

臺北市立成淵高中國中部 112 學年度 彈性學習課程計畫

| | | | |
|----------------|---|--|--|
| 課程名稱 | 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/子題可合併數週整合敘寫或依各週次進度敘寫。 | 單元內容與學習活動 | 形成性評量(檢核點)/期末總結性 |

| | | | | |
|--------|-----------|--|--|---|
| 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 | | | | |