

邁向十二年國民基本教育新課程綱要：學校課程實踐與教師專業發展

106 年

度國教院研究合作學校

實踐經驗與反思-

國立宜蘭高級中學



「十二年國民基本教育課程綱要實施之課程轉化探究」研究合作學校成果報告

執行單位：國立宜蘭高級中學

壹、前言

一、學校背景：

本校共有教職員工 142 人（含校長 1 人，教師 102 人，教官 5 人，運動教練 1 人，職員 22 人，工友 11 人），在教師 102 人之中有博士 4 人，碩士 68 人（其中 3 人進修博士中），研究所 40 學分班 11 人，學士 21 人，師資結構如下表：

宜蘭高中師資結構表

科目	國文	英文	數學	物理	化學	生物	地球科學	資訊	歷史	特殊教育	家政
人數	17	16	16	6	6	4	1	2	5	1	1
科目	地理	公民	生活科技	美術	音樂	藝術生活	輔導	體育	健康與護理	合計	
人數	5	4	1	3	1	1	3	8	1	102	

本校每個年級有 15 個班，其中普通班 12 班，數理資優班 1 班，體育班 1 班，美術班 1 班。全校班級狀況如下表：

宜蘭高中班級狀況表

類別	高一	高二	高三
普通班	12（男生班 11 班、女生班 1 班）	12（男生班 11 班、女生班 1 班） 一類組：4 二類組：4 三類組：4	12（男生班 11 班、女生班 1 班） 一類組：4 二類組：4 三類組：4
數理資優班	1	1	1
體育班	1	1	1
美術班	1（男女兼收）	1（男女兼收）	1（男女兼收）
合計	15	15	15

二、發展願景與目標：

配合 108 課綱，與在「全校一家」校訓的引導下，營造宜蘭高中成為優質學校的典範，以培育具備優質體能為基石、涵詠美學與音樂的藝術內涵、兼備科學與人文素養，並成為新世代公民等六大要件，培育邁向新世代全方位卓越宜中人的教育場域。在「全校一家」校訓

的引導下，營造宜蘭高中成為優質學校的典範，以培育具備優質體能為基石、涵詠美學與音樂的藝術內涵、兼備科學與人文素養，並成為新世代公民等六大要件，培育邁向新世代全方位卓越宜中人的教育場



貳、執行情形

一、本學年度本校的執行重點：

- (一) 建立學校願景與核心能力共識：考量教育趨勢、原校本課程特色，由下而上聚焦學校願景，並將學校願景與特色具體轉化為學生能力目標，將全校各種課程與活動整合，正式、非正式與潛在課程融入，深化培養學生具備學校特色的能力。
- (二) 課程地圖：108 課綱各校需發展校訂必修課程、多元選修課程並在各科領綱中規範加深加廣選修課程以符不同進路需要，惟總學分數調整為 180 學分，扣除必修學分，高一和高二各有 8 學分選修、高三有 16 學分選修空間。校訂必修至少 4 學分。綜合上述條件，本校需在學校願景與核心能力前提下，討論校訂必修、多元選修、加深加廣在高一至高三學分如何分配，以儘早確認課程地圖架構(目前已討論至第 12 版課程地圖)。
- (三) 校訂必修：扣緊學校願景與核心能力，及參考本校現有特色課程，考量學習需求、師資結構、學校資源等，發展校訂必修課程。
- (四) 多元選修與補強性選修：本校現行多元選修課程乃以 99 課綱為規範，針對新課綱，本校多元選修擬以現行模式為基礎，規劃符 108 課綱之多元選修(4+2 學分)。12 年國教施行，本校學生學習成就差異拉大，本校已有試行英文數學補強性課程。

二、環境掃描盤整：

整理如下表：

項目	內部		外部	
	優勢 Strengths	劣勢 Weaknesses	機會 Opportunities	威脅 Threats

項目	內部		外部	
	優勢 Strengths	劣勢 Weaknesses	機會 Opportunities	威脅 Threats
行政工作	1. 普通課綱課務發展工作圈位於本校，較易獲得即時 108 課綱配套相關資訊 2. 行政輪動，致校內課程規劃背景人才不少 3. 行政單位間共同合作氛圍佳	1. 宜蘭地處偏鄉，全台高中校際間 108 課綱運作氛圍不易掌握 2. 行政業務日益加重，在有限人力下，較難全面兼顧	1. 行政輪動，校內新舊人才交替，是否人才斷層仍待觀察 2. 本校為國教院前導學校，可掌握前導學校 108 課綱作為	1. 發展新課程經費來源不確定 2. 107 年校務評鑑造成學校作業壓力
課程發展	1. 多元選修已實施 6 年，轉化為 108 課綱多元選修門檻較易 2. 教師學專業能力足夠 3. 大部份教師課程配合度高	1. 大專院校資源較北部學校少	1. 配合均質化，尋求外校教師資源 2. 配合在地大專院校，開設大學先修或進路多元選修課程	1. 非全體老師均屬高動能 2. 時程緊迫，部份學科礙於兼課數，無法試行課程
教學活化	1. 已有教師於課程上進行翻轉教學 2. 教室資訊設備完善 3. 部份專科教師改良成多功能討論室，供各科教學活化	1. 部份學科能適合傳統教法 2. 科技不斷更新，教師不一定全能跟上新的軟硬體	1. 等待教育部多功能討論室專案繼續實施 2. 教師參加學科中心或校外教學活化增能研習 3. 教師針對教學創新研發意願高	1. 是否教室功能符合教師需求，需經費與實際教學 2. 社會科領綱不確定

項目	內部		外部	
	優勢 Strengths	劣勢 Weaknesses	機會 Opportunities	威脅 Threats
學生學習	1.本校學生學習多元-多元選修課程、各式全校性競賽或活動 2.部份校本多元選修課程受學生喜愛 3.學生能適應翻轉學習	1.宜蘭區免試入學學生有錯置現象-非學術傾向學生就讀高中，而不是就讀技術型高中 2.單一性別學生居多，學習氛圍較剛性 3.宜蘭區交通不便，校際間合作難度高，以臨校教學合作較佳	1.學生對在地文化認同度高 2.本校推動隔週二晨間閱讀培養學生閱讀習慣 3.與宜蘭大學已有小型課程/研究合作	1.宜蘭區同一高中,校內學生學習成就落差大 2.校際間課程氛圍不同
教師專業發展	1.教師專業能力高 2.教師研發課程能力高 3.多人擔任學科種子教師，動能充沛 4.教師教學經驗分享/交流意願高	1.部定教師專業發展參與人數不高	1.教師支援系統的建立 2.跨科/跨校教師社群逐步發展中	1.部定教師專業發展難獲部份教師認同 3.自然學科間氛圍不同，探究實作課程有難度

三、規劃與局部試行：

- (一)學校願景與學生圖像：已確定。
- (二)課程地圖：滾動修正，截至 106.11.29 版本為第 19 版。
- (三)數學適性分組：已局部實施完畢。
- (四)彈性學習之補救性教學：已實施，已具備實施模組。
- (五)校訂必修：開發中。
- (六)多元選修：穩健成長。

參、執行成果

一、學校願景與學生圖像：

本校依循新課綱所發展出來的願景，先是經由動力成長工作坊啟

頭，辦理學校願景故事牆分享學校高峰經驗，經校內多次工作坊討論後，交由課程工作小組整理討論，並送課發會報告。



第 1 版如下：



經專家學者建議後，願景再聚焦，第 2 版詳如下圖：



第二版本學校願景聚焦在：期望學生們能發自內心愛自己與他人，並將視界推及世界之大愛，抱持己立之餘並能立人，達到互助共好，此即「以愛出發、擁抱世界，肯定自己、成就他人」之學校願景，以此願景為基石，培養具生命力、思考力、行動力之學生素養，而生命力其內涵為適性探索自我與週遭且能同理關懷他人與生命；思考力其內涵為保有創造力並對事物具好奇心與思考能力、遇到問題能尋求解決的方法；行動力扣緊思考力，其內涵為能與他人共同合作或幫助他人解決問題，立定目標外，能無畏困難、堅持朝目標前進，不半途而廢，以表格呈現如下表：

核心價值	全校一家 宜中有品(品格,品質,品味)	
學校願景	以愛出發、擁抱世界 肯定自己、成就他人	
素養	圖像	內涵
生命力	心	適性探索、同理關懷
思考力	腦	創新思辨、問題解決
行動力	手腳	互助合作、負責堅持

二、課程地圖：

截至 106.11 月本校課程地圖發展至第 19 版，詳如附件 1(page11-page12)。

三、數學適性分組：

依據十二年國民基本教育課程綱要(page18)「部定課程得採適性設計以因應學生學習之差異」。本校於 105 學年度上學期暨下學期實施「高一數學適性教學安置」，挑選高一 2 個班，分 2 個班群實施分組教學，實施辦法詳如附件 2(page13)。

四、彈性學習之補強性教學：

依據十二年國民基本教育課程綱要(page14)「普通型高級中等學校課程-彈性學習時間每週 2-3 節」暨(page19)「彈性學習時間依據學校條件與學生需求，可做為學生自主學習、選手培訓、充實(增廣)/補強性教學及學校特色活動等之運用」。本校為了

