

高級中等學校課程計畫  
新北市立鶯歌高級工商職業學校  
學校代碼：014439

技術型課程計畫  
體育班

本校114年10月27日114學年度第2次課程發展委員會會議通過

教育部115年1月12日臺教授國字第1150001748A號函  
新北市政府體育局115年1月14日新北體學字第1150091309號

(115學年度入學學生適用)

中華民國114年12月22日

## 學校基本資料表

學校校名	新北市立鶯歌高級工商職業學校			
普通型高中				
技術型高中	專業群科	1. 電機與電子群:資訊科 2. 商業與管理群:資料處理科 3. 外語群:應用日語科 4. 設計群:美術工藝科;陶瓷工程科;廣告設計科;多媒體設計科		
	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				
進修部	1. 電機與電子群:資訊科 2. 設計群:廣告設計科			
特殊教育及特殊類型	門市服務科;體育班(普通型)			
聯絡人	處室	教務處	電話	02-26775040-814
	職稱	實驗研究組組長		
	姓名	個資不予顯示	傳真	個資不予顯示
	E-mail	個資不予顯示		

## 壹、依據

- 一、總統發布之「高級中等教育法」第43條中央主管機關應訂定高級中等學校課程綱要及其實施之有關規定，作為學校規劃及實施課程之依據；學校規劃課程並得結合社會資源充實教學活動。
- 二、教育部發布之「十二年國民基本教育課程綱要」總綱。
- 三、教育部發布之「高級中等學校課程規劃及實施要點」。
- 四、十二年國民基本教育高級中等學校進修部課程實施規範。
- 五、學校應依【高級中等以下學校體育班設立辦法】第8條之規定成立體育班發展委員會，並於該會下設課程規劃小組。組織要點之內容應含組織與運作方式，以及校務會議通過之日期。
- 六、學校應依特殊教育法第45條規定高級中等以下各教育階段學校，為處理校內特殊教育學生之學習輔導等事宜，應成立特殊教育推行委員會。

## 貳、學校現況

### 一、班級數、學生數一覽表

表 2-1 前一學年度班級數、學生數一覽表

類型	群別	科班別	一年級		二年級		三年級		小計	
			班級	人數	班級	人數	班級	人數	班級	人數
普通型高中	學術群	體育班	1	24	1	24	1	22	3	70
技術型高中	電機與電子群	資訊科	3	93	3	109	3	98	9	300
	商業與管理群	資料處理科	3	91	4	127	4	124	11	342
	外語群	應用日語科	1	36	0	0	0	0	1	36
	設計群	美術工藝科	2	69	2	63	2	60	6	192
		陶瓷工程科	3	76	3	83	3	92	9	251
		廣告設計科	3	113	3	102	4	135	10	350
		多媒體設計科	1	37	1	44	0	0	2	81
服務群	門市服務科	2	16	2	17	2	25	6	58	
進修部	電機與電子群	資訊科	1	18	1	9	1	12	3	39
	設計群	廣告設計科	1	14	1	12	1	6	3	32

### 二、核定科班一覽表

表 2-2 115學年度核定科班一覽表

類型	群別	科班別	班級數	每班人數
技術型高中	學術群	體育班	1	34
	電機與電子群	資訊科	3	34
	商業與管理群	資料處理科	3	34
	外語群	應用日語科	1	34
	設計群	美術工藝科	2	34
		陶瓷工程科	3	34
		廣告設計科	3	34
多媒體設計科		1	34	
進修部	電機與電子群	資訊科	1	34
	設計群	廣告設計科	1	34

### 三、體育班核定運動種類一覽表

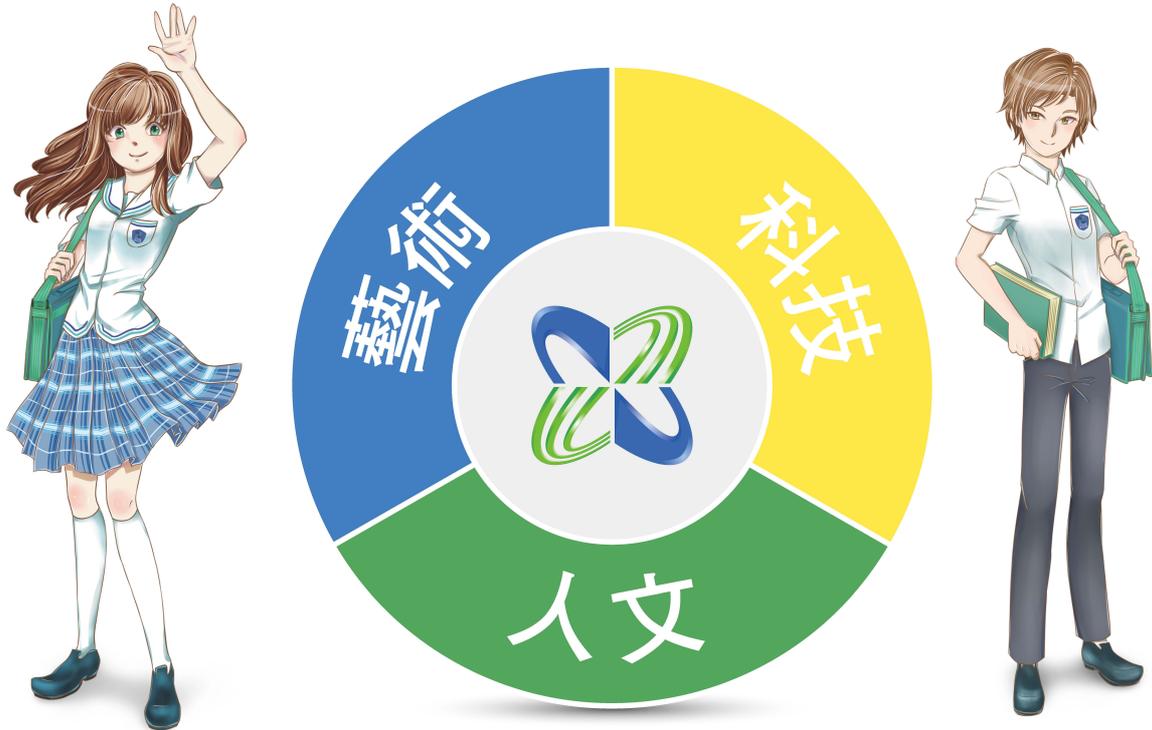
表 2-3 115學年度核定運動種類一覽表

序號	分類	運動種類
1	球類	排球
2	球類	棒球
3	格鬥類	拳擊

## 參、學校願景與學生圖像

### 一、學校願景

彩繪職人逐夢的藍圖，於「藝術」涵養、「科技」能力、「人文」素養的天際遨遊，倘伴在培育技職專業人才的園地。



### 二、學生圖像

#### 卓越品格力-自我管理

培養學生具備人文素養及藝術美感，在生活中待人能謙恭有禮並珍惜自我，對事能自動自發並負責盡分，以惜福感恩之心尊重關懷他人。

#### 自主學習力-熱情參與

培養學生具備持續學習並追求成長的動力，能有主動追求及勇於探索的企圖心，把握多元學習的機會，掌握知識技能的脈絡而有效學習。

#### 創發行動力-專業創新

培養學生具相關領域所需的專業技術能力且保持精進，以及面對問題能有應用所學、系統分析、創意思考等方式的解決能力，邁向創新卓越而發展出自我特色。

#### 跨域整合力-團隊合作

培養學生具備跨域整合的就業能力，在團體中能與人傾聽、溝通及表達，建立互助互信、資源共享的互動關係，達到有效分工合作以求共榮共好的團隊精神。



## 肆、課程發展組織要點

新北市立鶯歌高級工商職業學校課程發展委員會組織要點(114.06.17通過)

### 新北市立鶯歌高級工商職業學校課程發展委員會組織要點

94.01.06 合科教學研究會制定  
 94.01.18 校務會議修正通過  
 94.08.29 校務會議修正通過  
 107.02.21 校務會議修正通過  
 107.06.08 臨時校務會議修正通過  
 107.08.30 校務會議通過  
 111.01.21 校務會議通過  
 113.08.29 校務會議通過  
 114.06.29 校務會議通過

- 一、依據教育部 110 年 3 月 15 日臺教授國部字第 1100016363B 號頒布修正「十二年國民基本教育課程綱要總綱」之柒、實施要點，訂定本校課程發展委員會組織要點(以下簡稱本要點)。
- 二、本校課程發展委員會(以下簡稱本委員會)置委員 34 人，委員任期一年，任期自每年八月一日起至隔年七月三十一日止，其組織成員如下：
  - (一)召集人：校長。
  - (二)學校行政人員：由各處室主任組長(主任秘書、教務主任、學務主任、實習輔導主任、輔導主任、總務主任、進修部主任、教學組長、註冊組長、設備組長、實驗研究組長、特教組長)擔任之，共計 12 人；並由教務主任兼任執行秘書，實習主任和進修部主任兼任執行副秘書。
  - (三)領域/科目教師：由各領域/科目召集人(含國文、英文、數學、自然、社會、藝能)擔任之，每領域 1 人，共計 6 人。
  - (四)專業群科教師：由各專業群科之科主任擔任之，每專業群科 1 人，共計 7 人。
  - (五)特殊需求領域課程教師：由集中式特教班召集人、體育班召集人擔任之，共計 2 人。
  - (六)各年級導師代表：由各年級導師推選之，共計 1 人。
  - (七)教師組織代表：由學校教師會推派 1 人擔任之。
  - (八)專家學者：由學校聘任專家學者 1 人擔任之。
  - (九)產業代表：由學校聘任產業代表 1 人擔任之。
  - (十)學生代表：由學生會或經選舉產生之學生代表 1 人擔任之。
  - (十一)學生家長委員會代表：由學校學生家長委員會推派 1 人擔任之。
- 三、本委員會根據總綱的基本理念和課程目標，進行課程發展，其任務如下：
  - (一)掌握學校教育願景，發展學校本位課程。
  - (二)統整及審議學校課程計畫。
  - (三)審查學校教科用書的選用，以及全年級或全校且全學期使用之自編教材。
  - (四)進行學校課程自我評鑑，並定期追蹤、檢討和修正。
- 四、本委員會其運作方式如下：
  - (一)本委員會由校長召集並擔任主席，每年定期舉行二次會議為原則，必要時得召開臨時會議。
  - (二)如經委員二分之一以上連署召開時，由校長召集之，得由委員互推一人擔任主席。
  - (三)本委員會每年十一月前召開會議時，必須完成審議下學年度學校課程計畫，送所屬教育主管機關備查。
  - (四)本委員會開會時，應有出席委員三分之二(含)以上之出席，方得開議；須有出席委員二分之一(含)以上之同意，方得議決。
  - (五)本委員會相關之行政工作，由教務處主辦，實習處和進修部協辦。

五、本委員會設下列組織：(以下簡稱研究會)

- (一)各領域/科目教學研究會：由領域/科目教師組成之，由召集人召集並擔任主席。
  - (二)各專業群科教學研究會：由各科教師組成之，由科主任召集並擔任主席。
  - (三)各群課程研究會：由該群各科教師組成之，由該群之科主任互推召集人並擔任主席。
- 研究會針對專業議題討論時，應(或得)邀請業界代表或專家學者參加。

六、各研究會之任務如下：

- (一)規劃校訂必修和選修科目，以供學校完成各科和整體課程設計。
- (二)規劃跨群科或學科的課程，提供學生多元選修和適性發展的機會。
- (三)協助辦理教師甄選事宜。
- (四)辦理教師或教師社群的教學專業成長，協助教師教學和專業提升。
- (五)辦理教師公開備課、授課和議課，精進教師的教學能力。
- (六)發展多元且合適的教學模式和策略，以提升學生學習動機和有效學習。
- (七)選用各科目的教科用書，以及研發補充教材或自編教材。
- (八)擬定教學評量方式與標準，作為實施教學評量之依據。
- (九)協助轉學生原所修課程的認定和後續課程的銜接事宜。
- (十)其他課程研究和發展之相關事宜。

七、各研究會之運作原則如下：

- (一)各領域/科目/專業群科教學研究會每學期舉行三次會議，必要時得召開臨時會議；各群課程研究會每年定期舉行二次會議。
- (二)每學期召開會議時，必須提出各領域/科目和專業群科之課程計畫、教科用書或自編教材，送請本委員會審查。
- (三)各研究會會議由召集人召集，如經委員二分之一以上連署召集時，由召集人召集之，得由連署委員互推一人為主席。
- (四)各研究會開會時，應有出席委員三分之二(含)以上之出席，方得開議；須有出席委員二分之一(含)以上之同意，方得議決，投票得採無記名投票或舉手方式行之。
- (五)經各研究會審議通過之案件，由科召集人具簽送本委員會核定後辦理。
- (六)各研究會之行政工作及會議記錄，由各領域/科目/專業群科/各群召集人主辦，教務處和實習處協助之。

八、本組織要點經校務會議通過後，陳校長核定後施行。

**新北市立鶯歌高級工商職業學校課程發展委員會組織及主要職掌表**

職稱	職務	主要職掌
召集人	校長	綜理本校整體課程發展事宜
委員 兼執行秘書	教務主任	進行課程發展事宜
委員 兼副執行秘書	實習主任	協調本校專業課程發展、證照訓考事宜與協助進行課程發展事宜
委員 兼副執行秘書	進修部主任	負責規劃進修部課程發展事宜與協助進行課程發展事宜
委員兼課程研究小組召集人	實驗研究組長	承委員會決議，召集、聯絡、協調及執行本會決議
委員	主任秘書	橫向溝通聯繫
委員	學務主任	活動課程之規劃、安排與諮詢 協調課程發展與學生活動之關係
委員	總務主任	負責課程場地及空間規劃、設備採購
委員	輔導主任	課程發展與學生生涯輔導方案之規劃與執行
委員	教學組長	核算（報）本校師資缺額、兼任教學研究會召集人 提供各科課程設計建議 根據課程發展，進行各項教學活動計畫、執行與評鑑
委員	註冊組長	進行課程發展與招生策略之探討，相關計畫研擬及執行
委員	設備組長	配合課程發展，評估設備需求、調整及採購事宜
委員	特教組長	協調本校特教課程發展規劃等事宜
委員	國文科召集人	負責規劃本科課程發展事宜
委員	英文科召集人	負責規劃本科課程發展事宜
委員	數學科召集人	負責規劃本科課程發展事宜
委員	自然科召集人	負責規劃本科課程發展事宜
委員	社會科召集人	負責規劃本科課程發展事宜
委員	藝能科召集人	負責規劃本科課程發展事宜
委員	資訊科主任	負責規劃本科課程發展事宜
委員	美術工藝科主任	負責規劃本科課程發展事宜
委員	陶瓷工程科主任	負責規劃本科課程發展事宜
委員	資料處理科主任	負責規劃本科課程發展事宜
委員	廣告設計科主任	負責規劃本科課程發展事宜
委員	多媒體設計科主任	負責規劃本科課程發展事宜
委員	應用日語科主任	負責規劃本科課程發展事宜
委員	集中式特教班召集人	負責規劃集中式特教班課程發展事宜
委員	體育班召集人	負責規劃體育班課程發展事宜
委員	各年級導師代表	匯聚導師建議，共謀課程發展事宜
委員	教師會代表	匯聚教師建議，共謀課程發展事宜
委員	家長代表	提供課程發展的諮詢及建議
委員	專家學者代表	提供課程發展的諮詢及建議
委員	產業代表	提供課程發展的諮詢及建議
委員	學生代表	提供課程發展的諮詢及建議

# 伍、課程發展與規劃

## 一、課程地圖

### 體育班課程地圖



## 二、課程規劃理念與課程目標、學校課程特色

一、課程規劃理念與課程目標 (一) 課程規劃理念 體育班課程在符應總綱的原則與素養發展的前提下，以總綱既有之素養導向，融入適合學生專業運動發展應有之核心素養，透過一般科目及體育專業課程的實施，以求能在學習歷程中除適應現在生活及面對未來挑戰，所應具備的知識、能力與態度；更能發揮運動潛能，以完善之運動技能，迎接所有競技運動之挑戰。學生透過課程在「自發」、「互動」與「共好」三個層面有不同的學習重點與實踐方式。在「自發」層面，以學生為主體，教導學生覺知各種運動與生活情境，引導學生認識體育專業課程，培養個人成為具運動參與興趣、多元運動能力，使身體及心理均衡發展之運動人才，並以正向積極的態度面對人生。「互動」層面是強調個人、團體及競技訓練環境的溝通思辨，培養學生透過體育專業領域課程學習的歷程，能與他人互動且相互合作的目的。「共好」層面是以行動力進行專業運動訓練，在課程中施以專業體育及運動教育，輔導其適性發展與社會參與，培育運動專業人才。(二) 課程目標 1. 啟發生命潛能：啟迪學習的動機，培養好奇心、探索力、思考力、判斷力與行動力，願意以積極的態度、持續的動力進行探索與學習；從而體驗學習的喜悅，增益自我價值感。進而激發更多生命的潛能，達到健康且均衡的全人開展。 2. 陶養生活知能：培養基本知能，在生活中能融會各領域所學，統整運用、手腦並用地解決問題；並能適切溝通與表達，重視人際包容、團隊合作、社會互動，以適應社會生活。進而勇於創新，展現科技應用與生活美學的涵養。 3. 促進生涯發展：導引適性發展、盡展所長，且學會如何學習，陶冶終身學習的意願與能力，激發持續學習、創新進取的活力，奠定學術研究或專業技術的基礎；並建立「尊嚴勞動」的觀念，淬鍊出面對生涯挑戰與國際競合的勇氣與知能，以適應社會變遷與世界潮流，且願意嘗試引導變遷潮流。 4. 涵育公民責任：厚植民主素養、法治觀念、性別平等及權益、人權理念、道德勇氣、社區/部落意識、國家認同與國際理解，並學會自我負責。進而尊重多元文化與族群差異，追求社會正義；並深化地球公民愛護自然、珍愛生命、惜取資源的關懷心與行動力，積極致力於生態永續、文化發展等生生不息的共好理想。 5. 提升運動競技：提高運動競技知能，涵養運動倫理，發展多元運動能力，增進競技體能及技術，提升運動競技水平，成為具備現代公民素養之優秀運動人才。 二、學校課程特色 本校體育班課程選用技術型課程，修習一般科目、設計群專業科目及實習科目、體育專項術科及學科、校定選修特色課程等，共計192學分。十二年國教課綱裡的「核心素養」，是指一個人為適應現代生活及面對未來挑戰，所應具備的知識、能力與態度。素養導向教學成為新課綱教學的重要目標，培養孩子自主學習、社會參與及溝通互動的能力。因此，體育班新課綱規劃也朝向這個方向目標前進。本校因應十二年國民基本教育體育班課程綱要之推行，體育班課程選用技術型課程。本校體育班課程規劃以學生學習為主體，減少部定一般科目學分數，大幅增加校定選修特色課程，安排跨群科領域學習，重視體育班孩子的技能學習和培養就業能力，並發展學校特色課程。

## 三、議題融入

### 體育班(&1050)

表5-5-1學術群體育班 議題融入對應表 (以科為單位,1科1表)

科目	議題																		
	性別平等	人權教育	環境教育	海洋教育	品德教育	生命教育	法治教育	科技教育	資訊教育	能源教育	安全教育	防災教育	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
校必實習 / 專題實作	✓		✓		✓	✓								✓					✓
校選一般 / 生活日語會話	✓	✓					✓						✓		✓	✓		✓	
校選一般 / 日語文法與閱讀	✓	✓					✓						✓		✓	✓		✓	
校選一般 / 聽說讀寫五十章	✓	✓					✓						✓		✓	✓		✓	
校選一般 / 人際關係與溝通技巧	✓	✓					✓						✓		✓	✓		✓	
校選一般 / 日語基礎會話	✓	✓					✓						✓		✓	✓		✓	
校選一般 / 日語基礎發音	✓	✓					✓						✓		✓	✓		✓	
校選一般 / 日語閱讀與書寫	✓	✓					✓						✓		✓	✓		✓	
校選專業 / 數位科技概論								✓	✓	✓	✓								
校選專業 / 設計與生活美學			✓	✓								✓		✓					
校選實習 / 多媒體製作與應用	✓													✓	✓			✓	
校選實習 / 數位影像處理實習			✓	✓		✓		✓									✓	✓	
校選實習 / 室內設計與製圖實習			✓	✓		✓		✓									✓	✓	
校選實習 / 數位多媒體設計實習	✓		✓	✓				✓	✓	✓	✓								
校選實習 / 生活陶藝實習		✓			✓							✓			✓				✓
校選實習 / 電腦文書處理								✓	✓	✓									
校選實習 / 攝影實習	✓	✓	✓	✓															
校選實習 / 立體造形實作															✓	✓	✓		✓
校選實習 / 基礎圖學實習			✓	✓	✓							✓							✓
校選實習 / 表現技法實習	✓	✓	✓			✓	✓	✓											
校選實習 / 立體造形設計實習	✓	✓	✓			✓	✓	✓											

科目	議題																		
	性別平等	人權教育	環境教育	海洋教育	品德教育	生命教育	法治教育	科技教育	資訊教育	能源教育	安全教育	防災教育	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
校選實習 / 數位設計基礎				✓								✓						✓	✓
校選實習 / 剪輯實習				✓								✓						✓	✓
校選實習 / 電腦硬體裝修	✓	✓					✓	✓	✓										
校選實習 / 繪畫基礎實習	✓	✓					✓	✓	✓										
校選實習 / 基本設計實習	✓	✓					✓	✓	✓										
科目數統計	16	14	9	8	3	5	12	10	6	3	2	4	8	3	10	8	3	11	7

## 柒、團體活動時間規劃

說明：

- 團體活動時間每周教學節數以2-3節為原則。其中班級活動1節列為教師基本節數。各校可因應實際需求，於團體活動課程安排班級活動、社團活動、學生自治會活動、學生服務學習活動及週會或講座，**惟社團活動每學年不得低於24節。**
- 學校宜以三年整體規劃、逐年實施為原則，一學年或一學期之總節數配點實際教學需要，彈性安排各項活動，不受每週1節或每週班級活動、社團活動各1節之限制。
- 節數：請務必輸入阿拉伯數字，切勿輸入其他文字。

序號	項目	團體活動時間節數						備註
		第一學年		第二學年		第三學年		
		一	二	一	二	一	二	
1	班級活動	18	18	18	18	18	18	
2	社團活動	12	12	12	12	12	12	
3	週會或講座活動節數	6	6	6	6	6	6	
	合計	36	36	36	36	36	36	(節/學期)
		2	2	2	2	2	2	(節/週)

## 陸、群科課程表

## 一、教學科目與學分(節)數表

表 6-1-1 學術群體育班 教學科目與學分(節)數表

115學年度入學新生適用

課程類別	領域 / 科目及學分數		授課年段與學分配置						備註		
			第一學年		第二學年		第三學年				
名稱	名稱	學分	一	二	一	二	一	二			
一般科目 部定必修	語文領域	國語文	16	3	3	3	3	2	2		
		英語文	12	2	2	2	2	2	2		
		閩南語文	0	(1)	(1)						適性分組第學期
		客語文	2	1	1						適性分組第學期
		閩東語文	0	(1)	(1)						適性分組第學期
		臺灣手語	0	(1)	(1)						適性分組第學期
		原住民族語文	0	(1)	(1)						
	數學領域	數學	4	2	2						B版
	社會領域	歷史	2					2			
		地理	2						2		
		公民與社會	2			2					
	自然科學領域	物理	2					2			A版
		化學	2						2		B版
		生物	2				2				A版
	藝術領域	音樂	2			1	1				
		美術	2					1	1		
		藝術生活	0								
	綜合活動領域	生命教育	2				2				
		生涯規劃	2			2					
		家政	0								
		法律與生活	0								
		環境科學概論	0								
	科技領域	生活科技	0								
		資訊科技	0								
	健康與體育領域	健康與護理	2					1	1		
		體育	4	1	1	1	1				
	全民國防教育		2	1	1						
小計		62	10	10	11	11	10	10		部定必修一般科目總計62學分	
體育專業科目	體育專業學科	運動學概論	2			2					
	體育專項術科	專項體能訓練	24	4	4	4	4	4	4	4	可實施分組教學可實施分組教學可實施分組教學可實施分組教學
		專項技術訓練	24	4	4	4	4	4	4	4	可實施分組教學可實施分組教學可實施分組教學可實施分組教學
	小計		50	8	8	10	8	8	8	8	部定必修專業科目總計50學分
專業及實習科目合計		50	8	8	10	8	8	8			
部定必修合計		112	18	18	21	19	18	18		部定必修總計112學分	

表 6-1-1 學術群體育班 教學科目與學分(節)數表(續)

115學年度入學新生適用

課程類別			領域 / 科目及學分數		授課年段與學分配置						備註
					第一學年		第二學年		第三學年		
名稱	學分	名稱	學分	一	二	一	二	一	二		
校訂科目	實習科目 3學分 1.89%	專題實作	3					3		實習分組 協同教學	
		小計	3					3		校訂必修實習科目總計3學分	
		校訂必修學分數合計	3					3		校訂必修總計3學分	
校訂選修	一般科目	人際關係與溝通技巧	1						1		
		日語文法與閱讀	2					2			
		日語基礎發音	2		2						
		日語基礎會話	2			2					
		日語閱讀與書寫	2						2		
		生活日語會話	2				2				
		聽說讀寫五十音	2	2							
		最低應選修學分數小計	13								
校訂選修	專業科目	設計與生活美學	2						2		
		數位科技概論	4	2	2						
		最低應選修學分數小計	6								
校訂選修	實習科目	生活陶瓷實習	4	2	2					實習分組 協同教學	
		立體造形設計實習	3			3				實習分組 協同教學	
		立體造形實作	3				3			實習分組 協同教學	
		多媒體製作與應用	6					3	3	實習分組 協同教學	
		表現技法實習	0	(2)	(2)					實習分組 協同教學	
		室內設計與製圖實作	0					(3)	(3)	實習分組 協同教學	
		剪輯實習	0			(2)	(2)			實習分組 協同教學	
		基本設計實習	4	2	2					實習分組 協同教學	
		基礎圖學實習	4	2	2					實習分組 協同教學	
		電腦文書處理	4			2	2			實習分組 協同教學	
		電腦硬體裝修	4					2	2	實習分組 協同教學	
		數位多媒體設計實作	0			(2)	(2)			實習分組 協同教學	
		數位設計基礎	4			2	2			實習分組 協同教學	
		數位影像處理實習	4					2	2	實習分組 協同教學	
		繪畫基礎實習	4	2	2					實習分組 協同教學	
		攝影實習	0			(3)	(3)			實習分組 協同教學	
		最低應選修學分數小計	44								
校訂選修	特殊需求領域	功能性動作訓練	0			(4)	(4)	(4)	(4)		
		生活管理	0			(4)	(4)	(4)	(4)		
		定向行動	0			(4)	(4)	(4)	(4)		
		社會技巧	0			(4)	(4)	(4)	(4)		
		溝通訓練	0			(4)	(4)	(4)	(4)		
		學習策略	0			(4)	(4)	(4)	(4)		
		點字	0			(4)	(4)	(4)	(4)		
		職業教育	0			(4)	(4)	(4)	(4)		
		小計	0								
校訂選修	特殊需求領域	運動健康管理	2				2				
		專項運動戰術與應用-拳擊	0	(2)	(2)	(2)	(2)	(2)	(2)	同科跨班 AI4選1	

