備查文號：
體育班：113年01月15日中市教體字第1130004149號函備查

【備查版】

高級中等學校課程計畫

市立沙鹿高工

學校代碼：063407

普通型課程計畫書

本校112年11月17日112學年度第1次課程發展委員會會議通過

（113學年度入學學生適用）

【備查版】

中華民國113年01月15日

學校基本資料表

<table>
<tr><td colspan="2">學校校名</td><td colspan="3">市立沙鹿高工</td></tr>
<tr><td colspan="2">普通型</td><td colspan="3">普通班</td></tr>
<tr><td rowspan="8">技術型</td><td colspan="2">專業群科</td><td colspan="3">1. 機械群：機械科
2. 機械群：製圖科
3. 動力機械群：汽車科
4. 電機與電子群：資訊科
5. 電機與電子群：電子科
6. 化工群：化工科
7. 化工群：紡織科
8. 化工群：染整科
9. 商業與管理群：資料處理科</td></tr>
<tr><td colspan="2">建教合作班</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td rowspan="5">重點產業專班</td><td>產學攜手合作專班</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td>產學訓專班</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td>就業導向課程專班</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td>雙軌訓練旗艦計畫</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td>其他</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td colspan="2">綜合型</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td colspan="2">單科型</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td colspan="2">進修部</td><td colspan="3">1. 機械群：機械科
2. 動力機械群：汽車科
3. 電機與電子群：電子科
4. 化工群：紡織科</td></tr>
<tr><td colspan="2">實用技能學程</td><td colspan="3">1. 商業群：商用資訊科</td></tr>
<tr><td colspan="2">特殊教育及特殊類型</td><td colspan="3">1. 體育班(普通型)</td></tr>
<tr><td colspan="2">實驗班</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td colspan="2" rowspan="2">聯絡人</td><td>處室</td><td>教務處</td><td>電話</td><td>0426621795#202</td></tr>
<tr><td>職稱</td><td colspan="3">教學組長</td></tr>
</table>

備註：不適用型別(普通型、技術型…)可整列刪除。

【備查版】
【備查版】

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、110年3月15日教育部修正發布之「十二年國民基本教育課程綱要」。
三、110年6月11日教育部修正發布之高級中等學校課程規劃及實施要點。
※體育班：本校112年11月14日112學年度第1次體發會會議通過
※體育班：本校112年11月17日112學年度第1次課程發展委員會會議通過

【備查版】

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	機械群	機械科	1	33	1	16	1	9	3	58
	動力機械群	汽車科	1	38	1	9	1	11	3	58
	電機與電子群	電子科	1	16	1	10	1	12	3	38
	化工群	紡織科	1	19	1	12	1	7	3	38
實用技	商業群	商用資訊科	1	28	1	29	1	21	3	78
		選課規劃與輔導	1	28	1	29	1	21	3	78
建教合	機械群	機械科	1	35	1	32	1	34	3	101
普通型	學術群	體育班	1	26	1	27	1	15	3	68
技術型	機械群	機械科	2	70	2	67	2	69	6	206
		製圖科	1	35	1	34	1	31	3	100
	動力機械群	汽車科	2	63	2	62	2	63	6	188
	電機與電子群	資訊科	1	37	1	37	1	36	3	110
		電子科	1	38	1	33	1	33	3	104
	化工群	化工科	2	71	2	66	2	61	6	198
		紡織科	2	61	2	64	2	57	6	182
		染整科	1	36	1	37	1	30	3	103
	商業與管理群	資料處理科	1	35	1	35	1	34	3	104
	服務群	綜合職能科	2	21	2	24	2	19	6	64
合計			22	662	22	594	22	542	66	1798

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	機械群	機械科	1	40
	動力機械群	汽車科	1	40
	電機與電子群	電子科	1	40
	化工群	紡織科	1	40
普通型	學術群	體育班	1	35
技術型	機械群	機械科	2	36
	動力機械群	汽車科	2	35
	電機與電子群	資訊科	1	35
		電子科	1	35
	化工群	化工科	2	35
		紡織科	2	35
		染整科	1	35
	機械群	製圖科	1	35
	商業與管理群	資料處理科	1	35
合計			18	652

三、體育班核定運動種類一覽表

序號	分類	運動種類
1	格鬥類	跆拳道

2	格鬥類	拳擊
3	格鬥類	武術
4	目標類	射箭

【備　查　版】

【備　查　版】

參、學校願景與學生圖像

一、學校願景

※創新發展、專業務實、溫馨和諧

※（一）落實學校本位經營理念，建立有效能的學校團隊。

※（二）推動校園文化總體營造，塑造民主開放的優質學風。

※（三）建構多元智慧學習環境，培育具競爭力的新世紀公民。

※（四）建置互信共享的教育環境，共創學校永續發展的生命力。

※（五）推展活力、創新、優質、適性的學習型組織。

※(六）以人為本，建立尊重包容、友善校園的學習環境

※1.織布鳥是動物中最優秀的紡織工，沙鹿高工以紡織起家，期以織布鳥精神 培育精心細雕，培育各種專才，鳥以展翅高飛姿態帶領沙工願景譜出學校 新希望。 2.沙工LOGO設計是以齒輪為造型，每一個齒象徵的是孩子的特質，透過學校適性教學，發展學生的優勢能力，因材施教培育學生各有所長，引領學生於群體中一展長才。

3.學校願景創新發展高科技，溫馨和諧新校園，專業務實展技術代表學校的核心價值。創新發展高科技，創新結合高科技，使學習與新時代接軌，也適當高科技於學習歷程中，以符合多層次學生學習需求。溫馨和諧新校園，積極涵養學生品格，從同理、接納到包容多元文化，打造友善學習氛圍的校園。專業務實展技術，由教育專業的引導，符應相關產業的技術需求，藉由整合知識、情意與技能的課程設計，逐步搭建學以致用的能力。

【精查版】

二、學生圖像

※專業力
具備終身學習打造專業務實的技術能力
※競爭力
發展勇於創新面對未來挑戰的競爭力
※就業力
建立因應相關產業及職場需求之自我調整能力
※品格力
涵養安全與衛生的道德並陶冶包容多元的品格

【備查版】
【備查版】

二、學生圖像

沙鹿高工學生圖像以本校願景「創新發展、專業務實、溫馨和諧」為本，培養學生各項能力，成為有終身學習能力的現代國民，各群科要培養的核心能力需要善用優質化經費，才得以精進成就新課綱規畫、實施、教師增能、豐富學生發展的各項子計畫。

1. 建教產學：本校特色，建教鼻祖
2. 五大群核心：智能製造(機械群)、精彩環安(化工群)、IT 智慧(電機電子群)，新媒商務(商業與管理群)、 靈動寰宇(動力機械群)
3. 學校願景結合四種人群(學生、家長、教師、校友) 及四種核心能力(專業力、競爭力、就業力、品格力)將沙工未來推向皇冠之首。

學校願景	學生圖像之面向	群核心能力	學生圖像內涵(校本核心能力)
專業務實	專業力	智能製造 精彩環工 IT 智慧 新媒商務 靈動寰宇	具備終身學習打造專業務實的技術能力
創新發展	競爭力		發展勇於創新面對未來挑戰的競爭力
專業務實	就業力		建立因應相關產業及職場需求之自我調整能力
溫馨和諧	品格力		涵養安全與衛生的道德並陶冶包容多元的品格

【備 查 版】

肆、課程發展組織要點

臺中市立沙鹿工業高級中等學校課程發展委員會組織要點
98年1月16日本校校務會議審議通過
106年12月6日擴大行政會議通過
107年1月24日校務會議通過
107年6月27日課程發展委員會議通過
107年6月29日校務會議通過
107年08月29日校務會議通過
107年12月26日校務會議通過
108年3月20日課程發展委員會議通過
111年1月24日課程發展委員會議通過
111年2月10日校務會議通過

一、 教育部中華民國110年3月15日臺教授國部字第1100016363B號令，「十二年國民基本教育課程綱要總綱」。。

二、 為發展學校特色，提升教學品質，建立精緻形象，審議各群科課程配置、開課學期，課程學分數及規劃課程教學評鑑等相關事宜，特設置本校之「學校課程發展委員會」(以下簡稱本會)，為學校課程決策單位。

三、 本會置委員37人為原則，委員任期一年，任期以每學年開始日起至學期結束日止，其組織成員如下：

(一)召集人：校長。

(二)學校行政代表：由教務主任、學務主任、實習主任、輔導主任、進修部主任、教學組長(含進修部)、特教組長擔任之；執行秘書由教務主任兼任，副執行秘書由實習主任、進修部主任兼任。

(三)領域/科目/專業群科教師：由各領域/科目召集人、專業群科之科主任擔任之，每專業群科1人、每領域/科目1人。

(四)教師代表：由本校教師組織指派教師代表1人擔任。

(五)各年級導師代表：由各年級導師各推選1人擔任。

(六)專家學者：由學校聘任專家學者1人擔任。

(七)產業代表：由學校聘任產業代表1人擔任。

(八)學生代表：由學生會或經選舉產生之學生代表1人擔任之。

(九)家長會代表：由本校學生家長委員會推派1人擔任之。

四、 本會之任務如下：

(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

(五)其他有關課程發展事宜。

五、 本委員會運作方式如下：

(一)本會每學期至少舉行委員會議乙次，必要時得召開臨時會議。

(二)臨時會議由校長依需要召開或經應出席委員三分之一以上連署時得召開，並應於連署完成後30日內召集之。

(三)會議由校長召開並擔任主席，校長因故無法主持時，由法定代理人擔任之。

(四)臨時會議由連署召開時，由連署委員互推一人為主席。

(五)各會議委員應出席三分之二以上方得開議，各議案之議決通過需出席委員半數以上同意，可否同數時由主席裁決之。

六、 本會設置課程研究單位及教學規劃單位。

課程規劃研究單位為課程研究小組、教學研究規劃單位為教學研究會。其組織、任務與運作原則如次：

課程研究小組：依學校群科、一般科目與綜合活動科目規劃設置。

(一)群課程研究小組：由同群之科主任或各教學研究會召集人組成；互推一人擔任該研究小組召集人。並由同群之科主任互推一人擔任群召集人。

(二)一般科目課程研究小組：由一般科目各學科教學研究會召集人(或代表)組成；互推一人擔任該研究小組召集人。

(三)綜合活動科目研究小組：為綜合活動科目規劃研究單位。由學生事務處主任擔任召集人；由訓育組長、生活輔導組長、衛生組長、體育組長、各課程研究小組召集人、家長會代表等人士組成。

(四)工作任務如次：

1. 各課程研究小組依據部定群教育目標規劃，擬定各科教育目標、各科校訂課程之規劃(科目課程名稱、學分數、必選修之分類、先備條件、開設年段、開設流程、課程教學評鑑、教師資格與專長、設備需求、教學場所等相關資料)，送本會審議。

2. 審議各教學研究會提出的課程計畫與教學計畫案。

3. 為維護教學品質，設計、規劃、執行與督導、推動同儕教學視導與課程教學評鑑工作。

教學研究規劃單位：為各學科教學研究會。由各學科教師、技士及技佐組成；設召集人一人，經推選，或由校長指定科主任或教師出任。其工作任務如下：

(一)學科教師共同研議、規劃、檢討、修正、開設課程與教學。

【備查版】

(二)審議開設課程申請，送相關課程研究小組研議。
(三)規劃設計教學活動。
(四)研究、發展教學方法與技術。
(五)教材遴選或研發。
(六)推動同儕教學視導與課程教學評鑑工作。
(七)課程的研究與發展。
(八)建置課程教學檔案。
(九)推動教學觀摩活動。
各研究會、研究小組運作原則：
(一)各研究會每學期舉行乙次會議，必要時得召開臨時會。
(二)各研究小組每學年舉行乙次會議，必要時得召開臨時會。
(三)各研究會或研究小組定期會議由召集人召集，臨時會議經應出席委員三分之一以上連署召集時，由召集人於連署完成後30日內召集之。
(四)定期會議由出席委員互推一人為主席，臨時會議由連署委員互推一人為主席。
(五)各議案之議決通過需出席委員半數以上同意，可否同數時由主席裁決之。
七、 本會行政工作由教務處主辦，相關處室協辦。
八、 本要點未盡事宜，悉依十二年國民基本教育課程綱要總綱內容辦理。
九、 本要點經校務會議通過，陳請校長核定後實施，修正時亦同。

臺中市市立沙鹿工業高級中等學校體育班發展委員會組織要點
108年1月18日校務會議通過
110年2月19日校務會議修訂通過
111年12月27日行政會報修訂通過
112年 2 月 10日校務會議修訂通過
壹、 依據教育部110 年 03 月 02 日臺教授體部字第1100006595B號令修正頒布之「高級中等以下學校體育班設立辦法」訂定之。
貳、 為銜續前一教育階段運動績優學生繼續升學，施以專業體育及運動教育，輔導其適性發展，培育運動專業人才。
參、
一、體育班發展委員會（以下簡稱本會）由校長擔任主任委員，學務主任為副主任委員，體育組長為執行秘書，教務主任、總務主任、輔導主任、教學組長、體育班教師代表4人、專任運動教練1人及體育班家長代表1人等委員組成，共計13人。任一性別委員人數，應占委員總數三分之一以上。
二、增聘體育班學生代表2人擔任委員，不受前項委員總數之限制。
肆、 本會任務如下：
一、 審議課程及教學規劃：內容包括課程計畫、個別化課程、自編教科用書、競技運動綜合訓練課程計畫、體育班訪視、課程評鑑、生涯發展、職能探索、運動防護及運動科學應用。
二、 審議學生對外出賽事項：內容包括出賽之課業成績基準及每學年度出賽、培訓計畫
三、 審議學生學習輔導措施：內容包括補課規劃、課業輔導及學習扶助模式。
四、 審議學生調整術科專長項目，或因故不適合繼續就讀體育班需轉班或轉學。
五、 督導運動訓練。
六、 辦理體育班校內自我評鑑。
七、 指定體育班召集人及遴任導師。
八、 其他有關體育班發展事項。
伍、為順利推動會務，本會下設工作小組：課程規劃及課業輔導組；訓練規劃及競賽督導組；生活輔導及進路規劃組；招生規劃及評鑑檢核組。
陸、本會主任委員、副主任委員、執行秘書及委員均為無給職，任期壹年（每年8月1日起至翌年7月31日止），委員隨其職務進退之。
柒、本會由主任委員召開，本會開會時，以主任委員擔任主席。
捌、本會應有體育班家長代表及專任運動教練出席，且出席人數需達全體委員二分之一以上，始得開會；出席委員過半數同意，始得通過；贊成與反對同數時，取決於主任委員。
玖、本會每學期至少召開一次，惟必要時得召開臨時會議。本會召開會議時得視實際需要，邀請相關人員列席。
壹拾、本章程經校務會議通過後，陳校長核定後公布實施，修正時亦同。

【備查版】
【備查版】

臺中市市立沙鹿工業高級中等學校體育班發展委員會組織要點

108 年 1 月 18 日校務會議通過
110 年 2 月 19 日校務會議修訂通過
111 年 12 月 27 日行政會報修訂通過
112 年 2 月 10 日校務會議修訂通過

壹、依據教育部 110 年 03 月 02 日臺教授體部字第 1100006595B 號令修正頒布之「高級中等以下學校體育班設立辦法」訂定之。

貳、為銜續前一教育階段運動績優學生繼續升學，施以專業體育及運動教育，輔導其適性發展，培育運動專業人才。

參、

一、體育班發展委員會（以下簡稱本會）由校長擔任主任委員，學務主任為副主任委員，體育組長為執行秘書，教務主任、總務主任、輔導主任、教學組長、體育班教師代表 4 人、專任運動教練 1 人及體育班家長代表 1 人等委員組成，共計 13 人。任一性別委員人數，應占委員總數三分之一以上。

二、增聘體育班學生代表 2 人擔任委員，不受前項委員總數之限制。

肆、本會任務如下：

一、 審議課程及教學規劃：內容包括課程計畫、個別化課程、自編教科用書、競技運動綜合訓練課程計畫、體育班訪視、課程評鑑、生涯發展、職能探索、運動防護及運動科學應用。

