國立花蓮高級商業職業學校115學年度第1學期各科教學暨作業進度表

班級	一年級	科目	健康與護理	每週時數	1	任課教師	朱湄惠	版名	育達文化	著作者	陳秀琪等		
週次	起　迄	篇	章課	節	章節名稱		作業分配		備註 (重大議題融入教學☑)		實際進度		
											符合	超前	落後
1	08/31-09/04				課程說明 8/31日正式上課		3日高一二暑假功課測驗		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
2	09/07-09/11	1	1		健康看過來 7日高二三輔導課開始、游泳課開始		學習單p.3-8		☑生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
3	09/14-09/18	1	1		健康看過來				□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
4	09/21-09/25	1	2		青少年常見的健康問題 21日高一輔導課開始.25日中秋節				□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
5	09/28-10/02	1	2		青少年常見的健康問題 28日教師節		學習單p.9-12		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
6	10/05-10/09	1	2		青少年常見的健康問題 9日國慶日補假				□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
7	10/12-10/16	1	2		青少年常見的健康問題 14-15日第1次期中考		13&14日下午5-8節課程對調 16日高一校外教學、游泳課結束		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
8	10/19-10/23	1	5		健康老化 19-20日高三統測模擬考1		學習單p.24-29 21日學生課業座談 23日會二資二多二職場參訪		☑生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
9	10/26-10/30	1	3		遠離慢性病 26日台灣光復暨金門古寧頭大捷紀念日補假		學習單p.13-17		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
10	11/02-11/06	1	4		全球防疫從我做起				□生命教育 ☑法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
11	11/09-11/13	1	4		全球防疫從我做起 12-13日全校運動會停止一般課程		學習單p.18-23 9-13日運動會週全校課輔停止		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
12	11/16-11/20	2	1		消費高手 19-20日高三公訓活動		學習單p.30-35 18-20日高三課輔停止		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
13	11/23-11/27	2	2		美味在食安		學習單p.36-39		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
14	11/30-12/04	2	3		綠色生活從我開始 1-2日第2次期中考		學習單p.40-45 2&3日下午5-8節課程對調		□生命教育 □法治教育 ☑環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
15	12/07-12/11	3	1		職業安全有保固		學習單p.46-55		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
16	12/14-12/18	3	2		急救總動員 15-16日高三統測模擬考2 作業抽查週		筆試:CPR		□生命教育 ☑法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
17	12/21-12/25	3	2		急救總動員 25日行憲紀念日		技術考:CPR		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
18	12/28-01/01	3	2		急救總動員 1/1日新年元旦		學習單p.56-63		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
19	01/04-01/08	3	3		事故傷害及生活急症處理		8日學期課輔最終日		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 ☑交通安全				
20	01/11-01/15	3	3		事故傷害及生活急症處理		學習單p.64-70		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
21	01/18-01/22				18.19.20日期末考 20日休業式				□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				

編輯教師：朱湄惠

國立花蓮高級商業職業學校115學年度第1學期各科教學暨作業進度表

班級	高二跨班	科目	勞動教育	每週時數	1	任課教師	朱湄惠	版名	自編	著作者	朱湄惠

週次	起　迄	篇	章課	節	章節名稱	作業分配	備註 (重大議題融入教學☑)	實際進度 符合	超前	落後
1	08/31-09/04				課程說明 8/31日正式上課	3日高一二暑假功課測驗	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
2	09/07-09/11				勞動教育與SDGs 7日高二三輔導課開始、游泳課開始		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
3	09/14-09/18				校園探索、地圖繪製		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
4	09/21-09/25				戶外掃具操作實務 21日高一輔導課開始.25日中秋節		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
5	09/28-10/02				認識家用掃具及操作 28日教師節		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
6	10/05-10/09				認識清潔劑及使用方式-玻璃、瓷器 9日國慶日補假		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
7	10/12-10/16				認識清潔劑及使用方式-浴廁、廚房 14-15日第1次期中考	13&14日下午5-8節課程對調 16日高一校外教學、游泳課結束	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
8	10/19-10/23				認識校園掃具及操作 19-20日高三統測模擬考1	21日學生課業座談 23日會二資二多二職場參訪	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
9	10/26-10/30				戶外掃具操作實務 26日台灣光復暨金門古寧頭大捷紀念日補假		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
10	11/02-11/06				認識建議維修工具		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
11	11/09-11/13				校園待修物件排除及填報 12-13日全校運動會停止一般課程	9-13日運動會週全校課輔停止	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
12	11/16-11/20				認識收納 19-20日高三公訓活動	18-20日高三課輔停止	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
13	11/23-11/27				戶外掃具操作實務		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
14	11/30-12/04				收納實務 1-2日第2次期中考	2&3日下午5-8節課程對調	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
15	12/07-12/11				學生打工與新鮮人面試陷阱及防範		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
16	12/14-12/18				全民防詐騙工作 15-16日高三統測模擬考2 作業抽查週		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
17	12/21-12/25				戶外掃具操作實務 25日行憲紀念日		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
18	12/28-01/01				職業安全保固 1/1日新年元旦		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
19	01/04-01/08				淺談外送員的勞動作業之權利義務	8日學期課輔最終日	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
20	01/11-01/15				期末成果分享		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
21	01/18-01/22				18.19.20日期末考 20日休業式		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			