域 (體育)	單項運動戰術與應用-排球	0	(2)	(2)	(2)	(2)	(2)	(2)	同科跨班 AI4選1
	單項運動戰術與應用-棒球	12	2	2	2	2	2	2	同科跨班 AI4選1
	競技運動綜合訓練	0	(3)	(6)	(3)	(6)	(3)	(6)	同科跨班 AI4選1 寒暑假課程
	小計	14	2	2	2	4	2	2	
校訂選修學分數合計		77	14	14	11	13	11	14	多元選修開設12學分
必修學分數總計		192	32	32	32	32	32	32	
每週團體活動時間(節數)		12	2	2	2	2	2	2	
每週彈性學習時間(節數)		6	1	1	1	1	1	1	
每週總上課時間(節數)		210	35	35	35	35	35	35	

承辦人

科主任

教務主任

校長

教師兼體育組長 吳昭儒

教師兼體育組長 吳昭儒

教師兼教務主任 詹翊鋒

新北市立鶯歌工商職業學校 校長 顏龍源



## 柒、團體活動時間規劃

說明：

1. 團體活動時間每周教學節數以2-3節為原則。其中班級活動1節列為教師基本節數。各校可因應實際需求，於團體活動課程安排班級活動、社團活動、學生自治會活動、學生服務學習活動及週會或講座，**惟社團活動每學年不得低於24節**。
2. 學校宜以三年整體規劃、逐年實施為原則，一學年或一學期之總節數配點實際教學需要，彈性安排各項活動，不受每週1節或每週班級活動、社團活動各1節之限制。
3. 節數：請務必輸入阿拉伯數字，切勿輸入其他文字。

序號	項目	團體活動時間節數						備註
		第一學年		第二學年		第三學年		
		一	二	一	二	一	二	
1	班級活動	18	18	18	18	18	18	
2	社團活動	12	12	12	12	12	12	
3	週會或講座活動節數	6	6	6	6	6	6	
	合計	36	36	36	36	36	36	(節/學期)
		2	2	2	2	2	2	(節/週)



## 捌、彈性學習時間實施規劃表

## 一、彈性學習時間規劃表

說明：						
1. 技術型高級中等學校每週 0-2 節，六學期每週單位合計需4-12節。						
2. 若開設類型授予學分數者，請於備註欄位加註說明。						
3. 開設類型為「充實(增廣)性教學」或「補強性教學」，且為全學期授課時，須檢附教學大綱，敘明授課內容等。若同時採計學分時其課程名稱應為：0000(彈性)						
4. 開設類型為「自主學習」，由第陸章中各科所設定之彈性學習時間之各學期節數時新增，無法由此處修正。						
5. 實施對象請填入群科別等。						
6. 本表以校為單位，1校1表。						

科別	授課節數						備註
	第一學年		第二學年		第三學年		
每週彈性學習時間(節數)	一	二	一	二	一	二	
體育班	1	1	1	1	1	1	

開設年段	開設名稱	每週節數	開設週數	實施對象	開設類型					師資規劃	備註
					自主學習	選手培訓	充實(增廣)性教學	補強性教學	學校特色活動		
第一學年	自主學習	1	18	全校各科	V					內聘	
	運動防護概念	1	18	全校各科			V			內聘	
	自主學習	1	18	全校各科	V					內聘	
	運動防護技能實作	1	18	全校各科			V			內聘	
第二學年	自主學習	1	18	全校各科	V					內聘	
	放鬆理論與技巧簡介	1	18	全校各科			V			內聘	
	自主學習	1	18	全校各科	V					內聘	
	放鬆技巧實作	1	18	全校各科			V			內聘	
第三學年	自主學習	1	18	全校各科	V					內聘	
	運動系統簡介	1	18	全校各科			V			內聘	
	自主學習	1	18	全校各科	V					內聘	
	肌群訓練實作	1	18	全校各科			V			內聘	

## 附件、教學大綱

## 附件一：部定一般科目各領域跨科之統整型、探究型、實作型課程規劃

## (一) 部定專業科目

表 11-2-44-1 新北市立鶯歌高級工商職業學校 部定科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	運動學概論		
	英文名稱	Introduction to Kinesiology		
師資來源	內聘			
科目屬性	內聘專業科目			
	專業科目			
	科目來源	學校自行規劃		
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班			
	2			
	第二學年第一學期			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	<p>Introduction to Kinesiology 是一門介紹運動科學的課程，涵蓋了運動生理學、運動心理學、運動生物力學、運動訓練等多個領域。以下是可能包含在這門課程的教學目標：</p> <p>理解運動科學的多樣性：學生應該理解運動科學的廣泛範疇，包括生理學、心理學、生物力學、訓練學等多個方面。</p> <p>掌握基本的解剖學和生理學知識：學生應該對人體結構和功能有基本的了解，包括肌肉、骨骼、心臟血管系統等。</p> <p>了解運動心理學：學生應該理解運動對心理健康和表現的影響，包括動機、焦慮、專注力等心理學概念。</p> <p>熟悉運動生物力學原理：學生應該理解運動生物力學的基本原理，包括力學、動力學、運動學等，並能夠應用這些原理解釋和分析運動。</p> <p>了解訓練和體能改善：學生應該了解訓練原則和方法，以及如何通過運動提高身體的功能和體能水平。</p> <p>認識運動和健康的關係：學生應該理解運動對身體健康和預防慢性病的重要性，並能夠提供相應的科學依據。</p> <p>發展研究和評估能力：學生應該具備基本的研究和評估技能，包括收集數據、分析結果，以及評估運動方案的效果。</p> <p>培養個人和團隊合作技能：通過小組項目和實踐活動，學生應該能夠培養個人和團隊合作的技能。</p> <p>了解運動科學的倫理和社會問題：學生應該能夠思考運動科學所面臨的倫理和社會問題，並能夠提出相應的解決方案。</p> <p>啟發學生的興趣和進一步學習：課程應該能夠激發學生對運動科學的興趣，鼓勵他們進一步深入學習和研究。</p> <p>這些目標有助於確保學生在完成 Introduction to Kinesiology 課程後，擁有廣泛的運動科學知識，並具備應用這些知識解決實際問題的能力。</p>			
議題融入	無			
教學內容				
主要單元(進度)		內容細項	分配節數	備註
單元一 運動的生理機轉		1. 人體運動時的能量系統。 2. 六大營養素的功能與重要性。 3. 神經系統與身體活動。 4. 骨骼肌的構造與功能。 5. 健康體適能與競技體適能之意義及其要素。	4	
單元二 運動的力學概念		1. 動作表現中的直線、拋射體及旋轉運動。 2. 慣性定律如何影響運動。 3. 力量、質量與加速度如何影響運動。 4. 作用力與反作用力與運動。	4	
單元三 運動的心理機制		1. 運動歸因與自我效能及相關理論介紹。 2. 焦慮和運動表現。 3. 運動情境中的壓力。 4. 心理技能訓練的概念。 5. 心理技能訓練的時機及方法。	4	
單元四 運動訓練的概念		1、運動訓練的類型。 2、運動的訓練處方要素。 3、擬定運動訓練計畫。	4	
單元五 運動與人文		1. 運動的起源與發展歷程。 2. 運動的潛在價值。	4	

	3. 運動與禁藥。 4. 運動與媒體、政治關係。 5. 認識國內運動文化發展現況。		
單元六 運動的傷害防護	1. 運動傷害的種類及發生的原因。 2. 運動傷害的預防。 3. 一般運動傷害的處理。 4. 熱平衡與體溫調節的關係。 5. 高熱下的運動傷害及熱疾病的預防。 6. 運動按摩的生理作用、技法及應用。	4	
單元七 運動的倫理素養	1. 運動倫理的意義。 2. 公平競爭與守法自律。 3. 奧林匹克精神的意義。 4. 運動比賽爭議的現象及避免。	6	
單元八 運動的發展歷程	1. 古代運動發展的現象。 2. 近代運動發展為較正式的內容。 3. 古代奧林匹克及現代奧林匹克運動會的由來與發展。 4. 國際奧林匹克相關組織活動。	6	
合 計		36	
學習評量 (評量方式)	測驗和考試：定期的測驗和考試可以用來評估學生對課程內容的理解程度，包括運動生理學、運動心理學、運動生物力學等各方面的知識。書面作業：要求學生完成書面作業，這可以是文獻評論、實驗報告、案例分析等，以展現他們對運動科學概念的理解和應用。小組項目和報告：學生參與小組項目，通過合作解決實際問題，並撰寫報告展示他們的研究和分析能力。口頭報告和演示：學生通過口頭報告和演示展示他們對特定主題的理解，這有助於培養他們的表達和溝通能力。實驗室實作：如果課程包含實驗室部分，學生的實驗室實作和報告可以作為評估他們實地應用運動科學原理的依據。期末專題或研究項目：學生可以完成一個期末專題或研究項目，深入研究運動科學的特定主題，並以報告或演示的形式呈現。參與度：學生的課堂參與度、討論參與和提問的能力也可以作為評估的一部分。學科測試和技能測試：部分評估可能涉及實際的技能測試，特別是在運動訓練等實踐性領域。		
教學資源	I教科書：一本全面的運動科學教科書，涵蓋運動生理學、運動心理學、運動生物力學、運動訓練等主題。 簡報和投影片：教師可以使用簡報和投影片來視覺化概念，說明重要原理，以及展示實例和案例分析。 多媒體資源：包括動畫、模擬、視頻等多媒體資源，可以用來演示運動學原理、生理學反應等。 網路資源：在線資源，例如學術文章、研究報告、視頻教學等，可以提供更深入的學習材料。 實驗室設備：如果課程包含實驗室部分，實驗室設備可以包括生理測量儀器、運動分析工具等，以讓學生實際應用所學知識。 運動科學期刊：學生可以閱讀相關的運動科學期刊文章，以了解最新的研究進展和實踐應用。 訓練和運動示範：視頻示範和實際運動訓練案例可以用來展示運動訓練的技巧和原則。 案例研究：提供實際案例，讓學生應用所學知識解決實際問題，加深對概念的理解。 互動式學習平台：利用在線學習平台、討論區和互動式活動，促進學生之間的合作和討論。 參觀和實習機會：學生有機會參觀運動科學實驗室、運動訓練中心等，或參與實習以應用所學知識。		
教學注意事項	明確教學目標：在課程一開始，明確宣告課程的教學目標，讓學生了解他們將在課程中學到什麼，並明白這些知識和技能的實際應用價值。 鼓勵互動和討論：創造一個鼓勵學生互動和討論的環境。使用小組討論、案例分析、課堂問答等方式，促進學生之間和與教師的交流。 結合實例和案例：將理論知識與實際案例相結合，以提高學生的應用能力。透過真實的運動科學案例，讓學生看到理論知識在實際情境中的應用。 應用問題解決：強調問題解決能力。提供學生有挑戰性的問題，鼓勵他們應用所學的知識來解決實際問題。 實地體驗：如果可能，提供實地體驗，例如實驗室實驗、運動訓練示範、實習機會等，以增強學生的實踐能力。 定期回顧：定期回顧前面學到的內容，並將不同主題和模塊之間的聯繫明確化，以強化整體理解。 多元教學方法：使用多元的教學方法滿足不同學生的學習風格。結合視覺、聽覺、手感等多種感官，以提高學生的參與度。 設計評估方式：精心設計評估方式，確保能全面評估學生的知識水平、應用能力和解決問題的能力。 提供即時反饋：提供即時的正面和建設性的反饋，以促進學生的進步，讓他們能夠及時調整學習策略。 引導自主學習：鼓勵學生進行自主學習，提供相應的資源和指導，使他們能夠深入研究感興趣的主題。		

表 11-2-44-2新北市立鶯歌高級工商職業學校 部定科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	專項體能訓練		
	英文名稱	Special physical training		
師資來源	內聘			
科目屬性	內聘專業科目			
	專業科目			
	科目來源	群科中心學校公告-校訂參考科目		
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班			
	24			
	第一學年 第二學年 第三學年			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 提高體能水平：專項體能訓練旨在提高運動員的體能水平，包括心肺耐力、力量、速度、敏捷性、靈活性和肌耐力。這有助於增強運動員的總體體能，使其更適合在比賽中表現。</li> <li>2. 減少受傷風險：適當的體能訓練可以幫助運動員減少受傷的風險。通過增加肌肉力量、穩定性和身體控制，可以減少扭傷、拉傷和其他運動相關的傷害。</li> <li>3. 提高技術和表現：專項體能訓練可以通過增加爆發力、速度和靈活性來改善技術和表現。這對於不同運動項目中的技巧和動作至關重要。</li> <li>4. 提高心肺耐力：心肺耐力訓練有助於運動員的心臟和肺部更有效地提供氧氣，提高耐力，減少疲勞，並使他們能夠在比賽中持久參與。</li> <li>5. 訓練期間的監控和評估：專項體能訓練的一個重要目標是持續監控和評估運動員的進展。這有助於調整訓練計劃以確保它與目標保持一致，並優化訓練效果。</li> <li>6. 比賽準備：體能訓練的最終目標是使運動員在比賽中達到最佳狀態。這包括在比賽前進行適當的調整，以確保身體在比賽時能夠發揮最佳表現。</li> <li>7. 長期發展：專項體能訓練也可以幫助運動員實現長期發展目標，包括獲得更高的水平、參與國際比賽和成為一名頂尖運動員。</li> </ol>			
議題融入	無			
教學內容				
主要單元(進度)	內容細項	分配節數	備註	
基礎訓練期一:力量訓練	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 深蹲：4組 x 8-10次</li> <li>• 臥推(臥姿槓杠臂屈伸)：4組 x 8-10次</li> <li>• 杠鈴划船：3組 x 10-12次</li> <li>• 硬拉：3組 x 6-8次</li> </ul>	9		
基礎訓練期二：速度和敏捷性訓練	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 20碼短跑：6-8次(休息1-2分鐘)</li> <li>• 拐彎跑：4-6次(休息1-2分鐘)</li> <li>• 爆發性跳躍：3組 x 8-10次</li> <li>• 敏捷性訓練：錐形間道練習等</li> </ul>	9		
基礎訓練期三：肌耐力訓練	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 啞鈴側平舉：3組 x 12-15次</li> <li>• 彎舉：3組 x 12-15次</li> <li>• 俯身啞鈴划船：3組 x 10-12次</li> <li>• 臥姿啞鈴三頭肌彎舉：3組 x 10-12次</li> </ul>	9		
基礎訓練期四:休息或輕度活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 慢跑游泳</li> </ul>	9		
基礎訓練期五:速度和敏捷性訓練	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 40碼短跑：4-6次(休息1-2分鐘)</li> <li>• 快速轉換練習：4-6次</li> <li>• 塔錶跑：3-4次</li> <li>• 智慧球訓練：15-20分鐘</li> </ul>	9		
基礎訓練期六:核心和靈活性訓練	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 腹肌運動(仰臥起坐、平板支撐等)：3組 x 15-20次</li> <li>• 靈活性訓練(瑜伽或伸展運動)：20-30分鐘</li> <li>• 棒球技術練習：擊球和投球基本技術</li> </ul>	9		
力量和速度訓練一:下半身力量和速度訓練	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 深蹲：4組 x 6-8次</li> <li>• 硬拉：4組 x 6-8次</li> <li>• 印度式死蹲：3組 x 8-10次</li> <li>• 爆發性跳躍：3組 x 10次</li> <li>• 快速轉換訓練：標誌錘練習等</li> </ul>	9		
力量和速度訓練二:速度和敏捷性訓練	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 20碼短跑：6-8次(休息1-2分鐘)</li> <li>• 拐彎跑：4-6次(休息1-2分鐘)</li> <li>• 快速轉換練習：錐形間道練習等</li> <li>• 智慧球訓練：15-20分鐘</li> </ul>	9		
力量和速度訓練三:上半身力量和速度訓練	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 槓鈴臥推：4組 x 6-8次</li> <li>• 高位引體向上：4組 x 6-8次</li> <li>• 啞鈴飛鳥夾胸：3組 x 8-10次</li> <li>• 爆發性跳躍：3組 x 10次</li> <li>• 快速轉換訓練：標誌錘練習等</li> </ul>	9		
力量和速度訓練四:休息或輕度活動	休息或輕度活動一	9		
力量和速度訓練五:下半身力量和速度訓練	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 深蹲：4組 x 6-8次</li> <li>• 硬拉：4組 x 6-8次</li> <li>• 印度式死蹲：3組 x 8-10次</li> </ul>	9		

	<ul style="list-style-type: none"> <li>爆發性跳躍：3組 x 10次</li> <li>快速轉換訓練：標誌錘練習等</li> </ul>		
力量和速度訓練六：速度和敏捷性訓練	<ul style="list-style-type: none"> <li>40碼短跑：4-6次(休息1-2分鐘)</li> <li>快速轉換練習：錐形開道練習等</li> <li>智慧球訓練：15-20分鐘</li> </ul>	9	
肌耐力訓練：上半身肌耐力訓練	<ul style="list-style-type: none"> <li>俯臥推：4組 x 15-20次</li> <li>肱二頭肌訓練：4組 x 12-15次</li> <li>杠鈴肩推：3組 x 12-15次</li> <li>卷腹：3組 x 15-20次</li> <li>仰臥起坐：3組 x 15-20次</li> </ul>	9	
肌耐力訓練：有氧運動一	<ul style="list-style-type: none"> <li>快速跑步或游泳：30分鐘</li> <li>休息或伸展：10-15分鐘</li> </ul>	9	
肌耐力訓練：下半身肌耐力訓練	<ul style="list-style-type: none"> <li>跳躍深蹲：4組 x 15-20次</li> <li>啞鈴蹲：4組 x 12-15次</li> <li>腿舉：3組 x 12-15次</li> <li>腹肌滾輪：3組 x 15-20次</li> <li>仰臥起坐：3組 x 15-20次</li> </ul>	9	
肌耐力訓練：有氧運動二	<ul style="list-style-type: none"> <li>快速跑步或游泳：30分鐘</li> <li>休息或伸展：10-15分鐘</li> </ul>	9	
肌耐力訓練：全身肌耐力訓練	<ul style="list-style-type: none"> <li>俯臥推：4組 x 15-20次</li> <li>啞鈴划船：4組 x 12-15次</li> <li>肩部飛鳥：3組 x 12-15次</li> <li>卷腹：3組 x 15-20次</li> <li>仰臥起坐：3組 x 15-20次</li> </ul>	9	
肌耐力訓練：有氧運動三	<ul style="list-style-type: none"> <li>快速跑步或游泳：30分鐘</li> <li>休息或伸展：10-15分鐘</li> </ul>	9	
比賽準備和調整：技術訓練和比賽模擬	<ul style="list-style-type: none"> <li>擊球練習：集中在打擊技巧和擊打不同球種的練習上。</li> <li>投球練習：集中在投球技巧、速度和精確度的訓練上。</li> <li>守備練習：模擬比賽場景，包括接球、傳球和守備位置的轉換。</li> <li>智慧球訓練：15-20分鐘</li> </ul>	9	
比賽準備和調整：體能訓練和速度訓練一	<ul style="list-style-type: none"> <li>功能性訓練：集中在提高運動能力、爆發力和持久力上。</li> <li>20碼短跑：6-8次(休息1-2分鐘)</li> <li>快速轉換練習：錐形開道練習等。</li> </ul>	9	
比賽準備和調整：技術訓練和比賽模擬一	<ul style="list-style-type: none"> <li>擊球練習：繼續改進擊球技巧和擊打速球和曲球的練習。</li> <li>投球練習：練習各種投球技術和控制球的精確性。</li> <li>守備練習：模擬比賽場景，包括守備位置和轉換的訓練。</li> <li>智慧球訓練：15-20分鐘</li> </ul>	9	
比賽準備和調整：體能訓練和速度訓練二	<ul style="list-style-type: none"> <li>功能性訓練：集中在提高運動能力、爆發力和持久力上。</li> <li>40碼短跑：4-6次(休息1-2分鐘)</li> <li>快速轉換練習：錐形開道練習等。</li> </ul>	9	
比賽準備和調整：技術訓練和比賽模擬二	<ul style="list-style-type: none"> <li>擊球練習：繼續改進擊球技巧和擊打各種球種的練習。</li> <li>投球練習：強調速球和曲球的控制和角度。</li> <li>守備練習：模擬比賽場景，包括守備位置和轉換的訓練。</li> <li>智慧球訓練：15-20分鐘</li> </ul>	9	
比賽準備和調整：休息或輕度活動	休息或輕度活動三	9	
重量訓練概論	重量訓練基礎 重量訓練原則 漸進超負荷 個別性與特殊性 適應 恢復	9	
阻力訓練類型	自由重量 重量訓練機器 體重與手動阻力 阻力訓練的替代類型	9	
暖身伸展和緩和運動	暖身運動 伸展運動 靜態伸展 動態伸展 緩和運動	9	
胸部訓練	斜背仰臥推舉 壺鈴仰臥推舉 單臂仰臥推舉 動態仰臥推舉 蝴蝶式擴胸 啞鈴蝴蝶式擴胸	9	
背部訓練	啞鈴划船 滑輪下拉 引體向上 頸前下拉 啞鈴過頂拉	9	

	直臂下拉 軀體拉槓		
肩部訓練	槓鈴肩部推舉 前舉 橫舉 後三角肌擴胸	9	
斜方肌訓練	直立划船 稻草人式側划 肩胛骨緊縮	9	
手臂訓練	啞鈴捲舉 肱三頭肌下壓 手腕捲舉	9	
核心肌群訓練	旋轉式仰臥起坐 側彎 骨盆上抬 反向仰臥起坐 羅馬尼亞式硬舉	9	
臀部與髖部訓練	登階訓練 臀部伸展 低索後伸 低索外展 低索內收	9	
股四頭肌訓練	頭前蹲舉 單腳蹲舉 啞鈴蹲舉 腿部伸展 分腿下蹲 跨步下蹲	9	
腿後肌訓練	坐姿腿部屈曲 單腿屈曲 直膝硬舉 抗力球腿部屈曲	9	
小腿肌群訓練	腿部推撐舉踵 單腿舉踵 坐姿小腿舉踵 蹲姿舉踵 腳背屈屈	9	
CROSS FIT一	游泳或跑步：30分鐘，選擇有氧運動以加強心肺耐力。 重量訓練：臥推、深蹲、硬拉，每個運動進行5組，每組5個重複次數，休息1-2分鐘。 節奏訓練：跳箱、引體向上、仰臥起坐，每個運動進行3輪，每輪15個重複次數，休息1分鐘。	9	
CROSS FIT二	有氧運動：跳繩或自行車，進行30分鐘的有氧運動。 CrossFit WOD(訓練日)：包括一系列不同的運動，如壓舟、引體向上、從地板上拿起重物，每個運動進行3輪，每輪15個重複次數，休息1分鐘。	9	
CROSS FIT三	游泳或跑步：30分鐘，選擇不同的有氧運動以多樣化訓練。 重量訓練：深蹲、清晨鈴、硬拉，每個運動進行5組，每組5個重複次數，休息1-2分鐘。 節奏訓練：波杠、倒立俯臥?、吊桿、每個運動進行3輪，每輪15個重複次數，休息1分鐘。	9	
CROSS FIT四	有氧運動：划船機或擱板，進行30分鐘的有氧運動。 CrossFit WOD：包括不同的運動，如壓舟、國際標準引體向上、翻進翻出，每個運動進行3輪，每輪15個重複次數，休息1分鐘。	9	
CROSS FIT五	游泳或跑步：30分鐘，進行心肺耐力訓練。 重量訓練：臥推、深蹲、硬拉，每個運動進行5組，每組5個重複次數，休息1-2分鐘。 節奏訓練：箱跳、引體向上、仰臥起坐，每個運動進行3輪，每輪15個重複次數，休息1分鐘。	9	
HIIT訓練課表一	HIIT跑步訓練 熱身：5分鐘的緩慢跑或快步行 開始HIIT：30秒的全力跑步，然後30秒的輕鬆步行或站立休息 重複：重複上述步驟10-15次，根據您的能力水平 冷卻：5分鐘的緩慢跑或快步行，然後進行伸展運動	9	
HIIT訓練課表二	HIIT自行車訓練 熱身：5分鐘的慢速自行車騎行 開始HIIT：30秒的全力騎行，然後30秒的慢速騎行或停下來休息 重複：重複上述步驟10-15次，根據您的能力水平 冷卻：5分鐘的慢速騎行，然後進行伸展運動	9	
HIIT訓練課表三	全身HIIT訓練	9	

