

# 111學年度第2學期 高三多元選修課程規劃

## 1. 健康與休閒生活

課程名稱：	中文名稱：健康與休閒生活	
	英文名稱：Health and Leisure	
授課年段：	三下	學分總數：2
課程屬性：	專題探究	
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：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：	思辨：閱讀理解—系統思考—哲學素養，表達：組織分析—準確傳達—有效溝通， 合作：尊重他人—溝通協調—組織領導，創新：多元視野—創意思考—整合應用，	
學習目標：	以個人健康為出發點，打開視野並學習更寬廣的社會觀點去促進健康。	
教學大綱：	週次/序	單元/主題
	一	健康促進的概念與行為模式
	二	遠離憂鬱-睡眠與生活之重要性
	三	“食”在有夠讚
	四	要活就要動
	五	有氧運動好處多
	六	無氧運動好處
	七	傷害預防與急救
	八	健康的休閒活動
	九	健康的休閒活動
	十	澳洲度假打工
	十一	休閒活動規劃-旅遊類
	十二	休閒活動規劃-旅遊類
	十三	休閒活動規劃-旅遊類
	十四	休閒活動規劃-旅遊類
	十五	休閒活動規劃-運動體能類
	十六	休閒活動規劃-運動體能類
	十七	休閒活動規劃-運動體能類
	十八	課程統整及回饋
		內容綱要
		了解健康促進的概念並探討健康的意涵(分組)
		分享憂鬱症治療過程及睡眠的重要性
		介紹均衡飲食之重要性
		介紹運動的重要性並設計運動處方
		有氧運動的操作與進行
		阻力運動的操作與進行
		了解傷害與急救的觀念及實際操作
		介紹有益健康的休閒活動種類及活動規劃
		介紹有益健康的休閒活動種類及活動規劃
		介紹澳洲度假打工攻略
		旅遊類活動規劃(分組報告)
		旅遊類活動規劃(分組報告)
		旅遊類活動規劃(分組報告)
		旅遊類活動規劃(分組報告)
		運動體能類(分組報告)
		運動體能類(分組報告)
		運動體能類(分組報告)
		各組繳交書面報告
學習評量：	1. 出缺席30% 2. 學習態度30% 3. 作業、實作及報告40%	
對應學群：	教育、遊憩運動、醫藥衛生、社會心理、管理	

## 2. 餐桌上的地理課

課程名稱：	中文名稱：餐桌上的地理課			
：	英文名稱：How Does Geography Work			
授課年段：	三下	學分總數：2		
課程屬性：	專題探究			
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，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，C2.人際關係與團隊合作，C3.多元文化與國際理解，			
學生圖像：	思辨：閱讀理解—系統思考—哲學素養，表達：組織分析—準確傳達—有效溝通，關懷：尊重生命—服務學習—環境保護，合作：尊重他人—溝通協調—組織領導，創新：多元視野—創意思考—整合應用，			
學習目標：	<p>一、將地理知識融入生活</p> <p>透過地理學結合實作概念的課程，搭配學習單與多樣活動，建立學生創作與活用地理學的能力</p> <p>二、多元文化鑑賞力培養</p> <p>以地理觀點理解形塑區域文化原因，並能尊重世界多元文化，養成多面向思辨習慣與文化鑑賞能力</p> <p>三、建立探究思考與團隊溝通合作之能力</p> <p>訓練獨立思考、解決問題、創意發想等能力</p> <p>訓練小組團隊溝通、規劃執行、演練展示之能力</p> <p>四、以「飲食」為課程主軸，從空間分布、人地互動講述至區域特色，並延伸探討飲食所 延伸的議題：</p> <p>Part1 前菜17週優雅上菜</p> <p>Part2 水果 果真好吃</p> <p>Part3 主食 餓不飽的地球</p> <p>Part4 香料 美味的靈魂</p> <p>Part5 肉類 道德飲食的挑戰</p> <p>Part6 甜點 舌尖上的藝術</p> <p>Part7 飲料 飲料？「癮」料！</p>			
教學大綱：	週次/序	單元/主題		內容綱要
	一	Part 1	前菜 17 週優雅上菜	<p>課程思考：地理全席，怎麼出菜？</p> <p>課程思考：身土不二——地理環境與飲食文化有什麼關係？</p> <p>課程思考：地理的飲食視角—我的閱讀與思</p>

