

臺北市立中山女子高級中學自主學習計畫表		高一	(113-1)
---------------------	--	----	---------

請搭配本學期自主學習前導課程之講解進行撰寫，為本學期自主學習計畫打好地基！

一、說明：

自主學習以培養個人興趣及展現自學能力。其主題可以多樣化，學習方式可多元，沒有特別的限制，但自主學習面向與成果精進，應達到高一導入試探、高二發展盤整、高三定錨衝刺。

二、目標：

1. 為培養學生自主學習能力與適性發展。
2. 引導學生學習如何學習，建立終身學習的習慣。
3. 發展本校學生學習特色及銜接升學進路。

同學可先進行自我檢視，思考個人需求與期待，進而選擇適合自己的目標進行規劃。

第一階段 | 自我掃描

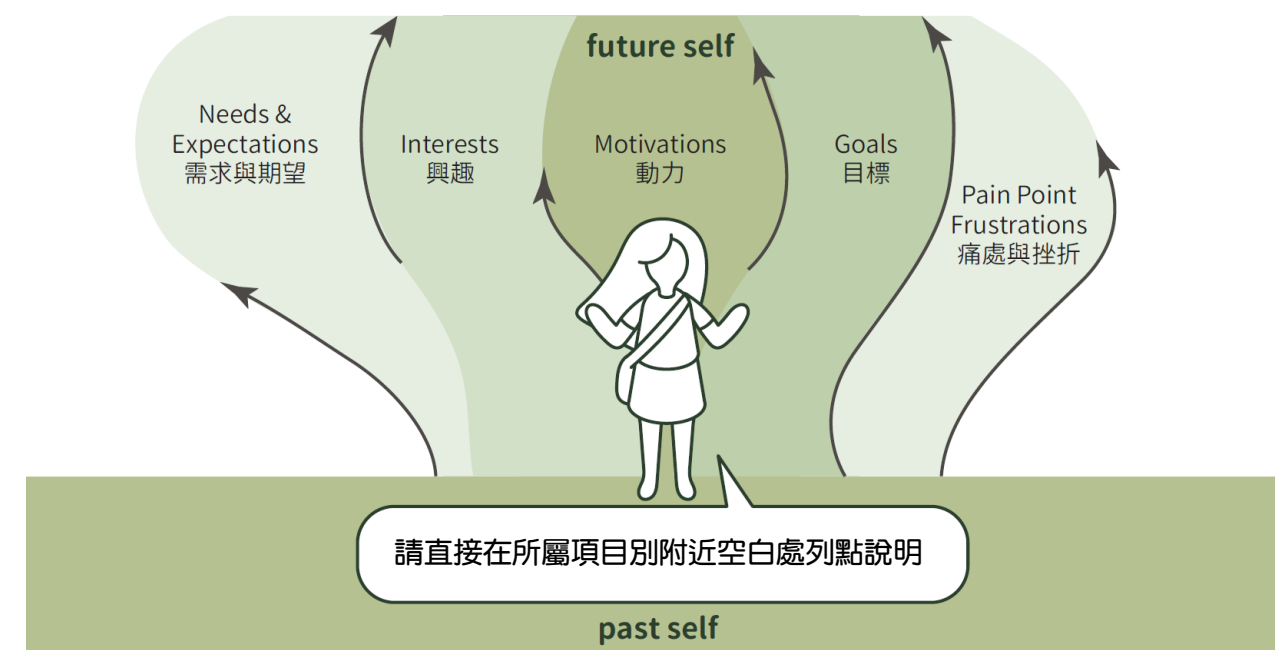
基本資料： 班級 _____ 座號 _____ 姓名 _____	(1) 請簡述曾經做過最有成就感的事情： (2) 承上，當時運用到哪些<u>能力</u>/<u>資源</u>幫助你完成該任務呢？
--	---

性格分析：(請在線段上畫圈定位)

內向的		外向的
分析型		創意型
忙碌緊湊		時間餘裕
隨性的		有組織的
獨立型		團隊型

自我探究是有趣的，可以把「想學」和「想知道」的感受作為能量。此外，解開未知事物的能力，也是在解決自己不理解或感受不到的問題的同時，克服未來難題的重要力量。

進階分析 在執行任務時通常需要許多不同面向的參考要素，請至少提出三面向並加以說明。



行動前自我評估（先備條件）

特殊經驗/優勢	待增強/劣勢

總結與省思

自主學習相對於制式的聽講課程不同，為個人獨一無二的執行計畫，經過一節課的自我掃描探索後，你覺得自己在規劃學習任務時可能需要側重的考量為何？執行計畫你比較傾向自己做還是有哪些志同道合的同學願意組成小組來一起執行呢？請以 150-200 字段落簡述你的發現。