	這是一個全身的HIIT訓練，包括以下運動： 仰臥起坐：30秒的全力，然後30秒的休息 俯臥撐：30秒的全力，然後30秒的休息 深蹲：30秒的全力，然後30秒的休息 篷箱跳：30秒的全力，然後30秒的休息		
HIIT訓練課表四	休息或輕度活動 給身體足夠的時間來恢復和修復。	9	
HIIT訓練課表五	HIIT游泳訓練 熱身：5分鐘的輕鬆游泳 開始HIIT：30秒的全力游泳，然後30秒的輕鬆游泳或漂浮休息 重複：重複上述步驟10-15次，根據您的能力水平 冷卻：5分鐘的輕鬆游泳，然後進行伸展運動	9	
HIIT訓練課表六	全身HIIT訓練 仰臥起坐：30秒的全力，然後30秒的休息 俯臥撐：30秒的全力，然後30秒的休息 深蹲：30秒的全力，然後30秒的休息 篷箱跳：30秒的全力，然後30秒的休息	9	
合 計		432	
學習評量 (評量方式)	學習評量是教育領域中的一個重要概念，它用於評估學生的學習進展和成就。以下是一些常見的學習評量方式：測驗和考試：測驗和考試是一種常見的評量方式，用於測量學生的知識和理解程度。它們可以包括筆試、選擇題、填充題、簡答題等。作業和作品集：學生的作業和作品集可以用於評估他們的能力和技巧。這可能包括書面作業、實驗報告、專題研究、藝術品、音樂作品等。口頭報告和演示：學生可以通過口頭報告、演示或討論參與課堂討論，以展示他們的學習成果和表達能力。專題和研究項目：學生可以進行研究項目、專題或科學實驗，以展示他們的探索和研究技能。課堂參與：課堂參與評估學生在課堂上的參與程度、貢獻和討論能力。學習日誌和反思報告：學生可以撰寫學習日誌或反思報告，以記錄他們的學習過程和反思，並提供評估教育成果的方式。自評和同儕評估：學生可以參與自評或同儕評估，評估自己或其他同學的工作。這有助於培養自我認識和評估能力。課程專案和組織能力：學生可以被評估他們的課程專案和組織能力，包括時間管理、計劃能力和有效溝通。觀察評估：教師可以通過觀察學生在課堂上的表現和活動參與，來評估他們的學習進展。標準化測試：在一些情況下，學生可能需要參加標準化測試，以評估他們的學術水平並進行比較。不同的評估方式適用於不同的學習目標和內容，教育者和教師應根據特定的學習目標和課程設計，選擇合適的評估方法。重要的是確保評估方式是公平的、客觀的和可靠的，並且能夠提供有關學生學習進展的有用信息，以支持他們的成長和發展。		
教學資源	<p>教學資源是教育過程中的重要工具，可以幫助教師有效地傳授知識和幫助學生學習。以下是一些常見的教學資源：</p> <p>教科書和教材：教科書是許多課程的主要資源，它們包括課程內容、示例問題和練習。此外，還有其他教材，如工作簿、簡報、教學手冊等。</p> <p>多媒體資源：多媒體資源包括影片、圖片、音頻文件和互動模擬等。這些資源可以使課程更具吸引力，並幫助學生更好地理解課程內容。</p> <p>在線資源：在教學平台、網站和電子書可以提供豐富的學習材料和互動功能，支持遠程學習和混合學習。</p> <p>教學工具：教學工具包括教學軟件、數位白板、互動投影、計算機應用程序等，它們可以幫助教師以更有趣和互動的方式教授課程。</p> <p>圖書館資源：學校圖書館和公共圖書館提供書籍、期刊、研究資料和數據庫，可以用於深入研究和學術項目。</p> <p>教育遊戲和活動：教育遊戲和活動可以使學習變得有趣，並提供實際體驗。這包括板遊、卡片遊戲、實驗室實驗等。</p> <p>模擬軟件：模擬軟件用於模擬實際情境，例如飛行模擬器、生物實驗室模擬和商業決策模擬。</p> <p>教學計劃和教學資源庫：教學計劃是教師準備課程的計劃，並包含學習目標、教學策略和評估方法。教學資源庫是包括各種教學資源的集合，教師可以參考和使用。</p> <p>專業發展資源：專業發展資源包括教育研究、研討會、網上培訓、教育期刊等，可以幫助教師不斷提高他們的教學技能。</p> <p>社群資源：與同事和其他教育專業人員合作，分享經驗和最佳實踐，可以是一種有價值的資源。</p> <p>根據特定課程、學生的需求和教學目標，教師可以選擇使用不同種類的教學資源來支持他們的教學工作。同時，不斷尋找新的教學資源和不斷更新資源庫是教師不斷提高教學效果的一部分。</p>		
教學注意事項	<p>在進行專項體能訓練教學時，教練應該注意以下事項，以確保訓練的有效性和運動員的安全：</p> <p>個性化訓練計劃：考慮每位運動員的獨特需求和目標，制定個性化的訓練計劃。不同運動項目和個人水平可能需要不同的訓練方法。</p> <p>適當的熱身和冷卻：教練應教導運動員進行適當的熱身和冷卻，以減少受傷的風險。這包括伸展、輕度有氧運動和關節活動。</p> <p>正確的姿勢和技術：強調正確的動作姿勢和技術，以確保訓練的有效性並減少受傷的風險。必要時使用鏡子或視頻回放來幫助運動員改進姿勢。</p> <p>1. 漸進性：訓練應該是漸進的，適應運動員的能力水平。逐漸增加訓練強度和容量，以確保進展和適應。</p> <p>2. 適當的休息和恢復：確保運動員有足夠的休息和恢復時間，以允許肌肉修復和生長。過度訓練可能導致疲勞和受傷。</p> <p>3. 建立正面的訓練文化：鼓勵運動員在訓練中建立積極的態度和集中力。正面的訓練文化可以提高參與和動力。</p> <p>4. 清晰的溝通：教練應該清晰地溝通訓練目標、要求和期望，以確保運動員了解並遵循指導。</p> <p>5. 安全優先：運動員的安全應該是最優先的。如果運動員在訓練中感到不適或受傷，應立即停止該項活</p>		

動並尋求醫療幫助。

6. 紀錄和評估：定期紀錄和評估運動員的進展，以確保訓練計劃的有效性。這有助於調整訓練，以滿足目標。

7. 持續專業發展：教練應不斷更新自己的知識，參加相關的專業培訓課程，以保持對最新訓練方法和科學知識的了解。

8. 尊重運動員的需求：教練應該尊重運動員的需求和限制，並在訓練計劃中考慮他們的個人情況。

9. 總之，專項體能訓練的教學需要綜合考慮運動員的需求、目標和安全，並提供專業指導和監督，以幫助他們達到最佳的體能水平和比賽表現。

表 11-2-44-3新北市立鶯歌高級工商職業學校 部定科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	專項技術訓練		
	英文名稱	Special technical training		
師資來源	內聘			
科目屬性	內聘專業科目			
	專業科目			
	科目來源	學校自行規劃		
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班			
	24			
	第一學年 第二學年 第三學年			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	<p>棒球專項技術訓練的教學目標旨在提高球員在不同方面的技術水平，包括擊打、投球、守備和整體體能。以下是一些可能的教學目標：</p> <p><b>擊打技術目標：</b></p> <p>提高擊球命中率，包括擊中不同類型的球。          加強擊打力量和速度。          改進握棒姿勢和擊球動作。</p> <p><b>投球技術目標：</b></p> <p>提高球速和精確性。          學會不同的投球動作，包括各種球種的發球技術。          發展變化球技巧，提高變速球的效果。</p> <p><b>守備技術目標：</b></p> <p>加強接球和擲球技巧。          提高對不同守備位置的適應能力。          優化守備位置的轉換和移動。</p> <p><b>體能目標：</b></p> <p>提高核心肌群的強度，以支持各種技術動作。          增進靈活性和敏捷性，有助於守備和擊打的表現。          增加整體耐力和速度。</p> <p><b>心理素質目標：</b></p> <p>培養球員的自信心，使其能夠應對比賽中的壓力。          提高專注力和比賽意識。          學會處理失敗，將其視為成長的機會。</p> <p><b>影片分析目標：</b></p> <p>利用影片分析工具進行自我評估，改進技術動作。          學會從影片中識別並理解強項和改進的領域。</p> <p><b>比賽模擬目標：</b></p> <p>在練習中模擬比賽場景，提高球員在真實比賽中的表現。          學會在模擬比賽中處理壓力和制定有效的比賽策略。          這些目標應該根據球員的水平和需求進行調整，並由有經驗的教練制定。不同位置的球員可能需要不同的技術重點，因此個別化的教學計劃尤為重要。</p>			
議題融入	無			
教學內容				
主要單元(進度)		內容細項	分配節數	備註
內野滾地球基本訓練一		正反手接球及腳步移動	9	
內野滾地球基本訓練二		飛球位置判斷及腳步移動	9	
外野滾地球基本訓練一		接球點訓練、移動接球訓練	9	
外野滾地球基本訓練二		歪野飛球位置判斷、接球位置訓練	9	
捕手擋球基本訓練一		內野飛球位置判斷、接球位置訓練	9	
捕手擋球基本訓練二		正面及兩側擋球判斷及實作	9	
投手基本接球基本訓練		正面滾地球訓練	9	
投手短打接球基本訓練		短打下投受丘的腳步訓練	9	
內野短傳訓練		內野快速拿球、接傳球訓練	9	
內野跑傳球訓練		內野跑動中傳球穩定性訓練	9	
外野長傳訓練		外野臂力及速度訓練	9	
外野助跑傳球訓練		外野助跑傳球之判斷及運用	9	
捕手短打傳球訓練		短打多方向傳球訓練	9	
捕手阻殺訓練		一二三壘阻殺及吊球訓練	9	

投手控球訓練	直球及變化球位置及進壘角度調整	9
投手發力訓練	下盤發力及動力鍊配合訓練	9
基本打擊訓練	打網調整基本發力動作	9
反向攻擊訓練	內側擊求反向攻擊訓練	9
球棒控制訓練	TOSS擊球球棒控制訓練	9
TEE座打擊訓練	TEE座擊球點訓練	9
自由打擊訓練	自由打擊訓練	9
飛球打擊訓練	外野飛球揮擊訓練	9
打帶跑打擊訓練	戰術配合打擊訓練	9
狀況性打擊訓練	模擬比賽打擊訓練	9
跑壘速度訓練	短距離衝刺訓練	9
跑壘繞壘訓練	繞壘及腳步調整訓練	9
離壘及回壘訓練	離壘擊回壘腳步訓練	9
滑壘及撲壘訓練	正面及側面滑壘及撲壘訓練	9
飛球跑壘判斷訓練	外野平飛或三不管地帶判斷訓練	9
滾地球跑壘判斷訓練	正面或兩側滾地球判斷訓練	9
起跑發力訓練	盜壘起步發力訓練	9
狀況性模擬訓練	比賽模擬跑壘訓練	9
基本觸擊訓練	兩側短打控制訓練	9
推送短打訓練	兩側推送短打訓練	9
偷點觸擊訓練	兩側線邊偷點訓練	9
強迫觸擊訓練	強迫進壘短打訓練	9
收打訓練	收打控制球棒訓練	9
觸擊方向訓練	多方位觸擊訓練	9
假點訓練	假點跟球訓練	9
變化球觸擊訓練	利用發球機做變化球觸擊訓練	9
內野雙殺防守訓練	正向及反向雙殺訓練	9
內野超前防守訓練	阻止三壘跑者得分守備訓練	9
內野防守默契訓練	內野飛球喊聲訓練	9
外野超前防守訓練	外野快速往前接球訓練	9
外野後退防守訓練	外野兩側後退接球訓練	9
外野默契訓練	外野飛球喊聲訓練	9
捕手接球觸殺訓練	捕手接球站位及觸殺訓練	9
投手狀況性守備訓練	投手比賽模擬守備訓練	9
合 計		432

學習評量 (評量方式)	<p>棒球專項技術訓練的學習評量方式是確保球員有效學習和進步的重要一環。以下是一些可能的評量方式：</p> <p>技術動作評估：利用影片分析工具評估球員的擊打、投球、守備技術動作。觀察並比對正確的技術動作，提供具體的改進建議。實際比賽表現：在實際比賽中觀察球員的表現，包括擊打、投球、守備的實際應用。評估球員在比賽壓力下的反應和技術運用。數據統計分析：使用技術數據收集工具，例如擊球速度、投球速度、守備成功率等，進行定量分析。追蹤數據的變化，確定改進的領域和強項。實際演練評估：在模擬比賽或特定技術演練中評估球員的表現。觀察球員在不同場景中的反應和技術操作。體能測試：進行體能測試，包括速度、靈活性、耐力等方面，以評估整體體能水平。記錄測試結果，追蹤球員在體能方面的進步。心理素質評估：使用心理測試或觀察球員在比賽中的心理表現，評估其專注力、自信心和壓力處理能力。提供反饋和建議，幫助球員發展心理素質。教練反饋：定期與球員進行一對一的教練反饋會議，討論進步、改進的領域和訓練計劃。建立開放的溝通管道，鼓勵球員提出問題和意見。綜合使用這些評量方式，可以更全面地了解球員的技術水平、體能狀態和心理素質，從而更有針對性地調整訓練計劃，促進其全面發展。</p>
教學資源	<p>進行棒球專項技術訓練時，有許多教學資源可以使用，這些資源可以幫助球員更好地理解 and 發展他們的技術。以下是一些常見的棒球專項技術訓練教學資源：</p> <p>教練指導：</p> <p>經驗豐富的棒球教練是最重要的資源之一。他們可以提供實時的反饋、指導和個別化的訓練計劃。</p> <p>訓練手冊和教材：</p> <p>棒球相關的訓練手冊和教材可以提供基本的技術指導和練習建議。</p> <p>線上教學資源：</p> <p>線上平台上有豐富的教學資源，包括教學視頻、技術分析、即時指導等。一些平台可能還提供互動式學習模塊。</p> <p>訓練軟體和應用程式：</p> <p>一些專門的軟體和應用程式可以用於影片分析、技術測試和訓練計劃管理。例如，使用影片分析軟體來檢視和改進球員的技術動作。</p> <p>線上論壇和社群：</p> <p>加入棒球相關的線上論壇和社群，與其他教練和球員互動，分享經驗和資源。</p> <p>訓練設備：</p> <p>使用各種訓練設備，如投球機、擊打網、守備器材等，以幫助球員訓練特定的技術動作。</p> <p>書籍和期刊：</p>

	<p>閱讀有關棒球技術、戰術和訓練的書籍和期刊，以深入了解不同方面的專業知識。 技術研討會和培訓課程：</p> <p>參加棒球技術研討會和培訓課程，聽取專業教練和專家的演講，了解最新的教學趨勢和訓練方法。 合作夥伴和顧問：</p> <p>與其他專業機構、大學球隊或專業球隊建立合作夥伴關係，並徵詢顧問意見。 綜合利用這些教學資源，可以打造一個全面的棒球專項技術訓練計劃，以促進球員的技術提升和整體發展。</p>
教學注意事項	<p>在進行棒球專項技術訓練時，有一些重要的教學注意事項，這些注意事項有助於確保有效的學習和安全的訓練環境：</p> <p>安全優先：</p> <p>確保所有球員都了解和遵守相應的安全規則。 提供適當的防護裝備，包括頭盔、護腕、護胸等。 適應個別需求：</p> <p>考慮到每位球員的體能水平、技術水平和學習風格，調整訓練計劃。 提供個別化的指導，針對球員的特定需求進行訓練。 漸進性訓練：</p> <p>進行漸進式的技術訓練，確保球員逐步建立基本技能。 避免過度訓練和過度使用特定肌肉群，以減少受傷風險。 正確的技術教學：</p> <p>強調正確的技術動作，建立良好的基礎。 定期進行技術動作的檢查和修正，以避免不良習慣的形成。 心理素質的培養：</p> <p>鼓勵球員培養積極的心態，並學會處理比賽中的壓力和挑戰。 提供支持和鼓勵，幫助球員克服挫折並持續進步。 適當的休息和康復：</p> <p>定期給球員提供休息時間，以防止過度疲勞。 強調康復的重要性，包括拉伸、按摩和運動生理治療。 多元化的訓練方法：</p> <p>使用多種訓練方法，包括模擬比賽、訓練器材和技術數據分析，以綜合提高球員的技術水平。 溝通與反饋：</p> <p>與球員保持開放的溝通，鼓勵提問並解答疑慮。 提供即時和建設性的反饋，以促進學習和改進。 定期評估和調整：</p> <p>定期評估球員的技術水平，並根據需要調整訓練計劃。 與球員和其家長分享進步和改進的信息。 這些教學注意事項有助於確保訓練過程是安全、有效且具有成效的，同時能夠促進球員在技術上的全面發展。</p>

## 附件二：校訂科目教學大綱

## (一) 一般科目

表 11-2-1-1 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	生活日語會話			
	英文名稱	Japanese conversation			
師資來源	校內單科				
科目屬性	選修 一般科目				
	領域：				
	非跨領域				
科目來源	群科中心學校公告一校訂參考科目				
課綱核心素養	A 自主行動：A2.系統思考與問題解決 B 溝通互動：B1.符號運用與溝通表達 C 社會參與：C1.道德實踐與公民意識、C2.人際關係與團隊合作、C3.多元文化與國際理解				
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作				
適用科別	體育班				
	000200				
	第二學年第二學期				
建議先修科目	有，科目：日語基礎會話				
教學目標 (教學重點)	1.讓學生能理解日語文法。 2.讓學生能熟練日語句型及正確書寫。 3.增進學生聽辨日語及口說日語之能力。 4.增進學生對於日語之學習興趣與動機。 5.結合台灣與日本的文化，融入教學活動。				
議題融入	體育班(性別平等 人權教育 法治教育 家庭教育 多元文化 閱讀素養 國際教育)				
教學內容					
主要單元(進度)		內容細項		分配節數	備註
na形容詞句型之文法介紹及句型練習		1.日語na形容詞之單字介紹與發音練習。 2.na形容詞肯定句的文法說明及練習。 3.na形容詞之否定用法介紹與練習。 4.詢問人、事、物的特徵及特性之句型練習。 5.讓學生模仿會話單元之句型，做實際情境練習。 6.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
無生命事物的存在句及有無句之文法介紹及句型練習		1.日常生活場所、地點及位置之單字介紹與發音練習。 2.無生命事物之存在句型的文法說明及練習。 3.無生命事物之有無句型的文法說明及練習。 4.讓學生模仿會話單元之句型，進行書寫練習。 5.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
有生命事物的存在句及有無句之文法介紹及句型練習		1.日常生活場所、地點及位置之單字介紹與發音練習。 2.有生命事物之存在句型的文法說明及練習。 3.有生命事物之有無句型的文法說明及練習。 4.讓學生模仿會話單元之句型，進行書寫練習。 5.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
比較事物句型之文法介紹及句型練習		1.單字介紹與發音練習。 2.二擇一之比較句型的文法說明及練習。 3.三擇一之比較句型的文法說明及練習。 4.讓學生模仿會話單元之句型，進行書寫練習。 5.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
日期、時間、表達開台與結束之文法介紹及句型說明		1.日期與時間相關之單字介紹與發音練習。 2.二擇一之比較句型的文法說明及練習。 3.三擇一之比較句型的文法說明及練習。 4.讓學生模仿會話單元之句型，進行書寫練習。 5.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
日語生活會話與句型應用練習		1.日語生活會話之單字介紹與發音練習。2.生活會話應用練習。3.疑問詞綜合句型練習。4.讓學生模仿會話單元之句型，做實際情境練習。5.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
合 計				36	
學習評量 (評量方式)	一、定期評量60%(期中考與期末考紙筆測驗)。二、平時評量40% 1.出席成績考核10%。2.學習態度與課堂參與10%。3.學習單與作業書寫10%。4.口說與會話練習10%。				
教學資源	1.語言教室、電腦、投影機、螢光幕等。 2.日本語教科書、學習雜誌及書籍等教師參考用書。 3.日本語智慧點讀筆，提供每位學生上課聽力及口說練習使用。 4.學習單，書寫及閱讀練習。				
教學注意事項	1.教師於教學時須做客觀的評量，以明瞭學習的成就與困難，做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，評量內容亦應兼顧認知(知識)、技能、情意(行為、習慣、態度、理想、興趣、職業道德)等方面，以利學生健全發展。
3. 形成性評量：配合各種教學媒體，以口頭問答、討論或實作等方式實施評量。
4. 診斷性評量：以作業考核列為過程評量的成績，未達標準者予以逐項 26 指正，建立其基本設計技能，再予以評量。
5. 總結性評量：以階段性測驗成績作總結性評量考核標準，除了是非題及選擇題的型式外，並應以實作、報告方式予以考核。
6. 學生作業宜仔細評量，時時導正其錯誤習慣；另視需要採取個別指導方式。
7. 因應學生學習能力的不同，評量應注意鼓勵學生與標準比較和自我比較，力求努力上進提昇自我。
8. 學習評量的結果須妥切運用，除作為教師改進教材、教法及輔導學生之依據，應通知導師或家長，以獲得共同的瞭解與合作。
9. 未通過評量的學生，教師應分析、診斷其原因，實施補救教學；對於學習快速的學生，應實施增廣教學，使其潛能獲致充份的發展。

表 11-2-1-2 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	日語文法與閱讀			
	英文名稱	Japanese Reading			
師資來源	校內單科				
科目屬性	選修 一般科目				
	領域： 非跨領域				
科目來源	群科中心學校公告—校訂參考科目				
課綱核心素養	A 自主行動：A2.系統思考與問題解決 B 溝通互動：B1.符號運用與溝通表達 C 社會參與：C1.道德實踐與公民意識、C2.人際關係與團隊合作、C3.多元文化與國際理解				
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作				
適用科別	體育班				
	000020				
	第三學年第一學期				
建議先修科目	有，科目：生活日語會話				
教學目標 (教學重點)	1.讓學生能理解日語文法。 2.讓學生能熟練日語句型及正確書寫。 3.增進學生聽辨日語及口說日語之能力。 4.增進學生對於日語之學習興趣與動機。 5.結合台灣與日本的文化，融入教學活動。				
議題融入	體育班（性別平等 人權教育 法治教育 家庭教育 多元文化 閱讀素養 國際教育）				
教學內容					
主要單元(進度)		內容細項		分配節數	備註
數量詞與購物句型之文法介紹及句型說明		1.數量詞之單字介紹與發音練習。 2.詢問價錢之句型的文法說明及練習。 3.生活購物句型的文法說明及練習。 4.讓學生模仿會話單元之句型，進行書寫練習。 5.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
日期、星期與詢問時間疑問句		1.日期、星期之單字介紹與發音練習。 2.詢問時間之句型的文法說明及練習。 3.動詞肯定句及否定句的文法說明及練習。 4.讓學生模仿會話單元之句型，進行書寫練習。 5.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
方向及移動動詞句型		1.表示場所、位置之單字介紹與發音練習。 2.表示方向句型的文法說明及練習。 3.移動動詞之肯定句及否定句的文法說明及練習。 4.讓學生模仿會話單元之句型，進行書寫練習。 5.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
日常活動及動作動詞句型		1.日常生活動作之單字介紹與發音練習。 2.在特定場所進行動作之句型的文法說明及練習。 3.動作動詞之肯定句及否定句的文法說明及練習。 4.讓學生模仿會話單元之句型，進行書寫練習。 5.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
形容詞與動詞過去式		1.時間與地點之單字介紹與發音練習。 2.形容詞過去式之句型的文法說明及練習。 3.動詞過去式之句型的文法說明及練習。 4.讓學生模仿會話單元之句型，進行書寫練習。 5.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
日語生活會話與句型應用練習		1.日語生活會話之單字介紹與發音練習。 2.生活會話應用練習。 3.疑問詞綜合句型練習。 4.讓學生模仿會話單元之句型，做實際情境練習。 5.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
合 計				36	
學習評量 (評量方式)	一、定期評量60%(期中考與期末考紙筆測驗)。 二、平時評量40% 1.出席成績考核10%。 2.學習態度與課堂參與10%。 3.學習單與作業書寫10%。 4.口說與會話練習10%。				
教學資源	1.語言教室、電腦、投影機、螢光幕等。 2.日本語教科書、學習雜誌及書籍等教師參考用書。 3.日本語智慧點讀筆，提供每位學生上課聽力及口說練習使用。 4.學習單，書寫及閱讀練習。				
教學注意事項	1.教師於教學時須做客觀的評量，以明瞭學習的成就與困難，做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，評量內容亦應兼顧認知(知識)、技能、情意(行為、習慣、態度、理想、興趣、職業道德)等方面，以利學生健全發展。 3.形成性評量：配合各種教學媒體，以口頭問答、討論或實作等方式實施評量。 4.診斷性評量：以作業考核列為過程評量的成績，未達標準者予以逐項 26 指正，建立其基本設計技能，再予以評量。				

5. 總結性評量：以階段性測驗成績作總結性評量考核標準，除了是非題及選擇題的型式外，並應以實作、報告方式予以考核。
6. 學生作業宜仔細評量，時時導正其錯誤習慣；另視需要採取個別指導方式。
7. 因應學生學習能力的不同，評量應注意鼓勵學生與標準比較和自我比較，力求努力上進提昇自我。
8. 學習評量的結果須妥切運用，除作為教師改進教材、教法及輔導學生之依據，應通知導師或家長，以獲得共同的瞭解與合作。
9. 未通過評量的學生，教師應分析、診斷其原因，實施補救教學；對於學習快速的學生，應實施增廣教學，使其潛能獲致充份的發展。

表 11-2-1-3 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	聽說讀寫五十音		
	英文名稱	Japanese gozyuonn		
師資來源	校內單科			
科目屬性	選修 一般科目			
	領域： 非跨領域			
科目來源	群科中心學校公告—校訂參考科目			
課綱核心素養	A 自主行動：A2.系統思考與問題解決 B 溝通互動：B1.符號運用與溝通表達 C 社會參與：C1.道德實踐與公民意識、C2.人際關係與團隊合作、C3.多元文化與國際理解			
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班			
	200000			
	第一學年第一學期			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	1.讓學生能理解日語五十音，並正確發音。 2.讓學生能熟練日語假名的筆順及正確書寫。 3.增進學生對於日語之學習興趣與動機。 4.結合台灣與日本的文化，融入教學活動。			
議題融入	體育班（性別平等 人權教育 法治教育 家庭教育 多元文化 閱讀素養 國際教育）			
教學內容				
主要單元(進度)		內容細項	分配節數	備註
日語五十音與平假名		1.讓學生認識日語文字。 2.了解日語五十音之母音與子音。 3.熟悉日語發音與有趣生活語彙。 4.認識平假名與書寫練習。	6	
日語發音變化與平假名		1.濁音、半濁音、拗音、促音、鼻音的發音技巧與發音練習 2.熟悉平假名書寫。 3.日語發音與平假名聽辨練習。 4.正確念出日語單字之發音。	6	
招呼語與常用生活對話		1.長音發音技巧與發音練習。 2.日常生活用語書寫與發音練習。 3.日常生活招呼語與會話練習。	6	
數字、日期、時間與電話號碼		1.日語數字介紹與發音練習。 2.電話號碼與數字聽辨練習。 3.日期與時間發音練習。 4.日本節日與日期發音練習。	6	
自我介紹、姓氏、身體部位		1.台灣人常見姓氏發音練習。 2.日本人常見姓氏發音練習。 3.自我介紹練習。 4.身體部位單字與發音練習。	6	
基本句型		1.肯定句文法說明與練習。 2.台灣地名與日本地名發音練習。 3.日本的貨幣與購物會話練習。 4.自我介紹書寫與口說練習。	6	
合計			36	
學習評量 (評量方式)	一、定期評量60%(期中考與期末考紙筆測驗)。二、平時評量40% 1.出席成績考核10%。2.學習態度與課堂參與10%。3.學習單與作業書寫10%。4.口說與會話練習10%。			
教學資源	1.語言教室、電腦、投影機、螢光幕等。 2.日本語教科書、學習雜誌及書籍等教師參考用書。 3.日本語智慧點讀筆，提供每位學生上課聽力及口說練習使用。 4.學習單，書寫及閱讀練習。			
教學注意事項	1.教師於教學時須做客觀的評量，以明瞭學習的成就與困難，做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，評量內容亦應兼顧認知(知識)、技能、情意(行為、習慣、態度、理想、興趣、職業道德)等方面，以利學生健全發展。 3.形成性評量：配合各種教學媒體，以口頭問答、討論或實作等方式實施評量。 4.診斷性評量：以作業考核列為過程評量的成績，未達標準者予以逐項 26 指正，建立其基本設計技能，再予以評量。 5.總結性評量：以階段性測驗成績作總結性評量考核標準，除了是非題及選擇題的型式外，並應以實作、報告方式予以考核。 6.學生作業宜仔細評量，時時導正其錯誤習慣；另視需要採取個別指導方式。 7.因應學生學習能力的不同，評量應注意鼓勵學生與標準比較和自我比較，力求努力上進提昇自我。 8.學習評量的結果須妥切運用，除作為教師改進教材、教法及輔導學生之依據，應通知導師或家長，以獲得共同的瞭解與合作。 9.未通過評量的學生，教師應分析、診斷其原因，實施補救教學；對於學習快速的學生，應實施增廣教學，使其潛能獲致充分的發展。			