			考
二	Part 2	水果 果真好吃	<p>課程思考：臺灣為什麼是水果王國？水果與它們的產地</p> <p>課程思考：繞著地球跑——水果據點與產銷</p> <p>延伸議題：變調的水果王國？臺灣水果現況觀察</p> <p>動手實作：很慢ㄟ奶雞！臺灣水果的行銷與推廣</p>
三	Part 2	水果 果真好吃	<p>課程思考：臺灣為什麼是水果王國？水果與它們的產地</p> <p>課程思考：繞著地球跑——水果據點與產銷</p> <p>延伸議題：變調的水果王國？臺灣水果現況觀察</p> <p>動手實作：很慢ㄟ奶雞！臺灣水果的行銷與推廣</p>
四	Part 2	水果 果真好吃	<p>課程思考：臺灣為什麼是水果王國？水果與它們的產地</p> <p>課程思考：繞著地球跑——水果據點與產銷</p> <p>延伸議題：變調的水果王國？臺灣水果現況觀察</p> <p>動手實作：很慢ㄟ奶雞！臺灣水果的行銷與推廣</p>
五	Part 3	主食 餓不飽的地球	<p>課程思考：富足的吊詭——糧食增產與飢餓問題</p> <p>課程思考：我們的母親，我們的生活——玉米</p> <p>課程思考：世界窮人的救星——馬鈴薯</p> <p>延伸議題：搶救剩食——食物零浪費</p> <p>動手實作：從產地到餐桌的食農教育</p> <p>延伸議題：「海外屯田」的爭議——非洲土地掠奪戰</p>
六	Part 3	主食 餓不飽的地球	<p>課程思考：富足的吊詭——糧食增產與飢餓問題</p> <p>課程思考：我們的母親，我們的生活——玉米</p> <p>課程思考：世界窮人的救星——馬鈴薯</p> <p>延伸議題：搶救剩食——食物零浪費</p>

				<p>動手實作：從產地到餐桌的食農教育</p> <p>延伸議題：「海外屯田」的爭議——非洲土地掠奪戰</p>
七	Part 4	香料	美味的靈魂	<p>課程思考：香料的冒險旅程——起源、貿易與傳播</p> <p>課程思考：咖哩的一千零一夜</p> <p>課程思考：東南亞的酸香辣——產地特權，就是要新鮮</p> <p>課程思考：原住民族的香料——馬告、刺蔥</p> <p>實地考察：臺灣的南洋味——鄉愁的滋味</p>
八	Part 4	香料	美味的靈魂	<p>課程思考：香料的冒險旅程——起源、貿易與傳播</p> <p>課程思考：咖哩的一千零一夜</p> <p>課程思考：東南亞的酸香辣——產地特權，就是要新鮮</p> <p>課程思考：原住民族的香料——馬告、刺蔥</p> <p>實地考察：臺灣的南洋味——鄉愁的滋味</p>
九	Part 4	香料	美味的靈魂	<p>課程思考：香料的冒險旅程——起源、貿易與傳播</p> <p>課程思考：咖哩的一千零一夜</p> <p>課程思考：東南亞的酸香辣——產地特權，就是要新鮮</p> <p>課程思考：原住民族的香料——馬告、刺蔥</p> <p>實地考察：臺灣的南洋味——鄉愁的滋味</p>
十	Part 5	肉類	道德飲食的挑戰	<p>課程思考：工業化畜牧業的難題</p> <p>課程思考：年年有魚？——海洋的美麗與哀愁</p> <p>實地考察：餐桌力量——我的永續海鮮選擇</p> <p>延伸議題：神說，這個東西你不能吃——宗教與飲食規範</p> <p>延伸議題：荒野中的救贖——原住民族的狩獵文化</p>
十一	Part 5	肉類	道德飲食的挑戰	<p>課程思考：工業化畜牧業的難題</p> <p>課程思考：年年有魚？——海洋的美麗與哀愁</p> <p>實地考察：餐桌力量——我的永續海鮮選擇</p> <p>延伸議題：神說，這個東西你不能吃——宗教與飲食規範</p>

