

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