

113 學年度上學期彈性學習課程開課簡介一覽表

上課時間：(週四第 7 節上課)

編號	開設單位	開課名稱	適用科別	課程性質	課程簡介
01	國文領域	初階羽球技巧訓練(彈性)	高二、高三 全校各科	帶狀課程(連續 18 週上課) 授予 1 學分	<p>1. 基本技術：課程的前半部分將著重於教授正確的握拍方式以及基本的擊球技術，包括發球、挑球、扣球、灌球、推球等。這些技術是羽球運動的基礎，學生通過這些訓練可以建立起正確的動作基礎。</p> <p>2. 步法和移動技巧：課程中將包括基本的前場、中場和後場的步法和移動技巧訓練。這些技巧將幫助學生在場上更靈活地移動，以更好地應對各種球的到來。</p> <p>3. 綜合技術：在課程的後半部分，學生將進一步學習綜合技術，如快速回球、高球、低球等。這些技術的訓練將幫助學生在比賽中能夠應對不同類型的球，提高球技的多樣性和靈活性。</p> <p>4. 比賽模擬和戰術訓練：課程的最後幾節將模擬比賽環境，讓學生進行單打和雙打的對練，並進行比賽戰術的訓練。這將幫助學生應用所學的技术和策略，並提高比賽的競爭力。</p>
02	國文領域	精解作文(彈性)	高二、高三 全校各科	帶狀課程(連續 18 週上課) 授予 1 學分	<p>分析統測作文題型與寫作策略，協助學生了解題意引導寫作與資訊整合寫作的題型變化，並進行練習。</p>
03	國文領域	流行歌曲的歌詞賞析(彈性)	高二、高三 全校各科	帶狀課程(連續 18 週上課) 授予 1 學分	<p>(一) 曲風與歌詞的關聯性：主題、詞彙與押韻。</p> <p>(二) 段落安排、情境與呼應。</p> <p>(三) 歌詞與旋律之間的禁忌。</p> <p>(四) 歌詞欣賞，短暫的文學交會。</p>

					歌詞評論與嘗試創作。
04	英文領域	新聞英語導讀與翻譯(彈性)	高二、高三 全校各科	帶狀課程(連續 18 週上課) 1 學分 授予 1 學分	為使英語能力與相關知識同步增長，閱讀英語新聞成為一個最佳途徑。本課程將協助學生習得英語新聞的常用詞彙，並藉由分析文章架構，迅速獲取文章重點。透過本課程，學生不僅可以了解社會時事、亦可以認識各國的文化背景、及相關新聞事件之發展脈絡。
05	英文領域	輕鬆學英語(彈性)	高二、高三 全校各科	微課程(6 至 9 週授課) 0 學分	藉由電影遊戲歌唱等活動，讓學生接觸英文，進而增加學生對英文的興趣與能力。
06	英文領域	用酷英學英文(彈性)	高二、高三 全校各科	帶狀課程(連續 18 週上課) 授予 1 學分	Cool English 酷英 是當下熱門的英文學習網站，網站藉由遊戲、電影、繪本、歌曲、AI 聊天機器人等提供全方位英文聽、說、讀、寫、文法、單字、歷屆大考試題練習。學生可依自己的英文程度作國小、國中、高中、高職生的遊戲、題目做練習。 本堂課備有平板(ipad)，供學生完成酷英挑戰。學生依老師指定項目，完成一份作業。例：打歌學英文，自己選一首英文歌曲練習，完成填詞任務，截圖上傳 google classroom，即完成當日作業。歡迎喜歡英文想更上一層樓害；害怕英文，想要克服英文障礙的同學一起來”酷英”。
07	數學領域	數學補強—工作坊(彈性) 【建築三甲教室】	限高二 全校各科	帶狀課程(連續 18 週上課) 授予 1 學分	配合第三冊，為同學補充更基礎的講解及公式彙整，並給予充足的自我練習，以提升同學解決問題的運算能力與解題過程的思考力。

