

參、彈性學習課程計畫

二、社團活動/技藝課程

每週學習節數（ 1 ）節，上學期（ 21 ）週共（ 21 ）節、下學期（ 18 ）週（ 18 ）節，合計（ 39 ）節。

（一）社團活動課程規劃(表九)（備註可加註說明各社團以年段或班群實施現況、議題融入、教材設計說明）

編號	社團名稱	核心素養	學習目標	表現任務	備註
1	直笛社	藝-J-A1 參與藝術活動，增進美感知能	1、能理解音樂符號並回應指揮，進行演奏，展現音樂美感意識。 能透過多元音樂活動，探索音樂及其他活動之關連性，關懷在地文化。	透過參加期末成果展，讓學生運用學所學曲目，進行演奏，達成音樂美感的表現。	
2	棋藝社	綜-J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	1. 希望學生能藉由下棋活動，怡情、養性、益智，並拓展人與人之間的關係，培養思考的能力。 2. 了解自己的喜好，透過參與各式各類的活動，發展自己的興趣與專長。 3. 參與各類團體自治活動，並養成負責與尊重紀律的態度，表達自我並願意與人溝通。在學習過程中能夠表現禮節	透過參加期末棋藝比賽，讓學生了展現智推理邏輯能力，達成潛能開發。	
3	撞球社	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性	1. 本社成立之宗旨在於提升同學運動風氣，學習撞球方法及訣竅，情感的聯絡與交流並結集	透過參加期末學生撞球比賽，展現運動禮節，達成強健體魄並發展潛能。	

		發展，省思自我價值，實踐生命意義。	同好推廣撞球運動。 2. 學習撞球方法與訣竅外，應學習懂得如何保養用具與修復改善，以更增加對撞球的認識與了解。		
4	美術社	綜-E-B3 覺察生活美感的多樣性，培養生活環境中的美感體驗，增進生活的豐富性與創意表現。	是關於美好的藝術，畫畫是藝術，拍照是藝術，舞蹈是藝術，音樂是藝術，生活也可以是藝術。本社的大方向是繪畫創作方面，方便取得簡單易學，適合各位新手小畫家。	透過參加期末成果展，讓學生運用學所藝術能力，展現視覺藝術美學，增加自信。	
5	電影欣賞社	綜-E-A2 探索學習方法，培養思考能力與自律負責的態度，並透過體驗與實踐解決日常生活問題	電影欣賞社為靜態活動的社團，透過看電影，了解電影拍攝的動機以及電影的涵義更是反映現代社會的現象，學生們更是可以透過社團課放鬆心情，達到舒壓的。	透過電影欣賞，放鬆心情，並紓緩課業壓力，重新思考生命或日常的問題，得到啟發。	

(二)社團活動課程實施內涵(表十)(請依進度填列社團式教學進度與活動內容、評量方式，可跨多週填列)

上學期

教學進度與 學習活動	社團名稱				
	<u>直笛社</u>	<u>棋藝社</u>	<u>撞球社</u>	<u>美術社</u>	<u>電影欣賞社</u>
	教學重點	教學重點	教學重點	教學重點	教學重點
第(1)週-第(1)週，(1)節	選社團	選社團	選社團	選社團	選社團
第(2)週-第(2)週，(1)節	(1)透過生活情境的觀察，認識音樂的元素。 (2)欣賞原住民的音樂 (3)分部練習(樂理、和聲) (4)合奏練習 (5)透過生活情境了解排灣族鼻笛的歷史背景	暗棋由來、規則、技巧、策略、比賽等介紹	1. 撞球基本規則：14-1 球玩法	社團介紹 繪畫媒材簡介與練習	社團簡介 《大英雄天團》

第(3)週-第(3)週，(1)節	(1)透過生活情境的觀察，認識音樂的元素。 (2)欣賞原住民的音樂 (3)分部練習(樂理、和聲) (4)合奏練習 (5)透過生活情境了解排灣族鼻笛的歷史背景	分組練習並討論策略	1. 撞球基本規則：9 號球玩法	繪畫媒材簡介與練習	《大英雄天團》
第(4)週-第(4)週，(1)節	(1)調整、培養比賽心情穩定、心智複演 (2)技術、體能、身心達最高峰 (3)透過生活情境了解排灣族鼻笛的歷史背景	分組練習並討論策略	1. 撞球基本規則：9 號球玩法	繪畫媒材簡介與練習	《大英雄天團》
第(5)週-第(5)週，(1)節	(1)基本動作之練習及修改動作 (2)精神力之訓練 (3)排灣族歌謠的介紹	分組練習並討論策略	1. 撞球基本規則：8 號球玩法	素描概述	《大英雄天團》

