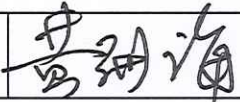
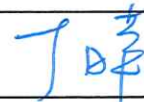






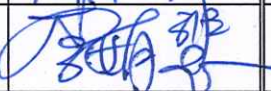


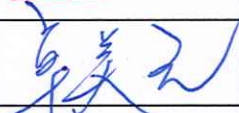

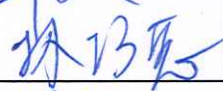





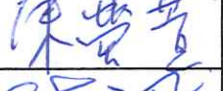
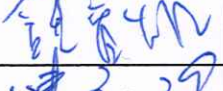

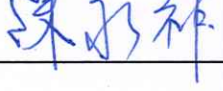

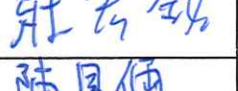
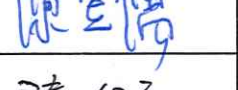


彰化縣立二林高級中學國中部課程發展委員會簽到單

時間：112年06月02日 12:00-13:00

地點：儒林館一樓

職務	姓名	簽名	科目	姓名	簽名
召集人			學習領域代表		
校長	黃洲海		國文	丁擘	
行政人員代表			英文	卓美君	註冊組長
教務主任	吳郁銑		數學	呂國源	
學務主任	黃士銘		自然	施琮耀	
總務主任	劉勝恩		社會	陳秀珊	
輔導主任	李娟慧		藝文	陳淑芳	
教學組長	游明膳		健體	吳郁銑	教務主任
註冊組長	卓美君		綜合	彭純億	
訓育組長	林巧惠		特教	張永政	
體育組長	楊斯任		生科	洪秋萍	
資媒組長	葉佳韻		教師會代表	王湘賢	
列席者			導師代表	陳瑩瑩	
社團組長	鍾智雄		導師代表	林玉芬	
衛生組長	陳永祚		導師代表	葉麗敏	
			專任代表	莊宏銘	
			專任代表	陳昱儒	
			家長代表	謝佩忠	請假

彰化縣立二林高級中學 111 學年度第二學期

國中部課程發展委員會

壹、開會時間：112.06.02(星期五) 12:00~13:00

貳、開會地點：儒林館 1F

參、主席：黃洲海 校長 紀錄：游明膳

肆、出席人員：如簽到表

伍、主席致詞：

陸、業務單位工作報告

一、重要政策宣導

英語課採全英語授課中長程計畫

- (一)增加英語教師教材教法相關增能研習或工作坊，並成立校內(或跨校)英語教師專業社群，定期備課及討論，提升教師專業能力與教學品質。
- (二)鼓勵教師進行全英語備課(含教材準備及教學計畫)，配合全英語授課進行教學及評量事宜，並結合「彰化縣政府所屬中小學實施校長及教師公開授課實施計畫」之規定，每學年至少公開授課 1 次，並以校內教師觀課至少 1 次為原則，互相觀摩學習，以增進教師全英語教學能力。
- (三)全英語授課比率：教師於該學期課程中，使用英語授課之比率達 70%以上，且課程節數應符合該學期至少 20 節課/需 10 節課以上採全英語授課。(一半的節數)
- (四)薦送英語教師海外進修，透過與國外教師交流、實地參訪、觀摩等活動，提升教師教學專業力，改善教學品質，提高教學成效。

