習內容、學習活動與評量安排等具邏輯一貫性。	各學習領域課程（含校訂必修及多元選修等）之目標、學習內容、學習活動與評量安排等具邏輯一貫性的程度： □5　□4　□3　□2　□1			
		6.3 總體課程能考量各門課程內涵間的聯繫，及各年級縱向銜接與領域間橫向統整。	總體課程能考量各門課程內涵間的聯繫，及各年級縱向銜接與領域間橫向統整程度： □5　□4　□3　□2　□1			
	7. 課程內容與教學模式，能以學生為主體，符合學生多元學習需求與適性發展。	7.1 總體課程能依據學生的背景分析，進行規劃與實施。 說明：課程規劃必須考量學生的學習程度、學習需要、性向、未來職涯發展等。	總體課程能依據學校與學生的背景分析進行規劃，達成的程度： □5　□4　□3　□2　□1			
		7.2 各學習領域（含校訂必修及多元選修等）能發展素養導向相關課程，並研發相關教材。	各學習領域（含校訂必修及多元選修等）能發展素養導向相關課程，並研發相關教材，完成的程度： □5　□4　□3　□2　□1			
		7.3 製作學生選課手冊（內含學生學習地圖）。	選課手冊完成程度： □5　□4　□3　□2　□1			
	8. 建立教材資源共享與永續的概念。	8.1 學校能發展與建立共享的教材資源平台，以支持課程永續發展。 說明：可建立學校雲端分享平台，或是編製課程的教師手冊等。	線上共享的教材資源平台充分發揮功效程度： □5　□4　□3　□2　□1			
		8.2 舉辦全校性或領域課程分享會，邀請教師、家長與學生共享與發展。	舉辦全校性或領域課程分享會： □是　□ 否(請於右欄說明困難與對策)			

系統課程評鑑與回饋	9. 進行課程評鑑規劃。	9.1 召開相關會議形成課程評鑑共識，以提出課程評鑑計畫書。 說明：課程評鑑規劃可包含形成課程評鑑小組、時程與項目等。	課程評鑑規劃情形，勾選已完成之項目： □課程評鑑組織 □課程評鑑時程 □課程評鑑項目 □課程評鑑計畫書 □其他(請說明)_____			
	10. 建立課程發展回饋機制，管理多元的課程評鑑結果。	10.1 學校能盤點並統整多元的課程評鑑結果，並建立回饋機制。 例如：蒐集課資料回饋授課老師及共備社群教師，統整理後作為課程調整的參考，並列入課程發展組織的對話討論資料，並留存紀錄。	建立有效的課程發展回饋機制情形： □已建置課程發展回饋機制，並在使用中 □課程發展回饋機制已建置，尚在調整中 □尚未建置課程發展回饋機制 □其他(請說明)_____			
	11. 善用評鑑結果增進學習成效。	11.1 學校能根據總綱精神、學校願景、與課程目標，檢視總體課程實施成果，並根據回饋進行課程調整。	檢視總體課程實施成果，並根據回饋進行課程調整情形： □本校已檢視課程實施成果，已根據回饋調整課程。 □本校已檢視課程實施成果，正根據回饋調整課程。 □本校已檢視課程實施成果，尚無課程調整之規劃。 □本校尚未完成學校課程實施成果檢視。			
		11.2 學校能檢視評鑑結果，分析運用，並檢討總體課程與進行教學精進。	根據評鑑結果檢討總體課程，規劃具體教學精進措施： □已針對評鑑結果進行總體課程檢討會議 □已針對評鑑結果進行教學精進 □已規劃時程召開相關會議進行研議 □尚未進行			