表 11-2-1-4 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	人際關係與溝通技巧			
	英文名稱	Interpersonal and communication skills			
師資來源	校內單科				
科目屬性	選修 一般科目				
	領域： 跨領域：探究型				
科目來源	學校自行規劃				
課綱核心素養	A 自主行動：A1.身心素質與自我精進、A2.系統思考與問題解決 B 溝通互動：B1.符號運用與溝通表達、B3.藝術涵養與美感素養 C 社會參與：C1.道德實踐與公民意識、C2.人際關係與團隊合作				
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作				
適用科別	體育班				
	000001				
	第三學年第二學期				
建議先修科目	無				
教學目標 (教學重點)	(一) 認識人際關係與溝通的重要概念 (二) 建立適當的人際關係與溝通的態度。 (三) 透過實務練習，培養良好的人際溝通能力。 (四) 將人際關係與溝通的學習應用於教學實務工作與日常生活中。				
議題融入	體育班 ( 性別平等 人權教育 法治教育 家庭教育 多元文化 閱讀素養 國際教育 )				
教學內容					
主要單元(進度)		內容細項		分配節數	備註
人際關係的定義與理論		第一節 人際關係的定義 第二節 理論		3	
知覺與人際關係		第一節 何謂知覺 第二節 知覺與知覺處理過程 第三節 知覺的特性 第四節 影響知覺的因素 第五節 知覺偏差的原因 第六節 認知與認知歷程 第七節 認知偏誤 第八節 知覺對人際關係的影響		3	
歸因論		第一節 海德歸因論 第二節 韋納動機歸因論		3	
喬哈里窗理論(Johari window)		第一節 喬哈里窗模式 第二節 喬哈里窗與人際關係		3	
自我揭露		第一節 自我揭露理論 第二節 自我揭露在人際關係中的策略 第三節 自我揭露的目的 第四節 自我揭露的歸因 第五節 自我揭露的方式 第六節 自我揭露的原則		3	
溝通		第一節 何謂溝通 第二節 溝通的行為模式 第三節 溝通的方式 第四節 溝通處理的過程 第五節 溝通的目的 第六節 造成溝通障礙的原因		3	
合 計				18	
學習評量 (評量方式)	課堂參與25% 期中報告20% 實務練習20% 期末報告20% 檔案評量15%				
教學資源	授課教師自編教材				
教學注意事項	選用相關書籍 採用分組討論				

表 11-2-1-5 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	日語基礎會話			
	英文名稱	Japanese Basic Conversation			
師資來源	校內單科				
科目屬性	選修 一般科目				
	領域： 非跨領域				
科目來源	群科中心學校公告—校訂參考科目				
課綱核心素養	A 自主行動：A2.系統思考與問題解決 B 溝通互動：B1.符號運用與溝通表達 C 社會參與：C1.道德實踐與公民意識、C2.人際關係與團隊合作、C3.多元文化與國際理解				
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作				
適用科別	體育班				
	002000				
	第二學年第一學期				
建議先修科目	有，科目：日語基礎發音				
教學目標 (教學重點)	1.讓學生能理解日語五十音，並正確發音。 2.讓學生能熟練日語假名的筆順及正確書寫。 3.增進學生對於日語之學習興趣與動機。 4.結合台灣與日本的文化，融入教學活動。				
議題融入	體育班（性別平等 人權教育 法治教育 家庭教育 多元文化 閱讀素養 國際教育）				
教學內容					
主要單元(進度)		內容細項		分配節數	備註
名詞與肯定句文法介紹及句型練習		1.單字介紹與發音練習。 2.課文會話與句型練習。 3.台灣姓氏與日本人姓氏發音練習與自我介紹對話練習。 4.各種職業名稱單字發音練習與自我介紹對話練習。 5.肯定句文法說明與句型書寫與對話練習。 6.學會以基礎的名詞句型做簡單的文法介紹。 7.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
指示代名詞與否定句文法介紹及句型練習		1.基本單字介紹與發音練習。 2.課文會話與句型練習與點讀筆跟讀發音練習。 3.學會以指示代名詞來指稱事物。 4.否定句文法說明與句型書寫與對話練習。 5.疑問句文法說明與句型書寫與對話練習。 6.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
限定指示句文法介紹及句型練習		1.常用生活用品之單字介紹與發音練習。 2.事物的限定指示用法。 3.表示東西的屬性或某人的所屬之文法與句型練習。 4.讓學生模仿會話單元之句型，做實際情境練習。 5.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
場所、人、物之位置介紹句型之文法及練習		1.日常生活地點之單字介紹與發音練習。 2.學習問東西或人所在位置之文法及句型練習。 3.東西生產、製造地句型的文法說明及練習。 4.讓學生模仿會話單元之句型，做實際情境練習。 5.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
形容詞句型之文法介紹及句型練習		1.日語形容詞之單字介紹與發音練習。 2.形容詞肯定句的文法說明及練習。 3.形容詞否定用法介紹與練習。 4.詢問人、事、物的特徵及特性之句型練習。 5.讓學生模仿會話單元之句型，做實際情境練習。 6.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
日語生活會話與句型應用練習		1.日語生活會話之單字介紹與發音練習。 2.生活會話應用練習。 3.疑問詞綜合句型練習。 4.讓學生模仿會話單元之句型，做實際情境練習。 5.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
合計				36	
學習評量 (評量方式)	一、定期評量60%(期中考與期末考紙筆測驗)。二、平時評量40% 1.出席成績考核10%。2.學習態度與課堂參與10%。3.學習單與作業書寫10%。4.口說與會話練習10%。				
教學資源	1.語言教室、電腦、投影機、螢光幕等。 2.日本語教科書、學習雜誌及書籍等教師參考用書。				

	<p>3. 日本語智慧點讀筆，提供每位學生上課聽力及口說練習使用。</p> <p>4. 學習單，書寫及閱讀練習。</p>
教學注意事項	<p>1. 教師於教學時須做客觀的評量，以明瞭學習的成就與困難，做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。</p> <p>2. 教育的方針在於五育並重，評量內容亦應兼顧認知(知識)、技能、情意(行為、習慣、態度、理想、興趣、職業道德)等方面，以利學生健全發展。</p> <p>3. 形成性評量：配合各種教學媒體，以口頭問答、討論或實作等方式實施評量。</p> <p>4. 診斷性評量：以作業考核列為過程評量的成績，未達標準者予以逐項 26 指正，建立其基本設計技能，再予以評量。</p> <p>5. 總結性評量：以階段性測驗成績作總結性評量考核標準，除了是非題及選擇題的型式外，並應以實作、報告方式予以考核。</p> <p>6. 學生作業宜仔細評量，時時導正其錯誤習慣；另視需要採取個別指導方式。</p> <p>7. 因應學生學習能力的不同，評量應注意鼓勵學生與標準比較和自我比較，力求努力上進提昇自我。</p> <p>8. 學習評量的結果須妥切運用，除作為教師改進教材、教法及輔導學生之依據，應通知導師或家長，以獲得共同的瞭解與合作。</p> <p>9. 未通過評量的學生，教師應分析、診斷其原因，實施補救教學；對於學習快速的學生，應實施增廣教學，使其潛能獲致充份的發展。</p>

表 11-2-1-6 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	日語基礎發音		
	英文名稱	Japanese Basic Pronunciation		
師資來源	校內單科			
科目屬性	選修 一般科目			
	領域： 非跨領域			
科目來源	群科中心學校公告—校訂參考科目			
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	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班			
	020000			
	第一學年第二學期			
建議先修科目	有，科目：聽說讀寫五十音			
教學目標 (教學重點)	1.讓學生能理解日語五十音，並正確發音。 2.讓學生能熟練日語假名的筆順及正確書寫。 3.增進學生對於日語之學習興趣與動機。 4.結合台灣與日本的文化，融入教學活動。			
議題融入	體育班（性別平等 人權教育 法治教育 家庭教育 多元文化 閱讀素養 國際教育）			
教學內容				
主要單元(進度)		內容細項	分配節數	備註
日語五十音與片假名		1.讓學生認識日語文字。 2.了解日語五十音之母音與子音。 3.熟悉日語發音與有趣生活語彙。 4.認識片假名與書寫練習。	6	
日語發音變化與片假名		1.濁音、半濁音、拗音、促音、鼻音的發音技巧與發音練習 2.熟悉片假名書寫。 3.日語發音與片假名聽辨練習。 4.正確念出日語單字之發音。	6	
日常招呼語與自我介紹		1.長音發音技巧與發音練習。 2.日常生活用語書寫與發音練習。 3.日常生活招呼語與會話練習。 4.自我介紹姓名、國籍、職業、身份。	6	
生活用語與日常娛樂會話		1.數字與年齡會話練習。 2.家人與家庭介紹會話練習。 3.興趣與喜好會話練習。	6	
生活用語與休閒娛樂會話		1.物品說明與對話練習。 2.貨幣與詢價會話練習。 3.方向與問路對話練習。 4.購物與問路練習。	6	
日語生活會話與句型綜合應用練習		1.日語生活會話之單字介紹與發音練習。 2.生活會話應用練習。 3.疑問詞綜合句型練習。 4.讓學生模仿會話單元之句型，做實際情境練習。 5.點讀筆跟讀發音及聽力練習。	6	
合 計			36	
學習評量 (評量方式)	一、定期評量60%(期中考與期末考紙筆測驗)。 二、平時評量40% 1.出席成績考核10%。 2.學習態度與課堂參與10%。 3.學習單與作業書寫10%。 4.口說與會話練習10%。			
教學資源	1.語言教室、電腦、投影機、螢光幕等。 2.日本語教科書、學習雜誌及書籍等教師參考用書。 3.日本語智慧點讀筆，提供每位學生上課聽力及口說練習使用。 4.學習單，書寫及閱讀練習。			
教學注意事項	1.教師於教學時須做客觀的評量，以明瞭學習的成就與困難，做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，評量內容亦應兼顧認知(知識)、技能、情意(行為、習慣、態度、理想、興趣、職業道德)等方面，以利學生健全發展。 3.形成性評量：配合各種教學媒體，以口頭問答、討論或實作等方式實施評量。 4.診斷性評量：以作業考核列為過程評量的成績，未達標準者予以逐項 26 指正，建立其基本設計技能，再予以評量。 5.總結性評量：以階段性測驗成績作總結性評量考核標準，除了是非題及選擇題的型式外，並應以實作、報告方式予以考核。 6.學生作業宜仔細評量，時時導正其錯誤習慣；另視需要採取個別指導方式。 7.因應學生學習能力的不同，評量應注意鼓勵學生與標準比較和自我比較，力求努力上進提昇自我。 8.學習評量的結果須妥切運用，除作為教師改進教材、教法及輔導學生之依據，應通知導師或家長，以獲得共同的瞭解與合作。 9.未通過評量的學生，教師應分析、診斷其原因，實施補救教學；對於學習快速的學生，應實施增廣教學，使其潛能獲致充分的發展。			

表 11-2-1-7 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	日語閱讀與書寫		
	英文名稱	Japanese Writing		
師資來源	校內單科			
科目屬性	選修 一般科目			
	領域： 非跨領域			
科目來源	群科中心學校公告—校訂參考科目			
課綱核心素養	A 自主行動：A2.系統思考與問題解決 B 溝通互動：B1.符號運用與溝通表達 C 社會參與：C1.道德實踐與公民意識、C2.人際關係與團隊合作、C3.多元文化與國際理解			
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班			
	000002			
	第三學年第二學期			
建議先修科目	有，科目：日語文法與閱讀			
教學目標 (教學重點)	1.讓學生能理解日語文法。 2.讓學生能熟練日語句型及正確書寫。 3.增進學生聽辨日語及口說日語之能力。 4.增進學生對於日語之學習興趣與動機。 5.結合台灣與日本的文化，融入教學活動。			
議題融入	體育班（性別平等 人權教育 法治教育 家庭教育 多元文化 閱讀素養 國際教育）			
教學內容				
主要單元(進度)	內容細項		分配節數	備註
Na形容詞與名詞過去式	1.生活常用形容詞之單字介紹與發音練習。 2.NA形容詞過去式之句型的文法說明及練習。 3.名詞過去式之句型的文法說明及練習。 4.讓學生模仿會話單元之句型，進行書寫練習。 5.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
形容詞中止形與疑問詞疑問句	1.生活常用形容詞之單字介紹與發音練習。 2.形容詞中止形之句型的文法說明及練習。 3.疑問詞疑問句之句型的文法說明及練習。 4.讓學生模仿會話單元之句型，進行書寫練習。 5.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
期間用法與動作對象句型	1.生活常用期間之單字介紹與發音練習。 2.詢問期間之句型的文法說明及練習。 3.動作對象之句型的文法說明及練習。 4.讓學生模仿會話單元之句型，進行書寫練習。 5.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
希望、意願及邀請句型	1.生活常用單字介紹與發音練習。 2.表達希望、意願之句型的文法說明及練習。 3.邀請句型的文法說明及練習。 4.讓學生模仿會話單元之句型，進行書寫練習。 5.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
前往某處從事某事句型	1.生活常用單字介紹與發音練習。 2.表達前往某處之句型的文法說明及練習。 3.前往某處從事某事句型句型的文法說明及練習。 4.讓學生模仿會話單元之句型，進行書寫練習。 5.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
日語生活會話與句型應用練習	1.日語生活會話之單字介紹與發音練習。 2.生活會話應用練習。 3.疑問詞綜合句型練習。 4.讓學生模仿會話單元之句型，做實際情境練習。 5.點讀筆跟讀發音及聽力練習。		6	
合計			36	
學習評量 (評量方式)	一、定期評量60%(期中考與期末考紙筆測驗)。 二、平時評量40% 1.出席成績考核10%。 2.學習態度與課堂參與10%。 3.學習單與作業書寫10%。 4.口說與會話練習10%。			
教學資源	1.語言教室、電腦、投影機、螢光幕等。 2.日本語教科書、學習雜誌及書籍等教師參考用書。 3.日本語智慧點讀筆，提供每位學生上課聽力及口說練習使用。 4.學習單，書寫及閱讀練習。			
教學注意事項	1.教師於教學時須做客觀的評量，以明瞭學習的成就與困難，做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，評量內容亦應兼顧認知(知識)、技能、情意(行為、習慣、態度、理想、興趣、職業道德)等方面，以利學生健全發展。 3.形成性評量：配合各種教學媒體，以口頭問答、討論或實作等方式實施評量。 4.診斷性評量：以作業考核列為過程評量的成績，未達標準者予以逐項 26 指正，建立其基本設計技能，再予以評量。 5.總結性評量：以階段性測驗成績作總結性評量考核標準，除了是非題及選擇題的型式外，並應以實作、報告方式予以考核。			

6. 學生作業宜仔細評量，時時導正其錯誤習慣；另視需要採取個別指導方式。
7. 因應學生學習能力的不同，評量應注意鼓勵學生與標準比較和自我比較，力求努力上進提昇自我。
8. 學習評量的結果須妥切運用，除作為教師改進教材、教法及輔導學生之依據，應通知導師或家長，以獲得共同的瞭解與合作。
9. 未通過評量的學生，教師應分析、診斷其原因，實施補救教學；對於學習快速的學生，應實施增廣教學，使其潛能獲致充份的發展。

## (二) 專業科目

表 11-2-2-1 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	數位科技概論		
	英文名稱	Introduction to Digital Technology		
師資來源	內聘			
科目屬性	選修 專業科目			
	專業科目			
	科目來源	群科中心學校公告一校訂參考科目		
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班			
	220000			
	第一學年			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	一 說明數位科技之系統平台及常用軟體的概念與應用。二 養成正確使用數位科技的觀念、態度及工作習慣。三 描述通訊網路的原理、網路服務的相關應用及電子商務的基本概念。四 舉例防護個人資料的方法，並描述數位科技的重要社會議題。五 養成分析、思辨、批判有關數位科技與人類社會的相關能力			
議題融入	體育班 ( 科技教育 資訊教育 能源教育 安全教育 )			
教學內容				
主要單元(進度)		內容細項	分配節數	備註
(一) 數位科技 概念		1. 資料與資訊 2. 資料 數位化之原理與方法 3. 數位資料的表示方法 4. 數位科技的演進	8	
(二) 系統平台		1. 系統平台的組成架構 1.1 系統平台的組成 1.2 系統平台的架構 1.3 行動裝置與相關設備 2. 系統平台的基本運作原理 3. 系統平台之內部運作原理 3.1 工作排程 3.2 資源管理 3.3 平行處理 4. 系統平台之未來發展趨勢	8	
(三) 軟體應用		1. 軟體簡介 1.1 工具程式 1.2 軟體開發程式 1.3 辦公室軟體應用 1.4 影像軟體應用 1.5 影音軟體應用 1.6 網際網路軟體應用 1.7 休閒娛樂軟體應用 2. 行動裝置軟體簡介 3. 智慧財產權與軟體授權	9	
(四) 通訊網路原理		1. 電腦通訊簡介 1.1 訊息傳輸的方式 1.2 網路傳輸的方式 1.3 網路的類型 1.4 網際網路 2. 電腦網路的組成與架構 3. 網路標準與通訊協定 4. IP位址與網域名稱	9	
(五) 網路服務與應用		1. 網路服務的介紹 1.1 資訊傳遞 1.2 檔案傳輸 1.3 數位內容 1.4 雲端運算應用	8	
(六) 網路服務與應用-1		2. 網路科技的應用 3. 物聯網	9	
(七) 電子商務		1. 電子商務基本概念 2. 電子商務的架構與經營模式 3. 電子商務安全機制 4. 電子商務的發展電子商務的發展	9	
(八) 數位科技 與人類社會		1. 個人資料防護與網路內容防護 2. 數位科技的重要社會議題 2.1 康健的使用數位科技 2.2 資訊倫理與道德 2.3 網路霸凌與網路成癮 2.4 網路犯罪與相關法規	6	

(九) 數位科技與人類社會-1	3. 數位科技與現代生活 3.1 數位科技在個人方面的應用 3.2 數位科技在家庭方面的應用 3.3 數位科技在教育方面的應用 3.4 數位科技在商業方面的應用 3.5 數位科技在社會方面的應用 3.6 數位科技對人類生活的影響	6	
合 計		72	
學習評量 (評量方式)	應以多元的方式考核學生關於數位科技運用在日常生活的認識與思考能力，作為平時成績的參考依據。		
教學資源	1. 教學設備需符合「電腦教室」設備基準。2. 教學設備除個人電腦外，亦可利用筆記型電腦、平板電腦或智慧型手機等相關行動裝置設備。3. 相關教學參考圖片、音訊、視訊等宜重視性別平衡及尊重人權的理念，避免有違國情與善良風俗。4. 為避免軟體取得價格昂貴，宜選用自由軟體、免費軟體、雲端應用軟體或行動裝置 App 等做為教學資源。5. 學校應力求充實教學設備及教學媒體，教師教學應充分利用教材、教具及其他教學資源。6. 教學應充分利用圖書館資源、網路資源與社會資源等。		
教學注意事項	1. 教材內容宜選用商業實務應用相關範例，且各單元主題宜採範例說明並由淺入深循序漸進的方式，讓學生學習後能活用數位科技。2. 教材的編選應顧及學生需要並配合科技發展與語言國際化，使課程內容儘量與生活相結合，以引發學生學習興趣，增進學生理解能力，學生不但能應用所學知能於實際生活中，且能洞察實際生活之各種問題，思謀解決之道，以改進目前生活。3. 教材的設計宜摘要說明相關理論，簡述即可，避免枯燥的計算；並能以實例與圖片來解說，增進學生的了解。4. 本課程內容介紹各種軟體，為讓學生容易取得軟體，宜選用自由軟體或免費軟體、雲端應用軟體或行動裝置 App 等來舉例說明軟體的功能與應用即可，不宜過於強調軟體的操作		

表 11-2-2-2 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	設計與生活美學			
	英文名稱	Design and Life Aesthetics			
師資來源	內聘				
科目屬性	選修 專業科目				
	專業科目	科目來源 群科中心學校公告-校訂參考科目			
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作				
適用科別	體育班				
	000002				
	第三學年第二學期				
建議先修科目	無				
教學目標 (教學重點)	(一)說明生活經驗，發現設計學習並培養設計興趣。(二)運用觀察學習與設計聯想，延伸於日常生活環境中。(三)結合美學思維，參與社區文創活動。(四)養成主動進入美術館、設計展覽，自願參觀欣賞活動。				
議題融入	體育班(環境教育 海洋教育 防災教育 生涯規劃)				
教學內容					
主要單元(進度)		內容細項		分配節數	備註
(一)自然及環境觀察		1.發現與討論觀察的對象及方法 2.分辨自然物及人造物 3.描述與記錄物體及產品的方法		6	
(二)日常生活中的造物者		1.發現設計 2.討論設計及日常生活的關聯性 3.設計師的定義		4	
(三)設計與文化美學的關係		1.設計的概念模式 2.文化的特色探析 3.設計及文化的相互影響 4.美學融入設計的思維		4	
(四)設計技術的發生		1.發覺生活中的問題 2.討論解決生活問題的方法 3.設計的技術的定義		6	
(五)設計價值的所在		1.發現人體及工具運用 2.討論美好的解決方法		8	
(六)生活中的設計實例探討		1.討論設計、生活及環境的關係 2.舉出實例加以評析 3.設計的進路及發展 4.在地社區設計美學營造狀況的探討		8	
合計				36	
學習評量 (評量方式)	1.平時成績30%(含學習參與研討態度)。2.出席成績考核10%。3.期中專題報告30%。4.期末專題報告30%。				
教學資源	1.設計教室、繪圖桌椅、電腦、投影機、螢光幕…等。2.教學相關的各式設計與生活相關的實物等相關物品。3.各版本教科書、各種設計或工業設計、建築、空間與室內設計相關作品。4.校內社區文化藝文展覽館。				
教學注意事項	1.教師於教學時須做客觀的評量，以明瞭學習的成就與困難，做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，評量內容亦應兼顧認知(知識)、技能、情意(行為、習慣、態度、理想、興趣、職業道德)等方面，以利學生健全發展。3.形成性評量：配合各種教學媒體，以口頭問答、討論或實作等方式實施評量。4.診斷性評量：以作業考核列為過程評量的成績，未達標準者予以逐項 26 指正，建立其基本設計技能，再予以評量。5.總結性評量：以階段性測驗成績作總結性評量考核標準，除了是非題及選擇題的型式外，並應以實作、報告方式予以考核。6.學生作品宜仔細評量，時時導正其錯誤習慣；另視需要採取個別指導方式。7.因應學生學習能力的不同，評量應注意鼓勵學生與標準比較和自我比較，力求努力上進提昇自我。8.學習評量的結果須妥切運用，除作為教師改進教材、教法及輔導學生之依據，應通知導師或家長，以獲得共同的瞭解與合作。9.未通過評量的學生，教師應分析、診斷其原因，實施補救教學；對於學習快速的學生，應實施增廣教學，使其潛能獲致充份的發展。				

## (三) 實習科目

表 11-2-3-1 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	專題實作		
	英文名稱	Project Study		
師資來源	內聘			
科目屬性	必修 實習科目			
	專業科目			
	科目來源	群科中心學校公告一校訂參考科目		
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班			
	000030			
	第三學年第一學期			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	(一)培養對專題的計畫工作方法、程序或專題的觀察學習能力 (二)涵養職場環境的工作態度、人際關係處理能力 (三)建立專業技能的實作化及實務化導向的專題學習 (四)應用實務作業的觀察領悟，補充學校在學術應用的實作性、應用性之不足			
議題融入	體育班 ( 性別平等 環境教育 品德教育 生命教育 生涯規劃 原住民族教育 )			
教學內容				
主要單元(進度)		內容細項	分配節數	備註
(一)專題製作的意義與目的		1. 專題製作的意義 2. 專題製作的目的	8	
(二)專題製作的流程		1. 專題製作的流程 2. 專題製作的預期成效	8	
(三)建立專題小組		1. 專題小組組成 2. 小組討論	8	
(四)擬定主題		1. 主題選定原則 2. 小組討論 3. 小組報告	8	
(五)文獻資料蒐集與彙整		1. 文獻的意義與種類 2. 資料蒐集的方式 3. 資料彙整的方式	8	
(六)研究方法		1. 研究方法的介紹 2. 資料的統整與分析 3. 企畫撰寫的方式	8	
(七)成品製作		1. 分組作品製作 2. 作品成果檢核	3	
(八)報告與表達		1. 書面報告的撰寫方式 2. 展場成品的表現方式	3	
合 計			54	
學習評量 (評量方式)	一、教師於教學時須做客觀的評量，以明瞭學習的成就與困難，做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。二、評量內容亦應兼顧認知(知識)、技能、情意(行為、習慣、態度、理想、興趣、職業道德、性別平等)等方面，以利學生健全發展。三、透過階段性多元評量，如：實作成品，診斷學生學習成果，並適時給予回饋。			
教學資源	一、學校宜力求充實教學設備及教學媒體，教師教學應充分利用設計相關媒體雜誌、教材、教具及其他教學資源。 二、學校宜提供成果展示區，供學生分享創意及作品賞析。教師教學可適時帶領學生到校外參訪，使理論與實務相結合，提高學習興趣和效果。			
教學注意事項	一、教材的編選應顧及學生需要，宜多方收集產業界各種設計主題的實例，使學生能應用所學知能於實際生活中。 二、教材之選擇應多元，以啟發學生的學習經驗。 三、教材之選擇宜具啟發性與創造性，並應重視個別的差異化教學。 四、教師宜鼓勵學生訓練台風與表達能力，並且團隊必須密切合作的精神。			

