

新北市立雙溪高級中學____學年度第____學期彈性學習時間

自主學習計畫書

編碼：____(學生不需填寫)____

學生姓名		班級／座號	
組員班級姓名(無則免填)			
自主學習主題類別	<input type="checkbox"/> 線上課程 <input type="checkbox"/> 專書閱讀 <input type="checkbox"/> 科學實作 <input type="checkbox"/> 專題探究 <input type="checkbox"/> 藝文創作 <input type="checkbox"/> 技能演練 <input type="checkbox"/> 延伸與預修 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 證照檢定 <input type="checkbox"/> 自訂：_____		
預計實施地點	<input type="checkbox"/> 圖書館 <input type="checkbox"/> 烹飪教室 <input type="checkbox"/> 活動 <input type="checkbox"/> 重訓室 <input type="checkbox"/> 其他：_____	設備需求 (無則免填)	
協助專家 (無則免填, 不限老師)			
申請動機 (你為何想申請自主學習計畫)			
學習起點 (在此主題, 你已經具備了什麼知識技能)			
學習目標 (請質性敘述想學到什麼能力)			
內容說明 (請更仔細的說明你將如何學習到這個能力)			
週	每周自主學習主題	每周自主學習進度(你具體會做哪些事情)	
1	自主學習說明會		
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			

13		
14		
15	準備自主學習成果發表會簡報發表或表演	
16	準備自主學習成果發表會簡報發表或表演	
17	有意願申請下學期自主學習計畫書的學生，進行計畫書修改。沒有提交計畫書需求的同學，進行學習歷程檔案之自主學習計畫上傳事宜	
18	上傳學習歷程檔案之自主學習計畫書 (應上傳自主學習計畫書，以及自主學習歷程心得成果)	
預期成果 (請列出預計要完成什麼事，建議可與「學習起點」做量化比較)		
自主學習計畫書		成果發表形式
<input type="checkbox"/> 同意提供自己的自主學習計畫書給其他同學參考 <input type="checkbox"/> 不同意提供自己的自主學習計畫給其他同學參考		<input type="checkbox"/> 簡報口頭發表 <input type="checkbox"/> 動態表演發表
導師簽名： (格式審核)		家長簽名：
<input type="checkbox"/> 通過 <input type="checkbox"/> 不通過		
審查小組：(學生不需填寫此欄) 計畫審核： <input type="checkbox"/> 通過 <input type="checkbox"/> 修正後通過 <input type="checkbox"/> 修正後再審 <input type="checkbox"/> 不通過		

※附件：(自主學習計畫書不限頁數，可自行增加附件內容，使自主學習更具體可行，計畫書通過的可能性也會大幅增加喔~!)

附件一：小組分工表

1 小組人數規定：組員可跨班但限同年級，若無特殊原因，最多限三人。什麼是特殊原因？例如：你想要 Cover 某個韓團 MV 舞蹈，可是這個韓團有四人，那麼就可以允許你破例四人一組。

2 小組請附上分工表：找組員一同進行自主學習需建基在「明確需要合作才能完成的學習」使得小組進行，因此需在計畫書說明多人一組的必要性，且凡有組員，皆須附上「分工表」

3 不同組員學習起點應不相同：雖然同組，但每個人的「學習起點」不同，因此各自學習的內容和進度也會有所差異，例如和同學一起練習繪畫，A 同學是繪畫比賽常勝軍，B 同學是繪畫初學者，在他們的合作之中，A 同學自主學習的內容就不只是學習繪畫，還包含「培養自己的教學能力和表達能力」，那這樣的話，他在第 1 至 20 周的周次學習內容和進度安排上，就會和 B 同學非常不同，因此兩個人計畫書二十周學習內容和進度絕對不會一模一樣。

4 不同組員計畫內容應不相同：雖然同組，但每個人的學習任務不同，因此各自「學習的內容和進度」也會有所差異，例如和同學一起練習打籃球，A 同學的位置是中鋒，B 同學的位置是控球後衛，中鋒和控球後衛要訓練強化的技能有差異，因此兩個人計畫書二十周學習內容和進度絕對不會一模一樣。

	組員班級姓名	學習任務之分工內容概述
1		
2		
3		

附件二(你在自主學習時間是否會參考 Youtube 頻道、書籍、網站、線上課程或 APP，來輔助自己學習呢？建議羅列在此附件二內，以幫助自己未來順利完成計畫喔!)

