

112學年 第一學期 彈性學習時間簡介

112年8月24日

課諮召集人：王奕甯

彈性學習時間簡介

- 全校共同彈性學習時間: 星期五下午6.7節。(與社團對開)
- 彈性學習時間產出成果/作業檔案可上傳至學習歷程檔案「**多元表現**」。
- 時數：
 - ① 技高(商經、國貿、資處)及綜職科同學：1節
 - ② 綜高同學: 1+1節 (全校共同彈性時間、大學參訪+職業試探)

112-1一年級彈性學習科目一覽表(1)

* 此類全校高一新生(含綜職)皆能選修

序號	科目名稱	任課教師
1	主題式小團體(含綜職)	朱怡君
2	飲料調製實作(含綜職)	張秀梅
3	電子書製作(含綜職)	戚俊良
4	手作創意生活趣(含綜職)	陳容瑱
5	急救概論與簡易急救(含綜職)	林穗岑
6	圓網球(含綜職)	陳建翰

112-1一年級彈性學習科目一覽表(2)

* 此類全校高一新生(含綜職)皆能選修

序號	科目名稱	任課教師
7	線上學習與資訊素養(含綜職)	吳忠信
8	圖書館利用(含綜職)	梁家玉
9	詩情話意-A班(含綜職)	劉婉雯
10	詩情話意-B班(含綜職)	楊文芳
11	自然充電站(含綜職)	洪忻燕
12	關於愛情(含綜職)	楊麗芬

112-1一年級彈性學習科目一覽表(3)

此類**全校**新生(不含綜職)皆能選修

序號	科目名稱	任課教師
13	企劃高手	蔡馨文
14	英語開口說	Thafeni
15	用英文走天下-A班	方怡君
16	用英文走天下-B班	張心瑜
17	數學大躍進	劉得琪
18	資訊科技實務	張嘉蘭

112-1一年級彈性學習科目一覽表(4)

※ 此類限技高新生(不含綜職)選修

序號	科目名稱	任課教師
19	記帳實務-A班(限技高)	胡麗雪
20	記帳實務-B班(限技高)	陳奕君
21	商業補給站-A班(限技高)	賴秀芳
22	商業補給站-B班(限技高)	黃品茲

彈性時間科目簡介

1.主題式小團體 1-1

全校(含綜職)

任課教師	朱怡君老師
符合選修資格	■ 綜高 ■ 技高(國貿、商經、資處) ■ 綜職
課程簡介	<ul style="list-style-type: none">• 課程內容簡介： 本學期主題式小團體課程內容主要是透過實際體驗操作「生涯議題」相關的媒材，進行個人生涯價值澄清與練習作生涯選擇，過程中理解自我對話內容與自我認識。主要目標希望能夠引導個人從自己生活興趣開始，練習自我探索的能力，再不斷地找尋適合的生涯方向與內容。為了讓未來團體進行方式能夠達到同學們預期的目標，因此，請選課的同學們配合於團體中進行分組、口語分享作品、書寫學習單或口頭報告；團體內容會隨著參與同學們投入的狀況進行調整。• 預計產出：個人簡歷DM、三摺頁或學習歷程檔案

1.主題式小團體 1-2

全校(含綜職)

課程內容概要:

《探索生活興趣》小團體預計進行16小時，每次2小時，分為8次主題進行，內容如下：

(一) <u>遇見我們</u>	透過生涯媒材開始認識自己與他人並了解彼此參與的期待；自己可以投入的方式與內容。
(二) <u>興趣好好玩</u>	檢視個人興趣與特質的同與不同，並學習如何整合與應用的方式或行動。
(三) <u>生活興趣大探索</u>	了解自我生活風格與生活興趣的關聯性，找尋出個人的獨特之處，學習接納自己與他人。
(四) <u>興趣理想與生活現實</u>	回顧個人興趣與實際生涯規劃之間的困境與妥協的故事，練習統整與重新詮釋。
(五) <u>能力強項大探索</u>	練習整理與歸納個人能力與興趣的同與不同，並學習整合與應用。
(六) <u>機會與命運</u>	透過生涯媒材練習探索個人生活或生涯抉擇過程中的關鍵因素。
(七) <u>未知的擁有</u>	透過生涯媒材練習看見個人忽視與擁有的美好特質，並學習實踐在未來生活中。
(八) <u>I do because I can</u>	透過生涯媒材引導個人創作，發表整理與回饋團體中自我的看見，嘗試找到適合的生活或生涯道路。

