

國立花蓮女子高級中學 110 學年度體育科課程學習成果建議

年級	三年級	學期	第 1 學期	適用班級	301～309
對應單元	高中體育				
課程學習成果一建議	1. 計算自己的身體質量指數(BMI)，並了解自己的 BMI 指數是否為過輕或肥胖？ 2. 依據自身 BMI 指數設計兩周的運動處方，例如 BMI 指數過輕者如何增重？BMI 指數過重者如何減重。 ●建議同學完成課程學習成果後，務必準備 100 字以內之心得，在學生學習歷程平台上上傳課程學習成果時填寫於【內容簡述】欄位。 ● 評分標準請見【課程學習成果一評量表】，上傳課程學習成果時，可不附評量表				
課程學習成果二建議	●建議同學完成課程學習成果後，務必準備 100 字以內之心得，在學生學習歷程平台上上傳課程學習成果時填寫於【內容簡述】欄位。 ●評分標準請見【課程學習成果二評量表】，上傳課程學習成果時，可不附評量表				
課程學習成果三建議	●建議同學完成課程學習成果後，務必準備 100 字以內之心得，在學生學習歷程平台上上傳課程學習成果時填寫於【內容簡述】欄位。 ●評分標準請見【課程學習成果三評量表】，上傳課程學習成果時，可不附評量表				
備註					

國立花蓮女子高級中學學生學習歷程【課程學習成果一評量表】

作品名稱		體適能檢測	非常符合	佳	尚可	亟需努力	不適用
作者姓名							
類別/評分向度		評分內容	4	3	2	1	
☐	學科知識						
☐	閱讀摘要/ 反思作業	能掌握文章/課堂內容要點，呈現文章重點並進一步闡釋					
		清楚呈現前言、主文、結語三大基本文章架構，段落環環相扣					
		心得感想具有引申性、創造性、批判反思					
		文句流暢，用字遣詞恰當，無錯別字					
☐	個人簡報/ 分組報告	主題定義清楚，呈現一個分析架構且有中心議題					
		運用足以支持論文之相關且來源正確的資料（含圖表）					
		呈現方式創新，具有創造力，能有效地將中心概念傳達給觀眾，於適宜時段使用合宜且易懂的視覺道具					
		□齒清晰、音量適當、目光接觸、語調生動、有效運用手勢與肢體語言，並能回應聽眾的反應與問題					
		充分掌握報告時間					
		能呈現出每個組員專長和貢獻					
☐	專題研究/ 創作研發	能掌握文本中正反或多元的資訊、概念或變項之間的關係等，釐清或強調立場/題旨/結論					
		能同步處理正反、多元的觀點或細節，並建立具有邏輯、足以反映結論意旨的解釋					
		能進行正反或多元觀點的比對、評估分析，超越文本原來架構，從更大的脈絡呈現邏輯一致的討論					
		整合想法與概念，利用資源將概念轉換為行動，架構與測試模型或原型					
☐	行動方案	了解研究問題，且能將其連結至真實世界的情況					
		蒐集許多資訊，且與主題相關					
		腦力激盪產生許多策略，並對每個策略有適當執行方法					
		利用設計解決問題，並進行適當的修改					
		總結解決方法，並描述這些方法可以如何被使用於其他狀況					
☐	藝才創作	作品構思具創造力與想像力，表達出自身對主題的看法					

	平面/立體 影音/表演	結構、構圖完整，色彩、技法得宜/敘事、脈絡完整，劇情、樂理流暢					
		媒體素材選用適宜，善用工具與程式，能純熟結合各種素材					
授課教師 評語/建議							
授課教師 簽名		任教科目名稱： 年 月 日					