編輯教師：朱湄惠

國立花蓮高級商業職業學校115學年度第1學期各科教學暨作業進度表

班級	高三跨班	科目	生涯全套餐	每週時數	1	任課教師	林明穎	版名	自編	著作者	自編			
週次	起 迄	篇	章課	節	章節名稱		作業分配		備註 (重大議題融入教學☑)			實際進度		
												符合	超前	落後
1	08/31-09/04				課程說明、分析歷年學長姐升學管道8/31日正式上課		3日高一二暑假功課測驗		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全					
2	09/07-09/11				個人落點分析評估及模擬考成績判讀7日高二三輔導課開始、游泳課開始				□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全					
3	09/14-09/18				操作九大職能星線上測驗,幫助學生更了解自己		九大職能星測驗		■生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全					
4	09/21-09/25				依據簡章擬定個人適用之備審準備方向及材料 21日高一輔導課開始.25日中秋節		個人備審材料盤點		■生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全					
5	09/28-10/02				「多元表現綜整心得」教學及實作(一) 28日教師節		多元表現綜整心得作業		■生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全					
6	10/05-10/09				「多元表現綜整心得」教學及實作(二)9日國慶日補假		多元表現綜整心得作業		■生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全					
7	10/12-10/16				期中考 14-15日第1次期中考		13&14日下午5-8節課程對調 16日高一校外教學、游泳課結束		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全					
8	10/19-10/23				「多元表現綜整心得」教學及實作(三)19-20日高三統測模擬考1		多元表現綜整心得作業 21日學生課業座談 23日會二資二多二職場參訪		■生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全					
9	10/26-10/30				「就讀動機」教學及實作(一) 26日台灣光復暨金門古寧頭大捷紀念日補假		就讀動機作業		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全					
10	11/02-11/06				「就讀動機」教學及實作(二)		就讀動機作業		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全					
11	11/09-11/13				運動會停課 12-13日全校運動會停止一般課程		9-13日運動會週全校課輔停止		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全					
12	11/16-11/20				公訓停課 19-20日高三公訓活動		18-20日高三課輔停止		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全					
13	11/23-11/27				「未來學習計畫與生涯規劃」教學及實作(一)		未來學習計畫與生涯規劃作業		■生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全					
14	11/30-12/04				「未來學習計畫與生涯規劃」教學及實作(二) 1-2日第2次期中考		未來學習計畫與生涯規劃作業 2&3日下午5-8節課程對調		■生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全					
15	12/07-12/11				說明面試技巧及示範應答策略				□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全					
16	12/14-12/18				規劃個人自我介紹內容 15-16日高三統測模擬考2 作業抽查週				■生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全					
17	12/21-12/25				自我介紹口說實作(一) 25日行憲紀念日				■生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全					
18	12/28-01/01				自我介紹口說實作(二) 1/1日新年元旦				■生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全					
19	01/04-01/08				模擬面試(一)		報告組別繳交報告簡報 8日學期課輔最終日		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全					
20	01/11-01/15				模擬面試(二)		生涯規劃學習歷程檔案		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全					
21	01/18-01/22				寒假 18.19.20日期末考 20日休業式				□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全					