表 11-2-3-2 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	多媒體製作與應用		
	英文名稱	Multimedia Production and Application		
師資來源	內聘			
科目屬性	選修 實習科目			
	專業科目			
	科目來源	群科中心學校公告-校訂參考科目		
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班			
	000033			
	第三學年			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	教學目標： (一)認識多媒體概念及格式。 (二)培養多媒體製作與應用之興趣。 (三)應用影音處理功能。 (四)應用 3D 繪圖與 3D 列印功能。 (五)應用電腦動畫功能。 (六)養成多媒體製作與應用基本能力。			
議題融入	體育班 ( 性別平等 生涯規劃 多元文化 國際教育 )			
教學內容				
主要單元(進度)		內容細項	分配節數	備註
(一)多媒體簡介		1. 多媒體概念	3	
(二)多媒體簡介-1		. 多媒體格式	3	
(三)影音處理 -1		影音處理簡介	6	
(四)影音處理 -2		軟體基本操作	6	
(五)影音處理 -3		3. 影音剪輯與製作	6	
(六)影音處理 -4		4. 影音特效處理	6	
(七)影音處理 -5		5. 影音輸出處理	6	
(八) 3D 繪圖 -1		3D 繪圖簡介	9	
(九) 3D 繪圖 -2		軟體基本操作	9	
(十) 3D 列印 -1		. 3D 建模	9	
(十一) 3D 列印 -2		3D 設計與應用	9	
(十二) 3D 列印 -3		3D 列印操作	9	
(十三)電腦動畫 -1		場景、圖層與時間軸	9	
(十四)電腦動畫 -2		動畫元件的製作與應用	9	
(十五)電腦動畫 -3		動畫輸出處理	9	
合計			108	
學習評量 (評量方式)	學習評量 1. 本科目為實習科目，評量方式宜考核學生實習操作技巧、熟練程度及思考能力，作為日常評量成績。 2. 評量方式得採觀察、口試、筆試、作業、實作、報告、測驗、自我評量、同儕互評或檔案評量等多元評量方式辦理。 3. 教學評量須客觀，以明瞭學習的成就與困難，作為繼續教學或補救教學的依據，並使學生從成績進步中獲得鼓勵。 4. 教學評量內容應兼顧認知(知識)、技能、情意(行為、習慣、態度、理想、興趣、職業道德)等方面，以利學生健全發展。 5. 因應學生學習能力不同，評量應注意鼓勵學生與標準比較和自我比較，除實施總結性評量外，教學中更應注意診斷性評量及形成性評量，以便即時瞭解學生的學習困難，進行學習輔導。 6. 學習評量的結果須妥予運用，除作為教師改進教材、教法及輔導學生的依據外，應通知導師或家長，以獲得共同的瞭解與合作。 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，對學習能力佳的學生，應實施增廣教學，使其潛能獲致充份的發展。			
教學資源	1. 教學設備需符合「電腦教室」設備基準。 2. 除個人電腦外，亦可利用筆記型電腦、平板電腦或智慧手機等相關行動裝置設備，及 3D 印表機、數位相機、數位攝影機等。 3. 為避免軟體取得價格昂貴，宜選用自由軟體、免費軟體，雲端應用軟體或行動裝置 App 等做為教學資源。 4. 相關教學參考文字、圖片、音訊、視訊、模型作品、多媒體設計專題和資料等，宜重視性別平衡及尊重人權的理念，並避免有違國情與善良風俗。 5. 學校應力求充實教學設備及教學媒體，教師教學應充份利用教材、教具及其他教學資源。 6. 教學應充分利用圖書館資源、網路資源與社會資源等。			
教學注意事項	1. 本科目為實習科目，是否分組依主管機關規定。 2. 教師教學時，應以和日常生活有關的事務做為教材，並以學生的既有經驗為基礎，激發其學習動機，須加強學生實地演練，主要增進學生技能操作之能力，培養學生系統思考與解決問題之能力。 3. 隨時提供學生相關新知，以符合現代生活的應用。 4. 在教學中，鼓勵學生製作與設計作品，可給學生機會，以培養學生規			

畫及執行能力，並融入媒體素養及道德實踐的內容，可適度採用合作學習方式，以建立學生人際關係與團隊合作的素養。

表 11-2-3-3 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	數位影像處理實習		
	英文名稱	Image processing		
師資來源	內聘			
科目屬性	選修 實習科目			
	專業科目			
	科目來源	群科中心學校公告-校訂參考科目		
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班			
	000022			
	第三學年			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	1. 瞭解電腦繪圖的設計原則。 2. 熟悉影像處理軟體的編輯。 3. 熟悉動畫的原理與軟體操作。 4. 認識互動式多媒體的整合製作。			
議題融入	體育班 ( 環境教育 海洋教育 生命教育 科技教育 戶外教育 原住民族教育 )			
教學內容				
主要單元(進度)		內容細項	分配節數	備註
主題一：數位影像核心與工作環境		1-1 數位影像觀念與規格 (3hrs) 點陣圖 vs. 向量圖、解析度 (72/300 dpi) 與印刷/螢幕顯示的關係。 色彩模式 (RGB/CMYK/灰階) 與檔案格式 (PSD, TIFF, PNG, WebP) 選用。 1-2 軟體介面與圖層邏輯 (3hrs) 圖層 (Layers) 的階層概念、合併、群組與命名管理。 檔案匯入、工作區自訂與輔助線 (Guides) 設定。 1-3 選取工具與範圍控制 (3hrs) 幾何選取、套索、魔術棒與「選取並遮住」基礎練習。 實作：物件去背初體驗(簡單幾何物件)。	9	
主題二：光影校正與數位顯像		2-1 直方圖判讀與曝光調整 (3hrs) 認識直方圖 (Histogram)：過曝與欠曝的判斷。 色階 (Levels) 與曲線 (Curves) 的精密控制。 2-2 調整圖層 (Adjustment Layers) 應用 (3hrs) 非破壞性編輯的概念：為什麼不直接在原圖修改？ 亮度、對比、陰影與亮部的局部挽救。 2-3 Camera Raw 濾鏡實務 (3hrs) 模擬數位暗房流程：色溫校正、清晰度、去朦朧應用。 實作：廢墟風/小清新風格照片調色練習。	9	
主題三：色彩心理與專業配色		3-1 色彩三要素與色彩平衡 (3hrs) 色相、飽和度、明度的控制。 使用「色彩平衡」與「選取顏色」調整畫面氛圍。 3-2 色調轉換與藝術濾鏡 (3hrs) 黑白影像處理(黑白濾鏡、漸層對應)。 色彩心理學應用：如何利用冷暖色調引導觀眾情緒。	9	

	<p>3-3 實作：季節變幻術 (3hrs)</p> <p>將一張夏季風景照片，透過色彩調整技術變換為秋季或冬季感。</p>		
主題四：人像精修與美顏美體	<p>4-1 瑕疵修復與膚質優化 (3hrs)</p> <p>污點修復筆刷、仿製印章、修補工具的差異與選用。</p> <p>維持皮膚質感的修圖觀念(避免修成塑膠臉)。</p> <p>4-2 臉部液化與骨架調整 (3hrs)</p> <p>液化 (Liquify) 工具：五官調整、推拿與塑型技巧。</p> <p>內容感知縮放 (Content-Aware Scale) 應用。</p> <p>4-3 實作：時尚雜誌封面人物修片 (3hrs)</p> <p>綜合應用去瑕疵、膚色校正與液化，完成一張商業等級的人像。</p>	9	
主題五：遮色片應用與影像合成	<p>5-1 遮色片 (Mask) 全方位應用 (3hrs)</p> <p>黑白灰概念：遮色片的加法與減法。</p> <p>漸層遮色片：讓兩個畫面完美交疊。</p> <p>5-2 混合模式 (Blending Modes) (3hrs)</p> <p>色彩增值、濾色、覆蓋等常用模式的科學邏輯。</p> <p>利用混合模式製作光暈、雙重曝光 (Double Exposure) 效果。</p> <p>5-3 實作：超現實主義影像創作 (3hrs)</p> <p>利用至少 3 張素材，合成出一個不存在的魔幻場景。</p>	9	
主題六：文字美學與圖層樣式	<p>6-1 文字工具與排版美學 (3hrs)</p> <p>點文字與段落文字、路徑文字應用。</p> <p>字體選用原則與標題設計基礎。</p> <p>6-2 圖層樣式 (Layer Styles) 實務 (3hrs)</p> <p>斜角與浮雕、陰影、光澤、筆劃、材質覆蓋。</p> <p>製作金屬感、霓虹燈或玻璃質感的文字。</p> <p>6-3 實作：電影海報標題設計 (3hrs)</p> <p>設計一組具備視覺張力的電影標準字與排版。</p>	9	
主題七：數位繪畫與插畫應用	<p>7-1 筆刷工具與自定義筆刷 (3hrs)</p> <p>筆刷面板設定(抖動、散佈、傳遞)。</p> <p>如何製作自己的專屬筆刷(如：雲朵、印章、簽名)。</p> <p>7-2 向量形狀與智慧型物件 (3hrs)</p> <p>鋼筆工具 (Pen Tool) 繪製向量路徑。</p> <p>智慧型物件 (Smart Objects) 的連結與非破壞性濾鏡應用。</p> <p>7-3 實作：低多邊形 (Low Poly) 或 扁平化插畫 (3hrs)</p> <p>利用路徑工具與填色，完成一張具備設計感的數位插畫。</p>	9	
主題八：商業應用與作品集整合	<p>8-1 商業模型 (Mockup) 應用 (3hrs)</p> <p>將設計圖合成至實體產品(如：手機、T-shirt、招牌)。</p> <p>透視扭曲與位移對應 (Displacement Map)。</p> <p>8-2 自動化批次處理與輸出 (3hrs)</p> <p>動作 (Actions) 的錄製與批次處理。</p> <p>針對不同載體(網頁、社群媒體、印刷)的正確輸出設定。</p>	9	

	8-3 總結專題：個人作品集首頁設計 (3hrs) 整合學期所學，設計一張展現個人風格的視覺大圖或作品集封面。		
合 計		72	
學習評量 (評量方式)	紙筆測驗 作品評量		
教學資源	依據學生程度選用教育部審定合格之教科書或由學校老師自編教材。		
教學注意事項	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教導學生尊重智慧財產權。</li> <li>2. 介紹自由軟體或免費軟體的取得與使用。</li> </ol>		

表 11-2-3-4 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	室內設計與製圖實作		
	英文名稱	Interior Design & Drawing Practice		
師資來源	內聘			
科目屬性	選修 實習科目			
	專業科目			
	科目來源	群科中心學校公告-校訂參考科目		
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班			
	0000(3)(3)			
	第三學年			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	(一)了解室內設計的基本知識及實務概念。 (二)解釋並熟悉各種室內設計圖面的符號及屬性。 (三)理解並建構室內設計的流程方法及各類空間機能形式。 (四)繪製室內設計現況圖、平面配置圖、天花及燈具配置圖、剖立面圖等相關套圖。 (五)培養對室內設計的操作興趣，進而具備提案與發表的能力。			
議題融入	體育班(環境教育 海洋教育 生命教育 科技教育 戶外教育 原住民族教育)			
教學內容				
	主要單元(進度)	內容細項	分配節數	備註
	(一)室內設計概說	1. 室內設計發展沿革 2. 室內設計的意義與價值 3. 室內設計的內容與範疇	9	
	(二)室內設計機能與型式	1. 室內空間的動線與機能 2. 室內設計的風格賞析	9	
	(三)室內設計與人體尺度	1. 室內與人體尺度的關係 1.1住宅空間與人體尺度實作 1.2商業空間與人體尺度實作	9	
	(四)室內設計作業流程	1. 室內設計流程與方法 1.1調查紀錄階段 1.2設計作業流程	9	
	(五)室內設計實務分析	1. 室內空間機能實作 2. 室內色彩計畫實作 3. 室內材質計畫實作 4. 室內照明計畫實作 5. 室內風格陳設計畫實作	9	
	(六)室內設計製圖基本規範、種類與內容	1. 室內設計製圖基本規範 1.1圖學原理及基本規範 1.2線條與文字符號 1.3比例尺換算運用 2. 室內設計圖面種類與內容 2.1室內設計圖說與繪製 2.2室內設計圖目錄及編輯	9	
	(七)室內設計與製圖實務 I	1. 基地現況調查 I 1.1基地丈量及放圖 1.2基地位置圖及現況圖繪製 2. 製圖實務練習 I 2.1平面配置圖及地坪圖繪製 2.2天花板圖及燈具配置圖繪製	9	
	(八)室內設計與製圖實務 II	1. 基地現況調查 II 1.1基地丈量及放圖 1.2基地位置圖及現況圖繪製 2. 製圖實務練習 II 2.1平面配置圖及地坪圖繪製 2.2天花板圖及燈具配置圖繪製 2.3空調設備圖及水電配置圖繪製 2.4立面索引圖繪製	9	
	(九)室內設計與製圖實務 III	1. 剖立面圖繪製 2. 施工大樣圖繪製	9	

(十)室內設計與透視繪製	1. 室內透視圖繪製 1.1 一點透視 1.2 二點透視 1.3 等角透視	9	
(十一)室內設計提案與發表	1. 室內設計提案目的及意義	9	
(十二)室內設計提案與發表-1	1. 提案的內容與形式 2. 提案簡報的製作	9	
合 計		108	
學習評量 (評量方式)	1. 情意性評量：隨時觀察記錄，包括出勤、上課精神態度、工具儀器的準備狀況，作業繳交的情形等。 2. 形成性評量：配合各種教學媒體，以口頭問答、討論或設計製圖實作等方式實施評量。 3. 診斷性評量：將作業考核列為過程評量的成績，未達標準者予以逐項指正，建立其基本室內設計及製圖技能，再予以評量。 4. 總結性評量：以階段性測驗成績作總結性評量考核標準，除了是非題及選擇題的型式外，並應以室內設計及製圖的實作方式予以考核。 5. 學習評量的結果須妥切運用，除作為教師改進教材、教法及輔導學生之依據，應通知導師或家長，以獲得共同的了解與合作。 6. 未通過評量的學生，教師應分析、診斷其原因，實施補救教學；對於具特殊才能的學生，應實施充實性教學，已充分發展其特殊才能。		
教學資源	1. 學校宜力求充實教學設備及教學媒體，教師教學應充分利用設計相關媒體雜誌、教材、教具及其他教學資源。 2. 學校宜提供成果展示區，供學生分享創意及作品賞析。教師教學可適時帶領學生到校外參訪，使理論與實務相結合，提高學習興趣和效果。 3. 學校應配合國家技能檢定政策，引發學生學習技能的興趣，提升技術及職業教育教學的成效及功能。 4. 學校宜充分利用圖書資源、網路資源與社區、社會資源，結合在地特色及產業界進行產學合作。		
教學注意事項	1. 本科目為實習科目，重視教師的講解及現場示範，並依學生的程度差異做個別指導；為達教學功效，建議分組教學，是否分組上課，得依主管機關規定辦理。 2. 本科目教學理論與實作並重，故教學時間的安排，除講授示範外，得進行實作課程，讓學生實際操作練習。 3. 可適時搭配、運用電腦教學媒體及電腦專業教室進行示範教學，進而加強學習動機。 4. 應兼顧基礎實作工具及最新精密儀器之學習，務期適應各種不同的就業市場需求。 5. 教師在教學前應編訂教學進度表。教學完畢後，再依據實際教學成效修訂教學計畫，以期改進教學方法。		

表 11-2-3-5 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	數位多媒體設計實作		
	英文名稱	Digital Multimedia Design		
師資來源	內聘			
科目屬性	選修 實習科目			
	專業科目			
	科目來源	群科中心學校公告-校訂參考科目		
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班			
	00(2)(2)00			
	第二學年			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	一、了解影音媒體的範疇，具備正確的製作觀念 二、了解媒體製作原理與流程 三、培養創作動畫且運用多媒體素材的基礎能力 四、具備規劃影音媒體的整合，建構完整實作演練的能力。 五、具有創意整合能力			
議題融入	體育班(性別平等 環境教育 海洋教育 科技教育 資訊教育 能源教育 安全教育)			
教學內容				
	主要單元(進度)	內容細項	分配節數	備註
(一)媒體概述		1. 影音媒體的演進 2. 影音媒體應用的範疇 3. 影音媒體製作流程 4. 動畫成像原理與風格介紹	9	
(二)規劃前置相關表格		1. 團隊工作分配說明 2. 記錄表格 3. 企劃書撰寫 3.1 故事腳本與分鏡 4. 美術設定 4.1. 原畫 4.2. 角色設計 4.3. 場景設計	9	
(三)製作項目確立與執行		1. 製作種類使用媒介確立 2. 手繪、電繪、停格動畫 1.1. 手繪動畫拍攝、掃描與電繪板使用 1.2. 電繪軟體 1.3. 停格動畫應用之媒材與拍攝	9	
(四)數位工具與軟體整合		1. 多媒體整合與運用 2. 電腦動畫製作軟體技能 操作與練習 3. 配音、配樂 4. 輸出影片與雲端應用	9	
(五)多媒體運用整合		1. 網頁架構建立 2. 網頁版型應用與設計 3. CSS套用語實作 4. 多媒體整體呈現媒介應用	9	
(六)多媒體整合		1. CSS套用語實作 2. 多媒體整體呈現媒介應用	9	
(七)音訊處理與多媒體整合		7-1 數位音訊基礎 7-2 音訊編輯與混音 7-3 多媒體專案整合	9	
(八)專案規劃與設計成果發表		8-1 設計專案管理與提案 8-2 專題製作實務 8-3 成果發表與作品集製作	9	
合計			72	
學習評量 (評量方式)	1. 2-3分鐘動畫短片製作與輸出 2. 動畫短片宣傳網頁設計			
教學資源	電腦教室、攝影專業教室、造型教室			
教學注意事項	(一)本科目為實習科目，得依據相關規定實施分組教學。 (二)因本科目教學重視實務課程，除介紹多媒體原理與發展類型等，宜多舉例實作，供學生參考。 (三)宜加強電腦科技應用及多媒體設計領域的關聯與銜接，各單元能由淺入深，由易而難，詳細列舉各種動畫之實作步驟，以利教學參照。 (四)選擇適合學生程度之教材，需注意相關課程的聯繫，例如攝影、電腦繪圖等相關教材，輔以系統化深入淺出的教學程序，並配合就業的實際需要。 (五)教材中應包含正確使用數位軟體與器材知能之培養及職業道德、網路禮儀、尊重智慧財產等概念。			

表 11-2-3-6 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	生活陶瓷實習		
	英文名稱	Ceramic Throwingrowing Practice		
師資來源	內聘			
科目屬性	選修 實習科目			
	專業科目			
	科目來源	群科中心學校公告-校訂參考科目		
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班			
	220000			
	第一學年			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	1. 具備手拉坯成形技法的能力 2. 備修坯技法的能力 3. 能夠配釉的能力 4. 具有排窯的能力			
議題融入	體育班(人權教育 品德教育 防災教育 多元文化 原住民族教育)			
教學內容				
主要單元(進度)		內容細項	分配節數	備註
(一)拉坯		1. 定中心 2. 開孔 3. 整底 4. 拉高	9	
(二)拉坯進階		5. 變形 6. 切口 7. 切坯 8. 移置	9	
(三)修坯		1. 定中心	9	
(四)修坯進階		2. 固定 3. 修坯	9	
(五)素燒		1. 乾燥	8	
(六)素燒進階		2. 排窯 3. 素燒	8	
(七)釉燒		1. 配釉 2. 上釉	8	
(八)釉燒		3. 排窯 4. 釉燒	8	
(九)作品欣賞		作品欣賞	4	
合 計			72	
學習評量 (評量方式)	1. 專題實作的成果報告與口頭發表，以及製作過程中的態度與方法正確性。2. 報告分析可由教師組成評審小組共同評定分數(教師評分與委員評分之加權百分比由各校自訂)。3. 專題心得報告可參酌實作機構熟稔性及現場業師考核。4. 配合授課進度，進行過程評量及成果評量，以便及時瞭解教學績效，並督促學生達成學習目標。5. 評量內容應兼顧理解、應用及綜合分析。6. 評量方式注重實作性作業，培養實務能力。			
教學資源	1. 校外工商機構之合作意願與學校行政支援。2. 教師應具備輔導學生從事實作性技能之觀察、學習的應用研究能力。3. 圖書資料室應提供充份、即時的各類型工商機構資料。4. 利用網際網路教學，擴增教學內容與教學效果。			
教學注意事項	1. 教材編選 (1)師生自訂學習步驟與內容，教師或授課學校自訂專題製作程序與方法。(2)專題內容之選擇，應適合學生程度，提高學習興趣。(3)教材主題多利用社區特色及公民營機構資源，專題內容能與實務結合。(4)專題教材及學習成果製作，應與實務配合，使學生能學以致用。2. 教學方法 (1)可採用a. 合作學習b. 多元智能學習c. 體驗參訪學習等教學方式靈活運用。善用見習或參訪機構現場講解、實作與學校課前介紹與課後檢討交互教學。(2)機構講員與學校教師共同擔負說明、輔導責任。(3)以學生之經驗與體悟啟發為主要教學方，教師居於輔導支援地位。授課或實務學習與探索研究(時間運用由師生自訂)。(4)兼顧認知、技能、情意三方面之教學。(5)注重實作學習，使學生能從「做中學」，培養實作能力。(6)隨時培養學生正確的工作價值觀念。(7)本科目為實習科目，可運用設計工作室進行教學。(8)如需至工廠(場)或其他場所實習，得分組上課，每班最多以二組為限，每組最低人數不得少於十五人。			

表 11-2-3-7 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	電腦文書處理		
	英文名稱	Word Processing		
師資來源	內聘			
科目屬性	選修 實習科目			
	專業科目			
	科目來源	群科中心學校公告-校訂參考科目		
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班			
	002200			
	第二學年			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	一、能瞭解文書處理在目前辦公室現代化中所扮演的角色。 二、能熟練字鍵操作及使用兩種以上中文輸入法。 三、能使用兩種以上文書處理的套裝軟體進行文件建檔及編輯。			
議題融入	體育班 ( 科技教育 資訊教育 能源教育 )			
教學內容				
主要單元(進度)		內容細項	分配節數	備註
主題一：專業商務文件排版與規範		1-1 標點符號與字體規範 (3hrs) 全半形切換、常用特殊符號與職場標點符號規範。 中英文字體美學與選用規則(視線 vs. 無視線)。 1-2 段落與定位點進階應用 (3hrs) 行距、段落間距、首行縮排的精確控制。 定位點 (Tabs) 應用：製作精美的菜單或對齊式的表格填寫區。 1-3 表格設計與圖文整合 (3hrs) 表格手繪、合併儲存格、欄位自動編號。 圖片配置(文繞圖)與圖表標號管理。	9	
主題二：長文件管理與自動化目錄		2-1 樣式 (Styles) 的威力 (3hrs) 建立多層次清單、自訂階層標題。 一鍵修改全文件格式：樣式的繼承與管理。 2-2 分節、分頁與頁碼控制 (3hrs) 分節符號的邏輯：同一份文件如何設定橫式與直式混合。 頁碼自訂(如：目錄區用羅馬數字，本文用阿拉伯數字)。 2-3 自動化索引與目錄 (3hrs) 自動產生階層目錄與圖表目錄。 頁首頁尾資訊同步與浮水印設定。	9	
主題三：合併列印與大量文書處理		3-1 合併列印基礎流程 (3hrs) 主文件與資料來源(Excel/Access)的連結。 功能變數插入與結果預覽。 3-2 進階篩選與規則判斷 (3hrs) 使用「If...Then...Else...」規則進行條件式列印。 信封、名牌標籤的自動化格式排版。 3-3 實習課：自動化證書系統 (3hrs) 實作：連結學生名單，自動產出全班的結業證書與寄送標籤。	9	

<p>主題四：Excel 數據輸入與格式自動化</p>	<p>4-1 資料表設計與輸入技巧 (3hrs)</p> <p>資料類型限制 (Data Validation)：建立下拉選單、限制日期範圍。</p> <p>快速填入與自動數列應用。</p> <p>4-2 條件式格式設定 (3hrs)</p> <p>利用資料橫條、色階或圖示集讓數據視覺化。</p> <p>公式驅動的格式：例如「庫存低於 10」自動標示紅字。</p> <p>4-3 視窗管理與列印優化 (3hrs)</p> <p>凍結窗格、分割視窗、列印標題設定。</p> <p>實作：製作一份專業的庫存盤點表。</p>	9	
<p>主題五：公式與函數運算基礎</p>	<p>5-1 相對引用 vs. 絕對引用 (3hrs)</p> <p>核心觀念：字號在公式填充中的重要性。</p> <p>基礎運算：SUM, AVERAGE, COUNT, MAX, MIN。</p> <p>5-2 邏輯函數與條件計算 (3hrs)</p> <p>IF 巢狀判斷(如：成績評等 A/B/C/D)。</p> <p>SUMIF, COUNTIF：計算特定類別的銷售總額。</p> <p>5-3 字串與日期函數 (3hrs)</p> <p>LEFT, RIGHT, MID：擷取身份證字號或訂單編號。</p> <p>實作：薪資計算表製作(含勞健保與獎金判斷)。</p>	9	
<p>主題六：數據查詢與樞紐分析</p>	<p>6-1 VLOOKUP/HLOOKUP 查詢術 (3hrs)</p> <p>跨表搜尋資料、精確比對與模糊比對的應用。</p> <p>解決 N/A 錯誤：IFERROR 的搭配。</p> <p>6-2 樞紐分析表 (Pivot Table) (3hrs)</p> <p>拖拉之間完成多維度統計(如：年度銷售額依部門分類)。</p> <p>群組日期、計算欄位設定。</p> <p>6-3 樞紐分析圖與交叉篩選器 (3hrs)</p> <p>動態圖表製作、交叉篩選器 (Slicer) 實現互動效果。</p> <p>實作：製作一份年度銷售互動式儀表板。</p>	9	
<p>主題七：簡報美學與提案技巧</p>	<p>7-1 簡報結構與母片設計 (3hrs)</p> <p>邏輯構思：金字塔原理。</p> <p>母片 (Slide Master) 設定：建立統一的品牌風格與 LOGO 配置。</p> <p>7-2 SmartArt 與數據視覺化 (3hrs)</p> <p>將條列式文字一鍵轉換為邏輯圖表。</p> <p>Excel 圖表與 PPT 的動態連結與貼上。</p> <p>7-3 動態效果與多媒體整合 (3hrs)</p> <p>轉場效果「轉化」(Morph) 的神奇應用。</p> <p>影片剪輯、音訊插入與演講者備忘錄設定。</p>	9	
<p>主題八：雲端協作與整合應用實務</p>	<p>8-1 Google Workspace 協作實務 (3hrs)</p> <p>雲端文件/試算表的權限管理與多人同步編輯。</p> <p>版本紀錄追蹤與建議模式。</p> <p>8-2 Word/Excel/PPT 跨軟體整合 (3hrs)</p> <p>Word 合併 Excel 資料、Excel 轉為 PPT 簡報、PDF 轉 Word 回修。</p> <p>雲端表單 (Forms) 收集資料並回傳試算表分析。</p>	9	