二、 審議學生對外出賽事項：內容包括出賽之課業成績基準及每學年度出賽、培訓計畫

三、 審議學生學習輔導措施：內容包括補課規劃、課業輔導及學習扶助模式。

四、 審議學生調整術科專長項目，或因故不適合繼續就讀體育班需轉班或轉學。

五、 督導運動訓練。

六、 辦理體育班校內自我評鑑。

七、 指定體育班召集人及遴任導師。

八、 其他有關體育班發展事項。

伍、為順利推動會務，本會下設工作小組：課程規劃及課業輔導組；訓練規劃及競賽督導組；生活輔導及進路規劃組；招生規劃及評鑑檢核組。

陸、本會主任委員、副主任委員、執行秘書及委員均為無給職，任期壹年（每年 8 月 1 日起至翌年 7 月 31 日止），委員隨其職務進退之。

柒、本會由主任委員召開，本會開會時，以主任委員擔任主席。

捌、本會應有體育班家長代表及專任運動教練出席，且出席人數需達全體委員二分之一以上，始得開會；出席委員過半數同意，始得通過；贊成與反對同數時，取決於主任委員。

玖、本會每學期至少召開一次，惟必要時得召開臨時會議。本會召開會議時得視實際需要，邀請相關人員列席。

壹拾、本章程經校務會議通過後，陳校長核定後公布實施，修正時亦同。

【備查版】

【備查版】

臺中市立沙鹿工業高級中等學校體育班發展委員會

工作小組職掌表

職稱		負責人員	工作職掌
主任委員		校　　長	督導體育班發展與運作
副主任委員		學務主任	襄助主任委員督導體育班發展與運作
行政組	執行秘書	體育組長	綜理體育班各項發展與運作事務
課程規劃及課業輔導組	委員兼工作組長	教務主任	負責課程規劃及課業輔導事務
	組員	教學組長 領域教師代表 家長代表 學生代表	1. 研議整體課程規劃 2. 研議學生對外出賽限制（包括課業成績出賽基準之訂定及每學年度出賽、培訓計畫之審議） 3. 辦理課程發展、教學實施、學習評量與應用、教學資源及教師專業發展等事宜 4. 辦理補課規劃、課業輔導及學習扶助模式
訓練規劃及競賽督導組	委員兼工作組長	學務主任	負責訓練規劃及競賽督導事務
	組員	總務主任 體育組長 庶務組長 各隊教練 運動防護員	1. 體育專業課程（包括運動防護、運動禁藥、運動競技訓練及其他基礎運動科學內容）實施及督導 2. 專項運動訓練規劃、執行及檢核 3. 對外參賽規劃、執行及檢核 4. 運動傷害防護工作規劃、執行及檢核 5. 體育專業課程所需場地、空間及設備檢修維護及更新
生活輔導及進路規劃組	委員兼工作組長	輔導主任	負責生活輔導及進路規劃事務
	組員	生輔組長 體育班導師 各隊教練 輔導教官 輔導教師	1. 建立學生資料檔案，並追蹤輔導 2. 安排學習生活，提供課業、生活及生涯輔導 3. 日常生活常規教育規範及輔導 4. 班級經營理念宣導 5. 心理輔導及壓力調適 6. 提供升學進路及職涯發展諮詢
招生規劃及評鑑檢核組	委員兼工作組長	學務主任	負責招生規劃及評鑑檢核事務
	組員	註冊組長 體育組長 各隊教練	1. 規劃招生簡章及相關試務作業 2. 變更專長種類、轉班或轉介其他學校相關事務 3. 辦理訪視評鑑相關事宜

【備查版】

【備查版】

臺中市立沙鹿工業高級中等學校體育班發展委員會委員名單

序號	職　稱	職　務	姓　名	性　別
1.	主任委員	校　　長	黃尚煜	男
2.	副主任委員	學務主任	邱孟希	男
3.	執行秘書	體育組長	王詩宏	男
4.	委員	教務主任	林香蘭	女
5.	委員	總務主任	許全利	男
6.	委員	輔導主任	林　立	女
7.	委員	教學組長	江宇丞	男
8.	委員	體育班教師代表	曾仁邦	男
9.	委員	體育班教師代表	張文雄	男
10.	委員	體育班教師代表	李奕璇	女
11.	委員	體育班教師代表	吳柏儀	男
12.	委員	專任運動教練	廖唯鈞	女
13.	委員	體育班家長代表	謝巧霜	女
14.	委員	體育班學生代表	林庭宇	女
15.	委員	體育班學生代表	劉靜蒨	女

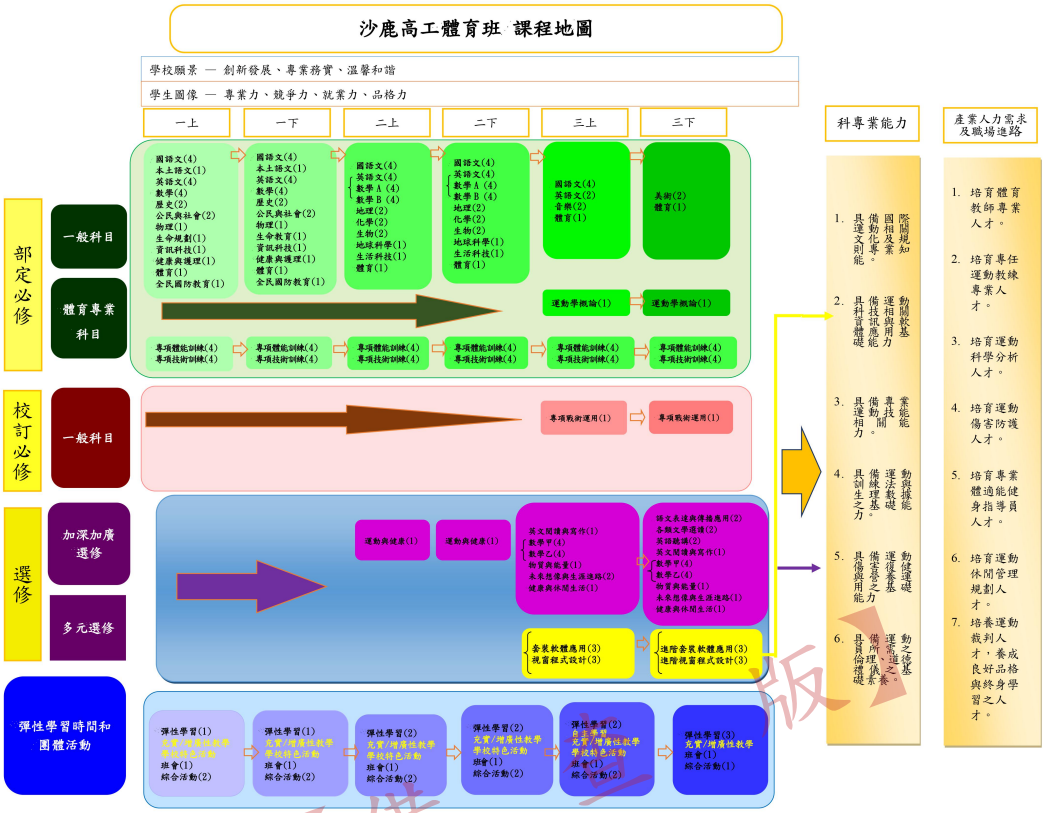
【備　查　版】

【備　查　版】

伍、課程發展與特色

一、課程地圖

[063407_市立沙鹿高工課程地圖(PDF格式)]



二、學校特色說明

一、課程規劃理念與目標

本校依十二年國民教育推動理念與願景，以銜續培育具有優異運動專長表現才能之學生及具發展潛能之運動選手，依據體育班課程綱要之具體規劃，施以專業性體育與運動教育，輔導其適性發展，在「自發」、「互動」與「共好」三個層面有不同的學習重點與實踐，在自發層面以學生為主體，使身體及心理均衡發展之運動人才，並以正向積極的態度面對人生，在互動層面是強調個人、團體及競技訓練環境的溝通思辨，在學習的歷程中能與他人互動且相互合作，在共好層面是以行動力進行專項運動訓練，在課程中施以專業體育及運動教育，輔導其適性發展與社會參與，培育運動專業人才，課程融入適合學生專項運動發展應有之核心素養，以求能在學習歷程中適應現在生活及面對未挑戰，所應具備的知識、能力與態度，增進各項競技運動實力，以及選手能夠發揮潛能，以奠定儲備國家代表隊接續選手之基礎。

二、課程規劃特色

一、專精強化：由武術、拳擊、跆拳道、射箭項目組成，提供精進所需之核心素養、競技運動專門知識或專業術科技術能力發展。

二、重視統整：統整普通高中應有的基本學科和專項術科及運動專業學科應有的競技能力，使學生奠定適性發展的基礎。

三、課程彈性：僅規範共同必修課程的科目名稱、學分數、教學綱要，其餘課程僅作原則性界定，賦予學校本位發展及學生多元修習的彈性。

四、優質教學：以學生學習為中心點出發，攜手打造優質教學，開發潛能適性發展。

五、科技融入：建構運動科學概念；輔以軟體應用，建構運動數據科學化。

六、品德培養：培養倫理文化運動素養，發展運動倫理價值，養成表現良好的社會行為。

【備查版】

陸、教學科目與學分(節)數一覽表

113學年度入學新生適用

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	4	0	20	
		客語文	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		閩南語文	1	1	0	0	0	0	2	
		原住民族語文-阿美語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-泰雅語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-賽德克語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-布農語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-排灣語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		原住民族語文-太魯閣語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		閩東語文	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		臺灣手語	(1)	(1)	0	0	0	0	0	
		英語文	4	4	4	4	2	0	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	0	0	2	2	0		4	
		公民與社會	2	2	0	0	0		4	
	自然科學領域	物理	1	1	0	0	0		2	
		化學	0	0	2	2	0		4	
		生物	0	0	2	2	0		4	
		地球科學	0	0	1	1	0		2	
	藝術領域	音樂	0	0	0	0	2	0	2	
		美術	0	0	0	0	0	2	2	
		藝術生活	0	0	0	0	0	0	0	
	綜合活動領域	生命教育	0	1	0	0	0	0	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	1	1	0	0	2	
		資訊科技	1	1	0	0	0	0	2	
	健康與體育領域	健康與護理	1	1	0	0	0	0	2	
		體育	1	1	1	1	1	1	6	
	全民國防教育		1	1	0	0	0	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		31	31	29	29	18	12	150	
	每週團體活動時間		3	3	3	3	3	2	17	
	每週彈性學習時間		1	1	2	2	2	3	11	

【備查版】

	每週節數小計		35	35	34	34	23	17	178	
校訂必修	特殊需求領域(體育專長)	專項戰術運用(武術)	0	0	0	0	1	1	2	
		專項戰術運用(射箭)	0	0	0	0	(1)	(1)	0	
		專項戰術運用(拳擊)	0	0	0	0	(1)	(1)	0	
		專項戰術運用(跆拳道)	0	0	0	0	(1)	(1)	0	
	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	語文表達與傳播應用	0	0	0	0	0	2	2	
		各類文學選讀	0	0	0	0	0	2	2	
		英語聽講	0	0	0	0	0	2	2	
		英文閱讀與寫作	0	0	0	0	1	1	2	
	數學領域	數學甲	0	0	0	0	(4)	(4)	0	
		數學乙	0	0	0	0	4	4	8	
	自然科學領域	選修化學-物質與能量	0	0	0	0	1	1	2	
	綜合活動領域	未來想像與生涯進路	0	0	0	0	1	1	2	
	健康與體育領域	運動與健康	0	0	1	1	0	0	2	
		健康與休閒生活	0	0	0	0	1	1	2	
多元選修	實作(實驗)及探索體驗	套裝軟體應用	0	0	0	0	3	0	3	
		視窗程式設計	0	0	0	0	(3)	0	0	
		進階套裝軟體應用	0	0	0	0	0	3	3	
		進階視窗程式設計	0	0	0	0	0	(3)	0	
其他	特殊需求領域(身心障礙)	生活管理	0	0	(4)	(4)	(4)	(4)	0	
		社會技巧	0	0	(4)	(4)	(4)	(4)	0	
		學習策略	0	0	(4)	(4)	(4)	(4)	0	
		職業教育	0	0	(4)	(4)	(4)	(4)	0	
		溝通訓練	0	0	(4)	(4)	(4)	(4)	0	
		點字	0	0	(4)	(4)	(4)	(4)	0	
		定向行動	0	0	(4)	(4)	(4)	(4)	0	
		功能性動作訓練	0	0	(4)	(4)	(4)	(4)	0	
		輔助科技應用	0	0	(4)	(4)	(4)	(4)	0	
	特殊需求領域(體育專長)	部必-武術(一)							0	
		部必-武術(二)							0	
		部必-武術(三)							0	
		部必-射箭(一)							0	
		部必-射箭(二)							0	
		部必-射箭(三)							0	
		部必-拳擊(一)							0	
		部必-拳擊(二)							0	
		部必-拳擊(三)							0	
		部必-跆拳道(一)							0	

【備查版】

		部必-跆拳道(二)							0	
		部必-跆拳道(三)							0	
選修學分數總計			0	0	1	1	11	17	30	
必選修學分數總計			31	31	30	30	30	30	182	
每週節數總計			35	35	35	35	35	35	210	

【備查版】

【備查版】

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

二、校訂必修課程

三、多元選修課程

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 套裝軟體應用		
	英文名稱： Application of Software Package		
授課年段：	三上		學分總數： 3
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗		
議題融入：	資訊		
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：	專業力, 就業力,		
學習目標：	1. 能瞭解文書處理所扮演的角色。 2. 能操作及使用中英文輸入法。 3. 能使用文書處理軟體進行文件建檔及編輯。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	課程簡介	中英文輸入及文書軟體簡介
	二	鍵盤認識	中英文輸入正確姿勢及護眼常識
	三	英文輸入簡介	介紹英文輸入鍵盤鍵位
	四	英文輸入練習	熟悉英文輸入
	五	中文輸入簡介	介紹中文輸入鍵盤鍵位
	六	中文輸入練習	熟悉中文輸入
	七	文書處理軟體介紹	介紹單機版、網路版文書處理軟體
	八	文字內容的基本操作	文字內容的產生、文字範圍的選取與編輯、文件的檢視模式、文件視窗的調整
	九	檔案管理與偏好設定	文件檔案的管理、偏好選項的設定
	十	美化文件的開始－字元格式	字元格式設定、亞洲方式配置
	十一	段落格式設定	段落的基本設定、使用定位點、框線與網底、項目符號與編號
	十二	樣式的套用與設定	格式的複製與清除、使用快速樣式、自訂快速樣式、樣式的管理、使用樣式集
	十三	製作表格	產生表格、調整表格、表格的合併與分割、格式化表格
	十四	建立圖形物件	繪圖前的設定、圖片的產生與編輯、插入與編輯圖、產生文字物件、建立方程式
	十五	圖形物件的美化與安排	美化圖片、圖形的格式化
	十六	文件版面與列印設定	文件版面的基本設定、頁首與頁尾、列印設定
	十七	合併列印	合併列印步驟、合併列印信件、合件列印郵寄標籤
	十八	超連結設定	編輯超連結、連結至電子郵件地址
	十九		
	二十		
	二十一		

【備查版】

	二十二		
學習評量：	採多元評量方式，著重資訊科技的養成。		
備註：			

【備　查　版】

【備　查　版】

課程名稱：	中文名稱： 視窗程式設計		
	英文名稱： Windows Program Design		
授課年段：	三上		學分總數： 3
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗		
議題融入：	資訊		
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：	專業力, 就業力,		
學習目標：	1. 認識程式語言的架構。 2. 具有視窗程式設計之基本技能。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	課程簡介	程式應用的認識
	二	開發環境介面	介紹IDE的操作環境
	三	基本輸入/輸出	控制台輸入/輸出程式
	四	常用元件認識一	表單、標籤、按鈕的使用
	五	常用元件認識二	文字輸入盒的使用
	六	變數與常數一	變數和常數宣告與使用
	七	變數與常數二	資料型態的種類
	八	運算式及運算子一	運算式與運算子的種類
	九	期中評量	
	十	運算式及運算子二	算術運算子應用
	十一	運算式及運算子三	比較運算子與邏輯運算子應用
	十二	流程指令一	流程指令
	十三	流程指令二	巢狀流程指令
	十四	迴圈指令一	前測迴圈
	十五	迴圈指令二	後測迴圈
	十六	迴圈指令三	巢狀迴圈
	十七	應用實例	應用實例
	十八	期末評量	期末評量
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	採多元評量方式，著重資訊科技的養成。		
備註：			