第(6)週-第(7)週，(2)節	(1)新生入學及直 笛才能測試 (2)樂器介紹 (3)樂理介紹 (4)排灣族歌謠的 介紹	實際競賽	1. 撞球基本規 則：8 號球玩法	筆觸臨摹	反思與檢討
第(8)週-第(9)週，(2)節	(1)分配樂器 (2)基礎練習 (3)吹奏練習 (4)排灣族歌謠的 介紹	五子棋由來、規 則、技巧、策 略、比賽等介紹	2. 撞球基本動 作：站姿	素描練習-幾何石 膏	《重返 20 歲》
第(10)週-第(11)週，(2)節	(1)基礎練習 (2)吹奏練習 (3)分部練習(樂 理、和聲) (4)合奏練習 (5)平埔族西拉雅 夜祭的介紹	分組練習並討論 策略	2. 撞球基本動 作：握桿、運桿	素描練習-幾何石 膏	《重返 20 歲》

第(12)週-第(13)週，(2)節	(1)合奏練習 (2)模擬比賽、意象練習 (3)調整、培養比賽心情穩定、心智複演 (4)平埔族西拉雅夜祭的介紹	分組練習並討論策略	2. 撞球基本動作：握桿、運桿	素描練習-幾何石膏	《重返 20 歲》
第(14)週-第(15)週，(2)節	(1)基礎練習 (2)吹奏技巧練習 (3)分部練習(樂理、和聲) (4)合奏練習 (5)平埔族西拉雅夜祭的介紹	分組練習並討論策略	2. 撞球基本動作：架橋	素描練習-幾何石膏	《重返 20 歲》
第(16)週-第(17)週，(2)節	(1)基礎練習 (2)吹奏技巧練習 (3)分部練習(樂理、和聲) (4)合奏練習 (5)魯凱族歌謠傳唱	實際競賽	2. 撞球基本動作：架橋	素描練習-靜物(一)	反思與檢討

第(18)週-第(19)週，(2)節	(1)寒假團練 (2)吹奏技巧練習 (3)分部練習(樂理、和聲) (4)合奏練習	象棋由來、規則、技巧、策略、比賽等介紹	3. 撞球打法：中桿(定桿)打法	素描練習-靜物(一)	複習
第(20)週-第(20)週，(1)節	(1)調整、培養比賽心情穩定、心智複演 (2)技術、體能、身心達最高峰 (3)魯凱族歌謠傳唱	分組練習並討論策略	3. 撞球打法：中桿(定桿)打法	素描練習-靜物(一)	《被偷走的那5年》
第(21)週-第(21)週，(1)節	(1)基本動作之練習及修改動作 (2)精神力之訓練 (3)魯凱族歌謠傳唱	分組練習並討論策略	3. 撞球打法：低桿(拉桿)打法	素描練習-靜物(一)	《被偷走的那5年》

社團名稱	直笛社	棋藝社	撞球社	美術社	電影欣賞社
教學進度與重點	教學重點	教學重點	教學重點	教學重點	教學重點
第(1)週-第(1)週，(1)節	選社團	選社團	選社團	選社團	選社團
第(2)週-第(2)週，(1)節	(1)基礎練習 (2)吹奏技巧練習 (3)分部練習(樂理、和聲) (4)合奏練習 (5)透過生活情境了解排灣族鼻笛的歷史背景	教學重點	1. 撞球基本規則： 14-1 球玩法	繪畫媒材簡介與練習	社團簡介 《大英雄天團》
第(3)週-第(3)週，(1)節	(1)寒假團練 (2)吹奏技巧練習 (3)分部練習(樂理、和聲) (4)合奏練習 (5)透過生活情境了解排灣族鼻笛的歷史背景	選社團	1. 撞球基本規則： 9 號球玩法	繪畫媒材簡介與練習	《大英雄天團》

第(4)週-第(4)週，(1)節	(1)調整、培養比賽 心情穩定、心智複 演 (2)技術、體能、身 心達最高峰 (3)透過生活情境 了解排灣族鼻笛的 歷史背景	暗棋由來、規則、 技巧、策略、比賽 等介紹	1. 撞球基本規則： 9 號球玩法	素描概述	《大英雄天團》
第(5)週-第(5)週，(1)節	(1)基本動作之練 習及修改動作 (2)精神力之訓練 (3)排灣族歌謠的 介紹	分組練習並討論策 略	1. 撞球基本規則： 8 號球玩法	筆觸臨摹	《大英雄天團》
第(6)週-第(7)週，(2)節	(1)新生入學及直 笛才能測試 (2)樂器介紹 (3)樂理介紹 (4)排灣族歌謠的 介紹	分組練習並討論策 略	1. 撞球基本規則： 8 號球玩法	素描練習-幾何 石膏	反思與檢討

