

國立大湖農工校定選修課程/彈性學習時間課程介紹(A1)

教學單位	體育科	科目名稱	初階肌力訓練
課程類別	生活應用	修課人數上限	25
教學目標	1、瞭解肌力訓練的實施方式及相關安全知能。 2、能正確操作特定肌群的肌力與肌耐力之動作。 3、透過同儕相互觀察學習，體驗運動之力與美，並增進人際互動。		
課程內容	1、肌力訓練理論基礎介紹。 2、不同部位肌肉之訓練方法及目標。 3、個人化的個人訓練計畫。		
備註			

國立大湖農工校定選修課程/彈性學習時間課程介紹(A2)

教學單位	電機科	科目名稱	電腦簡易維修
課程類別	技能體驗	修課人數上限	25
教學目標	1、能了解電腦系統架構。 2、能了解系統安裝。 3、能了解週邊零件、電路結合應用。 4、能把電路與日常居家生活延伸應用。 5、能正確了解工場安全與逃生方法。 6、培養正確的職業道德與工場管理。		
課程內容	電腦簡易維修實務教學。 1、電腦系統架構介紹。 2、window & Fedora 系統安裝。 3、製作網路線與測試。 4、週邊零件拆、檢修與更換。 5、培養正確的職業道德與工場管理。		
備註	自備 USB 隨身碟 (32G 以上)。		

國立大湖農工校定選修課程/彈性學習時間課程介紹(A3)

教學單位	英文科	科目名稱	「英」閱會
課程類別	提升學習力	修課人數上限	25
教學目標	本課程主要在加強高三學生的英文單字、句型以及閱讀能力，為統測做準備。		
課程內容	1. 介紹統測英文科考試題型與趨勢。 2. 常考單字、句型重點整理。 3. 閱讀技巧及策略。 4. 統測歷屆考題練習。		
備註	本課程專為高三，想加強英文統測應考能力的同學所開設，對英文沒興趣者，請勿加入。		

國立大湖農工校定選修課程/彈性學習時間課程介紹(A4、B4)

教學單位	食品加工科	科目名稱	食物製備與核心體能訓練之聯結
課程類別	生活應用	修課人數上限	25
教學目標	期望經由本課程可以了解營養素的分類、功能、利用與製備，藉體能訓練增強學生體力之維持及雕塑體態。		
課程內容	本課程介紹食物營養的原理，希望引導學生從基礎知識瞭解食物分類及各類食物的營養價值及製備，以訓練學生體能及核心及改善長久低頭不良症後群之體操做結合。		
備註	1、每位同學在課堂中必須積極參與授課老師充份互動。 2、自備瑜珈墊。 3、對手做點心有興趣者。		

國立大湖農工校定選修課程/彈性學習時間課程介紹(A5)

教學單位	輔導處	科目名稱	到世界走一走
課程類別	跨域國際	修課人數上限	25
教學目標	1. 學生能認識不同國家和國際時事。 2. 學生能透過反思與討論，瞭解世界的需要。		
課程內容	1. 認識世界不同國家。 2. 新聞時事或議題探討。 3. 反思與分享討論世界的需要。		
備註			

國立大湖農工校定選修課程/彈性學習時間課程介紹(A6)

教學單位	機械科	科目名稱	機器腳踏車維修
課程類別	技能體驗	修課人數上限	12
教學目標	1. 讓學生瞭解機車引擎、傳動、燈光等各系統構造及作用原理 2. 訓練學生熟稔各零組件的分解與結合 3. 培養學生實施基礎保養的能力 4. 訓練學生使用診斷電腦進行故障檢測與維修之能力 5. 提升學生對各類型故障檢診與維修之能力 6. 培養學生應有之職業道德及工作態度。		
課程內容	1. 從事機器腳踏車定期保養及相關構件檢查、拆裝、清潔、潤滑、更換、量測、調整等之基本修護工作。量具使用、更換煞車車輪、更換引擎總成、引擎檢查調整、電系系統、綜合保養。 2. 更換煞車、車輪相關構件(1)更換無內胎輪胎(含氣嘴總成)(2)後輪鼓式煞車來令片總成(3)碟式煞車總泵及煞車軟管(4)碟式煞車來令片及煞車分泵。 3. 介紹引擎總成相關構件(1)汽缸蓋(頭)、汽缸、活塞及活塞環(2)拆裝變速移位機構及變速齒輪組(3)V型(皮帶式)無段自動變速機構(4)汽缸蓋(頭)、凸輪軸及正時齒輪(鏈輪)(5)離合器磨擦片與離合器自由間隙調整 4. (1)檢查與調整引擎(2)更換空氣濾清器濾芯、調整怠速及檢查廢氣(3)汽油噴射引擎構件與使用診斷(4)汽油噴射引擎燃油泵(5)檢查及調整引擎氣門間隙 5. 更換電系系統(1)更換發電機總成及測量充電電流、電壓(2)測量、更換點火線圈及火星塞(3)頭燈開關及燈泡(4)煞車燈開關及燈泡(5)測量、車輪方向燈開關及燈泡(6)使用三用電錶 6. 綜合保養(1)更換前輪避震器(2)引擎機油,齒輪油及清潔機油濾網(3)驅動鏈條(4)車身覆蓋 7. 特殊量具介紹與使用		
備註	認真、想學、願動手的再選		