國立臺東大學附屬體育高級中學單一類型課程評鑑表

課程名稱：_____ 課程類型：□校訂必修 □多元選修 □其他_____ 課程研發與授課人員：_____

填表時間：_____年_____月_____日

評鑑目的、工具設計及使用原則				國家課綱脈絡		
向度	指標	單一課程檢視重點	課程發展程度 5=90%以上；4=80%；3=70%；2=60%；1=60%以下	實性描述 說明：特色、困難或對策	工具證據 如：會議紀錄、授課大綱、學生學習紀錄或評量表等	備註
課程與總綱(領綱)及學校願景關聯	1. 課程發展計畫符合總綱（領綱）精神。	1.1 單一類型課程能根據總綱（領綱）素養精神進行設計。	課程發展計畫符合總綱精神的程度： □5 □4 □3 □2 □1			
	2. 課程發展計畫與學校願景具關連性。	2.1 單一類型課程能根據學校願景進行設計或連結學校特色。	課程發展計畫與學校願景關連程度： □5 □4 □3 □2 □1			
課程發展組織與運作機制	3. 成立或健全課程發展組織。	3.1 能組織建立學校或跨校之課程共備社群（或課程設計小組）。	是否建立課程共備社群： □有跨領域共備社群 □有領域共備社群 □沒有共備社群			
	4. 各課程發展組織之間、課程發展組織和行政單位之間，互動協調情形良好。	4.1 能安排共備社群的課程發展對話時間。	共備社群進行頻率： □每週一次 □每月一次 □每二個月一次 □其他：_____			
		4.2 行政單位能協助形成跨領域課程對話。	行政單位對跨領域課程發展的幫助程度： □對課程發展幫助很大 □對課程發展有點幫助 □對課程發展沒有助益			

		4.3 課程發展能運用學校內、外部教學資源。	(1)課程共備社群是否利用學校**內部**資源： □是 □否(請於右欄說明困難與對策) (2)課程共備社群是否利用學校**外部**資源： □是 □否(請於右欄說明困難與對策)	運用哪些資源？有何助益？		
	5. 完整記錄課程發展之運作情形，以供後續改進。	5.1 課程共備社群或課程設計小組能定期討論，並有紀錄留存，以供其他教師參考或後續改進。	是否有製作課程共備紀錄： □每次都有紀錄 □大部分共備有紀錄 □部分共備有紀錄 □沒有紀錄			

	參考。	5.2 留存歷年教學大綱或檔案	是否留存教學大綱或檔案： □是；型式：□文字記錄 □照片記錄 □其他（可複選） 年份:_____ □發展中 □無			
適性課程實施內涵	6. 課程目標與所建議的學習內容、學習活動、評量安排等具邏輯一貫性。	6.1 課程的學習內容、學習活動、評量安排等能呼應課程目標。	課程的學習內容、學習活動、評量安排等能呼應課程目標的程度： □5 □4 □3 □2 □1			
	7. 課程內容與教學模式符合學生多元學習需求與適性發展。	7.1 課程與教學設計能考量學生學習程度、興趣與未來職涯發展需求。	課程與教學設計能考量學生學習程度、興趣與未來職涯發展需求的程度： □5 □4 □3 □2 □1			
		7.2 課程能針對學生學習成果進行評量，評量方式多元且適當（如建立評量規準(Rubrics)）。	評量方式是否多元且適當： □是 □否	請敘述評量方式		
		7.3 依據發展之課程與教學，研發教材。	教材研發完成程度： □5 □4 □3 □2 □1			
	8. 建立教材資源共享與永續的概念。	8.1 課程教材資源與其他教師共享。	課程教材資源是否與其他老師共享： □教材公開跨校共享 □同領域教師共享 □同校教師共享 □因故無法公開共享	說明教材資源共享情形		
		8.2 舉辦課程分享會議或活動（如校內辦理或配合局端課程博覽會辦理）。	是否召開課程分享會議或活動： □是 □否			
系統課程評鑑與回饋	9. 進行課程評鑑規劃。	9.1 能規劃運用多元課程評鑑結果（如全國學生學習成就資料庫、學生課程學習評量結果、師生課程意見調查、教學研究會記錄、公開觀課紀錄等）修訂（校訂必修與多元選修等）課程。	能規劃運用多元課程評鑑結果，修訂（校訂必修與多元選修等）課程： □能，請於右欄說明實施方式 □不能，請於右欄說明困難或原因			