- (一)提前規劃十二年國民基本教育課程綱要普通型高級中等學校-彈性學習時間。
- (二)因應學生國文、英文、數學個別學習差異，擬發展本校彈性學習時間之補強性教學以符低學習成就學生需求，確保基本學力。
乃利用第 8 節輔導課針對高一英文、數學成績需補強之同學試行

英文、數學補強性教學，實施計畫詳如附件 3(page14-page18)。

五、校訂必修：

依本校課程地圖，校訂必修開設於高二上下學期各 2 學分，共 4 學分，於社會學群開設「人文社會專題」課程與自然學群開設「數理自然專題」課程。

(一)人文社會專題：本校於暑假輔導課期間，於高二社會組試行「人文社會專題」課程 6 節/週，共 3 週，小計 18 節課。詳細資料如附件 4(page19-page24)。



(二)數理自然專題：自然科-物理，化學，生物，地科教師於 106 學年度於共同領域時間(星期五上午)定期召開科內教師設群，討論探究實作與自然專題課程內容並邀集典範學校分享。本學期並開設探究與實作課程於多元選修時段試行，上課內容結合食、衣、住、行、育、樂等生活主題。



六、多元選修：

依本校課程地圖，多元選修：開設於高一上下學期各 2 學分，高

三下學期 2 學分，共 6 學分。高一多元選修以適性探索為取向，高三下學期多元選修以進路銜接型課程為主，並擬邀請大學端協助開課。

依據十二年國民基本教育課程綱要(page18)「各校應提供學生跨班自由選修課程，學校開設之選修總學分數，應達學生應修習選修學分數之 1.2-1.5 倍。」本校一個年級普通班為 12 班，若新課綱施行後，則應開設跑班選修 14.4-18 門課；106 學年度上學期，本校試行 6 個班 14 門選修課，開設的多元選修課程如下表：

序號	課程名稱	授課教師	人數	上課地點
1	Yilan-Go-Around—和阿兜仔 show 宜蘭	劉怡芳 陳綠葳 林曼丘	15	謙學樓 2F 英聽 1
2	FunEnglish	康立擘 張嘉雯 詹芙娟	15	行政大樓 3F 小會議室
3	宜蘭文史導讀（一）	黃騰德	15	愛智講堂
4	宜蘭飲食文學	李溫良	15	人文館 2F 國文
5	宜蘭學：發現新宜蘭	徐銘鴻 周士堯	30	人文館 3F 地理
6	從電影學愛與寬恕	林文魁	15	人文館 1F 綜合
7	日文	呂淑芳	20	謙學樓 2F 英聽 2
8	法文	胡怡浩	20	人文館 4F 選修
9	韓文	沈在文	20	科學館 1F 視聽
10	西班牙文	陳吟怡	20	人文館 3F 群組 2
11	數學遊戲與實驗教學	莊依樹	15	謙學樓 3F 群組 1
12	科學探究與實作	黃國修	15	科學館 2F 生物教室
13	探究與實作：東南亞議題	校長	15	行政大樓 3F 大會議室
14	健康休閒在宜蘭	林秀惠	15	人文館 4F 健護教室

各科教學計畫或簡介如附件 5(page25-page47)。多元選修課程相關照片如下：



和阿兜仔 show 宜蘭 FunEnglish



FunEnglish



愛與寬恕



第二外語-法語



第二外語-西班牙語



第二外語-日語



第二外語-韓語



肆、建議

一、經費運用：

「教育部補助及委辦經費核撥結報作業要點」是教育部各補助計畫經費執行的規範，唯各補助計畫（例：國教院前導計畫、普高優質化等）可再訂定各計畫之經費規範，然此規範必較「教育部補助及委辦經費核撥結報作業要點」條件更限縮；對計畫執行單位（例：高中端）而言，學校必需適應各種補助計畫之不同經費規範（例：同一學校內可能有國教院前導計畫、高瞻計畫、均質化、普高優質化等），以現在行政減量之氛圍，建議相關計畫不宜再訂定更為嚴格之經費使用規範，加上新課綱開課方式較舊課綱彈性且多元，各前導學校在課程試行階段，宜在「教育部補助及委辦經費核撥結報作業要點」規範下，給學校較方便的經費使用原則，不宜限縮經費使用條件。

二、專業支持：

希望能提供學校在發展/規劃校訂必修、多元選修、探究實作、彈性學習等課程能有典範學校或可供經驗分享之教師庫。

三、配套措施：

各項配套仍在研擬階段，唯有哪些配套將訂定或已訂定能有列表供學校參考。

四、其他：

考招制度的確定關係到高中端對新課綱的執行落實程度，各大學校系對於學習歷程的參採項目、參採比重、甄選方式等是高中端所關注的議題，越早確定並公告好。

感謝國教院的教育專業與資源挹注，使本校在新課綱試行能獲得充份的支持。

國立宜蘭高級中學「十二年國民基本教育課程綱要」學校願景與課程地圖

一、學校願景與學生素養：

核心價值	全校一家宜中有品(品格,品質,品味)
學校願景	以愛出發、擁抱世界 肯定自己、成就他人
學生素養	圖像 內涵
生命力	適性探索、同理關懷
思考力	創新思辨、問題解決
行動力	負責堅持、互助合作

二、學校願景圖：



三、學分分佈圖：

國中	高一(統整 試探)	高二(試探 分流)	高三(分流 專精)	大學學群
必修 28	必修 28	必修 22	必修 9	一類學群 大眾傳播、 外語、文史哲 教育、法政 管理、財經
多元選修 2	多元選修 2	加深加廣 6	加深加廣 19	二類學群 資訊、工程 數理化 地球環境
彈性(3)	校訂必修 2	加深加廣 6	校訂必修 2	三類學群 醫藥衛生 生命科學 農林漁牧
團體(2)	彈性(3) 團體(2)	校訂必修 2	多元選修 2	其他學群 藝術 建築設計 體育休閒

四、宜蘭高中課程地圖 (依據「十二年國民基本教育課程綱要」，適用108學年入學普通科新生)

	高一	高二	高三
核心	全校一家	宜中有品	
願景	以愛出發	擁抱世界	肯定自己 成就他人
養育	適性 探索 同理 關懷	創新 思辨 問題解決	互助 合作 負責 堅持
校訂必修	化2 物2 生2 地科2 資2 健2 生命1 生涯1	美術2 音樂2 國4 英4 數4 歷1 地1 公1 探究2 體2	家政2 藝術生活2 美術2 生科2
多元選修	國4 英4 數4 地2 歷2 公2 體2 音1	國4 英4 數4 歷1 地1 公1 探究2 體2	國2 英1 體2 國2 國3 英3 數3 歷3 地3 公3
補強選修	(每學期選2) 地方學探索2 地方文學2 美術類選修2 第二外語-日、韓、西、法2 人際溝通2 數學軟體與實作2...等	國1 英1 數1 歷1 地1 公1	英1 O1 國3 英4 數5 物3 化3 O2
彈性學習		社會學群 人文專題 2 英1 O1	英1 O1 國3 英4 數5 物3 化3 O2 O1 O1
		自然學群 物2 化2 生1 地科1 自然專題 2 數1 英1	國2 英3 數4 物3 化3 生3 英1 數1 (配合學群,選2) 工程2 財經2 建築設計2 管理2 醫藥2 資訊2等
			(每學期3)自主學習、選手培訓、充實(增廣)/補強性教學、學校特色活動。高一、二全學期授課1，高一、二以英、數、自然學科補強為主。高三以上以新型學測加強為主。
			(每學期2)綜合活動12、晨間閱讀、越野賽跑、草嶺古道成年禮、創意嘉年華、校園園遊會、詩歌朗誦、英語歌唱等

※補充說明：

- 1.高一多元選修(4學分)、高二校訂必修(4學分)、高三多元選修(2學分)為非固定班級選修(虛線)，開設原班數的1.2~1.5倍課程數。
- 2.高一多元選修每學期選2學分，美術(藝能科)可優先開設，若同時分兩個時段跑班選修，例1~7班一群，8~12班一群，則每學期一門課的時數可增為4。
- 3.高二校訂必修課程主要以社會與自然科教師進行協同教學課程設計，以原班選修為原則。各班如有對國、英、數、其他類選修有興趣的同學，另抽離上該科目專題實作課。該課程亦開放跨類組選修，例自然組內社會性向同學亦可跨修人文專題。不同類組校訂必修時段授課老師綁同一時段。
- 4.高三多元選修以和大學銜接的設計為主，例如對商學院有興趣同學可選修微積分，對同學升學的學習歷程採計會有幫助。
- 5.彈性學習：學科未達標準者，需參加補強性教學。
- 6.『補強性選修』與『多元選修』同時段跑班開課，每學期選修2學分。若該學期已修習補強性選修，則不需修習『多元選修』課程。
- 7.畢業條件：至少需150學分及格(102必修，40選修以上)；國文、英文(加二外)各需修習24學分「跨領域/科目專題」、「實作(實驗)」等課程類型至少修習4學分，並完成成果發表。