	8-3 總結專題：模擬商務專案 (3hrs) 情境實作：設計一份專題計畫書 (Word)、成本預算表 (Excel) 並完成結案簡報 (PPT)。		
合 計		72	
學習評量 (評量方式)	1. 紙筆評量 2. 上機操作測驗		
教學資源	一、教育部審定教材。 二、自編教材。		
教學注意事項	(一) 重視觀念的講授，使學生有正確電腦操作技能。 (二) 理論應配合實際操作，以提升學生學習興趣。 (三) 視學生程度，調整課程內容，部份內容可以作為學生自習或參考之用。 (四) 鼓勵學生參加檢定測驗。		

表 11-2-3-8 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	攝影實習		
	英文名稱	Photography Practice		
師資來源	內聘			
科目屬性	選修 實習科目			
	專業科目			
	科目來源	群科中心學校公告-校訂參考科目		
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班			
	00(3)(3)00			
	第二學年			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	(一)了解相機、鏡頭、感光材料的使用方式及成像技巧。 (二)學會各式相機技術的拍攝與應用方式。 (三)欣賞生活中不同類別攝影作品的表現。			
議題融入	體育班(性別平等 人權教育 環境教育 海洋教育)			
教學內容				
主要單元(進度)		內容細項	分配節數	備註
(一)攝影基本概念		1. 攝影的意義與起源 2. 攝影的功能 3. 攝影的要素 4. 攝影的範疇	9	
(二)相機操作		1. 相機的種類 2. 傳統及數位相機的構造與功能 3. 光圈與快門 4. 鏡頭的運用	9	
(三)相機操作-1		5. 感光度 6. 取景與調焦 7. 景深的控制 8. 曝光模式 9. 相機的保養	9	
(四)鏡頭運用		1. 鏡頭的種類 2. 鏡頭的使用方法 3. 鏡頭的選擇 4. 鏡頭的保養	9	
(五)影像記錄元件運用		1. 影像記錄形式 1.1 像素概念 1.2 解析度概念	9	
(六)影像記錄元件運用-1		2. 影像記錄特性 3. 影像記錄的選擇 4. 數位感光元件	9	
(七)光源認識與運用		1. 光源的認識與應用 1.1 自然光源 1.2 人工光源 1.3 光源的大小 2. 基本採光技巧 2.1 光源明暗比例 2.2 各種光源方向	9	
(八)光源認識與運用-1		3. 閃光燈的特性 3.1 連續光源 3.2 閃光光源 4. 閃光燈的使用技巧 5. 室內人像採光方式	9	
(九)構圖運用		1. 構圖的基本原理 2. 構圖與攝影的配合 3. 主題與空間的處理 4. 攝影構圖	9	
(十)濾鏡運用		1. 黑白攝影用濾鏡 2. 彩色攝影用濾鏡 3. 特殊效果用濾鏡 4. 濾鏡與白平衡	9	
(十一)主題攝影		1. 風景攝影 2. 花卉攝影 3. 動物攝影 4. 生態攝影 5. 街頭攝影 6. 其它主題攝影	9	
(十二)數位影像後製		1. 數位影像處理軟體 2. 數位影像處理技法	9	

	3.數位影像檔案輸入與輸出設定 4.色彩校正 5.數位影像媒材種類		
合 計		108	
學習評量 (評量方式)	1.教師於教學時須做客觀的評量，以明瞭學習的成就與困難，做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，評量內容亦應兼顧認知(知識)、技能、情意(行為、習慣、態度、理想、興趣、職業道德、性別平等)等方面，以利學生健全發展。 3.形成性評量：配合各種教學媒體，以口頭問答、討論或實作等方式實施評量。 4.診斷性評量：以作業考核列為過程評量的成績，未達標準者予以逐項指正，建立其基本技能，再予以評量。		
教學資源	1.學校宜力求充實教學設備及教學媒體，教師教學應充分利用設計相關媒體雜誌、教材、教具及其他教學資源。 2.學校宜提供成果展示區，供學生分享創意及作品賞析。教師教學可適時帶領學生到校外參訪，使理論與實務相結合，提高學習興趣和效果。 3.學校應配合國家技能檢定政策，引發學生學習技能的興趣，提升技術及職業教育教學的成效及功能。 4.學校宜充分利用圖書資源、網路資源與社區、社會資源，結合在地特色及產業界進行產學合作。		
教學注意事項	1.本科目為實習科目，應重視教師的講解及現場示範，並依學生的程度差異做個別的指導，為達教學功效，建議分組教學，是否分組教學，得依主管機關規定辦理。 2.教師教學前編定教學進度表。 3.教師教學時以和日常生活有關的事務做為教材。 4.教師教學時以學生的既有經驗為基礎，引發其學習動機，導出若干有關問題，然後採取解決問題的步驟。 5.教學完畢後，應根據實際教學成效修訂教學計畫，以期改進教學方法。 6.本科教學理論及實習並重，故教學時間安排，以每週示範講解1節，實際練習1節為原則。 7.教學活動應重視示範教學及個別輔導。 8.鼓勵學生家長添購攝影設備，以強化學生學習效果。 9.可適時搭配、運用各式教學媒體進行示範教學，加強學習動機。 10.應兼顧各式攝影器材之學習，以適應各種不同的就業市場需求。 11.應多方蒐集實例作品，進行鑑賞及分析比較。 12.應就學生作品加以分析討論，以提升學習興趣及創作能力。 13.可利用攝影教室或數位設計教室進行教學，供學生做相關練習與作品賞析。 14.課程內容可至戶外攝影、室內攝影、數位影像攝影、並結合電腦影像處理。 15.本課程相關實作，可以手繪畫稿方式，進行發想、構思。 16.各單元的作業量及深度，可依學生程度作適當調整。		

表 11-2-3-9 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	立體造形實作		
	英文名稱	3D Form Practice		
師資來源	內聘			
科目屬性	選修 實習科目			
	專業科目			
	科目來源	群科中心學校公告-校訂參考科目		
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班			
	000300			
	第二學年第二學期			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	(一)瞭解設計的基本知識及概念，並加以應用。 (二)引用教材資料，描述立體造形材料的分類。 (三)運用加工方法，進行立體造形實作的創作。 (四)養成造形實作的能力。			
議題融入	體育班(多元文化 閱讀素養 戶外教育 原住民族教育)			
教學內容				
主要單元(進度)	內容細項		分配節數	備註
主題一：半立體構成——紙張的摺疊與起伏	<p>1-1 紙材認識與基礎加工 (3hrs)</p> <p>認識紙張磅數、紋理與韌性(西卡紙、牛奶板、美術紙)。</p> <p>切割、半切(割背)、壓線與基礎摺疊技法。</p> <p>1-2 幾何單元之規律組合 (3hrs)</p> <p>製作基礎幾何單體(如三角形、菱形)。</p> <p>重複與漸變美學：透過等比縮放或規律排列產生韻律感。</p> <p>1-3 實作：半立體壁飾設計 (3hrs)</p> <p>在固定的方寸板面上，利用單一色系紙張創造層次分明、具陰影變化的立體浮雕。</p>		9	
主題二：線層構成——空間與結構的交織	<p>2-1 線材特性與接合技術 (3hrs)</p> <p>不同線材之表現：竹籤(硬直)、鐵絲(可塑性)、瓦楞紙條(厚度)。</p> <p>接合點處理：熱膠槍、瞬間膠、綁紮技法的應用。</p> <p>2-2 框架結構與空間分割 (3hrs)</p> <p>桁架結構(Truss)觀念：如何利用三角形連結強化承重與穩定。</p> <p>線條的虛實關係：利用線條包圍出隱形的「虛空間」。</p> <p>2-3 實作：線構塔型建築 (3hrs)</p> <p>利用竹籤或木條，設計一個高度達 40cm 以上，且具備動態美感的幾何塔塔。</p>		9	
主題三：面層構成——面材插接與體積感	<p>3-1 基本體展開與構造 (3hrs)</p> <p>正多面體(柏拉圖多面體)的展開圖邏輯。</p> <p>插接結構(Interlocking)設計：不使用膠水的接合方式。</p> <p>3-2 曲面與切削概念 (3hrs)</p> <p>如何讓硬質板材呈現曲面效果(刻劃法、濕彎法)。</p> <p>實體切削與加法構成的視覺比較。</p> <p>3-3 實作：抽象動物或生物造形 (3hrs)</p>		9	

	使用灰卡板或瓦楞紙板，利用插接技術組合成具備生命力與量感的抽象形態。		
主題四：塊體構成——減法美學與量感訓練	<p>4-1 保麗龍與輕質土特性 (3hrs)</p> <p>保麗龍切割器操作安全與技法。</p> <p>塊體的重心平衡觀念。</p> <p>4-2 減法構成：從方塊到圓潤 (3hrs)</p> <p>由大面切削到細節打磨。</p> <p>學習凹面、凸面與轉角處的視覺張力。</p> <p>4-3 實作：極簡幾何雕塑 (3hrs)</p> <p>以保麗龍為核心進行切削，最後覆蓋輕質土或石膏補土，呈現無接縫的流線體。</p>	9	
主題五：材質實驗——異材質組合與觸覺美學	<p>5-1 軟材質與硬材質的對話 (3hrs)</p> <p>布料、毛線(軟)與金屬、木頭(硬)的搭配。</p> <p>質感對比：粗糙 vs. 光滑、透明 vs. 不透明。</p> <p>5-2 異材質接合機制 (3hrs)</p> <p>物理性接合(穿孔、細綁、夾壓)與化學性接合(各類黏著劑)。</p> <p>考慮材質熱漲冷縮與重量支撐問題。</p> <p>5-3 實作：複合媒材燈飾造形 (3hrs)</p> <p>結合透光材質(描圖紙或異形塑料)與結構材，設計一個光影效果豐富的立體作品。</p>	9	
主題六：立體造形專題——生活設計與展示	<p>6-1 仿生設計應用 (3hrs)</p> <p>觀察自然生物(植物種子、昆蟲構造)，轉化為立體造形語彙。</p> <p>機能性考慮：當造形轉化為產品(如文具架、手機座)的配置。</p> <p>6-2 表面處理與色彩計劃 (3hrs)</p> <p>立體作品的噴漆、上色技法(層疊法、漸層噴塗)。</p> <p>色彩對立體感量感的影響(淺色擴張、深色收縮)。</p> <p>6-3 總結發表與作品集攝影 (3hrs)</p> <p>布置展台：背景色與燈光角度對作品呈現的重要性。</p> <p>口頭發表：說明設計動機、結構邏輯與所遇問題的解決方案。</p>	9	
合計		54	
學習評量 (評量方式)	紙筆測驗 作品評量		
教學資源	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 綜合實習教室需具備成型相關機具或設備…等。</li> <li>2. 教學相關的各式立體模型或與實作相關的實物等相關物品。</li> <li>3. 各版本教科書、各種生活家具或工業設計產品、建築、空間設計與室內設計、工藝產品…等相關作品。</li> <li>4. 學校應力求充實教學設備及教學媒體，教師教學充份利用教材、教具及其他教學資源。</li> </ol>		
教學注意事項	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師於教學時須做客觀的評量，以明瞭學習的成就與困難，做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。</li> <li>2. 教育的方針在於五育並重，評量內容亦應兼顧認知(知識)、技能、情意(行為、習慣、態度、理想、興趣、職業道德)等方面，以利學生健全發展。</li> <li>3. 形成性評量：配合各種教學媒體，以口頭問答、討論或實作等方式實施評量。</li> <li>4. 診斷性評量：以作業考核列為過程評量的成績，未達標準者予以逐項指正，建立其基本設計技能，再予以評量。</li> <li>5. 總結性評量：以階段性術科測驗成績作總結性評量考核標準，除了是非題及選擇題的型式外，並應以實作方式予以考核。</li> <li>6. 因應學生學習能力的不同，評量應注意鼓勵學生與標準比較和自我比較，力求努力上進提昇自我。</li> <li>7. 學習評量的結果須妥切運用，除作為教師改進教材、教法及輔導學生之依據，應通知導師或家長，以獲得共同的瞭解與合作。</li> <li>8. 未通過評量的學生，教師應分析、診斷其原因，實施補救教學；對於學習快速的學生，應實施增廣教學，使其潛能獲致充份的發展。</li> </ol>		

表 11-2-3-10 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	基礎圖學實習		
	英文名稱	Basic Drawing		
師資來源	內聘			
科目屬性	選修 實習科目			
	專業科目			
	科目來源	群科中心學校公告-校訂參考科目		
學生圖像	自主學習力-熱情參與			
適用科別	體育班			
	220000			
	第一學年			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	(一)能瞭解基礎圖學的基本概念及識圖能力。 (二)能具體認識各種圖學符號及基本的製圖能力。 (三)能以正確方式繪製準確的基本圖形。 (四)能瞭解電腦輔助繪圖軟體及基礎圖學之關聯性。			
議題融入	體育班 ( 環境教育 海洋教育 品德教育 家庭教育 國際教育 )			
教學內容				
主要單元(進度)		內容細項	分配節數	備註
圖學概說		1. 圖學的意義及範圍。 2. 圖學要素。 3. 圖學內容。 4. 工程圖的標準。	9	
儀器與製圖用紙的介紹及使用		1. 製圖桌及萬能製圖儀。 2. 製圖用紙。 3. 製圖儀器。 4. 製圖用筆。 5. 直尺、比例尺、平行尺及三角板。 6. 圓規、曲線板及可撓曲線規。 7. 模板及字規。 8. 消字板及橡皮擦。 9. 製圖的步驟。	9	
線條及字法		1. 線條的種類、用途及畫法。 2. 標準線寬。 3. 工程字法。	9	
幾何圖法		1. 線及面的分類。 2. 基本幾何形體。 3. 畫已知線段的平行線及垂直線。 4. 等分線段、圓弧及角。 5. 畫正多邊形。 6. 畫切線及切弧。 7. 畫橢圓、拋物線及雙曲線。 8. 漸開線。 9. 圖形的放大、縮小。 10. 圖形的遷移。	9	可配合電腦輔助繪圖軟體示範教學。
正投影視圖		1. 正投影原理的簡介。 2. 第一及第三投影法。 3. 投影面展開的正投影六個視圖。 4. 正投影視圖中線條的重疊。 5. 中心線的用途及畫法。 6. 視圖的選擇。 7. 習用畫法。 8. 正投影視圖的繪圖程序。 9. 讀圖及識圖。 10. 手繪立體圖。	9	可配合電腦輔助繪圖軟體示範教學
尺度標註及符號識別		1. 尺度界線、尺度線箭頭及數字。 2. 長度的標註。 3. 角度、去角的標註。 4. 直徑、半徑、弧及球面的標註。 5. 不規則曲線的標註。 6. 指線及註解。 7. 尺度標註的選擇。 8. 尺度標註的安置原則。 9. 常用的符號介紹。	9	
平行投影立體圖法		1. 正投影立體圖。 2. 斜投影立體圖。	9	可配合電腦輔助繪圖軟體示範教學。
透視圖基礎		7-1 透視基本術語 (3hrs)  地平線 (HL)、視平線 (EL)、基線 (GL)、站立點 (SP)。	9	

	<p>一點透視(平行透視)的原理與作圖。</p> <p>7-2 二點透視(成角透視) (3hrs)</p> <p>測量線(True Height Line)的應用。</p> <p>建築物外部透視的繪製流程。</p> <p>7-3 實作：室內空間透視草圖 (3hrs)</p> <p>利用一點或二點透視，繪製一個包含家具配置的室內簡圖。</p>		
合 計		72	
學習評量 (評量方式)	為達充分、具體、客觀，應依以下四個項目評量：1.情意性評量：隨時觀察記錄，包括勤學精神態度、工具儀器的準備情形。2.形成性評量：配合各種教學媒體，以口頭問答、討論或實務操作等方式實施評量。3.診斷性評量：以作業考核列為過程評量的成績，未達標準者予以逐項指正，建立其基本技能，再予以評量。4.總結性評量：以期中、期末測驗成績作總結性評量考核標準。		
教學資源	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.製圖教室、電腦教室、視聽教室。</li> <li>2.幻燈片、投影片……等。</li> <li>3.電腦、繪圖軟體(向量式之繪圖軟體)、輸出設備、液晶投影機。</li> <li>4.教科書、各種生活或工業設計產品、建築、空間設計與室內設計相關資料及現成作品。</li> </ol>		
教學注意事項	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.本科教學理論及實習並重，宜給予學生習作機會。</li> <li>2.教學活動應重視示範及個別輔導。</li> <li>3.學生作品宜一一分析討論，以期相互觀摩，檢討得失；另視需要經常採取個別指導方式。教學評量之結果，未達標準者應實施補救教學；能力佳者，應給予增深加廣之輔導。</li> <li>4.校內作業展覽，力求全體技巧的精進。</li> <li>5.蒐集製作或購置範例、幻燈片、影片及各類媒體，以輔助教學。</li> </ol>		

表 11-2-3-11 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	表現技法實習		
	英文名稱	Presentation Techniques Practice		
師資來源	內聘			
科目屬性	選修 實習科目			
	專業科目			
	科目來源	群科中心學校公告-校訂參考科目		
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班			
	(2)(2)0000			
	第一學年			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	(一)認知設計構想之表現技法及效果。 (二)熟練應用工具/畫材於設計草圖發展及模型製作。 (三)養成對形態之材質、質感、量感、體感等之表現能力養成。 (四)選擇適當的表現技法來製作專題。			
議題融入	體育班(性別平等 人權教育 環境教育 生命教育 法治教育 科技教育)			
教學內容				
主要單元(進度)		內容細項	分配節數	備註
(一)表現技法概說		1. 表現技法的重要性 2. 繪畫用筆介紹 3. 繪畫顏料介紹 4. 繪畫用紙介紹	8	
(二)硬筆技法		1. 鉛筆、色鉛筆練習 2. 扁筆(4B-6B)練習 3. 簽字筆練習	8	
(三)水性顏料技法		1. 水彩表現技法 2. 插畫墨水表現技法 3. 壓克力顏料表現技法	8	
(四)麥克筆技法		1. 平塗、漸層技法 2. 肌理、材質表現技法	8	
(五)綜合表現技法		1. 三種以上畫材混合技法 2. 亮點與暗面處理技法	8	
(六)三階段草圖應用		1. 廣告插畫 2. 繪本插畫 3. 書籍插畫 4. 科學插畫 5. 立體插畫 6. 漫畫	8	
(七)三階段草圖應用-產品設計		1. 繪畫技法的運用 2. 圖學的表现技法 3. 造型的創意表现技法	8	
(八)三階段草圖應用-室內設計		1. 透視圖學的表现技法 2. 室內設計的表现技法	8	
(九)三階段草圖應用-金工飾品		1. 凹入與凸出表现技法 2. 各種金屬材質練習 3. 各種寶石材質練習 4. 琉璃材質練習 5. 金工作品表现技法 6. 綜合產品設計表现	8	
合計			72	
學習評量 (評量方式)	1. 教師於教學時須做客觀的評量，以明瞭學習的成就與困難，做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，評量內容亦應兼顧認知(知識)、技能、情意(行為、習慣、態度、理想、興趣、職業道德、性別平等)等方面，以利學生健全發展。 3. 形成性評量：配合各種教學媒體，以口頭問答、討論或手繪實作等方式實施評量。 4. 診斷性評量：以作業考核列為過程評量的成績，未達標準者予以逐項指正，建立其手繪表現技法，再予以評量。 5. 總結性評量：以階段性測驗成績作總結性評量考核標準，除了問答題及選擇題的型式外，並應以手繪表現技法的實作方式予以考核。 6. 因應學生學習能力的不同，評量應注意鼓勵學生與標準比較和自我比較，力求努力上進提昇自我。 7. 學習評量的結果須妥切運用，除作為教師改進教材、教法及輔導學生之依據，應通知導師或家長，以獲得共同的了解與合作。 8. 未通過評量的學生，教師應分析、診斷其原因，實施補救教學；對於具特殊才能的學生，應實施充實性教學，已充分發展其特殊才能。			
教學資源	1. 學校宜力求充實教學設備及教學媒體，教師教學應充分利用設計相關媒體雜誌、教材、教具及其他教學資源。 2. 學校宜提供成果展示區，供學生分享創意及作品賞析。教師教學可適時帶領學生到校外參訪，使理論與實務相結合，提高學習興趣和效果。 3. 學校應配合國家技能檢定政策，引發學生學習技能的興趣，提升技術及職業教育教學的成效及功能。 4. 學校宜充分利用圖書資源、網路資源與社區、社會資源，結合在地特色及產業界進行產學合作。			
教學注意事項	1. 本科目為實習科目，重視教師的講解及現場示範，並依學生的程度差異做個別的指導，為達教學功效，建議分組教學，是否分組上課，得依主管機關規定辦理。			

2. 教師在教學前應編訂教學進度表。
3. 本科教學理論及實習並重，故教學時間的安排，以每週示範講解1節，實際繪圖練習2節為原則。
4. 教學活動應重視示範教學及個別輔導。
5. 教師教學時應以學生的既有經驗為基礎，多舉例多示範；並可適時搭配、運用電腦教學影片進行示範教學，加強學習動機。
6. 應兼顧手工工具及最新電腦科技之學習，務期適應各種不同的就業市場需求。
7. 教學完畢後，應根據實際教學成效修訂教學計畫，以期改進教學方法。

表 11-2-3-12 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	立體造形設計實習		
	英文名稱	Basic Practice		
師資來源	內聘			
科目屬性	選修 實習科目			
	專業科目			
	科目來源	學校自行規劃		
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班			
	003000			
	第二學年第一學期			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	一、瞭解各種工藝品之加工程序。 二、熟悉各種加工程序，完成各類工藝品之製作。 三、從實作中學習搭配其他材料以襯托出各類工藝之特色 四、瞭解各類工藝品之加工程序。 五、熟悉各種加工程序，完成各類工藝品之製作。 六、從實作中學習搭配其他材料以襯托出各類工藝之特色 七、養成合作服從精神、污染防治的環保觀念、正確安全的工作習 八、能養成正確的工作習慣及培養高尚的職業道德與情操。 九、工場安全與衛生宣導。			
議題融入	體育班 ( 性別平等 人權教育 環境教育 生命教育 法治教育 科技教育 )			
教學內容				
主要單元(進度)		內容細項	分配節數	備註
主題一：半立體構成與紙藝實驗		1-1 紙材特性與基礎加工 (3hrs) 認識各類模型紙(西卡紙、美國仿麻紙、牛奶板)。 切割、半割(割背)、壓線與基礎摺疊技法。 1-2 浮雕美學：規律與規律破壞 (3hrs) 重複與漸變美學：透過等比縮放或規律排列產生韻律感。 層疊與高低差造成的陰影表現。 1-3 實作：半立體壁飾設計 (3hrs) 在固定的底板上，利用單一白色系紙張，創造出具節奏感的抽象立體構成。	9	
主題二：線條構成與空間分割		2-1 線材結構與接合技術 (3hrs) 木條、竹籤、鐵絲等線型材料的力學支撐點。 接合方式：紮綁、熱熔膠、木工膠的選用與美觀處理。 2-2 幾何框架與桁架結構 (3hrs) 三角形與多邊形結構的穩定度實驗。 封閉空間與開放空間的虛實對比。 2-3 實作：極簡線構塔 (3hrs) 利用木條或細金屬絲，設計一個高度 30cm 以上、具動態平衡感的空間塔台。	9	
主題三：面材插接與多面體構造		3-1 正多面體與柏拉圖固體 (3hrs) 展開圖與組裝邏輯：正四面體、正六面體與正八面體。 插接結構(Interlocking)設計：不使用膠水的接合美學。 3-2 曲面構成與切削感 (3hrs) 利用硬質板材表現圓弧(濕彎、刻劃)。 面與面交界處的轉折處理(銳角 vs. 鈍角)。 3-3 實作：仿生插接動物造形 (3hrs)	9	

	利用瓦楞紙或灰卡板，將自然生物形體簡化為幾何面塊，並以插接方式完成。		
主題四：塊體構成與量感練習	<p>4-1 減法構成：切削與減重 (3hrs)</p> <p>保麗龍、石膏、油土的材質與操作工具。</p> <p>基本形體切削(Cube to Sphere)：由直面轉向曲面的過渡。</p> <p>4-2 空間凹凸與光影層次 (3hrs)</p> <p>學習開洞、內縮與外擴對量感的影響。</p> <p>觀察環境光如何定義物體的表面特徵。</p> <p>4-3 實作：現代建築模型縮影 (3hrs)</p> <p>以保麗龍為基材，進行大型切削，練習展現塊體的重量感與現代幾何美學。</p>	9	
主題五：異材質組合與觸覺對比	<p>5-1 硬質與軟質材質對話 (3hrs)</p> <p>木頭/金屬(硬) vs. 布料/毛線(軟)。</p> <p>透明材料(賽璐珞片/壓克力)與不透明材料的結合。</p> <p>5-2 異媒材接合機制 (3hrs)</p> <p>物理性結合(穿孔、螺絲、夾具)的視覺化設計。</p> <p>不同黏著劑對材質的化學反應與限制。</p> <p>5-3 實作：異材質生活小物設計 (3hrs)</p> <p>結合至少兩種異材質(如水泥與木材、鐵絲與纖維)，設計一個具備質感的立體擺件。</p>	9	
主題六：立體造形專題與展示	<p>6-1 主題發想與色彩計劃 (3hrs)</p> <p>將抽象美學(如：重複、對稱、比例)應用於具體主題。</p> <p>色彩對立體感、重量感與空間深度的視覺輔助。</p> <p>6-2 表面處理與精修 (3hrs)</p> <p>砂紙研磨等級、噴漆、補土與拋光技巧。</p> <p>作品底座(Pedestal)的比例與重要性。</p> <p>6-3 成果發表與作品集攝影 (3hrs)</p> <p>布光練習：利用側光、背光突顯立體造形。</p> <p>口頭發表：設計動機、技術克服與美學應用之說明。</p>	9	
合 計		54	
學習評量 (評量方式)	多元評量		
教學資源	相關書籍、掛圖、多媒體教材、幻燈片、網路數位資訊等。		
教學注意事項	<p>一、教師教學時應特別注意示範及個別指導。</p> <p>二、可利用教學媒體介紹各種機具的操作過程及使用方法。</p> <p>三、工場實習採分組實施，每組以20 人為限。</p> <p>四、宜加強工場人事管理。</p> <p>五、應注意工場意外事故防範。</p>		

