

備查日期：中華民國 110 年 1 月 29 日

備查文號：臺教授體字第 1100004348 號函備查

高級中等學校課程計畫
國立員林農工
070408

普通型課程計畫書

108 年 11 月 11 日本校課程發展委員會第 1 次會議通過

校長簽章： 

(109 學年度入學學生適用)

☐ 初審版 ☐ 複審版 ☒ 核定版

中華民國 110 年 1 月 29 日

學校基本資料表

學校校名	國立員林農工			
普通型	普通班			
技術型	專業群科		1.機械群：機械科 2.機械群：生物產業機電科 3.土木與建築群：建築科 4.商業與管理群：電子商務科 5.農業群：農場經營科 6.農業群：園藝科 7.農業群：畜產保健科 8.食品群：食品加工科	
	建教合作班			
	重點 產業 專班	產學攜手合作專班		
		產學訓專班		
		就業導向課程專班		
		雙軌訓練旗艦計畫		
其他				
綜合型				
單科型				
進修部	1.農業群：園藝科			
實用技能學程	1.農業群：休閒農業科 1.食品群：烘焙食品科			
特殊教育及特殊類型	1.體育班 2.服務群：綜合職能科			
實驗班				
聯絡人	處室	教務處	電話	04-8360105轉210
	職稱	教學組長		

備註：不適用型別(普通型、技術型...)可整列刪除。

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、103年11月28日教育部發布之「十二年國民基本教育課程綱要」。

三、107年2月21日教育部發布之高級中等學校課程規劃及實施要點。

※體育班：108年10月30日本校體發會第1次會議通過

※體育班：108年11月11日本校課程發展委員會第1次會議通過

貳、學校現況

一、班級數、學生數一覽表

等級名稱	群別名稱	科系名稱	第一學年		第二學年		第三學年		小計	
			班級數	人數	班級數	人數	班級數	人數	班級數	人數
進修部	農業群	園藝科	1	21	1	15	1	22	3	58
實用技		休閒農業科	1	34	1	36	1	34	3	104
	食品群	烘焙食品科	0	0	1	16	1	25	2	41
普通型	學術群	體育班	1	26	1	24	1	18	3	68
技術型	機械群	機械科	2	73	2	75	2	71	6	219
		生物產業機電科	1	33	1	35	1	36	3	104
	土木與建築群	建築科	2	70	2	69	2	71	6	210
	商業與管理群	電子商務科	1	34	1	35	1	39	3	108
	農業群	農場經營科	1	34	1	35	1	33	3	102
		園藝科	2	64	2	66	2	74	6	204
		畜產保健科	1	36	1	38	1	35	3	109
	食品群	食品加工科	2	69	2	70	2	73	6	212
	服務群	綜合職能科	1	12	0	0	0	0	1	12
	其他	綜合職能科	0	0	1	9	1	16	2	25
	合計			16	506	17	523	17	547	50

二、核定科班一覽表

學校類型	群別	科班別	班級數	每班人數
進修部	農業群	園藝科	1	40
實用技		休閒農業科	1	35
		食品群	烘焙食品科	1
普通型	學術群	體育班	1	35
技術型	機械群	機械科	2	35
		生物產業機電科	1	35
	土木與建築群	建築科	2	35
	商業與管理群	電子商務科	1	35
	農業群	農場經營科	1	35
		園藝科	2	35
		畜產保健科	1	35
	食品群	食品加工科	2	35
合計			16	565

參、學校願景與學生圖像

一、學校願景

※創新

※技術力

(Technical Ability) 學生具備基礎的專業技術能力，並透過有系統的培訓，持續深化並加廣學生專業技能。

※創造力

(Creativity) 學生具備能透過觀察、發現、思考、應用，將舊經驗轉換成新知識的創造能力。

※視野

※競爭力

(Competitiveness) 學生具備寬廣的專業領域知識能力及面對全球競爭所需的國際移動力，確保學生未來的競爭力。

※判斷力

(Ability to Judge) 學生具備多元文化學習，訓練學生對市場的敏覺度，透過資訊及技術能力掌握，對未來就業市場有精準的判斷能力。

※健康

※品格力

(Character Building) 學生具備感恩、惜福、互信、互諒的品格能力，培養學生健康的身心、人際關係及家庭關係。

※溝通力

(Ability to Communicate) 學生具備勇敢表達、自信論述、耐心傾聽、謙虛接受的溝通能力，建構學生健康的群體關係，發展良好的群性。

※永續

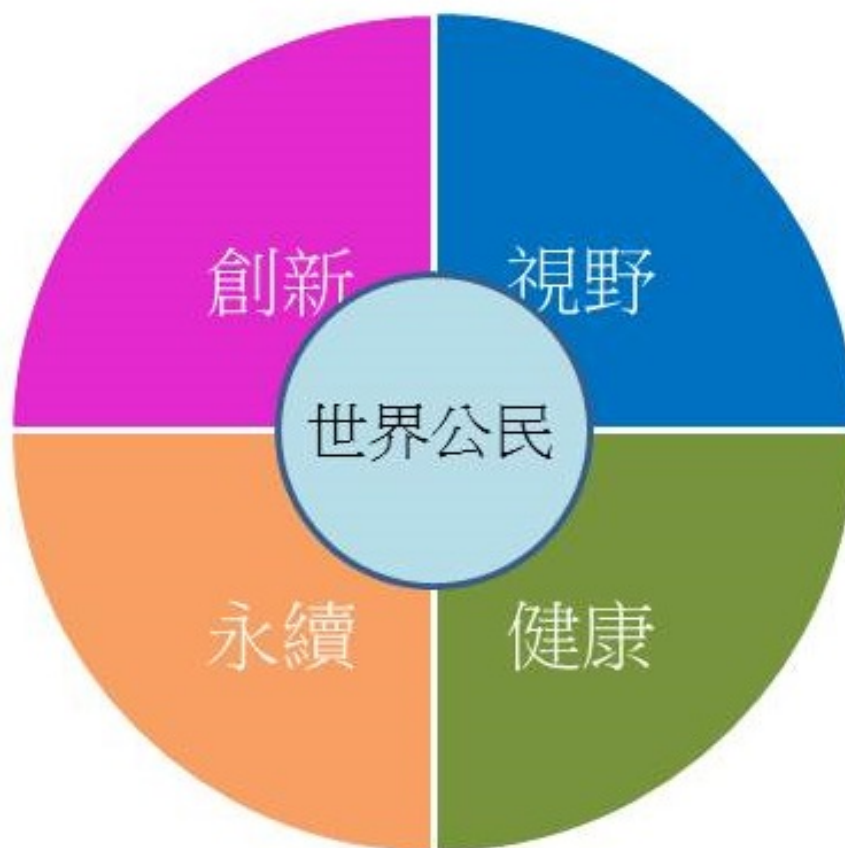
※堅毅力

(Indomitable Will) 學生具備「粗、勇」的員農精神，實踐員農學生能吃苦、不怕挫敗的特質，堅持目標，永 (勇) 續前進的發展動能。

※學習力

(Ability to Learn) 學生具備對學習新知的興趣，藉由多元學習，確保學生學習的深度、廣度及熱情，進而達成終身學習的目標。

員林農工學校願景



二、學生圖像

- ※技術力
(Technical Ability) 學生具備基礎的專業技術能力，並透過有系統的培訓，持續深化並加廣學生專業技能。
- ※創造力
(Creativity) 學生具備能透過觀察、發現、思考、應用，將舊經驗轉換成新知識的創造能力。
- ※競爭力
(Competitiveness) 學生具備寬廣的專業領域知識能力及面對全球競爭所需的國際移動力，確保學生未來的競爭力。
- ※判斷力
(Ability to Judge) 學生具備多元文化學習，訓練學生對市場的敏覺度，透過資訊及技術能力掌握，對未來就業市場有精準的判斷能力。
- ※品格力
(Character Building) 學生具備感恩、惜福、互信、互諒的品格能力，培養學生健康的身心、人際關係及家庭關係。
- ※溝通力
(Ability to Communicate) 學生具備勇敢表達、自信論述、耐心傾聽、謙虛接受的溝通能力，建構學生健康的群體關係，發展良好的群性。
- ※堅毅力
(Indomitable Will) 學生具備「粗、勇」的員農精神，實踐員農學生能吃苦、不怕挫敗的特質，堅持目標，永 (勇) 續前進的發展動能。
- ※學習力
(Ability to Learn) 學生具備對學習新知的興趣，藉由多元學習，確保學生學習的深度、廣度及熱情，進而達成終身學習的目標。



肆、課程發展組織要點

國立員林高級農工職業學校課程發展委員會組織要點

107年8月6日行政會報修正通過

107年8月29日校務會議通過

一、依據教育部103年11月28日臺教授國部字第1030135678A號頒布《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31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(教務主任、學務主任、總務主任、實習主任、圖書館主任、輔導主任、主計主任、人事主任、進修部主任)擔任之，共計9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副執行秘書。

(三) 學科教師：由各學科召集人(含國文社會輔導科、英文科、數理科、藝能科及國防教育科)擔任之，每學科1人，共計5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8人。

(五) 特殊需求領域課程教師：由特教班召集人特教組長擔任之，共計1人。

(六) 各年級導師代表：由各年級導師推選之，共計3人。

(七) 教師組織代表：由學校教師會推派1人擔任之。

(八) 專家學者或產業代表：由學校聘任1人擔任之。

(九) 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) 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。

(十一) 社區或校友會代表：由學校推派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，以十一月前及六月前各召開一次為原則，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) 本委員會得視需要，另行邀請學者專家、其他相關人員列席諮詢或研討。

(六) 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) 各學科教學研究會：由學科教師組成之，由召集人召集並擔任主席。

(二) 各專業群科(學程)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) 各學科/群科(學程)教學研究會每學期舉行二次會議，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，必須提出各學科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(群)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，由各科(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。

一、課程地圖



二、學校特色說明

於民國八十八年八月正式成立體育班，發展田徑、跆拳道等二項運動績優學生。集中具優異運動潛能之學生於一班，教授一般高中學科之課程，及各單項專項訓練與專業知識課程，讓國中學生運動專項目得以延續，更能兼顧學業與專長訓練。

體育班課程以有系統之專項運動訓練，以發展其優異的運動潛能，替國家發掘優秀運動人才並透過競技運動，以全人教育的理念，進而培養團隊合作精神、勇於挑戰、超越自我的性格。，及以培育身心健全學生為目的，配合教育引導繼續升學深造。

陸、教學科目與學分(節)數一覽表

班別：體育班

類別	領域	科目名稱	第一學年		第二學年		第三學年		學分數 小計	備註
			一	二	一	二	一	二		
必修	語文領域	國語文	4	4	4	4	2	2	20	
		英語文	4	4	4	4	1	1	18	
	數學領域	數學A	4	4	4	4	0		16	
		數學B			(4)	(4)	0			
	社會領域	歷史	2	2	0	0	0		4	
		地理	2	2	0	0	0		4	
		公民與社會	0	0	2	2	0		4	
	自然科學領域	物理	0	0	2	2	0		4	
		化學	1	1	0	0	0		2	
		生物	2	2	0	0	0		4	
		地球科學	0	0	1	1	0		2	
	藝術領域	音樂	0	0	0	0	1	1	2	
		美術	0	0	0	0	0	0	0	
		藝術生活	0	0	0	0	1	1	2	
	綜合活動領域	生命教育	0	0	0	0	0	1	1	
		生涯規劃	1	0	0	0	0	0	1	
		家政	0	0	0	0	0	0	0	
	科技領域	生活科技	0	0	0	0	0	0	0	
		資訊科技	0	0	0	0	2	0	2	
	健康與體育領域	健康與護理	0	0	0	0	0	2	2	
		體育	0	0	0	0	2	2	4	
	全民國防教育		0	1	0	0	1	0	2	
	體育專業學科	運動學概論	0	0	0	0	1	1	2	
	體育專項術科	專項體能訓練	4	4	4	4	4	4	24	
		專項技術訓練	4	4	4	4	4	4	24	
	必修學分數小計		28	28	25	25	19	19	144	
	每週團體活動時間		3	3	3	3	3	3	18	
	每週彈性學習時間		2	2	2	2	2	2	12	
	每週節數小計		33	33	30	30	24	24	174	
校訂必修	專題探究	閱讀與寫作專題	0	0	0	0	1	1	2	
	校訂必修學分數小計		0	0	0	0	1	1	2	
加深加廣選修	語文領域	英文閱讀與寫作	0	0	0	0	3	3	6	
	數學領域	數學乙	0	0	0	0	2	2	4	
	社會領域	探究與實作：公共議題與社會探究	0	0	1	1	0	0	2	公民探究實作
	自然科學領域	選修地球科學-大氣、海洋及天文	0	0	1	1	0	0	2	
	健康與體育領域	健康與休閒生活	0	0	1	1	0	0	2	
多元選修	通識性課程	生態與保育	0	0	0	0	(1)	(1)	0	選A(生物多元)
	跨領域/科目專題	體育專題	0	0	0	0	2	2	4	選B
	大學預修課程	運動力學	0	0	0	0	1	1	2	選A(物理多元)
		運動防護	0	0	0	0	(2)	(2)	0	選B
其他	特殊需求領域(體育專長)	體育專V	0	0	0	0	2	0	2	
		體育專業I	2	0	0	0	0	0	2	

