

臺北市立中崙高中國中部 113 學年度 彈性學習課程計畫（智學遊崙【一】）

課程名稱	智 學 遊 崙【一】	課程類別	■統整性主題/專題/議題探究課程 □社團活動與技藝課程 □特殊需求領域課程 □其他類課程
實施年級	■ 7年級 □8年級 □9年級 ■上學期 ■下學期(若上下學期均開設者，請均註記)	節數	每週 1節 （每節50分鐘）
設計理念	以知識遞移的路徑而言，「學習」已不僅僅是被動的知識接收，更需要學生具備「自主學習」的能力，培養學生這項重要的能力即是本課程設計的初心。本課程以「智學遊崙」為概念設計課程，歷時兩個學年，階段性地引導每位學生可以依照自己的喜好和需求，在學習的航程中前往不同的目的地。透過豐富的資源和多樣的學習方式，學生可以自由地探索和發現新的知識和技能，持續成長進步。本課程設計架構如左： 七年級的課程為學生的學習奠基，從培養優質習慣開始，並配合學校及班級或動引導學生將優質習慣實踐於校園日常生活之中，此外亦能運用優質的習慣建構自主學習能力。 整體課程的設計目的，主要是讓學生開始於學某項知識/技能時，有好的學習習慣與自律能力並能有效地提取龐雜的知識/技能系統，建立具體的學習架構，並了解大腦與學習之間的關聯，覺察自己學習的盲點。同時，學生也能利用策略有效地組織資料，增進學習效能，並提升訊息處理與表達的能力。透過學習所獲得的能力，學生能夠運用於生涯各個階段的學習歷程，成為一個獨立、自主、高效能且具備學習能力的終身學習者。		
核心素養 具體內涵	1. J-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。 2. J-B1具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。 3. J-B2具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。		



學習重點	學習表現	1. 國5-IV-4 應用閱讀策略增進學習效能，整合跨領域知識轉化為解決問題的能力。 2. 國5-IV-5 大量閱讀多元文本，理解議題內涵及其與個人生活、社會結構的關聯性。 3. 國5-IV-6 運用圖書館(室)、科技工具，蒐集資訊、組織材料，擴充閱讀視野。 4. 社 3a-IV-1 發現不同時空脈絡中的人類生活問題，並進行探究。 5. 社 3b-IV-3 使用文字、照片、圖表、數據、地圖、年表、言語等多種方式，呈現並解釋探究結果。 6. 社 3c-IV-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能以同理心與他人討論。				
	學習內容	1. 國 Be-IV-1 在生活應用方面，以自傳、簡報、新聞稿等格式與寫作方法為主。 2. 國 Bc-IV-2 描述、列舉、因果、問題解決、比較、分類、定義等寫作手法。 3. 社 3d-IV-1 <u>規劃與執行社會領域的問題探究、訪查、創作或展演等活動</u> 。 4. 社 3b-IV-3 使用文字、照片、圖表、數據、地圖、年表、言語等多種方式，呈現並解釋探究結果。				
課程目標	本課程的目標為培養學生自主且有效的學習能力，其中包含以下四個構面：第一，學生能培養出學習的好習慣，使其能夠更有效地學習並擁有更強的學習動機。其次，學生能夠運用策略工具來有效地組織資料，進而提升學習效率。第三，學生經過課程的學習，能夠認知自主學習中的重要概念及技巧，藉此有效地提取龐雜的知識/技能系統，建立具體的學習架構。最後，學生能透過省思、敘事展演的技巧，增強自身的自信心，並以此鍛鍊自身的表達能力。					
總結性評量- 表現任務	上 學 期		下 學 期			
	鼓勵學生利用本課程所學習到的知識內容，引導學生探索自我生涯發展並有意識地 <u>將優質習慣實踐於日常生活中</u> ，其內容包括： 1. <u>繪製並發表自己的習慣樹</u> ：繪製自己的習慣樹（已結果、尚萌芽、種子狀態的狀態都要呈現） 2. <u>確認國中生涯的學習目標</u> ：明確知道自己學習的目標和目的，以便更好地為學習制定計劃和策略。		鼓勵學生利用本課程所學習到的知識內容，引導學生探索自我生涯發展並有意識地 <u>規劃一項技能/知識自學的計畫</u> ，其內容包括： 1. <u>明確學習目標和目的</u> ：明確知道自己學習的目標和目的，以便更好地為學習制定計劃和策略。 2. <u>確定學習內容和範圍</u> ：確定學習的具體內容和範圍，以便有一個清晰的學習輪廓和方向。 3. <u>盤點學習資源</u> ：了解可靠的學習資源，包括書籍、網路資源、線上課程和社群等，以及適合自己的學習方式。 4. <u>制定學習計劃和時間表</u> ：將學習目標分解為小目標，並排定學習進度表，掌握學習進度。 5. <u>選擇學習策略和方法</u> ：選擇適合自己的學習策略和方法，以提高學習效率和效果。 <u>評估反思機制</u> ：持續監控學習進度和效果，並進行反思和調整，以便更好地完成學習目標。			
學習進度 週次/節數	單 元		單元內容	學習活動		形成性評量(檢核點)
第 1	第1週	智學遊崙 (登船說明)	課程 介紹	1. 認識學生 2. 課程規定 3. 概覽課程 4. 分組活動		☐ 參與課程 ☐ 可以說出課堂規定 ☐ 可以說出課堂學習內容 ☐ 完成分組

