

114-1 B 時段 彈性課程介紹

目錄

1. 用文化資產看世界	2
2. 多元共通性關鍵力	2
3. 從韓文髒話看韓國人的內心	2
4. 理財小學堂.....	3
5. 跟著ヤピン學唱日文歌	3
6. 基礎德文.....	3
7. 模擬聯合國.....	4
8. 肌力與體能訓練	4
9. 探索設計藝術領域	4
10. 智慧閱讀：高效筆記與 AI 學習法	5
11. AI 創意工具探索.....	6
12. 刑案實務.....	6
13. 看得見的歷史：從圖像理解時代與社會（一）	7
14. 科學-傳統 Z 世代遇到《黃帝內經》	7
15. 化學通訊 –看不見的溝通	8
16. Power Up！肌力體能訓練	10
17. 生活創意植栽工作坊	10
18. 「詩思」入扣——議題詩的生成	11
19. 資訊拔尖培訓.....	11

科目名稱	用文化資產看世界	授課教師	郭玲君
課程目標	透過 UNESCO 對於 2030 文化指標進行臺灣文化遺產創新的探討		
課程內容／ 綱要	1. 透過課程來理解文化資產的意義與重要性 2. 透過各國文化資產的欣賞來知道世界保護文化資產的趨勢與脈絡 3. 透過 UNESCO 的《世界遺產公約》理解，看探討臺灣文化資產的保護為何 4. 南一中有文化資產嗎？ 5. 創造一個臺灣文化資產的活動		

科目名稱	多元共通性關鍵力	授課教師	謝惠娟
課程目標	有效管理個人情緒，應用人格特質之強項，有效風險管理與追求卓越。		
課程內容／ 綱要	魅力表達、問題辨識與分析解決、風險管理、創新與跨領域整合、學習與發展心理學與人格特質。		

科目名稱	從韓文髒話看韓國人的內心	授課教師	韋琪
課程目標	1. 認識韓語的髒話和比較低俗的用語 2. 用韓語的髒話和低俗語適時表達自我 3. 了解韓國社會的禁忌和歧視點		
課程內容／ 綱要	1. 長相就是原罪－外表的髒話低俗語 2. 舉手投足都是錯－行為舉止的髒話低俗語 3. 人格特質也有罪－個人特質的髒話低俗語 4. 天生我材必無用－能力智商的髒話低俗語 5. 各種標籤到處貼 1－性別身分的髒話低俗語 6. 各種標籤到處貼 2－性別身分的髒話低俗語 7. 政治魔人大亂鬥－政治意識形態的髒話低俗語 8. 地圖砲到處炸－種族國籍的髒話低俗語 9. 各種情況都能罵－其他低俗單字低俗語 10. 翻開反彈陷阱卡－反擊對應的句子低俗語		

科目名稱	理財小學堂	授課教師	林靜容
課程目標	本課程主要介紹各種投資理財工具及金融市場運作，建立正確的理財觀念，課程內容涵蓋經濟學和財金領域，可做為大學商管學院先修課程。		
課程內容／ 綱要	第一週 認識投資屬性/各種投資工具介紹 第二週 股市基本認識/股市專有名詞解析 第三週 介紹國際股市/如何投資美股 第四週 保險介紹/投保壽險與產險注意事項 第五週 共同基金/ETF 介紹		

科目名稱	跟著ヤピン學唱日文歌	授課教師	林雅萍(りんやぴん)
課程目標	透過自製講義學習文法日語假名 學習日本歌曲更加熟悉日語文字 稍略介紹日本大學及入學管道		
課程內容／ 綱要	書寫平假名 帶寫唸ひらがな 練習平假名筆順， 遊戲：平假名九宮格 書寫片假名 帶寫唸かたかな 練習片假名筆順， 遊戲：片假名九宮格 書寫自製講義教室言葉+認識數字 教唱日文歌曲聽音辨形辨字 教唱二首日文歌曲並教學在電腦手機上拼寫日文字		

科目名稱	基礎德文	授課教師	湯晨晨
課程目標	幫助學生在學習德語的道路上打好基礎，全面注重培養學生的聽說能力。並且培養簡單的閱讀和寫作能力。通過大量貼近現實生活的文章和聽說練習，使學習者能更快地掌握用德語交際的能力，並對德國的風土人情有進一步的瞭解。		
課程內容／ 綱要	德語字母發音、發音規則、日常打招呼用語、自我介紹、數字、時間、認識德國城市、德國文化介紹、德語動詞變化規則。		