2. 飲料調製實作

全校(含綜職)

任課教師	張秀梅老師
符合選修資格	■ 綜高 ■ 技高(國貿、商經、資處) ■ 綜職
課程簡介	<ul style="list-style-type: none">• 課程參照「飲料調製丙級技術士技能檢定」內容授課，整學期分8次上課，每次2小時。• 課程安排讓同學學會日常居家生活或待客時的四種水果切盤、運用不同器具調製冷熱咖啡與飲料，還有利用果汁機調製鮮果汁與冰沙、使用輕便瓦斯爐烹煮各式花茶與熱飲。整個學習過程讓同學彼此拍照，並須製成簡易作業紀錄以利日後參閱。• 整學期每位同學酌收500材料費、學期結束視情況多退少補。每次上課後，須清潔所有自己使用的器具並歸位，清潔使用場地與到垃圾。

3.電子書製作 3-1

全校(含綜職)

任課教師	戚俊良老師
符合選修資格	■ 綜高 ■ 技高(國貿、商經、資處) ■ 綜職
課程簡介	<p>透過電子書創作呈現之作品建立高中時期非常重要之學習歷程記錄，是參與本學習最重要的目的之一，以往許多學生都等到考完大學學測才開始臨時抱佛腳，在短時間內拼命製作備審資料，忽略了製作備審資料的初衷，而學習歷程包含學生基本資料、修課紀錄、課程學習成果、多元表現及自傳等等，為了就是讓學生在個人申請時，提早做準備，並能夠及早針對大學目標科系累積學習歷程。而電子書的創作正好符合學習歷程的精神，這也是為何大學個人申請中，書審資料占比50%，未來升學看學測成績僅為門檻，更看重的是學習歷程。</p>

3.電子書製作 3-2

全校(含綜職)

課程簡介

- 參與電子書創作研習可以學習到：

- 1.認識與創作一本電子書
- 2.文案與素材蒐集彙整
- 3.多媒體影音動畫編輯教學
- 4.Google雲端資源整合運用
- 5.電子書編輯實務操作訓練
- 6.參與電子書創作成果發表會
- 7.每位學員都能參加國際華文盃全國電子書創作大賽

電子書實際作品作品參考：

第九屆電子書教師組第五名作品（進入書本點選目錄頁後，請再點選「好書推薦分享」即可線上翻閱 中壢高商同學創作之電子書作品）

<https://edu.gogofinder.com.tw/gogofinderReader/index.php?bid=2322>

- 預計產出：

- 1.創作一本電子書作品（個人或團隊合作）
- 2.參加第十一屆國際華文盃全國電子書創作大賽

4.手做創意生活趣 4-1

全校(含綜職)

任課教師	陳容瑱老師
符合選修資格	■ 綜高 ■ 技高(國貿、商經、資處) ■ 綜職
課程簡介	<p>以生活美學為基礎，藉由課程認識創作媒材與技法，學習透過媒材呈現出完整作品，培養對生活的美感。課程設計內容包含各種生活美學媒材創作與體驗，例如:花藝、微景觀、燈瓶、鋁線雕塑、手部翻模...等。</p> <p>每堂課程須完成作品進度，並做影像紀錄。</p> <p>實作時間與課程材料費如下表:</p>

4.手做創意生活趣 4-2

全校(含綜職)