編輯教師：林明穎

國立花蓮高級商業職業學校115學年度第1學期各科教學暨作業進度表

班級	高一全 高二全	科目	生涯規劃	每週時數	1	任課教師	林明穎、朱湄惠、黃佩莉、許志恆	版名	翔宇	著作者	陳湘芸等編著

週次	起　迄	篇	章課	節	章節名稱	作業分配	備註 (重大議題融入教學☑)	實際進度		
								符合	超前	落後
1	08/31-09/04				課程說明、課室規則與分組 8/31日正式上課	3日高一二暑假功課測驗	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
2	09/07-09/11		1	1	生涯規劃教會我的事 7日高二三輔導課開始、游泳課開始	單元2:未來簡歷表	■生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
3	09/14-09/18		1	2	走出我的路、我的方向	單元3:我的生涯我決定	■生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
4	09/21-09/25		1	3	流動的角色 21日高一輔導課開始.25日中秋節	單元4:角色卡卡了嗎 單元5:我的生涯彩虹圖	■生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
5	09/28-10/02		1	4	回到過去與未來的我相遇 28日教師節	單元6:我之所以為我	■生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
6	10/05-10/09		2	1	最美的安排-興趣測驗 9日國慶日補假		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
7	10/12-10/16		2	1	最美的安排-能力強項分析 14-15日第1次期中考	單元7:尋找我的優勢能力 13&14日下午5-8節課程對調 16日高一校外教學、游泳課結束	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
8	10/19-10/23		2	2	真正的自己~性格探索 19-20日高三統測模擬考L	單元9:檢測你的人格類型 21日學生課業座談 23日會二資二多二職場參訪	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
9	10/26-10/30		2	3	透視你的生涯價值觀與信念26日台灣光復暨金門古寧頭大捷紀念日補假	單元10:我在乎的事	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
10	11/02-11/06		統整	統整	小組報告(3組) 主題:學長姊的生涯路/ 主題:職業探索	報告組別繳交報告簡報	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
11	11/09-11/13		2	4	我的成果紀錄-多元表現綜整心得範例說明 12-13日全校運動會停止一般課程	9-13日運動會週全校課輔停止	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
12	11/16-11/20		2	4	我的成果紀錄-多元表現綜整心得實作(一) 19-20日高三公訓活動	18-20日高三課輔停止	■生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
13	11/23-11/27		2	4	我的成果紀錄-多元表現綜整心得實作(二)	多元表現綜整心得作業	■生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
14	11/30-12/04		8	3	我的生涯行動錄 1-2日第2次期中考	2&3日下午5-8節課程對調	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
15	12/07-12/11		8	3	我的生涯行動錄	單元36:我的時間都到哪裡去了?	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
16	12/14-12/18		3	1	情緒大解密 15-16日高三統測模擬考2 作業抽查週		■生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
17	12/21-12/25		3	2	情緒逆轉勝 25日行憲紀念日		■生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
18	12/28-01/01		3	3	打造人際溝通力 1/1日新年元旦		■生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
19	01/04-01/08		統整	統整	小組報告(3組) 主題:溝通不良案例分析/ 主題: 職業探索	報告組別繳交報告簡報 8日學期課輔最終日	■生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
20	01/11-01/15		統整	統整	製作生涯規劃學習歷程檔案	生涯規劃學習歷程檔案	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
21	01/18-01/22				期末考 18.19.20日期末考 20日休業式		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			

編輯教師：林明穎

國立花蓮高級商業職業學校115學年度第1學期各科教學暨作業進度表

班級	高一	科目	美術	每週時數	1	任課教師	游斯婷	版名	均悅	著作者	傅斌暉等		
週次	起　迄	篇	章課	節	章節名稱		作業分配		備註 (重大議題融入教學☑)		實際進度		
											符合	超前	落後
1	08/31-09/04				美術課程說明 8/31日正式上課		3日高一二暑假功課測驗		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
2	09/07-09/11	1			我與美的距離 7日高二三輔導課開始、游泳課開始		學習單		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
3	09/14-09/18	1			我與美的距離				□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
4	09/21-09/25	1			我與美的距離 21日高一輔導課開始.25日中秋節				□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
5	09/28-10/02	1		3	媒材解密 28日教師節				□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
6	10/05-10/09	1		3	媒材解密 9日國慶日補假				□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
7	10/12-10/16	1		3	媒材解密 14-15日第1次期中考		作品 13&14日下午5-8節課程對調 16日高一校外教學、游泳課結束		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
8	10/19-10/23	1		3	媒材解密 19-20日高三統測模擬考		作品 21日學生課業座談 23日會二資二多二職場參訪		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
9	10/26-10/30	6			末日曙光藝術行動 26日台灣光復暨金門古寧頭大捷紀念日補假				□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
10	11/02-11/06	6			末日曙光藝術行動				□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
11	11/09-11/13	6			末日曙光藝術行動 12-13日全校運動會停止一般課程		9-13日運動會週全校課輔停止		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
12	11/16-11/20	6			末日曙光藝術行動 19-20日高三公訓活動		18-20日高三課輔停止		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
13	11/23-11/27	6			末日曙光藝術行動		作品		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
14	11/30-12/04				作業清點 1-2日第2次期中考		2&3日下午5-8節課程對調		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
15	12/07-12/11	2			圖像互動全攻略				□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
16	12/14-12/18	2			圖像互動全攻略 15-16日高三統測模擬考2. 作業抽查週				□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
17	12/21-12/25	2			圖像互動全攻略 25日行憲紀念日				□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
18	12/28-01/01	2			圖像互動全攻略 1/1日新年元旦				□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
19	01/04-01/08	2			圖像互動全攻略		8日學期課輔最終日		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
20	01/11-01/15	2			圖像互動全攻略		作品		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
21	01/18-01/22				作業清點 18.19.20日期末考 20日休業式				□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				