	10. 建立課程發展回饋機制，管理多元的課程評鑑結果。	10.1 建立學生與其它利益相關人的課程回饋意見之管道。 說明：「利益相關人」是指參與學校課程及其組織的一員，對於課程的成功是有責任、有興趣 / 利益的人。例如：發展、設計、執行或經驗課程、甚至關心課程的人，因此包含學生，某些狀況下也可能涵蓋社區成員或家長。	有無建立學生與其它利益相關人的課程回饋意見之管道： □有，請於右欄說明實施方式 □無，請於右欄說明困難或原因			

		10.2 能系統整理與妥善保存各類課程回饋意見。	有無系統整理與妥善保存各類課程回饋意見： □有，請於右欄說明實施方式 □無，請於右欄說明困難或原因			
	11. 善用評鑑結果增進學習成效。	11.1 能根據學生學習評量結果與提出的課程回饋意見，進行課程調整。	根據學生學習評量結果與提出的課程回饋意見，進行課程調整情形： □課程已根據學生評量結果進行調整 □課程調整規劃尚在討論中 □學生評量結果尚在彙整分析中			
		11.2 能根據他人回饋（如公開觀課議課或共備社群討論等），進行課程調整。	能根據他人回饋（如公開觀課議課或共備社群討論等），進行課程調整情形： □課程已根據他人回饋進行調整 □課程調整規劃尚在討論中 □他人回饋尚在彙整分析中			

國立臺東大學附屬體育高中校本課程學生學習回饋單

班級：　　科目：　　日期：

問卷題目	五等第分數表				
	非常同意 5 分	有點同意 4 分	沒意見 3 分	不同意 2 分	非常不同意 1 分
一、核心素養能力					
1. 本課程課程幫助我提升熱情探索、創新思維的能力。					
2. 課程幫助我提升閱讀習慣、開放思維的能力。					
3. 課程幫助我提升書寫流暢、言之有物的能力。					
4. 課程幫助我提升提出問題、反省思考的能力。					
5. 課程幫助我提升悅納小我、主動學習的能力。					
6. 課程幫助我提升關懷大我、內化實踐的能力。					
7. 課程幫助我提升獨立思考、解決問題的能力。					
8. 課程幫助我提升解讀資訊、有效溝通的能力。					
9. 課程幫助我提升轉化資訊、演繹思維的能力。					
二、教師教學策略					
1. 老師於學期初有說明授課大綱、教學進度及評分依據。					
2. 老師使用的教材適合學生的程度與需要。					
3. 老師的課堂時間運用適當、掌控良好。					
4. 老師會適當地運用輔助工具如多媒體器材等幫助教學。					
5. 老師會嘗試引起學生學習的動機與興趣。					
6. 老師會採用多元教學模式，提供學生學習、觀察、探索、提問、反思、討論、創作與問題解決的機會，增強學習的理解、連貫和運用。					
7. 老師會依學生的程度與與授課內容提供多元的評量方式。					
8. 考試或作業內容多元、適性與適量，可反應出老師上課所提示之重點。					
9. 老師教學認真負責。					
10. 老師重視學生反應，願意隨時修正教學方式。					
11. 老師按時授課，不遲到或早退甚至無故缺席。					
12. 整體而言，我對於老師的教學表現相當滿意。					
三、學生學習省思					
1. 我總是於期限內完成老師規定的所有作業和練習。					
2. 我很認真投入本課程的課堂學習。					

問卷題目	五等第分數表				
	非常同意 5 分	有點同意 4 分	沒意見 3 分	不同意 2 分	非常不同意 1 分
3. 我總是按時上課，不遲到或早退甚至無故缺席。					
4. 如未經老師的同意，上課時我從不使用手機。					
5. 整體而言，我在這門課程裡獲益良多。					
四、在這堂課中，我最喜歡的單元、主題？為什麼？ （請列點具體填寫意見）					
五、其他回饋與建議 ？(請列點具體填寫意見)					