創作主題	預計時間/節/次	材料費/人
1. 立體大紙花*2朵	2小時/2節/1次	40/人
2. 熱縮小飾品	2小時/2節/1次	30/人
3. 手部翻模	4小時/4節/2次	120/人
4. 微景觀盆栽	2小時/2節/1次	100/人
5. 燈瓶	2小時/2節/1次	70/人
6. 鋁線雕塑	2小時/2節/1次	80/人
7. 襪子娃娃	2小時/2節/1次	90/人
合計	16小時/16節/8次	530元/人

5.急救概論與簡易急救

全校(含綜職)

任課教師	林穗岑老師
符合選修資格	■ 綜高 ■ 技高(國貿、商經、資處) ■ 綜職
課程簡介	<ul style="list-style-type: none">• 先備能力：對急救有興趣、願意參與小組分工合作。• 教學目標：認識各種意外傷害，學習正確處理原則及技能，且能運用於日常生活中。• 課程內容如下: 急救概論、基本救命術、創傷處理、冷熱傷害、運動傷害與急救、常見急症之處置、野外急救處置、中毒認識與急救、繃帶包紮。 <p>以上為預計教學內容，課程內容及進度會依狀況而做彈性調整。</p>

6.圓網球

全校(含綜職)

任課教師	陳建翰老師
符合選修資格	■ 綜高 ■ 技高(國貿、商經、資處) ■ 綜職
課程簡介	<ul style="list-style-type: none">• 新興運動不斷推陳出新，一項由排球為基底變化而成的運動，如果你是排球愛好者別錯過了，如果不擅長排球運動的同學也別擔心，只要你有一顆熱於嘗試新東西的心且熱愛運動，歡迎選擇這個課程。• 預計產出：學生學習過程成長自我檢視

7.線上學習與資訊素養 7-1

全校(含綜職)

任課教師	吳忠信老師
符合選修資格	■ 綜高 ■ 技高(國貿、商經、資處) ■ 綜職
課程簡介	<ul style="list-style-type: none">• 課程內容一、頗負盛名的學習平台：可汗學院、均一教育平台、洋蔥數學二、各級教育主管機關建置的學習平台<ol style="list-style-type: none">1.教育雲(教育大市集、教學影音媒體、FUN學王、學習拍)2.酷課雲、雲端知識海、教育部師資培育資源整合平台三、開放式課程：磨課師、eWant育網、Coursera台大...線上免費課程四、Youtube教學頻道<ol style="list-style-type: none">1.Youtube教育頻導建置與使用設定2.燕秋老師教學頻道3.十大最熱門英文教學頻道4.其它知名youtuber影音

7.線上學習與資訊素養 7-2

全校(含綜職)

課程簡介

- 五、認識各類資源特性
- 六、網站資源檢索技巧：Google學術、圖書、新聞、圖片、影片、財經、地圖、航班...
- 七、網路訊息判讀
- 八、網路安全與資訊倫理
- 預計產出：錄製影片放到Youtube以及其他學習單

8. 圖書館利用 8-1

全校(含綜職)

任課教師	梁家玉老師
符合選修資格	■ 綜高 ■ 技高(國貿、商經、資處) ■ 綜職
課程簡介	<ol style="list-style-type: none">1.圖書館分類與任務2.中文圖書分類法簡介3.圖書編目與館藏查詢：索書號、檢索點、進階查詢、預約、期刊查找、架位4.認識各類型電子資源<ol style="list-style-type: none">(1)目錄、索引、手冊、百科全書、多媒體(圖像、影片、音樂)(2)年鑑、名錄、專刊、報紙、字辭典、檔案、紙本書、地圖、電子書(或期刊)、資料庫5.資料庫檢索(免費)練習

8. 圖書館利用 8-2

全校(含綜職)

課程簡介

6. 公共圖書館線上資源利用

國立公共資訊圖書館，例如：

- (1) 空中英語教室、PELAPELA 日語學習
 - (2) Acer Walking Library/ Kono library
 - (3) New Toeic 應考特訓課程
 - (4) TumbleBook 資料庫、咕嚕熊繪本資料庫
 - (5) 國家文化資料庫、天下雜誌群知識庫
 - (6) 電子書平台
 - (7) 視界電影院公播大平台
- 預計產出：各章節指定學習單練習