表 11-2-3-13 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	數位設計基礎			
	英文名稱	Fundamentals of Digital Design			
師資來源	內聘				
科目屬性	選修 實習科目				
	專業科目				
	科目來源	群科中心學校公告-校訂參考科目			
學生圖像	創發行動力-專業創新				
適用科別	體育班				
	002200				
	第二學年				
建議先修科目	無				
教學目標 (教學重點)	(一)能瞭解數位設計的相關發展、概念及相關應用軟體。 (二)能培養良好的工作習慣及正確運用電腦的觀念。				
議題融入	體育班 ( 海洋教育 防災教育 國際教育 原住民族教育 )				
教學內容					
主要單元(進度)		內容細項		分配節數	備註
數位設計基 本概念		1. 數位設計的發展。 2. 數位設計所需的電腦軟硬體。 3. 網際網路在數位設計上的應用。		9	
數位設計相 關應用軟體 介紹		1. 繪圖軟體。 向量、點陣等繪圖軟體。 2. 圖像處理軟體。 2.1 數位化素材(如數位相機、掃描器等介紹使用)。 2.2 簡易修片、輸出等。 3. 動畫軟體。 4. 多媒體編輯軟體。 4.1 攝、錄影。 4.2 簡易影像剪輯、輸出等。		9	本單元介紹各種數位設計應用軟體，教師可從中選擇適當之課題教導學生進行練習。
發現設計		1. 從構思計畫中發現設計。 2. 設計過程中發生「心—物」的主、客體關係。		9	報告：「設計」在那裏？
設計原理		1. 描述「設計」的發生。 2. 分析設計的原理及方法。 3. 提出設計「抽象」的概念假設邏輯		9	
設計及環境		1. 實質環境中的人工及自然。 2. 設計現象中的主體及對象。 3. 在對象中定義現象。		9	
設計及創意的相關技術		1. 抽象思維及操作技藝的關聯性。 2. 介紹國內各項重要設計創意競賽及展覽，與歷年相關代表作品賞析及資料說明。		9	
設計的職場 行業分類		1. 學門及社會分工中的設計專業。 2. 設計專業的實務及理論。 3. 設計行業分類： 視覺傳達設計、空間設計、工業設計、工藝設計、時尚設計、時間設計等六大設計領域，與職場行業的分類及未來展望。		9	報告：自己未來的職場進路
設計的知識 體系		1. 設計—計畫—管理。 2. 設計的知識體系。 3. 關聯思考自己心目中的設計知識體系。		9	
合 計				72	
學習評量 (評量方式)	為達充分、具體、客觀，應依以下四個項目評量： 1. 情意性評量：隨時觀察記錄，包括課前準備、勤學精神態度等。 2. 形成性評量：配合各種教學媒體，以口頭問答討論方式實施評量。 3. 診斷性評量：以作業考核列為過程評量的成績，未達標準者予以逐項 指導，建立其基本知能，再予以評量。 4. 總結性評量：以期中、期末測驗成績作總結性評量考核標準。				
教學資源	指定教科書，並提供媒體教學資源。在師資方面，可考慮由相關教師依單元進度分段授課。				
教學注意事項	若為依單元主題分段分教師授課，仍應有一教師負責教學整合課務				

表 11-2-3-14 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	剪輯實習		
	英文名稱	Clip Practice		
師資來源	內聘			
科目屬性	選修 實習科目			
	專業科目			
	科目來源	群科中心學校公告-校訂參考科目		
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班			
	00(2)(2)00			
	第二學年			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	一、了解影像設計的意義。 二、具備影像設計創作能力及影像設計實務製作能力。 三、培養影像設計為創作媒體之能力。 四、透過實作練習與作品賞析，增強影像設計之美感表現。			
議題融入	體育班（海洋教育 防災教育 國際教育 原住民族教育）			
教學內容				
主要單元(進度)		內容細項	分配節數	備註
主題一：剪輯基礎與後製 workflow		單元 1-1：數位影音規格全解析 單元 1-2：Premiere Pro 工具箱 單元 1-3：初剪練習	9	
主題二：節奏與敘事：基礎蒙太奇		1. 影像處理結合影像軟體。 2. 文字及背景色彩處理。 3. 配樂旁白結合音效剪接軟體。 4. 快/慢動作及特效。 5. 製作燒錄VCD/DVD 光碟。 6. 視訊資料的取得(例：從DV、VCR、Camera...等)	9	
主題三：音訊處理與環境氛圍		1. 快/慢動作及特效。 2. 製作燒錄VCD/DVD 光碟。 3. 視訊資料的取得(例：從DV、VCR、Camera...等)	9	
主題四：字幕美學與動態標題		1. 網站架構及網頁製作。 2. 數位設計實務製作。	9	
主題五：色彩科學：調色與風格化		單元 5-1：一級調色 單元 5-2：二級調色與 LUT 應用 單元 5-3：【實習課】電影感風格仿作	9	
主題六：動態合成與綠幕去背		單元 6-1：遮罩 (Mask) 的應用 單元 6-2：超值鍵 (Ultra Key) 與動態摺像 單元 6-3：【實習課】穿越時空背景合成	9	
主題七：自媒體與短影音實戰		單元 7-1：直式影片與自動重構 單元 7-2：社群影片互動設計 單元 7-3：【實習課】15秒產品開箱短片	9	
主題八：專案輸出與作品集製作		單元 8-1：編碼、封裝與輸出 單元 8-2：作品集 (Showreel) 編排 單元 8-3：【總驗收】個人剪輯作品發表	9	
合 計			72	
學習評量 (評量方式)	多元評量			
教學資源	相關書籍、掛圖、多媒體教材、幻燈片、網路數位資訊等。			
教學注意事項	一、教師教學時應特別注意示範及個別指導。 二、可利用教學媒體介紹各種機具的操作過程及使用方法。 三、工場實習採分組實施，每組以20人為限。 四、宜加強工場人事管理。 五、應注意工場意外事故防範。			

表 11-2-3-15 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	電腦硬體裝修			
	英文名稱	Computer-Hardware Certificate Practice			
師資來源	內聘				
科目屬性	選修 實習科目				
	專業科目				
	科目來源	群科中心學校公告-校訂參考科目			
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作				
適用科別	體育班				
	000022				
	第三學年				
建議先修科目	無				
教學目標 (教學重點)	1.瞭解電腦硬體架構。 2.傳授電腦組織架構。 3.培養網路通訊及高階電腦維護技能。 4.取得丙級技術士證照。				
議題融入	體育班(性別平等 人權教育 法治教育 科技教育 資訊教育)				
教學內容					
主要單元(進度)		內容細項		分配節數	備註
(一) 第一站術科測驗須知與試題說明		1. 測試評審表 2. 術科測試時間配當表		9	
(二) 個人電腦介面卡製作		1. USB(通用串列匯流排基本介紹 2. ATMEGA8-16PU晶片基本介紹 3. 74LS244與74LS273零件基本介紹 4. 個人電腦介面卡電路圖介紹 5. Virsul Basic 2010程式介紹與撰寫		9	
(三) 第一站術科測試		焊接技巧補充說明與注意事項各種故障狀況排除		9	
(四) 第二站術科測驗須知與試題說明		1. 測試評審表 2. 術科測試時間配當表		9	
(五) 個人電腦故障檢測與拆裝		1. 個人電腦拆裝 2. 個人電腦故障檢測		9	
(六) RJ-45網路線製作與測試		1. 網路線說明 2. 網路線製作步驟		9	
(七) 工作站端系統安裝與環境設定		1. 製作USB開機隨身碟 2. 工作站端作業系統安裝		9	
(八) 伺服器端系統安裝與環境設定		1. Windows 2008R2 Sever作業系統的安裝 2. Windows 2008R2 Sever作業系統的設定		9	
合 計				72	
學習評量 (評量方式)	上機實作測驗				
教學資源	1. 使用電腦書籍(丙級電腦硬體裝修) 2. 多媒體網路範例教學。				
教學注意事項	1. 第三學年, 上學期4學分。 2. 以在實習教室由老師上課講解及實作為主。 3. 除教科書外, 善用各種實務範例講解, 以加強學習效果。				

表 11-2-3-16 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	繪畫基礎實習		
	英文名稱	Basic Painting and Drawing		
師資來源	內聘			
科目屬性	選修 實習科目			
	專業科目			
	科目來源	群科中心學校公告-校訂參考科目		
學生圖像	自主學習力-熱情參與			
適用科別	體育班			
	220000			
	第一學年			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	(一)能瞭解繪畫及設計的關係。 (二)具備敏銳的觀察能力及準確的描繪能力。 (三)具備使用不同素描媒材的基礎能力。 (四)具備繪畫及設計的基礎表現能力。			
議題融入	體育班 ( 性別平等 人權教育 法治教育 科技教育 資訊教育 )			
教學內容				
主要單元(進度)	內容細項	分配節數	備註	
基本繪畫及素描概說	1. 繪畫與素描的定義及目的。 2. 繪畫與設計的關係及重要性。 3. 繪畫與素描表現內容及形式簡介。 4. 繪畫與素描材料、工具及表現方法。	3		
鉛筆素描概說	1. 工具及基本技法介紹。 2. 鉛筆素描的基本技法練習。	3		
形體的觀察及描繪	1. 形體的簡化。 2. 形體的比例及量測。 3. 形體的描繪練習。	6		
光光明暗的觀察及表現	1. 光光明暗變化的觀察。 2. 光光明暗的表徵。 3. 光光明暗的表現練習。	6		
肌理質感的觀察及表現	1. 各種肌理質感的觀察。 2. 各種肌理質感的表徵。 3. 各種肌理質感的表現練習。	6		
空間的觀察與表現	1. 各種空間的觀察。 2. 各種空間的表徵。 3. 各種空間的表現練習。	6		
構圖概說	1. 繪畫及構圖概說。 2. 構圖形式介紹。 3. 畫面主從關係之處理。	3		
其他材料及形式的素描	1. 其他材料的素描介紹及練習。 1.1 炭筆素描。 1.2 沾水筆素描。 1.3 簽字筆素描。 1.4 其他。 2. 其他表現形式的素描介紹及練習。 1.1 點畫。 1.2 線畫。 1.3 其他。	9	本單元介紹各種材料及形式的素描表現，教師可從中選擇適當之材料及形式，教導學生進行素描練習。	
速寫練習	1. 靜態速寫練習。 2. 風景速寫練習。 3. 動態速寫練習。	6		
精細描繪	1. 精細描繪的步驟及方法介紹。 2. 精細描繪練習。	9		
水彩畫習作	1. 水彩畫基本技法及特性簡介。 2. 水彩和(及)素描的結合：淡彩畫。 3. 各類型水彩畫作品欣賞。 4. 水彩畫的表現及創作練習。	9		
西洋近代繪畫介紹及練習	1. 古典主義。 2. 浪漫主義。 3. 寫實主義。 4. 自然主義。 5. 印象主義。 6. 後印象主義。 7. 野獸派。 8. 立體派。 9. 抽象表現主義。	6	本單元介紹各種西洋近代繪畫流派的表現風格，教師可從中選擇適當之流派，教導學生進行彩繪練習。	
合計		72		

學習評量 (評量方式)	評量內容以繪畫及素描實務練習為主，為達充分、具體、客觀，應依以下四個項目評量：1.情意性評量：隨時觀察記錄，包括勤學精神態度、工具設備的維護情形。2.形成性評量：配合各種教學媒體，以口頭問答討論方式實施評量。3.診斷性評量：以作業考核列為過程評量的成績，未達標準者予以逐項指導，建立其基本技能，再予以評量。4.總結性評量：以期中、期末測驗成績作總結性評量考核標準。
教學資源	指定教科書及參考書籍，同時提供各種形式的媒體教學資源：如幻燈片、錄影帶、光碟片、投影片、數位媒體及網路教材資源……等，並以實際繪畫及素描作品豐富課程之內容。
教學注意事項	應利用美術館或文化局的畫展活動，以提高學生學習興趣；並邀請畫家來校示範講演或指導學生參觀學校鄰近畫家工作室，以增進教學效果。

表 11-2-3-17 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	基本設計實習		
	英文名稱	Fundamental Design		
師資來源	內聘			
科目屬性	選修 實習科目			
	專業科目			
	科目來源	群科中心學校公告-校訂參考科目		
學生圖像	創發行動力-專業創新			
適用科別	體育班			
	220000			
	第一學年			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	(一)能瞭解設計的基本知識及概念，並加以應用之。 (二)能熟悉基本設計原理，並應用於各種設計活動上。 (三)能正確運用基本設計原理，完成各項基本設計實習。 (四)具備銜接設計實務進階課程之能力。			
議題融入	體育班 ( 性別平等 人權教育 法治教育 科技教育 資訊教育 )			
教學內容				
	主要單元(進度)	內容細項	分配節數	備註
	主題一：視覺元素：點、線、面的基礎練習	1-1 點的構成與聚集 (3hrs) 點的大小、密度、位置所產生的重心感。 練習：利用針筆繪製「點的疏密」表現明暗與動感。 1-2 線的特質與情感 (3hrs) 直線(剛硬)、曲線(柔軟)、折線(不安)的情緒表達。 練習：使用平行線、交叉線創造空間深度。 1-3 面的分割與虛實 (3hrs) 幾何面與有機面的視覺權重。 練習：正負空間(Negative Space)練習，理解背景與圖案的對等關係。	9	
	主題二：形式原理(I)：對稱、平衡與規律	2-1 對稱與平衡 (3hrs) 絕對對稱與感覺對稱(不對稱平衡)。 視覺重心的心理感受訓練。 2-2 規律、重複與節奏 (3hrs) 單元造形(Unit)的開發。 四方連續與二方連續的構成邏輯。 2-3 實作：規律與韻律黑白構成 (3hrs) 製作一個單元造形，並透過規律排列產生如同音樂旋律般的視覺效果。	9	
	主題三：形式原理(II)：對比、調和與比例	3-1 對比的視覺衝擊 (3hrs) 大小對比、方圓對比、粗細對比、虛實對比。 強調法(Emphasis)：如何利用對比創造焦點。 3-2 調和與類似 (3hrs) 在差異中尋找共通點，建立視覺上的和諧美。 3-3 比例與黃金分割 (3hrs) 認識黃金比例(1.618)與等差/等比級數。 實作：利用幾何比例進行具現代感的版面分割。	9	
	主題四：色彩科學：色彩三要素與體系	4-1 色彩三要素與色相環 (3hrs) 色相 (Hue)、明度 (Value)、彩度 (Chroma) 判別。	9	本單元介紹各種美的形式原理，教師可從中選

	繪製 12/24 色相環，練習混色技巧。 4-2 色彩體系認知 (3hrs) 伊登色相環、曼塞爾色體系、PCCS 色彩體系簡介。 練習：明度階(Value Scale)與彩度階的精準手繪。		擇適當之課題教導學生進行練習。
主題五：色彩配色與對比實務	5-1 色彩對比現象 (3hrs) 同時對比、相繼對比、色相對比、補色對比。 練習：小方塊在不同背景色下的明度變化實驗。 5-2 基礎配色原則 (3hrs) 單色系(Monotone)、類似色、互補色、分裂補色配色法。 色調(Tone)的統整與配比(如：70/25/5 原則)。 5-3 實作：色彩意象聯想 (3hrs) 利用特定配色表現「酸、甜、苦、辣」或「四季」的情境感。	9	本單元介紹各種圖形構成方法，教師可從中選擇適當之課題教導學生進行練習。
主題六：質感與肌理的表現	6-1 自然肌理與人為肌理 (3hrs) 觀察木紋、石紋、編織與鏽蝕。 練習：拓印與實物拼貼(Collage)。 6-2 視覺肌理的描繪 (3hrs) 利用點、線、面模擬材質質感。 練習：在平面上表現「金屬感」或「透明感」。 6-3 實作：綜合肌理造型實驗 (3hrs) 結合不同材料(砂紙、布料、油墨)，完成一張具備豐富觸覺感的抽象畫	9	
主題七：圖形簡化與標誌設計	7-1 物象的簡化與變形 (3hrs) 寫實 → 裝飾 → 抽象的演變過程。 提取自然物特徵的速寫練習。 7-2 標誌構成邏輯 (3hrs) 文字標誌、圖形標誌、組合標誌的結構。 封閉式構圖與開放式構圖。 7-3 實作：個人風格識別 Logo (3hrs) 提取自己名字或特質的元素，進行簡化與黑白反轉練習。	9	
主題八：綜合構成與專題發表	8-1 專題發想與草圖繪製 (3hrs) 設定特定主題(如：我的家鄉、環境議題)。 應用本學期學過的至少三種形式原理進行發想。 8-2 作品精繪與完稿 (4hrs) 練習畫面平衡、色彩配置與邊緣修整。 強調「完稿度」：畫面清潔與裝裱規範。 8-3 成果發表與自評 (2hrs) 練習說明自己的設計理念。 學習鑑賞同儕作品，理解不同美感的表達途徑。	9	
合計		72	
學習評量 (評量方式)	為達充分、具體、客觀，應依以下四個項目評量：1. 情意性評量：隨時觀察記錄，包括勤學精神態度、工具設備的維護情形。2. 形成性評量：配合各種教學媒體，以口頭問答討論方式實施評量。3. 診斷性評量：以作業考核列為過程評量的成績，未達標準者予以逐項指導，建立其基本技能，再予以評量。4. 總結性評量：以期中、期末測驗成績作總結性評量考核標準。		
教學資源	指定教科書，並提供數位媒體及網路教材資源等教學資源。		
教學注意事項	1. 各單元之作業量及深度，可依學生程度作若干調整。 2. 各項教學活動應配合教學示範及個別指導。 3. 應重視及鼓勵學生之創造力。		

## (四) 彈性學習時間之充實(增廣)/補強性課程 (全學期授課)

表 11-2-4-1 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

## 彈性學習時間充實(增廣)/補強性 課程教學大綱

科目名稱	中文名稱	運動防護概念		
	英文名稱	Sports protection		
師資來源	內聘			
科目屬性	充實(增廣)性			
適用科別	體育班			
節/週	每週1節，共18週			
開課年級/學期	第一學年第一學期			
教學目標 (教學重點)	了解運動傷害產生原因 知道運動傷害發生時如何處理 知道如何避免運動傷害			
教學內容				
主要單元(進度)		內容細項	分配節數	備註
(一)運動防護		概說	2	
(二)常見的運動傷害		急性運動傷害 慢性運動傷害	4	
(三)運動生理概介		血液循環 呼吸 能量來源 電解質	4	
(四)運動肌肉群認識		手部 肩部 胸部 腿部	4	
(五)錯誤的肌肉訓練法		直腿仰臥起坐 背部過度伸展	4	
合 計			18	
學習評量 (評量方式)	學習單 測驗卷 課間提問 分組報告			
教學資源	*葉恩的運動防護/葉恩、李家雄著(2010) *人體解剖全書/安德魯·貝爾著；謝伯讓、高蕙涵譯(2013)			
教學注意事項	課程內容難度須符合學生程度 操作性課程的量需考慮個人差異 操作時安全確保要確實執行			

表 11-2-4-2新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱  
 彈性學習時間充實(增廣)/補強性 課程教學大綱

科目名稱	中文名稱	運動防護技能實作		
	英文名稱	Sports protection operation		
師資來源	內聘			
科目屬性	充實(增廣)性			
適用科別	體育班			
節/週	每週1節，共18週			
開課年級/學期	第一學年第二學期			
教學目標 (教學重點)	能做到運動傷害時的處理 能做出正確的運動暖身 能做到避免運動傷害的防護技能			
教學內容				
主要單元(進度)		內容細項	分配節數	備註
(一)運動暖身操		基本款 棒球專項暖身 排球專項暖身 拳擊專項暖身	4	
(二)運動伸展		伸展原則及訣竅 脖子背部肩膀手臂 胸部腹部腰部 臀部及股關節周圍 大腿	4	
(三)運動放鬆		按摩手法 道具運用	4	
(四)運動貼紮		肌貼原則 手部 膝部 踝部	6	
合 計			18	
學習評量 (評量方式)	學習單 課間操作評量			
教學資源	*全世界第一有效的伸展法/中野.詹姆士.修一著；林佳翰譯(2017) *肌筋膜健身全書/羅伯特.施萊普、約翰娜.拜爾著；呂以榮、劉彬彬譯(2017) *葉恩的運動防護/葉恩、李家雄著(2010) *運動指導百科/喬安娜.霍爾著；孫雪晶譯((2006)			
教學注意事項	課程內容難度須符合學生程度 操作性課程的量需考慮個人差異 操作時安全確保要確實執行			

表 11-2-4-3新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱  
 彈性學習時間充實(增廣)/補強性 課程教學大綱

科目名稱	中文名稱	放鬆技巧實作		
	英文名稱	Practice of Relaxation Skills		
師資來源	內聘			
科目屬性	充實(增廣)性			
適用科別	體育班			
節/週	每週1節，共18週			
開課年級/學期	第二學年第二學期			
教學目標(教學重點)	能做到各種放鬆訓練的技巧 能做出正確的肌群放鬆訓練			
教學內容				
主要單元(進度)		內容細項	分配節數	備註
一、腹式呼吸放鬆法		講解腹式呼吸要領 實際練習	1	
二、自我暗示訓練方法		講解自我暗示訓練方法的步驟、要領 實際練習	2	
三、漸進式肌肉放鬆練習方法		講解漸進式肌肉放鬆練習方法的步驟、要領 實際練習	3	
四、肌筋膜放鬆法		講解利用滾筒做核心訓練、按摩放鬆、伸展方法 實際練習	6	
五、肌肉伸展放鬆法		講解伸展種類，技巧 實際練習(頭部、頸部、軀幹、四肢)	4	
六、靜坐冥想放鬆法		講解靜坐冥想放鬆法的步驟、要領 實際練習	2	
合 計			18	
學習評量(評量方式)	學習單 課間操作實測			
教學資源	伸展聖經/陳萱芳譯/攤下文化出版 網路 YouTube影片 鬆筋膜-天天零疼痛/陳品芳譯/采實文化出版社 放慢、放鬆、放下/鄭存琪著/原水出版社			
教學注意事項	課程內容難度須符合學生程度 操作性課程的量需考慮個人差異 操作時宜注意安全及確實執行			

表 11-2-4-4新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱  
 彈性學習時間充實(增廣)/補強性 課程教學大綱

科目名稱	中文名稱	放鬆理論與技巧簡介		
	英文名稱	Introduction to the Theories and Skills of Relaxation		
師資來源	內聘			
科目屬性	充實(增廣)性			
適用科別	體育班			
節/週	每週1節，共18週			
開課年級/學期	第二學年第一學期			
教學目標(教學重點)	瞭解放鬆的理論與技巧 知道何時使用放鬆技巧，恢復身體疲勞，減輕心理壓力，避免運動傷害			
教學內容				
主要單元(進度)		內容細項	分配節數	備註
一、放鬆與壓力		1. 放鬆的重要性 2. 放鬆與壓力管理 3. 壓力理論介紹	5	經驗分享：學生分享曾經經歷的壓力來源，最後是用甚麼方法克服，走過這段歷程。每人上台分享3分鐘。
二、. 肌筋膜放鬆理論		1. 甚麼是肌膜?為什麼要放鬆肌膜? 2. 肌筋膜疼痛症候群介紹 3. 核心肌群介紹 4. 筋膜放鬆器材介紹	5	教學影片欣賞 學習評量
三、放鬆的方法介紹		1. 腹式呼吸放鬆法 2. 自我暗示訓練方法 3. 漸進式肌肉放鬆練習方法 4. 靜坐冥想放鬆法 5. 肌筋膜放鬆法 6. 肌肉伸展放鬆法 7. 水療放鬆法	8	完成學習單
合 計			18	
學習評量(評量方式)	完成學習單 紙筆測驗 課堂問答			
教學資源	伸展聖經/陳萱芳譯/攤下文化出版 網路 YouTube影片 鬆筋膜-天天零疼痛/陳品芳譯/采實文化出版社			
教學注意事項	教材編選應符合學生程度 教學宜生動，讓學生保持學習動機 教學過程中，適時實施過程評量，以了解學生學習狀況。			

表 11-2-4-5 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱  
 彈性學習時間充實(增廣)/補強性 課程教學大綱

科目名稱	中文名稱	運動系統簡介	
	英文名稱	Introduction to the locomotor system	
師資來源	內聘		
科目屬性	充實(增廣)性		
適用科別	體育班		
節/週	每週1節，共18週		
開課年級/學期	第三學年第一學期		
教學目標(教學重點)	1. 引導學生認識與運動相關的系統，藉由對身體構造的認識，引發學生體會人體奧妙。 2. 藉由對身體構造瞭解，加深對肢體動作的形成與限制，以有效預防運動所造成的傷害。		
教學內容			
主要單元(進度)	內容細項	分配節數	備註
1. 呼吸系統	呼吸器官的構造 呼吸的能力	2	
2. 循環系統	循環與血管構造 血液的功能 心臟的構造與功能	3	
3. 神經系統	腦的構造與功能 神經系統與神經細胞 神經系統的功能 反射運動 意識運動 末梢神經的功能	5	
4. 肌肉、肌腱	關節運動的原理 肌肉的結構與功能 肌肉名稱介紹 肌腱的結構與功能	4	
5. 骨骼、關節	骨骼的種類 骨骼的構造 骨骼的形成與骨骼的吸收 關節的構造 關節的種類	4	
合 計		18	
學習評量(評量方式)	學習單、小考評量、課堂問答、分組報告		
教學資源	基礎運動傷害(2012) / 烏居俊作；陳怡君翻譯 網路: youtube影片		
教學注意事項	1. 教材難易要符合學生程度 2. 上課方式宜多變化，引起學生學習動機 3. 評量方式宜多元，以確實瞭解學生學習狀況		

表 11-2-4-6 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱  
 彈性學習時間充實(增廣)/補強性 課程教學大綱

科目名稱	中文名稱	肌群訓練實作		
	英文名稱	Muscle training		
師資來源	內聘			
科目屬性	充實(增廣)性			
適用科別	體育班			
節/週	每週1節，共18週			
開課年級/學期	第三學年第二學期			
教學目標(教學重點)	能做到各種訓練的要求 能做出正確的肌群訓練			
教學內容				
主要單元(進度)		內容細項	分配節數	備註
(一)運動強度與呼吸混和訓練		力量:強中弱 時間:快慢	3	
(二)上身肌肉群訓練		手腕 手臂 肩部 頸部	5	
(三)核心肌群訓練		腹部 胸部 背部 腰部	5	
(四)下身肌肉群訓練		腿 踝 臀	5	
合 計			18	
學習評量(評量方式)	學習單 課間操作實測			
教學資源	*人體解剖全書/安德魯.貝爾著；謝伯讓、高蕙涵譯(2013) *核心訓練圖解聖經/DK Publishing著；許育達、陳壹豪、應充明、鄭明昇教練群譯(2014) *肌筋膜健身全書/羅伯特.施萊普、約翰娜.拜爾著；呂以榮、劉彬彬譯(2017)			
教學注意事項	課程內容難度須符合學生程度 操作性課程的量需考慮個人差異 操作時安全確保要確實執行			