學 期	第2週 第4週	單元1 【主動積極—— 當自己的主人】 承擔責任專注於自己可 控可影響的事物上	培力 1. 七個好習慣/七個不好習慣 2. 自我覺察&自我認識 3. 何謂積極主動？ 4. 釐清「關注圈」&「影響圈」的概念 5. 影片討論： (1) 看到喜歡的目標就要堅持! (2) We're The Superhumans 6. 生活示例分享	☐ 理解「關注圈」&「影響圈」概念 ☐ 理解課程影片內容並能參與小組討論 ☐ 能夠理解實作內容 ☐ 完成實作
			實踐 1. 班級幹部選舉的省思 2. 個人成長行動方案（轉化挫折） 3. 共創班級願景與成長方案 4. 練習說積極主動的話（不說消極被動的話）	☐ 理解「主動積極」的概念 ☐ 理解課程影片內容並能參與小組討論 ☐ 能夠理解實作內容 ☐ 完成實作
	第5週 第10週	單元2 【以終為始—— 設定未來的目標】 定義明確的成功衡量標 準並制定計劃，以在校 園生活中實現這些目標	培力 1. 如何「以終為始」 2. 影片討論： (1)成功就在你面前，只要你不顧一切的努力 (2)魔法機票 (3)他們給你多少薪水，讓你放棄你的夢想？ (4) TMB Panyee FC short film 3. 曾經影響你的人（典範學習） 4. 價值清單 5. 目標曼陀羅（大谷翔平）	☐ 理解「以終為始」的概念 ☐ 理解課程影片內容並能參與小組討論 ☐ 能夠理解實作內容 ☐ 完成實作
			實踐 1. 規劃學習環境（教室佈置&校園班級環境） 2. 認識會考 3. 認識普高與技職 4. 建立自己的學習目標: (1)短期：段考 (2)長期：會考	
	第11週 第13週	單元3 【要事第一 —— 什麼是重要的選擇】 優先安排並實現生活中 最重要的目標	培力 1.釐清「要事第一」的概念 2. 影片討論： (1) 忙碌的一天 (2) 可怕的是習慣 3.請學生根據自己的情況來決定象限 4.引導學生從每個人的象限中觀察到的情況做分享與討論 5.影片討論： (1) 真的想比賽，但..要事第一 (2) 無名英雄	☐ 理解「要事第一」的概念 ☐ 理解課程影片內容並能參與小組討論 ☐ 能夠理解實作內容 ☐ 完成實作

			實踐	1.繪製屬於自己的【要事象限圖】 2. 時間管理練習 3. 段考省思	
	第14週 第15週	單元4 【雙贏思維—— 人人都是贏家】 透過建立互惠互利 的高度信任關係，與他人 更有效地合作	培力	1. 影片討論：創造最大的可能性 2. 釐清「雙贏思維」的概念 (1) 施比受更有福 (2) 這才是團隊合作 (3) 人類是地球最大的危機 (4) 團結力量大 (5) 剩下的蠟筆 3. 釐清「情感帳戶」 & 「雙贏思維」的概念	☐ 理解「雙贏思維」的概念 ☐ 理解課程影片內容並能參與小組討論 ☐ 能夠理解實作內容 ☐ 完成小組任務分享
			實踐	1. 打造未來C E O（園遊會規劃） 2. 班服設計	
	第16週	單元5 【知彼解己—— 人際和諧】 透過深入了解他人的需求 和觀點來影響他人	培力	1. 釐清「知彼解己」的概念 2. 影片討論: (1) 同情 (2) 虛心接受批評 (3) 想改變別人先改變自己	☐ 理解「知彼解己」的概念 ☐ 完成課堂實作 ☐ 能夠投入小組討論 ☐ 能夠參與分享發表
			實踐	1. 任務分享: (1) 一件深深影響你心情的事情? (2) 你想要做怎樣的改變? 2. 遇到的挫折或是轉念?	
	第17週	單元6 【綜合縱效—— 尊重差異 創造合作】 「雙贏思維」+「知彼解 己」的實踐	培力	1. 釐清「綜合縱效」的概念 2. 影片討論:尊重差異 3. 如何創造合作的可能性	☐ 理解「綜合縱效」的概念 ☐ 完成課堂個實作 ☐ 能夠投入小組討論 ☐ 能夠參與分享發表
			實踐	1. 消除班級裡的微偏見 2. 尊重差異練習	
	第18週	單元7 【不斷更新——	培力	1. 釐清「不斷更新」的概念 2. 影片討論:身心平衡 3. 如何創造合作的可能性	☐ 理解「不斷更新」的概念 ☐ 完成課堂實作