國立宜蘭高級中學 105 學年度

高一數學適性教學安置計畫

一、依據：

(一) 十二年國民基本教育課程綱要 - 「部定課程得採適性設計以因應學生學習之差異」(page18)辦理。

(二) 105 年 10 月 3 日「十二年國民基本教育課程綱要高級中等學校課程規劃補充規定草案」版本。

二、目標：

(一) 因應學生數學學習之差異採適性教學，以達有效教學。

(二) 確保學生本學力。

三、實施科目：高一數學。

四、實施班級：校高一 107、109 班，共 2 個班。

五、實施時間：實施班級之數學課時間(含輔導課)

六、適性安置方式：

(一) 第一階段(第 1 次定期考成績確認前)：依序依國中教育會考數學→會考總積分→自然成績由高至低排序，分為 2 個適性安置班級。

(一) 第二階段(第 1 次定期考成績確認後)：考量學生個人意願及第 1 次定期考數學成績，由教務處會同數學科老師、班級導師予需再安置或有意再安置之學生個別輔導，並將需再安置名單提供給教務處。

(二) 第三階段：於學期末與相關教師討論下學期安置方式。

七、適性安置班級：安孜數學班、弼凱數學班。

八、授課地點：107 教室(安孜數學班)、109 教室(弼凱數學班)

九、定期考評量方式：考試範圍、內容、考題與本校普通班同。

十、預期成效：

(一) 預先規劃 12 年國教課程適性設計。

(二) 確保每一位同學基本學力，不放棄每一個孩子，提升學習成效。

十一、本辦法經校長核定後實施，修正時亦同。

國立宜蘭高級中學 106 學年度第 1 學期

彈性學習時間之補強性教學實施計畫

一、依據：本校優質化計畫暨十二年國民基本教育課程綱要-「普通型高級中等學校課程-彈性學習時間每週 2-3 節」辦理。彈性學習時間依據學校條件與學生需求，可做為學生自主學習、選手培訓、充實（增廣）/補強性教學及學校特色活動等之運用。

二、目標：

(一) 提前規劃十二年國民基本教育課程綱要普通型高級中等學校-彈性學習時間。

(二) 因應學生國文、英文、數學個別學習差異，擬發展本校彈性學習時間之補強性教學以符低學習成就學生需求，確保基本學力。

三、實施對象：本校高一英文、數學成績需補強之同學。

四、實施方式：

(一) 由教務處依英文、數學定期考成績/會考結果，依成績由低至高，建議英文、數學需補強同學名單。

(二) 時間期程：每班每週第 8 節彈性學習其中 1 節實施，每科每學期實施 10~16 週。

(三) 師資：配合教師課表，邀請英文、數學教師擔任

(四) 班級成員：依課表彈性學習時間，安排抽離式混班英文或數學補強性班級，每班人數以 8~12 名同學為原則。

(五) 班級規劃：有彈性學習第 8 節之班級(高一普通班，不含 108, 112 班)。

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
101		彈性		彈性	
102	彈性			彈性	
103	彈性		彈性		
104	彈性	彈性			
105		彈性	彈性		
106	彈性		彈性		
107				彈性	彈性
109		彈性		彈性	
110		彈性	彈性		
111		彈性		彈性	

(六) 上課地點：實際上課地點將另行公告。

五、預期成效：

(一) 預先規劃 12 年國教課綱彈性學習時間之補強性教學。

(二) 補強英文、數學學習差異，提升學生的課業學習成效。

六、本辦法經校長核定後實施，修正時亦同。

國立宜蘭高中 _____ 學年度第 _____ 學期彈性學習時間之補強性課程_授課進度記錄表

科目： _____

授課教師： _____ 老師 上課地點： _____

次數	日期	時間	節數	進度	教師簽名	備註
1		16:20 ~ 17:10	1			
2		16:20 ~ 17:10	1			
3		16:20 ~ 17:10	1			
4		16:20 ~ 17:10	1			
5		16:20 ~ 17:10	1			
6		16:20 ~ 17:10	1			
7		16:20 ~ 17:10	1			
8		16:20 ~ 17:10	1			
9		16:20 ~ 17:10	1			
10		16:20 ~ 17:10	1			
11		16:20 ~ 17:10	1			
12		16:20 ~ 17:10	1			

彈性學習(第 8 節)之補強性教學-教師注意事項

106.03.13

親愛的老師您好：

感謝您協助辦理彈性學習第 8 節補強性教學，本案屬試辦 107 課綱彈性學習之補強性教學-無需登記學期成績，同學是自由意願報名參加，請多鼓勵願意來上課的同學，他們需要您的鼓勵與肯定。

上課時間、教室、教師、同學名單如附表。

第 1 次上課煩請教師洽教務處教學組幹事領取點名表+教學紀錄表和鑰匙，並於課後繳交學組幹事存收。第 1 次上課煩請協助選出 1 名幹部，工作如下：

負責於每次上課前至教務處領取點名表 + 教學記錄表、借上課教室鑰匙。教學記錄表填寫完畢，請任課老師簽名。課後將，點名表+教學記錄表連同鑰匙繳回教務處。

附件為公告給各班訊息，供參。

科別	教師	上課時間	上課地點	班級	座號	姓名	備註	科別	教師	上課時間	上課地點	班級	座號	姓名	備註
國文	賴志遠	星期一第8節	人文館1F階梯教室	204	02	朱逸哲	國,數擇1	數學	沈碧照	星期一第8節	行政3F小會議室	204	01	方睿騰	3/20 第一次上課
國文	賴志遠	星期一第8節	人文館1F階梯教室	204	03	吳承恩		數學	沈碧照	星期一第8節	行政3F小會議室	204	02	朱逸哲	3/20 第一次上課
國文	賴志遠	星期一第8節	人文館1F階梯教室	204	04	吳威霆		數學	沈碧照	星期一第8節	行政3F小會議室	204	05	吳昱增	3/20 第一次上課
國文	賴志遠	星期一第8節	人文館1F階梯教室	204	07	呂少澤		數學	沈碧照	星期一第8節	行政3F小會議室	204	16	張焯群	3/20 第一次上課
國文	賴志遠	星期一第8節	人文館1F階梯教室	204	09	李瑋杰		數學	沈碧照	星期一第8節	行政3F小會議室	204	26	黃教豪	3/20 第一次上課
國文	賴志遠	星期一第8節	人文館1F階梯教室	204	11	林祖廷		數學	沈碧照	星期一第8節	行政3F小會議室	204	31	翁育暉	3/20 第一次上課
國文	賴志遠	星期一第8節	人文館1F階梯教室	204	12	林煜軒		數學	沈碧照	星期一第8節	行政3F小會議室	204	34	賴佑軒	3/20 第一次上課
國文	賴志遠	星期一第8節	人文館1F階梯教室	204	14	邱俊為		數學	李家榮	星期三第8節	行政3F小會議室	107	30	黃琮恩	
國文	賴志遠	星期一第8節	人文館1F階梯教室	204	21	陳侑辰		數學	李家榮	星期三第8節	行政3F小會議室	107	31	黃鼎翔	
國文	賴志遠	星期一第8節	人文館1F階梯教室	204	23	陳歆		數學	李家榮	星期三第8節	行政3F小會議室	109	10	林子濤	
國文	賴志遠	星期一第8節	人文館1F階梯教室	204	24	游子遼		數學	李家榮	星期三第8節	行政3F小會議室	109	19	張一平	
國文	賴志遠	星期一第8節	人文館1F階梯教室	204	26	黃教豪	國,數擇1	數學	李家榮	星期三第8節	行政3F小會議室	109	22	張峻晁	
國文	賴志遠	星期一第8節	人文館1F階梯教室	204	27	楊鎮璋		數學	李家榮	星期三第8節	行政3F小會議室	109	32	黃是銓	
國文	賴志遠	星期一第8節	人文館1F階梯教室	204	29	蕭子漢		數學	李家榮	星期三第8節	行政3F小會議室	109	34	楊子進	
國文	賴志遠	星期一第8節	人文館1F階梯教室	204	32	林宜宏		數學	李家榮	星期三第8節	行政3F小會議室	109	36	蔡昭弘	
國文	賴志遠	星期一第8節	人文館1F階梯教室	204	34	賴佑軒	國,數擇1	數學	莊依樹	星期四第8節	行政3F小會議室	104	22	陳禹瑞	
英文	吳宛倫	星期一第8節	謙學樓2F英聽教室	101	01	仇克勤		數學	莊依樹	星期四第8節	行政3F小會議室	106	27	游承儒	
英文	吳宛倫	星期一第8節	謙學樓2F英聽教室	101	02	王寅		數學	莊依樹	星期四第8節	行政3F小會議室	110	01	王海珊	
英文	吳宛倫	星期一第8節	謙學樓2F英聽教室	101	04	吳丞揚		數學	許弼凱	星期二第8節	行政3F小會議室	101	11	林品言	
英文	吳宛倫	星期一第8節	謙學樓2F英聽教室	101	05	李錦州		數學	許弼凱	星期二第8節	行政3F小會議室	101	17	張祐璋	
英文	吳宛倫	星期一第8節	謙學樓2F英聽教室	101	09	林杰		數學	許弼凱	星期二第8節	行政3F小會議室	101	20	郭國璿	
英文	吳宛倫	星期一第8節	謙學樓2F英聽教室	101	12	林彥辰		數學	許弼凱	星期二第8節	行政3F小會議室	101	25	游聖立	
英文	吳宛倫	星期一第8節	謙學樓2F英聽教室	101	27	黃俊硯		數學	許弼凱	星期二第8節	行政3F小會議室	101	26	黃千睿	
英文	吳宛倫	星期一第8節	謙學樓2F英聽教室	101	28	黃晨凱		數學	許弼凱	星期二第8節	行政3F小會議室	101	31	楊本顥	
英文	吳宛倫	星期一第8節	謙學樓2F英聽教室	101	35	詹祐任		數學	許弼凱	星期二第8節	行政3F小會議室	102	25	陳濤	