				延伸議題：荒野中的救贖——原住民族的狩獵文化
十二	Part 5	肉類	道德飲食的挑戰	課程思考：工業化畜牧業的難題 課程思考：年年有魚？——海洋的美麗與哀愁 實地考察：餐桌力量——我的永續海鮮選擇 延伸議題：神說，這個東西你不能吃——宗教與飲食規範 延伸議題：荒野中的救贖——原住民族的狩獵文化
十三	Part 6	甜點	舌尖上的藝術	課程思考：甘蔗無雙頭甜——熱帶的甜劑 課程思考：蜜野仙蹤——從蜜蜂到蜂蜜 延伸議題：蜜蜂神祕失蹤案件 資料蒐集：地圖上的烘焙廚房——世界各國的甜點
十四	Part 6	甜點	舌尖上的藝術	課程思考：甘蔗無雙頭甜——熱帶的甜劑 課程思考：蜜野仙蹤——從蜜蜂到蜂蜜 延伸議題：蜜蜂神祕失蹤案件 資料蒐集：地圖上的烘焙廚房——世界各國的甜點
十五	Part 7	飲料	飲料？「癮」料！	課程思考：牧羊人的果實——咖啡，從種子到杯子 課程思考：純白色的健康——馴化、乳源帶到乳白金 課程思考：品茗青黃紅——綠色黃金與茶葉貿易 動手實作：手搖一杯，喝的是回憶也是創意
十六	Part 7	飲料	飲料？「癮」料！	課程思考：牧羊人的果實——咖啡，從種子到杯子 課程思考：純白色的健康——馴化、乳源帶到乳白金 課程思考：品茗青黃紅——綠色黃金與茶葉貿易 動手實作：手搖一杯，喝的是回憶也是創意
十七	Part 7	飲料	飲料？「癮」料！	課程思考：牧羊人的果實——咖啡，從種子到杯子 課程思考：純白色的健康——馴化、乳源帶

				<p>到乳白金</p> <p>課程思考：品茗青黃紅——綠色黃金與茶葉貿易</p> <p>動手實作：手搖一杯，喝的是回憶也是創意</p>
學習評量：	<p>課程參與度(課堂討論、參與活動用心程度、提問等)30%</p> <p>課本學習單20%</p> <p>小組活動展示與口頭報告50%</p>			
對應學群：	生物資源、地球環境、文史哲、教育、遊憩運動、			
備註：				

### 3. 影像中的歷史

課程名稱：	中文名稱： 影像中的歷史		
	英文名稱： History in the image		
授課年段：	二上、二下、三上、三下	學分總數： 2	
課程屬性：	專題探究		
師資來源：	校內單科		
課綱核心素養：	A自主行動： A3. 規劃執行與創新應變， B溝通互動： B3. 藝術涵養與美感素養， C社會參與： C3. 多元文化與國際理解，		
學生圖像：	思辨：閱讀理解—系統思考—哲學素養， 表達：組織分析—準確傳達—有效溝通， 關懷：尊重生命—服務學習—環境保護，		
學習目標：	1. 從紀錄片、照片等理解歷史背景並能敘事。 2. 從生活中發現歷史的軌跡並能紀錄。		
	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	家族與歷史1：「流金歲月—老照片的故事與回憶」實作	尋找家族老照片，並寫作一個台灣史的故事。
	二	家族與歷史2：「流金歲月—老照片的故事與回憶」實作	學生準備上台講自己寫的老照片故事
	三	飲食文化與歷史1：〈舌尖上的中國2：主食的故事〉；〈舌尖上的中國4：時間的味道〉	閱讀中國飲食文化相關書目
	四	飲食文化與歷史2：《舌尖上的中國》、遠耀東著作讀後感，各小組分組報告。	閱讀中國飲食文化相關書目
	五	飲食文化與歷史3：台灣飲食的歷史—實地採訪並寫作一樣食物的歷史故事(例如珍珠奶茶)	1、實地採訪並寫作一樣食物的歷史故事(食物、店家拍照) 2、各小組依人數帶回食物，交換吃。
	六	旅行與歷史1：余秋雨的旅行文學 《文化苦旅》(配合影像書籍)	1、教師及學生親身旅行經驗交流分享 2、閱讀余秋雨書籍
	七	旅行與歷史2：仿照余秋雨的文章，用優美的散文寫下一個融合自己的親身旅行經歷，並陳述其歷史文化的文章	分組討論旅行計畫及報告主題(可以大學之旅行程為主題)
	八	科學與歷史：〈科學機密檔案〉	心得感想寫作

