



臺北市112學年度國民中學彈性學習  
領航課程頒獎暨發表研討會

跨域統整 領航未來  
自主學習  
彈性學習課程分享

台北市立景興國中自主學習課程發展社群 蕭千金 2024/03/28

自主學習彈性學習課程

# 第一 部 分

## 課 程 設 計



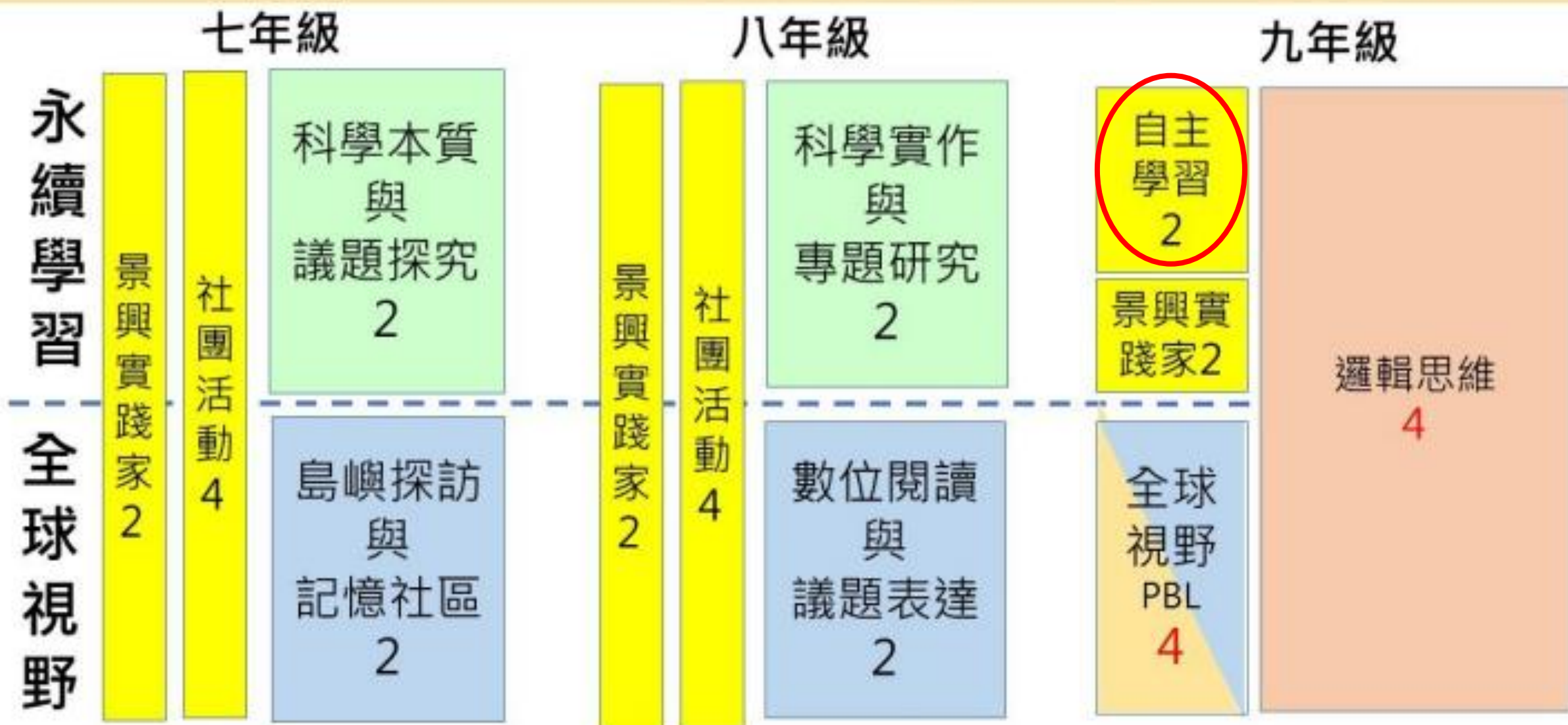


永續學習的幸福學校



# Taipei Municipal Jingxing Junior High School Curriculum Mapping

## Sustainable learning with a global perspective



# 學習重點

表現1. 探索自我實踐途徑，展現主動學習態度。

內容1. 自主學習的多元學習策略。

表現2. 評估判斷學習情境，選用適當學習策略。

內容2. 自主學習計畫執行的步驟。

表現3. 運用多元學習資源，規劃自主學習步驟。

內容3. 問題解決的系統思考方式。

表現4. 反思監控學習歷程，執行即時調整回饋。

內容4. 評估修正進而調整的工具。



# 課程目標

02

學生於學習歷程中選擇適當的學習策略與多元資源，展現獨立思考與自我價值的態度。

01

學生能了解自己的興趣與專長而訂定自主學習目標，並能系統性的規畫自主學習計畫。

03

學生能監控調整學習歷程並滾動式修正而有效執行，發揮永續學習與展現行動的能力。

# 表現任務

第一學期：  
班級式自主  
學習觀摩會



第二學期：  
全校性自主  
學習課程博  
覽會



112學年度自主學習課程發展社群於112年9月6日共備會議，將課程的評量規畫進行調整。調整如下表：

第一學期檢核點與表現任務(原先)	第一學期檢核點與表現任務(調整)
<p>1.檢核點60%：</p> <p>(1)完成學習與筆記策略簡報(15%)</p> <p>(2)完成「發現與探索」階段自評與回饋表單(5%)</p> <p>(3)撰寫第一學期自學計畫的內容與進度(30%)</p> <p>(4)完成期中和期末自主學習自我檢核表(10%)</p> <p>2.表現任務40%：第一學期自主學習歷程期末報告—紀錄第一學期自主學習的內容、歷程記錄或成果與自主學習過程中的反思與調整。</p>	<p>1.檢核點70%：</p> <p>(1)完成學習與筆記策略簡報(15%)</p> <p>(2)應用網路平台查詢資料與證明(15%)</p> <p>(3)完成「發現與探索」階段自評與回饋表單(7%)</p> <p>(4)撰寫第一學期自主學習計畫的內容與進度。(23%)</p> <p>(5)完成期中和期末自主學習自我檢核表。(10%)</p> <p>2.表現任務30%：第一學期自主學習歷程期末報告—紀錄第一學期自主學習的內容、歷程記錄或成果與自主學習過程中的反思與調整。(30%)</p>