9.詩情話意A

全校(含綜職)

任課教師	劉婉雯老師
符合選修資格	■ 綜高 ■ 技高(國貿、商經、資處) ■ 綜職
課程簡介	<ul style="list-style-type: none">• 唐朝是最奔放、最詩意、最瀟灑、最自信的時代。這堂課想要藉由唐詩，帶領同學一窺唐朝人的浪漫與瀟灑、自信與豪放，甚至是屬於那個時代的笑聲與哭聲。1.依照唐詩分期，每次上課依序介紹一位詩人的生平、詩風，以及一首代表作。2.同學需就每次上課的詩作寫賞析或感想，並由詩中的意境、情感，創作一幅詩畫。3.討論分享對詩的感受，並發表自己的作品。• 預計產出作業：每次上課皆有學習單，學習單內容包含圖文創作。不喜寫作或繪畫的同學請勿選修。

10.詩情話意B 10-1

全校(含綜職)

任課教師	楊文芳老師
符合選修資格	■ 綜高 ■ 技高(國貿、商經、資處) ■ 綜職
課程簡介	<ul style="list-style-type: none">• 歡迎對於品讀詩作、對禪思哲理有興趣的同學們選課。• 課程內容：將以詩作朝代及詩作類型區分主題，並選錄時人名篇來作閱讀探討，最後進行試寫仿作並加以交流分享。 主題一：漢魏六朝 主題二：唐朝 主題三：宋朝 主題四：現當代 主題五：仿作試寫、交流分享• 課程進行方式：<ol style="list-style-type: none">1.老師講解（提供資料，引導閱讀理解與鑑賞）2.個人與小組報告（小組討論，上台口說）3.文字書寫（簡答、摘要、申論、試寫）

10.詩情話意B 10-2

全校(含綜職)

課程簡介

- 學習目標：提升鑑賞力，深化思考力，培養寫作力；同時品味歷代饒富禪意之詩作，沉澱身心靈。
- 注意事項：請修課同學務必配合以下事項
 - 1.請對於品讀詩作、對於禪思哲理有興趣的同學們選修。
 - 2.上課需進行「分組討論」、「口說發表」，以及「相關寫作練習」。
 - 3.活動進行時，老師會拍照，可供同學參考上傳多元表現；如需較完整的個人口說發表短片，可請同班同學協助自行拍攝。
 - 4.本課堂所完成的學習單，均可自行上傳多元表現。
- 預計產出：活動照片 / 短片、相關寫作練習之發表

11.自然充電站

全校(含綜職)

任課教師	洪炘燕老師
符合選修資格	■ 綜高 ■ 技高(國貿、商經、資處) ■ 綜職
課程簡介	<ul style="list-style-type: none">• 上課內容(視學生上課狀況與課程時間，擇以下部份內容授課及實作)<ol style="list-style-type: none">1.影片中的科學2.產業中的科學3.食物中的科學4.新聞中的科學5.寫作中的科學6.鑑識中的科學• 每節課堂須完成學習單、學期末須繳交一篇與課程相關之學習歷程報告• 本課程實作需繳交的材料費用500元，需於修課名單確認後先繳交，多退少補。• 預計產出：統整各週學習單，完成學習歷程檔案，並上傳至多元表現

12.關於愛情 12-1

全校(含綜職)

任課教師	楊麗芬老師
符合選修資格	■ 綜高 ■ 技高(國貿、商經、資處) ■ 綜職
課程簡介	<p>1987年兩位社會心理學家Hazan與Shaver突破性地把原本應用在兒童期親子關係的「依附」概念，延用至成人的親密關係，他們認為早期的依附關係會在孩子腦中形成一「運作模式」，孩子帶著這運作模式長大，並進而影響他與人際互動情形。</p> <p>所以社會上這麼多為感情受困的案例，可能代表著生命更早期的人際關係是有困擾的，一直延續到現在。因此，當遇到親密關係的困擾時，拼命地看書學習兩性溝通技巧，或是一昧地告訴自己「下一個男(女)人會更好」、「天涯何處無芳草」並沒有太大的用處。若是不清楚自己的依附風格，很可能還是會一再落入重複的模式中，繼續在感情中受傷。治本之道是必須去探索你更深層的內在動力，覺察自己的依附風格在目前人際關係中式如何運作，如此才有可能修補不量的親密互動品質。</p>