國立臺東大學附屬體育高中教師教學自我檢核表

教師姓名：	□導師□專任	科目：	日期：
檢核項目			是否符合
教學準備			
1. 於每學期開學前完成教學進度表，送交教務處。			□是□否
2. 教學活動多元而適性，提供學生學習、觀察、探索、提問、反思、討論、創作與問題解決的機會，增強學習的理解、連貫和運用。			□是□否
教學模式與策略			
3. 教學活動適時融入數位學習資源與方法。			□是□否
4. 依據學生多方面的差異，規劃適性分組、採用多元教學模式，不偏重教師單向講述式教學。			□是□否
5. 依學生不同需求提供符合的學習材料與評量方式等。			□是□否
6. 指派之作業多元、適性與適量，學生可勝任。			□是□否
班級經營			
7. 建立有助於學習的班級規範。			□是□否
8. 親師生溝通互動良好。			□是□否
9. 課堂氣氛融洽。			□是□否
學習評量			
10. 運用多元評量，適時診斷學生學習成果，進而引導學習。			□是□否
11. 利用評量結果，改進教師教學。			□是□否
專業能力提升			
12. 參與教師專業社群。			□是□否
13. 參與教師進修與研習。			□是□否
14. 參與共同備課、公開觀課與議課。			□是□否
自我省思質性紀錄			

國立臺東大學附屬體育高中課程發展組織運作檢核表

檢核項目	是否符合
1. 訂定「課程發展委員會組織要點」，經學校校務會議通過。	□是□否
2. 學校課程發展委員會下設各領域/群科/學程/科目教學研究會。	□是□否
3. 學校課程發展委員會之組成及運作方式由學校校務會議決定之。	□是□否
4. 課程發展委員會成員包括學校行政人員、年級及領域/群科/學程/科目（含特殊需求領域課程）之教師、教師組織代表及學生家長委員會代表及專家學者代表。	□是□否
5. 成立課程核心工作小組，規劃學校教育願景及學校總體課程。	□是□否
6. 成立各校訂課程研究發展共備社群並實質運作（每學期至少六次）。	□是□否
7. 各領域（科目）教學研究會或共備社群每學期均有跨領域（科目）的對話、溝通、協調	□是□否
8. 課程共備社群內容每學期均有包含公開觀課議課等作為。	□是□否
9. 學校校訂課程符合學校教育願景，經課發會審議通過。	□是□否
10. 學校課程計畫經課發會審議通過。	□是□否
11. 課發會訂定課程評鑑計畫，進行課程評鑑。	□是□否
12. 學校課程計畫經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，並陳報各該主管機關。	□是□否

國立臺東大學附屬體育高中課程發展檢核表

檢核項目	是否符合
1. 學校課程除各領域課程外，另包含不同領域/群科/學程/科目間的統整課程。	□是□否
2. 課程設計適切融入性別平等、人權、環境、海洋、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、家庭教育、生涯規劃、多元文化、閱 讀素養、戶外教育、國際教育、原住民族教育等議題。	□是□否
3. 因應特殊類型教育學生之個別需要，提供支持性輔助、特殊需求領域課程及實施課程調整。	□是□否
4. 特殊教育學生的課程依據特殊教育法所規範的個別化教育計畫或個別輔導計畫適性設計。	□是□否
5. 學校課程計畫至少包含總體架構、彈性學習時間及校訂課程規劃（含特色課程）、各領域/ 群科/學程/科目之教學重點、評量方式及進度等。	□是□否
5-1 高一及高二每學期部定必修科目之開設在十二科以下。	□是□否
5-2 校訂必修學分數達 4~8 學分。	□是□否
5-3 依照學生興趣、性向、能力與需求開設至少 6 學分多元選修課程供學生選修。	□是□否
5-4 提供學生跨班自由選修課程，開設之選修總學分數，達學生應修習選修學分數之 1.2-1.5 倍。	□是□否
5-5 彈性學習時間按規定安排「學生自主學習」時間，3 學年至少 18 節。	□是□否
6. 學校課程計畫通過後，於開學前陳報各該主管機關備查，並運用書面或網站等多元管道向學生與家長說明。	□是□否
7. 學校於該年度新生入學半年前完成課程計畫備查與公告說明，以利於學生選校參考。	□是□否

國立臺東大學附屬體育高中課程實施成效檢核意見

學科教學研究會：

項目	頗具成效、學校特色，可持續保持，提供其他學校參考之事項	遭遇困難與待改進事項
課程規劃		
課程實施		
資源整合		
成效評估		

二、111學年度學校課程評鑑結果

140301_國立臺東大學附屬體中111學年度課程評鑑結果(PDF格式)