煩請導師協助轉知班上同學，謝謝！

彈性學習(第 8 節)之補強性教學-學生注意事項

106.03.13

1. 國文、英文、數學彈性學習(第 8 節)之補強性教學訂於 3/13 起開始上課，授課教師、同學名單、上課時間暨地點如附件，請同學屆時準時出席。碧照老師數學 3/20 開始上課。
2. 攜帶上課用品，準時至指定教室上課，教室內禁止飲食。
3. 第 1 次上課請同學直接至指定教室並與上課教師配合，選出 1 名幹部，工作內容如下：
負責於每次上課前至教務處教學組幹事領取點名表 + 教學紀錄表、借上課教室鑰匙。教學記錄表填寫完畢，請任課老師簽名。下課後，將點名表 + 教學記錄表連同鑰匙繳回教務處。
4. 每次上課後請同學一起復原教室，維持教室整齊，尤其是各類電器、門、窗，並請幹部做最後檢查。
5. 如同學欲退選請於 3/17(五)前洽教學組幹事登記或直接請該節上課教師將名字從點名表中刪除。爾後，若未到課以曠課論。
6. 若之前調查時，有簽名於第 8 節補救調查表，但未在附檔中之同學，表示未媒合成功，仍請同學維持良好學習態度，努力向上不要退步。

校定必修社會領域課程

- 發想：
- 方式：共備會議(共同領域時間：週二上午)
- 參與教師：史(曹永慶、蔡惠如)
地(周士堯、徐明鴻、蔡舒珊)
公(李沛青、余旻靜)

校定必修社會領域課程報告大綱

- ㊀ 校定必修社會領域課程：凝聚共識(105.12月)
- ㊁ 校定必修社會領域課程：課程架構(105.2月)
- ㊂ 校定必修社會領域課程：桌遊(105.3-6月)
- ㊃ 校定必修社會領域課程：暑輔課程(105.7-8月)
- ㊄ 校定必修社會領域課程：學生心得回饋

一 校定必修社會領域課程：凝聚共識

- 2016.12月：構凝聚共識、課程脈絡討論
- 1. 史：「多頭銜接」、「大眾底層」、「主體觀點」，來論證多元的歷史記憶
- 2. 地：地方學脈絡，以涵蓋公民社會參與、歷史族群探討、地理區域特色的角度探討鄉土的區域議題
- 3. 公：針對不同觀點與價值進行議題的討論

一 校定必修社會領域課程：凝聚共識



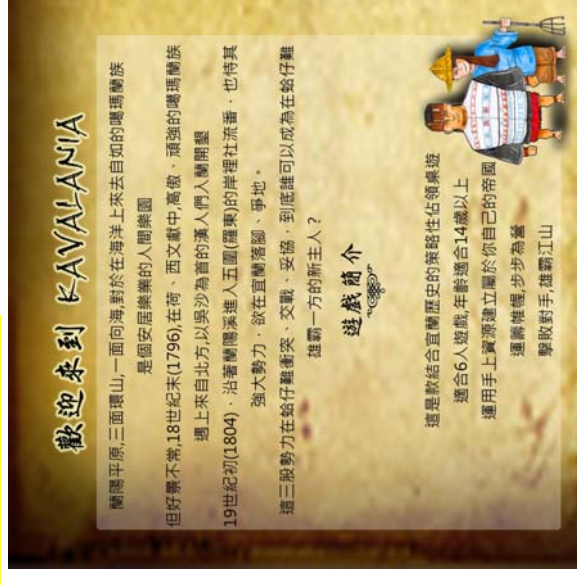
先保有課程脈絡的彈性，用活動與能力組合課程，先以課程的活潑、趣味為主，再從課程彼此的相關與惠如(史)、銘鴻(地)老師的脈絡交叉比對出一個方向

三 校定必修社會領域課程：桌遊課程



遊戲設計：周士堯、徐銘鴻、蔡舒嫻、李沛菁、余旻靜、曹永堯、蔡惠如、Peter Lee
美術設計：Peter Lee、楊承昱
本遊戲主要根據桌遊「八分鐘帝國」概念，結合宜蘭歷史、地理特色，由宜中社會科老師及第十五屆美術班學生設計而成。

三 校定必修社會領域課程：桌遊課程



歡迎來到 KAVALANIA

蘭陽平原,三面環山,一面向海,對於在海洋上來去自如的噶瑪蘭族
是個安居樂業的人間樂園
但好景不常,18世紀末(1796)在荷、西文獻中,高傲、頑強的噶瑪蘭族
遇上來自北方,以吳沙為首的漢人們入關開墾
19世紀初(1804),沿著蘭陽溪進入五圍(羅東)的岸裡社流番,也恃其
強大勢力,欲在宜蘭落腳、爭地。
這三股勢力在蚺仔難衝突、交戰、妥協,到底誰可以成為在蚺仔難
雄霸一方的新主人?

遊戲簡介

這是結合宜蘭歷史的策略性佔領桌遊
適合6人遊戲,年齡適合14歲以上
運用手上資源建立屬於你自己的帝國
運籌帷幄,步步為營
擊敗對手,雄霸江山



三 校定必修社會領域課程：桌遊課程



四 校定必修社會領域課程：暑假課程試行

106年暑期社會科輔導課~踏上先人 拓墾之路

- 研發教師: 蔡惠如、余旻靜、周士堯
協力教師: 徐銘鴻、曹永慶、王沛芬、簡琬婷
- 上課班級: 社會組202.203班約80位同學
- 上課時間: 7/11~7/26每週四堂課，共12節

四 校定必修社會領域課程：暑期課程試行

	1節	2節	3節	4節
1週 7/10~7/14	課程介紹 學習分組 (快問快答， 用對錯區分 組)	桌遊規則說 明 介紹桌遊 遊戲背景	桌遊試玩 分六組試玩	遊戲心得討論 下週任務說明
2週 7/17~7/21	校外考察 宮三組輪流跑關) 習單)	宜中>鑑湖堂> 回縣史館總結 考察心得(考 察學		
3週 7/24~7/28	文本閱讀與 討論	百萬小學堂 分組競賽宜 蘭史地知識	議題討論 新聞議題 小組報告	心得撰寫 靜心時間

四 校定必修社會領域課程：暑期課程試行

第一週 桌遊試玩



- 體驗200年前，漢人拓墾宜蘭時與蘭陽平原的先住民噶瑪蘭的衝突，利用命運卡牌與駐軍、行軍模擬當時拓墾。

四 校定必修社會領域課程：暑期課程試行

第二週 實地踏查



- 利用闖關活動由三位老師帶訪新福宮、陳氏鑑湖堂、縣史館並完成學習單及發表心得

四 校定必修社會領域課程：暑期課程試行

第二週 實地踏查



- 利用闖關活動由三位老師帶訪新福宮、陳氏鑑湖堂、縣史館並完成學習單及發表心得

第三週 議題討論



總結前兩週課程

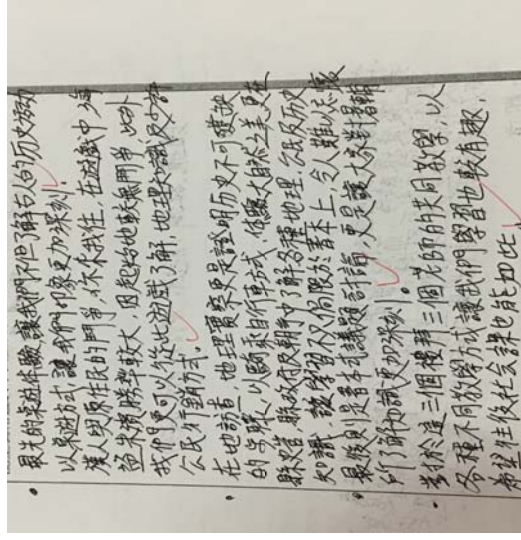
1. 帶領同學研讀歷史文本、討論歷史觀點的多元價值。
2. 安排百萬小學堂的分組競賽，複習三週習得內容。
3. 帶領議題討論，從原住民、環境議題(亞泥礦業展延議題)，讓同學自行蒐集議題，分析內容，並表達看法。

203 賴致龍

- 高中念了一年，我也快走到高二，在這個暑期輔導期間，我上了很有意思的「社會課」。一開始的四堂課，我們玩了有趣的桌遊，彷彿重遊十八、十九世紀的宜蘭，就好像我們真的活在那個當代下，使我們更了解自己所生活地方的歷史，豐富了我的小腦袋瓜。



203 林昱江



203 賴致龍

- 在第二週的社會課，我們騎著自己的腳踏車，細細品嚐我們的故鄉，雖然是在烈日高照下「訓練」肌肉，但也因為如此，才能揮灑自己的汗水，在青春中綻放最熱血洋溢的自己。真正的知識，是雙腳走出來的，這句話我總算摸透了。
- 最後一週，我們討論了身為公民所需關注的議題，表達自己最真實的想法，這是身為學生的我所愛的，可以完整表達我認為「核電」比「火力發電」更好的觀點。