08	數學領域	數學補強—工作坊(彈性) 【資訊二甲教室】	限高二 資訊科、電子科、 電機科	帶狀課程(連續 18 週上課) 授予 1 學分	配合高一下學期(第二冊數學)的課程內容，補充銜接各單元的國中數學概念，課堂中安排充足的自我練習來加強計算能力，並當作作業分數，適合想提升基礎能力的人。課程中會安排二次測驗來檢視成果，請謹慎選擇，非誠勿擾！
09	數學領域	數學補強—工作坊(彈性) 【電子三甲教室】	限高三 全校各科	帶狀課程(連續 18 週上課) 授予 1 學分	配合第一至三冊，為同學補充更基礎的講解及公式彙整，並給予充足的自我練習，以提升同學解決問題的運算能力與解題過程的思考力。
10	社會領域	多元文化：從韓劇、韓流學韓國文化(彈性)	高二、高三 全校各科	帶狀課程(連續 18 週上課) 1 學分	由韓劇學韓國文化，從現下最夯韓劇，看韓國社會、政治、外交與兩韓關係，帶領學生從有趣的韓劇細細體會韓國。
11	自然領域	基礎重量訓練(彈性)	高二、高三 全校各科	帶狀課程(連續 18 週上課) 授予 1 學分	<p>負重訓練(英語：Weight training)，在<u>台灣</u>習慣稱為<u>重量訓練</u>，簡稱<u>重訓</u>，是以增加<u>肌肉</u>強度及<u>體積</u>為目標的<u>力量訓練</u>。使用不同部位<u>骨骼肌</u>組織之收縮(<u>向心收縮</u>或<u>離心收縮</u>)產生之力量，抗衡<u>重力</u>(通常指<u>啞鈴</u>、<u>槓鈴</u>及其他器械之<u>重量</u>或<u>阻力</u>)，使肌肉得到鍛鍊。針對人體不同的肌肉群組，有不同的重量訓練動作。與<u>舉重</u>、<u>健力</u>及<u>健美運動</u>不同，重量訓練並非獨立的運動項目，而是不同<u>運動員</u>訓練的基本元素，用以提升肌力、爆發力、肌耐力或肌肉圍度，進而提升運動表現。</p> <p>重量訓練為一精密之<u>運動科學</u>，當中的不同元素包括負重量、動作質素、重複次數、組數甚至訓練之間的休息時間，均會對訓練的結果造成影響。</p>
12	體健領域	7 人制帶式橄欖球實作(彈性)	高二、高三	帶狀課程(連	【帶式橄欖球簡介】

			全校各科	續 18 週上課) 授予 1 學分	<p>香港欖球總會於一九八八年開始欖球推廣運動，致力將欖球運動本地化，一九九零年更開創香港體育界先河，展開全面性的學校探訪計劃。是項計劃推出後，參與學校十分踴躍，但人數及場地需求較大，有見及此，總會於一九九六年決定引入帶式欖球 (TAG RUGBY)。帶式欖球發明於一九九二年的澳洲，它是一項適合任何年齡、男女的非撞式欖球，遊戲重點在於利用跑動走位、傳接球、控球等技巧。</p> <p>【何謂帶式欖球？】</p> <p>帶式欖球與衝撞式欖球的最大分別，是前者較少身體接觸，衝撞較少，所以比較安全。防守一方，只要扯下持球者掛於腰間的帶 (Tag)，便可終止進攻一方的攻勢。如果持欖球的球員，其腰間的帶並沒有被扯下，到達得分區，便可得一分。比賽時，每隊七人，共比賽三場，每場十五分鐘。</p>
13	體健領域	足球(彈性)	高二、高三 全校各科	帶狀課程(連續 18 週上課) 授予 1 學分	<p>提供全面的足球課程給熱愛運動的你，從基礎技能到戰術策略，全方位提升你的足球水準。課程將結合理論教學和實踐訓練，培養團隊合作精神、領導能力和體能素質。無論你是新手還是有一定水準的球員，我們都歡迎你的加入！一起享受足球運動的樂趣，展現自己的潛力，期待在球場上與你相見！</p>
14	體健領域	食藥安全一把罩(彈性)	高二、高三 全校各科	帶狀課程(連續 18 週上課) 授予 1 學分	<p>(一)了解食品安全與健康風險評估。 (二)了解正確用藥與藥害救濟制度。 (三)建立健康消費行為。</p>
15	綜合領域	電影中的心理學(彈性)	高二、高三 全校各科	帶狀課程(連續 18 週上課)	<p>本課程將透過電影欣賞介紹心理學相關基礎概念，培養學生之情緒敏感度並具備認識自己的能</p>