# 112學年度任課教師

## ★自主學習課程授課老師



區學樂副理



區學領事



區學政事



區學學務



區學教職



區學教務



區學教務



區學教務

1.本校自主學習課程教師專業發展社群自109學年度9月成立以來迄今已近三年時間，111學年度的社群會議到目前四月為止總共召開八場會議，八場會議皆為社群會議輪流分享關於自主學習課程教材的修正、自主學生學習狀況、訂定自主學習形成性評量(檢核點)評量規準、引導學生自主學習策略的研發和學習類書籍：《學習如何學習》、《學習的26種方法》讀書會。112學年度到現在已進行七場共備會議或研習講座。

2.接下來將會有最後兩場會議，將對於自主學習課程的表現任務—自主學習歷程班級博覽會進行學生發表自主學習歷程或成果內容的安排與討論。

# 111學年度國民小學及國民中學 活化教學與多元學習計畫

## 成果影片—子計畫1



教育部國民及學前教育署  
K-12 Education Administration  
Ministry of Education



臺北市立大學  
學習與媒材設計學系  
Department of Learning and Materials Design

自主學習彈性學習課程

# 第二部分 課程實施



# 教學過程：發現與探索階段教學簡報



### CONTENTS

01	02
學習策略 筆記策略	自學策略 我做簡報



• 作者：芭芭拉·歐克利、泰倫斯·索諾斯基  
• 出版社：木馬文化  
• 出版日期：2019/4/10



### 啟發孩子更好懂的史丹佛基礎教育指南

丹尼爾·施瓦茨、潔西卡·普、克莉絲汀·布萊爾

作者 譯者 薛浩然

方向 關鍵

九大學習關鍵影響面，因應不同情境，可以有效促進學習效能

怎麼讓大腦學會一件事？破解「如何教，怎麼學」的新興科學



### 重要學習策略廣泛介紹

- 用「**番茄鐘工作法**」設定專注與休息的時間，戰勝拖延癱屍。
- 用「**積極回想**」的技巧提取腦中的重要概念，複習事半功倍。
- 切換**專注模式**與**發散模式**，獲得解決問題的觀點，避免落入慣性思考陷阱。
- 蓋一座「**記憶宮殿**」，將記住的東西圖像化，深化長期記憶。
- 每次學習新的技能，很快就碰上撞牆期，拉長練習週期，選擇困難的部分去「**刻意練習**」，強化腦連結。
- 想從被動學習者變成主動整理資訊並學習嗎？「**自我提問**」策略可以幫助你將注意力集中在重要概念上。
- 「**費曼學習法**」是大腦整合輸出的學習方法，可以幫助你了解困難而複雜的概念。