12.關於愛情 12-2

全校(含綜職)

課程簡介

此課程旨在了解情愛關係的範疇、定義、理解其在人際關係上的潛在運作，進而探討依附關係對個體人際關係及情愛關係的影響，理論研究與實務應用並重，藉以提昇個人生命品質/價值及身心靈健康。

• 課程綱要：

- 1.愛情和喜歡
- 2.愛情開端
- 3.愛情的元素
- 4.愛情的階段
- 5.愛情裡的衝突與分手的藝術
- 6.愛情的社會文化因素
- 7.同性愛跨國界的愛
- 8.愛情上癮新時代的愛情觀
- 9.愛情的墳墓 婚姻圓滿的理解
- 10.在關係中成長
- 11.出軌的愛情
- 12.父母眼中的感情世界

預計產出：議題融入教學、學習歷程回饋與反思

13.企劃高手

全校(不含綜職)

任課教師	蔡馨文老師
符合選修資格	■ 綜高 ■ 技高(國貿、商經、資處) ■ 綜職
課程簡介	<ul style="list-style-type: none">• 本課程以校慶園遊會之商品與攤位設計規劃為主軸，帶領同學從創意發想、商品設計到攤位規劃，最終能完成一份完善的園遊會活動企劃書。本課程將於最後一次上課時進行成果發表會，將理論變為實務，提升學生創意與企劃之技能。• 預計產出：園遊會商品販售企劃書

14.英語開口說 14-1

全校(不含綜職)

任課教師	N.Thafeni老師
符合選修資格	■ 綜高 ■ 技高(國貿、商經、資處) ■ 綜職
課程簡介	<ul style="list-style-type: none">• Course content: Focus on the theme “Everyday English” . It will cover aspects of conversational English, restaurants, shopping, travel, food, mental health (depression, anxiety etc.).This course will integrate reading , listening and speaking and reading skills. It will incorporate cognitive strategies such as activating, monitoring, clarifying, questioning, and organizing visualizing.• Course requirements: Students are required to use their background knowledge (recycled vocabulary) for this course as they will be practicing listening and speaking.

14.英語開口說 14-2

全校(不含綜職)

課程簡介

- Who is suitable for this course: This course will help students who have an interest in improving their listening and speaking and gain more confidence in engaging in a conversation with foreign people. Therefore, it is suitable for those who want to immerse themselves in English.
- Students will be required to do a mental awareness poster in groups. Students will have a major presentation based on mental health awareness.

15.用英文走天下A

全校(不含綜職)

任課教師	方怡君老師
符合選修資格	■ 綜高 ■ 技高(國貿、商經、資處) ■ 綜職
課程簡介	給學生主題會話(如颱風來襲)對話練習，同學分組練習並且背台詞，背完當場錄音或錄影。 另外給同學英文文章，介紹不同主題的事物。

16.用英文走天下B

全校(不含綜職)

任課教師	張心瑜老師
符合選修資格	■ 綜高 ■ 技高(國貿、商經、資處) ■ 綜職
課程簡介	<ul style="list-style-type: none">• 課程內容：以「如何在澳洲存活」為主題，從食衣住行育樂各面向切入英文閱讀理解，以真實情境及語言材料進行英文素養活動，融合聽說讀寫技能，應用生活英語理解文化差異。• 課程要求：每節課聽說讀寫練習英文，並完成每節課的任務、完成學習單並上傳作業。• 誰適合選此門課：此課程須大量使用英文溝通及應用團隊合作能力。適合願意大量練習英文、喜歡與他人合作解決問題者• 預計產出：各節任務學習單

17.數學大躍進

全校(不含綜職)