<p>教學大綱：</p>	九	「歷史尋寶大作戰」1	1、各組帶3-4件日常生活中可見的歷史物件(如百元鈔票上的孫中山)，並附上300字內的歷史說明。 2、每一歷史物件附上簡短的謎語，用來暗示此一物件的名稱，以及在校園中的藏匿地點。 3、各組依線索開始尋寶，最快找到最多歷史物件的小組獲勝；最後仍然找不到的物件，提供該物件及謎語的小組加分。
	十	「歷史尋寶大作戰」2	小組在校園中尋找歷史物件
	十一	歷史中的愛情1：〈浮華一世情〉及十八世紀的英國貴族社會	觀看浮華一世情電影
	十二	歷史中的愛情2：《影響歷史的愛情》分組報告	繳交個人心得報告
	十三	新聞與歷史1：〈歷史上的今天〉報紙編輯與採訪(校園大事紀報導)	1、新聞採訪、報紙編輯要點導論 2、選擇一件校園新聞內容報導主題
	十四	新聞與歷史2：〈歷史上的今天〉報紙編輯與採訪(校園大事紀報導)	各組上台成果報告並繳交編輯的報紙
	十五	戰爭中的歷史1：〈王者之聲〉	心得感想寫作
	十六	戰爭中的歷史2：〈二次大戰血淚史：末期〉	心得感想寫作
	十七	歷史人物自畫像1：尋找你最欣賞的歷史人物並畫下他(她)的畫像	準備繪畫工具，水彩、色鉛筆或素描等皆可
	十八	歷史人物自畫像2：尋找你最欣賞的歷史人物並寫下關於他(她)的故事(500字以內)	將歷史人物故事貼在自畫像之後
學習評量：	1、實地採訪、心得報告、動手蒐集歷史資料、寫作(繪畫)作品等。 2、小組團隊合作成果：團隊精神、上台報告成果。 3、小組報告(40%)、個人心得寫作及作品(30%)、學習態度(30%)		
對應學群：	藝術、大眾傳播、文史哲、		
備註：			

#### 4. 看美劇學英文

課程名稱：	中文名稱：看美劇學英文		
	英文名稱：Learn English through soap operas		
授課年段：	一上、一下、二上、 二下、三上、三下	學分總數：2	
課程屬性：	專題探究		
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,		
	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：	思辨：閱讀理解—系統思考—哲學素養, 表達：組織分析—準確傳達—有效溝通, 關懷：尊重生命—服務學習—環境保護, 合作：尊重他人—溝通協調—組織領導, 創新：多元視野—創意思考—整合應用,		
學習目標：	1.透過美劇提升聽力，了解文化。2.透過分組討論學習單提升批判性思考。 3.分組演戲增加合作力，表達力，與創新力。		
教學大綱：	週次/ 序	單元/主題	內容綱要
	一	The Big Bang Theory1	1. Watch the first episode. 2. Discuss and finish worksheet. 3. Act out the scene that students like the best.
	二	The Big Bang Theory2	1. Watch the second episode. 2. Discuss and finish worksheet. 3. Act out the scene that students like the best.
	三	The Big Bang Theory3	1. Watch the third episode. 2. Discuss and finish worksheet. 3. Act out the scene that students like the best.
	四	The Big Bang Theory4	1. Watch the fourth episode. 2. Discuss and finish worksheet. 3. Act out the scene that students like the best.
	五	The Big Bang Theory5	1. Watch the fifth episode. 2. Discuss and finish worksheet. 3. Act out the scene that students like the best.
	六	The Big Bang Theory6	1. Watch the sixth episode. 2. Discuss and finish worksheet. 3. Act out the scene that students like the best.
	七	The Big Bang Theory7	1. Watch the seventh episode. 2. Discuss and finish worksheet. 3. Act out the scene that students like the best.
	八	The Big Bang Theory8	1. Watch the eighth episode. 2. Discuss and finish worksheet. 3. Act out the scene that students like the best.

九	The Big Bang Theory9	1. Watch the ninth episode. 2. Discuss and finish worksheet. 3. Act out the scene that students like the best.
十	The Good Place	1. Watch the first episode. 2. Discuss and finish worksheet. 3. Act out the scene that students like the best.
十一	The Good Place2	1. Watch the second episode. 2. Discuss and finish worksheet. 3. Act out the scene that students like the best.
十二	The Good Place3	1. Watch the third episode. 2. Discuss and finish worksheet. 3. Act out the scene that students like the best.
十三	The Good Place4	1. Watch the fourth episode. 2. Discuss and finish worksheet. 3. Act out the scene that students like the best.
十四	The Good Place5	1. Watch the fifth episode. 2. Discuss and finish worksheet. 3. Act out the scene that students like the best.
十五	The Good Place6	1. Watch the sixth episode. 2. Discuss and finish worksheet. 3. Act out the scene that students like the best.
十六	The Good Place7	1. Watch the seventh episode. 2. Discuss and finish worksheet. 3. Act out the scene that students like the best.
十七	The Good Place8	1. Watch the eighth episode. 2. Discuss and finish worksheet. 3. Act out the scene that students like the best.
十八	The Good Place9	1. Watch the ninth episode. 2. Discuss and finish worksheet. 3. Act out the scene that students like the best.
學習評量：	Attitude 40% Participation 30% Group performance 30%	
對應學群：	生命科學, 社會心理, 外語, 文史哲, 教育,	
備註：		