### 簡介筆記策略



### 有效率作筆記

請看影片

[https://www.youtube.com/watch?v=GUWGqirt-fc&ab\\_channel=%E5%AD%B8%E5%95%8F%E5%AD%B8NIICO](https://www.youtube.com/watch?v=GUWGqirt-fc&ab_channel=%E5%AD%B8%E5%95%8F%E5%AD%B8NIICO)



# 教學過程：發現與探索階段教學簡報

## 筆記策略我認識

### 參考圖表

1. 表格	2. 流程圖	3. T型圖
8. 心智圖	概念圖像化	4. 循環圖表
7. 樹狀圖/階層圖	6. 魚骨圖	5. 溫氏圖

圖形組織

- 心智圖
- T圖 / T表換要法
- 魚骨圖
- 樹狀圖/階層圖
- 費曼思考技法

## 筆記策略我認識

康乃爾筆記法

麥肯錫筆記術

XDite 讀書筆記法

## 02 自學策略，我做簡報

妳/你被分配到  
要做哪一個策略  
的簡報呢？

## 學習策略我整理

請同學依照簡報上分配，為某一個策略製作至少四張簡報，說明策略的使用方法和舉例

番茄鐘工作法(1-2號製作簡報，老師隨機邀請同學上台報告)

積極回想(3-4號製作簡報，老師隨機邀請同學上台報告)

專注模式與發散模式(5-6號製作簡報，老師隨機邀請同學上台報告)

費曼學習法(27-28號製作簡報，老師隨機邀請同學上台報告)

記憶宮殿(21-22號製作簡報，老師隨機邀請同學上台報告)

刻意練習(23-24號製作簡報，老師隨機邀請同學上台報告)

自我提問(25-26號製作簡報，老師隨機邀請同學上台報告)

## 筆記策略我整理

圖形組織

康乃爾筆記法 (12-15號製作簡報)

麥肯錫筆記術 (34-36號製作簡報)

XDite 讀書筆記法 (37-38號製作簡報)

心智圖(7-8號製作簡報)

T圖 / T表換要法(9-10號製作簡報)

魚骨圖(11和29號製作簡報)

樹狀圖/階層圖(30-31號製作簡報)

費曼思考技法(32-33號製作簡報)