國立大湖農工校定選修課程/彈性學習時間課程介紹(A7)

教學單位	綜職科	科目名稱	跟著香氛去旅行
課程類別	生活應用	修課人數上限	25
教學目標	1、培養學生芳香療法基本知識。 2、促進學生創意思考，芳香療法相關影音作品。 3、透過課程學習身心靈療癒的方法。		
課程內容	1、課程介紹、芳療歷史 2、認識精油的好處 3、介紹植物家族 4、介紹經由萃取方式 5、精油品質的判別與選購標準 6、芳療與自然療法的結合 7、純露的製造與認識 8、認識身體機能與芳療的應用 9、介紹精油對應病症 10、香氣讀心術		
備註			

國立大湖農工校定選修課程/彈性學習時間課程介紹(A8、B8)

教學單位	藝能科	科目名稱	安全教育
課程類別	生活應用	修課人數上限	25
教學目標	提升安全意識，降低意外事傷害		
課程內容	1、交通安全 2、水域安全 3、防墜安全 4、防災安全 5、食藥安全		
備註			

國立大湖農工校定選修課程/彈性學習時間課程介紹(A9)

教學單位	園藝科	科目名稱	居家綠化
課程類別	生活應用	修課人數上限	25
教學目標	一、認識居家綠化佈置植物種類與屬性。 二、學習居家植物栽培管理要點。 三、瞭解居家綠化裝飾佈置的設計原則與技巧。		
課程內容	1. 居家植物種類介紹。 2. 植物在居家環境中的養護知識。 3. 居家綠美化實作： A. 乾燥花與花環設計。 B. 水耕吊飾製作。 C. 室內組合盆栽實作。 D. 植物上板技巧與實作。 E. 文創苔球設計。 F. 多肉植物與水泥盆器。 G. 盆套設計與利用。		
備註	必要時，有可能需要負擔部分材料費用。		

國立大湖農工校定選修課程/彈性學習時間課程介紹(B1)

教學單位	園藝+食品	科目名稱	農園產品利用課程
課程類別		修課人數上限	20 人
教學目標	1、瞭解本地農園產品種植範圍與重要性。 2、瞭解本地農園產品原料種類與性質。 3、學習瞭解本地農園產品加工方法及相關基本原理。		
課程內容	1、農園產品種植介紹。 2、農園產品生產田間管理介紹。 3、農園產品採收加工介紹。 4、農園產品加工技術介紹。		
備註			

國立大湖農工校定選修課程/彈性學習時間課程介紹(B2)

教學單位	電機科	科目名稱	家電智慧控制
課程類別	技能體驗	修課人數上限	25
教學目標	1、能了解家電智慧系統架構。 2、能了解系統安裝設定。 3、能了解週邊零件、電路結合應用。 4、能把電路與日常居家生活延伸應用。 5、能正確了解工場安全與逃生方法。 6、培養正確的職業道德與工場管理。		
課程內容	家電智慧控制實務教學。 1、電腦系統架構介紹。 2、APP 製作與安裝。 3、手動、平板觸控與聲控。 4、遠端智慧控制。 5、培養正確的職業道德與工場管理。		
備註	自備晶片（約 300 元）		

國立大湖農工校定選修課程/彈性學習時間課程介紹(B3)

教學單位	數學科	科目名稱	獨「數」一格
課程類別	提升學習力	修課人數上限	25
教學目標	提升學生對於數學的演算能力，加強對數學題目及題型的認知		
課程內容	1、介紹統測數學題型與趨勢。 2、重要題型分析及解題技巧。 3、統測題型整理。		
備註			

國立大湖農工校定選修課程/彈性學習時間課程介紹(A4、B4)

教學單位	食品加工科	科目名稱	食物製備與核心體能訓練之聯結
課程類別	生活應用	修課人數上限	25
教學目標	期望經由本課程可以了解營養素的分類、功能、利用與製備，藉體能訓練增強學生體力之維持及雕塑體態。		
課程內容	本課程介紹食物營養的原理，希望引導學生從基礎知識瞭解食物分類及各類食物的營養價值及製備，以訓練學生體能及核心及改善長久低頭不良症後群之體操做結合。		
備註	4、每位同學在課堂中必須積極參與授課老師充份互動。 5、自備瑜珈墊。 6、對手做點心有興趣者。		

國立大湖農工校定選修課程/彈性學習時間課程介紹(B5)