		體育專業II	0	2	0	0	0	2		
		體育專業III	0	0	2	0	0	0	2	
		體育專業IV	0	0	0	2	0	0	2	
		體育專業VI	0	0	0	0	0	2	2	
選修學分數總計			2	2	5	5	10	10	34	
必選修學分數總計			30	30	30	30	30	30	180	
每週節數總計			35	35	35	35	35	35	210	

柒、課程及教學規劃表

一、探究與實作課程

(一)自然科學探究與實作課程

(二)社會領域加深加廣選修探究與實作課程

課程名稱：	中文名稱：探究與實作：公共議題與社會探究	
	英文名稱：Inquiry and Practice: Public Issues and Social Inquiry	
授課年段：	二上二下	學分總數：2
課程屬性：	實作(實驗)	
師資來源：	校內單科	
學習目標：	1.學生能夠理解並學習各種影片(含紀錄片)所呈現的社會議題觀點,並對相關的議題進行探討,以培養深化議題的能力 2.學生能夠主動發覺生活周遭的重要議題,並對該議題進行深入的內容探討,分組討論觀後心得並以學習單的方式呈現,對議題的觀點反思 3.體育班的同學可以嘗試拍攝自己每天團練的紀錄片 紀錄著高中時練體育的辛苦過程	
教學大綱：	週次/序	單元/主題
	一	課程介紹
	二	小人物大啟發
	三	女性自覺
	四	移工勞動權
	五	環境與行動(一)
	六	環境與行動(二)
	七	環境與行動(三)
	八	法律與正義(一)
	九	法律與正義(二)
	十	公共倫理
	十一	生命倫理
	十二	公民素養
	十三	媒體識讀
	十四	職業倫理
	十五	議題確立
	十六	議題詮釋與教本創作
	十七	紀錄片的面面觀
	十八	紀錄片的編導與反思
	十九	成果發表(一)
	二十	成果發表(二)
	二十一	
	二十二	
學習評量：	每次上主題的學習討論單 紀錄片的腳本 紀錄片的成果發表與討論	
備註：	1.本課程帶領學生發現問題及議題討論來做深思與反省 2.將應用學生的資訊課程所學習如何拍攝 剪輯技巧 並分組製作成簡短的微電影 3.每週主題會因應時勢變動與學生討論後 作為適當的調整	

二、校訂必修課程

課程名稱：	中文名稱：閱讀與寫作專題	
	英文名稱：Reading and writing topics	
授課年段：	三上、三下	學分總數：1
課程屬性：	專題探究	
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、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：	(Technical Ability) 學生具備基礎的專業技術能力，並透過有系統的培訓，持續深化並加廣學生專業技能。、(Creativity) 學生具備能透過觀察、發現、思考、應用，將舊經驗轉換成新知識的創造能力。、(Character Building) 學生具備感恩、惜福、互信、互諒的品格能力，培養學生健康的身心、人際關係及家庭關係。、(Ability to Learn) 學生具備對學習新知的興趣，藉由多元學習，確保學生學習的深度、廣度及熱情，進而達成終身學習的目標。、技術力、創造力、判斷力、學習力	
學習目標：	(一)培養學生閱讀、表達、欣賞與寫作簡易語體文之興趣及能力。(二)培養學生閱讀與欣賞文選、古典詠選等淺近古籍之興趣及能力，以陶冶優雅之氣質及高尚之情操。(三)培養學生思考、組織、創造及想像之能力。(四)指導學生認知人文素養，以培養人文關懷之情操。	
教學大綱：	週次/序	單元/主題
	一	閱讀-資訊相關
	二	閱讀-工程相關
	三	閱讀-數理化相關
	四	閱讀-醫藥衛生相關
	五	寫作反饋
	六	閱讀-生命科學相關
	七	閱讀-生物資源相關
	八	閱讀-地球環境相關
	九	閱讀-建築設計相關
	十	寫作反饋
	十一	閱讀-藝術相關
	十二	閱讀-社會心理相關
	十三	閱讀-大眾傳播相關
	十四	閱讀-外語相關
	十五	寫作反饋
	十六	閱讀-文史哲相關
	十七	閱讀-教育相關
	十八	閱讀-法政相關
	十九	閱讀-管理相關
	二十	閱讀-財經相關
	二十一	閱讀-遊憩運動相關
	二十二	測驗
學習評量：	1、口頭報告、問答 2、書面報告 3、作品 4、學習單 5、學習態度 6、分組競賽 7、實作 8、學習檔案資料整理	
對應學群：	資訊、工程、數理化、醫藥衛生、生命科學、生物資源、地球環境、建築設計、藝術、社會心理、大眾傳播、外語、文史哲、教育、法政、管理、財經、遊憩運動	
備註：		

三、多元選修課程

課程名稱：	中文名稱：生態與保育	
	英文名稱：Ecology and conservation	
授課年段：	三上、三下	學分總數：2
課程屬性：	通識性課程	
師資來源：	校內單科	
課綱核心素養：	A自主行動：A1.身心素質與自我精進, A3.規劃執行與創新應變,	
	B溝通互動：B2.科技資訊與媒體素養,	
	C社會參與：C1.道德實踐與公民意識, C3.多元文化與國際理解,	
學生圖像：	(Technical Ability) 學生具備基礎的專業技術能力，並透過有系統的培訓，持續深化並加廣學生專業技能。,(Creativity) 學生具備能透過觀察、發現、思考、應用，將舊經驗轉換成新知識的創造能力。,(Competitiveness) 學生具備寬廣的專業領域知識能力及面對全球競爭所需的國際移動力，確保學生未來的競爭力。,(Ability to Judge) 學生具備多元文化學習，訓練學生對市場的敏銳度，透過資訊及技術能力掌握，對未來就業市場有精準的判斷能力。,(Character Building) 學生具備感恩、惜福、互信、互諒的品格能力，培養學生健康的身心、人際關係及家庭關係。,(Ability to Communicate) 學生具備勇敢表達、自信論述、耐心傾聽、謙虛接受的溝通能力，建構學生健康的群體關係，發展良好的群性。,(Indomitable Will) 學生具備「粗、勇」的員農精神，實踐農學生能吃苦、不怕挫敗的特質，堅持目標，永(勇) 續前進的發展動能。,(Ability to Learn) 學生具備對學習新知的興趣，藉由多元學習，確保學生學習的深度、廣度及熱情，進而達成終身學習的目標。,(創造力, 品格力,	
學習目標：	一、啟發科學探究的熱忱與潛能：使學生能對自然科學具備好奇心與想像力，發揮理性思維，開展生命潛能。二、建構科學素養：使學生具備基本的科學知識、探究與實作能力及科學態度，能於實際生活中有效溝通、參與公民社會議題的決策與問題解決，且對媒體所報導的科學相關內容能理解並反思，培養求真求實的精神。三、奠定持續學習科學與運用科技的基礎：養成學生對科學正向的態度、學習科學的興趣，以及運用科技學習與解決問題的習慣，為適應科技時代之生活奠定良好基礎。四、培養社會關懷和守護自然之價值觀與行動力：使學生欣賞且珍惜大自然之美，更深化為愛護自然、珍愛生命及惜取資源的關懷心與行動力，進而致力於建構理性社會與永續環境。五、為生涯發展做準備：使學生不論出於興趣、生活或工作所需，都能更進一步努力增進科學知能，且經由此階段的學習，為下一階段的生涯發展做好準備。	
教學大綱：	週次/序	單元/主題
	一	生物與環境的交互作用
	二	生物與環境的交互作用
	三	生物與環境的交互作用
	四	生物與環境的交互作用
	五	科學、技術及社會的互動關係
	六	科學、技術及社會的互動關係
	七	科學發展的歷史
	八	科學發展的歷史
	九	科學發展的歷史
	十	科學發展的歷史
	十一	科學發展的歷史
	十二	演化
	十三	演化
	十四	演化
	十五	演化
	十六	演化
	十七	科學在生活中的應用
	十八	科學在生活中的應用
	十九	科學在生活中的應用
	二十	生物多樣性
	二十一	生物多樣性
	二十二	生物多樣性
學習評量：	1.學習態度 2.專題報告 3.紙筆測驗	
對應學群：	生命科學、地球環境、	
備註：		

課程名稱：	中文名稱：運動力學
-------	-----------

	英文名稱：Dynamics in Sports		
授課年段：	三上、三下	學分總數：2	
課程屬性：	大學預修課程		
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：	技術力, (Technical Ability) 學生具備基礎的專業技術能力, 並透過有系統的培訓, 持續深化並加廣學生專業技能。 , 競爭力, 判斷力, (Character Building) 學生具備感恩、惜福、互信、互諒的品格能力, 培養學生健康的身心、人際關係及家庭關係。 , 溝通力, (Ability to Communicate) 學生具備勇敢表達、自信論述、耐心傾聽、謙虛接受的溝通能力, 建構學生健康的群體關係, 發展良好的群性。 , 堅毅力, (Ability to Learn) 學生具備對學習新知的興趣, 藉由多元學習, 確保學生學習的深度、廣度及熱情, 進而達成終身學習的目標。 ,		
學習目標：	學測、指考考前準備		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	課程大綱介紹與分組	課程介紹與分組
	二	歷屆108學測(指考)試題演練	學科專業精進
	三	歷屆108學測(指考)試題討論	學科專業精進與討論
	四	分組解答與報告	分組討論與報告
	五	分組解答與報告	分組討論與報告
	六	第一次段考	第一次段考
	七	模擬評量1	學科專業評量
	八	歷屆107學測(指考)試題演練	學科專業精進
	九	歷屆107學測(指考)試題討論	學科專業精進與討論
	十	分組解答與報告	分組討論與報告
	十一	分組解答與報告	分組討論與報告
	十二	第二次段考	第二次段考
	十三	模擬評量2	學科專業評量
	十四	歷屆106學測(指考)試題演練	學科專業精進
	十五	歷屆106學測(指考)試題討論	學科專業精進與討論
	十六	分組解答與報告	分組討論與報告
	十七	分組解答與報告	分組討論與報告
	十八	模擬評量3	學科專業評量
	十九	期末考	期末考
	二十		
	二十一		
二十二			
學習評量：	分組報告與書面資料50%，模擬評量30%，上課參與度20%		
對應學群：	資訊、工程、數理化、地球環境、建築設計、		
備註：			

課程名稱：	中文名稱：運動防護	
	英文名稱：Sport Injury	
授課年段：	三上、三下	學分總數：2
課程屬性：	大學預修課程	
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, 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：	(Technical Ability) 學生具備基礎的專業技術能力, 並透過有系統的培訓, 持續深化並加廣學生專業技能。 , (Creativity) 學生具備能透過觀察、發現、思考、應用, 將舊經驗轉換成新知識的創造能力。 , (Competitiveness) 學生具備寬廣的專業領域知識能	