邀請同學依照上述各策略的分配，上網搜尋關於此策略的定義或內容、使用方法與步驟、名人使用例子或影片介紹理解上述這些內容，並歸納統整成該策略簡報

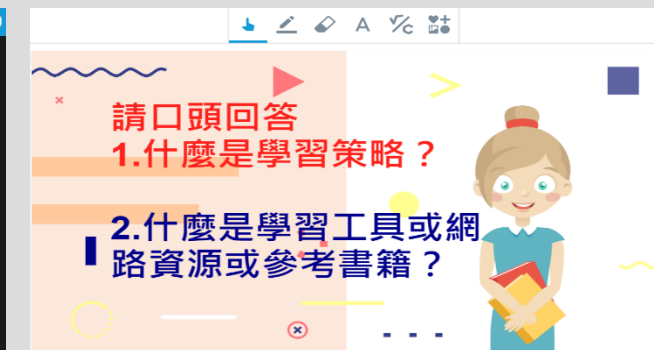
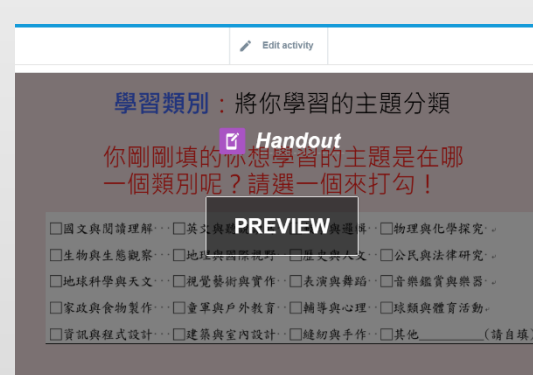
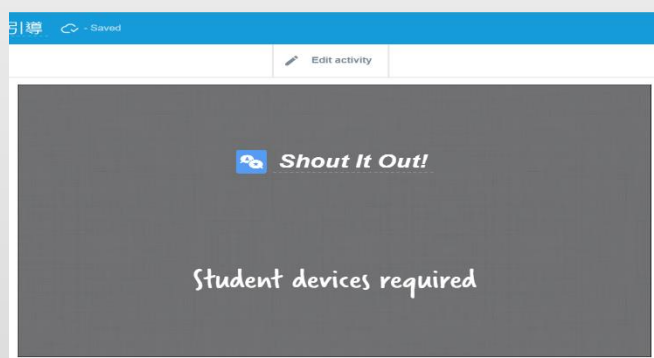
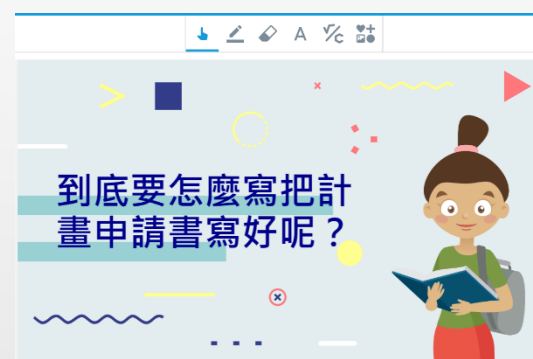
- 一份簡報最少四張，最多六張。
- 第一張簡報請打上策略名稱、班級、座號、姓名
- 若有影片介紹請附上影片截圖和影片網址

## 學習和筆記策略我分享

我們邀請三到五位同學來分享

聽完同學分享學習和筆記策略，你/妳會想使用的學習和筆記策略是那些呢？請去看同學的策略簡報，摘要三份你欣賞的策略並出你的心得。

# 教學過程：計畫與統整階段—自編教材與自主學習計畫申請書







# 自主學習課程流程圖

發現與  
探索

計畫與  
統整

內化與  
實踐(一)

分享與  
感動

內化與  
實踐(二)

監控與  
修正



自主學習彈性學習課程

# 第三部分

## 課程效果



# 自主學習期末報告

901班 5號 邱禹心

## 目錄

- 01. 我的主題
- 02. 經驗實踐
- 03. 心得分享
- 04. 反思改進

## self-directed

### Part 01 我的主題

自主學習主題選定之原因

### >>> 第二學期自主學習主題選擇的原因(30字以上，最多一張單張)

想要練習寫作的技巧，但又不想只有單純寫作文，想到這可以用寫小說的方式來訓練自己，不但可以練習寫作，還會有其他讀者來看自己寫的內容，说不定還會收取評論呢!

## self-directed

### Part 02 經驗實踐

小說內容介紹(200字左右)

### >>> 第二學期自主學習歷程介紹(最多一張單張)

小說教學結構

大綱的故事走向

## self-directed

### Part 03 心得分享

分享心得或感想(200字左右)

### >>> 我的第二學期自主學習心得分享(100字以上或在網上畫圖表示心得，然後拍照貼上，最多二張單張)

自從開學後，自從選了小說的主題，一開始，我就在想，這是一篇關於人與人的故事，我想寫一個關於人與人的故事，我想寫一個關於人與人的故事...