國立花蓮女子高級中學學生學習歷程【課程學習成果二評量表】

作品名稱			非常符合	佳	尚可	亟需努力	不適用
作者姓名							
類別/評分向度		評分內容	4	3	2	1	
☐	學科知識						
☐	閱讀摘要/ 反思作業	能掌握文章/課堂內容要點，呈現文章重點並進一步闡釋					
		清楚呈現前言、主文、結語三大基本文章架構，段落環環相扣					
		心得感想具有引申性、創造性、批判反思					
		文句流暢，用字遣詞恰當，無錯別字					
☐	個人簡報/ 分組報告	主題定義清楚，呈現一個分析架構且有中心議題					
		運用足以支持論文之相關且來源正確的資料（含圖表）					
		呈現方式創新，具有創造力，能有效地將中心概念傳達給觀眾，於適宜時段使用合宜且易懂的視覺道具					
		口齒清晰、音量適當、目光接觸、語調生動、有效運用手勢與肢體語言，並能回應聽眾的反應與問題					
		充分掌握報告時間					
		能呈現出每個組員專長和貢獻					
☐	專題研究/ 創作研發	能掌握文本中正反或多元的資訊、概念或變項之間的關係等，釐清或強調立場/題旨/結論					
		能同步處理正反、多元的觀點或細節，並建立具有邏輯、足以反映結論意旨的解釋					
		能進行正反或多元觀點的比對、評估分析，超越文本原來架構，從更大的脈絡呈現邏輯一致的討論					
		整合想法與概念，利用資源將概念轉換為行動，架構與					

		測試模型或原型					
☐	行動方案	了解研究問題，且能將其連結至真實世界的情況					
		蒐集許多資訊，且與主題相關					
		腦力激盪產生許多策略，並對每個策略有適當執行方法					
		利用設計解決問題，並進行適當的修改					
		總結解決方法，並描述這些方法可以如何被使用於其他狀況					
☐	藝才創作 平面/立體 影音/表演	作品構思具創造力與想像力，表達出自身對主題的看法					
		結構、構圖完整，色彩、技法得宜/敘事、脈絡完整，劇情、樂理流暢					
		媒體素材選用適宜，善用工具與程式，能純熟結合各種素材					
授課教師 評語/建議							
授課教師 簽名		任教科目名稱： 年 月 日					

國立花蓮女子高級中學學生學習歷程【課程學習成果三評量表】

作品名稱		非常符合	佳	尚可	亟需努力	不適用
作者姓名						
類別/評分向度		4	3	2	1	
☐	學科知識					
☐	閱讀摘要/ 反思作業	能掌握文章/課堂內容要點，呈現文章重點並進一步闡釋				
		清楚呈現前言、主文、結語三大基本文章架構，段落環環相扣				
		心得感想具有引申性、創造性、批判反思				
		文句流暢，用字遣詞恰當，無錯別字				
☐	個人簡報/ 分組報告	主題定義清楚，呈現一個分析架構且有中心議題				
		運用足以支持論文之相關且來源正確的資料（含圖表）				
		呈現方式創新，具有創造力，能有效地將中心概念傳達給觀眾，於適宜時段使用合宜且易懂的視覺道具				
		口齒清晰、音量適當、目光接觸、語調生動、有效運用手勢與肢體語言，並能回應聽眾的反應與問題				
		充分掌握報告時間				

		能呈現出每個組員專長和貢獻					
☐	專題研究/ 創作研發	能掌握文本中正反或多元的資訊、概念或變項之間的關係等，釐清或強調立場/題旨/結論					
		能同步處理正反、多元的觀點或細節，並建立具有邏輯、足以反映結論意旨的解釋					
		能進行正反或多元觀點的比對、評估分析，超越文本原來架構，從更大的脈絡呈現邏輯一致的討論					
		整合想法與概念，利用資源將概念轉換為行動，架構與測試模型或原型					
☐	行動方案	了解研究問題，且能將其連結至真實世界的情況					
		蒐集許多資訊，且與主題相關					
		腦力激盪產生許多策略，並對每個策略有適當執行方法					
		利用設計解決問題，並進行適當的修改					
		總結解決方法，並描述這些方法可以如何被使用於其他狀況					
☐	藝才創作 平面/立體 影音/表演	作品構思具創造力與想像力，表達出自身對主題的看法					
		結構、構圖完整，色彩、技法得宜/敘事、脈絡完整，劇情、樂理流暢					
		媒體素材選用適宜，善用工具與程式，能純熟結合各種素材					
授課教師 評語/建議							
授課教師 簽名		任教科目名稱：		年 月 日			