

臺北市立成淵高中國中部 111 學年度 彈性學習課程計畫

課程名稱	七年級彈性學習課程(有效學習)		課程類別	<input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究課程 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input checked="" type="checkbox"/> 其他類課程
實施年級	<input checked="" type="checkbox"/> 7 年級 <input type="checkbox"/> 8 年級 <input type="checkbox"/> 9 年級 <input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下學期(若上下學期均開設者，請均註記)		節數	每週 1 節
設計理念	1. 教師引導並了解學生的習特質與方法，建立個人有效率策略 2. 建立個人時間管理及正確學習態度 3. 提升個人的學習			
核心素養 具體內涵	<input checked="" type="checkbox"/> 系統思考與解決問題 A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能運用適當策略處決生活及命議題。 <input checked="" type="checkbox"/> 規劃執行與創新應變 A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的素養。 <input checked="" type="checkbox"/> 科技資訊與媒體素養 -B2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺思辨人互動關係。 <input checked="" type="checkbox"/> 人際關係與團隊合作 C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。			
學習重點	學習表現	1. 學生能瞭解並比較自己讀書技巧的優缺點。 2. 學生可以進行反省修正並設計自己的「學習動機與學習策略」方案。 3. 學生能運用資訊科技進行學習成果展現。		
	學習內容	1. 個人的學習特質與學習方法。 2. 時間管理的能力及正確學習態度。 3. 個人解題的技巧。		
課程目標	1. 引導學生適性發展、展己所長，探索自我能力。 2. 學生能自主學會如何學習，陶冶終身的意願與能力。 3. 激發 學生持續學習、創新進取的活力，奠定學術研究或專業技基礎。			
總結性評量-表 現任務	1. 學生探索興趣與專長，完成個人或小組學習單。 2. 學生運用學習方法及技術，建立個人學習筆記並執行學習計畫。 3. 學生透過學習策略修正個人學習檔案。 4. 學生期末分享個人學習檔案與心得。			
學習進度 週次/節數	單元/子題	單元內容與學習活動		形成性評量(檢核點)/期末總結性
	單元/子題可合併數週整合敘寫或依各週次進度敘寫。			

第 1 學期	第 1-10 週	自主學習 10 週進度規劃	<p>1. 規劃階段:1~4週</p> <p>★計畫方向與目標設定 開課後4週思考&擬訂個人學習方向</p> <p>★引導-每週透過群聚彼此分享、討論或同儕對話(氛圍)，進行腦力激盪，鼓勵與協助完成計畫審核與修正</p> <p>2. 學習表現階段:4週</p> <p>★自我修正與管控 4週執行個人(小組)計畫</p> <p>3. 自我反思階段:2週</p> <p>★自我評判: 2週省思與成果整理與分享</p>	<p>1. 完成階段性學習單</p> <p>2. 實作評量</p> <p>3. 擬定學習檔案目錄</p>
	第 11-12 週	認識 SMART 大綱原則	<p>一、 了解何謂SMART法則</p> <p>二、 閱讀使用SMART法則成功的企業或個人案例</p>	<p>1. 完成學習單</p> <p>2. 檢視學習檔案</p>
	第 13-14 週	<p>聚焦 S:具體的 (Specific) 和 M:可量化的 (Measurable) 的 SMART 法則</p>	<p>一、以小組為單位，每位成員設下具體的目標(如每天聽ICRT給國中生的英文新聞 5 分鐘)，並根據文稿(網路可查到)寫下新聞大綱。</p> <p>二、自我監控檢核學習活動完成狀況。</p> <p>三、小組討論：組內分享與回饋。</p>	<p>1. 能根據紀錄檢控學習的目標、方法/策略與進度。</p> <p>2. 調整修正自主學習計畫。</p>
	第 15-17 週	<p>聚焦 A:可達成的 (Achievable)、R:現實的 (Realistic) 和 T:有期限的 (Time-related) 的 SMART 法則</p>	<p>一、以小組為單位，每組設下共同目標：如希望下次測 800 公尺跑步時，大家能比上一次個人紀錄平均加快 3 秒。</p> <p>二、擬定小組每日訓練目標與預期成效。</p> <p>三、以下次測驗為目標，寫下練習日誌。</p> <p>四、請教體育老師或校隊同學訓練方法有無需要改進之處。</p> <p>五、調整及修正自主練習計畫</p>	<p>1. 能根據紀錄檢控學習的目標、方法/策略與進度。</p> <p>2. 調整修正自主學習計畫。</p>
	第 18-20 週	有效的學習策略	<p>一、閱讀理解、摘要策略</p> <p>二、各式記憶術</p> <p>三、筆記術</p> <p>四、心智圖、樹狀圖等</p> <p>五、網路資源搜尋、數位素養能力等</p>	<p>1. 完成學習筆記</p> <p>2. 實作評量</p> <p>3. 製作個人學習檔案</p> <p>4. 心得分享</p>
第 2 學期	第 1-7 週	建立理解的策略-概念圖	<p>找出文件中涵蓋面最廣的主要概念(最重要/重複出現的幾個關鍵字)</p> <p>-找出和主要概念最相關的次要概念</p> <p>-主要概念和次要概念間以適當連接詞結合，並注意平行概念間的關係</p> <p>-閱讀文章內容將次要概念予以發展，並找出構成次要概念的相關概念或名詞</p> <p>-重新檢視相關性並修正、重新排列直到妥適-給予適當舉例和說明</p>	<p>1. 完成學習單</p> <p>2. 實作評量</p> <p>3. 小組檢視並討論</p>
	第 8-14 週	筆記術	<p>學習做筆記，在記錄重點時可用文字，可用圖形，還要記錄疑問，以便後續持續探究。</p> <p>1. 康乃爾筆記法</p>	<p>1. 完成學習單。</p> <p>2. 實作評量</p> <p>3. 個人思考-小組討論-全班分享。</p>

			2. 關鍵字筆記法 3. 圖像式筆記 (如樹狀圖、魚骨圖、流程圖、圓餅圖等) 4. 表格整理法 (如比較表、九宮格表、四象限表等)	
	第 15-20 週	學科學習與應用	領域/群科/學程/科目特定的學習策略 1. 語文領域—國文科 2. 語文領域—英語科 3. 數學領域 4. 自然領域 5. 社會領域	1. 完成階段性學習單。 2. 實作評量 3. 分享個人學習檔案
議題融入實質內涵	生涯規劃教育涯J3 覺察自己的能力與興趣。涯J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。涯J13 培養生涯規劃及執行的能力。 資訊教育資E5 使用資訊科技與他人合作產出想法與作品。 閱讀素養閱J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。 生命教育生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。			
評量規劃	上學期：學習單 20%、學習筆記 40%、個人學習檔案 40% 下學期：學習單 20%、學習筆記 20%、個人學習檔案 60%			
教學設施 設備需求	投影機、電腦			
教材來源	參考自主學習及筆記術相關書籍	師資來源	本校各科教師	
備註				