### 我的第一學期與第二學期自主學習內容比較分析

請選用任何一種圖表比較分析

項目分析	總滿意度	完成度	熟悉程度	有用性
第一學期	中等	80%	這是我第一次嘗試	其實還好
第二學期	很棒的	60%	這是我第二次嘗試	這比我第一次好很多

## education

### Part 04 反思改進

對自主學習內容的反思，大抵改進的方法

### >>> 我對自己第二學期自主學習的反思(可用文字敘述或在網上畫圖，然後拍照貼上)

相對反思一：並沒有全部人物定位不明確

相對反思二：進度緩慢

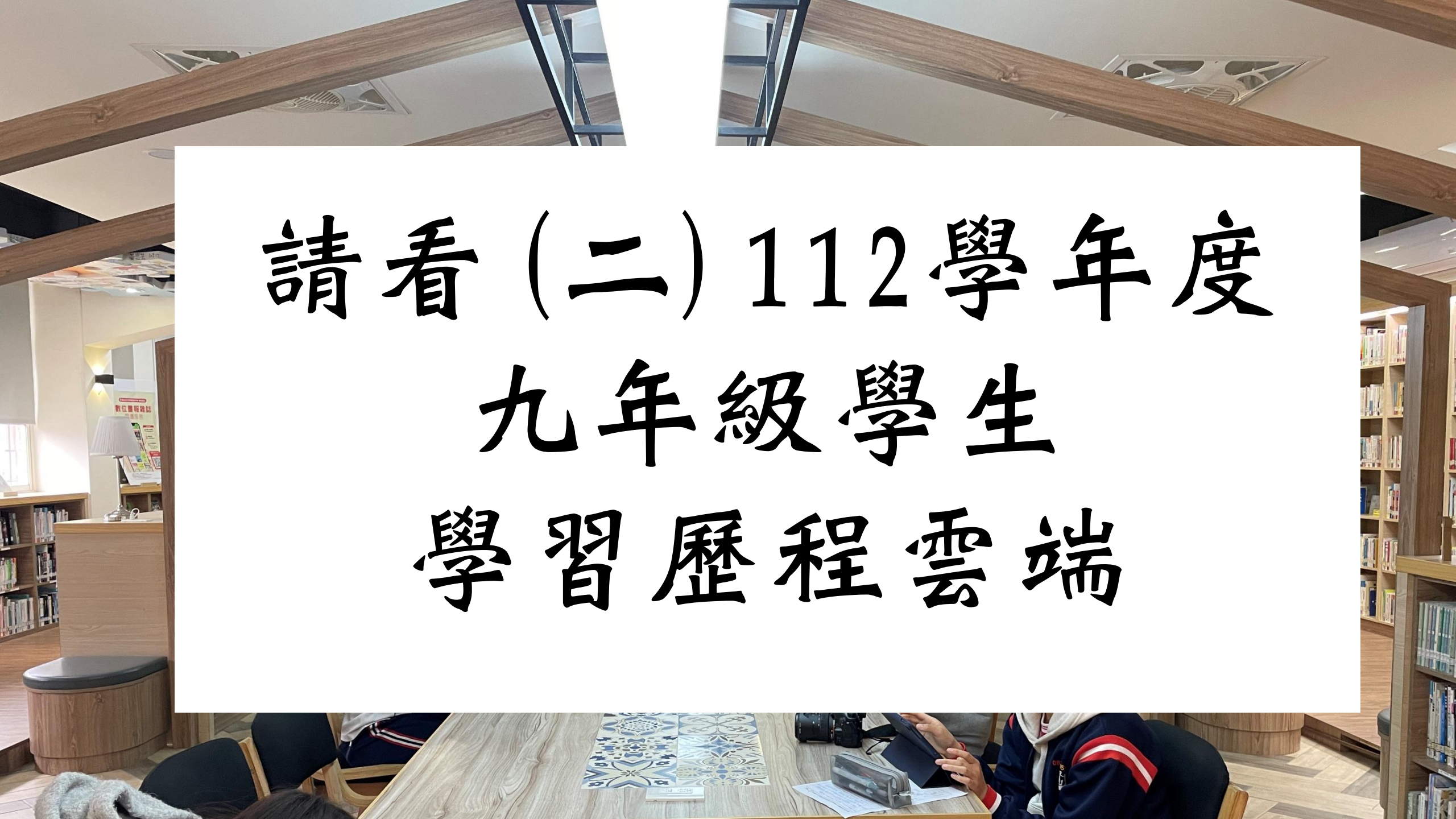
### >>>> 相對應反思的未來改進方法(可用文字敘述或在網上畫圖，然後拍照貼上)

改進方法一

- 失去人物 在寫小說
- 好好構思每個人物需要什麼特質

改進方法二

- 多看其他作家的作品
- 利用空閒時間練習寫作

The background of the image shows a library or study area. It features exposed wooden beams on the ceiling, bookshelves filled with books, and a wooden table with a patterned tablecloth. A person is partially visible at the table, looking at a tablet. The overall atmosphere is warm and educational.