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 進階套裝軟體應用		
	英文名稱： Advanced Application of Software Package		
授課年段：	三下		學分總數： 3
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗		
議題融入：	資訊		
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：	專業力, 就業力,		
學習目標：	1. 能瞭解試算表軟體所扮演的角色。 2. 能利用試算表軟體搭配文書處理軟體作合併列印。 3. 能瞭解簡報軟體所扮演的角色。 4. 能活用套裝軟體處理生活上的資訊需求。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	課程簡介	試算表軟體及簡報軟體簡介
	二	試算表軟體簡介	工作表的認識
	三	公式與函數的重要概念	公式與函數的基本觀念、參照位址的重要概念
	四	文字函數集	字元的編修工作、字串的處理
	五	日期與時間函數	處理日期與時間的基本原則
	六	陣列公式的應用	基本使用概念、平均值的計算
	七	篩選與排序	資料篩選與資料排序
	八	圖表的應用	圖表的基礎、建立圖表
	九	簡報軟體簡介	製作簡報的重要概念
	十	簡報入門	建立新簡報、檔案的管理、投影片的增刪
	十一	簡報的主角 - 文字	編輯文字內容、文字的格式化
	十二	簡報最佳配角(一)圖形物件	文字藝術師、圖片與相片
	十三	簡報最佳配角(二)資料圖表	製作表格、統計圖表
	十四	進一步改造投影片	改變簡報設計、母片的使用、投影片的日期與頁碼
	十五	簡報的靈魂 - 特效製作	使用多媒體檔案、設定動畫效果
	十六	簡報發表	投影片的切換方式、簡報預演、簡報的列印
	十七	簡報製作工具	貼上超連結、與其他軟體配合
	十八	發佈簡報	傳送簡報、發佈為網頁格式
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	採多元評量方式，著重資訊科技的養成。		
備註：			

【備查版】
【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 進階視窗程式設計		
	英文名稱： Advanced Windows Program Design		
授課年段：	三下		學分總數： 3
課程屬性：	實作(實驗)及探索體驗		
議題融入：	資訊		
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：	專業力, 就業力,		
學習目標：	1. 進階視窗程式設計之技能。 2. 自行設計主題應用程式之能力。		
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	陣列一	一維陣列宣告與使用
	二	陣列二	多維陣列宣告與使用
	三	副程式與函數一	定義副程式與函數
	四	副程式與函數二	副程式與函數的應用
	五	檔案處理一	檔案處理一
	六	檔案處理二	檔案處理二
	七	繪圖與影像	繪圖技巧
	八	繪圖與影像	影像應用
	九	期中評量	
	十	多媒體一	多媒體應用
	十一	多媒體二	多媒體應用
	十二	應用實例	應用實例(一)
	十三	應用實例 應用實例(二)	應用實例(二)
	十四	應用實例 應用實例(三)	應用實例(三)
	十五	專題	專題製作(一)
	十六	專題	專題製作(二)
	十七	專題	專題製作(三)
	十八	期末評量	期末評量
	十九		
	二十		
	二十一		
	二十二		
學習評量：	採多元評量方式，著重資訊科技的養成。		
備註：			

【備查版】
【備查版】

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

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： 部必-武術(一)		
	英文名稱： Specialized subject of PE (Martial arts)		
授課年段：		學分總數： 0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	性別平等、品德、安全		
師資來源：	外聘(其他)		
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： 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：	專業力、競爭力、品格力		
學習目標：	一、 培養武術專項運動之競技體能:能依武術專項運動之特性執行個人體能，增進武術專項運動之競技體適能。 二、 精進武術專項運動之技術:能藉由武術專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之武術專項運動技術水準。 三、發展武術專項運動之戰術運用:能經由武術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。 四、提升武術專項運動之心理素質:能運用科學之訓練方法，有效發展並提升武術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	上學期:專項規則與訓練 下學期:拳腿連結專項訓練	上學期:規則說明及專項體能具備要素 下學期:要求拳、腿攻擊質量與速度
	二	上學期:器材講解與基本動作 下學期:個人動作技術分析	上學期:器材介紹與基本腳步 下學期:拳腿摔技術連結分析
	三	上學期:器材講解與基本動作 下學期:進攻時機與動作引導	上學期:訓練手靶使用及腳步拳法基本動作 下學期:啟動攻擊時機與拳腿質量速度要求
	四	上學期:肌力器材與基本動作 下學期:反擊時機與動作引導	上學期:重訓器材使用及腳步拳法基本功 下學期:移動後返擊時機與攻擊動作練習
	五	上學期:專項基本功與肌力 下學期:阻擊動作訓練	上學期:步、拳、腳法基本功、肌力訓練 下學期:拳法阻擊與腿法阻擊直線腿練習
	六	上學期:專項基本動作與體能 下學期:抗反摔	上學期:步、拳、腳法基本功、體能訓練 下學期:夾頸抗摔反摔與抱單腳抗摔練習
	七	上學期:期中考週(一) 下學期:期中考週(一)	上學期:媒體識讀 下學期:媒體識讀
	八	上學期:比賽影片分析與技術 下學期:比賽影片分析與技術	上學期:專項動作影片解說、拳腿連結訓練 下學期:專項動作影片解說、拳摔腿摔連結訓練
	九	上學期:專項技術與專項體能 下學期:摔法練習	上學期:拳腿連結與負重操作 下學期:夾手摔基本動作與夾頸抗反摔練習
	十	上學期:摔法基礎訓練 下學期:腿法與接腿	上學期:摔法重心帶動與夾頸摔基本動作 下學期:腿法質量與被接腿抗摔練習
	十一	上學期:拳法與摔法連結 下學期:拳摔與抗摔	上學期:拳法與夾頸摔連結訓練、體能肌力訓練 下學期:拳法連結夾手摔法、夾頸下潛抗反摔
	十二	上學期:下潛摔法基礎訓練 下學期:腿法反擊	上學期:下潛摔重心與抱單腳摔基本動作 下學期:腿摔反擊與反拍接腿練習
	十三	上學期:拳法與摔法連結 下學期:拳法反擊	上學期:拳法與抱單腳摔連結訓練、體能肌力訓練 下學期:拳反擊下潛摔法

【備查版】

	十四	上學期:期中考週(二) 下學期:期中考週(二)	上學期:媒體識讀 下學期:媒體識讀
	十五	上學期:接腿基本動作 下學期:拳腿反擊	上學期:接腿摔基本動作與腿法踢腿練習 下學期:拳腿進攻後反擊
	十六	上學期:腿法與接腿摔練習 下學期:摔法	上學期:腿法踢腿練習、接腿摔技術訓練 下學期:夾頸、夾手、下潛抗反摔
	十七	上學期:影片分析 下學期:約束對練	上學期:比賽影片解說 下學期:專項技術、規則、裁判手勢實戰模擬
	十八	上學期:綜合分享 下學期:綜合分享	上學期:訓練心得與專項技術分享 下學期:訓練心得與專項技術分享
	十九	上學期:綜合分享 下學期:綜合分享	上學期:影片欣賞 下學期:影片欣賞
	二十	上學期:期末考週 下學期:期末考週	上學期:技術測驗評量 下學期:技術測驗評量
	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作60%、書面報告20%、比賽成績20%，採多元評量方式。		
備註：			

【備 查 版】

【備 查 版】

課程名稱：	中文名稱： 部必-武術(二)	
	英文名稱： Specialized subject of PE (Martial arts)	
授課年段：		學分總數： 0
課程屬性：	體育班	
議題融入：	性別平等、品德、科技、安全	
師資來源：	外聘(其他)	
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： C1.道德實踐與公民意識、C2.人際關係與團隊合作	
學生圖像：	專業力、品格力	
學習目標：	一、 培養武術專項運動之競技體能:能依武術專項運動之特性執行個人體能，增進武術專項運動之競技體適能。 二、 精進武術專項運動之技術:能藉由武術專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之武術專項運動技術水準。 三、發展武術專項運動之戰術運用:能經由武術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。 四、提升武術專項運動之心理素質:能運用科學之訓練方法，有效發展並提升武術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	上學期:專項規則與訓練 下學期:專項體能訓練	上學期:訓練內容及規劃講解排定 下學期:專項體能訓練
二	上學期:腳步與進攻 下學期:拳摔進攻	上學期:腳步位移及進攻拳腿時機 下學期:拳法連結下潛、夾手、夾頸摔
三	上學期:腳步與接腿 下學期:腿摔進攻	上學期:接腿腳步位移及時機 下學期: 腿法連結下潛摔
四	上學期:肌力與專項體能 下學期:防守練習	上學期:拳腿負重進攻、大力量 下學期:接腿抗摔、夾頸、夾手、下潛抗摔
五	上學期:單一摔法 下學期:體能訓練	上學期:重心帶動、手別摔動作練習 下學期:爆發力訓練、速度耐力訓練
六	上學期:拳摔進攻 下學期:重量訓練	上學期:主動拳連結摔法進攻訓練 下學期:上肢與下肢質量
七	上學期:期中考週 下學期:期中考週	上學期:媒體識讀 下學期:媒體識讀
八	上學期:比賽週 下學期:專項技術訓練	上學期:比賽週 下學期:主動拳抗摔技術訓練
九	上學期:賽後影片分析 下學期:專項技術訓練	上學期:個人專項檢討 下學期:主動腿抗摔技術訓練
十	上學期:防守動作練習 下學期:約束訓練	上學期:接腿摔、摔法抗反摔 下學期:拳摔約束動作對練
十一	上學期:肌力與專項 下學期:專項體能訓練	上學期:拳腿質量與沙包訓練 下學期:協調、敏捷及專項體能訓練
十二	上學期:主動進攻訓練 下學期:重量訓練	上學期:主動攻擊拳腿技術訓練 下學期:重量訓練上肢肌群
十三	上學期:專項技術訓練 下學期:專項主攻訓練	上學期:拳摔、腿摔主動進攻 下學期:拳摔、腿摔、拳腿摔主動進攻
十四	上學期:期中考週 下學期:期中考週	上學期:媒體識讀 下學期:媒體識讀
十五	上學期:防守反擊訓練 下學期:專項反擊訓練	上學期:防守反擊技術訓練 下學期:拳摔、腿摔、防守反擊訓練
十六	上學期:綜合專項訓練 下學期:約束對練	上學期:拳摔、腿摔、拳腿摔主動進攻 下學期:比賽、裁判、場邊

【備查版】

	十七	上學期:專項影片分析 下學期:實戰模擬訓練	上學期:比賽影片分析討論 下學期:約束動作對練(拳腿)
	十八	上學期:綜合分享 下學期:綜合分享	上學期:綜合訓練與比賽心得分享 下學期:綜合訓練與比賽心得分享
	十九	上學期:綜合分享 下學期:綜合分享	學期:影片欣賞 下學期:影片欣賞
	二十	上學期:期末考週 下學期:期末考週	上學期:技術測驗評量 下學期:技術測驗評量
	二十一		
	二十二		
學習評量：	術實作60%、書面報告20%、比賽成績20%，採多元評量方式。		
備註：			

【備 查 版】

【備 查 版】

課程名稱：	中文名稱： 部必-武術(三)		
	英文名稱： Specialized subject of PE (Martial arts)		
授課年段：		學分總數： 0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	性別平等、品德、科技、安全		
師資來源：	外聘(其他)		
課綱核心素養：	A自主行動：		
	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：	專業力、競爭力、品格力		
學習目標：	一、 培養武術專項運動之競技體能:能依武術專項運動之特性執行個人體能，增進武術專項運動之競技體適能。 二、 精進武術專項運動之技術:能藉由武術專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之武術專項運動技術水準。 三、發展武術專項運動之戰術運用:能經由武術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。 四、提升武術專項運動之心理素質:能運用科學之訓練方法，有效發展並提升武術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	上學期:專項規則與訓練 下學期:專項規則與訓練	上學期:訓練內容及規劃講解排定 下學期:訓練內容及規劃講解排定
	二	上學期:單一摔法 下學期:專項體能訓練	上學期:夾頸、手別、扶腰二拍摔法 下學期:拳腿負重訓練
	三	上學期:進攻後防守 下學期:專項體能訓練	上學期:拳腿主動接反拍腿 下學期:拳腿專項體能訓練
	四	上學期:進攻後防守 下學期:體能訓練	上學期:拳腿主動抗摔 下學期:摔法專項體能訓練
	五	上學期:綜合專項進攻 下學期:戰術訓練	上學期:拳腿摔主動進攻 下學期:摔法制拳變化
	六	上學期:綜合專項進攻 下學期:戰術訓練	上學期:拳腿摔主動進攻 下學期:接腿及反拍制腿
	七	上學期:期中考週 下學期:期中考週	上學期:課業複習、國際賽影片心得 下學期:課業複習、國際賽影片心得
	八	上學期:比賽週 下學期:比賽心理	上學期:比賽週 下學期:模擬比賽及賽中狀況心理建設及訓練
	九	上學期:賽後影片檢討 下學期:綜合專項	上學期:影片分析、心得撰寫 下學期:拳腿、拳摔、腿摔、拳腿摔
	十	上學期:重量訓練 下學期:綜合專項	上學期:上肢下肢肌力訓練 下學期:拳腿、拳摔、腿摔、拳腿摔
	十一	上學期:主動進攻時機 下學期:進攻戰術訓練	上學期:拳腿進攻時機 下學期:拳腿摔進攻時機
	十二	上學期:反拍進攻時機 下學期:領先戰術訓練	上學期:拳腿反拍進攻訓練 下學期:拳腿摔防守技巧
	十三	上學期:防守反擊時機 下學期:綜合戰術訓練	上學期:拳腿摔進攻後防守接腿或抗反摔 下學期:拳腿摔攻防意識訓練
	十四	上學期:期中考週 下學期:期中考週	上學期:媒體識讀、國際賽影片心得 下學期:媒體識讀、國際賽影片心得
	十五	上學期:重量訓練 下學期:分析各國選手	上學期:核心及上下肢重量訓練 下學期:影片分析並撰寫分析表與實作
	十六	上學期:重量訓練 下學期:柔軟度訓練	學期:核心及上下肢重量訓練 下學期:柔軟度及運動按摩提升運動表現

【備查版】
【備查版】

	十七	上學期:專項體能訓練 下學期:專項戰術訓練	上學期:拳腿摔連結速度 下學期:影片分析
	十八	上學期:綜合分享 下學期:綜合分享	上學期:綜合訓練與比賽心得分享 下學期:綜合訓練與比賽心得分享
	十九	上學期:綜合分享 下學期:綜合分享	上學期:比賽影片欣賞 下學期:比賽影片欣賞
	二十	上學期:期末考 下學期:期末考	上學期:技術測驗評量 下學期:技術測驗評量
	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作60%、書面報告20%、比賽成績20%，採多元評量方式。		
備註：			

【備 查 版】

【備 查 版】

課程名稱：	中文名稱： 部必-射箭(一)	
	英文名稱： Specialized subject of PE (archery)	
授課年段：		學分總數： 0
課程屬性：	體育班	
議題融入：	性別平等、品德、安全	
師資來源：	外聘(其他)	
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： 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：	專業力、競爭力、品格力	
學習目標：	一、 培養射箭專項運動之競技體能:能依射箭專項運動之特性執行個人體能，增進射箭專項運動之競技體適能。 二、 精進射箭專項運動之技術:能藉由射箭專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之射箭專項運動技術水準。 三、發展射箭專項運動之戰術運用:能經由射箭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。 四、提升射箭專項運動之心理素質:能運用科學之訓練方法，有效發展並提升射箭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	上學期:隊內規則講解 下學期:基礎體能訓練	上學期:規則介紹與專項體能具備要素 下學期:核心肌群訓練、有氧耐力訓練
二	上學期:器材講解 下學期:個人動作技術分析	上學期:器材介紹與使用 下學期:撰寫個人分析表
三	上學期:器材講解 下學期:個人動作技術分析	上學期:器材保養與調整 下學期:自我擬定修正動作並實作
四	上學期:基礎體能訓練 下學期:專項體能訓練	上學期: 核心肌群訓練、有氧耐力訓練 下學期: 每日箭量維持150支
五	上學期:基礎體能訓練 下學期:專項體能訓練	上學期: 核心肌群訓練、有氧耐力訓練 下學期: 每日箭量維持150支
六	上學期:射箭基本動作與體能 下學期:專項動作訓練	上學期:個人技術動作分析 下學期:後背肌使用概念
七	上學期:期中考 下學期:期中考	上學期:期中考 媒體識讀複習課業 下學期:期中考 媒體識讀複習課業
八	上學期:射箭基本動作與體能 下學期:專項動作訓練	上學期:個人技術動作分析 下學期:後背肌使用概念
九	上學期:射箭基本動作 下學期:分數落後應對戰術	上學期:十字固定、重心穩定 下學期:落後戰術基本概念介紹
十	上學期:風向判斷訓練 下學期:分數領先應對戰術	上學期:十字固定、重心穩定 下學期:領先戰術基本概念介紹
十一	上學期:比賽分析及應對 下學期:比賽情境之應對	上學期:賽前意象訓練 下學期:各式比賽情境應對要領
十二	上學期:長距離訓練 下學期:長距離訓練	上學期:70公尺技術訓練 下學期:70公尺技術訓練
十三	上學期:長距離訓練 下學期:長距離訓練	上學期:70公尺技術訓練 下學期:70公尺技術訓練
十四	上學期:期中考 下學期:期中考	上學期:期中考 媒體識讀複習課業 下學期:期中考 媒體識讀複習課業
十五	上學期:風向訓練 下學期:分析各國選手技術	上學期 風向判斷瞄點練習 下學期: 影片分析並撰寫分析表與實作
十六	上學期:射箭戰術訓練 下學期:抗壓性訓練	上學期:模擬個人及團體對抗賽 下學期: 訂出目標分數並達成