				授予 1 學分	力。藉由情緒辨識、認識心理學及心理衛生概念為課程主軸，以課程講授、小組討論及實務演練等方式進行，藉由多次體驗讓學生將所學應用於認識自己與他人上。
16	國防領域	自主學習	限高二 全校各科	帶狀課程(連續 18 週上課) 授予 0 學分	本課程係與指導教師討論自主學習規劃主題內容及進度，每週次依排定進度進行技能實務的研擬與操作，於學期末完成自主學習成果紀錄表，並製作簡報進行成果發表，藉以從歷程中建立與培養自我學習能力，深化所學科目的專業知能。
17	國防領域	交通、防墜、水域與防災安全教育(彈性)	高二、高三 全校各科	帶狀課程(連續 18 週上課) 授予 1 學分	鑒於本校學生交通意外事故頻傳，避免類案發生。及教育學生水域安全認知。及針對容易發生墜落事故的場域進行危險及預防措施的介紹，並建立正確火災知識、地震防災、防颱準備觀念及地震初期緊急避難與應變能力，培養學生正確思考、防止交通事故及危安之預警能力。
18	藝術領域	繪畫基礎(彈性)	高二、高三 全校各科	帶狀課程(連續 18 週上課) 授予 1 學分	本課程目標： (1)以建立並充實學生對基礎描繪技術與理解能力。 (2)以應用基礎素描之原理方法和技法所繪製之教具以加強學生觀察力的訓練，使其具備對物體描繪與表現能力。 (3)以示範教具導引學生依步驟學習基礎素描之表現技法。 (4)主題式教學引導與討論，藉以完成構圖內容描繪，鼓勵擴大創作內容延伸參與學生美展競賽。 (5)歡迎有志於繪畫創作同學參加。

19	建築科	暗區(彈性)	高二、高三 全校各科	帶狀課程(連續 18 週上課) 授予 1 學分	本課程旨在達成以下的學習目標： (一)認識戰爭的內涵及武器應用。 (二)熟悉地圖的應用觀念及各種作戰技巧。 (三)建立協同作戰至立體戰鬥空間概念組構。 (四)培養良好團隊作戰觀念及職業道德。
20	建築科	建築製圖的操作策略(彈性)	限高三 建築科	帶狀課程(連續 18 週上課) 授予 1 學分	本課程目標在協助學生瞭解 CNS 規範對圖面要求及符號的規定，並以建築圖說明符號運用。並說明建築平面圖之圖面繪製、尺寸標註及註解應注意事項。加強建築立面圖之圖面繪製、尺寸標註及註解應注意事項。建立剖面圖的種類說明及標註重點。最後如何將這些技能有效的發揮在統測上轉成分數的策略操作。
21	建築科	自主學習	限高二 建築科	帶狀課程(連續 18 週上課) 0 學分	本課程係與指導教師討論自主學習規劃主題內容及進度，每週次依排定進度進行技能實務的研擬與操作，於學期末完成自主學習成果紀錄表，並製作簡報進行成果發表，藉以從歷程中建立與培養自我學習能力，深化所學科目的專業知能。
22	機械科	自主學習	限高二 機械科	帶狀課程(連續 18 週上課) 0 學分	本課程係與指導教師討論自主學習規劃主題內容及進度，每週次依排定進度進行技能實務的研擬與操作，於學期末完成自主學習成果紀錄表，並製作簡報進行成果發表，藉以從歷程中建立與培養自我學習能力，深化所學科目的專業知能。
23	機械科	金工工藝(彈性)	高二、高三 全校各科	帶狀課程(連續 18 週上課) 授予 1 學分	一、使學生能認識金屬工藝工法及各種金工工具。 二、透過實際操作，使學生能正確使用各種金工工具進行加工。 三、運用現有材料(銅片)、金工工具及操作知能，學生能進行設計並創作個人作品。