	力及面對全球競爭所需的國際移動力，確保學生未來的競爭力。，(Ability to Judge) 學生具備多元文化學習，訓練學生對市場的敏覺度，透過資訊及技術能力掌握，對未來就業市場有精準的判斷能力。，(Character Building) 學生具備感恩、惜福、互信、互諒的品格能力，培養學生健康的身心、人際關係及家庭關係。，(Ability to Communicate) 學生具備勇敢表達、自信論述、耐心傾聽、謙虛接受的溝通能力，建構學生健康的群體關係，發展良好的群性。，(Ability to Learn) 學生具備對學習新知的興趣，藉由多元學習，確保學生學習的深度、廣度及熱情，進而達成終身學習的目標。，技術力，創造力，判斷力，學習力，		
學習目標：	認識運動傷害及處理		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	了解運動傷害發生的原因與預防之道	運動防護的概念
	二	了解運動傷害發生的原因與預防之道	運動傷害發生原因及預防
	三	常見的運動傷害	頭部損傷
	四	常見的運動傷害	頸部與脊椎損傷
	五	常見的運動傷害	肩關節骨骼及肌肉介紹
	六	常見的運動傷害	肘、腕與手指損傷
	七	常見的運動傷害	腹部與髖關節損傷
	八	常見的運動傷害	肘、腕和手的骨骼及肌肉介紹
	九	常見的運動傷害	脊椎和胸廓骨骼及肌肉介紹
	十	脊椎和胸廓	緊急運動傷害處理
	十一	脊椎和胸廓	緊急運動傷害處理
	十二	頭、頸和臉	頭、頸和臉的骨骼及肌肉介紹
	十三	頭、頸和臉	頭、頸和臉的骨骼及肌肉介紹
	十四	頭、頸和臉	頭、頸和臉的骨骼及肌肉介紹
	十五	骨盆與大腿	運動熱疾病的認識、預防及處理
	十六	操作基本的運動按摩技巧	骨盆與大腿的骨骼及肌肉介紹
	十七	操作基本的運動按摩技巧	骨盆與大腿的骨骼及肌肉介紹
	十八	操作基本的運動按摩技巧	腿部和腳踝的骨骼及肌肉介紹
	十九	腿部和腳踝	腿部和腳踝的骨骼及肌肉介紹
	二十	腿部和腳踝	腿部和腳踝的骨骼及肌肉介紹
	二十一	運動貼紮	運動貼紮認識及使用
	二十二	運動貼紮	運動貼紮認識及使用
學習評量：	認識肌肉與骨骼 基礎伸展		
對應學群：	醫藥衛生、生命科學、生物資源、外語、教育、遊憩運動、		
備註：			

課程名稱：	中文名稱：體育專題	
	英文名稱：Sport of Project Study	
授課年段：	三上、三下	學分總數：2
課程屬性：	跨領域/科目專題	
師資來源：	校內單科	
課綱核心素養：	A自主行動：A2.系統思考與問題解決,	
	B溝通互動：B2.科技資訊與媒體素養,	
	C社會參與：C2.人際關係與團隊合作,	
學生圖像：	(Creativity) 學生具備能透過觀察、發現、思考、應用，將舊經驗轉換成新知識的創造能力。,(Competitiveness) 學生具備寬廣的專業領域知識能力及面對全球競爭所需的國際移動力，確保學生未來的競爭力。,(Character Building) 學生具備感恩、惜福、互信、互諒的品格能力，培養學生健康的身心、人際關係及家庭關係。,(Ability to Learn) 學生具備對學習新知的興趣，藉由多元學習，確保學生學習的深度、廣度及熱情，進而達成終身學習的目標。，創造力，溝通力，堅毅力，學習力，	
學習目標：	本課程則以實作為主，學生根據自己的興趣選擇相關體育專題題目，並與其他同學組成一個團隊，運用已有的基礎知識以及收集、研讀專題題目相關知識，最後實作出一個可以展示的系統，以達成理論與實務結合之教學目標。	
教學大綱：	週次/序	單元/主題
	一	課程介紹
	二	題目討論
	三	實作與討論
	四	實作與討論
	內容綱要	
		課程講解介紹
		專題課程講解
		專題分組題目討論
		分組討論及進度講解

	五	實作與討論	分組討論及實作
	六	實作與討論	分組討論及實作
	七	實作與討論	分組討論及實作
	八	實作與討論	分組進度報告及如何解決遭遇困難分享
	九	討論與分享	分組進度報告及如何解決遭遇困難分享
	十	實作與討論	分組討論及製作成果報告
	十一	實作與討論	分組討論及製作成果報告
	十二	實作與討論	分組討論及製作成果報告
	十三	實作與討論	分組討論及製作成果報告
	十四	實作與討論	分組討論及實作
	十五	實作與討論	分組討論及實作
	十六	實作與討論	口頭報告及學生講評
	十七	期末口頭報告	口頭報告及學生講評
	十八	期末口頭報告	口頭報告及學生講評
	十九	期末口頭報告	綜合座談
	二十	繳交書面報告	綜合座談
	二十一	繳交書面報告	綜合座談
	二十二	繳交書面報告	綜合座談
學習評量：		1.進度報告及上課參與狀況：25%，2.競賽成績期末書面報告：50%，3.口頭報告：25%	
對應學群：		資訊、社會心理、教育、遊憩運動、	
備註：			

四、特殊需求領域課程

五、彈性學習時間之全學期授課充實(增廣)/補強性教學

名稱：	中文名稱：健康體適能	
	英文名稱：Health and Fitness	
授課年段：	一上、一下	
內容屬性：	充實/增廣	
師資來源：	校內單科	
學習目標：	1. 提昇學生的學習興趣，增進運動能力。 2. 享受運動樂趣，培養主動參與身體活動之習慣。 3. 使學生對各項運動內容能有基本的認識，瞭解各類運動項目動作要領及有效的練習方法與學習要點。 4. 提升體適能訓練項目進而奠定終生運動之基礎。	
教學大綱：	週次/序	單元/主題
	一	課程說明
	二	課程介紹
	三	課程介紹
	四	體適能要素檢測
	五	體適能要素檢測
	六	體適能要素檢測
	七	體適能要素檢測
	八	體適能要素檢測評估
	九	運動處方設計與應用
	十	體適能訓練實務
	十一	體適能訓練實務
	十二	體適能訓練實務
	十三	體適能訓練實務
	十四	體適能訓練實務
	十五	體適能訓練實務
	十六	體適能要素檢測
	十七	體適能要素檢測
	十八	期末學科測驗
	十九	
	二十	
	二十一	
	二十二	
備註：	(一)實際操作成績：50% (二)平時考查成績：50% 1.學習過程 - 25%(含學習精神、態度及出席情形,其中曠課二次者,本項成績以零分計)。 2.體適能常識 - 25%。 課程要求： 1. 完成規定考試。 2. 不可無故缺席。 3. 參與課堂活動。	

名稱：	中文名稱：體育班(田徑、跆拳道)	
	英文名稱：Player Training	
授課年段：	一上、一下、三上、三下	
內容屬性：	選手培訓	
師資來源：	校內單科	
學習目標：	壹、培養專項運動之競技體能(體能訓練)：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。 貳、精進專項運動之技術水準(技術訓練)：能藉由專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之專項運動技術水準。 參、發展專項運動之戰術運用(戰術訓練)：能經由專項運動戰術戰略之執行與練習，應用於實際競技運動比賽中。 肆、提升專項運動之心理素質(心理訓練)：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
	一	專項訓練(技術期)
		力量增強式訓練(斜坡跑、重量訓練) 速度增強式訓練(動力鍊聯結訓練)

		節奏增強式訓練(繩梯、小欄架) 短跑技術性訓練(衝刺、起跑、彎道跑) 欄架技術性訓練(欄架操、引導腿訓練、起跑訓練) 專業攻防技術(動作分析、競賽戰術結合)
二	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練(斜坡跑、重量訓練) 速度增強式訓練(動力鍊聯結訓練) 節奏增強式訓練(繩梯、小欄架) 短跑技術性訓練(衝刺、起跑、彎道跑) 欄架技術性訓練(欄架操、引導腿訓練、起跑訓練) 專業攻防技術(動作分析、競賽戰術結合)
三	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練(斜坡跑、重量訓練) 速度增強式訓練(動力鍊聯結訓練) 節奏增強式訓練(繩梯、小欄架) 短跑技術性訓練(衝刺、起跑、彎道跑) 欄架技術性訓練(欄架操、引導腿訓練、起跑訓練) 專業攻防技術(動作分析、競賽戰術結合)
四	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練(斜坡跑、重量訓練) 速度增強式訓練(動力鍊聯結訓練) 節奏增強式訓練(繩梯、小欄架) 短跑技術性訓練(衝刺、起跑、彎道跑) 欄架技術性訓練(欄架操、引導腿訓練、起跑訓練) 專業攻防技術(動作分析、競賽戰術結合)
五	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練(斜坡跑、重量訓練) 速度增強式訓練(動力鍊聯結訓練) 節奏增強式訓練(繩梯、小欄架) 短跑技術性訓練(衝刺、起跑、彎道跑) 欄架技術性訓練(欄架操、引導腿訓練、起跑訓練) 專業攻防技術(動作分析、競賽戰術結合)
六	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練(高速維持能力、下坡跑、彈力繩) 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 訓練過程中有效與隊友溝通能力(訓練互助、默契) 欄架技術性訓練(攻欄上身動作、收腿訓練、欄間跑訓練) 比賽策略分析 心律錶監控訓練強度 敏捷訓練(繩梯、小欄架、拉力繩)
七	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練(高速維持能力、下坡跑、彈力繩) 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 訓練過程中有效與隊友溝通能力(訓練互助、默契) 欄架技術性訓練(攻欄上身動作、收腿訓練、欄間跑訓練) 比賽策略分析 心律錶監控訓練強度 敏捷訓練(繩梯、小欄架、拉力繩)
八	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練(高速維持能力、下坡跑、彈力繩) 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 訓練過程中有效與隊友溝通能力(訓練互助、默契) 欄架技術性訓練(攻欄上身動作、收腿訓練、欄間跑訓練) 比賽策略分析 心律錶監控訓練強度 敏捷訓練(繩梯、小欄架、拉力繩)
九	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練(高速維持能力、下坡跑、彈力繩) 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 訓練過程中有效與隊友溝通能力(訓練互助、默契) 欄架技術性訓練(攻欄上身動作、收腿訓練、欄間跑訓練) 比賽策略分析 心律錶監控訓練強度 敏捷訓練(繩梯、小欄架、拉力繩)
十	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練(高速維持能力、下坡跑、彈力繩) 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 訓練過程中有效與隊友溝通能力(訓練互助、默契) 欄架技術性訓練(攻欄上身動作、收腿訓練、欄間跑訓練) 比賽策略分析 心律錶監控訓練強度 敏捷訓練(繩梯、小欄架、拉力繩)
十一	上半年運動能力檢測	全國中等學校田徑錦標賽或校內測驗(108年11月)
十二	檢討與修正(恢復期)	身心素質與自我精進 影像分析檢討 比賽技術分析與對照 運動賽會中賞析與分享 運動競賽成敗歸因 系統思考能力
十三	檢討與修正(恢復期)	身心素質與自我精進 影像分析檢討

			比賽技術分析與對照 運動賽會中賞析與分享 運動競賽成敗歸因 系統思考能力
十四	運動概念(基礎期)		不同運動型態能量消耗概念 運動表現中的直線運動(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(重量、肌力、心肺耐力訓練) 跑步姿勢與動作訓練
十五	運動概念(基礎期)		不同運動型態能量消耗概念 運動表現中的直線運動(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(重量、肌力、心肺耐力訓練) 跑步姿勢與動作訓練
十六	運動概念(基礎期)		不同運動型態能量消耗概念 運動表現中的直線運動(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(重量、肌力、心肺耐力訓練) 跑步姿勢與動作訓練
十七	運動概念(基礎期)		不同運動型態能量消耗概念 運動表現中的直線運動(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(重量、肌力、心肺耐力訓練) 跑步姿勢與動作訓練
十八	週期性檢測運動能力		專項速度能力測驗-專項肌力檢測 依照檢測數據，安排下個階段的訓練強度
十九	全身性訓練(一般期)		肌肉的收縮型態的理解與應用 速度訓練應用於專項的理解應用 瞬發力訓練應用專項的理解應用
二十	全身性訓練(一般期)		肌肉的收縮型態的理解與應用 速度訓練應用於專項的理解應用 瞬發力訓練應用專項的理解應用
二十一	全身性訓練(一般期)		肌肉的收縮型態的理解與應用 速度訓練應用於專項的理解應用 瞬發力訓練應用專項的理解應用
二十二	全身性訓練(一般期)		肌肉的收縮型態的理解與應用 速度訓練應用於專項的理解應用 瞬發力訓練應用專項的理解應用
備註：			