請看(二) 112學年度  
九年級學生  
學習歷程雲端



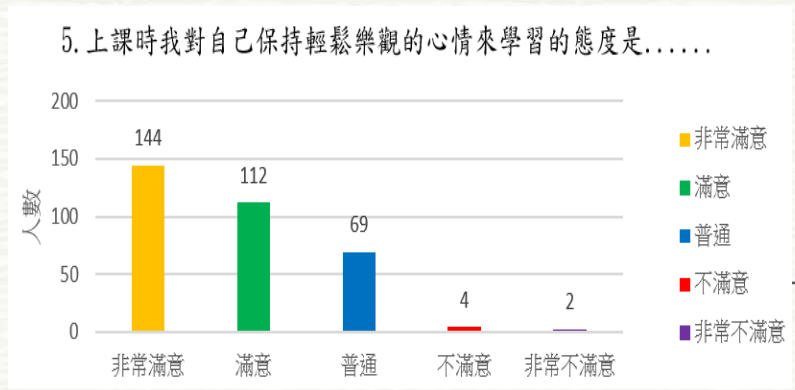
自主學習彈性學習課程

# 第四部分

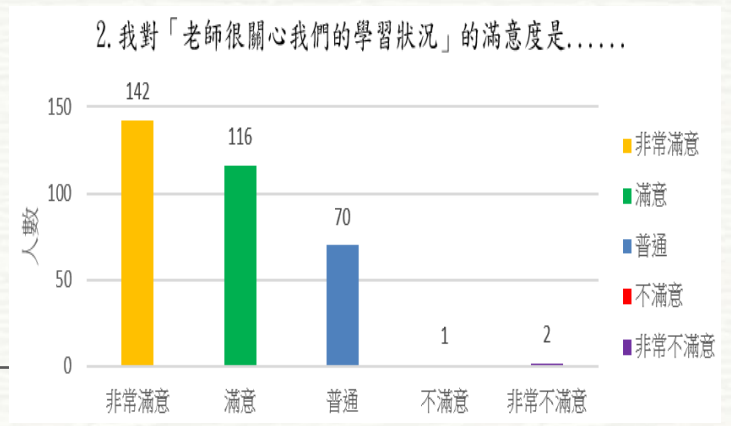
## 省思展望



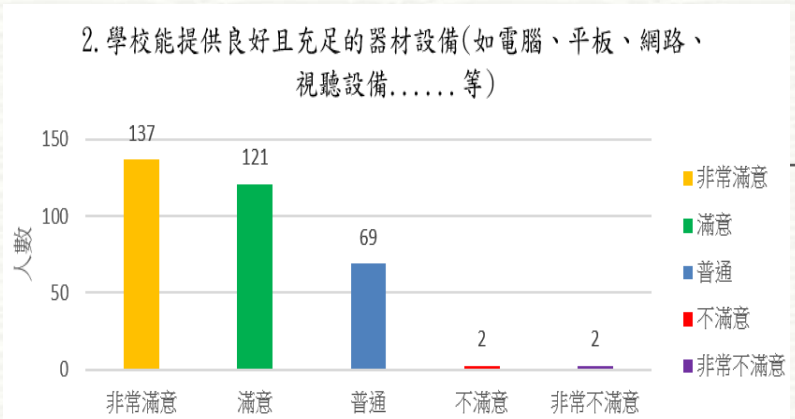
# 從學生畢業前調查的自主學習課程學習滿意度四向度「學習態度」、「教師引導學生自主學習」、「學習環境」與「學習成效」中，我們可以看出各項度滿意度最高的指標內容如下：