二、學習診斷與教學轉化增能計畫

數 6/13(二)56 節-北斗國中/謝宏林

社 6/15(四)23 節-二水國中/胡淑華

三、112 學年度會考精進教學減 C 提 A-教師學習社群

教務主任+國英數自社領域召集人做跨領域分享，5/11 開始到 6/29，利用每周四的時間研討學習。請相關領域召集人與會。
社群研討之結果推動

四、學習扶助持續追蹤宣導，感謝老師協助~

1. 感謝導師協助篩選測驗(紙本)，下週一~三午休補考。

相關措施：

- (1)待補考結束，一併處理成績。6 月中旬公告結果。
- (2)獎勵：通過測驗者，一科一份小點心。

個案學生加碼：通過測驗者，請校長發獎狀鼓勵

3. 學扶暑假開班，預計開國一二三共 3 班。懇請國英數老師協助。

五、112 學年度國一二實施本土語課程，師資需求增加，請教師踴躍進修及參加本土語認證。

1. 暑假(7 月初)縣府委託本校辦理閩南語研習一考前衝刺班，上課地點在本校，鼓勵同仁就近參加。
2. 參加認證測驗，到考證明+成績單→申請補助

六、精進計畫一學年輪替

112 英文、113 社會、114 綜合、115 自然、116 生科資料、117 藝文、118 數學、119 國文

七、不分領域研習輪替順序：

1 自然(5/25)→2 生科→3 健體→4 英文→5 國文→6 社會→7 藝文→8 綜合→9 數學

柒、提案討論

案由一：每週節數分配表

學習總節數、領域學習節數、彈性學習節數

112 學年度國中部普通班領域學習節數與彈性學習節數分配表提案--每週學習節數

學習領域 \ 年級		七年級 (108 課綱)		八年級 (108 課綱)		九年級 (108 課綱)		
部定課程	語文	國文 英文 本土語	9	5 3 1	9	5 3 1	8	5 3 0
	數學		4		4		4	
	自然科學		3 生物		3 理化		3 理化、地球科學	
部定課程	社會	歷史 地理 公民	3	1 1 1	3	1 1 1	3	1 1 1
	藝術與人文	視覺藝術 音樂 表演藝術	3	1 1 1	3	1 1 1	3	1 1 1
	健康與體育	健康 體育	3	2 1	3	2 1	3	2 1
部定課程	綜合活動	家政 輔導 童軍	3	1 1 1	3	1 1 1	3	1 1 1
	科技	生活科技 資訊科技	2	1 1	2	1 1	2	1 1
	領域學習節數		30		30		29	
校定課程	彈性學習課程	校訂課程	4	其他類-班週會	3	1	4	1
				社團活動、學校行事		1		1
				閱讀·悅讀		1		0
				fun English I		1		0
				fun English II		0		1
				En-Pow 二		0		0
				科學探究		0		0
學習總節數		34		33		33		
空白課程		1		2		2		

討論

請決議：同意 19 票，不同意 0 票。提案通過。

案由二：審核 112 學年第一學期教科書版本

科目 年級	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	書籍費
	國文	英文	數學	自然	社會	藝術與 人文	綜合活 動	健康與 體育	科技	本土語 文	
一年級	翰林	翰林	南一	康軒	翰林	康軒	南一	南一	翰林	真平	一年級
											0
二年級	翰林	翰林	翰林	翰林	翰林	康軒	南一	康軒	康軒	真平	二年級
											0
三年級	翰林	翰林	南一	南一	康軒	康軒	南一	南一	康軒		三年級
											0

請決議：同意 21 票，不同意 0 票。提案通過。

案由三：本國語文作文篇數之規劃

每學期 4 篇，作業抽查 3 篇

討論：

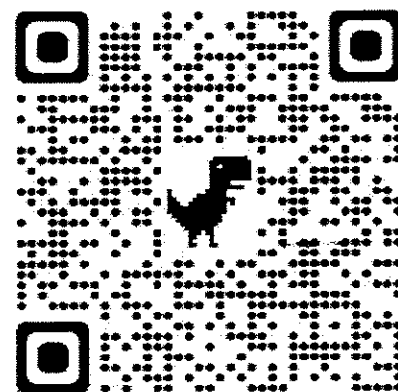
請決議：同意 21 票，不同意 0 票。提案通過。

案由四：本校 112 學年度課程計畫(含課程評鑑計畫)提請討論，請委員查看網路資料夾

請決議：同意 21 票，不同意 0 票。提案通過。

案由五：檢核 111 學年度課程評鑑結果及課程修正事項。提請討論，請委員查看網路資料夾。

請決議：同意 20 票，不同意 0 票。提案通過。



已於日前召開特推會，茲提出以下 3 件提案，提請課發會審議：

案由六：針對本校 112 學年度特殊教育課程與教學調整實施計畫(含特教班與資源班及巡迴輔導班)，提請審議。

彰化縣立二林高級中學(國中) 特教教育(身心障礙類)課程與教學調整計畫

特殊教育推行委員會 112 年 05 月 9 日會議通過
課程發展委員會 112 年 06 月 9 日會議通過

一、依據

- (一) 特殊教育課程教材教法及評量方式實施辦法。
- (二) 國民教育階段特殊教育課程大綱。

二、目的

在十二年國教的主軸下，因應學生之個別需求、能力差異及學習表現，調整各領域的教學目標、教材、教學方式及評量方法，以利學生發展潛能。

三、計畫目標

- (一) 依據特教學生需求選用相關能力指標，包括針對學生的弱勢能力，應用簡化、減量、替代、分解與重整的策略；針對學生的優勢能力，應用加深、加廣的策略，以完成學年目標之撰寫。
- (二) 課程教材之調整，依照學生選用之能力指標編撰教材，完成教材的簡化、淡化、或教材之充實與深化等調整措施，以供適性教學之用。
- (三) 教學方法宜因應身障學生的個別需求，採工作分析、多元感官、直接教學、多層次教學、合作學習、協同教學等多样化的教學；因應資優學生的個別需求，採創造性問題解決、高層次思考、問題本位學習或區分性教學等方式進行，期使學生達成學習目標。