203 賴致龍

- 這個暑輔我過得很充實，尤其在社會科的十二堂課中，我學到了教科書永遠不會記載到的體驗，希望開學也能在社會科學到更多的知識！



Yilan-Go-Around—和阿兜仔 show 宜蘭

「你曾想向外籍友人介紹宜蘭或台灣而不知如何開口嗎？」

「你想結交外籍筆友或與在宜蘭的外籍人士交流嗎？」

「你常覺得學英文但是生活中用不到嗎？」

<<Yilan-Go-Around— 和阿兜仔 show 宜蘭>> 這堂課程，結合英語口說、英文寫作學習，和宜蘭在地文化，培養宜蘭青年向外國友人展演台灣、宜蘭在地文化的能力。課程進行方式活潑，中英雙語進行，英文學習和應用能力並重。在課堂中，你和同學將透過小組討論、上台報告、角色扮演，用英語展演、分享在地文化。此外，透過和外國學校合作，你將與外國筆友（e-pal）有書信往來，建立友誼，學期末表現優異的你，更有機會參與「陪阿兜仔過新年」接待家庭計劃的徵選，實際運用上課所學，向外國友人介紹台灣宜蘭文化，建立跨國友誼，培養跨文化傳播、溝通、關懷的能力，增進國際視野。

第一週：自我介紹、分組、筆友安排

第二週：認識筆友 & 書信禮儀、文化差異（隱私界線、基本禮貌）

第三週：書信撰寫(peer review) HW#1

第四週：Traditional Festivals and Customs 傳統節慶與習俗 *HW#1 due

第五週：Traditional Festivals and Customs 傳統節慶與習俗

第六週：角色扮演 HW#2

第七週：第一次期中考準備

第八週：Food Culture and Night Markets 飲食文化與夜市

第九週：全運會停課

*HW#2 Visit the night market and make preparations for HW#3

第十週：Food Culture and Night Markets 飲食文化與夜市

第十一週：Lab 海報製作與宣傳—宜蘭夜市

HW#3 poster presentation / role play due

第十二週：Tourist Attractions in Yi-Lan 宜蘭觀光景點

第十三週：Tourist Attractions in Yi-Lan 宜蘭觀光景點

第十四週：投影片製作—宜蘭勁好玩 HW#4

第十五週：投影片報告—宜蘭勁好玩 HW#4 due

第十六週：第二次期中考

第十七週：冬至～搓湯圓學英文

第十八週：阿兜仔過新年簡介與準備

第十九週：筆友交流分享 HW#1

第二十週：期末評量&分享與檢討

第二十一週：期末考準備

學習評量比重分配：

1. 筆友交流 HW#1 (20%)
2. 角色扮演 HW#2 (20%)
3. F B海報製作與分享 HW#3 (20%)
4. 介紹宜蘭 ppt HW#4 (20%)
5. 課程參與度與態度 (20%)

國立宜蘭高級中學 106 學年度第一學期
高一班群選修 宜蘭文史導讀(一) 課教學計畫

一、學期目標

「**宜蘭文史導讀(一)**」課程本學期欲達成之目標如下：

1. 使同學在正式的歷史與國文課程之外，對宜蘭文史有概略的瞭解。
2. 使同學對生活周遭的宜蘭文史相關資源有基本的認識。
3. 使同學對宜蘭鄉土有較國中時期更進一步的理解、情感與認同。

二、學期重點能力

「**宜蘭文史導讀(一)**」課程本學期欲達成之核心能力如下：

1. 讓同學對於鄉土文史議題能進行觀察、省思、表達。
2. 讓同學能在與鄉土互動之後將所得之感懷產出作品。
3. 讓同學日後能自行尋找資源解答疑惑。

三、學期教學進度表(每週時數：2 小時)

週次	實施時間	單元名稱(議題、能力指標)	評量方式	備註(含作業)
1	8/28-9/1	課程介紹、宜蘭史概述、鄉土認同		8/24 開學， 8/29 班群選修教師課前會議 8/29 第一次上課
2	9/4-9/8	宜中的校園文史：校史館＋校史廊道		
3	9/11-9/15	宜中教師作家：吳茂松＋賴志遠		
4	9/18-9/22	宜蘭的政治家：蔣渭水＋陳金波		
5	9/25-9/29	宜蘭設治紀念館＋南門林園（外）		
6	10/2-10/6	宜蘭鄉土作家（一）：黃春明＋李潼		
7	10/9-10/13	國慶日放假		10/11-13 第一次期中考
8	10/16-10/20	結合「宜蘭學」課程出訪（暫定）（外）		
9	10/23-10/27	全運會停課		10/23~10/26 全運會停課
10	10/30-11/3	宜蘭鄉土作家（二）：吳敏顯＋簡嬪		
11	11/6-11/10	蘭陽博物館：漢本遺址特展（外）		
12	11/13-11/17	宜蘭詩人作家：歪仔歪詩社		
13	11/20-11/24	「慈林紀念館」志工演講（暫定）		
14	11/27-12/1	宜蘭作家文本自選自讀（一）		
15	12/4-12/8	期中考停課		12/4~6 第二次期中考
16	12/11-12/15	李榮春文學＋頭城鎮史館（外）		
17	12/18-12/22	宜蘭俗諺＋鄉土歌手		

週次	實施時間	單元名稱(議題、能力指標)	評量方式	備註(含作業)
18	12/25-12/29	宜蘭酒令+宜蘭戲劇館(外)		
19	1/1-1/5	宜蘭古典文學：方志+詩社+鸞書		
20	1/8-1/12	宜蘭刊物+圖書館+獨立書店		
21	1/15-1/19	宜蘭作家文本自選自讀(二)		1/22-24 期末考，休業式
備註：				

四、評量方式及配分

- 1.出席狀況：10%
- 2.課後作業：50%
- 3.課堂表現：40%

五、教科書及參考書目：

- (一)教科書：自編教材。
- (二)參考資料：
 - 1.吳茂松老師、林承遠老師「宜蘭在地文學」課程講綱。
 - 2.徐銘鴻老師、周士堯老師「宜蘭學」課程講綱。
 - 3.林正芳老師、蔡明志老師社區大學宜蘭文史相關課程講綱。
 - 4.相關紀錄片與展覽。

國立宜蘭高級中學 106 學年度第一學期
高一班群選修 宜蘭飲食文學 課教學計畫

一、學期目標

「宜蘭飲食文學」課程本學期欲達成之目標如下：
描述在地美食之色香味，並連結生活故事。

二、學期重點能力

「宜蘭飲食文學」課程本學期欲達成之核心能力如下：
以自己語言描述食物，培養流暢之文字及口語表達能力。

三、學期教學進度表(每週時數：2 小時)

週次	實施時間	單元名稱(議題、能力指標)	評量方式	備註(含作業)
1	8/28-9/1	說明課程大綱、學生自我介紹		8/24 開學， 8/29 班群選修教師課前會議 8/29 第一次上課
2	9/4-9/8	學生分組，初講描述法		
3	9/11-9/15	續講描述法		
4	9/18-9/22	校外尋味(一)		
5	9/25-9/29	口語表達訓練(一)		
6	10/2-10/6	名家佳作欣賞(一)		
7	10/9-10/13	國慶日放假		10/11-13 第一次期中考
8	10/16-10/20	飲食文學藝術欣賞(一)		
9	10/23-10/27	全運會停課		10/23~10/26 全運會停課
10	10/30-11/3	校外尋味(二)		
11	11/6-11/10	圖館尋書		
12	11/13-11/17	名家佳作欣賞(二)		
13	11/20-11/24	校外尋味(三)		
14	11/27-12/1	口語表達訓練(二)		
15	12/4-12/8	期中考停課		12/4~6 第二次期中考
16	12/11-12/15	飲食文學藝術欣賞(二)		
17	12/18-12/22	校外尋味(四)		
18	12/25-12/29	口語表達訓練(三)		
19	1/1-1/5	校外尋味(五)		
20	1/8-1/12	長文寫作(一)		
21	1/15-1/19	長文寫作(二)		1/22-24 期末考，休業式

週次	實施時間	單元名稱(議題、能力指標)	評量方式	備註(含作業)
備註：				

四、評量方式及配分

- 1、學習單佔 50%。
- 2、上台報告佔 20%
- 3、長文寫作佔 30%

五、教科書及參考書目：

(一)教科書：

《宜蘭味》~蘇麗春、黃春美、陳維鸚合著。

(二)參考書目：

- 1、雅舍談吃~梁實秋
- 2、暴食江湖~焦桐
- 3、臺灣味道~焦桐

國立宜蘭高級中學 106 學年度第一學期
高一普通班宜蘭學科:發現宜蘭土地故事教學計畫

106 年 8 月 30 日地理科教學研究會通過(全年級適用)

一、學期目標

- (1) 讓學員認識宜蘭這塊土地上的自然環境、人文歷史與產業發展之軌跡與特色。
- (2) 冀望學員能透由實察、教學活動體驗增進對宜蘭土地關心、並由關心產生愛護鄉土情懷。