任課教師	劉得琪老師
符合選修資格	■ 技高(國貿、商經、資處)
課程簡介	<ul style="list-style-type: none">• 本課程為主要技高一年級的數學補強性課程，綜高學生可以選修• 上課內容為高一學生須具備的數學能力，會用解題的方式進行，從題目中帶出重點觀念、以及解題的技巧，藉此提升數學的能力。• 課程難易度會根據大家的學習狀況做調整。

18.資訊科技實務

全校(不含綜職)

任課教師	張嘉蘭老師
符合選修資格	■ 技高(國貿、商經、資處)
課程簡介	<ul style="list-style-type: none">• 生活中有很多情境問題，希望透過高師大數位跨域教育基地的數位控制教具和平台NKNUBLOCK，進行編輯器微課程，帶領同學程式流程圖與積木使用說明，進行程式編程與實測，解決微課程指定情境問題。• 本學期課程主題如下：<ol style="list-style-type: none">1.情境任務2.情境分析及流程圖3.積木程式堆疊4.實作探究5.創意延伸自主學習• 本課程需透過微課程模組進行寫類專題導向式，包含學習單與實作，課程以上為預計之教學內容，需視實際課程的進度做適當調整。

19.記帳實務A

限技高

任課教師	胡麗雪老師
符合選修資格	■ 技高(國貿、商經、資處)
課程簡介	<p>本課程配合技高一年級會計學課程，瞭解會計基本概念、獨資商店記帳理論、熟悉帳務處理方法，培養獨立記帳能力，教學內容包含：</p> <ol style="list-style-type: none">(1) 會計基本概念(2) 認識會計帳簿與財務報表(3) 平時會計程序 (分錄、過帳、試算)(4) 期末會計程序 (調整、結帳、編表)(5) 會計丙檢術科練習

20.記帳實務B

限技高

任課教師	陳奕君老師
符合選修資格	■ 技高(國貿、商經、資處)
課程簡介	<p>本課程配合技高一年級會計學課程，瞭解會計基本概念、獨資商店記帳理論、熟悉帳務處理方法，培養獨立記帳能力，教學內容包含：</p> <ol style="list-style-type: none">(1) 會計基本概念(2) 認識會計帳簿與財務報表(3) 平時會計程序 (分錄、過帳、試算)(4) 期末會計程序 (調整、結帳、編表)(5) 會計丙檢術科練習

21.商業補給站A

限技高

任課教師	賴秀芳老師
符合選修資格	■ 技高(國貿、商經、資處)
課程簡介	<ul style="list-style-type: none">• 課程說明：依不同商業主題結合商業環境與時事，提供學生商業相關文章，並配合企業新聞報導、影片、桌遊等多元素材，運用閱讀策略、電影欣賞和動態遊戲等，引起對商業議題的學習興趣。• 課程主題： 1.商業周刊導讀 2.金融電影欣賞 3.現金流桌遊體驗• 活動規劃：透過小組合作討論，撰寫閱讀心得與學習單以及上台報告分享，培養商業基本知能，並提昇理解表達及批判思考的能力。• 預計產出：學習單、閱讀/觀賞心得、活動照片

22.商業補給站B

限技高

任課教師	黃品茲老師
符合選修資格	■ 技高(國貿、商經、資處)
課程簡介	<ul style="list-style-type: none">• 課程綱要：<ol style="list-style-type: none">1.淺談市場分析-STP、SWOT分析及行銷概念-產品、價格、通路、推廣的行銷組合與決策。2.藉由訪談店家或創意發想，分組製作一份基礎實用型的行銷企劃書，並發表成果。3.透過軟體設計相關文宣品• 預計產出：簡易企劃案及相關文宣品

選課時間

8月24日(四)17:10~8月26日(六)12:00

112學年度第1學期選課注意事項：

- 以選課志願與選課時間之優先順序分發
- 若重複登入選課，會以最後一次登入的時間為依據分發
- 智慧校園平台選課，每項須至少填寫3個志願才能送出
- 若未登入選課，將由系統亂數分發至尚有餘額之課程