四、學習領域與每週授課時數

- (一) 配合十二年國教課程綱要，集中式特教班根據學生需求開設語文(國文、英文、本土語)、數學、社會、自然科學、科技、綜合活動、健康與體育、藝術等部定課程；分散式資源班根據學生需求開設語文(國文、英文)、數學等部定課程。
- (二) 配合十二年國教課程綱要針對學生之特殊需求於彈性學習或規定課程時間，開設學習策略、生活管理、動作機能訓練、職業教育、社會技巧、溝通訓練、科技輔具、點字、定向行動等特殊需求領域課程。本校集中式特教班開設生活管理、動作機能訓練、職業教育等特殊需求課程；本校分散式資源班開設職業教育、社會技巧、生活管理等特殊需求課程。
- (三) 依本校特殊教育學生之認知或學習功能不同程度，規劃課程及調整各領域之授課節數，每個領域節數為 0-7 節，惟學習總節數不得少於同年級普通班學生，並經本校特推會審議通過。

1. 集中式特教班認知或學習功能輕微缺損之學生課程

領域	語文	英文	本土語	數學	社會	藝術	自然	健康與體育	綜合活動	科技	特殊需求		
											生活管理	職業教育	功能性動作能訓練
時數	4	2	1	4	4	4	4	2	4	1	0	3	0

根據學生各項評量表現擬定其學年目標。

- (2) 認知或學習功能嚴重缺損學生之教學設計，掌握替代、重整、生活應用等原則達成該領域之能力指標，並根據學生各項評量表現擬定其學年目標。
- (3) 學生之分組依據學生個別能力、個別化教育計畫及學期分組前測等相關資料進行學習準備度之分析。
- (4) 語文(本國語文、英文)、數學領域
 - ① 依照學生能力分組，打破年級分為 A、B 兩組，進行小組教學。
 - ② 認知或學習功能輕微缺損之學生，學習語文及數學領域之學科課程，教師依據學生需求調整、簡化、替代、重組學習內容。
 - ③ 認知或學習功能嚴重缺損之學生，進行生活化之語文及訓練學生之基本生活自理能力；數學課程學習，並加強動作機能訓練課程。
- (5) 本土語、社會、自然、健康與體育、綜合活動、藝術與人文、科技領域
 - ① 以班級為單位進行團體教學，依據學生需求進行多層次教學。
 - ② 社會領域課程內容根據學生能力與需求，設定教學目標，瞭解社區環境、社會環境，以培養於社會中獨立生活的能力，主要範圍涵蓋歷史文化、地理環境、公民社會等內容。
 - ③ 自然領域課程為學習生活中科學性知識，教導學生可運用的自然科學知識及技能。
 - ④ 健康與體育領域課程分為健康及體育課程，於健康課程中培養學生自我健康照顧能力，而體育課程依據學生體能狀況，訓練基本體能及粗大、精細動作。
 - ⑤ 綜合活動領域課程主要為家政活動及童軍活動，培養學生的基本生活處理能力。
 - ⑥ 藝術與人文領域課程包含視覺藝術與聽覺藝術，透過不同的藝文活動，提升藝術知能，並引導學生增加欣賞藝術的興趣。
 - ⑦ 科技領域課程包含生活科技與資訊科技，教導學生使用 3C 產品及了解科技所帶來的便利性。
- (6) 特殊需求領域
 - ① 依據學生學習能力及需求，開設動作機能訓練、生活管理、職業教育課程。
 - ② 動作機能訓練課程納入專業團隊之建議設計相關教學內容，主要訓練粗大及精細動作，以增加學生動作協調性。主要對象為認知或學習功能嚴重缺損之學生，配合教學領域 B 組課程進行授課。
 - ③ 生活管理領域課程涵蓋基本生活自理能力訓練，學習生活所需能力，主要對象為認知或學習功能嚴重缺損之學生，配合語文領域英文 B 組課程進行授課。
 - ④ 職業教育課程主要建立學生職業基礎能力，涵蓋職業探索、職業技能訓練，並養成分工合作的的精神，主要內容有車輛清潔、