【備查版】

	十七	上學期:賽事模擬 下學期:射箭技術訓練	上學期:團隊默契培養、抗壓訓練 下學期: 前手方向加強
	十八	上學期:賽事模擬 下學期:射箭技術訓練	上學期:團隊默契培養、抗壓訓練 下學期: 前手方向加強
	十九	上學期:綜合分享 下學期: 綜合分享	上學期: 綜合訓練與比賽心得分享 下學期:綜合訓練與比賽心得分享
	二十	上學期:期末考 下學期:期末考	上學期:期中考 媒體識讀複習課業 下學期:期中考 媒體識讀複習課業
	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作60%、書面報告20%、比賽成績20%，採多元評量方式。		
備註：			

【備 查 版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 部必-射箭(二)	
	英文名稱： 英文名稱 Specialized subject of PE (archery)	
授課年段：		學分總數： 0
課程屬性：	體育班	
議題融入：	性別平等、品德、科技、安全	
師資來源：	外聘(其他)	
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： C1.道德實踐與公民意識、C2.人際關係與團隊合作	
學生圖像：		
學習目標：	一、 培養射箭專項運動之競技體能:能依射箭專項運動之特性執行個人體能，增進射箭專項運動之競技體適能。 二、 精進射箭專項運動之技術:能藉由射箭專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之射箭專項運動技術水準。 三、發展射箭專項運動之戰術運用:能經由射箭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。 四、提升射箭專項運動之心理素質:能運用科學之訓練方法，有效發展並提升射箭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	上學期:專項規則與訓練 下學期:專項規則與訓練	1 上學期:專項規則與訓練 下學期:專項規則與訓練 上學期:訓練內容及規劃講解排定 下學期:訓練內容及規劃講解排定
二	上學期:基礎體能訓練 下學期:專項體能訓練	上學期: 核心肌群訓練、有氧耐力訓練 下學期: 每日箭量維持200支
三	上學期:基礎體能訓練 下學期:專項體能訓練	上學期: 核心肌群訓練、有氧耐力訓練 下學期: 每日箭量維持200支
四	上學期:射箭重心訓練 下學期:射箭技術訓練	上學期: 放箭前後平衡力量 下學期: 後背肌開弓力量加強
五	5 上學期:射箭重心訓練 下學期:射箭技術訓練 上學期:放箭前後平衡力量 下學期:後背肌開弓力量加強	上學期:放箭前後平衡力量 下學期:後背肌開弓力量加強
六	上學期:射箭技術動作 下學期:射箭節奏訓練	上學期:按卡位子穩定加強 下學期:放箭節奏訓練
七	上學期:期中考 下學期:期中考	上學期:期中考 媒體識讀課業複習 下學期:期中考 媒體識讀課業複習
八	上學期:射箭技術動作 下學期:射箭節奏訓練	上學期:按卡位子穩定加強 下學期:放箭節奏訓練
九	上學期:射箭伸展訓練 下學期:射箭技術訓練	上學期:伸展過箭與夾箭片訓練 下學期:20秒節奏訓練
十	上學期:射箭伸展訓練 下學期:射箭技術訓練	上學期:伸展過箭與夾箭片訓練 下學期:20秒節奏訓練
十一	上學期:距離訓練 下學期:距離訓練	上學期:70公尺技術訓練 下學期:70公尺技術訓練
十二	上學期:距離訓練 下學期:距離訓練	上學期:70公尺技術訓練 下學期:70公尺技術訓練
十三	上學期:射箭戰術訓練 下學期:抗壓性訓練	上學期:模擬個人及團體對抗賽 下學期:訂出目標分數並達成
十四	上學期:期中考 下學期:期中考	上學期:期中考 媒體識讀課業複習 下學期:期中考 媒體識讀課業複習
十五	上學期:射箭戰術訓練 下學期:分析各國選手技術	上學期:模擬個人及團體對抗賽 下學期:影片分析並撰寫分析表與實作

	十六	上學期:射箭心理訓練 下學期:射箭心理訓練	上學期:橡皮帶意象訓練 下學期:橡皮帶意象訓練
	十七	上學期:專項體能訓練 下學期:專項體能訓練	上學期:舉弓訓練 下學期:引弓訓練
	十八	上學期:專項體能訓練 下學期:專項體能訓練	上學期:舉弓訓練 下學期:引弓訓練
	十九	上學期:綜合分享 下學期:綜合分享	上學期:綜合訓練與比賽心得分享 下學期:綜合訓練與比賽心得分享
	二十	上學期:期末考 下學期:期末考	上學期:期末考 媒體識讀課業複習 下學期:期末考 媒體識讀課業複習
	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作60%、書面報告20%、比賽成績20%，採多元評量方式。		
備註：			

【備查版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 部必-射箭(三)	
	英文名稱： Specialized subject of PE(archery)	
授課年段：		學分總數： 0
課程屬性：	體育班	
議題融入：	性別平等、品德、資訊、安全	
師資來源：	外聘(其他)	
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： C1.道德實踐與公民意識、C2.人際關係與團隊合作	
學生圖像：	專業力、競爭力、品格力	
學習目標：	一、 培養射箭專項運動之競技體能:能依射箭專項運動之特性執行個人體能，增進射箭專項運動之競技體適能。 二、 精進射箭專項運動之技術:能藉由射箭專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之射箭專項運動技術水準。 三、發展射箭專項運動之戰術運用:能經由射箭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。 四、提升射箭專項運動之心理素質:能運用科學之訓練方法，有效發展並提升射箭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	上學期:專項規則與訓練 下學期:專項規則與訓練	上學期:訓練內容及規劃講解排定 下學期:訓練內容及規劃講解排定
二	上學期:基礎體能訓練 下學期:專項體能訓練1	上學期:核心肌群訓練、間歇訓練 下學期:每日箭量維持250支
三	上學期:基礎體能訓練 下學期:專項體能訓練1	上學期:核心肌群訓練、間歇訓練 下學期:每日箭量維持250支
四	上學期: 射箭技術訓練 下學期: 專項體能訓練2	上學期:拉弓500下 下學期:重量訓練
五	上學期: 射箭技術訓練 下學期: 專項體能訓練2	上學期:拉弓500下 下學期:重量訓練
六	上學期:射箭技術動作1 下學期:射箭快放訓練	上學期:放手力量加強 下學期:2分鐘內射9支箭
七	上學期:期中考 下學期:期中考	上學期:期中考 媒體識讀課業複習 下學期:期中考 媒體識讀課業複習
八	上學期:射箭技術動作1 下學期:射箭快放訓練	上學期: 放手力量加強 下學期: 2分鐘內射9支
九	上學期: 射箭技術動作2 下學期:射箭技術訓練	上學期:推弓方向、力量明確 下學期:伸展力量加強
十	上學期:距離訓練 下學期:距離訓練	上學期:推弓方向、力量明確 下學期:伸展力量加強
十一	上學期:距離訓練 下學期:距離訓練	上學期:70公尺技術訓練 下學期:70公尺技術訓練
十二	上學期:距離訓練 下學期:距離訓練	上學期:70公尺技術訓練 下學期:70公尺技術訓練
十三	上學期:射箭戰術訓練 下學期:專注度訓練	上學期:模擬個人及團體對抗賽 下學期:訂出目標十分箭數並達成
十四	上學期:期中考 下學期:期中考	上學期:期中考 媒體識讀課業複習 下學期:期中考 媒體識讀課業複習
十五	上學期:射箭戰術訓練 下學期:分析各國選手技術	上學期:模擬個人及團體對抗賽 下學期:影片分析並撰寫分析表與實作
十六	上學期:抗壓性訓練 下學期:抗壓性訓練	上學期:設定目標分數並達成 下學期:設定目標分數並達成

	十七	上學期:專項體能測驗 下學期:專項體能訓練	上學期:舉弓1分鐘 下學期:引弓30秒
	十八	上學期:專項體能訓練 下學期:專項體能訓練	上學期:舉弓1分鐘 下學期:引弓30秒
	十九	上學期:綜合分享綜合測驗 下學期:綜合分享綜合測驗	上學期:綜合訓練與比賽心得分享 下學期:綜合訓練與比賽心得分享
	二十	上學期:期末考 下學期:期末考	上學期:期末考 媒體識讀課業複習 下學期:期末考 媒體識讀課業複習
	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作60%、書面報告20%、比賽成績20%，採多元評量方式。		
備註：			

【備 查 版】

課程名稱：	中文名稱： 部必-拳擊(一)		
	英文名稱： Specialized subject of PE (Boxing)		
授課年段：		學分總數： 0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	性別平等、品德、安全		
師資來源：	外聘(其他)		
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、C3.多元文化與國際理解		
學生圖像：	專業力、競爭力、品格力		
學習目標：			
教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	上學期： 專項規則與訓練法 下學期： 專項規則與戰術應用	上學期：規則介紹與專項體能具備要素 下學期：規則介紹與專項戰術應對要領
	二	上學期：個人動作技術分析 下學期：個人動作技術	上學期：撰寫個人分析表 下學期：個人技術動作結合
	三	上學期：專項體能 下學期：技術動作修正	上學期：基本體能、專項體能 下學期：擬定修正動作並實作
	四	上學期：技術動作修正 下學期：近身戰術訓練	上學期：擬定修正動作並實作 下學期：近身攻擊與防守要領及實作
	五	上學期：步法訓練 下學期：長距離戰術訓練	上學期：各式步法訓練 下學期：長距離攻擊要領及實作
	六	上學期：滑步攻擊訓練 下學期：距離控制	上學期：利用步伐內側移位改變角度進行攻擊訓練 下學期：利用刺拳測量與對手之距離
	七	上學期：第一次段考 兩邊側面攻擊訓練 下學期：掌控攻防節奏	上學期：第一次段考 利用步伐外側移位改變角度進行攻擊訓練 下學期：利用刺拳步伐游走找時機攻擊與防守
	八	上學期：專項體能 下學期：繩圈繩角戰術處理運用	上學期：實戰比賽體能 下學期：繩圈繩角戰術處理與實作
	九	上學期：長距離攻擊練習 下學期：進攻型對手應對訓練	上學期：長距離攻擊要 下學期：進攻型對手要領
	十	上學期：近身防禦練習 下學期：防守型對手應對訓練	上學期：近身防禦要領及實作 下學期：防守型對手處理要領與實作
	十一	上學期：專項體能與長距離防禦練習 下學期：反擊型對手應對訓練	上學期：專項體能與長距離防禦攻擊 下學期：反擊型對手處理
	十二	上學期：專項體能與長距離防禦練習 下學期：反擊型對手應對訓練	上學期：專項體能與長距離防禦攻擊 下學期：反擊型對手處理
	十三	上學期：總統盃全國拳擊錦標賽 下學期：壓力控管	上學期：總統盃全國拳擊錦標賽 下學期：壓力介紹及處理並實作
	十四	上學期：第二次段考 心智訓練 下學期：分析國內優秀選手技術及應對戰術	學期：第二次段考 心智訓練介紹與分析 下學期：影片分析並撰寫分析表與實作
	十五	上學期：對手技術分析及應對 下學期：分析各國選手技術及應對戰術	上學期：撰寫對手分析表及影片分析 下學期：影片分析並撰寫分析表與實作
	十六	上學期：模擬對手訓練 下學期：比賽戰術指令之應對	上學期：影片分析及應對策略 下學期：各式比賽情境應對要領與實作
	十七	上學期：全中運選拔賽 模擬對手訓練 下學期：體能測驗、實戰經驗	上學期：全中運選拔賽 應對策略及實作 下學期：體能測驗與戰術模擬實作
	十八	上學期：模擬對手訓練 下學期：分組對抗賽、實戰經驗	上學期：應對策略及實作 下學期：戰術模擬實作

【備查版】

	十九	上學期：分析模擬對練影片 下學期：分析對抗賽影片	上學期：第三次段考 分享個人這學期所學習到的技術與比賽經驗 下學期：分享個人這學期所學習到的技術與比賽經驗
	二十	上學期：第三次段考 分享個人經驗 下學期：分享個人經驗	上學期：第三次段考 分享個人這學期所學習到的技術與比賽經驗 下學期：分享個人這學期所學習到的技術與比賽經驗
	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作60%、書面報告20%、比賽成績20%，採多元評量方式。		
備註：			

【備 查 版】

【備 查 版】

課程名稱：	中文名稱： 部必-拳擊(二)		
	英文名稱： Specialized subject of PE (Boxing)		
授課年段：		學分總數： 0	
課程屬性：	體育班		
議題融入：	性別平等、品德、法治、安全		
師資來源：	外聘(其他)		
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、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：	專業力、競爭力、品格力		
學習目標：	一、 培養拳擊專項運動之競技體能:能依拳擊專項運動之特性執行個人體能，增進拳擊專項運動之競技體適能。 二、 精進拳擊專項運動之技術:能藉由拳擊專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之拳擊專項運動技術水準。 三、發展拳擊專項運動之戰術運用:能經由拳擊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。 四、提升拳擊專項運動之心理素質:能運用科學之訓練方法，有效發展並提升拳擊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	上學期： 專項規則與訓練法 下學期： 專項規則與戰術應用	上學期：規則介紹與專項體能具備要素與注意事項 下學期：規則介紹與專項戰術應對要領與反應應用
	二	上學期：專項敏捷 下學期：個人動作技術分析	上學期：個人專項敏捷訓練與反應 下學期：撰寫個人分析表
	三	上學期：專項體能與敏捷 下學期：技術動作修正與結合重拳	上學期：體能與敏捷結合 下學期：擬定修正動作並加入單顆重拳
	四	上學期：技術動作修正 下學期：近身戰術訓練配合腳步	上學期：擬定修正動作並實作 下學期：近身攻擊與防守要領及實作與腳步運用
	五	上學期：步法訓練 下學期：長距離戰術訓練	上學期：各式步法訓練 下學期：長距離攻擊與防守要領及實作
	六	上學期：滑步變化攻擊訓練 下學期：距離控制	上學期：利用步伐內側移位改變角度進行攻擊訓練 下學期：利用刺拳測量與對手之距離保持最佳攻擊距離
	七	上學期：第一次段考 兩邊側面攻擊訓練 下學期：掌控攻防節奏	上學期：第一次段考 利用步伐外側移位改變角度進行攻擊訓練 下學期：利用刺拳步伐游走冷靜應對找時機攻擊與防守
	八	上學期：基本體能與近身攻擊練習 下學期：繩圈繩角戰術處理運用	上學期：基本體能與近身攻擊要領及實作 下學期：繩圈繩角戰術處理與實作
	九	上學期：長距離攻擊練習 下學期：進攻型對手應對訓練	上學期：長距離攻擊要領及實作 下學期：進攻型對手處理要領與實作
	十	上學期：近身防禦練習 下學期：防守型對手應對訓練	上學期：近身防禦要領及實作 下學期：防守型對手處理要領與實作
	十一	上學期：專項體能與長距離防禦練習 下學期：反擊型對手應對訓練	上學期：專項體能與長距離防禦要領及實作 下學期：反擊型對手處理要領與實作
	十二	上學期：攻擊防守之結合 下學期：纏抱型對手應對訓練	上學期：攻擊及防守之結合要領與實作 下學期：纏抱型對手處理要領與實作
	十三	上學期：總統盃全國拳擊錦標賽 下學期：壓力控管	上學期：總統盃全國拳擊錦標賽 下學期：壓力介紹及處理並實作
	十四	上學期：第二次段考 心智訓練 下學期：分析國內優秀選手技術及應	上學期：第二次段考 心智訓練介紹與分析

【備查版】

		對戰術	下學期：影片分析並撰寫分析表與實作
	十五	上學期：對手技術分析及應對 下學期：分析各國選手技術及應對戰術	上學期：撰寫對手分析表及影片分析 下學期：影片分析並撰寫分析表與實作
	十六	上學期：實戰體能與模擬對手訓練 下學期：比賽戰術指令之應對	上學期：實戰比賽體能與影片分析及應對策略 下學期：各式比賽情境應對要領與實作
	十七	上學期：全中運選拔賽 專項體能測驗與模擬對手訓練 下學期：分組對抗賽、實戰經驗	上學期：全中運選拔賽 專項體能測驗與應對策略及實作 下學期：戰術模擬實作
	十八	上學期：模擬對手訓練 下學期：分組對抗賽、實戰經驗	上學期：應對策略及實作 下學期：戰術模擬實作
	十九	上學期：分析模擬對練影片 下學期：分析對抗賽影片	學期：檢討模擬中優缺點，做紀錄 下學期：檢討對抗賽優缺點，做紀錄
	二十	上學期：第三次段考 分享個人經驗 下學期：分享個人經驗	上學期：第三次段考 分享個人這學期所學習到的技術與比賽經驗 下學期：分享個人這學期所學習到的技術與比賽經驗
	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作60%、書面報告20%、比賽成績20%，採多元評量方式。		
備註：			