第(8)週-第(9)週，(2)節	(1)分配樂器 (2)基礎練習 (3)吹奏練習 (4)排灣族歌謠的介紹	分組練習並討論策略	2. 撞球基本動作： 站姿	素描練習-幾何石膏	《重返 20 歲》
第(10)週-第(11)週，(2)節	(1)基礎練習 (2)吹奏練習 (3)分部練習(樂理、和聲) (4)合奏練習 (5)平埔族西拉雅夜祭的介紹	實際競賽	2. 撞球基本動作： 握桿、運桿	素描練習-幾何石膏	《重返 20 歲》
第(12)週-第(13)週，(2)節	(1)合奏練習 (2)模擬比賽、想像練習 (3)調整、培養比賽心情穩定、心智複演 (4)平埔族西拉雅夜祭的介紹	五子棋由來、規則、技巧、策略、比賽等介紹	2. 撞球基本動作： 握桿、運桿	素描練習-幾何石膏	《重返 20 歲》

第(14)週-第(15)週，(2)節	(1)基礎練習 (2)吹奏技巧練習 (3)分部練習(樂理、和聲) (4)合奏練習 (5)平埔族西拉雅夜祭的介紹	分組練習並討論策略	2. 撞球基本動作： 架橋	素描練習-靜物(一)	《重返 20 歲》
第(16)週-第(17)週，(2)節	(1)基礎練習 (2)吹奏技巧練習 (3)分部練習(樂理、和聲) (4)合奏練習 (5)魯凱族歌謠傳唱	分組練習並討論策略	2. 撞球基本動作： 架橋	素描練習-靜物(一)	反思與檢討
第(18)週-第(18)週，(1)節	(1)寒假團練 (2)吹奏技巧練習 (3)分部練習(樂理、和聲) (4)合奏練習 (5)魯凱族歌謠傳唱	分組練習並討論策略	3. 撞球打法：中桿 (定桿)打法	素描練習-靜物(一)	複習

(三)技藝課程規劃(表十一)(備註可加註說明各技藝課程以年段或班群實施現況、議題融入、教材設計說明)

每週學習節數(3)節，上學期(21)週共(63)節、下學期(18)週(54)節，合計(117)節。

編號	課程名稱	核心素養	學習目標	表現任務	備註
1	家政職群	綜-J-B2 善用科技、資訊與媒體等資源，並能分析及判斷其適切性，進而有效執行生活中重要事務。	1. 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 2. 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	1. 學生利用所學之家政知識完成各項任務。 2. 透過每次上課的分組實作，完成每次的作品，開發自我潛能。	
2	食品職群	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。	1. 膳食計畫與製作 2. 食物資源的管理與運用 3. 食品安全	透過每次上課的分組實作，完成每次的作品，讓學生了解膳食計畫與製作，開發自我潛能。	
3	電機職群	自-J-C2 透過合作學習，發展與同儕溝通、共同參與、共同執行及共同發掘科學相關知識與問題解決的能力。 科-J-A1 具備良好的科技態度，並能應用科技知能，以啟發自我潛能。	1. 探討運動原理與影響其速度的原因。 2. 透過動手做增強學生技能與專業知識的連結。 3. 讓學生以貼近生活的方式了解電學。 4. 學會自己看電路圖。	1. 學生參與各項實驗並能精確記錄各項數據及觀察到之現象。 2. 學生根據已具備之知識，參與競賽活動。 3. 學生能展現出分組合作學習該有的態度與方法。	

(四)技藝課程實施內涵(表十二) (請依進度填列技藝課程教學進度與活動內容、評量方式，可跨多週填列)

編號: 1 技藝課程名稱:111-1 家政職群			
教學進度	學習活動	節數	備註
第(1)週-第(3)週	1-1. 家政職群實習科目介紹 1-2. 家政職群未來升學進路介紹 1-3. 安全的工作態度 1-4. 敬業合作之職業道德 2-1. 家政職群相關法規介紹 2-2. 家政職群的網路資安 3-1 家政職場的相關行業 3-2. 各家政行業的工作內涵 3-3. 家政職場的工作價值	3	
第(4)週-第 (5)週	1-1. 皮膚的認識與清潔 1-2. 保養品的認識與使用 1-3. 皮膚保養的程序 1-4. 居家皮膚保養的技巧與實作	2	
第(6)週-第 (7)週	2-1. 按摩的目的 2-2 按摩用品的種類 2-3. 臉部按摩的技巧與實作	2	
第(8)週-第 (9)週	3-1. 眉型的美化 3-2. 各式眉型的認識與紙上練習 3-3. 彩妝紙上化妝介紹、說明、示範及練習	2	
第(10)週-第 (11)週	1-1. 彩妝紙上化妝作品欣賞 1-2. 春、夏、秋、冬各式彩妝色彩搭配與紙上練習	2	
第(12)週-第 (13)週	1-3. 春、夏、秋、冬各式彩妝色彩搭配與紙上練習 1-4. 一般妝紙上化妝練習	2	
第(14)週-第 (15)週	4-1. 妝前的準備工作	2	