2. 集中式特教班認知或學習功能嚴重缺損之學生課程

領域	語文	英文	本土語	數學	社會	藝術	自然	健康與體育	綜合活動	科技	特殊需求		
											生活管理	職業教育	功能性動作能訓練
時數	4	1	1	2	4	4	4	4	4	1	1	3	2

五、課程調整原則及作法

(一) 不分類身心障礙資源班及巡迴輔導

1. 學習內容的調整

- (1) 認知或學習功能無缺損/輕微缺損學生之教學設計，掌握簡化、減量、分解、替代、生活應用等原則達成該領域之能力指標，並根據學生各項評量表現擬定其學年目標。
- (2) 認知或學習功能嚴重缺損學生之教學設計，掌握替代、重整、生活應用等原則達成該領域之能力指標，並根據學生各項評量表現擬定其學年目標。
- (3) 學生之分組依據學生個別能力、個別化教育計畫及學期分組前測等相關資料進行學習準備度之分析。

2. 學習歷程的調整

- (1) 教學型態依領域需要與人力資源採個別指導、分組教學、團體教學與班際協同。
- (2) 教學時使用具實證教學成效之方法，包括分組練習、直接教學、合作學習、提示教學等有效教學策略，除強調學習成功經驗的營造外，更以促進友善與融合的學習環境為考量。

3. 學習環境的調整

- (1) 教室安排以便利移動至資源班教室為主要考量，若有肢體不便之需求，再安排至一樓教室或有電梯之樓層；調整座位編排方式，以利小組或個別自主、專心學習為原則；妥善安排座位以利同儕互動與協助。
- (2) 教室環境佈置與教學內容及學生學習特質相配合，設計多元學習環境，促進學習遷移與類化的成效。

4. 學習評量方式(定期評量)的調整

- (1) 採多元評量方式進行，採後勢評量、動態評量、檔案評量、實作評量、生態評量與課程本位評量等多元評量方式，達到適齡、提升學習成就的目標，必要時則能發揮診斷預警及補救的功效。
- (2) 善用彈性與適性的評量標準。
- (3) 每學期三次定期評量皆於原班考試，採用原定期評量考卷；惟平時評量成績評比之依據，由資源班提供該生資源班表現成績，供任課教師參酌，評比該生平時評量之成績。

(二) 集中式特教班

1. 學習內容的調整

- (1) 認知或學習功能無缺損/輕微缺損學生之教學設計，掌握簡化、減量、分解、替代、生活應用等原則達成該領域之能力指標，並

環境清潔、食物處理等。

2. 學習歷程的調整

- (1) 教學型態依領域需要與人力資源，採個別指導、分組教學、團體教學與班際協同。
- (2) 教學時使用具實證教學成效之方法，包括分組練習、直接教學、合作學習、提示教學等有效教學策略，除強調學習成功經驗的營造外，更以促進友善與融合的學習環境為考量。
- (3) 語文、數學領域調整學習歷程為小組教學，每班學生的 3-4 名，搭配 1 名教師進行教學。
- (4) 社會、自然與生活科技、綜合活動、健康與體育、藝術與人文領域為順利進行學習歷程調整，配置 1 名教師進行團體教學，並依據實際需求協調教師助理協助認知或學習功能嚴重缺損學生之學習。
- (5) 特殊需求領域為順利進行學習歷程調整，配置 1 名教師進行教學，職業教育課程由 1 名教師進行協同教學，生活管理及動作機能訓練課程由 1 名教師進行小組教學。

3. 學習環境的調整

- (1) 教室安排於一樓；調整座位編排方式，以利小組或個別自主、專心學習為原則；妥善安排座位以利同儕互動與協助。
- (2) 教室環境佈置與教學內容及學生學習特質相配合，設計多元學習環境，促進學習遷移與類化的成效。

4. 學習評量方式(定期評量)的調整

- (1) 採多元評量方式進行，採動態評量、檔案評量、實作評量、生態評量與課程本位評量等多元評量方式，以充分瞭解學生的學習歷程與成效。
- (2) 善用彈性與適性的評量標準。