## (五) 特殊需求領域課程

表 11-2-5-1 新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	競技運動綜合訓練		
	英文名稱	Competitive Sports Comprehensive Training		
師資來源	內聘			
科目屬性	特殊需求課程			
	校訂選修 一般科目			
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班-			
	0			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	一、瞭解競技運動綜合訓練知能 二、執行競技運動綜合訓練技能 三、深化競技運動綜合訓練應用能力 四、熟練並於競賽實境中活用所需之競技運動綜合訓練能力			
教學內容				
主要單元(進度)	內容細項	分配節數	備註	
重量訓練動作設計原理	RAMP暖身運動 動作設計原理	9		
核心肌群訓練動作介紹	核心肌群介紹 核心肌群訓練動作講解	9		
核心訓練動作實務操作	核心訓練動作講解 核心訓練動作操作	9		
下半身肌力訓練動作介紹	下半身肌群介紹 下半身肌群動作介紹	9		
下半身肌力訓練動作實務操作	下半身動作訓練課表實作 下半身動作訓練課程操作	9		
上半身肌力訓練動作介紹	上半身肌群介紹 上半身肌群動作介紹	9		
上半身肌力訓練動作實務操作	上半身動作訓練課表實作 上半身動作訓練課程操作	9		
間歇訓練原理	間歇訓練原理 間歇訓練應用	9		
間歇訓練實務操作	間歇訓練課表擬定方式 間歇訓練實務操作	9		
有氧訓練原理	有氧訓練原理 有氧訓練應用	9		
有氧訓練實務操作	有氧訓練課表擬定 有氧訓練實務操作	9		
功能性訓練原理	功能性訓練原理介紹	9		
功能性訓練應用	功能性訓練動作講解	9		
功能性訓練計劃擬定	功能性訓練計畫擬定與執行	9		
動態熱身	動態熱身原理 動態熱身動作講解與應用	9		
滾筒動作及伸展	滾筒動作及伸展原理講解 滾筒動作及伸展實務操作	9		
增強式訓練原理	增強式訓練原理講解 增強式訓練動作說明	9		
增強式訓練實務操作	增強式訓練課表擬定 增強式訓練實務操作	9		
身體中軸穩定	身體中軸穩定原理說明 身體中軸穩定實務操作	9		
單一關節規則	單一關節規則原理說明 單一關節規則實務操作	9		
力矩法則	力矩法則原理說明 力矩法則實務操作	9		
身體原理與隧道	身體原理與隧道原理說明 身體原理與隧道實務操作	9		
動作分級系統	動作分級系統原理說明 動作分級系統實務操作	9		
身體活動度	身體活動度原理說明 身體活動度實務操作	9		

鬆動術技巧	鬆動術技巧原理說明 鬆動術技巧實務操作	9
鬆動術技巧-上背與肩部後側肌群	上背與肩部後側肌群講解 上背與肩部後側肌群鬆動術實務操作	9
鬆動術技巧-手臂與軀幹	手臂與軀幹肌群講解 手臂與軀幹肌群鬆動術實務操作	9
鬆動術技巧-臀部肌群與髖關節肌群	臀部肌群與髖關節肌群講解 臀部肌群與髖關節肌群鬆動術實務操作	9
鬆動術技巧-大腿及小腿肌群	大腿及小腿肌群講解 大腿及小腿肌群鬆動術實務操作	9
肌肉鍛鍊解剖術-暖身	肌肉訓練暖身動作講解 肌肉訓練暖身實務操作	9
肌肉鍛鍊解剖術-胸部與腹部	胸部與腹部訓練動作講解 胸部與腹部訓練實務操作	9
肌肉鍛鍊解剖術-背部與肩部	背部與肩部訓練動作講解 背部與肩部訓練實務操作	9
肌肉鍛鍊解剖術-手臂與腿部	手臂與腿部訓練動作講解 手臂與腿部訓練實務操作	9
運動與營養	運動能量來源說明 運動飲食處方介紹	9
運動與體重控制	體重控制機制說明 體重控制處方擬定	9
運動心理學	運動焦慮與壓力檢測 運動專注訓練與操作	9
合 計		324
學習評量 (評量方式)	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%)	
教學資源	體育專業領域課程綱要及自編教材	
教學注意事項	<p>1. 課程設計以紮實、靈活、創新及熟練等原則。</p> <p>2. 每學期間學前做好教學/訓練規劃，並準備教學或訓練所需資源及相關事項。</p> <p>3. 備課或編寫訓練計畫時應分析學生學習經驗、運動訓練歷程、族群文化特性、教材性質、教學與訓練目標，準備符合學生需求的學習內容，並規劃多元適性之教學與訓練活動，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，以增強學習的理解、連貫和運用。</p> <p>4. 依據核心素養、教學/訓練目標及學生學習表現，選用適合的教學/訓練模式，並就課程特性，採用經實踐檢驗有效的教學/訓練方法或策略；或針對不同性質的學習內容，如事實、概念、原則、技能和態度等，設計有效的教學/訓練活動，並適時融入數位學習資源與方法。</p> <p>5. 依據學生多方面的差異，規劃適性分組、採用多元教學/訓練模式及提供符合不同需求的學習材料與評量方式等，並可安排普通班與體育班交流之教學活動。</p> <p>6. 為增進學生學習成效，具備自主學習和終身學習能力，引導學生如何學習，包括動機策略、思考策略，以及後設認知策略等。</p> <p>7. 依據教材內容與學生能力，兼顧創意和適性，並適度補充最新之知識。</p> <p>8. 教學實施以學生為中心，並強化學生自主學習、批判性與創造性思考的能力，引導其學習如何學習、思考如何思考，進而培養終身學習的能力。</p> <p>9. 活動設計應顧及學生的多元智能需求，以達成適性發展的目標。</p> <p>10. 教學實施得依學生個別差異，彈性實施能力分組、跨年級分組或其他適性教學，並採取適切之協同教學。</p> <p>11. 重視學生學習之情緒問題，應經常關心學生的生活、訓練及比賽情況，使其身心獲得健全發展。</p> <p>12. 建立學生學習歷程檔案，作為個別及追蹤輔導之依據。</p> <p>13. 從事教學/訓練時，應注意對學生言語指導與肢體接觸的適當性，以及輔導管教與性平等相關法規。</p> <p>14. 學習評量依據該主管機關訂定之學習評量準則及相關補充規定辦理。</p> <p>15. 學習評量應兼顧形成性評量、總結性評量，並可視學生實際需要，實施診斷性評量、安置性評量或學生轉銜評估。</p> <p>16. 依據學習評量需求自行設計學習評量工具。評量的內容應考量學生身心發展、個別差異、文化差異及核心素養內涵，並兼顧認知、技能、情意等不同層面的學習表現。</p> <p>17. 教材研發包括教科用書、各類圖書、數位教材、補救教材與診斷工具及各種學習資源等，需衡量不同</p>	

學習階段間的縱向銜接及領域/群科/學程/科目及課程類型之間的橫向統整。

18. 教材內容宜強調相互關連性與應用性，以期學生能習得實用性、統整性之知識能力及優良之心理素質。

19. 依運動項目特徵、運動成績優良學生身心特性及比賽週期等因素，編訂具有個別化、彈性化之訓練計畫。訓練計畫除明列遠、中、近程目標及其達成目標之過程與方法外，應包含日訓練計畫、週訓練計畫、學期訓練計畫、年度訓練計畫之課程內容。

20. 教材內容應包括各種基本戰術及創新戰術，並安排運用與熟練之課程。

表 11-2-5-2新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	專項運動戰術與應用-拳擊		
	英文名稱	Special tactical strategy application topic-Boxing		
師資來源	內聘			
科目屬性	特殊需求課程			
	校訂選修 一般科目			
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班-			
	0			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	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			
教學內容				
主要單元(進度)	內容細項	分配節數	備註	
基本動作-1	前手拳出擊	9		
基本動作-2	後手拳出擊	9		
基本動作-3	左勾拳出擊	9		
基本動作-4	右勾拳出擊	9		
基本動作-5	左上勾拳出擊	9		
基本動作-6	右下勾拳出擊	9		
基本動作-7	步法前進移動訓練	9		
基本動作-8	步法後退移動訓練	9		
基本動作-9	步法左移訓練	9		
基本動作-10	步法右移訓練	9		
徒手訓練-1	組合拳訓練	9		
徒手訓練-2	組合拳連合法訓練	9		
徒手訓練-3	反擊拳訓練	9		
器材訓練-1	教練靶打擊訓練	9		
器材訓練-2	沙袋打擊訓練	9		
器材訓練-3	人型靶打擊訓練	9		
器材訓練-4	藥球訓練	9		
重量訓練	重量器材輔助訓練	9		
體能訓練	徒手體能訓練	9		
肌力訓練-1	速度訓練	9		
肌力訓練-2	長跑訓練	9		
綜合打擊-1	模擬打擊	9		
綜合打擊-2	實戰對打	9		
綜合分析-1	綜合分析	9		
合 計		216		
學習評量 (評量方式)	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%)			
教學資源	體育專業領域課程綱要及自編教材 拳擊訓練台、手套、護頭、繃帶、牙墊、沙袋、教練靶、重量器材、藥球、跳繩			
教學注意事項	1. 課程設計以紮實、靈活、創新及熟練等原則。 2. 每學期開學前做好教學/訓練規劃，並準備教學或訓練所需資源及相關事項。 3. 備課或編寫訓練計畫時應分析學生學習經驗、運動訓練歷程、族群文化特性、教材性質、教學與訓練目標，準備符合學生需求的學習內容，並規劃多元適性之教學與訓練活動，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，以增強學習的理解、連貫和運用。 4. 依據核心素養、教學/訓練目標及學生學習表現，選用適合的教學/訓練模式，並就課程特性，採用經實踐檢驗有效的教學/訓練方法或策略；或針對不同性質的學習內容，如事實、概念、原則、技能和態度等，設計有效的教學/訓練活動，並適時融入數位學習資源與方法。			

5. 依據學生多方面的差異，規劃適性分組、採用多元教學/訓練模式及提供符合不同需求的學習材料與評量方式等，並可安排普通班與體育班交流之教學活動。
6. 為增進學生學習成效，具備自主學習和終身學習能力，引導學生如何學習，包括動機策略、思考策略，以及後設認知策略等。
7. 依據教材內容與學生能力，兼顧創意和適性，並適度補充最新之知識。
8. 教學實施以學生為中心，並強化學生自主學習、批判性與創造性思考的能力，引導其學習如何學習、思考如何思考，進而培養終身學習的能力。
9. 活動設計應顧及學生的多元智能需求，以達成適性發展的目標。
10. 教學實施得依學生個別差異，彈性實施能力分組、跨年級分組或其他適性教學，並採取適切之協同教學。
11. 重視學生學習之情緒問題，應經常關心學生的生活、訓練及比賽情況，使其身心獲得健全發展。
12. 建立學生學習歷程檔案，作為個別及追蹤輔導之依據。
13. 從事教學/訓練時，應注意對學生言語指導與肢體接觸的適當性，以及輔導管教與性平等相關法規。
14. 學習評量依據各該主管機關訂定之學習評量準則及相關補充規定辦理。
15. 學習評量應兼顧形成性評量、總結性評量，並可視學生實際需要，實施診斷性評量、安置性評量或學生轉銜評估。
16. 依據學習評量需求自行設計學習評量工具。評量的內容應考量學生身心發展、個別差異、文化差異及核心素養內涵，並兼顧認知、技能、情意等不同層面的學習表現。
17. 教材研發包括教科用書、各類圖書、數位教材、補救教材與診斷工具及各種學習資源等，需衡量不同學習階段間的縱向銜接及領域/群科/學程/科目及課程類型之間的橫向統整。
18. 教材內容宜強調相互關連性與應用性，以期學生能習得實用性、統整性之知識能力及優良之心理素質。
19. 依運動項目特徵、運動成績優良學生身心特性及比賽週期等因素，編訂具有個別化、彈性化之訓練計畫。訓練計畫除明列遠、中、近程目標及其達成目標之過程與方法外，應包含日訓練計畫、週訓練計畫、學期訓練計畫、年度訓練計畫之課程內容。
20. 教材內容應包括各種基本戰術及創新戰術，並安排運用與熟練之課程。

表 11-2-5-3新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	專項運動戰術與應用-排球		
	英文名稱	Special tactical strategy application topic-volleyball		
師資來源	內聘			
科目屬性	特殊需求課程			
	校訂選修 一般科目			
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班-			
	0			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	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			
教學內容				
主要單元(進度)	內容細項	分配節數	備註	
介紹	排球場地大小、網高、服裝、設備	9		
低手傳接球-初階	基本動作要領(握法、腳步、擊球位置)	9		
低手傳接球-中階	個人連續對空向上打、個人連續對牆打	9		
低手傳接球-進階	兩人或多人連續對打	9		
高手傳接球-初階	基本動作要領(手勢、腳步、擊球位置)	9		
高手傳接球-中階	個人連續對空向上托球、個人連續對牆托球	9		
高手傳接球-高階	兩人或多人連續對打	9		
高手傳接球-進階	五人跑動傳球高手	9		
防守站位介紹	防守基本站位	9		
高手發球-初階	基本動作要領(握法、腳步、擊球位置)	9		
高手發球-進階	設定目標	9		
綜合練習	發球+接球	9		
隊形介紹	輪轉	9		
規則講解	規則、裁判手勢	9		
綜合練習-進階	比賽(低手、高手)	9		
攻擊初級	基本動作要領(腳步、擺背、步伐練習)	9		
攻擊中級	拋球攻擊	9		
攻擊高級	自己拋球自己攻擊	9		
綜合練習-1	舉球+攻擊	9		
綜合練習-2	扣球+接球+舉球+攻擊	9		
綜合練習-3	隊型練習	9		
綜合練習-4	模擬比賽	9		
攻擊戰術-時間差練習	動作講解	9		
攻擊戰術-隊形變換	實際操作	9		
合 計		216		
學習評量 (評量方式)	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%)			
教學資源	體育專業領域課程綱要及自編教材			
教學注意事項	<p>1. 課程設計以紮實、靈活、創新及熟練等原則。</p> <p>2. 每學期開學前做好教學/訓練規劃，並準備教學或訓練所需資源及相關事項。</p> <p>3. 備課或編寫訓練計畫時應分析學生學習經驗、運動訓練歷程、族群文化特性、教材性質、教學與訓練目標，準備符合學生需求的學習內容，並規劃多元適性之教學與訓練活動，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，以增強學習的理解、連貫和運用。</p> <p>4. 依據核心素養、教學/訓練目標及學生學習表現，選用適合的教學/訓練模式，並就課程特性，採用經實踐檢驗有效的教學/訓練方法或策略；或針對不同性質的學習內容，如事實、概念、原則、技能和態度等，設計有效的教學/訓練活動，並適時融入數位學習資源與方法。</p> <p>5. 依據學生多方面的差異，規劃適性分組、採用多元教學/訓練模式及提供符合不同需求的學習材料與評</p>			

- 量方式等，並可安排普通班與體育班交流之教學活動。
6. 為增進學生學習成效，具備自主學習和終身學習能力，引導學生如何學習，包括動機策略、思考策略，以及後設認知策略等。
  7. 依據教材內容與學生能力，兼顧創意和適性，並適度補充最新之知識。
  8. 教學實施以學生為中心，並強化學生自主學習、批判性與創造性思考的能力，引導其學習如何學習、思考如何思考，進而培養終身學習的能力。
  9. 活動設計應顧及學生的多元智能需求，以達成適性發展的目標。
  10. 教學實施得依學生個別差異，彈性實施能力分組、跨年級分組或其他適性教學，並採取適切之協同教學。
  11. 重視學生學習之情緒問題，應經常關心學生的生活、訓練及比賽情況，使其身心獲得健全發展。
  12. 建立學生學習歷程檔案，作為個別及追蹤輔導之依據。
  13. 從事教學/訓練時，應注意對學生言語指導與肢體接觸的適當性，以及輔導管教與性平等相關法規。
  14. 學習評量依據各該主管機關訂定之學習評量準則及相關補充規定辦理。
  15. 學習評量應兼顧形成性評量、總結性評量，並可視學生實際需要，實施診斷性評量、安置性評量或學生轉銜評估。
  16. 依據學習評量需求自行設計學習評量工具。評量的內容應考量學生身心發展、個別差異、文化差異及核心素養內涵，並兼顧認知、技能、情意等不同層面的學習表現。
  17. 教材研發包括教科用書、各類圖書、數位教材、補救教材與診斷工具及各種學習資源等，需衡量不同學習階段間的縱向銜接及領域/群科/學程/科目及課程類型之間的橫向統整。
  18. 教材內容宜強調相互關連性與應用性，以期學生能習得實用性、統整性之知識能力及優良之心理素質。
  19. 依運動項目特徵、運動成績優良學生身心特性及比賽週期等因素，編訂具有個別化、彈性化之訓練計畫。訓練計畫除明列遠、中、近程目標及其達成目標之過程與方法外，應包含日訓練計畫、週訓練計畫、學期訓練計畫、年度訓練計畫之課程內容。
  20. 教材內容應包括各種基本戰術及創新戰術，並安排運用與熟練之課程。

表 11-2-5-4新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	運動健康管理		
	英文名稱	Exercise and Health Management		
師資來源	內聘			
科目屬性	特殊需求課程			
	校訂選修 一般科目			
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班-			
	2			
	第二學年第二學期			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	瞭解健康管理及健康促進的方法與策略，並透過健康知識的建立改變行為，以養成良好的運動習慣，進而落實健康生活。			
教學內容				
主要單元(進度)	內容細項	分配節數	備註	
健康管理與健康促進	1. 如何管理健康 2. 健康促進策略	8		
運動與健康	1. 運動健康與體適能之間的關係 2. 運動與骨骼肌肉系統健康的關係 3. 運動對避免老化作用的影響 4. 如何維持規律的運動習慣 5. 運動傷害處理與預防	8		
理想體重管理	1. 基礎代謝率 2. 運動與能量平衡 3. 體重控制與運動處方	8		
運動與營養	1. 六大營養素 2. 運動與營養的補充 3. 運動與酒精 4. 運動與咖啡因 5. 瞭解健康食品	6		
運動與慢性疾病	1. 運動與心血管疾病關係 2. 運動與癌症關係 3. 運動與和糖尿病的關係 4. 運動與壓力管理關係 5. 運動與下背痛	6		
合 計		36		
學習評量 (評量方式)	完成學習單 紙筆測驗 課堂問答			
教學資源	網路 YouTube影片 運動健康管理(第五版)(2015) /作者：張妙瑛，盧俊宏，闕月清，呂香珠，黃月嬋/ 出版社：全華圖書 運動與健康(200) /編譯：陳俊忠/出版社：易利圖書			
教學注意事項	教材編選應符合學生程度 教學宜生動，讓學生保持學習動機 教學過程中，適時實施過程評量，以了解學生學習狀況。 以學生為中心，引導其學習如何學習、如何思考，進而培養終身學習的能力。			

表 11-2-5-5新北市立鶯歌高級工商職業學校 校訂科目教學大綱

科目名稱	中文名稱	專項運動戰術與應用-棒球		
	英文名稱	Special tactical strategy application topic-Baseball		
師資來源	內聘			
科目屬性	特殊需求課程			
	校訂選修 一般科目			
學生圖像	卓越品格力-自我管理、自主學習力-熱情參與、創發行動力-專業創新、跨域整合力-團隊合作			
適用科別	體育班-			
	12			
	第一學年 第二學年 第三學年			
建議先修科目	無			
教學目標 (教學重點)	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			
教學內容				
主要單元(進度)	內容細項	分配節數	備註	
基本守備(內外野靜態動作訓練)	1、正面滾地球訓練 2、側面滾地球訓練	9		
基本守備(內外野動態動作訓練)	1、正面滾地球訓練-1 2、側面滾地球訓練-1	9		
基本守備(內外野動態動作訓練)-進階	1、正面飛球助跑訓練 2、後退飛球接球訓練	9		
全場守備訓練	1、內外野轉傳訓練 2、內外野跑位訓練	9		
全場守備訓練-進階	1、模擬比賽全場跑位訓練 2、模擬比賽狀況性訓練	9		
基本打擊訓練	1、打tee動作調整訓練 2、long tee力量及延伸訓練	9		
進階打擊訓練	1、犧牲觸擊訓練 2、狀況性暗號執行訓練	9		
全場打擊訓練	1、free batting 2、三組狀況性打擊演練	9		
全場打擊訓練-進階	1、一組狀況性打擊訓練 2、一組模擬比賽情境演練	9		
以賽代訓	1、自行分組比賽 2、與他校進行友誼賽	9		
投手投球訓練-初階	1、遠投臂力及協調訓練 2、近距離動作調整	9		
投手投球訓練-中階	1、牛棚投球動作調整 2、牛棚模擬比賽訓練	9		
投手投球訓練-高階	1、擔任銀球投手，調整控球 2、擔任一組打擊投手實戰演練	9		
投手牽制訓練	1、投手搭配野手進行牽制訓練 2、投手兩兩牽制動作調整	9		
投手暗號訓練	1、投手搭配野手進行跑位訓練 2、投手暗號暗號實際演練	9		
投手守備訓練	1、犧牲觸擊處理訓練 2、壘上有人狀況性演練	9		
跑壘訓練-初階	1、離壘訓練 2、盜壘訓練	9		
跑壘訓練-中階	撲壘、滑壘訓練 繞壘訓練	9		
跑壘訓練-高階	夾殺跑壘練習 狀況性跑壘練習	9		
重量訓練(上肢)	二頭肌訓練 三頭肌訓練 背肌訓練	9		
重量訓練(下肢)	深蹲訓練 弓箭步訓練 硬舉訓練	9		
核心訓練	棒式訓練 腹背肌訓練	9		

體能訓練	速耐力訓練1600M 爆發力訓練50M、30M	9
體能訓練-進階	間歇訓練	9
合 計		216
學習評量 (評量方式)	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%)	
教學資源	體育專業領域課程綱要及自編教材	
教學注意事項	<ol style="list-style-type: none"> <li>課程設計以紮實、靈活、創新及熟練等原則。</li> <li>每學期開學前做好教學/訓練規劃，並準備教學或訓練所需資源及相關事項。</li> <li>備課或編寫訓練計畫時應分析學生學習經驗、運動訓練歷程、族群文化特性、教材性質、教學與訓練目標，準備符合學生需求的學習內容，並規劃多元適性之教學與訓練活動，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，以增強學習的理解、連貫和運用。</li> <li>依據核心素養、教學/訓練目標及學生學習表現，選用適合的教學/訓練模式，並就課程特性，採用經實踐檢驗有效的教學/訓練方法或策略；或針對不同性質的學習內容，如事實、概念、原則、技能和態度等，設計有效的教學/訓練活動，並適時融入數位學習資源與方法。</li> <li>依據學生多方面的差異，規劃適性分組、採用多元教學/訓練模式及提供符合不同需求的學習材料與評量方式等，並可安排普通班與體育班交流之教學活動。</li> <li>為增進學生學習成效，具備自主學習和終身學習能力，引導學生如何學習，包括動機策略、思考策略，以及後設認知策略等。</li> <li>依據教材內容與學生能力，兼顧創意和適性，並適度補充最新之知識。</li> <li>教學實施以學生為中心，並強化學生自主學習、批判性與創造性思考的能力，引導其學習如何學習、思考如何思考，進而培養終身學習的能力。</li> <li>活動設計應顧及學生的多元智能需求，以達成適性發展的目標。</li> <li>教學實施得依學生個別差異，彈性實施能力分組、跨年級分組或其他適性教學，並採取適切之協同教學。</li> <li>重視學生學習之情緒問題，應經常關心學生的生活、訓練及比賽情況，使其身心獲得健全發展。</li> <li>建立學生學習歷程檔案，作為個別及追蹤輔導之依據。</li> <li>從事教學/訓練時，應注意對學生言語指導與肢體接觸的適當性，以及輔導管教與性平等相關法規。</li> <li>學習評量依據各該主管機關訂定之學習評量準則及相關補充規定辦理。</li> <li>學習評量應兼顧形成性評量、總結性評量，並可視學生實際需要，實施診斷性評量、安置性評量或學生轉銜評估。</li> <li>依據學習評量需求自行設計學習評量工具。評量的內容應考量學生身心發展、個別差異、文化差異及核心素養內涵，並兼顧認知、技能、情意等不同層面的學習表現。</li> <li>教材研發包括教科用書、各類圖書、數位教材、補救教材與診斷工具及各種學習資源等，需衡量不同學習階段間的縱向銜接及領域/群科/學程/科目及課程類型之間的橫向統整。</li> <li>教材內容宜強調相互關連性與應用性，以期學生能習得實用性、統整性之知識能力及優良之心理素質。</li> <li>依運動項目特徵、運動成績優良學生身心特性及比賽週期等因素，編訂具有個別化、彈性化之訓練計畫。訓練計畫除明列遠、中、近程目標及其達成目標之過程與方法外，應包含日訓練計畫、週訓練計畫、學期訓練計畫、年度訓練計畫之課程內容。</li> <li>教材內容應包括各種基本戰術及創新戰術，並安排運用與熟練之課程。</li> </ol>	



## 115 課程填報 對照表(014439) 體育班

科目名稱	115填報										科目名稱	114填報									
	部/校訂	必/選修	第一學年		第二學年		第三學年		多元選修	適性分組		部/校訂	必/選修	第一學年		第二學年		第三學年		多元選修	適性分組
			1	2	3	4	5	6						1	2	3	4	5	6		
競技運動綜合訓練	校訂選修	特殊領域	(3)	(6)	(3)	(6)	(3)	(6)	同科跨班		競技運動綜合訓練	校訂選修	特殊領域	(2)	(4)	(2)	(4)	(2)	(4)	同科跨班	
原住民族語文	部定必修	一般	(1)	(1)	0	0	0	0			原住民族語文	部定必修	一般	(1)	(1)	0	0	0	0		
藝術生活	部定必修	一般	0	0	0	0	0	0	原班級												
家政	部定必修	一般	0	0	0	0	0	0	原班級												
法律與生活	部定必修	一般	0	0	0	0	0	0	原班級												
環境科學概論	部定必修	一般	0	0	0	0	0	0	原班級												
生活科技	部定必修	一般	0	0	0	0	0	0	原班級												
資訊科技	部定必修	一般	0	0	0	0	0	0	原班級												