【備 查 版】
【備 查 版】

課程名稱：	中文名稱： 部必-拳擊(三)	
	英文名稱： Specialized subject of PE (Boxing)	
授課年段：		學分總數： 0
課程屬性：	體育班	
議題融入：	性別平等、品德、法治、安全	
師資來源：	外聘(其他)	
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	
	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：	競爭力、品格力	
學習目標：	一、 培養拳擊專項運動之競技體能:能依拳擊專項運動之特性執行個人體能，增進拳擊專項運動之競技體適能。 二、 精進拳擊專項運動之技術:能藉由拳擊專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之拳擊專項運動技術水準。 三、發展拳擊專項運動之戰術運用:能經由拳擊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。 四、提升拳擊專項運動之心理素質:能運用科學之訓練方法，有效發展並提升拳擊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	上學期： 專項規則與訓練法 下學期： 專項規則與戰術應用分配	上學期：規則介紹與專項體能具備要素與結合自己優勢組合 下學期：規則介紹與專項戰術應對要領與分配自己攻擊數
二	上學期：個人動作技術分析與組合拳 下學期：個人動作技術分析重拳	上學期：撰寫個人分析表與自己優勢組合拳 下學期：撰寫個人分析表與自己擅長單顆重拳
三	上學期：專項體能 下學期：專項體能與反應訓練	上學期：基本體能與專項體能 下學期：基本體能與專項體能與組合反應訓練
四	上學期：技術動作修正與敏捷訓練 下學期：近身戰術訓練與腳步運用	上學期：擬定修正動作並實作與敏捷協調要領 下學期：近身攻擊與防守要領及實作並加入腳步移動要領出拳攻擊
五	上學期：步法/反應訓練 下學期：長距離戰術訓練與反擊訓練	上學期：各式步法訓練、反應訓練 下學期：長距離攻擊與防守要領及實作加上反擊實作
六	上學期：專項體能與滑步攻擊訓練 下學期：專項體能與距離控制與反擊時間	上學期：專項體能與利用步伐內側移位改變角度進行攻擊訓練 下學期：專項體能與利用刺拳測量與對手之距離保持最佳攻擊距離
七	上學期：第一次段考 兩邊側面攻擊訓練 下學期：掌控攻防節奏	上學期：第一次段考 利用步伐外側移位改變角度進行攻擊訓練 下學期：利用刺拳步伐游走冷靜應對找時機攻擊與防守
八	上學期：專項體能與近身攻擊練習與左右移動攻擊 下學期：專項體能與繩圈繩角戰術處理運用	上學期：專項體能與近身攻擊要領及左右移動攻擊實作 下學期：專項體能與繩圈繩角戰術處理與反應實作
九	上學期：長距離攻擊與時間差攻擊練習 下學期：進攻型對手應對訓練	上學期：長距離攻擊要領及時間差攻擊實作 下學期：進攻型對手處理要領加上攻擊次數實作
十	上學期：專項體能與近身防禦加反擊練習 下學期：專項體能與防守型對手應對訓練	上學期：專項體能與近身防禦要領及反擊實作 下學期：專項體能與防守型對手處理要領與實作
十一	上學期：實戰體能與長距離防禦練習 下學期：實戰體能與反擊型對手應對訓練	上學期：實戰比賽體能與長距離防禦要領及實作 下學期：實戰比賽體能與反擊型對手處理要領與假動作實作

【備查版】

	十二	上學期：攻擊防守之結合 下學期：纏抱型對手應對訓練	上學期：攻擊及防守之結合要領與實作 下學期：纏抱型對手處理要領加如何馬上攻擊實作
	十三	上學期：總統盃全國拳擊錦標賽 下學期：壓力控管	上學期：總統盃全國拳擊錦標賽 下學期：壓力介紹及處理並實作
	十四	上學期：第二次段考 心智訓練 下學期：分析國內優秀選手技術及應對戰術	上學期：第二次段考 心智訓練介紹與分析 下學期：影片分析並撰寫分析表與實作
	十五	上學期：對手技術分析及應對 下學期：分析各國選手技術及應對戰術	上學期：撰寫對手分析表及影片分析 下學期：影片分析並撰寫分析表與實作
	十六	上學期：模擬對手訓練 下學期：比賽戰術指令之應對	上學期：影片分析及應對策略 下學期：各式比賽情境應對要領與實作
	十七	上學期：全中運選拔賽 專項體能測驗與模擬對手訓練 下學期：專項體能測驗與分組對抗賽、實戰經驗	上學期：全中運選拔賽 專項體能測驗與應對策略及實作 下學期：專項體能測驗與戰術模擬實作
	十八	上學期：模擬對手訓練 下學期：分組對抗賽、實戰經驗	上學期：應對策略及實作 下學期：戰術模擬實作
	十九	上學期：分析模擬對練影片 下學期：分析對抗賽影片	上學期：檢討模擬中優缺點，做紀錄 下學期：檢討對抗賽優缺點，做紀錄
	二十	上學期：第三次段考 分享個人經驗 下學期：分享個人經驗	上學期：第三次段考 分享個人這學期所學習到的技術與比賽經驗 下學期：分享個人這學期所學習到的技術與比賽經驗
	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作60%、書面報告20%、比賽成績20%，採多元評量方式。		
備註：			

【備 查 版】

課程名稱：	中文名稱： 部必-跆拳道(一)	
	英文名稱： Specialized subject of PE (Taekwondo)	
授課年段：		學分總數： 0
課程屬性：	體育班	
議題融入：	性別平等、品德、安全	
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： 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：	專業力、競爭力、品格力	
學習目標：	一、 培養跆拳道專項運動之競技體能:能依跆拳道專項運動之特性執行個人體能，增進跆拳道專項運動之競技體適能。 二、 精進跆拳道專項運動之技術:能藉由跆拳道專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之跆拳道專項運動技術水準。 三、發展跆拳道專項運動之戰術運用:能經由跆拳道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。 四、提升跆拳道專項運動之心理素質:能運用科學之訓練方法，有效發展並提升跆拳道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	上：跆拳道專項訓練概述 下：跆拳道專項傷害防護	上：課程內容介紹 下：進階防護、貼紮
二	上：跆拳道基礎體能檢測 下：跆拳道進階體能檢測	上：耐力、心肺耐力、肌力檢測 下：檢視上學年體能狀況、設定目標突破
三	上：半身協調運用 下：半身協調變化運用	上：正拳攻擊、防禦組合練習 下：配合步伐移動搭配攻擊防禦
四	上：基礎步伐 下：進階步伐訓練	上：移位、進退、閃躲 下：利用繩梯、角錐、進階訓練
五	上：基本踢腳 下：進階踢腳	上：跆拳道基本動作 下：跆拳道進組合動作
六	上：基本動作 下：連續動作	上：基本動作練習 下：連續攻擊訓練
七	上：第一次段考 下：第一次段考	上：國際裁判術語、媒體識讀 下：國際裁判術語、媒體識讀
八	上：基本動作檢測 下：組合動作檢測	上：測驗基本動作 下：測驗組合動作
九	上：落後戰術運用 下：領先戰術運用	上：模擬比賽落後搶分練習 下：模擬比賽領先守分練習
十	上：基礎戰術練習 下：進階戰術練習	上：第一拍反應模擬訓練 下：突襲及假動作訓練
十一	上：對打觀念 下：意象訓練	上：利用約束對練及意象訓練加深觀念 下：心理層面建立及自信心提升
十二	上：賽場體能 下：賽場模擬	上：模擬賽場時間進行訓練 下：模擬賽場情境進行訓練
十三	上：賽前調整 下：賽前調整	上：模擬賽事當日時間調整訓練 下：模擬賽事當日時間調整訓練
十四	上：第二次段考 下：第二次段考	上：分析及檢討賽事優缺點 下：分析及檢討賽事優缺點
十五	上：賽事分析 下：國際賽事分析	上：分析比賽影片 下：分析比賽影片
十六	上：攻擊概念 下：品勢練習	上：訓練以全攻擊模式 下：太極1-8章型場練習

【備查版】

	十七	上：防守概念 下：綜合體能測驗	上：訓練以全防守模式 下：定期檢測體能
	十八	上：校內對抗賽 下：校內模擬賽	上：分組分量級進行模擬比賽 下：分組分量級進行模擬比賽
	十九	上：校內對抗賽 下：校內模擬賽	上：分組分量級進行模擬比賽 下：分組分量級進行模擬比賽
	二十	上：期末考 下：期末考	上：期末考-媒體識讀分析 下：期末考-媒體識讀分析
	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作60%、書面報告20%、比賽成績20%，採多元評量方式。		
備註：			

【備 查 版】

【備 查 版】

課程名稱：	中文名稱： 部必-跆拳道(二)	
	英文名稱： Specialized subject of PE (Taekwondo)	
授課年段：		學分總數： 0
課程屬性：	體育班	
議題融入：	性別平等、品德、法治、科技	
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	
	C社會參與： C3.多元文化與國際理解	
學生圖像：	專業力、競爭力、品格力	
學習目標：	一、 培養跆拳道專項運動之競技體能:能依跆拳道專項運動之特性執行個人體能，增進跆拳道專項運動之競技體適能。 二、 精進跆拳道專項運動之技術:能藉由跆拳道專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之跆拳道專項運動技術水準。 三、發展跆拳道專項運動之戰術運用:能經由跆拳道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。 四、提升跆拳道專項運動之心理素質:能運用科學之訓練方法，有效發展並提升跆拳道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	上：跆拳道專項訓練概述 下：跆拳道專項傷害防護	上：課程內容介紹 下：進階防護、貼紮
二	上：跆拳道基礎體能檢測 下：跆拳道進階體能檢測	上：耐力、心肺耐力、肌力檢測 下：檢視上學年體能狀況、設定目標突破
三	上：半身協調運用 下：半身協調變化運用	上：正拳攻擊、防禦組合練習 下：配合步伐移動搭配攻擊防禦
四	上：基礎步伐 下：進階步伐訓練	上：移位、進退、閃躲 下：利用繩梯、角錐、反應燈號進階訓練
五	上：基本戰術模擬運用 下：進階戰術模擬運用	上：跆拳道基本動作 下：跆拳道進組合動作
六	上：基本戰術模擬運用 下：進階戰術模擬運用	上：1-8章品勢複習 下：高麗-平原複習
七	上：第一次段考 下：第一次段考	上：基本判罰及裁判手勢練習 下：基本判罰及裁判手勢練習
八	上：基本動作檢測 下：組合動作檢測	上：測驗基本動作 下：測驗組合動作
九	上：落後戰術運用 下：領先戰術運用	上：模擬比賽落後搶分練習 下：模擬比賽領先守分練習
十	上：基礎踢擊練習 下：進階踢擊練習	上：速度靶、防禦靶、方形靶做不同踢擊練習 下：增加踢擊難度、拉長持續時間
十一	上：對打觀念 下：品勢觀念	上：利用約束對練及意象訓練加深觀念 下：心理層面建立及自信心提升
十二	上：賽場體能 下：賽場模擬	上：模擬賽場時間進行訓練 下：模擬賽場情境進行訓練
十三	上：賽前調整 下：賽前調整	上：模擬賽事當日時間調整訓練 下：模擬賽事當日時間調整訓練
十四	上：第二次段考 下：第二次段考	上：分析及檢討賽事優缺點 下：分析及檢討賽事優缺點
十五	上：賽事分析 下：國際賽事分析	上：分析比賽影片 下：分析比賽影片
十六	上：攻擊概念 下：品勢手部訓練	上：訓練以全攻擊模式 下：加強手部攻擊及防守位置

【備查版】

	十七	上：防守概念 下：檢測綜合體能	上：訓練以全防守模式 下：定期檢測體能
	十八	上：校內對抗賽 下：校內模擬賽	上：分組分量級進行模擬比賽 下：統一檢測所有品勢
	十九	上：校內團體賽 下：校內積分賽	上：分組進行團體賽 下：分組積分挑戰賽
	二十	上：期末段考 下：期末段考	上：基礎專項語言學習.技術測驗 下：基礎專項語言學習.技術測驗
	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作60%、書面報告20%、比賽成績20%，採多元評量方式。		
備註：			

【備 查 版】

【備 查 版】

課程名稱：	中文名稱： 部必-跆拳道(三)	
	英文名稱： Specialized subject of PE (Taekwondo)	
授課年段：		學分總數： 0
課程屬性：	體育班	
議題融入：	性別平等、品德、法治、科技、安全	
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： 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：	專業力、競爭力、品格力	
學習目標：	一、 培養跆拳道專項運動之競技體能:能依跆拳道專項運動之特性執行個人體能，增進跆拳道專項運動之競技體適能。 二、 精進跆拳道專項運動之技術:能藉由跆拳道專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之跆拳道專項運動技術水準。 三、發展跆拳道專項運動之戰術運用:能經由跆拳道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。 四、提升跆拳道專項運動之心理素質:能運用科學之訓練方法，有效發展並提升跆拳道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	上：跆拳道基礎體能檢測 下：跆拳道進階體能檢測	上：耐力、心肺耐力、肌力檢測 下：檢視上學年體能狀況、設定目標突破
二	上：跆拳道柔軟度檢測 下：重量訓練	上：柔軟度檢測 下：檢視上學年重訓、設定目標突破
三	上：半身協調運用 下：半身協調變化運用	上：正拳攻擊、防禦組合練習 下：配合步伐移動搭配攻擊防禦
四	上：進階對戰步伐 下：進階步伐訓練	上：近身拉出距離後攻擊模式 下：二退一進組合步法與反擊
五	上：實戰模擬 下：實戰模擬	上：模擬目標對手攻防演練 下：模擬優秀選手技術演練
六	上：30秒上端訓練 下：搶分訓練	上：連續上端攻擊12組 下：最後30秒搶分踢擊
七	上：第一次段考 下：第一次段考	上：基礎教練英文對話 下：教練＆裁判英文對話
八	上：前腳對戰 下：後腳對戰訓練	上：滑步側踩變化練習 下：後腳旋踢變化練習
九	上：重量訓練 下：重量訓練	上：腳部肌力 下：重訓循環
十	上：賽場體能 下：實戰模擬	上:30秒8組踢擊動作 下:對手側踩處理動作
十一	上：落後戰術運用 下：領先戰術運用	上：模擬比賽落後搶分練習 下：模擬比賽領先守分練習
十二	上：對打觀念 下：意象訓練	上：利用約束對練及意象訓練加深觀念 下：心理層面建立及自信心提升
十三	上：賽場體能 下：賽場模擬	上：模擬賽場時間進行訓練 下：模擬賽場情境進行訓練
十四	上：第二次段考 下：第二次段考	：進階英文對話 下：大獎賽判罰剖析
十五	上：賽後檢討 下：賽後檢討	上：分析及檢討賽事優缺點 下：分析及檢討賽事優缺點
十六	上：賽事分析 下：國際賽事分析	上：分析比賽影片 下：分析比賽影片

【備查版】

	十七	上：重量訓練 下：重量訓練	上：30秒6項動作循環 下：30秒8項動作循環
	十八	上：防守概念 下：綜合體能檢測	上：訓練以全防守模式 下：檢測學期體能
	十九	上：校內對抗賽 下：校內模擬賽	上：分組分量級進行模擬比賽 下：分組分量級進行模擬比賽
	二十	上：期末考 下：期末考	上：國外賽事模擬 下：國外全英文賽事模擬
	二十一		
	二十二		
學習評量：	技術實作60%、書面報告20%、比賽成績20%，採多元評量方式。		
備註：			