5. 多元活動規劃

- 特教班於正式課程外，設計多元活動，培養學生不同能力，辦理下列活動。
 - (1) 校外教學：每學期安排一次校外教學，且每年上學期與資源班學生共同參與校外教學活動，促進學生社會適應能力及人際互動。
 - (2) 班級活動：由導師規劃班級相關活動。
 - (3) 特教班共同活動：聖誕聯歡會、畢業聯歡會等。
 - (4) 全校性空堂活動，如國際身心障礙者日系列活動，透過製作商品義賣的過程，教導學生相關能力。
 - (5) 校外活動：參加彰化縣身心障礙者回鄉賽、台灣中南區心智障礙啦啦隊比賽。

六、本計畫經特殊教育推行委員會及課程發展委員會審議通過後實施，修正時亦同。

承辦

會辦

決行

請決議：同意 21 票，不同意 0 票。提案通過。

案由七：本校 112 學年度特殊教育(含集中式特教班、分散式資源班、巡迴輔導班)課程計畫，提請審議。

1.集中式特教班

課程類別	學習領域	部定節數	高組	低組	
部定課程	語文	國文	5	4	4
		英語	3	2	1
		本土語言/新住民語文/台灣手語	1	1	
	數學		4	4	2
	社會(歷史、地理、公民與社會)		3	4	
	自然(理化、生物、地球科學)		3	4	
	藝術(音樂、視覺藝術、表演藝術)		3	4	2-2-0
	綜合活動(家政、童軍、輔導)		3	4	2-2-0
	科技(資訊科技、生活科技)		2	1	1-0
	健康與體育	健康教育	3	2	
		體育		2	2
	領域學習節數		30	32	29
	校訂課程	特殊需求-職業教育	3-5	3	3
特殊需求-生活管理		3-5	0	1	
特殊需求-動作機能訓練(低組)		3-5	0	2	
學習總節數		33-35	35	35	

2.分散式資源班/不分類巡迴班

詳如附件。

課程類別	科目\	七年級		八年級		九年級			
		A組	B組	A組	B組	A組	B組		
部定課程	國語文	4	4	4	4	4	4		
	數學	4	4	4	4	4	4		
	英語	2	2	2	2	2	2		
	領域學習總節數	10	10	10	10	10	10		
校訂課程	科目\組別	混齡智能障礙組		七年級自閉症及智能障礙及學障		八年級學習障礙組		九年級自閉症及智能障礙及聽障	
	特殊需求-生活管理	1							
	特殊需求-職業教育	2				1			
	特殊需求-社會技巧			1				1	
	校定課程總節數	3		1		1		1	

3.本校學生接受巡迴輔導

巡迴輔導班型	年級/學生	科目	每週節數
附班巡迴	二年級(郭○霖)	聽能訓練	2
接受巡迴輔導服務每週總節數			2

請決議：同意 21 票，不同意 0 票。提案通過。

案由八：針對本校 112 學年度「特殊教育(資賦優異類)課程與教學調整實施計畫」、「資賦優異課程規劃及節數配置表」及「特殊教育(資賦優異)課程計畫」，提請審議。

詳如附件。

彰化縣立二林高級中學(國中部)
 特殊教育(資賦優異類)課程與教學調整實施計畫
 特殊教育推行委員會 112年05月日會議通過
 課程發展委員會 112年06月日會議通過

- 依據
 - 十二年國民基本教育特殊教育課程實施規範。
 - 特殊教育課程教材教法及評量方式實施辦法。
- 目的

在十二年國教課程的主軸下，因應資優學生之個別需求、能力差異及學習表現，調整各領域的教學目標、教材、教學方式及評量方法，以利學生發展潛能。
- 計畫目標
 - 依據資優學生需求選用相關能力指標，針對學生的優勢能力，應用加深、加廣、加速或濃縮的策略，規劃學生之學習目標。
 - 調整教材之調整，依照學生選用之能力指標編補教材，或採用教材之充實與深化等調整措施，以供適性教學之用。
 - 教學方法則因應資優學生的個別需求，採創設性問題解決、高層次思考、問題本位學習或區分性教學等方式進行，期使學生達成學習目標。
- 學習領域與每週授課時數
 - 針對學生之學科專長開設專長領域課程，每週抽離節數不超過10節。
 - 針對學生之特殊需求於彈性學習或校訂課程時間，開設獨立研究、專題、創造力及領導才能等特種需求課程。
 - 依本校資優學生之學習需求，規劃課程及調整各領域之授課師數，並經本校特推會審議通過。
- 課程調整原則及作法
 - 學內內容的調整：認知功能優異之資優學生其能力指標採加深、加廣、加速或濃縮的方式，再根據調整後之指標編選符合學生學習需求的教材。
 - 學習歷程的調整
 - 教學型態依領域需要與人力資源採個別指導、分組教學、團體教學與近原協同。
 - 資優學生之教學設計乃根據學生學習特質為原則，期解決問題、創造與批判性專高層次思考，並累積情意培養穩定其學年目標。