編輯教師：游斯婷

國立花蓮高級商業職業學校115學年度第1學期各科教學暨作業進度表

班級	全一年級	科目	藝術生活		每週時數	1	任課教師	徐新哲	版名	泰宇	著作者	傅斌暉 曹筱玥		
週次	起　迄	篇	章課	節	章節名稱			作業分配		備註 (重大議題融入教學☑)		實際進度 符合	超前	落後
1	08/31-09/04				課程介紹與陶藝簡介 8/31日正式上課			3日高一二暑假功課測驗		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
2	09/07-09/11				媒材介紹與安全守則 7日高二三輔導課開始、游泳課開始					□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
3	09/14-09/18		一		文化與生活的結晶					□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
4	09/21-09/25				杯墊製作 21日高一輔導課開始.25日中秋節					□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
5	09/28-10/02				杯墊製作 28日教師節					□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
6	10/05-10/09				手捏成形法(一) 9日國慶日補假					□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
7	10/12-10/16				土條成形法介紹 14-15日第1次期中考			13&14日下午5-8節課程對調 16日高一校外教學、游泳課結束		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
8	10/19-10/23				表面壓紋技巧練習 19-20日高三統測模擬考1			21日學生課業座談 23日會二資二多二職場參訪		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
9	10/26-10/30		二		無所不思的設計與美感 26日台灣光復暨金門古寧頭大捷紀念日補假					□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
10	11/02-11/06				探索風格與創作延伸					□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
11	11/09-11/13				基礎裝飾:刻紋與貼飾 12-13日全校運動會停止一般課程			9-13日運動會週全校課輔停止		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
12	11/16-11/20				基礎裝飾:刻紋與貼飾 19-20日高三公訓活動			18-20日高三課輔停止		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
13	11/23-11/27		三		愛與思考的世界					□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
14	11/30-12/04				盆栽製作 1-2日第2次期中考			2&3日下午5-8節課程對調		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
15	12/07-12/11				盆栽製作					□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
16	12/14-12/18				盆栽製作 15-16日高三統測模擬考2 作業抽查週					□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
17	12/21-12/25				小動物捏陶創作 25日行憲紀念日					□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
18	12/28-01/01				小動物捏陶創作 1/1日新年元旦					□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
19	01/04-01/08				小動物捏陶創作			8日學期課輔最終日		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
20	01/11-01/15				小動物捏陶創作					□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
21	01/18-01/22				18.19.20日期末考 20日休業式					□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				

