



彈性學習時間

選課操作步驟&週期性課程簡介

國立臺南第一高級中學109學年第2學期

109-2彈性學習週期性課程選課時間

D時段

🕒 線上選課

2/1 09:00~
2/19 22:00止

2/22 公告

2/24第一次上課，計5次
(2/24、3/3.10.17.24)

選課區間，
可多次操作選
課步驟。

E時段

🕒 線上選課

2/1 09:00~
4/4 22:00止

4/9 公告

4/14第一次上課，計4次
(4/14.21.28、5/5)

F時段

🕒 線上選課

2/1 09:00~
5/16 22:00止

5/21告

5/26第一次上課，計5次
(5/26、6/2.9.16.23)

108-2彈性學習週期性課程選課步驟

①

1.

進入線上選課系統
(學號/身分證字號)

2.

點選《我要選課》

3.

點選要選課的**時段**

高一F時段彈性學習 彈性學習

上課時間：三．56 上課週：16-20週 可選課程數 6

高一D時段彈性學習 彈性學習

上課時間：三．56 上課週：2-6週 可選課程數 5

高一E時段彈性學習 彈性學習

上課時間：三．56 上課週：9-12 15週 可選課程數 11

點選時段進入，選擇課程
後，可再回到此畫面，點
選其他時段進入選擇課程。

4.

點選第1志願

C++程式設計複習精進F

普通科 彈性學習 2節

上課時間：三・56 上課週：16-20週 上課班級：

授課教師：高英耀

志願序

☐

基礎電路及程式邏輯

普通科 彈性學習 2節

上課時間：三・56 上課週：16-20週 上課班級：

授課教師：

志願序

☐

如何當YOUTUBER

普通科 彈性學習 2節

上課時間：三・56 上課週：16-20週 上課班級：

授課教師：

志願序

☐

資訊學科能力競賽校隊培訓F

普通科 彈性學習 2節

上課時間：三・56 上課週：16-20週 上課班級：

授課教師：吳彥德

志願序

☐

選課步驟

②

該課程即會排在第1順位，
即時存檔。

如何當YOUTUBER

普通科 彈性學習 2節

上課時間：三・56 上課週：16-20週 上課班級：

授課教師：

志願序

1

C++程式設計複習精進F

普通科 彈性學習 2節

上課時間：三・56 上課週：16-20週 上課班級：

授課教師：高英耀

志願序

☐

基礎電路及程式邏輯

普通科 彈性學習 2節

上課時間：三・56 上課週：16-20週 上課班級：

授課教師：

志願序

☐

再次點選，即可取消

選課步驟

③

如何當YOUTUBER

普通科 彈性學習 2節

上課時間：三・56 上課週：16-20週 上課班級：

授課教師：

志願序

1

C++程式設計複習精進F

普通科 彈性學習 2節

上課時間：三・56 上課週：16-20週 上課班級：

授課教師：高英耀

志願序

☐

基礎電路及程式邏輯

普通科 彈性學習 2節

上課時間：三・56 上課週：16-20週 上課班級：

授課教師：

志願序

☐

如何當YOUTUBER

普通科 彈性學習 2節

上課時間：三・56 上課週：16-20週 上課班級：

授課教師：

志願序

☐

C++程式設計複習精進F

普通科 彈性學習 2節

上課時間：三・56 上課週：16-20週 上課班級：

授課教師：高英耀

志願序

☐

基礎電路及程式邏輯

普通科 彈性學習 2節

上課時間：三・56 上課週：16-20週 上課班級：

授課教師：

志願序

☐

選課步驟

依序點選自己的志願序，不想選的可以留白。

基礎電路及程式邏輯

普通科 彈性學習 2節

上課時間：三・56 上課週：16-20週 上課班級：

授課教師：

志願序

1

C++程式設計複習精進F

普通科 彈性學習 2節

上課時間：三・56 上課週：16-20週 上課班級：

授課教師：高英耀

志願序

2

資訊學科能力競賽校隊培訓F

普通科 彈性學習 2節

上課時間：三・56 上課週：16-20週 上課班級：

授課教師：吳彥德

志願序

3

如何當YOUTUBER

普通科 彈性學習 2節

上課時間：三・56 上課週：16-20週 上課班級：

授課教師：

志願序

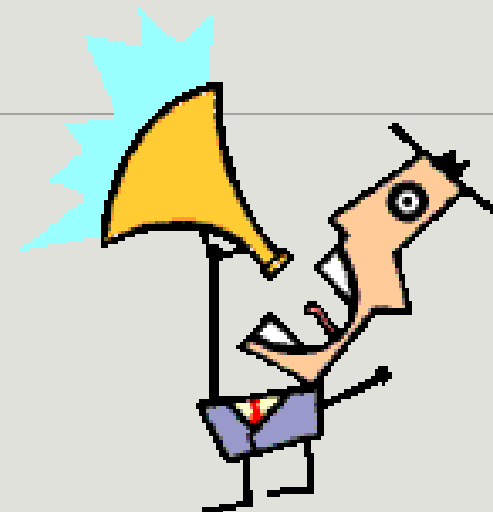
④

5.