二、學期重點能力

「宜蘭學科」課程本學期欲達成之核心能力如下：

- (1) 學習實地考察的觀察與記錄的能力。
- (2) 學習蒐集、整理史地資料，並製作為主題成果。
- (3) 學習解說介紹宜蘭。



FB 社團

三、學期教學進度表(每週時數： 小時)

週次	實施時間	單元名稱(議題、能力指標)	評量方式	備註(含作業)
1	08/30(堯)	課程介紹、認識宜蘭自然與人文 課程準備、課程說明、學生分組	學習單	個人學習資料表
2	09/06(堯)	運用 google map 與中研院百年歷史地圖等網路資源查詢宜蘭地理相關資訊	電腦實作	◎電腦教室實作課程
3	09/13(堯)	宜蘭科學園區&鑑湖堂&宜運實察	學習單	◎5~6 節室外課程：騎腳踏車
4	09/20(銘)	「頭城海岸地區的開發與災害」：先備知識的教授、實察活動的準備		
5	09/27(銘)	「頭城海岸及人文實察」：頭城老街、烏石港、外澳海灘、頭城海水浴場等	學習單	◎5~8 節室外課程 7.8 節公假
6	10/04(堯)	「頭城海岸及人文實察」學生分組解說地圖報告&google earth 應用	紙本與電腦報告	
7	10/11	第一次定期考		10/10 國慶日 10/11-10/13 第一次定期考
8	10/18(堯)	「宜蘭水資源的開發與利用」：先備知識的教授、實察活動的準備	口頭討論	◎5~8 節室外課程 7.8 節公假
9	10/25(銘)	「宜蘭的水文實察」：自來水園區、再連堤防、水圳源頭		◎室外課程 7.8 節公假
10	11/1 (銘)	深溝地區探索		11/3-11/4 高三第三次模擬考
		宜蘭休閒農業體驗 (11/6 週末考察) 中山休閒農業區 DIY 體驗 三星行健有機村參訪	學習單	◎室外課程
11	11/08(堯)	實察活動省思與報告準備	口頭討論	
12	11/15(堯)	期中報告(地方報導—文字)	紙本報告	
13	11/22(銘)	宜蘭專題講座	嵐雅	

週次	實施時間	單元名稱(議題、能力指標)	評量方式	備註(含作業)
14	11/29	第二次定期考		11/28-11/30 第二次定期考
15	12/06(銘)	宜蘭地名探源及台灣地名資訊網使用	學習單	
16	12/13(銘)	宜蘭俚諺講座&宜蘭市宗教	學習單	12/14-12/15 高三第四次模擬考 12/14 新詩朗誦比賽
17	12/20(銘)	宜蘭市舊城穿街走巷	學習單	◎5~6 節室外課程 騎腳踏車
18	12/27(堯)	宜蘭市舊城分組踏查		◎5~8 節室外課程 7.8 節公假騎腳踏車
19	01/03(銘)	學生分組期末報告(地方報導—影片)	分組影片報告	元旦補假一日(1/2) 1/3-1/4 高三期末考
20	01/10(堯)	宜蘭學期末考		紙本測驗
21	01/17	期末考		1/17-1/19 高一高二期末考

備註：

融入重要議題及其代碼：生涯發展(a)、生命教育(b)、性別平等教育(c)、法治教育(d)、人權教育(e)、海洋教育(f)、環境教育(g)、永續發展(h)、多元文化(i)及消費者保護教育(j)

四、評量方式及配分

- (一)學習態度、出席率佔 15%。上課分享加分、攜帶上課用品與準時出席情形。
- (二)期末考評量佔 15%。期末筆試試題，簡答題型式，滿分 100 分。
- (三)課堂作業與學習單 30%。期末挑選 6 次最好作業成績登記，每次滿分 5 分。
- (四)分組報告佔 20：期中加期末。
- (五)期末個人心得 10%：期末繳交 500 字綜合學習心得。
- (六)分組學習記錄影片 10%

五、課程約定

- (一)上課請準時出席，若因故遲到或缺席請手機連絡老師請假，下節課並攜帶證明向老師登記。每節課遲到 3 分鐘以上，一次扣總分 1 分，遲到 10 分鐘以上記曠課一次扣總分 2 分。室外課集合遲到，以至無法搭上車出發上課者，以曠課紀錄。
- (二)2 節課的室外課請準備腳踏車，並確認車況，攜帶手機以便連絡。室外課全程請依老師指示，不得私自脫隊，購物及其他違反校規行為。違者記警告以上處分。
- (三)上課非經老師允許不得使用手機，違者依校規記警告一次，並代為保管手機至下課。
- (四)課堂作業為當節或下周上課時繳交，若隔兩周後繳交記遲交，扣總分 2 分，超過兩周後不得再補交作業，當次成績以 0 分算。
- (五)上課請自行攜帶資料夾及文具用品，並將上課發放講義及學習單放入個人資料夾內。

六、授課教師

姓名	辦公室	手機	Email
徐銘鴻	行政大樓二樓 教務處優質化老師	0921555579	s24261@gmail.com
周士堯	行政大樓一樓 導師室 靠近後門	0919026869	dgesiw@yahoo.com.tw

七、課程網站：

<https://sites.google.com/site/yilanourse/>

<https://www.facebook.com/groups/1665066710415248/>

國立宜蘭高級中學 106 學年度第一學期
高一班群選修「看電影學愛與寬恕」課程教學計畫

一、學期目標

「愛與寬恕」課程本學期欲達成之目標如下：

1. 瞭解愛與寬恕的意義與價值。
2. 學習愛與寬恕的方法，增進生活幸福與平安。
3. 提昇愛與寬恕的精神與素養，發展愛人、愛己的能力。
4. 增進愛人與愛己的能力，實踐關懷與愛的精神；提高處理人際衝突的能力，提供選擇寬恕的可能性，增進與人和好的能力。

二、學期重點能力

「愛與寬恕」課程本學期欲達成之核心能力如下：

1. 從電影教學中感受愛與寬恕的價值與意義，從討論中分享表達自己的意見想法。
2. 認知上：了解愛的意涵/元素，分辨愛與喜歡的不同。情意上：表達愛的感受/心情。技能上：實踐愛人的計畫/行動。
3. 認知上：了解寬恕的意義，寬恕的價值、歷程，理解寬恕是選擇而非被迫或應該。情意上：表達受傷與受到被不公平對待的情緒。技能上：練習寬恕的方法/可能形式。
4. 統整與回顧本學期課程愛與寬恕在人生旅途上的價值與意義。

三、學期教學進度表(每週時數：2 小時)

週次	實施時間	單元名稱(議題、能力指標)	評量方式	備註(含作業)
1	0213~0218	認識彼此，相見歡。	口語表達 討論參與情形	0213 開學/0214 第一次上課 0215~0216 加退選
2	0220~0224	從「畫皮」看愛的意義 2-1	討論/分享	0220 公布加退選確定名單
3	0227~0303	從「畫皮」看愛的意義 2-2	討論/分組報告/學習單	0228 和平紀念日連假
4	0306~0310	「等一個人咖啡館」面對愛的悲傷與失落	講授/學習單	學習單
5	0313~0317	愛的行動/計劃	分組討論	個人行動學習單
6	0320~0324	「打不倒的勇者」愛能包容一切 2-1	影片欣賞	
7	0327~0331	段考		0327~0329 第一次段考
8	0403~0407	清明節		0404 清明節連假
9	0410~0414	「打不倒的勇者」愛能包容一切 2-2	欣賞與討論	學習單
10	0417~0421	「蘇乞兒」愛 VS 仇恨	影片欣賞與導論	學習單
11	0424~0428	「悲慘世界」裡的幸福 2-1	欣賞	
12	0501~0505	「悲慘世界」裡的幸福 2-2	導論/分組討論	
13	0508~0512	段考		0509~0511 第二次段考

週次	實施時間	單元名稱(議題、能力指標)	評量方式	備註(含作業)
14	0515~0519	愛與信仰，參訪泰山路天主堂	心得分享/提問	
15	0522~0526	「霍元甲」道歉與寬恕	道歉信撰寫/原諒石製作	
16	0529~0602	連假停課		0530 端午節連假
17	0605~0609	「愛包容一切.浪子回頭」黃頌原先生分享	學習單/心得發表/提問	
18	0612~0616	畢業典禮停課		0613 畢業典禮高一二停課
19	0619~0623	期末回饋與回顧	回饋表	
20	0626~0630	期末考		0628~0630 期末考 0630 休業式
備註：				

四、評量方式及配分

學習單撰寫 40% 愛的行動計畫報告 30% 參訪學習表現 20% 上課討論/發言表現 10%

五、教科書及參考書目：

(一)教科書：自編教材

(二)參考書目：

吳庶深 (2001)。生命教育概論。台北：學富文化事業有限公司。
林為正譯 (2002)。《原諒的藝術》。台北：上硯。
吳庶深 (2003) 主編。生命的五個階段。台北：宗博館。
吳庶深、蕭可音、王佳玲 (2008)。敢愛敢不恨—青少年寬恕教育課程與教學。台北：道聲。
李偉文 (2010)。電影裡的生命教育。台北：天下雜誌。
林凱雄、葉織茜譯 (2016)。《道歉的力量》。台北：遠足文化事業有限公司。