24	綜職科	中式麵食加工(彈性)	限高二 綜職科	帶狀課程(連續 18 週上課) 授予 1 學分	藉由增廣性課程學習不同類型實作技巧，強化學生就業技能及職業安全知識，提升及擴展學生未來就業機會。
25	綜職科	職業教育(彈性)	限高三 綜職科	帶狀課程(連續 18 週上課) 授予 1 學分	透過影片、討論了解各行各業所需具備的相關能力、工作條件；找出自己喜歡的職業，培養情緒的自我調整與適應能力，能夠做好求職的準備工作。
26	汽車科	車禍肇事分析	限高二 資訊科、電子科、 電機科、機械科、 製圖科、建築科	微課程(6 至 9 週授課) 0 學分	本課程旨在教學生加強宣導交通法規、令規定，及將正確的安全駕駛觀念傳遞給每一位學生，針對交通現況與學生需求，特別設計從汽機車機械性能、交通法令規定、實例案例宣導、發生交通事故當下及後續處理與法院判例等，讓學生對交通事故預防認知及發生時應變處理，與保障自身權益等，能有多一層的認知並建立正確的防禦駕駛行為及態度。譬如:如何在交通事故發生後，當事人可能需要面對「行政」、「刑事」、「民事」3 種責任，從何如何申請交通事故肇事原因鑑定？交通事故發生後，後續如何處理等技巧？
27	汽車科	臺灣山岳之美	限高二 全校各科	微課程(6 至 9 週授課) 0 學分	台灣海拔高度 3,000 公尺以上高峰達 200 多座，沿途林相豐富、地方產業、多元部落文化、更有完整的動植物生態可導覽，因此一年四季都可登山活動，本課程多聚焦於「從事山岳活動」以登山前、中、後的準備與注意事項做為課程主軸，以山岳美景為基礎。
28	汽車科	汽車美容技巧	限高三 資訊科、電子科、 電機科、機械科、	微課程(6 至 9 週授課)	本課程的實施對象是教學生汽車美容什麼?如何學習 DIY 自助洗車也能洗的跟專業的一樣乾淨?分享專業的車體美容如何洗車?洗車的步