【備 查 版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項戰術運用(武術)	
	英文名稱： Applications of specialized tactics (Martical Art)	
授課年段：	三上、三下	學分總數： 4
課程屬性：	體育班	
議題融入：	安全	
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： 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、C3.多元文化與國際理解	
學生圖像：	專業力、品格力	
學習目標：	上學期： 1.能瞭解戰術及規則運用在實際比賽中。 2.能學會動作技術分析能力並做到自我技術改進。 3.能學會比賽影片動作分析能力。 4.能在比賽中運用戰術時機能力 5.能瞭解訓練過程會發生的危險需注意安全以及維護訓練環境安全性。 下學期： 1.能記錄分析比賽影片戰術的能力 2.能學會因應比賽情境戰術執行能力。 3.能運用自我技術搭配戰術運用改進技術的能力。 4.提升技戰術結合心智訓練增進專項技術表現。 5.能瞭解訓練過程會發生的危險需注意安全以及維護訓練環境安全性。	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	上學期:專項規則講解 下學期:專項基本功與肌力	上學期:規則介紹及技術運用 下學期:要求拳、腿攻擊質量與速度
二	上學期:自我技術動作分析 下學期:專項技術與專項體能	上學期:影片分析、技術分析表應用 下學期:拳腿連結與負重操作
三	上學期:優秀選手技術分析 下學期:腳步運用與接腿法	上學期:分析影片與戰術策略運用時機 下學期:接腿腳步位移及時機
四	上學期:技術分析與戰術運用 下學期:拳摔進攻	上學期:練習戰術技術表擬定 下學期:主動拳連結摔法進攻訓練
五	上學期:拳法技術分析 下學期:拳腿摔接技術分析	上學期:拳法技術運用與戰術變化 下學期:綜合技術配合戰術運用
六	上學期:腿法技術分析 下學期:掃勾腿摔法分析	上學期:拳腿結合戰術運用與實作 下學期:綜合技術配合戰術運用
七	上學期:期中考調整 下學期:期中考調整	上學期:訓練日誌檢視與目標設定 下學期:心智訓練放鬆練習
八	上學期:摔法技術分析 下學期:夾頸摔戰術運用	上學期:主動抱摔與戰術實作 下學期:夾頸摔戰術運用與實作
九	上學期:拳腿連接摔法運用 下學期:拳法近身夾頸摔運用	上學期:組合戰術運用與實作 下學期:拳法時間差夾頸摔實作
十	上學期:抱腿摔法分析與運用 下學期:拳腿摔約束模擬變化	上學期:攻擊時間差抱腿法實作。 下學期:模擬各式拳腿應用與摔法結合
十一	上學期:被動抗摔分析 下學期:主要對手戰術擬定	上學期:身體重心與對抗實作 下學期:模擬對手戰術與因應策略練習
十二	上學期:國際賽趨勢與戰術運用 下學期:被動戰術擬定與變化	上學期:模仿練習與實作 下學期:被動打法模擬應對策略及實作
十三	上學期:被動時間差戰術與變化 下學期:主動戰術擬定與變化	上學期:被動時機差反擊實作 下學期:主動打法模擬應對策略及實作
十四	上學期:期中考調整 下學期:國際選手影片分析	上學期:全國運動會比賽影片分析與紀錄 下學期:世界散打錦標賽影片分析與紀錄
十五	上學期:強勢摔法戰術運用 下學期:心智訓練	上學期:設定摔法優勢模擬技術實作 下學期:壓力與放鬆訓練

	十六	上學期:主要對手戰術擬定 下學期:期末考調整	上學期:模擬對手戰術與實作 下學期:比賽心得與戰術回饋
	十七	上學期:欺敵下潛摔戰術運用	上學期:假動作重心轉移摔法實作
	十八	上學期:綜合戰術運用與轉化	上學期:各戰術技術回饋與展現
	十九	上學期:心智訓練	上學期:意象訓練感官練習
	二十	上學期:期末考調整	訓練日誌回饋與比賽心得分享
	二十一		
	二十二		
學習評量：	採多元評量方式，著重個人技術分析能力及實戰應對能力。		
備註：			

【備 查 版】

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項戰術運用(射箭)	
	英文名稱： Applications of specialized tactics (archery)	
授課年段：	三上、三下	學分總數： 4
課程屬性：	體育班	
議題融入：	安全	
師資來源：	外聘(其他)	
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： 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：	專業力、品格力	
學習目標：	上學期: 1.瞭解訓練過程會發生的危險需注意安全以及維護訓練環境安全性。 2.能學會動作技術分析能力。 3.能做到動作技術改進能力。 4.提升體能及射箭心理技能 。 下學期： 1.瞭解訓練過程會發生的危險需注意安全以及維護訓練環境安全性。 2.能學會比賽分數落後及領先之應對戰術。 3.能學會比賽情境應對戰術。 4.分析國內外選手專項技術能力 。	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	上學期:專項規則與訓練 下學期:專項規則與各國訓練差異分析	上學期:訓練安全講解及規劃講解排定、專項體能訓練 下學期:訓練安全講解及比較分析各國訓練法
二	上學期:射箭技術訓練 下學期:專項後背肌力量訓練	上學期:前手撐弓力量穩定、50公尺射箭訓練及基本動作調整 下學期:三七引弓訓練、背肌力量訓練、距離練習
三	上學期:射箭固定點訓練 下學期:專項前肩力量訓練	上學期:動作調整拉弓手按卡穩定、弦線緊貼鼻尖、50公尺模擬測驗。 下學期:倒弓訓練、前手單手支撐訓練、距離練習
四	上學期:放箭技術訓練 下學期:專項肌耐力訓練	上學期:放箭方向準確、橡皮帶放手訓練 下學期:體能訓練、每日箭量達200支、拉弓訓練
五	上學期:過箭技術訓練 下學期:專項有氧訓練	上學期:過箭片訓練、伸展方向、力量練習 下學期: 3000m耐力跑、間歇跑、
六	上學期:射箭節奏訓練 下學期:專項核心訓練	上學期:15秒內射完一支箭、快速過箭練習 下學期:棒式、撐弓一分鐘、專項肌群核心練習
七	上學期:射箭快放訓練 下學期:專項伸展協調訓練	上學期:快速放箭訓練、前手直線方向調整 下學期:過箭協調訓練、後手放箭方向調整
八	上學期:射箭重心訓練 下學期:排名賽重點	上學期: 十字重心加強、雙腳與肩平行姿勢調整訓練、 下學期: 壓力放鬆法、自我節奏模擬、模擬比賽訓練
九	上學期:射箭平衡訓練 下學期:個人對抗賽重點	上學期:前後手力量一致、身體晃動減少、平衡訓練 下學期:持續施壓給對手、個人對抗模擬、模擬70公尺距離訓練
十	上學期:射箭餘姿訓練 下學期: 團體對抗賽重點	上學期:調整放手位置、倒弓方向加強、放箭餘姿練習 下學期: 團體棒次排定、混雙、團體對抗賽模擬訓練
十一	上學期:射箭瞄準訓練 下學期:射箭距離訓練	上學期:專心在右眼瞄準、弦影對好、動作流暢模擬訓練

			下學期:30、50公尺技術訓練、跑步拔箭
	十二	上學期:射箭影片分析瞄準訓練 下學期:專項抗壓訓練	上學期:風向判斷、瞄點練習、影片動作修正 下學期:衝刺、間歇運動、訂出目標分數並達成、模擬對抗訓練
	十三	上學期:射箭心理訓練 下學期:分析國內優秀選手技術及應對戰術	上學期:橡皮帶意象訓練、靜坐、呼吸訓練 下學期:影片分析撰寫分析表與實作
	十四	上學期:測驗練習 下學期:個人對抗賽訓練	上學期:70公尺雙局測驗 下學期:個人對抗15支箭測驗、長距離訓練
	十五	上學期:射箭弓器材保養 下學期:器材講解	上學期:器材螺絲上油、更換指套皮、 下學期:器材講解及器材調整、做弦、放箭板機調整
	十六	上學期:射箭箭材保養 下學期:射箭科學訓練	上學期:更換箭尾、羽片、D環、 下學期:影像回饋系統分析與介紹
	十七	上學期:重量訓練	上學期:上肢肌群重量訓練
	十八	上學期:核心訓練	上學期:核心肌群負重訓練
	十九	上學期:比賽模擬	上學期:校內排名賽測驗，核心訓練
	二十	上學期:綜合分享	上學期: 綜合訓練與比賽心得分享、空靶訓練、各距離練習
	二十一		
	二十二		
學習評量：	採多元評量方式，著重個人動作分析能力及技術應用能力。		
備註：			

【備 查 版】

課程名稱：	中文名稱： 專項戰術運用(拳擊)	
	英文名稱： Applications of specialized tactics (Boxing)	
授課年段：	三上、三下	學分總數： 4
課程屬性：	體育班	
議題融入：	安全	
師資來源：	外聘(其他)	
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： 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：	專業力、品格力	
學習目標：	上學期: 1.技術動作分析能力。 2.技術動作與戰術結合。 3.瞭解戰術應用與應用時機。 4.專項體能。 下學期: 1.長距離與近身攻擊訓練及戰術要領。 2.與對手的距離控制與攻防節奏的掌握。 3.進攻型對手及防守型對手應對戰術。 4.專項體能。	

教學大綱：	週次/序	單元/主題	內容綱要
	一	上學期：專項規則與訓練法 下學期：專項規則與戰術應用	上學期：規則介紹與專項體能具備要素、體能訓練、基本動作、填寫訓練日誌。 下學期：規則介紹與專項戰術應對要領、體能訓練、基本動作結合、填寫訓練日誌。
	二	上學期：個人動作技術分析 下學期：個人動作技術分析	上學期：撰寫個人分析表、體能訓練、基本動作結合、填寫訓練日誌。 下學期：撰寫個人分析表、體能協調訓練、基本動作組合、填寫訓練日誌。
	三	上學期：技術動作修正 下學期：出拳技術動作修正	上學期：專項體能 下學期：技術動作修正 上學期：基本體能與專項體能、腳步訓練、拳腳配合、心理輔導、填寫訓練日誌。 下學期：擬定修正動作並實作、體能訓練、主動技術、填寫訓練日誌。
	四	上學期：技術動作修正與加強 下學期：近身戰術訓練	上學期：擬定修正動作並實作、腳步訓練、拳腳配合、心理輔導、填寫訓練日誌。 下學期：近身攻擊與防守要領及實作、近身左右移動、影片欣賞、填寫訓練日誌。
	五	上學期：步法訓練 下學期：長距離戰術訓練	上學期：體能訓練、各式步法訓練、前後左右變化加跟拳、填寫訓練日誌。 下學期：長距離攻擊與防守要領及實作、兩人一組距離控制、心理輔導、影片欣賞。
	六	上學期：滑步攻擊訓練 下學期：距離控制	上學期：利用步伐內側移位改變角度進行攻擊訓練、基本體能訓練、填寫訓練日誌。 下學期：利用刺拳測量與對手之距離保持最佳攻擊距離、兩人一組模擬對戰、影片欣賞、填寫訓練日誌。
	七	上學期：兩邊側面攻擊訓練 下學期：掌控攻防節奏	上學期：利用步伐外側移位改變角度進行攻擊訓練、體能訓練、影片欣賞、填寫訓練日誌。 下學期：利用刺拳步伐游走冷靜應對找時機攻擊與防守、影片欣賞、填寫訓練日誌。
	八	上學期：基本體能與近身攻擊練習 下學期：繩圈繩角戰術處理運用	上學期：基本體能與近身攻擊要領及實作近身左右移動、影片欣賞、填寫訓練日誌。

【備查版】

			下學期：繩圈繩角戰術處理與實作、體能訓練、壓迫訓練、心理輔導。
	九	上學期：長距離攻擊練習 下學期：進攻型對手應對訓練	上學期：長距離攻擊要領及實作、亞破訓練、長距離控制、影片欣賞、填寫訓練日誌。 下學期：進攻型對手處理要領與實作、左右兩邊訓練、手靶訓練、影片欣賞、填寫訓練日誌。
	十	上學期：近身防禦練習 下學期：防守型對手應對訓練	上學期：近身防禦要領及實作、一個攻擊一個擋、條件訓練、心理輔導。 下學期：防守型對手處理要領與實作、基本體能訓練、反應訓練、影片欣賞、填寫訓練日誌。
	十一	上學期：專項體能與長距離防禦練習 下學期：反擊型對手應對訓練	上學期：專項體能與長距離防禦要領及實作、影片欣賞、檢討缺點、填寫訓練日誌。 下學期：反擊型對手處理要領與實作、影片欣賞、檢討缺點、填寫訓練日誌。
	十二	上學期：攻擊防守之結合 下學期：纏抱型對手應對訓練	上學期：攻擊及防守之結合要領與實作、體能訓練、影片欣賞、填寫訓練日誌。 下學期：纏抱型對手處理要領與實作、分組模擬、協調訓練、影片欣賞、填寫訓練日誌。
	十三	上學期：總統盃全國拳擊錦標賽 下學期：壓力控管	上學期：攻擊及防守之結合要領與實作、體能訓練、影片欣賞、填寫訓練日誌。 下學期：纏抱型對手處理要領與實作、分組模擬、協調訓練、影片欣賞、填寫訓練日誌。
	十四	上學期：心智訓練、第二次段考 下學期：分析國內優秀選手技術及應對戰術	上學期：心智訓練介紹與分析、心得分享。 下學期：影片分析並撰寫分析表與實作、填寫訓練日誌。
	十五	上學期：對手技術分析及應對 下學期：分析各國選手技術及應對戰術	上學期：撰寫對手分析表及影片分析、填寫訓練日誌。 下學期：影片分析並撰寫分析表與實作、填寫訓練日誌。
	十六	上學期：實戰體能與模擬對手訓練 下學期：比賽戰術指令之應對	上學期：實戰比賽體能與影片分析及應對策略、四人一組輪流對戰、分組訓練、填寫訓練日誌。 下學期：各式比賽情境應對要領與實作、體能訓練、兩人一組條件、心理輔導、填寫訓練日誌。
	十七	上學期：專項體能測驗與模擬對手訓練	上學期：專項體能測驗與應對策略及實作、基本動作、協挑訓練、影片欣賞、填寫訓練日誌。
	十八	上學期：模擬對手訓練	上學期：應對策略及實作、基本體能、影片欣賞、填寫訓練日誌。
	十九	上學期：模擬對手訓練	上學期：模擬對手訓練、心理輔導、影片欣賞、填寫訓練日誌。
	二十	上學期：影片分析討論	上學期：模擬對手訓練、實戰、分組訓練、影片欣賞、填寫訓練日誌。
	二十一		
	二十二		
學習評量：	採多元評量方式，著重個人動作分析能力及技術應用能力。		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 專項戰術運用(跆拳道)	
	英文名稱： Applications of specialized tactics (Taekwondo)	
授課年段：	三上、三下	學分總數： 4
課程屬性：	體育班	
議題融入：	安全	
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： 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：	專業力、品格力	
學習目標：	上學期 一、 能說出跆拳道規則，並做出跆拳道正確基本動作 二、 理解各種型態的戰術， 並應用於跆拳道競賽中 三、 規劃並實踐訓練或比賽後的綜合評估，調整攻擊與防衛或套路組合的高技巧應用技術，提升參賽運動成績，並培養相關科技及資訊的基本素養 四、能瞭解訓練過程會發生的危險需注意安全以及維護訓練環境安全性。 下學期 一、 能說出跆拳道規則，並做出跆拳道技戰術動作 二、 應用出各型台的技戰術，並在實戰場上得分。 三、 分析國內外選手的特性及打法，規畫出對應的訓練內容，調整攻擊與防衛或套路組合的高技巧應用技術，提升參賽運動成績，並培養相關科技及資訊的基本素養。 四、能瞭解訓練過程會發生的危險需注意安全以及維護訓練環境安全性。	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	上：跆拳道基礎體能檢測 下：跆拳道進階體能檢測	上：耐力、心肺耐力、肌力檢測、柔軟度測驗、訓練日誌 下：檢視上學年體能狀況、耐力、心肺耐力、肌力檢測、柔軟度測驗、訓練日誌
二	上：跆拳道技術訓練 下：重量訓練	上：跆拳道規則講解、跆拳道基本動作訓練、步伐訓練、訓練日誌 下：跆拳道基本動作訓練、步伐訓練、體能訓練、訓練日誌
三	上：半身協調運用 下：半身協調變化運用	上：正拳攻擊、防禦組合練習 、敏捷速度訓練、訓練日誌 下：正拳攻擊、防禦組合練習 、敏捷速度訓練、配合步伐移動搭配攻擊防禦、訓練日誌
四	上：進階對戰步伐 下：進階步伐訓練	上：比賽中移位、進退、閃躲訓練、步伐搭配踢擊得分訓練、訓練日誌 下：比賽中移位、進退、閃躲訓練、步伐搭配踢擊得分訓練、比賽中正拳時間差訓練、訓練日誌
五	上：實戰模擬 下：實戰模擬	上：校內對抗賽、影片分析、優缺點分析、訓練日誌 下：校內對抗賽、校外友誼賽、影片分析、優缺點分析、訓練日誌
六	上：跆拳道戰術模式訓練 下：跆拳道戰術模式訓練	上：30秒搶分訓練、30秒守分訓練、訓練日誌 下：20秒搶分訓練、20秒守分訓練、訓練日誌
七	上：影片分析 下：影片分析	上：影片分析、優缺點分析、訓練日誌(段考調整) 下：影片分析、優缺點分析、訓練日誌(段考調整)
八	上：重量訓練 下：重量訓練	上：腳部肌力、手部肌力、肌耐力訓練、敏捷訓練、訓練日誌 下：重訓循環、腳部肌力、手部肌力、肌耐力訓練、敏捷訓練、訓練日誌