臺北市立中山女子高級中學自主學習計畫表

高一

(113-1)

請搭配本學期自主學習前導課程之講解進行撰寫，為本學期自主學習計畫打好地基！

班級：座號：姓名：

第二階段 | 打開視野

第一階段，我們探索了學習類型及評估自身優弱勢，已經想好要做什麼了，很好！不過在高中四個學期之一的自主計畫機會中，似乎可以在投入前先放慢腳步，看看別人怎麼做，再來想想自己可以怎麼做，但一定要記得你是獨一無二的，不要被看過的作品限制想像喔！

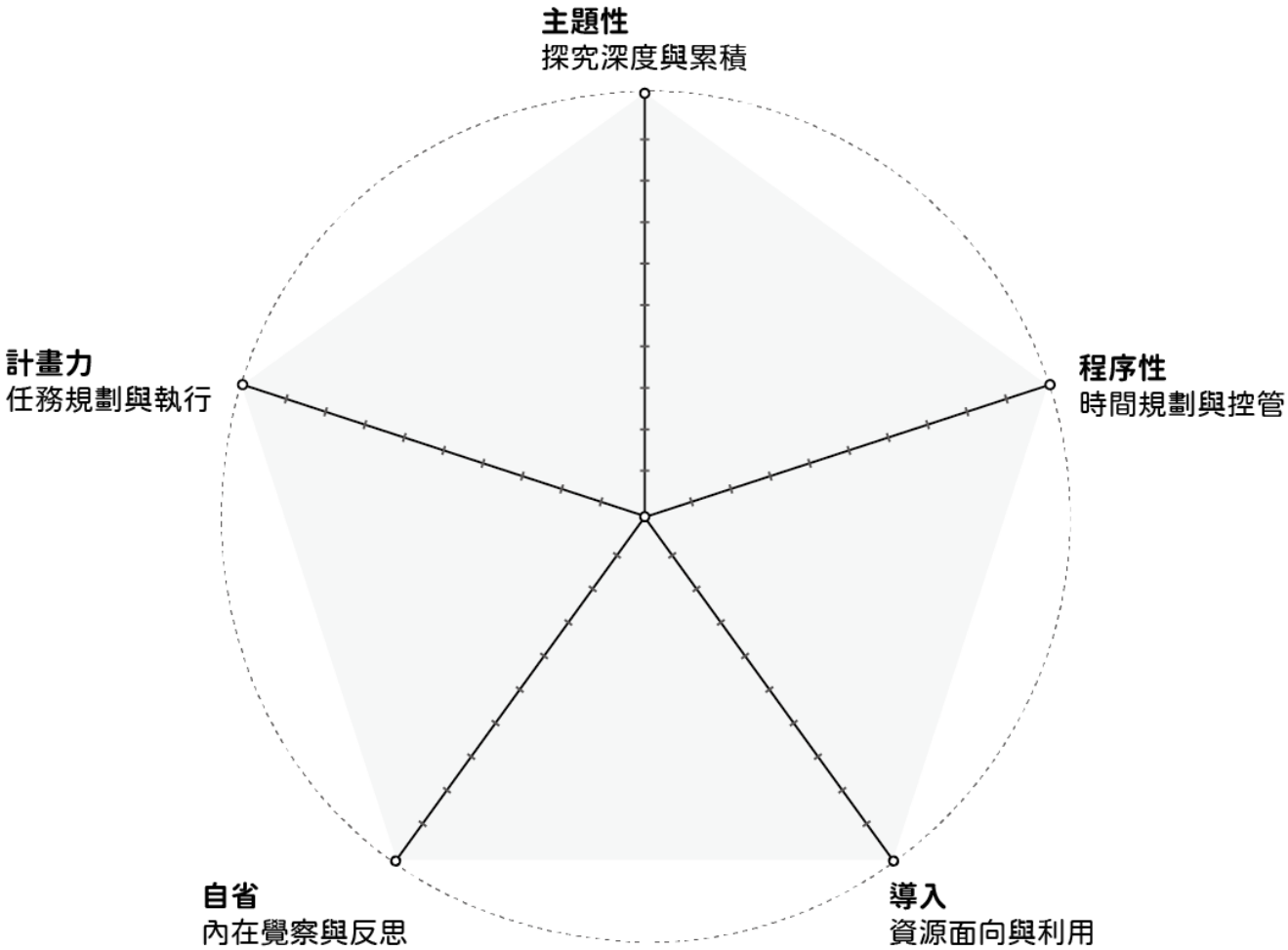
第二階段，我們將透過本校學姊們執行的優秀案例進行典範學習，觀看後，請挑兩個印象深刻或有興趣執行的計畫，並試著描述一下…

