

高一理 自學內容 (10 月 18-22 日)

序號	科目	內容
1.	代數	<ol style="list-style-type: none"> 1. 章節：文風第四冊 第 24 章 根數與根式 2. 自學內容： <ol style="list-style-type: none"> (1) 求二次根式正平方根的公式 P.23-24 (2) 網課：二次根式的雜例 P.28-32 3. 作業內容：課本 P.30 綜合練習 24 雙數題，共 14 題 4. 作業格式：抄題目和清楚地寫在 A4 紙上(寫上班別，姓名，學號，日期)， 完成作業後拍照上傳 5. 提交方式：在企業微信班群上交 6. 作業截交日期：10 月 23 日下午 5:00 前
2.	應數	<ol style="list-style-type: none"> 1. 章節：5.5 三角函數之圖像 2. 自學內容： <ol style="list-style-type: none"> (1) 複習：六個三角函數的特殊值 P.163-172 (2) 網課：利用三角函數的特殊值作出三角函數的圖像去瞭解它們的性質 P.163-172 (3) 網課：小結三角函數的週期及最值 3. 作業內容：課本 P.180 練習 5.5 第 1 至 16 題，雙數題，共 8 題 4. 作業格式：抄題目和清楚地寫在 A4 紙上(寫上班別，姓名，學號，日期)， 完成作業後拍照上傳 5. 提交方式：在企業微信班群上交 6. 作業截交日期：10 月 22 日下午 5:00 前
3.	中文	<ol style="list-style-type: none"> 1. 章節：單元二智勇救國《曹劇論戰》 2. 自學內容： <ol style="list-style-type: none"> (1) 啟思中國語文(中四上)，P.59-61 (2) 閱讀課本 P.63-64 之內容總結及作法總結 (3) 背誦名言名句第 1 至 20 句 (10 月 18 日發上班群) 3. 作業內容：筆記本內翻譯及主旨部份 4. 作業格式：依筆記本格式，完成作業後拍照 5. 提交方式：在企業微信班級群上交 6. 作業截交日期：10 月 22 日晚上 9:00 前
4.	文法	<ol style="list-style-type: none"> 1. 章節：Grammar Chapter 7 Articles 2. 自學內容：Chapter 7 Articles: Charts 7-1 3. 作業內容：Pretest, Ex. 1, 2, 3, 4, 6 4. 作業格式：文法書中習題: 拍照生成一個相片檔 (檔名為：F4X_學號_姓名_Week 2) 5. 提交方式：在企微班級群上交 6. 作業截交日期：10 月 23 日下午 2:00 前
5.	物理	<ol style="list-style-type: none"> 1. 章節：勻加速運動方程式 2. 自學內容：勻加速運動方程式 (書 p44-49)

		<ol style="list-style-type: none"> 作業內容：工作紙一張（10月19日發上班級群） 作業格式：做在A4上（寫姓名，班級，學號，日期）。 提交方式：完成後拍照在企業微信班群上提交 作業截交日期：10月23日下午6:00前
6.	生物	<ol style="list-style-type: none"> 章節：必修1分子與細胞第二章 第三節 細胞中的糖類和脂質 自學內容：細胞中糖類和脂質：課文第23~27頁 作業內容：課文第18~19頁，1~4題，第27頁1~3題 作業格式：答案寫在課本上，於每一版寫上(姓名、學號)，以檔案上傳 提交方式：繳交連結於10月21日於企業微信班級群發佈 作業截交日期：10月24日上午10:00前
7.	化學	<ol style="list-style-type: none"> 章節：高中化學校本教材第一冊 第一章 第三至四節 自學內容： <ol style="list-style-type: none"> 複習化學方程式:見高中化學校本教材第一冊 P.14-16 常用的化學量:見高中化學校本教材第一冊 P.19-22 作業內容：高中化學校本教材第一冊 P.17 至 18-二,2,A 至 F、P.18 全頁、P.19-(7)至(11) 作業格式：寫在書 P.18、P.19 上（每頁最上方空白處寫上班級、姓名、學號） 提交方式：拍照後在企業微信班級群上提交/上傳電子檔到網上班級課程裡(只交答案) 作業截交日期：10月22日下午2:00前
8.	電腦	<ol style="list-style-type: none"> 章節：Python CH1 自學內容：複習「變數」及詳解 https://www.youtube.com/watch?v=PNmOrHUD0EE 作業內容：觀看影片即可
9.	體育	<ol style="list-style-type: none"> 練習項目：有氧練習 及 平衡 練習內容： <ol style="list-style-type: none"> 工間操(有氧練習) 視頻來源：https://youtu.be/5mlPtfdgH7E 兩點支撐練習：每邊支撐15-30秒(為1組)x3組(挑戰動作) 視頻來源：https://youtu.be/AdB6jCAI1fk 家庭拉伸操 視頻來源：https://youtu.be/8uML-pZ2850 練習注意事項： <ol style="list-style-type: none"> 練習場地以室內為主，可在家中客廳、房間等無障礙空間進行,需要面積很少。 拉伸動作可以在瑜伽墊、地板或者平板床上完成，若床墊很軟則不建議。 每天適量運動，建議[1]工間操、[3]家庭拉伸操每天都完成。[2]兩點支撐練習可在星期一、三、五,或星期二、四,以隔天練習的形式進行挑戰動作。 學生可以按照練習內容及自身身體狀況，適當調整挑戰動作的強度、次數及時間。