- 學習環境的調整：教室環境佈置與教學內容及學生學習特質相配合，設計多元學習環境，促進學習轉移與實化的成效。
 - 學習評量方式(定期評量)的調整
 - 採多元評量方式施行，運用檔案評量、實作評量與課程本位評量等方式，以達到適齡、提升學習成就的目標。
 - 資優學生則從提高目標層次並引導自我設定目標的獨立學習為評量依據，以避兔重複練習造成之浪費與厭倦感。
 - 本計畫經特殊教育推行委員會及課程發展委員會審議通過後實施，修正時亦同。
- 承辦 會辦 執行

討論：每周安排數學自然各 2 節課。

請決議：同意 21 票，不同意 0 票。提案通過。

已於日前召開體推會，茲提出以下提案，提請課發會審議：

詳如

案由九：112 學年度國中體育班專業課程計畫，提請審議。(附件四)

領域科目/實施規範節數		教育階段		國民中學		
		階段/年級		第四學習階段		
		7年級節數	8年級節數	9年級節數	9年級節數	9年級節數
部定課程	領域學習課程	語文	國語文(5)	5	5	5
			本土語言/ 新住民文(1)	1	1	
			英語文(3)	3	3	3
		數學(4)	4	4	4	
		社會(3)	3	3	3	
		(歷史、地理、公民與社會)	3	3	3	
		自然科學(3)	3	3	3	
		(理化、生物、地球科學)	3	3	3	
		藝術(2-3)	2	2	2	
		(音樂、視覺藝術、表演藝術)	1-1-0	1-0-1	0-1-1	
		綜合活動(2-3)	2	2	2	
		(家政、童軍、輔導)	0-1-1	1-0-1	1-0-1	
		科技(1-2)	1	1	1	
		(資訊科技、生活科技)	1-0	0-1	0-1	
健康與體育(2-3)	2	2	2			
(健康教育、體育)	1-1	1-1	1-1			
特殊類型 班級課程	體育專業(5)	5	5	5		
	(專項體能訓練、專項技術訓練)	0-5	0-5	0-5		
七八年級領域學習節數(31-34)		31	31	30		
九年度領域學習節數(30-34)						
校訂課程	七八年級彈性學習課程(1-4) 九年度彈性學習課程(1-5)	統整性主題/專題/ 議題探究課程	0	0	0	
		社團活動與技藝課程	1	1	1	
		特殊需求領域課程 (體育專業)	2	2	2	
		其他類課程-班週會	1	1	1	
七八年級學習總節數(33-35節)		35	35	34		
九年度學習總節數(32-35節)						

實施年級：5年級6年級7年級8年級9年級

星期	一	二	三	四	五
節次					
第一節					
第二節					
第三節					
第四節					
第五節					
第六節		特殊需求	特殊需求		
第七節	專長技術訓練	專長技術訓練	專長技術訓練	專長技術訓練	專長技術訓練

備註：體育專業課程，請於上課日之第六節課起實施。

請決議：同意 21 票，不同意 0 票。提案通過。

案由十：生涯發展教育工作執行委員會會議

111 學年第 2 學期生涯發展教育活動執行現況報告。112 學年度生涯發展計畫撰寫，以 111 學期的計畫為規劃方向，待縣府生涯發展教育計畫研習後撰寫計畫，於 112 學年度期初課發會追認通過計畫

<p>111學年下學期 生涯發展教育工作執行委員會 期末會議</p>	<p>生涯發展教育活動</p> <p>講座</p> <p>(111上)商業空間家具家飾的設計與製造 (111下)食品加工產業</p>
<p>生涯發展教育活動</p> <p>參訪</p> <p>(111上)達德工商、二林工商、員林家商 (111下)過湖農莊、崇實高工、鹿港高中、北斗家商</p>	<p>討論、建議、規劃</p> <p>112學年生涯發展計畫</p>

請決議：同意 21 票，不同意 0 票。

捌、臨時動議

玖、散會

承辦人 游明膳
教師兼教學組長

承辦人 吳郁統
教師兼主任

投票

二林高中 黃洲海
校長