科目名稱	模擬聯合國	授課教師	高靜雯
課程目標	本課程以學生透過模擬聯合國會議參與的角色扮演方式，學習基礎國際外交會議技巧、提升基礎英語口語與閱讀能力，並學習如何落實 SDGs 永續持續目標，培養國際觀，成為國民外交大使種子。		
課程內容／ 綱要	1. 認識 SDGs 永續目標 2. 認識聯合國組織 3. 與 SDGs 永續目標潛在議題介紹 4. 基礎英文國際會議提案寫作 5. 基礎英文談判技巧教學 6. 模擬聯合國會議		

科目名稱	肌力與體能訓練	授課教師	陳柘橙
課程目標	徒手運動，身體控制		
課程內容／ 綱要	1. 課程導入 2. 基礎肌力訓練 3. 核心訓練 4. 心肺與爆發力 5. 放鬆與伸展		

科目名稱	探索設計藝術領域	授課教師	楊詠琳
課程目標	藉由簡單有趣的小主題，讓同學們玩設計、想設計、嘗試不同的設計領域，進而發掘自己的興趣。		
課程內容／ 綱要	1. 都市計畫/環境筆記 2. 商品設計/包裝設計 3. 服裝設計/身體地圖 4. 建築/平面至立體空間 5. 美術/改造藝術名畫 ★ 每人酌收材料費 50 元		

科目名稱	智慧閱讀：高效筆記與 AI 學習法	授課教師	周柏均 全國創新創業總會顧問 台南市政府顧問 創業家、作家
課程目標	● 了解並掌握不同的閱讀技巧，提升閱讀效率。 ● 學習如何有效地做筆記以強化記憶和理解。 ● 探索並運用 AI 科技來輔助閱讀和學習，提高學習成果。 ● 培養學生獨立思考和解決問題的能力，增強自主學習的動力。		
課程內容／ 綱要	1. 課程導入與目標設定 ● 什麼是高效閱讀？課程介紹與學生討論。 ● 設定個人學習目標：讓學生確立學期內想達成的閱讀和學習目標。 2. 基礎閱讀技巧與策略 ● 快讀與精讀：學習如何根據不同的文本選擇合適的閱讀方式。 ● 關鍵字提取與理解：教導學生如何抓住文章中的核心概念和重點。 3. 高效閱讀技巧進階 ● 閱讀速度提升：透過練習和工具提高閱讀速度，同時保持理解力。 ● 結構化筆記法：如康乃爾筆記法，幫助學生系統化整理訊息。 4. AI 科技在閱讀中的應用 ● AI 輔助工具介紹：介紹一些可以幫助提高閱讀和學習效率的 AI 工具，如 ChatGPT、SummarizeBot 等。 ● 實際操作與應用：讓學生在課堂中實際操作這些工具，學習如何應用在日常學習中。 5. 閱讀實戰與反思 ● 文本閱讀實戰：學生選擇一篇文章或文本進行閱讀，應用所學技巧。 ● 反思與分享：學生分享他們的閱讀過程、所遇困難及如何利用所學技巧解決。 6. 個人學習計劃與未來展望 ● 定制個人學習計劃：指導學生根據自己需求設計未來的閱讀和學習計劃。 ● 總結與展望：總結課程內容，展望如何在未來的學習中持續應用這些技巧。		

科目名稱	AI 創意工具探索	授課教師	吳孟禹（南作夥）
課程目標	1. 讓學生熟悉並掌握 AI 創意工具的使用方法。 2. 培養學生利用 AI 技術進行創意創作與問題解決的能力。 3. 學習如何將不同創意工具結合，創造整合性作品。 4. 增強學生的數位素養與視覺化表達能力。		
課程內容／ 綱要	第一、二週：對話工具 ChatGPT 第三週：簡報製作 Gamma 第四週：影片製作 Boolvideo 第五週：圖像生成 Stable Diffusion & 成果發表		

科目名稱	刑案實務	授課教師	邱聖峰
課程目標	1. 學習法律知能,擴充生活經驗,並能學以致用。 2. 能培養出平日以「法」的觀點,來判斷任何事故的真相與責任,以臻具法學素養之邏輯觀。		
課程內容／ 綱要	第一週：刑法概念 (含中央標準的適用)	內容綱要：罪刑法定主義與從舊從輕原則。特別刑法、普通刑法、世界主義。	
	第二週：犯與從犯及 刑事責任	內容綱要：共同正犯、教唆犯、幫助犯、共犯與身分關係。依法令之行為、依業務上正當之行為。正當防衛與緊急避難。	
	第三週：未遂犯及案 例(侵害人格法益犯罪)	內容綱要：普通未遂、不能未遂、中止未遂、準中止未遂。甲在社群網站內發訊息辱罵成員(同學)，成立何罪？	
	第四週：案例(過失犯 罪)及證據法基本原 則	內容綱要：(一)甲依規定速率開車，行經公車站前未減速，突有乘客從公車前方快步走出，甲不及煞車，撞上乘客致重傷，甲有罪否？(二)證據裁判等原則，證據種類及證據能力(含毒樹果實理論)。	
	第五週：案例(一)(侵 害財產法益犯罪)	內容綱要：客人「乙」進入超商將甲遺留於餐桌上之手機，放入衣服口袋內並走出該超商，甲所犯何罪？案例(二)(侵害財產法益犯罪) 內容綱要：甲假冒官員，發函違建戶匯款至某帳號，否則拆屋。試問，甲成立恐嚇取財罪抑或詐欺罪呢？	