	4-2. 化妝的程序及注意事項 4-3. 基礎化妝實作		
第(16)週-第 (17)週	2-1. 粉紅色系配色及化妝實作 2-2. 金黃色系配色及化妝實作	2	
第(18)週-第 (19)週	2-1. 粉紅色系配色及化妝實作 2-2. 金黃色系配色及化妝實作 (少女妝真人示範與實作)	2	
第(20)週-第 (20)週	1-1. 按摩指壓的操作手法 1-2. 指壓的種類 1-3. 頭部、肩背部、手部指壓實作 1-4. 指甲養護與手部按摩實作	1	
第(21)週-第 (21)週	2-1. 洗髮劑的種類及應用 2-2. 洗髮前的準備工作 2-3. 洗髮應注意事項 2-4. 洗髮練習與實作	1	

編號: 2 技藝課程名稱:111-1 食品職群			
教學進度	學習活動	節數	備註
第(1)週-第(3)週	1-1. 食品職群實習科目介紹 2-1. 食品群各科主要學習內容與證照 2-2. 食品相關產業介紹 3-1. 食品原料的介紹 3-2. 食品機具的介紹 4-1. 食品安全的介紹 4-2. 食品衛生觀念的介紹 5-1. 微生物、化學介紹 5-2. 生物技術介紹	3	
第(4)週-第 (5)週	1-1 中式麵食加工概論 1-2. 水調(和)麵類製作-生鮮麵條、水餃	2	
第(6)週-第 (7)週	1-2. 水調(和)麵類製作-生鮮麵條、水餃	2	
第(8)週-第 (9)週	2-1. 發粉類製作-發糕	2	
第(10)週-第 (11)週	2-2. 發酵麵類製作-豆沙包	2	

第(12)週-第 (13)週	1-1. 蛋糕製作概論	2	
第(14)週-第 (15)週	1-2. 麵糊類蛋糕製作-重奶油蛋糕	2	
第(16)週-第 (17)週	1-3. 乳沫類蛋糕製作-海綿蛋糕	2	
第(18)週-第 (19)週	1-4. 戚風類蛋糕製作-戚風蛋糕捲	2	
第(20)週-第 (20)週	2-1. 麵糊類蛋糕製作—天使蛋糕	1	
第(21)週-第 (21)週	2-2. 乳沫類蛋糕製作—水果蛋糕	1	

編號: 3 技藝課程名稱:111-1 電機職群			
教學進度	學習活動	節數	備註
第(1)週-第(3)週	1-1. 電機與電子職群實習科目介紹 1-2. 電機與電子職群未來升學進路介紹 1-3. 安全的工作態度 1-4. 敬業合作之職業道德 2-1. 職場簡介 2-2. 相關類科簡介 2-3. 生涯進路規劃 3-1. 常用電子元件模組介紹 3-2. 常用電子儀表介紹 3-3. 電子元件模組與儀表在工業界上的認識與應用 4-1. 常用電機器具介紹 4-2. 常用電機設備介紹 4-3. 電機器具及設備在工業界上的認識與應用	3	
第(4)週-第 (5)週	1-1. 工業配線的工作安全	2	
第(6)週-第 (7)週	1-1. 工業配線的工作安全 1-2. 工業配線的應用介紹 1-3. 工業配線工具的認識及使用	2	
第(8)週-第 (9)週	2-1. 低壓工業配線器具及符號認識	2	
第(10)週-第 (11)週	2-1. 低壓工業配線器具及符號認識 2-2. 低壓工業配線器具裝置及配線規則 2-3. 器具裝置及整線練習	2	

第(12)週-第 (13)週	2-2. 低壓工業配線器具裝置及配線規則 2-3. 器具裝置及整線練習	2	
第(14)週-第 (15)週	3-1. 電動機寸動控制	2	
第(16)週-第 (17)週	3-1. 電動機寸動控制 3-2. 電動機啟動、停止及過載控制	2	
第(18)週-第 (19)週	3-2. 電動機啟動、停止及過載控制	2	
第(20)週-第 (20)週	1-1. 單相感應電動機正逆轉控制	1	
第(21)週-第 (21)週	1-1. 單相感應電動機正逆轉控制 1-2. 三相感應電動機正逆轉控制	1	