【備查版】

	九	上：賽場體能 下：實戰模擬	上:30秒8組踢擊動作、無氧踢擊訓練、訓練日誌 下:對手側踩處理動作、30秒8組踢擊動作、無氧踢擊訓練、訓練日誌
	十	上：落後戰術運用 下：領先戰術運用	上：模擬比賽落後搶分練習、角落戰術搶分練習、30秒8組踢擊動作、無氧踢擊訓練、訓練日誌 下：模擬比賽領先守分練習、角落戰術守分練習、30秒8組踢擊動作、無氧踢擊訓練、訓練日誌
	十一	上：綜合戰術模擬 下：綜合戰術模擬	上：利用約束對練及意象訓練加深觀念、模擬比賽落後搶分練習、角落戰術搶分練習、30秒8組踢擊動作、無氧踢擊訓練、訓練日誌 下：心理層面建立及自信心提升、模擬比賽落後搶分練習、角落戰術搶分練習、30秒8組踢擊動作、無氧踢擊訓練、訓練日誌
	十二	上：賽場體能 下：賽場模擬	上：模擬賽場時間進行訓練、15秒10組比賽模擬踢擊動作、訓練日誌 下：模擬賽場情境進行訓練、模擬賽場時間進行訓練、15秒10組比賽模擬踢擊動作、訓練日誌
	十三	上：賽前調整 下：賽前調整	上：模擬賽事當日時間調整訓練、模擬比賽熱身模式、校內對抗賽、賽後補充及分析、訓練日誌 下：模擬賽事當日時間調整訓練、模擬比賽熱身模式、校內對抗賽、賽後補充及分析、訓練日誌
	十四	上：綜合戰術模擬 下：綜合戰術模擬	上：利用約束對練及意象訓練加深觀念、模擬比賽落後搶分練習、角落戰術搶分練習、30秒8組踢擊動作、無氧踢擊訓練、訓練日誌 下：心理層面建立及自信心提升、模擬比賽落後搶分練習、角落戰術搶分練習、30秒8組踢擊動作、無氧踢擊訓練、訓練日誌
	十五	上：賽事分析 下：國際賽事分析	上：影片分析、優缺點分析、訓練日誌(段考調整) 下：影片分析、優缺點分析、訓練日誌(段考調整)
	十六	上：重量訓練 下：重量訓練	上：腳部肌力、手部肌力、肌耐力訓練、敏捷訓練、訓練日誌 下：重訓循環、腳部肌力、手部肌力、肌耐力訓練、敏捷訓練、訓練日誌
	十七	上：防守概念	上：比賽中移位、進退、閃躲訓練、步伐搭配踢擊得分訓練、訓練日誌
	十八	上：校內對抗賽	上：分組分量級進行模擬比賽、模擬比賽熱身模式、校內對抗賽、賽後補充及分析、訓練日誌
	十九	上：核心訓練	上學期:綜合重量訓練、核心訓練、訓練日誌
	二十	上：綜合分享	上學期: 綜合訓練與比賽心得分享、優缺點分析、訓練日誌
	二十一		
	二十二		
學習評量：	採多元評量方式，著重個人動作分析能力及技術應用能力。		
備註：			

【備查版】

課程名稱：	中文名稱： 運動學概論	
	英文名稱：	
授課年段：	三上、三下	學分總數： 2
課程屬性：	體育班	
議題融入：	安全	
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、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、C2.人際關係與團隊合作、C3.多元文化與國際理解	
學生圖像：	專業力、品格力	
學習目標：	1.能說出運動學相關理論基礎 2.能培養運動學知能素養 3.能統整運動學相關知識運用於實際訓練中	

教學大綱：

週次/序	單元/主題	內容綱要
一	高三上:課程簡介 高三下:課程簡介	高三上:上課大綱、評分方式說明 高三下:上課大綱、評分方式說明、分組
二	高三上:運動的發展歷程 1 高三下:運動的社會議題 1	高三上:運動的起源與發展歷程 高三下:運動與性別、女性運動權益
三	高三上:運動的發展歷程 2 高三下:運動的社會議題 2	高三上:身體素養的概念、我的身體素養旅程圖 高三下:當前運動社會議題、運動的社會現象
四	高三上:運動的發展歷程 3 高三下:運動的社會議題 3	高三上:身體素養與競技運動的關係與價值 高三下:運動多元文化的認識、運動力與美鑑賞
五	高三上:運動防護 1 高三下:運動的社會議題 4	高三上:運動防護的概念、常見的運動傷害 高三下:運動與禁藥
六	高三上:運動防護 2 高三下:運動的倫理素養 1	高三上:急性與慢性運動傷害及處理 高三下:運動情境中的倫理價值與實踐
七	高三上:運動防護 3 高三下:運動的倫理素養 2	高三上:熱環境運動傷害、其他運動傷害及處理 高三下:奧林匹克精神的意義
八	高三上:運動的心理機制 1 高三下:運動的倫理素養 3	高三上:運動的動機、自我效能與運動表現 高三下:運動比賽爭議的現象、解決途徑及避免
九	高三上:運動的心理機制 2 高三下:運動的力學概念 1	高三上:焦慮和運動表現、運動情境中的壓力 高三下:運動的力學概念簡介
十	高三上:運動的心理機制 3 高三下:運動的力學概念 2	高三上:目標設定訓練、心理技巧訓練 高三下:運動科技輔助器材
十一	高三上:期中報告 高三下:期中測驗	高三上:期中報告 高三下:期中測驗
十二	高三上:影片欣賞 高三下:運動的訓練概念 1	高三上:運動心理相關影片欣賞及討論 高三下:體能、技術及戰術訓練的類型
十三	高三上:運動的生理機轉 1 高三下:運動的訓練概念 2	高三上:生物能量轉換的概念 高三下:運動訓練的變相
十四	高三上:運動的生理機轉 2 高三下:運動的訓練概念 3	高三上:心肺系統與有氧性運動 高三下:運動訓練週期性、運動訓練計畫的重要性
十五	高三上:運動的生理機轉 3 高三下:運動的訓練概念 4	高三上:神經系統與身體活動 高三下:設計運動訓練計畫
十六	高三上:運動的生理機轉 4 高三下:運動的訓練概念 5	高三上:運動營養與運動的表現 高三下:設計運動訓練計畫並分享與修正
十七	高三上:運動的生理機轉 5 高三下:專題報告 1	高三上:神經系統與身體活動 高三下:專題報告 1
十八	高三上:運動的生理機轉 6 高三下:專題報告 2	高三上:骨骼肌構造與功能 高三下:專題報告 2

【備查版】

	十九	高三上:期末複習 高三下:期末複習	高三上:重點複習與問題討論 高三下:重點複習與問題討論
	二十	高三上:期末考 高三下:期末考	高三上:期末筆試測驗 高三下:期末筆試測驗
	二十一		
	二十二		
學習評量：	單元作業、紙筆測驗、分組報告、專題報告		
備註：			

【備 查 版】

【備 查 版】

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
社團活動時數	16	16	16	16	16	8
班級活動時數	20	20	20	20	20	16
週會或講座時數	24	24	24	24	24	8

【備　查　版】

【備　查　版】

拾、彈性學習時間實施規劃

一、學生自主學習實施規範

063407_市立沙鹿高工自主學習實施規範(PDF格式)

臺中市立沙鹿工業高級中等學校彈性學習時間實施規定

112年11月17日第1次課程發展委員會通過

113學年度入學新生適用且依該學制學年課程計劃書規定實施

一、 依據

(一)教育部中華民國110年3月15日臺教授國部字第1100016363B號令，「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111年5月04日臺教授國部字第1110042485A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

臺中市立沙鹿工業高級中等學校(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)本校彈性學習時間以一、二年級每週 1 節，三年級每週 0~2 節為原則。

(二)本校彈性學習時間採每班每學期分 3 階段進行,課程之編排以該學期週數 1/3 之倍數為原則。

(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。

(五)採全學期授課規劃者，應於授課之前一學期完成課程規劃，並由學生自由選讀，該選讀機制比照本校校訂選修科目之選修機制；另授予學分之充實(增廣)、補強性教學課程，其課程開設應完成課程計畫書所定課程教學計畫，並經課程發展委員會討論通過列入課程計畫書，或經課程計畫書變更申請通過後，始得實施。

四、 本校彈性學習時間之實施內容

【備查版】

(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，並以2階段以上課程為原則，如指導教師認其未能符合自主學習精神時得於下階段課程開始前向教務處提出轉介申請，並由教務處協助課程之轉換。

(二)選手培訓：由教師就代表學校參加縣市級以上競賽之選手，規劃與競賽相關之培訓內容，實施培訓指導；並於競賽辦理前申請，其培訓期程以1階段課程為原則，申請表件如附件1-1；必要時，得由指導教師經主責該項競賽之校內主管單位同意後，向教務處申請再增加1階段，申請表件如附件1-2。實施選手培訓之指導教師應填寫指導紀錄表如附件1-3。

(三)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。

(四)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，於該班每階段課程開始前3週，向教務處提出開設申請及參與學生名單，時間以1階段課程為原則，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)學校特色活動：由學校辦理例行性、獨創性活動或服務學習，其活動名稱、辦理方式、時間期程、預期效益及其他相關規定，應納入學校課程計畫；另得由教師就實踐本校學生圖像所需之內涵，開設相關活動（主題）組合之特色活動，其相關申請表件如附件3。

前項各款實施內容，除選手培訓外，其規劃修讀學生人數應達20人以上，未達20人須簽請教務處同意後辦理；另除學校運動代表隊培訓外，選手培訓得與學生自主學習合併實施。

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(至多6人)提出申請，經教務處彙整後，

【備查版】
【備查版】

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、40人以下為原則。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)選手培訓：採教師指定制；教師在獲悉學生代表學校參賽始（得由教師檢附報名資料、校內簽呈或其他證明文件），由教師填妥附件1-1資料向教務處申請核准後實施；參與選手培訓之學生，於原彈性學習時間之時段，則由學務處登記為公假。選手培訓所參加之競賽，以縣市政府各局處以上層級單位(含勞動部等)辦理之競賽為限。

(三)充實（增廣）教學：採學生選讀制。

(四)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。

(五)學校特色活動：採學生選讀制。

(六)第（三）（四）（五）類彈性學習時間方式，其選讀併同本校校訂選修科目之選修一同實施。

【備查版】
【備查版】

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，採計為學生畢業總學分。

(二)彈性學習時間之成績，不列入學期學業總平均成績、學年學業總平均成績計算，亦不計算彈性學習時間學年學業成績。

(三)學生修讀本校課程計畫訂定得授與學分之彈性學習時間課程，並符合以下要件者，其彈性學習時間得授予學分：

1. 修讀全學期授課之充實（增廣）教學或補強性教學課程。

2. 修讀期間缺課節數未超過該教學課程全學期教學總節數三分之一。

3. 修讀後，經任課教師評量後，學生學習成果達及格基準。

(四)彈性學習時間未取得學分之教學課程不得申請重修。

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. 個別教師擔任充實（增廣）教學與補強性教學課程全學期授課或依授課比例滿足全學期授課者，得計列為其每週教學節數。

2. 二位以上教師依序擔任全學期充實（增廣）教學之部分課程授課者，各該教師授課比例滿足全學期授課時，得分別計列教學節數；授課比例未滿足全學期授課時，依其實際授課節數核發教師授課鐘點費。

3. 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。

【備　查　版】

【備　查　版】

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		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	18	0	0	0	
短期性授課	充實/增廣	App Inventor應用	0	0	0	0	0	0	1	1	12	1	1	12	0	0	0	0	0	0	
	充實/增廣	Arduinouno開發版應用實務	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	1	1	6	0	0	0	
	充實/增廣	一般間歇訓練	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12	0	0	0	
	充實/增廣	土壤與環境影響	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	
	充實/增廣	化學好好玩	0	0	0	0	0	0	1	1	12	1	1	12	0	0	0	0	0	0	
	充實/增廣	化學與美感有約	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	
	充實/增廣	太極拳	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	6	
	充實/增廣	文化資產	0	0	0	0	0	0	1	1	12	1	1	12	1	1	12	1	1	12	
	充實/增廣	文創行銷	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	1	1	6	0	0	0	
	充實/增廣	比一比誰最快	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	6	
	充實/增廣	功能性訓練	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	充實/增廣	本體感覺與核心功能體驗	0	0	0	1	1	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	充實/增廣	民族服飾	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12	
	充實/增廣	生活中的科學	0	0	0	0	0	0	1	1	12	1	1	12	0	0	0	0	0	0	
	充實/增廣	生活氣象	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	1	1	6	1	1	6	
	充實/增廣	全彩炫光LED	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12	1	1	12	
	充實/增廣	匠心獨運-3D列印與雷射雕切創意設計	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	
	充實/增廣	多媒體英文	0	0	0	0	0	0	1	1	12	1	1	12	1	1	12	1	1	12	
	充實/增廣	多媒體數學	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	1	1	6	1	1	6	
	充實/增廣	肌力與體能訓練	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12	0	0	0	0	0	0	
	充實/增廣	自由重量訓練	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	
	充實/增廣	舌尖上的化學變化	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	0	0	0	0	0	0	
	充實/增廣	行動APP設計入門	0	0	0	0	0	0	1	1	12	1	1	12	0	0	0	0	0	0	
	充實/增廣	行動裝置	0	0	0	0	0	0	1	1	12	1	1	12	0	0	0	0	0	0	
	充實/增廣	伸展與動態熱身	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	0	0	0	
	充實/增廣	快樂無人機操控	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	

【備查版】

充實/增廣	協調敏捷訓練	1	1	12	1	1	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	卓有成效統計術-Excel試算表	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	
充實/增廣	服飾織品	0	0	0	0	0	0	1	1	12	1	1	12	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	武術基本功	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	初階防身術應用	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	表達力	0	0	0	0	0	0	1	1	12	1	1	12	1	1	12	1	1	12	
充實/增廣	思辨力	0	0	0	0	0	0	1	1	12	1	1	12	1	1	12	1	1	12	
充實/增廣	柔軟度與平衡	1	1	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	毒物化學	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12	1	1	12	
充實/增廣	流行服飾	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12	
充實/增廣	活動設計與規劃	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	1	1	6	
充實/增廣	科技新發現	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	1	1	6	
充實/增廣	套路功力訓練	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	12	
充實/增廣	時尚服飾	0	0	0	0	0	0	1	1	12	1	1	12	1	1	12	1	1	12	
充實/增廣	紙的藝術	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	紙的藝術與美感	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	能工巧匠-雷射雕刻與切割創意設計	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	高強度間歇訓練	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	12	
充實/增廣	紓壓小時光	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12	0	0	0	
充實/增廣	動手做-手工具應用	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12	1	1	12	
充實/增廣	基本拳術	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	
充實/增廣	基本傷害處置	0	0	0	1	1	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	基礎肌力	1	1	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	基礎運動急救	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	基礎摔法	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	
充實/增廣	專業技能與生活應用	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	1	1	6	
充實/增廣	專業英文	0	0	0	0	0	0	1	1	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	探究元宇宙	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	1	1	6	
充實/增廣	敘事力	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	1	1	6	1	1	6	
充實/增廣	球類運動規則實例	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	1	1	6	

【備查版】

充實/增廣	理財專家	0	0	0	0	0	0	1	1	12	1	1	12	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	現代科技之3D列印原理與實例	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12	1	1	12	
充實/增廣	產品如何成型	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	產品成型的奧秘	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	第二外語	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	1	1	6	1	1	6	
充實/增廣	報表編製與應用	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12	1	1	12	
充實/增廣	無人機操控入門	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	
充實/增廣	週期化訓練概論	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	
充實/增廣	腦筋急轉彎							1	1	6	1	1	6	1	1	6	1	1	6	
充實/增廣	運動按摩(下半身)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	運動按摩(上半身)	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	運動貼紮(下肢)	0	0	0	1	1	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	運動貼紮(上肢)	1	1	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	運動傷害輔助器材應用	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	電腦硬體修護	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	電影音樂	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	1	1	6	1	1	6	
充實/增廣	實用APP	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12	1	1	12	
充實/增廣	實用程式設計	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12	0	0	0	
充實/增廣	滾筒放鬆恢復	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	6	
充實/增廣	綜合防身術應用	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	
充實/增廣	綜合摔法	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12	0	0	0	
充實/增廣	網頁製作	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12	
充實/增廣	認識運動傷害	1	1	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	增強式訓練	0	0	0	1	1	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	影視史學與近代東亞文化史	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	1	1	6	1	1	6	
充實/增廣	數字遊戲	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	1	1	6	1	1	6	
充實/增廣	數值控制的藝術	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12	0	0	0	
充實/增廣	數值控制應用實例	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	
充實/增廣	膠體及介面化學入門	0	0	0	0	0	0	1	1	12	1	1	12	0	0	0	0	0	0	
充實/增廣	論文報告有把Word	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	0	0	0	0	0	0	