			製圖科、建築科	0 學分	驟？藥劑的使用方法嗎？透過汽車美容課程譬如：漆面護理、內飾清潔、汽車貼膜、拋光、封釉、打蠟等實作課程，讓學生對這各行業有更進一步的認識。
29	汽車科	現代車輛新式裝備及科技運用	限高三 資訊科、電子科、 電機科、機械科、 製圖科、建築科	微課程(6 至 9 週授課) 0 學分	本課程事討論目前世界各國汽車工業的發展，都朝向減輕車重、節約能源消耗、降低排氣污染和提高駕駛安全性的方向發展。為了減重與省油，各汽車製造廠都擴大了鋁、鎂輕金屬和塑料的應用範圍，使這些材料在汽車用材料中的比重逐年增加；汽車上之機件與零件有千餘種，使用的材料範圍廣闊，在「安全」、「舒適」、「高性能」、「省油」、「低污染」之目標下，新式材料的開發與選用，成為汽車工業發展製造、設計技術革新的主流。
30	製圖科	三維繪圖入門(彈性)	高二、高三 資訊科、電子科、 電機科、機械科、 汽車科、建築科	帶狀課程(連 續 18 週上課) 授予 1 學分	一、簡介三維繪圖軟體種類 二、簡介三維繪圖軟體繪圖指令 三、3D 列印簡介
31	製圖科	AUTOCAD—2D 教學雷切應用	高二、高三 資訊科、電子科、 電機科、機械科、 汽車科、建築科	微課程(6 至 9 週授課) 0 學分	一、能使用雷射切割軟體 二、能正確操作雷射切割機 三、能產出雷射切割作品
32	資訊科	電腦硬體裝修實務(彈性)	限高三 資訊科、電子科、 電機科	帶狀課程(連 續 18 週上課) 授予 1 學分	本課程主要為加強學生「電腦硬體裝修」實務課程，課程內容為平時生活上數位應用之電腦之應用，包括網路線製作，系統安裝，伺服器安裝，以加強學生資訊能力之應用課程。

33	資訊科	Google 雲端應用實務	限高二 全校各科	微課程(6 至 9 週授課) 0 學分	大家都用過 Google Mail 電子郵件外，還有很多你沒有應用到的功能。例如，雲端硬碟、相簿、協作平台、行事曆... 等等功能。如何發揮 Google 所提供的強大功能，教大家如何編輯個人文件、整理照片資料、工作項目安排、開設個人網站... 等等都是在本課堂教學的內容，希望同學在上完此課程後將 Google 各項功能應用到整理個人學習歷程檔案，並發揮個人創意應用到更廣的方向
34	電子科	四軸飛行器初探(彈性)	高二、高三 全校各科	帶狀課程(連續 18 週上課) 1 學分	讓對四軸飛行器有興趣但從來沒有相關經驗的學生能體驗四軸飛行器的操作技巧。
35	電子科	數位邏輯基礎設計策略	高二、高三 資訊科、電子科、 電機科	微課程(6 至 9 週授課) 0 學分	使學生更進一步熟悉與複習 VHDL 及其他相似語言；MAX-PLUS II 或類似 EDA 軟體，以及各類邏輯電路原理。以精進相關科目的知識概念。以四技二專統測範圍為基本範籌，以多工、解多工、編碼、解碼為進階探討目標，以深入淺出的方式討論與研究其設計與解析技巧。
36	電機科	基礎程式設計(彈性)	限高三 資訊科、電子科、 電機科	帶狀課程(連續 18 週上課) 1 學分	<ol style="list-style-type: none"> 1.培養學生邏輯思考能力 2.培養學生基本程式撰寫能力 3.培養學生以程式解決問題能力 4.培養學生對程式設計的興趣
37	電機科	電機專業英文(彈性)	限高二 電機科	帶狀課程(連續 18 週上課) 1 學分	<ol style="list-style-type: none"> 一、因上機台數限制，只招收 20 人。 二、上課用書-PVQC 電機與電子專業英文詞彙全收錄含自我診斷 Demo 版 - 最新版，需酌收書籍費用。 三、參加專業英文詞彙能力國際認證，需酌收報名費。

					<p>四、通過認證後，會頒發 PVQC 國際證書，可放進學習歷程檔案，豐富學習過程。</p> <p>五、視學習情況與認證通過率，報名華人資訊語文競技與創意設計大賞- 專業英日文詞彙與聽力能力大賽。</p>
38	電機科	自主學習	限高二 電機科	<p>帶狀課程(連續 18 週上課)</p> <p>0 學分</p>	<p>本課程係與指導教師討論自主學習規劃主題內容及進度，每週次依排定進度進行技能實務的研擬與操作，於學期末完成自主學習成果紀錄表，並製作簡報進行成果發表，藉以從歷程中建立與培養自我學習能力，深化所學科目的專業知能。</p>