編號: 1 技藝課程名稱:111-2 家政職群			
教學進度	學習活動	節數	備註
第(1)週-第(3)週	1-1. 家政職群實習科目介紹 1-2. 家政職群未來升學進路介紹 1-3. 安全的工作態度 1-4. 敬業合作之職業道德 2-1. 家政職群相關法規介紹 2-2. 家政職群的網路資安 3-1 家政職場的相關行業 3-2. 各家政行業的工作內涵 3-3. 家政職場的工作價值	3	
第(4)週-第 (5)週	1-1. 皮膚的認識與清潔	2	
第(6)週-第 (7)週	1-2. 保養品的認識與使用 1-3. 皮膚保養的程序 1-4 居家皮膚保養的技巧與實作	2	
第(8)週-第 (9)週	2-1. 按摩的目的 2-2 按摩用品的種類	2	
第(10)週-第 (11)週	2-3. 臉部按摩的技巧與實作	2	
第(12)週-第 (13)週	3-1. 眉型的美化	2	

	3-2. 各式眉型的認識與紙上練習 3-3. 彩妝紙上化妝介紹、說明、示範及練習		
第(14)週-第 (15)週	3-3. 彩妝紙上化妝介紹、說明、示範及練習	2	
第(16)週-第 (17)週	2-1. 粉紅色系配色及化妝實作	2	
第(18)週-第 (18)週	4-1. 妝前的準備工作 4-2. 化妝的程序及注意事項 4-3. 基礎化妝實作	1	

編號: 2 技藝課程名稱:111-2 食品職群			
教學進度	學習活動	節數	備註
第(1)週-第(3)週	1-1. 食品職群實習科目介紹 2-1. 食品群各科主要學習內容與證照 2-2. 食品相關產業介紹 3-1. 食品原料的介紹 3-2. 食品機具的介紹 4-1. 食品安全的介紹 4-2. 食品衛生觀念的介紹 5-1. 微生物、化學介紹 5-2. 生物技術介紹	3	
第(4)週-第 (5)週	中式麵食加工概論	2	
第(6)週-第 (7)週	1-1 中式麵食加工概論 1-2. 水調(和)麵類製作-生鮮麵條	2	
第(8)週-第 (9)週	1-1. 水調(和)麵類製作-水餃 2-1. 發粉類製作-發糕	2	
第(10)週-第 (11)週	1-1. 發酵麵類製作-豆沙包	2	
第(12)週-第 (13)週	2-1. 蛋糕製作概論	2	
第(14)週-第 (15)週	麵糊類蛋糕製作-重奶油蛋糕	2	
第(16)週-第 (17)週	乳沫類蛋糕製作-海綿蛋糕	2	
第(18)週-第 (18)週	戚風類蛋糕製作-戚風蛋糕捲	1	

編號: 3 技藝課程名稱:111-2 電機職群			
教學進度	學習活動	節數	備註
第(1)週-第(3)週	1-1. 機械職群實習科目介紹 1-2. 機械職群未來升學進路介紹 1-3. 安全的工作態度 1-4. 敬業合作之職業道德 2-1. 機械的定義 2-2. 機械的種類 2-3. 機械工業的重要性與未來發展 3-1. 傳統加工法介紹 3-2. 非傳統加工法介紹 4-1. 機械加工程序介紹 4-2. 製造業生產流程 4-3. 金屬成形方法 5-1. 數值控制機械簡介 5-2. 機電整合概論	3	
第(4)週-第 (5)週	1-1. 鉗工用途與其安全守則	2	
第(6)週-第 (7)週	1-2. 游標卡尺的量測技巧與鉗工工具使用介紹 1-3. 基準平面和垂直面銼削練習	2	
第(8)週-第 (9)週	1-4 劃線與鋸切練習	2	
第(10)週-第 (11)週	2-1. 銼削、工件精修與整光練習	2	
第(12)週-第 (13)週	2-1. 銼削、工件精修與整光練習	2	
第(14)週-第 (15)週	2-1. 銼削、工件精修與整光練習 2-2. 鑽孔、鉸孔與攻牙練習	2	
第(16)週-第 (17)週	2-2. 鑽孔、鉸孔與攻牙練習	2	
第(18)週-第 (18)週	1. 鉗工手工具綜合應用，包含鑽孔、銼削、鉸孔、鋸切、攻螺紋等練習	1	