		身心均衡 提升效率】 更新自己，提升其他六個習慣的實踐效率以及終身學習	實踐	1.省視自己的生活 2. 探討「學習」的意義 3. 建構自主學習的能力	☐ 能夠投入小組討論 ☐ 能夠參與分享發表
	第19週 第21週	單元八 機智校園生活 總結活動	反思	1. 繪製自己的習慣樹（已結果、尚萌芽、種子狀態） 2. 分享自己的習慣樹 3. 反思：習慣實踐的成果與不足 4. 行動：擬定實踐方案	☐ 完成課堂實作 ☐ 能夠投入小組討論 ☐ 能夠參與分享發表
第2學期	第1週	智學遊崙 (登船說明)	課程 介紹	1. 上學習課程複習 2. 課程規定 3. 概覽課程 4. 學期學習任務	☐ 完成課堂實作 ☐ 能夠投入小組討論 ☐ 能夠參與分享發表
	第2週 第5週	單元1 媒玩•媒瞭 盤點媒體 & 數位學習資源	圖書館	1. 電子書 2. 電子資料庫	☐ 了解課程內容 ☐ 完成課堂實作 ☐ 能夠投入小組討論 ☐ 能夠參與分享發表
			自媒體& 課程平台	1. Youtube 2. 國內外課程平台（LMS）	
			酷課雲	1. 學科學習資源 2. ono 課程平台 3. 各學層自主學習課程 4. 各議題自主學習課程	
			Hahow for Campus	1. 認識 Hahow 2. Hahow for Campus 專案計畫 3. Hahow for Campus 課程介紹（70門）	
	第6週 第12週	單元2 Hahow for Campus 規劃多元學習任務 自主學習 PIE	撰寫學習 計畫	1. 選定學習內容 2. 註冊課程 3. 了解學習任務 4. 撰寫課程學習計畫	☐ 能運用反思工具進行反思 ☐ 能完成課堂實作
			執行	1. 每週依照計畫執行學習任務 2. 每週撰寫學習週誌 3. 反思檢核自我的學習進程 4. 修正學習計畫	☐ 能運用反思後的結果修正學習計畫 ☐ 能撰寫修正建議 ☐ 每週能完成學習週誌

	第13週 第16週	單元3 Hahow for Campus 學習成果發表	反思& 輸出	1. 檢視學習成效分析 2. 學習成果發表 3. 反思 4. 修正計畫	☐ 能了檢視自己學習成效 ☐ 能欣賞他人的成品 ☐ 能完成課堂實作
	第17週 第20週	單元4 暑假自主學習規劃	重新定義 學習	1. 「學習」如何發生 2. 「學習失敗」 & 「學習成功」 & 「成為達人」 3. 熟練度分級	☐ 能釐清「學習」和「自主學習」概念 ☐ 能運用前期的學習經驗確認學習主題 ☐ 能完成暑期自主學習規劃
			前置作業	1. 發想學習主題 2. 確認學習內容&範圍 3. 確認學習資源 4. 確認學習時間	
			撰寫學習 計畫	1. 制定學習計劃 2. 評估計畫可行性	
議題融入 實質內涵	1.涯 J3 覺察自己的能力與興趣 2.涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 3.涯 J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。 4.品 J9 知行合一與自我反省 5.生命教育- 生 J6 察覺知性與感性的衝突，尋求知、情、意、行統整之途徑。課程融入於第一學期第16週-知彼解己人際和諧課程中				
評量規劃	上學期	實作：60% 期末成果發表：20% 課堂發表：10% 課堂參與：10%	下學期	實作：60% 期末成果發表：20% 課堂發表：10% 課堂參與：10%	
教學資源 設備需求	大屏、Ipad、臺北酷課雲（OnO LMS）、臺北市線上資料庫、Hahow				
教材來源	1. Paradigm 國際教育機構（七個好習慣） 2. 中崙高中國中部媒體教材 3. 中崙高中國中部學習策略教材			師資來源	1. 中崙高中國中部校本課程研發小組 2. 中崙高中國中部各領域教師
備註					