編輯教師: 徐新哲

國立花蓮高級商業職業學校115學年度第1學期各科教學暨作業進度表

班級	高三	科目	體育	每週時數	2	任課教師	田德洋、王淑華、許紹廷	版名	泰宇	著作者	尤聰銘		

週次	起　迄	篇	章課	節	章節名稱	作業分配	備註 (重大議題融入教學☑)	實際進度 符合	超前	落後
1	08/31-09/04	1	1		體適能-基本體能 8/31日正式上課	3日高一二暑假功課測驗	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
2	09/07-09/11				排球-發球、接發球組合 7日高二三輔導課開始、游泳課開始		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
3	09/14-09/18				排球-攻擊腳步複習、攔網技巧		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
4	09/21-09/25				排球-綜合比賽及規則裁判手勢 21日高一輔導課開始,**25日中秋節**		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
5	09/28-10/02				羽球-正反手平擊球 **28日教師節**		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
6	10/05-10/09				羽球-雙打防守及進攻站位 **9日國慶日補假**		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
7	10/12-10/16				羽球-模擬比賽及裁判 14-15日第1次期中考	13&14日下午5-8節課程對調 16日高一校外教學、游泳課結束	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
8	10/19-10/23	5	1		田徑-跳高J字型起跑 19-20日高三統測模擬考1	**21日學生課業座談** 23日會二資二多二職場參訪	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
9	10/26-10/30	**5**	1		田徑-跳高起跳腳應用 **26日台灣光復暨金門古寧頭大捷紀念日補假**		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
10	11/02-11/06	5	1		田徑-跳高完整動作應用及挑戰		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
11	11/09-11/13				跳繩-基礎動作與節奏練習 12-13日全校運動會停止一般課程	9-13日運動會週全校課輔停止	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
12	11/16-11/20				跳繩-進階動作(開合跳、左右交替跑跳)	18-20日高三課輔停止	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
13	11/23-11/27				跳繩-進階動作(開合跳、左右交替跑跳)		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
14	11/30-12/04				籃球-進階運球(背後、轉身) 1-2日第2次期中考	2&3日下午5-8節課程對調	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
15	12/07-12/11				籃球-兩人小組配合(擋拆)		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
16	12/14-12/18				籃球-三對三小組比賽 15-16日高三統測模擬考2		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
17	12/21-12/25	3	1		壘球守備練習 **25日行憲紀念日**		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
18	12/28-01/01	3	1		壘球守備練習 **1/1日新年元旦**		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
19	01/04-01/08	3	1		壘球-綜合比賽	8日學期課輔最終日	□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
20	01/11-01/15				飛盤-正反手傳盤及顛倒盤應用		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			
21	01/18-01/22				體育常識 18.19.20日期末考 **20日休業式**		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全			

編輯教師：田德洋

國立花蓮高級商業職業學校115學年度第1學期各科教學暨作業進度表

班級	高一	科目	體育		每週時數	2	任課教師	王曉琪 王淑華 許劭廷	版名	泰宇	著作者	尤聰銘		
週次	起　迄	篇	章課	節	章節名稱			作業分配		備註 (重大議題融入教學☑)		實際進度		
												符合	超前	落後
1	08/31-09/04		1		課程介紹、暖身操與體適能 8/31日正式上課			填寫基本資料與登入google classroom 3日高一二暑假功課測驗		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
2	09/07-09/11				游泳-起源、技術與上課介紹、個別能力檢定與分組			7日高二三輔導課開始、游泳課開始		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
3	09/14-09/18				游泳-分組教學自救/技術			觀看游泳相關教學影片 水性		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
4	09/21-09/25				游泳-分組教學漂浮/自由式 21日高一輔導課開始.**25日中秋節**					□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
5	09/28-10/02				游泳-分組教學自由式/四式 **28日教師節**					□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
6	10/05-10/09				游泳-分組教學 驗收水性與個人技術 **9日國慶日補假**					□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
7	10/12-10/16				游泳-水上運動會 分組個人與接力競賽 14-15日第1次期中考			13&14日下午5-8節課程對調 16日高一校外教學、游泳課結束		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
8	10/19-10/23				田徑-歷史與項目介紹、本校運動會項目的介紹站立式與蹲踞式起跑 19-20日高三統測模擬考L			**21日學生課業座談** 23日會二資二多二職場參訪		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
9	10/26-10/30				田徑-起跑架使用與驗收100M **26日台灣光復暨金門古寧頭大捷紀念日補假**			搜尋田徑相關歷史與規則		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
10	11/02-11/06				田徑-大隊與4*100m接力 接力練習			依參加運動會項目，訂定課後準備計畫		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
11	11/09-11/13				拔河-歷史與規則介紹、運動會準備與練習 12-13日全校運動會停止一般課程			找定一位田徑選手來分享 9-13日運動會週全校課輔停止		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
12	11/16-11/20				拔河-角色與基本動作(高中低位)、肌力強化 19-20日高三公訓活動			18-20日高三課輔停止		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
13	11/23-11/27				拔河-實戰戰術與驗收個別動作					□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
14	11/30-12/04				足球-球感組合動作 1-2日第2次期中考			2&3日下午5-8節課程對調		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
15	12/07-12/11				足球-傳球與控球入門			觀看足球相關教學影片		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
16	12/14-12/18				足球-男女生分組實戰、收球感動作			15-16日高三統測模擬考2. **作業抽查週**		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
17	12/21-12/25				排球-歷史與規則介紹、低手發球 **25日行憲紀念日**					□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
18	12/28-01/01				排球-高低手傳球 **1/1日新年元旦**					□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
19	01/04-01/08				排球-驗收低手發球、分組實戰			8日學期課輔最終日		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
20	01/11-01/15				體育規則講解與班級自選/自主運動					□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				
21	01/18-01/22				班級自選/自主運動與學期課程反思			18.19.20日期末考 **20日休業式**		□生命教育 □法治教育 □環境教育 □海洋議題 □性別平等 □交通安全				

編輯教師：許劭廷