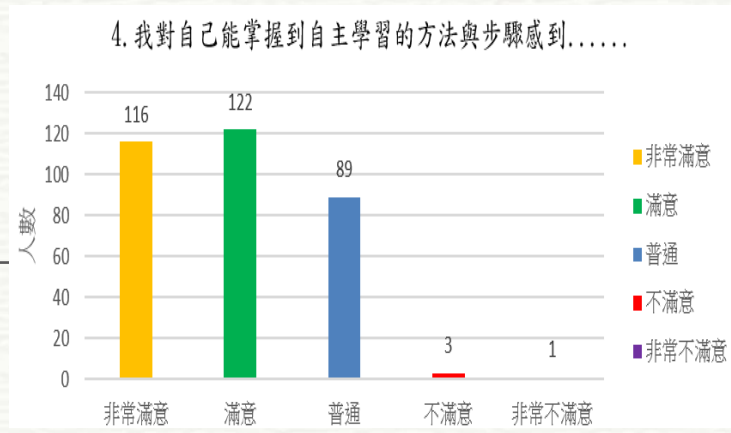
學習態度



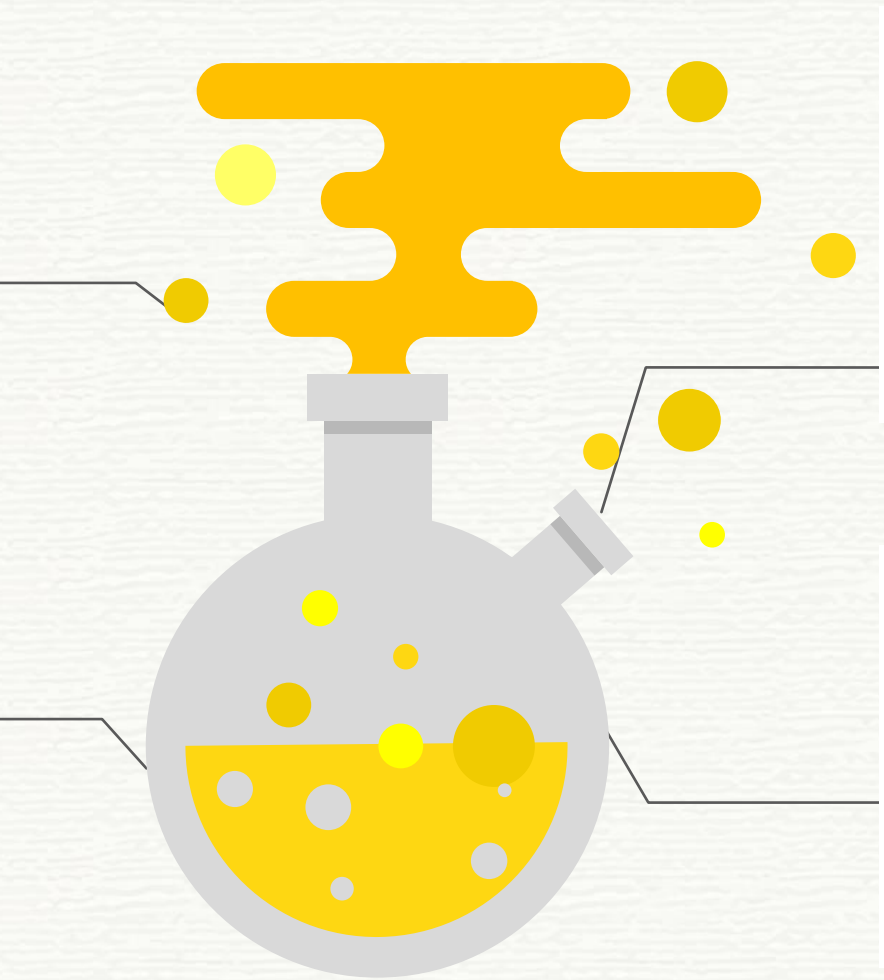
教師引導學生自主學習



學習環境

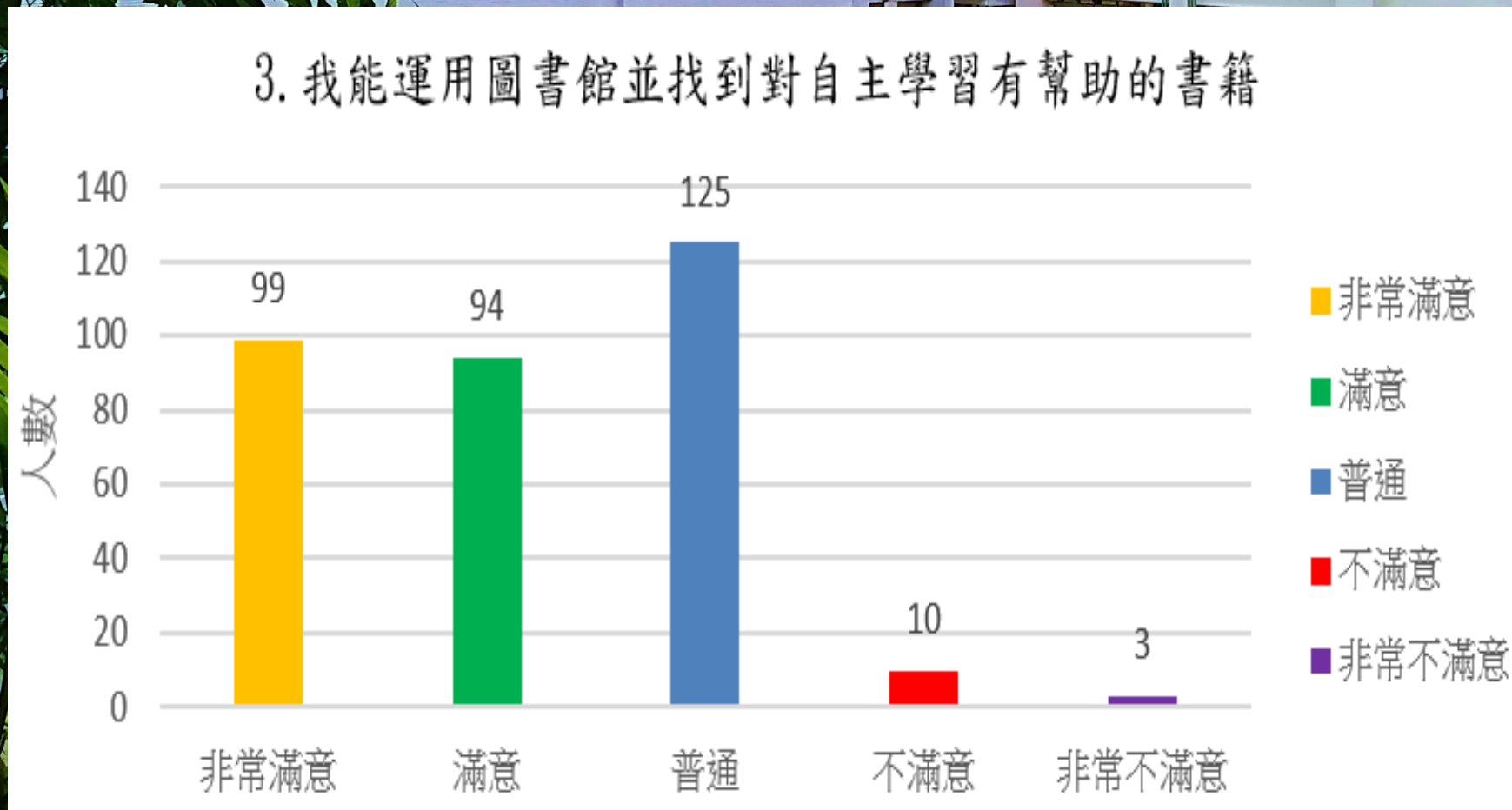


學習成效





從「學習環境」滿意度中可看出「我能運用圖書館並找到對自主學習有幫助的書籍」為所有問卷內容中滿意度最低的項目，統計圖表如下：

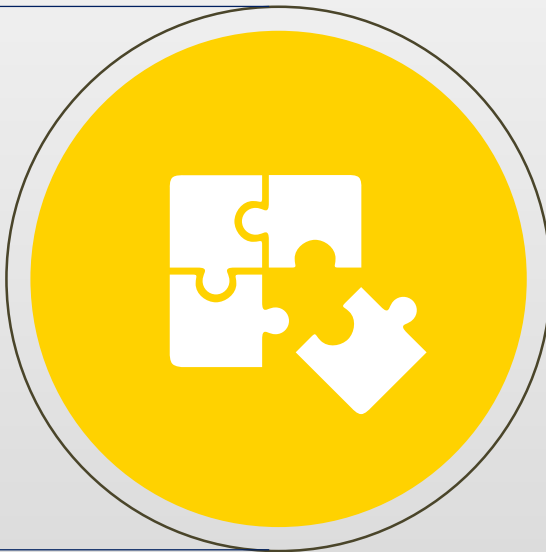




111學年度社群夥伴指出課程實施過程中需改進的地方，將能使下一屆自主學習課程實施過程更為順利

參與共備與授課的  
教師量要增多

01



03

學生認為自主學習的時間不足

教師需要方法引導  
學習動力弱的學生

02





# 未來展望

- \* 本校課程實施經驗希望能分享給其他將實施自主學習課程學校參考

- \* 未來我們可再深入探討學生於自主學習的學習態度和其他關於學習向度

- \* 112學年度的自主學習課程可繼續使用學生學習滿意度問卷但可因人制宜而調整問卷內容



2 0 2 4

謝 謝 大 家

景興國中自主學習社群