選擇完一個時段的課程後，可再跳回選課畫面，繼續選其他時段課程，完成後再登出。
※該時段選課區間，可多次操作，非該時段選課區間，則不能再操作。

課程介紹

請點選下頁課程，**仔細瀏覽**
課程介紹，**再**
進行選課步驟。



109-2彈性學習課程表

上課時間：週三 5-6節

D時段

2月24日、3月3日、3月10日、
3月17日、3月24日

- [吸引聽眾目光! 深入淺出改造簡報《基礎篇》](#)
- [幽默的藝術:STAND-UP COMEDY](#)
- [基礎電路及程式邏輯](#)
- [有模有樣學英寫](#)
- [藝起同樂](#)
- [舞文弄墨 - 舞蹈中的字裡行間](#)

E時段

4月14日、4月21日、4月28日、
5月5日

- ✳ [吸引聽眾目光! 深入淺出改造簡報《基礎篇》](#)
- ✳ [玩遊戲，學表達](#)
- ✳ [社會心理學群認識與參訪](#)
- ✳ [SDGS議題探索](#)
- ✳ [給中學生的經史子集小學堂](#)
- ✳ [數學模型：練習與應用](#)
- ✳ [所思即所寫，信不信由你](#)

F時段

5月26日、6月2日、6月9日、
6月16日、6月23日

- ✳ [吸引聽眾目光! 深入淺出改造簡報《基礎篇》](#)
- ✳ [玩遊戲，學表達](#)
- ✳ [社會心理學群認識與參訪](#)
- ✳ [衝突、對話與修復：校園修復式正義](#)
- ✳ [SDGS IN ENGLISH](#)
- ✳ [動手玩物理](#)
- ✳ [基礎資訊安全課程\(二\)](#)
- ✳ [圖個高分寫作吧！](#)

點選課程有詳細
課程內容介紹

吸引/聽眾目光! 深入淺出改造簡報 《基礎篇》

* 增廣課程

* 授課教師：**施政宏** / 南部科學園區管理局 商業簡報講師

* 內容綱要：

1. 確立簡報的正確使用方式與用途
2. 能夠靠自己的方式論述簡報架構與內容
3. 學習如何吸引聽眾的目光與提升注意力
4. 操作簡易上手的製作簡報方法
5. 上台報告小技巧指點

☺推薦給想要hold住報告場面的你，這是不容錯過的課程！



幽默的藝術：Stand-up comedy

*增廣課程

*授課教師：**林晏旬** / 英文科老師

*內容綱要：

說話幽默的訣竅有哪些呢？這堂課帶你從各式英文單口相聲來了
解「好笑」的組成成分。

1. 英文能力- 聽說讀寫、單字與句型
2. 口語表達- 清楚有邏輯表達想法與意見
3. 團隊合作- 共同完成學習單與分組報告
4. 創新思考- 只要有心，處處皆笑點
5. 文化理解- 理解、尊重、包容文化差異

☺推薦給對**英文單口相聲有興趣**的你，**這是不容錯過的課程！**



基礎電路及程式邏輯

* 增廣課程

* 授課教師：**張怡玲** / 成功大學機械工程學系教授

* 內容綱要：

瞭解基礎電路及程式邏輯，透過Arduino與感測器軟硬體搭配，讓學員了解並實作程式設計、數位邏輯概念、基本電子電路學、伺服馬達控制以及APP創作。

☺推薦給對**工程學群**有興趣的你，**這是不容錯過的課程！**



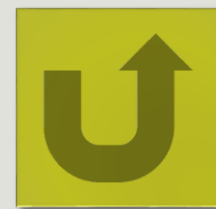
有模有樣學英寫

✧增廣課程

✧授課教師：**宋忠義** / 英文科老師

✧內容綱要：

1. 學會如何利用加油添醋豐富句意，讓句子不僅正確還有料。
2. 如何快速找到題目要求的重點，避免文不對題的窘境。
3. 利用模版建構作文框架，讓寫作不再是你心中的一道跨不過的高牆。
4. 記敘文、論說文寫作