名稱：	中文名稱：物理動手做	
	英文名稱：The feet of Physics	
授課年段：	二上、二下	
內容屬性：	充實/增廣	
師資來源：	校內單科	
學習目標：	(一)生活中常見物品的利用與提升學生的環保意識(二)提昇學生的學習興趣，增進操作的能力。(三)培養學生認識理論與實驗應用的驗證配合，是科學進步的不二法門(四)培養學生思考、組織、創造及想像之能力。	
教學大綱：	週次/序	單元/主題
	一	課程大綱與介紹
	二	等加速度運動
	三	斜向拋射
	四	斜向拋射
	五	投籃與探究
	六	第一次段考
	七	心得與評量
	八	流體力學之白努力定律
	九	理論與應用
	十	棒球(投手)的技巧
	十一	心得與評量
	十二	第二次段考
	十三	動量
	十四	碰撞與動量守恆
	十五	碰撞與動量守恆
	十六	球體相撞實驗
	十七	心得與評量
		內容綱要
		課程介紹與分組
		理論課程講解
		理論課程講解
		理論課程講解
		實務操作與分析
		段考週
		單元觀念分享與測驗
		理論課程講解
		理論課程講解與應用
		球場解說與實際操作
		單元觀念分享與測驗
		段考週
		理論課程講解
		理論課程講解
		操作與理論分析
		單元觀念分享與測驗

	十八	期末考	
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
備註：		與職科彈性選修	

名稱：	中文名稱：傳統文化專題		
	英文名稱：Traditional culture		
授課年段：	三上、三下		
內容屬性：	充實/增廣		
師資來源：	校內單科		
學習目標：	(一)培養學生閱讀、表達、欣賞與寫作簡易語體文之興趣及能力。(二)培養學生閱讀與欣賞文選、古典文選等淺近古籍之興趣及能力，以陶冶優雅之氣質及高尚之情操。(三)培養學生思考、組織、創造及想像之能力。(四)指導學生認知人文素養，以培養人文關懷之情操。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	傳統說唱藝術	相聲介紹
	二	傳統說唱藝術	相聲片段欣賞
	三	節日禮俗	授課當時節令
	四	傳統曲藝	平劇介紹
	五	傳統曲藝	平劇片段欣賞
	六	第一次期中考	期中考週
	七	節日禮俗	授課當時節令
	八	傳統禮儀	朱子家禮：婚禮
	九	傳統禮儀	朱子家禮：婚禮
	十	節日禮俗	授課當時節令
	十一	傳統禮儀	朱子家禮：喪禮
	十二	第二次期中考	期中考週
	十三	傳統禮儀	父後七日影片欣賞
	十四	節日禮俗	授課當時節令
	十五	傳統禮儀	朱子家禮：冠禮
	十六	傳統禮儀	朱子家禮：祭禮
	十七	傳統禮儀	祭孔大典影片欣賞
	十八	期末考	期末考週
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
備註：		與職科彈性選修	

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：體育專業I		
	英文名稱：Competitive sports course I		
授課年段：	一上	學分總數：2	
課程屬性：	體育班		
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		
學生圖像：	創造力、（Creativity）學生具備能透過觀察、發現、思考、應用，將舊經驗轉換成新知識的創造能力。、競爭力、判斷力、品格力、（Character Building）學生具備感恩、惜福、互信、互諒的品格能力，培養學生健康的身心、人際關係及家庭關係。、溝通力、（Ability to Communicate）學生具備勇敢表達、自信論述、耐心傾聽、謙虛接受的溝通能力，建構學生健康的群體關係，發展良好的群性。、堅毅力、（Indomitable Will）學生具備「粗、勇」的員農精神，實踐員農學生能吃苦、不怕挫敗的特質，堅持目標，永（勇）續前進的發展動能。、學習力、（Ability to Learn）學生具備對學習新知的興趣，藉由多元學習，確保學生學習的深度、廣度及熱情，進而達成終身學習的目標。		
學習目標：	壹、培養專項運動之競技體能（體能訓練）：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。 貳、精進專項運動之技術水準（技術訓練）：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。 參、發展專項運動之戰術運用（戰術訓練）：能經由專項運動戰術戰略之執行與練習，應用於實際競技運動比賽中。 肆、提升專項運動之心理素質（心理訓練）：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	專項訓練(技術期)	力量基礎培養訓練 速度基礎訓練 節奏基礎訓練 基礎有氧訓練 技術概念訓練
	二	專項訓練(技術期)	力量基礎培養訓練 速度基礎訓練 節奏基礎訓練 基礎有氧訓練 技術概念訓練
	三	專項訓練(技術期)	力量基礎培養訓練 速度基礎訓練 節奏基礎訓練 基礎有氧訓練 技術概念訓練
	四	專項訓練(技術期)	基礎訓練(斜坡跑、重量訓練) 基礎速度訓練(動力鍊聯結訓練) 基礎節奏訓練(繩梯、小欄架) 基礎短跑訓練(衝刺、起跑、彎道跑) 基礎欄架訓練(欄架操、引導腿訓練、起跑訓練) 力量基礎培養訓練 速度基礎訓練 節奏基礎訓練 基礎有氧訓練 技術概念訓練
	五	專項訓練(技術期)	力量基礎培養訓練 速度基礎訓練 節奏基礎訓練 基礎有氧訓練 技術概念訓練
	六	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定

		目標) 心理技術訓練(賽前分析、賽前心理建設) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 配速訓練(長距離) 敏捷訓練(繩梯、小欄架)
七	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 心理技術訓練(賽前分析、賽前心理建設) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 配速訓練(長距離) 敏捷訓練(繩梯、小欄架)
八	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 心理技術訓練(賽前分析、賽前心理建設) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 配速訓練(長距離) 敏捷訓練(繩梯、小欄架)
九	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 心理技術訓練(賽前分析、賽前心理建設) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 配速訓練(長距離) 敏捷訓練(繩梯、小欄架)
十	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 心理技術訓練(賽前分析、賽前心理建設) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 配速訓練(長距離) 敏捷訓練(繩梯、小欄架)
十一	上半年運動能力檢測	全國中等學校田徑錦標賽或校內測驗(11月) 彰化縣縣長盃田徑賽(11月)
十二	檢討與修正(恢復期)	學習了解影像分析檢討 觀察比賽技術分析與對照
十三	檢討與修正(恢復期)	學習了解影像分析檢討 觀察比賽技術分析與對照
十四	運動概念(基礎期)	不同運動型態能量消耗概念 運動表現中的直線運動(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(重量、肌力、心肺耐力訓練) 跑步姿勢與動作訓練
十五	運動概念(基礎期)	不同運動型態能量消耗概念 運動表現中的直線運動(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(重量、肌力、心肺耐力訓練) 跑步姿勢與動作訓練
十六	運動概念(基礎期)	不同運動型態能量消耗概念 運動表現中的直線運動(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(重量、肌力、心肺耐力訓練) 跑步姿勢與動作訓練
十七	運動概念(基礎期)	不同運動型態能量消耗概念 運動表現中的直線運動(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(重量、肌力、心肺耐力訓練) 跑步姿勢與動作訓練
十八	週期性檢測運動能力	專項速度能力測驗-專項肌力檢測 依照檢測數據，安排下個階段的訓練強度
十九	全身性訓練(一般期)	肌肉的收縮型態的理解與應用 速度訓練應用於專項的理解應用 瞬發力訓練應用專項的理解應用 協調性訓練應用於專項的理解與應用 敏捷性訓練應用專項的理解應用 耐力訓練應用專項的理解應用 12分鐘跑基礎訓練 階梯式訓練(109年01月)
二十	全身性訓練(一般期)	肌肉的收縮型態的理解與應用 速度訓練應用於專項的理解應用 瞬發力訓練應用專項的理解應用 協調性訓練應用於專項的理解與應用 敏捷性訓練應用專項的理解應用 耐力訓練應用專項的理解應用 12分鐘跑基礎訓練 階梯式訓練(109年01月)
二十一	全身性訓練(一般期)	肌肉的收縮型態的理解與應用 速度訓練應用於專項的理解應用 瞬發力訓練應用專項的理解應用

			協調性訓練應用於專項的理解與應用 敏捷性訓練應用專項的理解應用 耐力訓練應用專項的理解應用 12分鐘跑基礎訓練 階梯式訓練(109年01月)
	二十二	全身性訓練(一般期)	肌肉的收縮型態的理解與應用 速度訓練應用於專項的理解應用 瞬發力訓練應用專項的理解應用 協調性訓練應用於專項的理解與應用 敏捷性訓練應用專項的理解應用 耐力訓練應用專項的理解應用 12分鐘跑基礎訓練 階梯式訓練(109年01月)
學習評量：	1.個人技術(40%)： 2.團隊對抗競賽(40%) 3.競技參賽運動表現(20%)		
對應學群：	遊憩運動		
備註：			

課程名稱：	中文名稱：體育專業II		
	英文名稱：Competitive sports course II		
授課年段：	一下	學分總數：2	
課程屬性：	體育班		
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：	創造力、（Creativity）學生具備能透過觀察、發現、思考、應用，將舊經驗轉換成新知識的創造能力。、競爭力、判斷力、品格力、（Character Building）學生具備感恩、惜福、互信、互諒的品格能力，培養學生健康的身心、人際關係及家庭關係。、溝通力、（Ability to Communicate）學生具備勇敢表達、自信論述、耐心傾聽、謙虛接受的溝通能力，建構學生健康的群體關係，發展良好的群性。、堅毅力、（Indomitable Will）學生具備「粗、勇」的員農精神，實踐員農學生能吃苦、不怕挫敗的特質，堅持目標，永（勇）續前進的發展動能。、學習力、（Ability to Learn）學生具備對學習新知的興趣，藉由多元學習，確保學生學習的深度、廣度及熱情，進而達成終身學習的目標。		
學習目標：	壹、培養專項運動之競技體能（體能訓練）：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。 貳、精進專項運動之技術水準（技術訓練）：能藉由專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之專項運動技術水準。 參、發展專項運動之戰術運用（戰術訓練）：能經由專項運動戰術戰略之執行與練習，應用於實際競技運動比賽中。 肆、提升專項運動之心理素質（心理訓練）：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	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練 速度增強式訓練 節奏增強式訓練 技術性訓練 心肺間歇訓練 有氧體能提升強化
	二	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練 速度增強式訓練 節奏增強式訓練 技術性訓練 心肺間歇訓練 有氧體能提升強化
	三	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練 速度增強式訓練 節奏增強式訓練 技術性訓練 心肺間歇訓練 有氧體能提升強化
	四	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練 速度增強式訓練 節奏增強式訓練 技術性訓練 心肺間歇訓練 有氧體能提升強化
	五	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練 速度增強式訓練 節奏增強式訓練 技術性訓練 心肺間歇訓練 有氧體能提升強化
	六	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練

		訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 心理技術訓練(賽前分析、賽前心理建設) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 配速訓練(長距離) 敏捷訓練(繩梯、小欄架)
七	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 心理技術訓練(賽前分析、賽前心理建設) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 配速訓練(長距離) 敏捷訓練(繩梯、小欄架)
八	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 心理技術訓練(賽前分析、賽前心理建設) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 配速訓練(長距離) 敏捷訓練(繩梯、小欄架)
九	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 心理技術訓練(賽前分析、賽前心理建設) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 配速訓練(長距離) 敏捷訓練(繩梯、小欄架)
十	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 心理技術訓練(賽前分析、賽前心理建設) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 配速訓練(長距離) 敏捷訓練(繩梯、小欄架)
十一	下半年運動能力檢測	全國中等學校運動會或校內測驗(4月)
十二	檢討與修正(恢復期)	判斷影像分析檢討 自我賞析與分享 運動競賽成敗歸因
十三	檢討與修正(恢復期)	判斷影像分析檢討 自我賞析與分享 運動競賽成敗歸因
十四	運動概念(基礎期)	掌握不同強度能量消耗 爆發性直線發力概念(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(重量、肌力、心肺耐力訓練) 掌握跑步姿勢與動作訓練
十五	運動概念(基礎期)	掌握不同強度能量消耗 爆發性直線發力概念(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(重量、肌力、心肺耐力訓練) 掌握跑步姿勢與動作訓練
十六	運動概念(基礎期)	掌握不同強度能量消耗 爆發性直線發力概念(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(重量、肌力、心肺耐力訓練) 掌握跑步姿勢與動作訓練
十七	運動概念(基礎期)	掌握不同強度能量消耗 爆發性直線發力概念(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(重量、肌力、心肺耐力訓練) 掌握跑步姿勢與動作訓練
十八	週期性檢測運動能力	專項速度能力測驗-專項肌力檢測 依照檢測數據，安排下個階段的訓練強度
十九	全身性訓練(一般期)	實作肌肉收縮型態訓練(向心離心) 實作速度訓練提升專項能力(發力、落地點、敏捷) 實作瞬發力訓練提升專項能力(瞬發力轉換動力) 12分鐘跑基礎訓練 階梯式訓練(109年01月)
二十	全身性訓練(一般期)	實作肌肉收縮型態訓練(向心離心) 實作速度訓練提升專項能力(發力、落地點、敏捷) 實作瞬發力訓練提升專項能力(瞬發力轉換動力) 12分鐘跑基礎訓練 階梯式訓練(109年01月)
二十一	全身性訓練(一般期)	實作肌肉收縮型態訓練(向心離心) 實作速度訓練提升專項能力(發力、落地點、敏捷) 實作瞬發力訓練提升專項能力(瞬發力轉換動力) 12分鐘跑基礎訓練 階梯式訓練(109年01月)
二十二	全身性訓練(一般期)	實作肌肉收縮型態訓練(向心離心) 實作速度訓練提升專項能力(發力、落地點、敏捷)

			實作瞬發力訓練提升專項能力(瞬發力轉換動力) 12分鐘跑基礎訓練 階梯式訓練(109年01月)
學習評量：	1.個人技術(40%)： 2.團隊對抗競賽(40%) 3.競技參賽運動表現(20%)		
對應學群：	遊憩運動		
備註：			

課程名稱：	中文名稱：體育專業III		
	英文名稱：Competitive sports course III		
授課年段：	二上	學分總數：2	
課程屬性：	體育班		
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：	創造力、（Creativity）學生具備能透過觀察、發現、思考、應用，將舊經驗轉換成新知識的創造能力。、競爭力、判斷力、品格力、（Character Building）學生具備感恩、惜福、互信、互諒的品格能力，培養學生健康的身心、人際關係及家庭關係。、溝通力、（Ability to Communicate）學生具備勇敢表達、自信論述、耐心傾聽、謙虛接受的溝通能力，建構學生健康的群體關係，發展良好的群性。、堅毅力、（Indomitable Will）學生具備「粗、勇」的員農精神，實踐員農學生能吃苦、不怕挫敗的特質，堅持目標，永（勇）續前進的發展動能。、學習力、（Ability to Learn）學生具備對學習新知的興趣，藉由多元學習，確保學生學習的深度、廣度及熱情，進而達成終身學習的目標。		
學習目標：	壹、培養專項運動之競技體能（體能訓練）：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。 貳、精進專項運動之技術水準（技術訓練）：能藉由專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之專項運動技術水準。 參、發展專項運動之戰術運用（戰術訓練）：能經由專項運動戰術戰略之執行與練習，應用於實際競技運動比賽中。 肆、提升專項運動之心理素質（心理訓練）：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	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練 速度增強式訓練 節奏增強式訓練 技術性訓練 心肺間歇訓練
	二	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練 速度增強式訓練 節奏增強式訓練 技術性訓練 心肺間歇訓練
	三	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練 速度增強式訓練 節奏增強式訓練 技術性訓練 心肺間歇訓練
	四	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練 速度增強式訓練 節奏增強式訓練 技術性訓練 心肺間歇訓練
	五	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練 速度增強式訓練 節奏增強式訓練 技術性訓練 心肺間歇訓練
	六	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練(高速維持能力、下坡跑、彈力繩) 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 訓練過程中有效與隊友溝通能力(訓練互助、默契) 心理技術訓練(了解自我優勢) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 領跑及跟跑要領訓練(長距離) 比賽策略分析 心律錶監控訓練強度 敏捷訓練(拉力式)
	七	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練(高速維持能力、下坡跑、彈力繩) 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 訓練過程中有效與隊友溝通能力(訓練互助、默契) 心理技術訓練(了解自我優勢) 技術性訓練(接力傳接棒訓練)

		領跑及跟跑要領訓練(長距離) 比賽策略分析 心律錶監控訓練強度 敏捷訓練(拉力式)
八	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練(高速維持能力、下坡跑、彈力繩) 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 訓練過程中有效與隊友溝通能力(訓練互助、默契) 心理技術訓練(了解自我優勢) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 領跑及跟跑要領訓練(長距離) 比賽策略分析 心律錶監控訓練強度 敏捷訓練(拉力式)
九	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練(高速維持能力、下坡跑、彈力繩) 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 訓練過程中有效與隊友溝通能力(訓練互助、默契) 心理技術訓練(了解自我優勢) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 領跑及跟跑要領訓練(長距離) 比賽策略分析 心律錶監控訓練強度 敏捷訓練(拉力式)
十	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練(高速維持能力、下坡跑、彈力繩) 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 訓練過程中有效與隊友溝通能力(訓練互助、默契) 心理技術訓練(了解自我優勢) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 領跑及跟跑要領訓練(長距離) 比賽策略分析 心律錶監控訓練強度 敏捷訓練(拉力式)
十一	上半年運動能力檢測	全國中等學校田徑錦標賽或校內測驗(11月) 彰化縣縣長盃田徑賽(11月)
十二	檢討與修正(恢復期)	判斷影像分析檢討 自我賞析與分享 運動競賽成敗歸因
十三	檢討與修正(恢復期)	判斷影像分析檢討 自我賞析與分享 運動競賽成敗歸因
十四	運動概念(基礎期)	判斷影像分析檢討 掌握不同強度能量消耗 爆發性直線發力概念(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(重量、肌力、心肺耐力訓練) 掌握跑步姿勢與動作訓練
十五	運動概念(基礎期)	掌握不同強度能量消耗 爆發性直線發力概念(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(重量、肌力、心肺耐力訓練) 掌握跑步姿勢與動作訓練
十六	運動概念(基礎期)	掌握不同強度能量消耗 爆發性直線發力概念(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(重量、肌力、心肺耐力訓練) 掌握跑步姿勢與動作訓練
十七	運動概念(基礎期)	掌握不同強度能量消耗 爆發性直線發力概念(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(重量、肌力、心肺耐力訓練) 掌握跑步姿勢與動作訓練
十八	週期性檢測運動能力	專項速度能力測驗-專項肌力檢測 依照檢測數據，安排下個階段的訓練強度
十九	全身性訓練(一般期)	實作肌肉收縮型態訓練(向心離心) 實作速度訓練提升專項能力(發力、落地點、敏捷) 實作瞬發力訓練提升專項能力(瞬發力轉換動力) 12分鐘跑基礎訓練 階梯式訓練(109年01月)
二十	全身性訓練(一般期)	實作肌肉收縮型態訓練(向心離心) 實作速度訓練提升專項能力(發力、落地點、敏捷) 實作瞬發力訓練提升專項能力(瞬發力轉換動力) 12分鐘跑基礎訓練 階梯式訓練(109年01月)
二十一	全身性訓練(一般期)	實作肌肉收縮型態訓練(向心離心) 實作速度訓練提升專項能力(發力、落地點、敏捷) 實作瞬發力訓練提升專項能力(瞬發力轉換動力) 12分鐘跑基礎訓練 階梯式訓練(109年01月)

	二十二	全身性訓練(一般期)	實作肌肉收縮型態訓練(向心離心) 實作速度訓練提升專項能力(發力、落地點、敏捷) 實作瞬發力訓練提升專項能力(瞬發力轉換動力) 12分鐘跑基礎訓練 階梯式訓練(109年01月)
學習評量：	1.個人技術(40%)： 2.團隊對抗競賽(40%) 3.競技參賽運動表現(20%)		
對應學群：	遊憩運動		
備註：			

課程名稱：	中文名稱：體育專業IV		
	英文名稱：Competitive sports course IV		
授課年段：	二下	學分總數：2	
課程屬性：	體育班		
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：C3.多元文化與國際理解		
學生圖像：	創造力、（Creativity）學生具備能透過觀察、發現、思考、應用，將舊經驗轉換成新知識的創造能力。、競爭力、判斷力、品格力、（Character Building）學生具備感恩、惜福、互信、互諒的品格能力，培養學生健康的身心、人際關係及家庭關係。、溝通力、（Ability to Communicate）學生具備勇敢表達、自信論述、耐心傾聽、謙虛接受的溝通能力，建構學生健康的群體關係，發展良好的群性。、堅毅力、（Indomitable Will）學生具備「粗、勇」的員農精神，實踐員農學生能吃苦、不怕挫敗的特質，堅持目標，永（勇）續前進的發展動能。、學習力、（Ability to Learn）學生具備對學習新知的興趣，藉由多元學習，確保學生學習的深度、廣度及熱情，進而達成終身學習的目標。		
學習目標：	壹、培養專項運動之競技體能（體能訓練）：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。 貳、精進專項運動之技術水準（技術訓練）：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。 參、發展專項運動之戰術運用（戰術訓練）：能經由專項運動戰術戰略之執行與練習，應用於實際競技運動比賽中。 肆、提升專項運動之心理素質（心理訓練）：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	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練(器械式強化力量) 速度增強式訓練(動力鍊聯結訓練) 節奏增強式訓練(拉力帶、主動性強化) 技術性訓練(衝刺、欄架、起跑、彎道跑、障礙台) 分段速度訓練 提升有氧體能強化 專項速度耐力(109年02月)
	二	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練(器械式強化力量) 速度增強式訓練(動力鍊聯結訓練) 節奏增強式訓練(拉力帶、主動性強化) 技術性訓練(衝刺、欄架、起跑、彎道跑、障礙台) 分段速度訓練 提升有氧體能強化 專項速度耐力(109年02月)
	三	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練(器械式強化力量) 速度增強式訓練(動力鍊聯結訓練) 節奏增強式訓練(拉力帶、主動性強化) 技術性訓練(衝刺、欄架、起跑、彎道跑、障礙台) 分段速度訓練 提升有氧體能強化 專項速度耐力(109年02月)
	四	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練(器械式強化力量) 速度增強式訓練(動力鍊聯結訓練) 節奏增強式訓練(拉力帶、主動性強化) 技術性訓練(衝刺、欄架、起跑、彎道跑、障礙台) 分段速度訓練 提升有氧體能強化 專項速度耐力(109年02月)
	五	專項訓練(比賽期)	力量增強式訓練(器械式強化力量) 速度增強式訓練(動力鍊聯結訓練) 節奏增強式訓練(拉力帶、主動性強化) 技術性訓練(衝刺、欄架、起跑、彎道跑、障礙台) 分段速度訓練 提升有氧體能強化 專項速度耐力(109年02月)
	六	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練(高速維持能力、下坡跑、彈力繩) 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 訓練過程中有效與隊友溝通能力(訓練互助、默契)