國立宜蘭高級中學 106 學年度第一學期

高一班群選修日語課教學計畫

一、學期目標

「日語科」課程本學期欲達成之目標如下：

1. 利用圖像和字源學會基礎 50 音並能正確發音及書寫。
2. 學習基本句型，利用簡單日語來進行對話。
3. 藉由主題討論學習更多新單字，讓日語學習更活潑有趣。

二、學期重點能力

「日語科」課程本學期欲達成之核心能力如下：

按照每課學習進度，循序漸進，學習簡單的自我介紹、東西名稱、場所、數字、價錢、時間、日期的表達、動作的時態、收與授的用法等，並配合日常生活情境的會話練習，提昇日語表達能力。

三、學期教學進度表(每週時數：2 小時)

週次	實施時間	單元名稱(議題、能力指標)	評量方式	備註(含作業)
1	8/29-9/2	平假名 日語文字介紹與發音、日常招呼語		8/29 開學， 8/30 班群選修教師課前會議 8/30 第一次上課
2	9/5-9/10	平假名 特殊音 (濁音、半濁音)		
3	9/12-9/14	片假名 數字 0~10 唸法		
4	9/19-9/23	片假名 特殊音 (長音、拗音、促音)		
5	9/26-9/30	第 1 課 自我介紹、朋友的介紹		
6	10/3-10/7	會話：初めまして		
7	10/11-10/14			10/11-13 第一次期中考
8	10/17-10/21	第 2 課 物品名稱、疑問句的問法		
9	10/24-10/28	會話：これからお世話になります		
10	10/31-11/4	第 3 課 場所名稱、位置的問法、價錢		
11	11/7-11/11	會話：これをください		
12	11/14-11/18	第 4 課 時間、時態		
13	11/21-11/25	會話：そちらは何時までですか。		
14	11/28-12/2			11/28-30 第二次期中考
15	12/5-12/9	第 5 課 移動動詞用法、日期		

週次	實施時間	單元名稱(議題、能力指標)	評量方式	備註(含作業)
16	12/12-12/16	會話：この電車は甲子園へ行きますか		
17	12/19-12/23	第6課 動詞、邀請		
18	12/26-12/30	會話：一緒に行きませんか		
19	1/3-1/6	第7課 收與授的用法		
20	1/9-1/13	會話：いらっしゃい		
21	1/16-1/19			1/17-19 期末考，休業式
備註：				

四、評量方式及配分

- (一)平時考估 30 分：3 次平假名各估 10 分。
- (二)期末測驗估 40 分
- (三)會話練習估 10 分。
- (四)學習態度、出席率估 20 分。

五、教科書及參考書目：

- (一)教科書：《大家的日本語 初級 I 改訂版》
- (二)參考書目：《基礎 50 音入門》

國立宜蘭高級中學 106 學年度第一學期

高一班群選修法語課教學計畫

一、學期目標

「法語」課程本學期欲達成之目標如下：認識法語字母、發音(母音與子音)、數字(0,1,2...2000)、基本句型文法及日常生活會話(打招呼、詢問名字、簡單自我介紹等，以及簡單表達喜好)，讓沒有接觸過法語的學習者奠定初級法語基礎。

二、學期重點能力

「法語」課程本學期欲達成之核心能力如下：

- (1) 熟悉法語字母與發音。
- (2) 認識法文數字結構。
- (3) 閱讀及了解基本會話、短文及法語歌。
- (4) 具備進階學習法語之基本發音能力、聽力與基本對話。

三、學期教學進度表(每週時數：2 小時)

週次	實施時間	單元名稱(議題、能力指標)	評量方式	備註(含作業)
1	0213~0218	老師介紹、分組、選幹部、法語字母、母音與子音、數字(1-10)、歌		0213 開學/0214 第一次上課 0215~0216 加退選
2	0220~0224	字母、發音練習、網路法語使用、數字 1-20、動詞、歌 I		0220 公布加退選確定名單
3	0227~0303	放假		0228 和平紀念日連假
4	0306~0310	期中考說明、字母、數字 1-40 發音練習、Festival 1 第 1 課、世界地圖、歌 I		
5	0313~0317	字母、發音練習、數字 1-50、Festival 1 第 1 課、動詞變化、法國地圖、歌 II		
6	0320~0324	字母、發音、數字 1-70、Festival 1 第 1 課、動詞變化、歌 II		
7	0327~0331			0327~0329 第一次段考
8	0403~0407			0404 清明節連假
9	0410~0414	字母、發音、數字 1-70、Festival 1 第 2 課課文、生字、歌 II		
10	0417~0421	法語期中考		
11	0424~0428	Festival 1 第 2 課、生字、數字 1-100、歌 III		
12	0501~0505	Festival 1 第 2 課、數字 1-1000、歌 III		
13	0508~0512			0509~0511 第二次段考
14	0515-0519	Festival 1 第 3 課、生字、數字運算、歌 III		
15	0522-0526	Festival 1 第 3 課、數字運算、歌 IV		

週次	實施時間	單元名稱(議題、能力指標)	評量方式	備註(含作業)
16	0529-0602			0530 端午節連假
17	0605~0609	Festival 1 第 3 課、數字運算、歌 IV		
18	0612~0616			0613 畢業典禮高一二停課
19	0619~0623	法語期末考		
20	0626~0630	課程總結		0628~0630 期末考 0630 休業式
備註：				

四、評量方式及配分

- (一) 期中與期末評量：各佔 30%分。
- (二) 平時口試練習佔 25%分。
- (三) 學習態度、出席率佔 15%分。

五、教科書及參考書目：

- (一)教科書：
 1. Festival 1. 2005. CLE International.
 2. 自編講義。
- (二)參考書目：
 1. 法語語法詳解。
 2. 法文動詞變化手冊。

國立宜蘭高級中學 106 學年度第一學期
高一班群選修 課教學計畫

一、學期目標

「_____」課程本學期欲達成之目標如下：

1. 培養韓文學習之興趣
2. 提供韓國趨勢發展的機會

二、學期重點能力

「_____」課程本學期欲達成之核心能力如下：

1. 了解發音及基礎用語

三、學期教學進度表(每週時數：2 小時)

週次	實施時間	單元名稱(議題、能力指標)	評量方式	備註(含作業)
1	8/28-9/1			8/24 開學， 8/29 班群選修教師課前會議 8/29 第一次上課
2	9/4-9/8	認識韓文	互動學習	
3	9/11-9/15	母音	互動學習	
4	9/18-9/22	子音	互動學習	
5	9/25-9/29	送氣音、硬音	互動學習	
6	10/2-10/6	雙母音	互動學習	
7	10/9-10/13	國慶日放假	互動學習	10/11-13 第一次期中考
8	10/16-10/20	複習、遊戲	互動學習	
9	10/23-10/27	全運會停課	互動學習	10/23~10/26 全運會停課
10	10/30-11/3	常用語、歌曲	互動學習	
11	11/6-11/10	文法一、歌曲	互動學習	
12	11/13-11/17	數字	互動學習	
13	11/20-11/24	文法二、歌曲	互動學習	
14	11/27-12/1	複習、分組競賽	互動學習	
15	12/4-12/8	期中考停課	互動學習	12/4~6 第二次期中考
16	12/11-12/15	食物、旅遊	互動學習	
17	12/18-12/22	數字與食物運用	互動學習	
18	12/25-12/29	運動、遊戲	互動學習	
19	1/1-1/5	複習	互動學習	

週次	實施時間	單元名稱(議題、能力指標)	評量方式	備註(含作業)
20	1/8-1/12	期末考	紙筆測驗	
21	1/15-1/19	檢討	互動學習	1/22-24 期末考，休業式
備註：				

四、評量方式及配分

平時表演 70%

期末考 30%

五、教科書及參考書目：

(一)教科書：

韓國語入門

(二)參考書目：

首爾大學韓國語

延世大學韓國語

高麗大學韓國語

國立宜蘭高級中學 106 學年度第一學期
高一班群選修 西班牙語 課教學計畫

一、學期目標

「西班牙語」課程本學期欲達成之目標如下：

(1) 目的在於培養學員基本聽說能力，再輔以西語語法為基礎，進而培養學員之西班牙文基本讀寫程度並學會活用簡易的日常溝通會話

(2) 文化層面之介紹：有關西班牙及其他拉丁美洲之西語系國家日常生活、音樂、飲食、節慶、建築、相關重要人物等等。

二、學期重點能力

「西班牙語」課程本學期欲達成之核心能力如下：

(1) 加強西班牙語發音、文法、語彙、一般日常會話等能力。

三、學期教學進度表(每週時數：2 小時)

週次	實施時間	單元名稱(議題、能力指標)	評量方式	備註(含作業)
1	8/28-9/1	介紹西班牙文、取西文名字		8/24 開學， 8/29 班群選修教師課前會議 8/29 第一次上課
2	9/4-9/8	字母發音、發音規則		
3	9/11-9/15	分音節、雙母音、三母音		
4	9/18-9/22	冠詞、名詞的性、數(一)		
5	9/25-9/29	名詞的性、數(二)		
6	10/2-10/6	形容詞的性		
7	10/9-10/13	國慶日放假		10/11-13 第一次期中考
8	10/16-10/20	形容詞的數		
9	10/23-10/27	全運會停課		10/23~10/26 全運會停課
10	10/30-11/3	代名詞(一)		
11	11/6-11/10	代名詞(二)		
12	11/13-11/17	西班牙期中考		
13	11/20-11/24	數字		
14	11/27-12/1	1. 嗨！你好嗎？2. 你叫什麼名字？3. 表達及詢問國籍(國名) 4. 問候及道別語		
15	12/4-12/8	期中考停課		12/4~6 宜中期中考
16	12/11-12/15	1. 職業與學業：你的職業是什麼？ 2. 詢問年齡		