☺推薦給想要增進英文寫作能力的你，這是不容錯過的課程！

藝起同樂

*增廣課程

*授課教師：**許芷苓** / 音樂科老師

*內容綱要：

音樂：1. 利用各種聲響效果，進行節奏即興創作。2. 學習 cup songs，並運用速度、力度及不同的節奏型進行改編。

表演藝術：1. 透過身體體驗遊戲，理解空間及時間之運用。
2. 利用固定節奏進行身體動作創作

團隊合作：1. 能與他人合作、參與討論並發表意見。2. 透過小組練習，呈現小組成果。

☺推薦給對**音樂與表演**有興趣的你，**這是不容錯過的課程！**



舞文弄墨 - 舞蹈中的字裡行間

* 增廣課程

* 授課教師：**莊詠丞** / 國文科老師

* 內容綱要：

1. 肢體開發延展
2. 劇本裡的舞蹈因子
3. 舞出「字」己的人生
4. 台上一分鐘，台下十年功
5. 舞文弄墨成果發表



☺推薦給對**舞蹈與表演**有興趣的你，**這是不容錯過的課程！**

玩遊戲，學表達

✧ 增廣課程

✧ 授課教師：陳姿綉、楊伊閔 / 國文科老師

✧ 內容綱要：

1. 第一週：建立關係、熟悉群體、遊戲感
2. 第二～三週：白蛇傳故事、口語表達、肢體開展、文字表達、畫面呈現
3. 第四週：即興遊戲、讚頌失敗、重視當下、情緒表達
4. 第五週：總結課程、綜合表現、課程回饋

☺推薦給對表演與表達有興趣的你，這是不容錯過的課程！



社會心理學群認識與參訪

* 增廣課程

* 授課教師：**黃立欣** / 輔導老師

* 內容綱要：

1. 運用生涯資訊網站引導學生認識社會與心理學群校系及學習內容。
2. 安排大學生或相關職業人員經驗分享。
3. 參訪鄰近大學、醫院或心理諮商所等，讓學生體會大學與職場生活。
4. 建構學習歷程檔案。



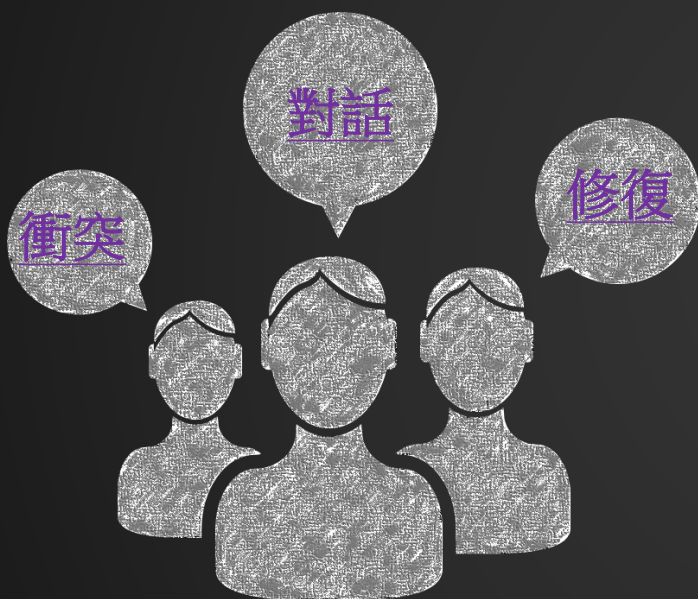
☺推薦給對**社會心理學群**有興趣的你，**這是不容錯過的課程！**



衝突、對話與修復——校園修復式正義



開課教師：吳玟芷



修復式正義的哲學理念為「關係的修復」，而心理學家阿德勒認為：「所有的煩惱都是人際關係的煩惱」，認為所有問題關鍵皆在於彼此世界觀、價值觀及信念的差異所致。課程中學生將學習傾聽與對話技巧；透過案例演練，運用「和平圈」模式處理衝突與修補傷害，落實「修復式正義」的精神於日常生活中。

🔗適合對「法政、教育及社會心理與教育學群」有興趣的同學選修。



SDGs議題探索

* 增廣課程

* 授課教師：劉哲夫、陳婉玲、翁蕙君、潘智惠 / 本校教師群

* 內容綱要：

本課程為深度學習 (New Pedagogy for Deep Learning, NPDL) 推動之試行課程，本課程規劃上採用NPDL之6Cs全球素養(Global Competencies, 即Character, Citizenship, Communication, Collaboration, Creativity, Critical Thinking) 為經，聯合國永續發展目標(Sustainable Development Goals, SDGs) 為緯，運用科技工具及思考工具，帶領學生認識SDGs，並嘗試在這些議題中，找出個人或團隊關切的議題，進一步思考解決方案。

☺推薦給對永續發展議題有興趣的你，這是不容錯過的課程！



給中學生的經史子集小學堂

✧增廣課程

✧授課教師：**吳元豐** / 東海大學哲學系助理教授

✧**內容綱要**：藉由經、史、子、詩出發，從古往文學淺入與現今社會議題結合，讓學生感受中國文學之美。

☺推薦給對**文史哲學群**有興趣、**想精進語文能力**的你！

課程詳細內容於下頁!!!