		心理技術訓練(了解自我優勢) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 領跑及跟跑要領訓練(長距離) 比賽策略分析 心律錶監控訓練強度 敏捷訓練(拉力式)
七	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練(高速維持能力、下坡跑、彈力繩) 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 訓練過程中有效與隊友溝通能力(訓練互助、默契) 心理技術訓練(了解自我優勢) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 領跑及跟跑要領訓練(長距離) 比賽策略分析 心律錶監控訓練強度 敏捷訓練(拉力式)
八	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練(高速維持能力、下坡跑、彈力繩) 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 訓練過程中有效與隊友溝通能力(訓練互助、默契) 心理技術訓練(了解自我優勢) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 領跑及跟跑要領訓練(長距離) 比賽策略分析 心律錶監控訓練強度 敏捷訓練(拉力式)
九	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練(高速維持能力、下坡跑、彈力繩) 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 訓練過程中有效與隊友溝通能力(訓練互助、默契) 心理技術訓練(了解自我優勢) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 領跑及跟跑要領訓練(長距離) 比賽策略分析 心律錶監控訓練強度 敏捷訓練(拉力式)
十	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練(高速維持能力、下坡跑、彈力繩) 訓練過程中有效與教練溝通能力(建立信心、優缺點分析、清楚設定目標) 訓練過程中有效與隊友溝通能力(訓練互助、默契) 心理技術訓練(了解自我優勢) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 領跑及跟跑要領訓練(長距離) 比賽策略分析 心律錶監控訓練強度 敏捷訓練(拉力式)
十一	下半年運動能力檢測	全國中等學校運動會或校內測驗(4月)
十二	檢討與修正(恢復期)	解決影像分析與檢討 安排下一個訓練期強化內容
十三	檢討與修正(恢復期)	解決影像分析與檢討 安排下一個訓練期強化內容
十四	運動概念(基礎期)	維持不同強度能量消耗能力 爆發性組合發力概念(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(負重、阻力) 保持跑步姿勢與動作能力
十五	運動概念(基礎期)	維持不同強度能量消耗能力 爆發性組合發力概念(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(負重、阻力) 保持跑步姿勢與動作能力
十六	運動概念(基礎期)	維持不同強度能量消耗能力 爆發性組合發力概念(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(負重、阻力) 保持跑步姿勢與動作能力
十七	運動概念(基礎期)	維持不同強度能量消耗能力 爆發性組合發力概念(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(負重、阻力) 保持跑步姿勢與動作能力
十八	週期性檢測運動能力	專項速度能力測驗-專項肌力檢測 依照檢測數據，安排下個階段的訓練強度
十九	全身性訓練(一般期)	增強肌肉收縮型態訓練(器械輔助) 增強速度訓練提升專項能力(器械輔助) 增強爆發力訓練提升專項能力(器械輔助) 掌握身體協調性訓練(身體各肌群的穩定調節) 掌握敏捷性訓練(身體聯動性結合) 掌握耐力訓練(力量分配)
二十	全身性訓練(一般期)	增強肌肉收縮型態訓練(器械輔助)

			增強速度訓練提升專項能力(器械輔助) 增強爆發力訓練提升專項能力(器械輔助) 掌握身體協調性訓練(身體各肌群的穩定調節) 掌握敏捷性訓練(身體聯動性結合) 掌控耐力訓練(力量分配)
	二十一	全身性訓練(一般期)	增強肌肉收縮型態訓練(器械輔助) 增強速度訓練提升專項能力(器械輔助) 增強爆發力訓練提升專項能力(器械輔助) 掌握身體協調性訓練(身體各肌群的穩定調節) 掌握敏捷性訓練(身體聯動性結合) 掌控耐力訓練(力量分配)
	二十二	全身性訓練(一般期)	增強肌肉收縮型態訓練(器械輔助) 增強速度訓練提升專項能力(器械輔助) 增強爆發力訓練提升專項能力(器械輔助) 掌握身體協調性訓練(身體各肌群的穩定調節) 掌握敏捷性訓練(身體聯動性結合) 掌控耐力訓練(力量分配)
學習評量：	1.個人技術(40%)： 2.團隊對抗競賽(40%) 3.競技參賽運動表現(20%)		
對應學群：	遊憩運動		
備註：			

課程名稱：	中文名稱：體育專V		
	英文名稱：Competitive sports course V		
授課年段：	三上	學分總數：2	
課程屬性：	體育班		
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、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：	創造力、（Creativity）學生具備能透過觀察、發現、思考、應用，將舊經驗轉換成新知識的創造能力。、競爭力、判斷力、品格力、（Character Building）學生具備感恩、惜福、互信、互諒的品格能力，培養學生健康的身心、人際關係及家庭關係。、溝通力、（Ability to Communicate）學生具備勇敢表達、自信論述、耐心傾聽、謙虛接受的溝通能力，建構學生健康的群體關係，發展良好的群性。、堅毅力、（Indomitable Will）學生具備「粗、勇」的員農精神，實踐員農學生能吃苦、不怕挫敗的特質，堅持目標，永（勇）續前進的發展動能。、學習力、（Ability to Learn）學生具備對學習新知的興趣，藉由多元學習，確保學生學習的深度、廣度及熱情，進而達成終身學習的目標。		
學習目標：	壹、培養專項運動之競技體能（體能訓練）：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。 貳、精進專項運動之技術水準（技術訓練）：能藉由專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之專項運動技術水準。 參、發展專項運動之戰術運用（戰術訓練）：能經由專項運動戰術戰略之執行與練習，應用於實際競技運動比賽中。 肆、提升專項運動之心理素質（心理訓練）：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	專項訓練(比賽期)	力量組合式訓練 速度組合式訓練 技術性訓練 無氧耐力訓練
	二	專項訓練(技術期)	力量組合式訓練 速度組合式訓練 技術性訓練 無氧耐力訓練
	三	專項訓練(技術期)	力量組合式訓練 速度組合式訓練 技術性訓練 無氧耐力訓練
	四	專項訓練(技術期)	力量組合式訓練 速度組合式訓練 技術性訓練 無氧耐力訓練
	五	專項訓練(比賽期)	力量組合式訓練 速度組合式訓練 技術性訓練 無氧耐力訓練
	六	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練 訓練過程中有效與教練溝通能力 訓練過程中有效與隊友溝通能力 心理技術訓練(主動分析與對手優劣勢) 技術性訓練(接力傳接棒訓練)

		配速後的加速能力(長距離) 敏捷訓練(器械式進階)
七	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練 訓練過程中有效與教練溝通能力 訓練過程中有效與隊友溝通能力 心理技術訓練(主動分析與對手優劣勢) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 配速後的加速能力(長距離) 敏捷訓練(器械式進階)
八	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練 訓練過程中有效與教練溝通能力 訓練過程中有效與隊友溝通能力 心理技術訓練(主動分析與對手優劣勢) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 配速後的加速能力(長距離) 敏捷訓練(器械式進階)
九	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練 訓練過程中有效與教練溝通能力 訓練過程中有效與隊友溝通能力 心理技術訓練(主動分析與對手優劣勢) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 配速後的加速能力(長距離) 敏捷訓練(器械式進階)
十	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練 訓練過程中有效與教練溝通能力 訓練過程中有效與隊友溝通能力 心理技術訓練(主動分析與對手優劣勢) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 配速後的加速能力(長距離) 敏捷訓練(器械式進階)
十一	上半年運動能力檢測	全國中等學校田徑錦標賽或校內測驗(11月) 彰化縣縣長盃田徑賽(11月)
十二	檢討與修正(恢復期)	解決影像分析與檢討 安排下一個訓練期強化內容
十三	檢討與修正(恢復期)	解決影像分析與檢討 安排下一個訓練期強化內容
十四	運動概念(基礎期)	維持不同強度能量消耗能力 爆發性組合發力概念(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(負重、阻力) 保持跑步姿勢與動作能力
十五	運動概念(基礎期)	維持不同強度能量消耗能力 爆發性組合發力概念(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(負重、阻力) 保持跑步姿勢與動作能力
十六	運動概念(基礎期)	維持不同強度能量消耗能力 爆發性組合發力概念(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(負重、阻力) 保持跑步姿勢與動作能力
十七	運動概念(基礎期)	維持不同強度能量消耗能力 爆發性組合發力概念(距離、時間、速度) 體能訓練的類型(負重、阻力) 保持跑步姿勢與動作能力
十八	週期性檢測運動能力	專項速度能力測驗-專項肌力檢測 依照檢測數據，安排下個階段的訓練強度
十九	全身性訓練(一般期)	增強肌肉收縮型態訓練(器械輔助) 增強速度訓練提升專項能力(器械輔助) 增強爆發力訓練提升專項能力(器械輔助) 掌握身體協調性訓練(身體各肌群的穩定調節) 掌握敏捷性訓練(身體聯動性結合) 掌控耐力訓練(力量分配)
二十	全身性訓練(一般期)	增強肌肉收縮型態訓練(器械輔助) 增強速度訓練提升專項能力(器械輔助) 增強爆發力訓練提升專項能力(器械輔助) 掌握身體協調性訓練(身體各肌群的穩定調節) 掌握敏捷性訓練(身體聯動性結合) 掌控耐力訓練(力量分配)
二十一	全身性訓練(一般期)	增強肌肉收縮型態訓練(器械輔助) 增強速度訓練提升專項能力(器械輔助) 增強爆發力訓練提升專項能力(器械輔助) 掌握身體協調性訓練(身體各肌群的穩定調節) 掌握敏捷性訓練(身體聯動性結合) 掌控耐力訓練(力量分配)
二十二	全身性訓練(一般期)	增強肌肉收縮型態訓練(器械輔助) 增強速度訓練提升專項能力(器械輔助) 增強爆發力訓練提升專項能力(器械輔助) 掌握身體協調性訓練(身體各肌群的穩定調節)

			掌握敏捷性訓練(身體聯動性結合) 掌控耐力訓練(力量分配)
學習評量：	1.個人技術(40%)： 2.團隊對抗競賽(40%) 3.競技參賽運動表現(20%)		
對應學群：	遊憩運動		
備註：			

課程名稱：	中文名稱：體育專業VI		
	英文名稱：Competitive sports course VI		
授課年段：	三下		學分總數：2
課程屬性：	體育班		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素養：	A自主行動：A1.身心素質與自我精進、A3.規劃執行與創新應變		
	B溝通互動：B1.符號運用與溝通表達、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：	創造力、(Creativity) 學生具備能透過觀察、發現、思考、應用，將舊經驗轉換成新知識的創造能力。、競爭力、判斷力、品格力、(Character Building) 學生具備感恩、惜福、互信、互諒的品格能力，培養學生健康的身心、人際關係及家庭關係。、溝通力、(Ability to Communicate) 學生具備勇敢表達、自信論述、耐心傾聽、謙虛接受的溝通能力，建構學生健康的群體關係，發展良好的群性。、堅毅力、(Indomitable Will) 學生具備「粗、勇」的風農精神，實踐農學生能吃苦、不怕挫敗的特質，堅持目標，永(勇) 續前進的發展動能。、學習力、(Ability to Learn) 學生具備對學習新知的興趣，藉由多元學習，確保學生學習的深度、廣度及熱情，進而達成終身學習的目標。		
學習目標：	壹、培養專項運動之競技體能(體能訓練)：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。 貳、精進專項運動之技術水準(技術訓練)：能藉由專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之專項運動技術水準。 參、發展專項運動之戰術運用(戰術訓練)：能經由專項運動戰術戰略之執行與練習，應用於實際競技運動比賽中。 肆、提升專項運動之心理素質(心理訓練)：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	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練(器械式強化力量) 速度增強式訓練(動力鍊聯結訓練) 節奏增強式訓練(拉力帶、主動性強化) 技術性訓練(衝刺、欄架、起跑、彎道跑、障礙台) 分段速度訓練 提升有氧體能強化 專項速度耐力(109年02月)
	二	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練(器械式強化力量) 速度增強式訓練(動力鍊聯結訓練) 節奏增強式訓練(拉力帶、主動性強化) 技術性訓練(衝刺、欄架、起跑、彎道跑、障礙台) 分段速度訓練 提升有氧體能強化 專項速度耐力(109年02月)
	三	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練(器械式強化力量) 速度增強式訓練(動力鍊聯結訓練) 節奏增強式訓練(拉力帶、主動性強化) 技術性訓練(衝刺、欄架、起跑、彎道跑、障礙台) 分段速度訓練 提升有氧體能強化 專項速度耐力(109年02月)
	四	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練(器械式強化力量) 速度增強式訓練(動力鍊聯結訓練) 節奏增強式訓練(拉力帶、主動性強化) 技術性訓練(衝刺、欄架、起跑、彎道跑、障礙台) 分段速度訓練 提升有氧體能強化 專項速度耐力(109年02月)
	五	專項訓練(技術期)	力量增強式訓練(器械式強化力量) 速度增強式訓練(動力鍊聯結訓練) 節奏增強式訓練(拉力帶、主動性強化) 技術性訓練(衝刺、欄架、起跑、彎道跑、障礙台) 分段速度訓練 提升有氧體能強化 專項速度耐力(109年02月)
	六	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練 訓練過程中有效與教練溝通能力 訓練過程中有效與隊友溝通能力 心理技術訓練(主動分析與對手優劣勢) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 配速後的加速能力(長距離) 敏捷訓練(器械式進階)