教學單位	輔導室	科目名稱	原住民族萬花筒
課程類別	跨域國際	修課人數上限	25
教學目標	認識國內外原住民族文化及歷史，增進學生對於原住民族之認識，並提升其族群文化敏感度。		
課程內容	1-4 週：台灣原住民各族文化及歷史簡介。 5 週：原住民美食體驗（暫定泰雅族或排灣族）。 6-7 週：原住民與土地的連結（第 7 週邀請原住民獵人分享）。 8 週：從台灣放眼世界—南島語系介紹（暫定與帛琉學生進行線上討論）。 9 週：媒體中的原住民—當代原住民族議題討論。 10 週：課程總結。		
備註			

國立大湖農工校定選修課程/彈性學習時間課程介紹(B6)

教學單位	機械科	科目名稱	機器腳踏車進階維修
課程類別	技能體驗	修課人數上限	12
教學目標	1. 讓學生瞭解機車引擎、傳動、燈光等各系統構造及作用原理 2. 訓練學生熟稔各零組件的分解與結合 3. 培養學生實施基礎保養的能力 4. 訓練學生使用診斷電腦進行故障檢測與維修之能力 5. 提升學生對各類型故障檢診與維修之能力 6. 培養學生應有之職業道德及工作態度。		
課程內容	1. 從事機器腳踏車定期保養及相關構件檢查、拆裝、清潔、潤滑、更換、量測、調整等之基本修護工作。量具使用、更換煞車車輪、更換引擎總成、引擎檢查調整、電系系統、綜合保養。 2. 更換煞車、車輪相關構件(1)更換無內胎輪胎(含氣嘴總成)(2)後輪鼓式煞車來令片總成(3)碟式煞車總泵及煞車軟管(4)碟式煞車來令片及煞車分泵。 3. 介紹引擎總成相關構件(1)汽缸蓋(頭)、汽缸、活塞及活塞環(2)拆裝變速移位機構及變速齒輪組(3)V型(皮帶式)無段自動變速機構(4)汽缸蓋(頭)、凸輪軸及正時齒輪(鏈輪)(5)離合器磨擦片與離合器自由間隙調整 4. (1)檢查與調整引擎(2)更換空氣濾清器濾芯、調整怠速及檢查廢氣(3)汽油噴射引擎構件與使用診斷(4)汽油噴射引擎燃油泵(5)檢查及調整引擎氣門間隙 5. 更換電系系統(1)更換發電機總成及測量充電電流、電壓(2)測量、更換點火線圈及火星塞(3)頭燈開關及燈泡(4)煞車燈開關及燈泡(5)測量、車輪方向燈開關及燈泡(6)使用三用電錶 6. 綜合保養(1)更換前輪避震器(2)引擎機油,齒輪油及清潔機油濾網(3)驅動鏈條(4)車身覆蓋 7. 特殊量具介紹與使用		
備註	認真、想學、願動手的再選		

國立大湖農工校定選修課程/彈性學習時間課程介紹(B7)

教學單位	室設科	科目名稱	數位影音
課程類別	技能體驗	修課人數上限	25
教學目標	1. 認識數位影像與音樂檔案的各種格式，並學習相容性的問題。 2. 認識網路影音串流的格式與上傳多媒體檔案的網路資源。 3. 學習數位影像的品質控制與影像處理的美學觀念。使用手機拍攝的檔案格式透過下載與影音剪輯程式完成一段完整的影片。 4. 學習影片製作完成後轉換為 DVD 光碟的轉檔與燒錄方式。		
課程內容	1. 透過電腦教授影音剪輯技術，讓學生了解一般數位影像與配樂搭配的格式觀念，進而了解網路影音上傳與應用實務。 2. 透過數位照片、影片及音樂格式的整合，讓學生透過市面上的影音編輯軟體完成多媒體的影片製作。 1-2 週 數位影像的處理 3-4 週 數位影像與音樂剪輯的基本技術 5-6 週 數位影音編輯有關文字動態、轉場特效與整體配樂的處理技術。 7-8 週 數位影音檔傳化為網路串流格式的各種軟體應用。 9 週 網路免費影音上傳網站的申請與運用。		
備註			

國立大湖農工校定選修課程/彈性學習時間課程介紹(A8、B8)

教學單位	藝能科	科目名稱	安全教育
課程類別	生活應用	修課人數上限	25
教學目標	提升安全意識，降低意外事傷害		
課程內容	6、交通安全 7、水域安全 8、防墜安全 9、防災安全 10、食藥安全		
備註			

國立大湖農工校定選修課程/彈性學習時間課程介紹(B9)

教學單位	機械科	科目名稱	從機械 to 籃球的斜槓人生
課程類別	彈性課程	修課人數上限	20
教學目標	1. 使學生懂得將專業知識融入體育運動 2. 使學生了解 FIBA 籃球規則以及判例 3. 使學生學會籃球賽事執法技巧 4. 培養學生對於體育運動的興趣		
課程內容	1. 籃球產業裡的機械專業知識介紹 2. FIBA 籃球規則及判例 3. 籃球裁判執法技巧教學 4. 國內外籃球賽事欣賞		
備註			