科目名稱	看得見的歷史： 從圖像理解時代與社會（一）	授課教師	游婕妤
課程目標	1. 培養學生分析、辨識圖像元素與符號訊息之能力。 2. 建立學生透過圖像推敲時代背景、社會文化與權力結構之能力。 3. 促進學生透過圖像解讀社會心理與意識形態，認識圖像如何傳遞價值觀、刻板印象與政治訴求之能力。 4. 增進學生批判思考與發揮創作能力。		
課程內容／ 綱要	第一週：課程介紹 —— 如何從圖像資料了解歷史脈絡、社會心理 第二週：圖像解析實作 —— 歷史脈絡與時代演變 第三週：圖像解析實作 —— 社會心理與大眾想像 第四週：圖像解析實作 —— 多元觀點與批判思考 第五週：分組報告與回饋		

科目名稱	科學-傳統 Z 世代遇到《黃帝內經》	授課教師	中醫師/黃帝內經講員
課程目標	以生活化、活動式的方法來開出《黃帝內經》身體自癒妙藥的方子。 認識《黃帝內經》中的陰陽五行概念，人體的五臟六腑、十二經絡，以及中醫診斷法及科學脈診儀交互驗證。 藉由學習《黃帝內經》中身心健康的預防醫學常識，從飲食、睡眠、起居、順應四時做起，提升對自己身心平衡、情緒管理，重現身、心、靈皆美，進而增進學習的效果和人際的關係。		
課程內容／ 綱要	單元／主題	內容綱要	
	讓中醫開啟 靈魂之窗 (10/29) 李侑修中醫師	• 中醫也可以治療眼睛？中醫眼科簡介 醫案分享 • 眼睛周圍穴位按摩 • 護眼運動 • 明目茶 沖泡教學	
	讓中醫助你 有好眠 (11/5) 蘇泓文中醫師	• 從內經營衛生會篇看中醫如何理解睡眠週期（結合高中生物增加印象） • 介紹中醫如何治療失眠 • 常見治療失眠穴位實作	

	善用十總穴， 養生又康健 (11/12) 陳思堯中醫師	• 穴位的基本運作理論 • 經絡循行概述 • 十總穴介紹、如何取穴及應用 • 額外 Bonus！其他實用穴位大放送
	風寒來襲 怎麼辦？ (11/19) 林本庭中醫師	• 認識風寒感冒 • 中醫對風寒的診斷邏輯 • 常見中藥與食療建議 • 穴位與推拿輔助療法 • 風寒感冒的調養與預防
	青春不敗， 中醫紓解壓力 法門 (11/26) 蔡秉融中醫師	• 簡述內經中望診觀察的方式，與高三考生常見壓力症狀 • 望診特徵 • 以肝鬱和心火作為壓力證型簡介，作診斷案例分享 • 實體做穴位按壓與紓壓操 • 準備薄荷菊花茶試飲

科目名稱	化學通訊 –看不見的溝通	授課教師	陳少燕
課程目標	氣候變遷全球暖化日益嚴重，除了二氧化碳的增加，造成各地破紀錄的高溫外，植物所釋放的次級代謝物是否也跟著改變了呢？也很少有人意識到植物其實是具有感知能力，能夠與其他生物進行溝通的。思考植物是否也可以感知氣候變遷呢？這些看不到的變化，改變了微生物的生化反應，與微生物向。微生物的活動深深影響人類的生活，例如：影響農作物的產量、新的流行病產生、與疾病傳播的速度等等。 本課程的主要目的是引導學生深入思考植物的嗅覺、味覺等。植物可以利用揮發性有機化合物進行溝通，這包括吸引昆蟲授粉、防禦機制、植物免疫反應以及發出求救訊等等。透過課程，我們將讓學生了解植物與動物之間的相似之處。此外我們還將透過簡單的實驗讓學生親身觀察，證明植物具有揮發性有機化合物接受器，能夠感知氣味分子並做出反應，進而思考如何將這些知識用在農業上。 學習目標 1. 了解植物溝通的化學機制：學習植物如何利用揮發性有機化合物（VOCs）進行溝通和防禦。 2. 設計與實施實驗：引導學生設計實驗，觀察和記錄數據，並討論結果。		