週次	實施時間	單元名稱(議題、能力指標)	評量方式	備註(含作業)
17	12/18-12/22	1. 詢問手機(電話)號碼幾號? 2. 詢問電子郵件		
18	12/25-12/29	製作西班牙海鮮飯		
19	1/1-1/5	影片欣賞		
20	1/8-1/12	西班牙文期末考		
21	1/15-1/19	介紹西班牙文化與節慶西語對話影片		1/22-24 期末考，休業式
備註：				

四、評量方式及配分

- (一)期中、期末衡量：各佔 50%。
- (二)平時小考：40%
- (三)課堂參與、出席率、學習態度：10 %。

五、教科書及參考書目：

- (一)教科書：西班牙語基本溝通句型 曾麗蓉/林玉葉
- (二)參考書目：西班牙語新編 曾麗蓉/林玉葉
 西班牙語動詞面面觀 / 林娟娟
 西班牙文發音法初級/進階 / 林娟娟

國立宜蘭高級中學 106 學年度第一學期
高一班群選修 數學遊戲與實驗教學 課程教學計畫

一、學期目標

從遊戲與實體操作中引進生活中的數學，使學生能直觀的理解數學知識。

二、學期重點能力

1. 透過動手操作，培養邏輯概念，引發思考習慣。
2. 透過分組討論，培養溝通與表達能力。

三、學期教學進度表(每週時數：2 小時)

週次	實施時間	單元名稱(議題、能力指標)	評量方式	備註(含作業)
1	8/29-9/2	• 課程說明(計分，上課方式)與分組 • 尺的介紹(一)：百變魔尺	小組實作與練習	8/29 開學， 8/30 班群選修教師課前會議 8/30 第一次上課
2	9/5-9/10	• 尺的介紹(一)：百變魔尺 • 尺的介紹(二)：旋轉魔尺	小組實作與練習	
3	9/12-9/14	• 尺的介紹(二)：旋轉魔尺	小組實作與練習	
4	9/19-9/23	• 小組心得分享	分組評量	
5	9/26-9/30	• 羅漢塔 • 小組心得分享	分組評量	
6	10/3-10/7	小組期末報告討論與準備		
7	10/11-10/14	段考停課		10/11-13 第一次期中考
8	10/17-10/21	• 數學摺紙(平面) • 正多邊形摺紙	小組實作與練習	
9	10/24-10/28	• 數學摺紙(平面) • 七巧板	小組實作與練習	
10	10/31-11/4	• 數學摺紙(立體) • 正多面體	小組實作與練習	
11	11/7-11/11	• 數學摺紙(立體) • 三角柱	小組實作與練習	
12	11/14-11/18	• 數學摺紙創意發表	分組評量	
13	11/21-11/25	小組期末報告討論與準備		
14	11/28-12/2	段考停課		11/28-30 第二次期中考
15	12/5-12/9	• 索瑪立方塊介紹 • 索瑪立方塊實作與練習	小組實作與練習	
16	12/12-12/16	• 索瑪立方塊實作與練習	小組實作與練習	

週次	實施時間	單元名稱(議題、能力指標)	評量方式	備註(含作業)
17	12/19-12/23	• 索瑪立方塊分組競賽	分組評量	
18	12/26-12/30	小組成果發表	報告、資料夾	
19	1/3-1/6	小組成果發表	報告、資料夾	
20	1/9-1/13	小組成果發表_最後評分	報告、資料夾	
21	1/16-1/19	段考停課		1/17-19 期末考，休業式
備註：				

四、評量方式及配分

- (一) 尺佔 15%
- (二) 數學摺紙佔 20%
- (三) 索瑪立方塊 分組競賽佔 20%
- (四) 小組期末報告佔 35%
- (五) 學習態度、出席率佔 10%

五、教科書及參考書目：

(一)教科書：

無

(二)參考書目：

1. 沒有數字的數學，徐力行著，天下文化出版，2003。
2. 七十世界數學遊戲，克勞迪亞·札斯拉夫斯基，小天下出版，2009。
3. 摺紙玩數學：日本摺紙大師的幾何學教育，世茂出版社，2016

106 學年度第一學期科學探究與實作 課程目標與評分標準

授課教師：黃國修 208 導師 0963056313

一、探究課程目標

1. 發現問題-觀察現象、蒐集資訊、形成或訂定問題、提出可驗證的論點
2. 規劃與研究-尋找變因與條件、擬定研究計畫、收集資料數據
3. 論證與建模-分析資料和呈現數據、解釋和推理、提出結論或解決方案
4. 表達與分享-表達與溝通、合作與討論、評價與省思

二、教師目標

1. 要動腦思考、用心學習
2. 要有正確的方法探究未知
3. 要能應用所學來解讀或解決問題

三、接下來已排定的課程與活動安排

*9/26 大廚來做菜

*參訪未定-會幫忙請公假，利用週二下午

*1 月期末報告；實驗設計與問題解決能力檢測

12 月科學營籌備→預計 1 月辦理寒假國中科學營

12 月份科展報名→下學期預計 2 月底校內科學展覽競賽

請至少擇一參加

四、評分標準

*學習態度與平時表現：教師上課觀察，佔 10%

*學習單與作業：上課活動繳交回來的學習單，階段成果發表佔 50%

*期末報告、實驗設計與問題解決能力檢測：重點是有沒有將所學應用的能力 30%

*科展、科學營參與：認真投入參與至少其一，把學過的能力展現出來，佔 10%

五、課程規劃與構想

1. 請準備筆記本*

課程分類	大致內容	實作目標	相關科系連結
食的科學 (與家政科王屏師 共備)	1. 蝶豆花飲料 2. 發酵食品	應用科學實際做出 好出好看的料理	餐飲
衣的科學	1. 衣服材質分析 2. 不同材質衣服 機能比較	設計簡單實驗，分析 衣服機能。最後以科 學方法提出制服改 造方案	材料/服裝設計

住的科學	1. 結構力學 2. 綠建築 3. 採光、反潮等 住家生活現象	分析宜中/住家/改造 方案	建築 土木 室內設計
行的科學	1. 腳踏車 2. 運輸動線系統 3. 運動相關	善用科技，規劃一個 宜蘭兩天一夜活動 行程，包含食衣住行 育樂的旅遊方案	交通 運輸 運動
育的科學			
樂的科學			
科學素養	觀察 資料蒐尋 實作與結果分析 表達與分享		

2. 你為什麼選這堂課，希望從這堂課學到什麼？

3. 寫下你現在高中生活之一天，試著對生活探問，用科學探究、思考與實證

探究與實作:東南亞議題

王 垠

東南亞分為「大陸東南亞」與「島嶼（海洋）東南亞」兩塊區域。大陸東南亞包括緬甸、柬埔寨、寮國、泰國與越南；島嶼東南亞則包括汶萊、馬來西亞、新加坡、印尼與菲律賓。其中除了泰國沒有經歷過外來勢力的殖民外，其餘各國都經歷過長短不一的殖民經驗，並在第二次世界大戰後相繼獨立建國。

由於地理環境、天然資源、歷史文化、族群語言以及投入現代化時間的差異，各國有著不一樣的歷史命運與發展狀況，而該地區多元且複雜的族群與文化差異，使得東南亞地區始終充滿魅力。

為培養同學「多元理解與國際視野」的核心素養，以及地緣政治的考量，本課程聚焦於東南亞議題。課程設計以「聽、說、讀、想」為主軸。「聽」要能複誦同學說話的要點，「說」要能做完整的簡報或讀書心得報告，「讀」要會做摘要筆記，「想」要能跳脫二元對立的框架，作系統性的思考。以下是一學期 16 週的主題，其中泰國專題與菲律賓專題，分別邀請蔡舒珊老師與賴志遠老師主講，大馬華人與族群政治，則邀請周思佳小姐與談，好讓同學在不同的對話中，能更深入理解東南亞的多元與發展。

第一週 東南亞導論:中美關係博弈、後殖民發展

第二週 9/5 泰國專題/蔡舒珊老師

第三週 9/12 泰國專題/蔡舒珊老師

第四週 菲律賓專題/賴志遠老師

第五週 菲律賓專題/賴志遠老師

第六週 華人身分認同—以印尼為例

第七週 後李光耀時期

第八週 跨國灰姑娘/移工

第九週 新移民文學

第十週 南海風雲:21 世紀亞洲的火藥庫

第十一週 大馬華人與族群政治/與談人周思佳小姐

第十二週 電影賞析:《以愛之名:翁山蘇姬》

第十三週 離散與國際志工:以泰緬邊境/寮國為例

第十四週 湄公河區域經濟合作:以越南改革開放與柬埔寨為例

第十五週 石油效應:以汶萊為例

第十六週 回顧與省思