給中學生的經史子集小學堂

極力
推薦

主題	內容
第一講：經典與時代的連結與反思	1. 從廢除古文的爭議談起、如何看待 《論語·為政》「君子不器」章、《論語·公冶長》「瑚璉」章導讀 2. 什麼才是人真正的用心 《論語·陽貨》「飽食終日」章導讀
第二講：孝的問題	1. 父權問題 2. 孔子如何對待子女 3. 儒家重視孝的原因 4. 家/國關係(公/私問題)
第三講：幸福問題	1. 福v.s.安：希羅多德《歷史》中的幸福觀 2. 孔子對幸福的看法： 《論語·為政》「子張學干祿」章導讀、《尚書·洪範》「五福」
第四講：夫婦之道	詩經「重章疊唱」章法的意義：《詩·陳風·東門之池》導讀

推薦給喜歡思考的你



數學模型：練習與應用

* 增廣課程

* 授課教師：**舒宇宸** / 成功大學數學系副教授

* 內容綱要：

連結抽象數學與生活應用，認識何謂數學建模，以及如何進行數學模型的驗證與評估，以正確應用理解數學模型。包括人口成長模型，魔術方塊、以及最佳選擇，涵蓋分析、代數、機率等數學領域。

☺推薦給對**數理學群**的你，**這是不容錯過的課程！**



所思即所寫，信不信由你

*增廣課程

*授課教師：**宋忠義** / 英文科老師

*內容綱要：

1. 學會如何利用加油添醋豐富句意，讓句子不僅正確還有料。
2. 如何快速找到題目要求的重點，避免文不對題的窘境。
3. 利用模版建構作文框架，讓寫作不再是你心中的一道跨不過的高牆。
4. 書信、應用文寫作

☺推薦給想要增進英文寫作能力的你，這是不容錯過的課程！



SDGs in English

* 增廣課程

* 授課教師：李俊文、劉哲夫 / 英文科老師

* 內容綱要：

本課程為校訂必修課程試行課程，本課程採NPD L課程規劃模組，結合聯合國永續發展目標SDGs進行規劃。課程進行將涵蓋英語聽、說、讀、寫，並希望在課程後學生能以組或個人為單位完成一份永續發展行動計畫(action plan)。

☺推薦給對永續發展議題有興趣的你，這是不容錯過的課程！



動手玩物理

* 增廣課程

* 授課教師：**許瑞榮** / 成功大學物理系教授

* 內容綱要：

1. 自由落體實驗、拋體運動實驗(Tacker 軟體的使用)
2. 碰撞實驗演示：牛頓擺、Bouncing Ball、磁沖砲。
3. 轉動實驗演示：如何讓戰鬥陀螺轉的久、角動量守恆、陀螺儀、平衡車。
4. 電學實驗：電子積木與三用電表使用、電磁感應實驗演示、光譜觀測與紫外線的測量

※注意事項：
本課程5/26、
6/9需至成大上課四小時。
6/2、6/23在
原班進行自主學習。

☺推薦給對物理實作有興趣的你，這是不容錯過的課程！



基礎資訊安全課程(二)

* 增廣課程

* 授課教師：**林冠文** / 資訊組長

* 內容綱要：

推廣資訊安全相關技術與實作：

1. CTF簡介

2. 編碼與解碼

3. 隱寫術

☺推薦給對**資訊領域**有興趣的你，**這是不容錯過的課程！**



圖個高分寫作吧

✧ 增廣課程

✧ 授課教師：**宋忠義** / 英文科老師

✧ 內容綱要：

1. 學會如何利用加油添醋豐富句意，讓句子不僅正確還有料。
2. 如何快速找到題目要求的重點，避免文不對題的窘境。
3. 利用模版建構作文框架，讓寫作不再是你心中的一道跨不過的高牆。
4. 看圖寫作、圖表寫作

☺推薦給想要增進英文寫作能力的你，這是不容錯過的課程！