課程內容／ 綱要	3. 補充生物、化學知識：提供植物溝通和防禦機制的相關理論知識。		
	4. 培養解決問題能力：思考如何將植物的溝通能力適當地用在農業上。		
	時間	單元	課程內容
	第一周	1. 討論氣候變遷 2. 植物有感覺嗎？ 3. 植物知道氣候變遷嗎？	1. 氣候變遷現象 2. 生物溝通的定義與溝通的方式 3. 介紹次級代謝物與 VOCs 4. 每組分享實驗設計
	第二周	實驗操作	植物嗅覺實驗操作， 並把實驗步驟寫下來
	第三周	觀察實驗結果與 整理小論文海報	數據分析整理：實驗結果畫成圖表 查考文獻：寫結果與討論，參考以下討論 內容： 氣候變遷對植物可能的影響 農作物產量降低的可能原因 生物之間的溝通 逆境下生物的生存策略
	第四周	整理小論文海報	查考文獻：寫前言、摘要
	第四周	完成小論文並上台分享	完成小論文 每組上台分享

科目名稱	Power Up！肌力體能訓練	授課教師	蘇浩維
課程目標	1. 增進學生對健康體能與重量訓練的認識 2. 提升核心肌群力量與全身協調能力 3. 培養學生規律運動習慣與自我訓練能力 4. 建立正確運動觀念，降低運動傷害風險		
課程內容／ 綱要	1. 認識重量訓練與功能性訓練基本原理 2. 熱身、伸展與動作品質控制 3. 基礎動作教學 4. 訓練安全觀念與自我監測方法 5. 訓練菜單設計與居家運動應用		

科目名稱	生活創意植栽工作坊	授課教師	王語羚
課程目標	1. 植栽結合複合媒材，以「一起玩」生活創意植栽、觀察生命變化及激發創意潛能為課程主軸。 2. 透過課程學習體察生活中的美感元素，平衡左右腦讓其同步發展，培養生活感知能力，進而養成對人事物等不同面向同理心及多面向思考能力，此能力養成也是日後能否思路清楚地做出決定、妥善管理情緒的重要基礎。 3. 透過導引及課程設計，培養合作溝通能力與執行能力。 4. 植栽創作中，其專注過程可令其情緒安定，在學習及考試壓力中，是為有效轉換壓力與提高專注度，更是學習自我陪伴與放鬆之簡單達成方式。		
課程內容／ 綱要	五周課程 1. 遛植物：移動組盆創作 2. 幸福與美好各來一杯！：飲料杯(雙杯)創作 3. 蕨心幸福：留言苔球/或鳳舞：空氣鳳梨線構成植物架創作 4. 許願瓶創作/或押花燭台創作 5. 幸福乾杯!!：無底洞盆器創作		

科目名稱	「詩思」入扣——議題詩的生成	授課教師	郭郁筠
課程目標	簡介現代詩，討論詩篇構成的要素，透過文字、語言表達自我，並理解詩人的情感脈絡。結合 SDGs 的性別平等與和平與正義制度，最後透過 AI 輔助，完成一首詩。		
課程內容／ 綱要	一、無話不談——小詩議題詩 介紹小詩、圖像、議題詩的發展。 二、繪事後素——解讀有策略 以《審美閱讀十五講》閱讀策略，進行新詩的解讀。 三、百花齊放——女性與和平(1) 列舉女性詩，分組討論，依據解讀策略解詩，延伸討論女性可能遭遇的困境。 四、百花齊放——女性與和平(2) 列舉政治詩，分組討論，依據解讀策略解詩，延伸討論遇到不公的解決方案。 五、無痛仿作——與 AI 同行 結合 ChatGPT 進行仿作，各組選定要探討的議題。生成後加以修改，初步提出修正的建議，最終進行組間互評。		

科目名稱	資訊拔尖培訓	授課教師	吳彥德
課程目標	1. 深入了解競技程式 2. 培養如何有效率解決計算問題的思維 3. 找到一起切磋成長的戰友		
課程內容／ 綱要	1. 資料結構與演算法（給教材自行閱讀、可發問） 2. 實戰形式的模擬賽與賽後檢討 3. 經典題目與解題技巧的主題式講解與題單訓練 4. 學員間互相討論、提問與分享		