	七	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練 訓練過程中有效與教練溝通能力 訓練過程中有效與隊友溝通能力 心理技術訓練(主動分析與對手優劣勢) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 配速後的加速能力(長距離) 敏捷訓練(器械式進階)
	八	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練 訓練過程中有效與教練溝通能力 訓練過程中有效與隊友溝通能力 心理技術訓練(主動分析與對手優劣勢) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 配速後的加速能力(長距離) 敏捷訓練(器械式進階)
	九	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練 訓練過程中有效與教練溝通能力 訓練過程中有效與隊友溝通能力 心理技術訓練(主動分析與對手優劣勢) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 配速後的加速能力(長距離) 敏捷訓練(器械式進階)
	十	專項訓練(比賽期)	專項速度訓練 訓練過程中有效與教練溝通能力 訓練過程中有效與隊友溝通能力 心理技術訓練(主動分析與對手優劣勢) 技術性訓練(接力傳接棒訓練) 配速後的加速能力(長距離) 敏捷訓練(器械式進階)
	十一	下半年運動能力檢測	全國中等學校運動會或校內測驗(4月)
	十二	檢討與規劃(恢復期)	解決影像分析與檢討 依照不同專項規劃訓練期及強化內容
	十三	檢討與規劃(恢復期)	解決影像分析與檢討 依照不同專項規劃訓練期及強化內容
	十四	運動認知(基礎期)	講解如何改善運動型態能量消耗概念能力 講解運動表現中的直線運動技術及注意事項 講解體能訓練技術及注意事項 分析跑步姿勢與動作訓練重要性
	十五	運動認知(基礎期)	講解如何改善運動型態能量消耗概念能力 講解運動表現中的直線運動技術及注意事項 講解體能訓練技術及注意事項 分析跑步姿勢與動作訓練重要性
	十六	運動認知(基礎期)	講解如何改善運動型態能量消耗概念能力 講解運動表現中的直線運動技術及注意事項 講解體能訓練技術及注意事項 分析跑步姿勢與動作訓練重要性
	十七	運動認知(基礎期)	講解如何改善運動型態能量消耗概念能力 講解運動表現中的直線運動技術及注意事項 講解體能訓練技術及注意事項 分析跑步姿勢與動作訓練重要性
	十八	訓練實作	撰寫訓練週期 運動中身體角度是否影響運動表現，如何改善 不同專項中，如何提升運動能力 如何營造訓練氣氛
	十九	訓練實作	撰寫訓練週期 運動中身體角度是否影響運動表現，如何改善 不同專項中，如何提升運動能力 如何營造訓練氣氛
	二十	訓練實作	撰寫訓練週期 運動中身體角度是否影響運動表現，如何改善 不同專項中，如何提升運動能力 如何營造訓練氣氛
	二十一	訓練實作	撰寫訓練週期 運動中身體角度是否影響運動表現，如何改善 不同專項中，如何提升運動能力 如何營造訓練氣氛
	二十二	實作研習	實作與演練學習
	學習評量：	1.個人技術(40%)： 2.團隊對抗競賽(40%) 3.競技參賽運動表現(20%)	
	對應學群：	遊憩運動	
	備註：		

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	18	18	18	18	18	18
週會或講座時數	12	12	12	12	12	12
社團活動時數	12	12	12	12	12	12
學生自治活動時數	12	12	12	12	12	12

拾、彈性學習時間實施規劃

一、學生自主學習實施規範

國立員林高級農工職業學校彈性學習時間實施規定

107 年 10 月 8 日行政會議通過

107 年 11 月 12 日第 1 次課程發展委員會會議通過

一、依據

- (一) 教育部 103 年 11 月 28 日臺教授國部字第 1030135678A 號令發布、106 年 5 月 10 日臺教授國部字第 1060048266A 號令發布修正之「十二年國民基本教育課程綱要總綱」(以下簡稱總綱)。
- (二) 教育部 107 年 2 月 21 日臺教授國部字第 1060148749B 號令發布之「高級中等學校課程規劃及實施要點」(以下簡稱課程規劃及實施要點)。

二、目的

國立員林高級農工職業學校(以下簡稱本校)彈性學習時間之實施,以落實總綱「自發」、「互動」、「共好」之核心理念,實踐總綱藉由多元學習活動、補強性教學、充實增廣教學、自主學習等方式,拓展學生學習面向,減少學生學習落差,促進學生適性發展為目的,特訂定本校彈性學習時間補充規定(以下簡稱本補充規定)。

三、本校彈性學習時間之實施原則

- (一) 本校彈性學習時間,在二年級第一及第二學期時,各於學生在校上課每週 35 節中,開設每週 2 節;在三年級第一及第二學期時,各於學生在校上課每週 35 節中,開設每週 1 節。
- (二) 本校彈性學習時間之實施採班群方式分別實施。
- (三) 各領域/群科教學研究會,得依各科之特色課程發展規劃,於教務處訂定之時間內提出選手培訓、充實(增廣)或補強性教學之開設申請;各處室得依上述原則提出學校特色活動之開設申請。
- (四) 彈性學習時間之實施地點以本校校內為原則;如有特殊原因需於校外實施者,應經校內程序核准後始得實施。

四、本校彈性學習時間之實施內容

- (一) 學生自主學習:學生得於彈性學習時間,依本補充規定提出自主學習之申請。
- (二) 充實(增廣)教學:由教師規劃與各領域課程綱要或各群科專業能力相關之課程,其課程內涵可包括單一領域探究型或實作型之充實教學,或跨領域統整型之增廣教學。
- (三) 補強性教學:由教師依學生學習落差情形,擇其須補強科目或單元,規劃教學活

動或課程；其中教學活動為短期授課，得由學生提出申請、或由教師依據學生學習落差較大之單元，**於各次期中考後2週內**，向教務處提出開設申請及參與學生名單，並於申請通過後實施，申請表件如附件 2-1；其授課教師應填寫教學活動實施規劃表如附件 2-2；另補強性教學課程為全學期授課者，教師得開設各該學期之前已開設科目之補強性教學課程。實施補強性教學活動之教師應填寫指導紀錄表如附件 2-3。

五、本校學生自主學習之實施規範

- (一) 學生自主學習之實施時段，應於本校彈性學習時間所定每週實施節次內為之。
- (二) 學生申請自主學習，應依附件 4-1 完成自主學習申請表暨計畫書，並得自行徵詢邀請指導教師指導，**由個人或小組提出申請**，經教務處彙整後，依**其自主學習之主題與性質**，指派校內具相關專長之專任教師，擔任指導教師。
- (三) 學生申請自主學習者，應系統規劃學習主題、內容、進度、目標及方式，並經指導教師指導及其父母或監護人同意，送交指導教師簽署後，依教務處規定之時程及程序，完成自主學習申請。
- (四) 每位指導教師之指導學生人數，以 12 人以上**為原則**。指導教師應於學生自主學習期間，定期與指導學生進行個別或團體之晤談與指導，以瞭解學生自主學習進度、提供學生自主學習建議，並依附件 4-2 完成自主學習晤談及指導紀錄表。
- (五) 學生完成自主學習申請後，應依自主學習計畫書之規劃實施，並於各階段彈性學習時間結束前，將附件 4-3 之自主學習成果紀錄表彙整成冊；指導教師得就學生自主學習成果發表之內容、自主學習成果彙編之完成度、學生自主學習目標之達成度或實施自主學習過程之參與度，針對學生自主學習成果紀錄表之檢核提供質性建議。

六、本校彈性學習時間之學生選讀方式

- (一) 學生自主學習：採學生申請制；學生應依前點之規定實施。
- (二) 充實（增廣）教學：採學生選讀制。
- (三) 補強性教學：
 1. 短期授課之教學活動：由學生選讀或由教師依學生學習需求提出建議名單；並填妥附件 2-1、2-2 資料向教務處申請核准後實施。
 2. 全學期授課之課程：採學生選讀制。

七、本校彈性學習時間之學分授予方式

- (一) 彈性學習時間之學分，**不**採計為學生畢業總學分。

- (二) 彈性學習時間之成績，不得列入學期學業總平均成績、學年學業總平均成績計算，亦不得為彈性學習時間學年學業成績之計算。

八、本校彈性學習時間之教師教學節數及鐘點費編列方式

- (一) 學生自主學習：指導學生自主學習者，依實際指導節數，核發教師指導鐘點費；但教師指導鐘點費之核發，不得超過學生自主學習總節數二分之一。
- (二) 選手培訓：指導學生選手培訓者，依實際指導節數，核發教師指導鐘點費。
- (三) 充實（增廣）教學與補強性教學：
1. 擔任全學期充實（增廣）教學之部分課程授課者，依其實際授課節數核發教師授課鐘點費。
 2. 個別教師擔任補強性教學短期授課之教學活動者，依其實際授課節數核發教師授課鐘點費。
- (四) 學校特色活動：由學校辦理之例行性、獨創性活動或服務學習，依各該教師實際授課節數核發鐘點費，教師若無授課或指導事實者不另行核發鐘點費。

九、本補充規定之實施檢討，應就實施內涵、場地規劃、設施與設備以及學生參與情形，定期於每學年之課程發展委員會內為之。

十、本補充規定經課程發展委員會討論通過，陳校長核定後實施，並納入本校課程計畫。

附件 2-1

國立員林高級農工職業學校 學年度第 學期彈性學習時間
補強性教學活動實施申請表

授課教師姓名		教學單元名稱	
參與學生資料	班級	學號	姓名
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			

備註：

1. 授課教師可由學生自行邀請、或由教務處安排。
2. 12 人以上可提出申請、表格若不敷使用，請自行增列。

承辦人員核章

教學組長核章

教務主任核章

國立員林高級農工職業學校 學年度第 學期彈性學習時間
補強性教學活動實施規劃表

[illegible]

承辦人員核章

教學組長核章

教務主任核章

國立員林高級農工職業學校 學年度第 學期彈性學習時間
補強性教學活動實施紀錄表

[illegible]

教務主任核章

附件 4-1

國立員林高級農工職業學校 學年度第 學期彈性學習時間
自主學習計畫書

申請學生 資料	班級	學號	姓名（請親自簽名）
自主學習 主題	☐ 自我閱讀 ☐ 科學實做 ☐ 專題探究 ☐ 藝文創作 ☐ 技能實務 ☐ 其他：		
自主學習 實施地點	☐ 教室 ☐ 圖書館 ☐ 工場： ☐ 其他：		
自主學習 規劃內容	週次	實施內容與進度	
	1	與指導教師討論自主學習規劃，完成本學期自主學習實施內容與進度。	
	19-21	完成自主學習成果紀錄表撰寫並參與自主學習成果發表。	
自主學習 學習目標			
自主學習 所需協助			
學生簽名		父母或監護人簽名	
申請受理情形（此部分，申請同學免填）			
受理日期	編號	領域召集人/科主任	建議之指導教師

承辦人員核章

教學組長核章

教務主任核章

附件 4-2

國立員林高級農工職業學校 學年度第 學期彈性學習時間
自主學習晤談及指導紀錄表

指導學生	班級	學號	姓名
資料			
自主學習 主題	☐ 自我閱讀 ☐ 科學實做 ☐ 專題探究 ☐ 藝文創作 ☐ 技能實務 ☐ 其他：		
自主學習 實施地點	☐ 教室 ☐ 圖書館 ☐ 工場： ☐ 其他：		
自主學習 學習目標			
序號	日期/節次	諮詢及指導內容摘要紀錄	指導教師簽名
1			
2			
3			

承辦人員核章

教學組長核章

教務主任核章

附件 4-3

國立員林高級農工職業學校 學年度第 學期彈性學習時間
自主學習成果紀錄表

申請學生 資料	班級		學號	姓名（請親自簽名）		
自主學習 主題	☐ 自我閱讀 ☐ 科學實做 ☐ 專題探究 ☐ 藝文創作 ☐ 技能實務 ☐ 其他：					
自主學習 實施地點	☐ 教室 ☐ 圖書館 ☐ 工場： ☐ 其他：					
自主學習 學習目標						
自主學習 成果記錄	週次	實施內容與進度		自我檢核		指導教 師確認
	1	與指導教師討論自主學習規劃，完成本學期自主學習實施內容與進度。		☐ 優良 ☐ 尚可 ☐ 待努力		◎
	2					
	3					
	4					
	5					
	6					
	7					
	8					
	9					
	10					
	11					
	12					