	試著以 100-150 字描述他是在做什麼？	你覺得這個任務挑戰是什麼？收穫又是什麼？
案 例 一		
案 例 二		

以上兩個成功案例有什麼共通點是值得你參考及學習的？

很多大學相常重視並要求自主學習計畫的繳交。一方面要看到你擬定與執行計畫的能力，另一方面希望透過行動選擇認識你與你的成長，你覺得你挑的兩個案例中，哪一個比較有優勢呢？為什麼？

你評價其案例各面向的表現如何？（請以刻度標註後連線）



臺北市立中山女子高級中學自主學習計畫表

高一

(113-1)

開心地決定想做的事物是很棒的！規劃計畫前，如果能進一步可以以「為什麼?」、「我想知道什麼？」和「我想變得更好」驅使，不僅僅是獲得適合我興趣的知識。你可以感受學習的樂趣。

班級：_____ 座號：_____ 姓名：_____

第三階段 | 自主探究規劃

◎ 自主學習類型方向設定

計畫類別與面向	☐ 學科延伸自主學習 ☐ 專題探究與寫作 ☐ 志趣探索 ☐ 其他_____	
執行方式	☐ 我個人獨力完成 ☐ 我們小組共____人 (組員請填右欄)	共學同學：(詳填班級姓名座號)

◎ 主題設定與簡述

主題名稱	
計畫簡述 (請以 300 字 段落說明)	
目的與效益 (條列式)	

◎ 學習計畫 A | 期程階段進度

書寫計畫就像是計畫旅程一般，除了設定目的地外，也應該思考裝備、以階段性規劃為歷程，或許每個人的段落時間不同，但都應該具備任務設定、資料探索、聚焦實踐、回顧整理、分享省思。執行的時間雖然不侷限在週三下午，但建議可用週三自主學習可用週次為基準，匡列出期程階段的發展 (請將期程類別日期塗黑)：

週次	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
日期	8/28	9/4	9/11	9/18	9/25	10/2	10/9	10/17	10/23	10/30	11/6	11/13	11/20	11/27	12/4	12/11	12/18	12/25	1/1	1/8
期程		前導																	元旦	成發
任務設定																				
資料探索																				
聚焦實踐																				
回顧整理																				
分享省思																				

◎ 學習計畫 B | 資源與可行性分析

當前於本計畫中之先備優勢	
關鍵合作夥伴或資源	參考範例、諮詢師長或專業人員、相關書籍/資料/網路資源，
預期必要投入與需求	所需器材或其他

◎ 學習計畫 C | 預期成果

預計成果展現	
--------	--

◎ 學習計畫 D | 計畫撰寫

學習進度規劃									
週次/日期		階段、目標	執行任務內容敘述		檢核指標與檢討（計畫執行期間書寫）			審核欄	
		如：一、探索階段：確認主題 （請將虛線依週次階段繪製為實線）	查閱主題相關書籍，並諮詢師長						
一	8/28		準備週						
二	9/04		前導課程（自我探索、資源彙整）						
三	9/11		前導課程		執行率(請勾選) 1 2 3 4 5			省思/改進空間	
			備註： 1.繳交紙本計畫給自主老師 2.可掃描紙本計畫作備份						
四					執行率(請勾選) 1 2 3 4 5			省思/改進空間	
五					執行率(請勾選) 1 2 3 4 5			省思/改進空間	
六					執行率(請勾選) 1 2 3 4 5			省思/改進空間	
七			段考					家長簽名:	
八					執行率(請勾選) 1 2 3 4 5			省思/改進空間	
九					執行率(請勾選) 1 2 3 4 5			省思/改進空間	
十			期中審核（依照檢核表進行省思、調整）		執行率(請勾選) 1 2 3 4 5			省思/改進空間	

十一				執行率(請勾選) 1 2 3 4 5	省思/改進空間
十二				執行率(請勾選) 1 2 3 4 5	省思/改進空間
十三					
十四				執行率(請勾選) 1 2 3 4 5	省思/改進空間
十五				執行率(請勾選) 1 2 3 4 5	省思/改進空間
十六				執行率(請勾選) 1 2 3 4 5	省思/改進空間
十七				執行率(請勾選) 1 2 3 4 5	省思/改進空間
十八				執行率(請勾選) 1 2 3 4 5	省思/改進空間
十九			成果報告/發表	執行率(請勾選) 1 2 3 4 5	省思/改進空間
二十					

成果展現與省思 (請於第 19~20 週成果發表後填寫)
經過了整個學期的自主計畫執行及最後的成果發表，你覺得自己有哪些成長呢？