【備查版】

	充實/增廣	趣味行動APP	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12	1	1	12	
	充實/增廣	學富五機-智慧機械	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	1	1	6	0	0	0	
	充實/增廣	學富五機-智慧機械與醫療	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	
	充實/增廣	機台加工初體驗	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12	0	0	0	0	0	0	
	充實/增廣	機械式重量訓練	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	0	0	0	0	0	0	
	充實/增廣	機械與生活	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	充實/增廣	環境與生活	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	1	1	6	
	充實/增廣	簡報實務與設計	0	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	0	1	1	6	0	0	0	
	充實/增廣	爆發力訓練	0	0	0	0	0	0	1	1	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	充實/增廣	體能遊戲	0	0	0	0	0	0	1	1	6	1	1	6	1	1	6	1	1	6	
	充實/增廣	體適能遊戲	0	0	0	0	0	0	1	1	12	1	1	12	0	0	0	0	0	0	

三、學校特色活動

活動名稱	辦理方式	第一學年		第二學年		第三學年		小時	預期效益及其他相關規定
		一	二	一	二	一	二		
KTV歌唱比賽		2	0	2	0	0	0	4	
生命教育講座		0	0	0	2	0	0	2	
交通安全宣導講座		2	0	0	2	0	0	4	
合唱比賽		0	0	0	2	0	0	2	
自主學習成果發表		1	1	1	1	0	0	4	
性別平等教育講座		2	0	0	0	0	0	2	
品德教育影片欣賞		2	0	2	0	0	0	4	
班際太極拳競賽		0	2	0	2	0	0	4	
健康促進講座		0	0	0	2	0	0	2	
愛滋病防治講座		2	0	0	0	0	0	2	
聖誕節慶祝活動		2	0	2	0	2	0	6	
環境教育影片欣賞		2	0	2	0	0	0	4	
職涯探索講座		2	0	0	2	0	0	4	

【備查版】

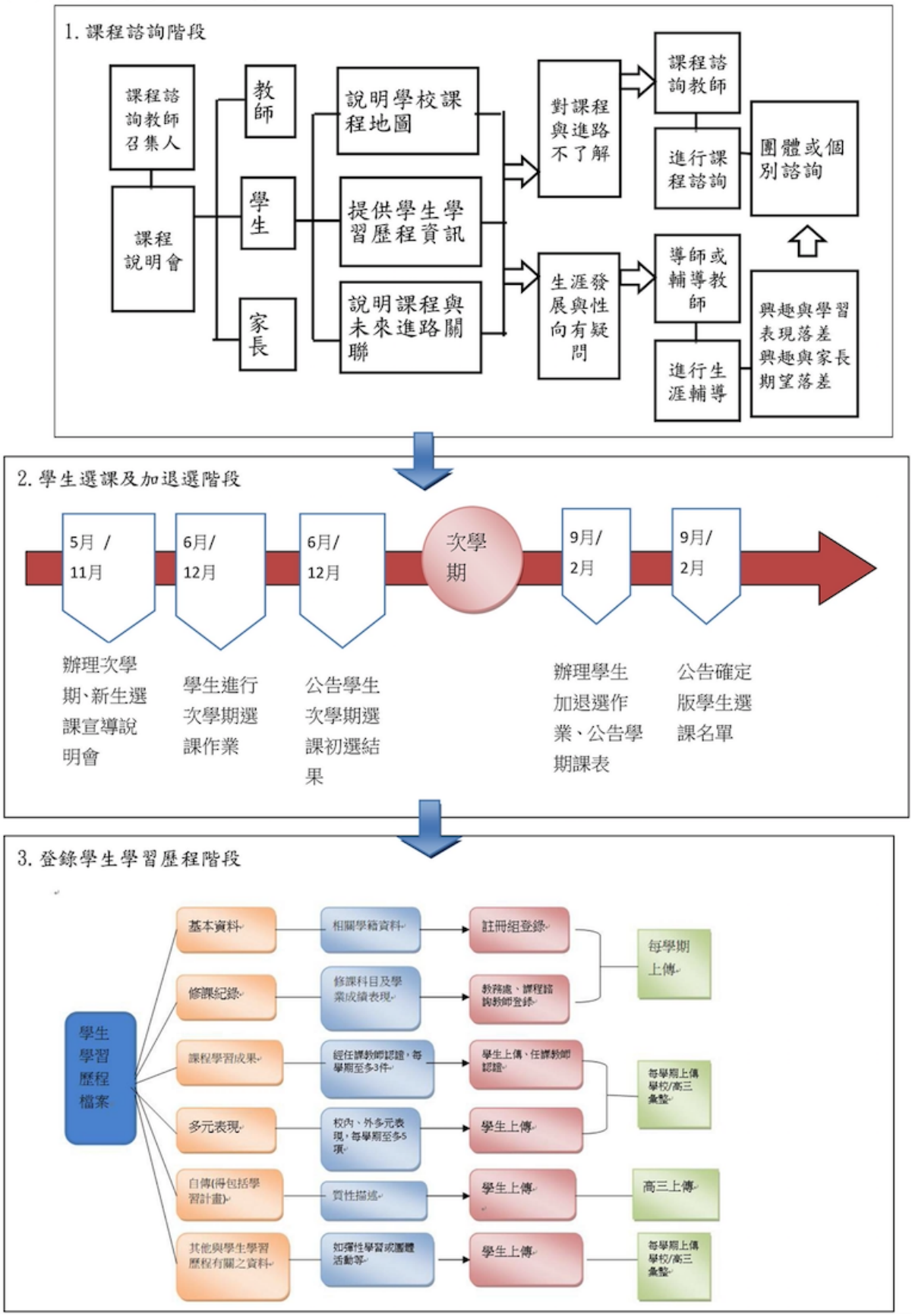
【備查版】

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

063407_市立沙鹿高工流程圖(PDF格式)



<

（二）日程表

序	時間	活動內容	說明
1	5月/11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：6月 第二學期：12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：9月 第二學期：2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：請查看學校網頁公告。

(二)生涯探索：

選課的考量
人生分分秒秒都在做決定，如果把人生地圖攤開，上面一定布滿密密麻麻的十字路口，不論願不願意，你必預選擇向前走、向左轉或是向右轉，無法在原地停留太久。人生不同階段會經歷不同的事件與決定，例如〆高中生從高一升上高二時，通常都預做選課的決定。選課的決定，攸關你是否選到自己喜歡上的課程、學測或指考成績的高低、及大學科系選擇的問題等。所以在選課時，常思考「我喜歡什麼?我能做什麼?我必預做什麼?」等問題，將有助於順泯地抉擇。
在生涯選擇上，有三個面向是你需要考量的，茲分述如下:
一、自我認識
自我認識包含興趣、能力、性向、價值觀以及學業成績、個性特質等，在這個部分你可以參考以前你做過的心理測驗，從測驗當中發現自己的強項以及比較突出的能力或興趣，再配合你對大學學群、學類與學系的了解，找出幾個可能的方向，將這些因素考量後，可以與老師、家人或同學討論，再做決定。
二、社會環境關係
包含家庭因素、社會發展趨勢、科系未來走向及封業機會等，這些都是在選課時重要的考慮因素。如果你想知道這方面的相關訊息，可以上人力資源相關網站，或參考《遠見》與《天下雜誌》出版的生涯資訊專凾，封可以獲得比較接近社會現況的生涯資訊。
三、教育與職業探索
包含目前有哪些大學?大學又有哪些科系?這些科系未來的升學與發展為何?與這些科系相關或性質相近者是哪些?要了解這些資訊，你可以瀏覽升學相關網站、實地去大學參訪、詢問學長姐或至輔導室查詢相關資料。

(三)興趣量表：

興趣量表是一份讓高中以上學生了解自己的興趣特質,功能包括有高中高職生的選課選組或選填志願的生涯規劃參考工具,本量表係依據John Holland的生涯類型論編製而成,基於其觀點,Holland認為大多數人可區分為六種類型:實用型、研究型、藝術型、社會型、企業型與事務型,依此,其環境亦可區分為此六型。運用興趣代碼可適配出有興趣的職業,惟職業的能耐需經過個人與學院的培養,本系統將工作世界依據興趣相近程度區分成16個領域,可藉此引導同學從科系的學習到達理想職業。

(四)課程諮詢教師：

臺中市立沙鹿工業高級中等學校課程諮詢教師遴選會組織要點
107年08月29日 教務會議通過
108年03月20日 課程發展委員會修正通過

一、臺中市立沙鹿工業高級中等學校（以下簡稱本校）為推動課程輔導諮詢相關事項，特依據教育部 107 年 4月 10 日臺教授國部字第 1070024978B 號令發布之「高級中等學校課程諮詢教師設置要點」訂定本校課程諮詢教師遴選會組織要點（以下簡稱本要點）。
二、本校課程諮詢教師遴選會（以下簡稱本遴選會)組織成員如下：
(一)本遴選會置委員若干人，主任委員 1 人及執行秘書 1 人。
(二)前款委員中由教務處主任、學務處主任、實習處主任、輔導（處）室主任、教學組長為當然委員；執行秘書由教務主任擔任；主任委員由校長擔任。
(三)除當然委員外其餘委員依下列規定辦理：
(1)各專業群科各推派代表1人，未能及時推派時由科主任代表。
(2)各領域/科目推派代表1人，未能及時推派時由召集人代表。
(四)委員之任期採學年制；當然委員於學年度職務異動時，依其職務任免。
三、本遴選會之任務如下：
(一)研訂本校課程諮詢教師遴選方式及其原則，其中應優先遴選學校各專業群科或專門學程之教師。
(二)遴選本校現職合格專任教師，參加教育部辦理之課程諮詢專業知能研習。
(三)遴選本校具課程諮詢教師資格者，擔任課程諮詢教師。
(四)選定本校課程諮詢教師一人兼任召集人。
(五)擬定本校課程輔導諮詢推動工作計畫。
(六)審議課程諮詢教師及其召集人減授每週教學節數節數之規劃。
(七)進行本校課程諮詢教師工作推動成效之定期追蹤與檢討。
(八)協調本校各處室、群科配合推動課程輔導諮詢之相關事宜。
(九)研議本校課程諮詢教師相關敘獎事項之建議。
四、本遴選會運作方式如下：

(一)本遴選會每學期召開會議至少一次，並得視需要不定期召開臨時會。
(二)本遴選會主席由主任委員擔任，主任委員不克出席會議時，由出席委員互推一人擔任之。
(三)本遴選會委員不克出席會議時，得指派適當人員代理出席會議，並經主席同意後，與議案表決。
(四)本校課程諮詢教師召集人，應親自出席本遴選會會議。
(五)本遴選會開會時，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，始得決議。
(六)本遴選會之人員聯絡、協調決議事項之執行、決議事項之管考事宜，由執行秘書負責。
五、本要點經校務會議通過，陳校長核定後實施，修正時亦同。

(五)其他：

拾貳、學校課程評鑑

一、學校課程評鑑計畫

063407_市立沙鹿高工課程評鑑計畫(PDF格式)

113學年度臺中市立沙鹿工業高級中等學校課程評鑑計畫

中華民國112年11月14日行政會報通過

中華民國112年11月17日課程發展委員會通過

壹、依據

一、教育部中華民國110年3月15日臺教授國部字第1100016363B號令，「十二年國民基本教育課程綱要總綱」。

二、教育部中華民國108年4月22日臺教授國部字第1080031188號令訂定之「高級中等學校課程評鑑機制辦理參考原則」。

三、教育部中華民國108年5月30日臺教授國部字第1080050523B號令訂定之「高級中等學校課程評鑑實施要點(以下簡稱課程評鑑實施要點)」。

貳、目的

一、協助教師教學規畫及提升學生學習成效，以持續改進學校課程發展與教學創新，達成課程目標。

二、每學年定期蒐集、運用及分析課程規劃、教學實施與學生學習之相關資料，落實課程自我評鑑功能。

三、評估本校課程評鑑結果，作為修正課程規劃及改善教學環境之依據。

參、課程評鑑組織及分工

一、課程發展委員會

（一）規劃與實施本校課程評鑑相關事宜。

（二）審議課程評鑑實施計畫。

（三）依課程評鑑結果修正學校課程計畫及相關改進方案。

二、課程自我評鑑小組

（一）由校長就課程發展委員會成員，聘請9至11人組成課程自我評鑑小組。

（二）協助發展學校課程評鑑之檢核工具、規準與歷程草案。

（三）彙整與檢視各教學單位實施自我檢核後之質性分析與量化結果。

（四）完成學校整體課程自我評鑑報告。

三、群課程研究會

（一）檢視課程架構與群教育目標。

（二）開設跨域多元選修課程。

（三）協助規劃及開設彈性學習時間。

四、各科/領域教學研究會

（一）由各科主任/領域之召集人所屬教師組成，提供教師自我檢核相關資料。

（二）彙整學生學習歷程及成效的質性分析及量化結果。

（三）協助檢視課程架構、科教育目標、學生圖像實踐之對應，課程開設、課程實施空間及課程實施設備的完善度。

（四）協助教材選擇並進行評鑑。

（五）開設多元選修課程。

（六）協助規劃及開設彈性學習時間。

（七）協助教師公開授課相關事宜(說課、觀課及議課)。

五、全校教師

（一）參與公開授課。

（二）參與社群共備及專業對話。

（三）教學實施中針對學生學習歷程之觀察分析及回饋，進行教學準備、教學實施、教學省思及教學調整之歷程資料彙整，自我核核。

六、專家學者：學校課程評鑑的實施得依需要邀請具實務經驗或教育課程評鑑專業之學校、機構、法人、團體及自然人協助實施。

肆、課程評鑑內容

一、課程規劃：運用或分析該管主管機關所提供之課程教學成效相關資訊，或本校自行發展課程自我評鑑實施內容之檢核工具與規準，檢視本校學校願景與學生圖像、課程發展與規劃（一般科目教學重點、群科教育目標及科專業能力以及群科課程規劃）、群科課程架構、團體活動時間實施規劃、彈性學習時間實施規劃以及學生選課規劃與輔導等實施及回饋之歷程與成果。

二、教學實施：運用或分析該管主管機關所提供之課程教學成效相關資訊，或本校自行發展課程自我評鑑實施內容之檢核工具與規準，檢視本校教學準備與支援、教師實施教學之模式與策略、教師參與公開授課及議課、教師參與社群專業對話回饋以及教師於教學實施過程中針對學生學習歷程觀察分析及教學修正之歷程與回饋結果。

三、學生學習：運用或分析該管主管機關所提供之課程教學成效相關資訊，或本校自行發展課程自我評鑑實施內容之檢核工具與規準，或各處室提供之學生學習歷程、學習成效以及多元表現的質性分析與量化成果，檢視本校學生學習歷程、學習成效以及多元表現之質性分析與量化成果。

四、課程評鑑內容包括課程規劃、教學實施、學生學習相關事項，具體之評鑑項目及相關細項由課程自我評鑑小組發展之。

伍、實施方式

本校課程自我評鑑依以下時程辦理：

項次	工作項目	預定時程
1	召開課程發展委員會,訂定學校課程自我評鑑實施計畫。	9 月
2	成立學校課程評鑑小組。	9~10 月
3	利用課程自我評鑑工具，進行教師教學及學生學習成果資料的收集。	10~11 月
4	各科/領域教學研究會對教師教學檢核及學生回饋等課程實施狀況進行資料分析，課程自我評鑑結果後，提交課程評鑑小組。。	9~1 月、2~5 月
5	課程評鑑小組彙整與檢視各科/領域教學研究會依據課程自我評鑑結果，提出檢討意見及改進方案後，送交課程發展委員會。	12~1 月、5~6 月
6	課程發展委員會依課程評鑑檢討意見及改進方案，審議後執行自我評鑑改進措施。	1~2 月、6~7 月
7	召開課程發展委員會,修訂學校課程自我評鑑實施計畫。	8 月~持續改進追蹤

陸、課程評鑑結果與運用

一、課程評鑑過程及結果，作為學校落實校務發展、課程規劃、教師教學及促進學生有效學習之參考。

二、統整建議事項，視需要彙報教育主管單位，以利調整教育相關資源，發展學校願景及教學目標。

柒、本課程評鑑實施計畫經學校課程發展委員會通過，陳校長核定後實施，修正時亦同。

附件一、本校 112 學年度評鑑小組成員

領域	姓名	領域	姓名
召集人	黃尚煜	機械群	陳清炫
行政	林香蘭	動機群	蔡學閔
行政	江宇丞	電機電子群	古禮權
特教	李建德	商管群	楊乃欣
業界	郭志合	一般科目	張文雄
化工群	黃閔芬		

二、111學年度學校課程評鑑結果

063407_市立沙鹿高工111學年度課程評鑑結果(PDF格式)