	13			
	14			
	15			
	16			
	17			
	18			
	19			
	20	參與自主學習成果發表		◎
	21	完成自主學習成果紀錄表撰寫		◎
	22			
自主學習 成果說明				
自主學習 學習目標 達成情形				
自主學習 歷程省思				
指導教師 指導建議				

指導教師簽章

承辦人員核章

教學組長核章

教務主任核章

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	自主學習														1	1	18	1	1	18		
選手培訓	體育班(田徑、跆拳道)		1	1	18	1	1	18								1	1	18	1	1	18	
全學期授課	充實/增廣	傳統文化專題													1	1	18	1	1	18		
	充實/增廣	健康體適能	1	1	18	1	1	18														
	充實/增廣	物理動手做							1	1	18	1	1	18								
週期性授課	充實/增廣	實用英文							1	1	9	1	1	9								
	充實/增廣	英文停看聽							1	1	9	1	1	9								

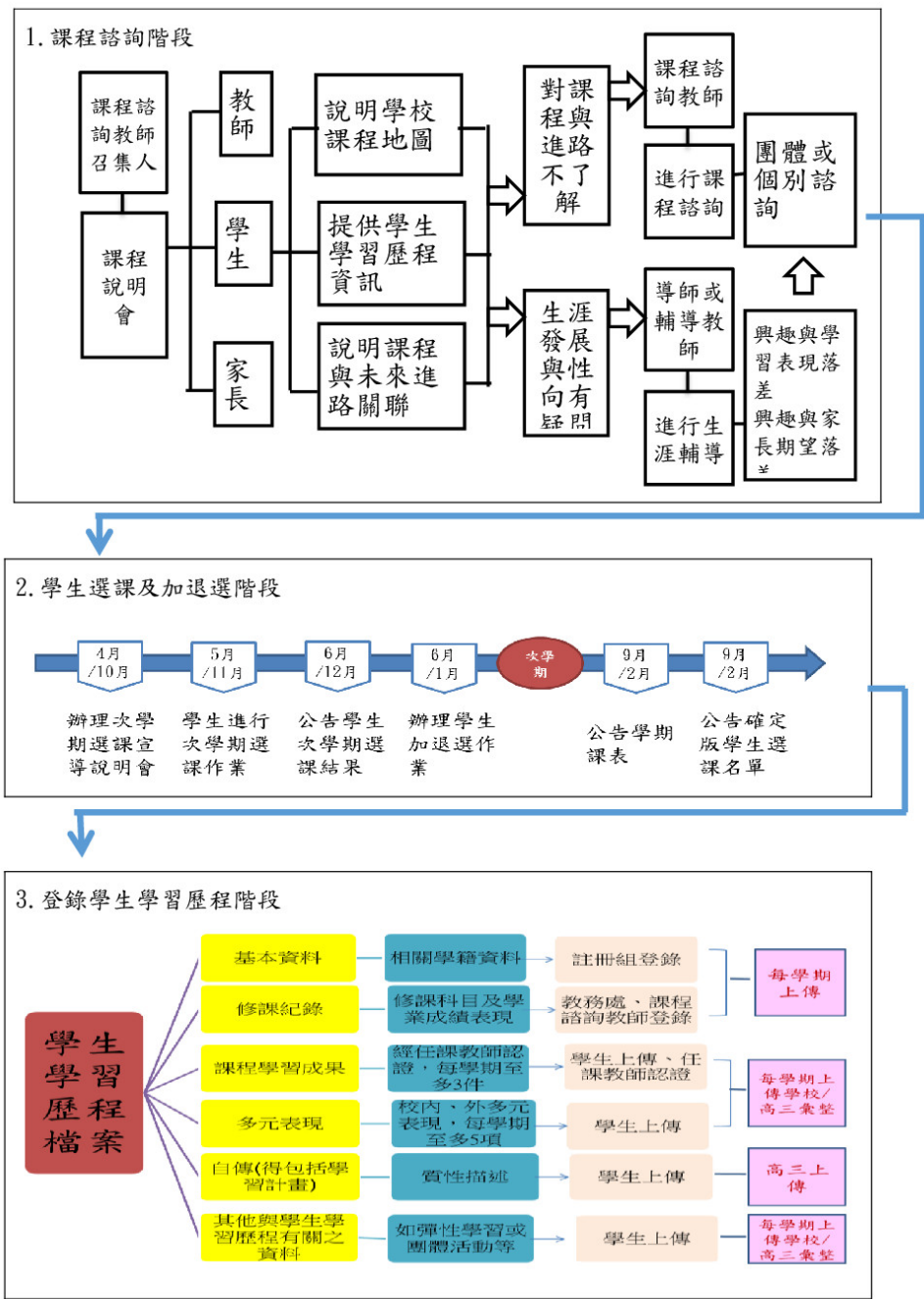
三、學校特色活動

--

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



<

(二) 日程表

序	時間	活動內容	說明
1	4月/10月	選課宣導	舊生利用前一學期末進行選課宣導
2	8月	選課宣導	利用新生報到時段進行選課宣導
3	一學期：5月 第二學期：11月	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：9月 第二學期：2月	正式上課	跑班上課
5	一學期：6月 第二學期：1月	加、退選	得於學期前兩週進行
6	6月	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：

<http://www.ylvs.chc.edu.tw/home?cid=15085>

(二)生涯探索：

- (1) 人員：輔導教師、生涯規劃教師、導師。
- (2) 輔導教師結合生涯規劃課程、生涯輔導相關活動、講座，透過心理測驗，協助學生探索自我，以利規劃學生未來之生涯發展。
- (3) 導師協助學生，生活、生涯與學習之輔導，並處理班級經營規劃學生事務、親師溝通等事宜。

(三)興趣量表：

透過學生興趣量表說明進行選課輔導

(四)課程諮詢教師：

- (1) 於選課前，說明學校課程計畫書及學生進路發展之關聯，並於選課期間提供學生有關課程內涵、目標與未來升學、就業關聯之諮詢，俾協助學生生涯發展及規劃。
- (2) 對生涯未定向、興趣與能力不符、家長期待與興趣有落差或缺乏學習動力的學生，待輔導室測驗學生性向及興趣測驗結果，予以輔導，至解決及問題後，再提供學生課程及選課的個別諮詢。

(五)其他：

拾貳、學校課程評鑑

一、學校課程評鑑計畫

國立員林高級農工職業學校課程評鑑實施計畫

108 年 11 月 11 日課程發展委員會通過

壹、依據

- 一、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」。
- 二、教育部 108 年 4 月 22 日臺教授國部字第 1080031188B 號函頒行之「高級中等學校課程評鑑機制辦理參考原則」。
- 三、教育部 108 年 5 月 30 日臺教授國部字第 1080050523B 號令發布之「高級中等學校課程評鑑實施要點」。

貳、辦理目標

- 一、有效協助教師教學與改善學生學習成效。
- 二、引導學校課程發展及教學實施的變革與創新。
- 三、協助評估課程實施及相關推動措施之成效。

參、實施對象

全體教師與學生

肆、組織分工與運作

課程評鑑人員及組織包括課程發展委員會、課程評鑑小組、各科教學研究會及全校教師。

組織人員	工 作 職 掌
課程發展委員會	負責課程自我評鑑相關規劃與實施工作，並審議課程評鑑計畫、課程自我評鑑實施內容之檢核工具與規準及歷程、各項建議與改進方案以及課程自我評鑑報告。
課程評鑑小組	1、由校長聘請 9-11 位課程發展委員會委員擔任之。教務主任、學務主任、實習主任和輔導主任為當然成員。 2、課程評鑑小組得包括家長、產業專家及學者專家等外聘委員。 3、依據教學研究會評鑑資料、學生、家長、產業專家與學者專家之回饋，進行課程建議。
教學研究會	1、由各教學研究會召集人召開。 2、由各教學研究會召開，依據教師自我評鑑資料、教師教學教材，以及學生學習成果，研擬課程改進方案。
教師	實際擔任教學之教師，填寫教師教學實施自評表。

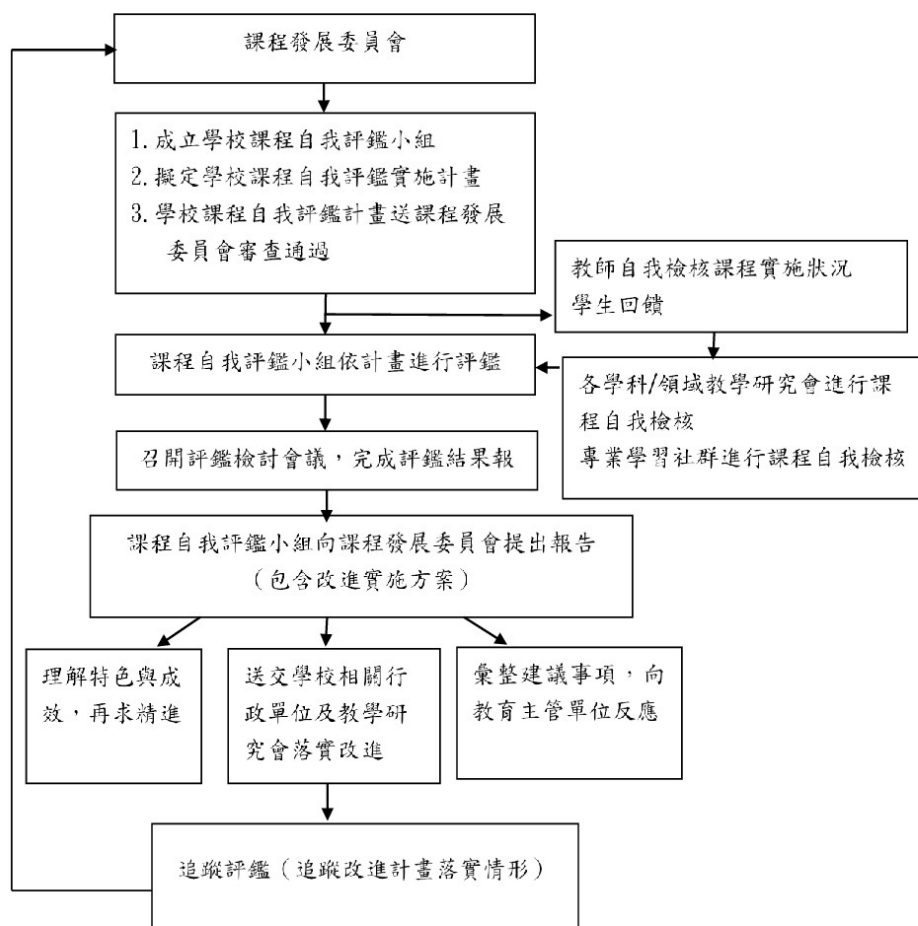
伍、評鑑內容

- 一、課程規劃：依課程計畫書項目進行規劃、實施、回饋之歷程與成果。
- 二、教學實施：教學內容規劃、創新教學實驗、行動研究及教學模式與策略。
- 三、學生學習：學生課程學習成果及多元表現。

課程評鑑之內容，分別依評鑑項目、評鑑人員、評鑑方式及評鑑時間，綜整如下：

項次	評鑑內容	評鑑項目	評鑑人員	使用表單/資料	評鑑時間
1	課程規劃	課程規劃包括課程計畫的訂定與執行、教學計畫、與學生選課意願等	教學研究會 課程評鑑小組 課程發展委員會	1-1 選課調查表 1-2 教學進度表 1-3 課程計劃書	每年 8 月與 2 月
2	教學實施	教學實施包括課程設計、教材與教學、教學策略及教學方式	授課教師 學生 教學研究會	2-1 教師教學實施自評表 2-2 學生教學回饋表	每年 1 月及 6 月
3	學生學習	學生學習包括學生學習過程、成效及多元表現成果	授課教師 教學研究會	3-1 學生成績系統 3-2 學習歷程檔案 3-3 臺灣後期中等教育長期追蹤資料庫	依學校計畫調整實施評量每年 1 月及 6 月

陸、實施流程



柒、評鑑資料運用

- 一、修正學校課程計畫。
- 二、檢討學校課程實施條件及設施，並加以改善。
- 三、增進教師及家長對課程品質之理解及重視。
- 四、回饋於教師教學調整及專業成長規劃。
- 五、安排補救教學或學習輔導。
- 六、激勵教師進行課程及教學創新。
- 七、對課程綱要、課程政策及配套措施提供建議。

捌、本實施計畫經課程發展委員會通過後施行，修正時亦同。