附件三(你在自主學習時間是否會參考樂譜或食譜……等資料，來進行操作練習呢？建議放在附件上內，以使自己的自主學習計畫書更具體可行喔!)

附件四(依照需求，可以自行增加附件)

※自主學習計畫書寫注意事項：

1 自主學習時間說明：每周一節課，50 分鐘，高一、高三多安排至周二第四節課進行，高二多安排至周二第五節課進行，實際可進行自主學習周次僅 13 周。同學們在規劃自主學習計畫時，建議考量到自主學習時間來安排，主題應「小題大作」，不要一開始目標主題訂立過於遠大，那過程中可能會挫折感較重。雖然一學期有二十周，但是自主學習時間可能遇到段考、模擬考、畢業旅行、彈性放假……等情況，所以先扣除兩周，以十八周為範圍進行規劃。

2 請打字完成計畫書：請先以電子檔編輯此「自主學習計畫書」，欄位不足處，可自行調整添加。最後再印成紙本給導師和家長簽名後(無導師與家長簽名的同學，將取消審查資格)，繳交至圖書館採編組

3 小組請寫分工表：即使是多人共同執行同一份自主學習計畫，仍需分開繳交自主學習計畫書，並在計畫書內註記組員名字以及分工表。不受理一份自主學習計畫書填寫多人姓名的情況。

4 計畫書電子檔請備份：「自主學習計畫書」繳交至採編組後，即留存備查，不再發回。因為有需修正後審查的可能性，請各位同學自行留存好自己「自主學習計畫書」檔案，以作為修改時的參考。

5 「自主學習主題」欄位說明：不受理「只以打電動為主」的自主學習計畫，計畫書應與「學習」有更深度的連結，例如：將電競與「學習論文書寫」結合，計畫主軸設定為「書寫以電競為主題之研究分析小論文」，如此才能發揮自主學習精神，審查委員小組也才會接受計畫並提交審核事宜。

6 「設備需求」欄位說明：學校不提供畫紙、畫筆、學測題本、作文紙……等消耗品，請自行準備。學校可提供學生使用圖書館既有書籍資源、Ipad、譜架、籃球、排球、烹飪教室餐盤鍋具等既有設備的借用。你有需求可以盡量填寫，但是學校是否有既有設備可以提供，將於自主學習第一節課時做更細部的討論。

7 「協助專家」欄位說明：協助專家不限老師，可以是學長姊，可以是家人。填寫這個欄位的用意，是想了解你在遇到學習困難時，是否有人可以請教諮詢。你可以找協助專家尋求幫助的時間，以課餘時間為主，因此，協助專家不必然會是未來自主學習時間你的指導老師。

8 「申請動機」欄位說明：每個人申請自主學習的動機，以及申請以「這個主題」做自主學習的動機一定都會不一樣

9 「學習起點」欄位說明：盤點自己關於這個主題，你已經具備了什麼知識和技能，如此，才能量身打造出適合自己的計畫書，例如你想要自學日文，那你的程度為何？是從零開始，還是已曾經學過平假名和片假名？請說明清楚。

10「學習目標」和「預期成果」的差異：兩者差異是，前者請質性敘述你想學到什麼能力，後者則需列出預計要完成什麼事，建議可與「學習起點」做量化比較，例如，你的自主學習主題是「增肌」，那你可以先量測體脂計，並在「學習起點」註明你原本的肌肉量，和你在學校重訓室原本可施作器材的重量與組數，然後在「預期成果」裡列出你希望增加的肌肉量到什麼數值，以及你希望增加施作器材的重量和組數到什麼程度。

11「每周自主學習主題」和「每周自主學習具體進度」的舉例，如：「每周自主學習主題」是「下胸、背、有氧、徒手訓練」，「每周自主學習進度」就會是「胸推 2.5kg 5 下*3 組

／寬距引體向上 5 下*3 組／開合跳 30 下*3 組／伏地挺身 10 下*5 組」

12 計畫書請務必完整填寫：除了「編碼」、「無則免填」及「審查小組」欄位外，其餘請全部詳盡填寫，尤其是「申請動機」、「學習起點」、「學習目標」、「內容說明」、「每周自主學習主題」、「每周自主學習進度」、「預期成果」等重要欄位務必填寫完整。