

The background is a light blue color with several white, fluffy clouds scattered across it. In the top left corner, there are several school supplies: a black pencil, a red pencil, and a black marker. In the bottom left corner, there is a pink pencil. In the bottom center, there is a blue calculator with the numbers 123456789 on its display and a soccer ball. In the bottom right corner, there is a yellow clipboard with a black paperclip, a blue pencil, and a white paper. The text "2021" is written in white, stylized characters in the top right area.

2021

我的學習

由我作主

# 主目錄

# DIRECTORY



01

自主學習內涵

02

自主學習規範

03

學長姐的計畫



01

# 自主學習內涵



# 自主學習內涵

有高度自主性  
有計畫的執行

能夠對自己的學  
習負責



# 我的學習 由我作主



練習如何學習



練習自我調整



練習自我省思



練習做自己的主人



02

# 自主學習規範





# 中山工商學生自主學習實施規範

學生自主學習計畫項目不得與本校已辦理之非學術社團內容相同。

自主學習依據課綱相關規定不計列學分。

學生自主學習，出缺勤管理、教室管理以及作息時間，均比照一般課程。

學生自主學習所需之資訊設備、圖書和使用空間，應依校內相關規定借用，若使用衝突，得由相關處室統一協調之。

學生自主學習成果不佳或屢有干擾學習活動情事者，依情節嚴重，依校內規定處理。



03

# 自主學習主題建議



# 自主學習我可以安排學什麼？

興趣相關

日常興趣、嘗試事務、夢想延伸

能力相關

證照檢定、專業技能、服務學習

升學相關

歷程檔案、學群領域、職業探索

比賽相關

數理比賽、小論文、專題製作

課程相關

課程作品、課程作業、延伸學習



# 中山工商學生自主學習成果

## 英語雜誌中的神話

中山工商彈性學習時間自主學習申請計畫暨成果記錄表

申請日期：109年3月6日

班級		學號		姓名	
學習主題	英文雜誌中的神話		實施 期程	108學年度第2學期	
學習 目標	透過閱讀雜誌提升英文能力及了解神話故事				
實施 方式	閱讀英文雜誌		實施 地點	<input checked="" type="checkbox"/> 班級教室 <input type="checkbox"/> 其他：	
實施內容					
週次	日期	自主學習內容		老師檢核	
1	3/6	課程及撰寫要點說明		<input checked="" type="checkbox"/> 優良 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 待努力 說明：	
2	3/13	閱讀1月雜誌：薛西弗斯的故事		<input checked="" type="checkbox"/> 優良 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 待努力 說明：	
3	3/20	薛西弗斯由各國版本		<input checked="" type="checkbox"/> 優良 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 待努力 說明：	
4	3/27	各國版本比較心得		<input checked="" type="checkbox"/> 優良 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 待努力 說明：	
5	4/10	閱讀1月雜誌：北歐神話—諸神黃昏		<input checked="" type="checkbox"/> 優良 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 待努力 說明：	
6	4/17	閱讀1月雜誌：北歐神話—諸神黃昏		<input checked="" type="checkbox"/> 優良 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 待努力 說明：	
7	4/24	北歐神話的各國版本		<input checked="" type="checkbox"/> 優良 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 待努力 說明：	
8	5/1	各國版本比較心得		<input type="checkbox"/> 優良 <input checked="" type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 待努力 說明：	
9	5/8	期中檢核		<input type="checkbox"/> 優良 <input checked="" type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 待努力 說明：	
10	5/15	閱讀2月雜誌：貝烈勒豐與烈馬		<input checked="" type="checkbox"/> 優良 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 待努力 說明：	
11	5/22	貝烈勒豐與烈馬的各國版本		<input checked="" type="checkbox"/> 優良 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 待努力 說明：	
12	5/29	各國版本比較心得		<input checked="" type="checkbox"/> 優良 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 待努力 說明：	
13	6/5	閱讀3月雜誌：柏修斯傳奇		<input checked="" type="checkbox"/> 優良 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 待努力 說明：	
14	6/12	閱讀3月雜誌：柏修斯傳奇		<input checked="" type="checkbox"/> 優良 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 待努力 說明：	
15	6/19	彙整心得		<input type="checkbox"/> 優良 <input checked="" type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 待努力 說明：	
16	6/20	彙整心得		<input type="checkbox"/> 優良 <input checked="" type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 待努力 說明：	
17	7/3	期末檢核		<input checked="" type="checkbox"/> 優良 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 待努力 說明：	
18	7/10	成果發表		<input checked="" type="checkbox"/> 優良 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 待努力 說明：	

預期 效益	提升英文能力、文法活用及更加了解神話故事		
學習 省思：	神話故事中，除了本身耐人尋味的情節，其中也包含了做人處世的道理以及對自然的解釋。閱讀神話故事提升了我的英文能力也了解許多道理，使我獲益良多。		
	指導老師：	導師楊珮綺	是否適合繼續申請 <input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
家長	導師	業務承辦人	單位主管
	導師楊珮綺	主任郭宥麟	主任宋由禮



# 中山工商學生自主學習成果

## 學會學：學習之道

中山工商彈性學習時間自主學習申請計畫暨成果記錄表  
申請日期：109年03月06日

班級	學號	姓名
學習主題	學會學：學習之道	
實施	108學年度第2學期	
學習目標	1.學習方法及支撐該方法的研究證據與原理 2.有效操作學習策略並應用於自身學習 3.分享自身的學習策略並欣賞他人的有效方法 4.領悟「學會學習」對人生的長期助益	
實施方式	完全線上，沒有面授部分	實施地點 <input checked="" type="checkbox"/> 班級教室 <input type="checkbox"/> 其他：
實施內容		
週次	日期	自主學習內容
1	3/6	課程及撰寫要點說明
2	3/13	學習是什麼+複習測驗+討論區
3	3/20	遺忘與增強記憶 <sup>(1)</sup>
4	3/27	遺忘與增強記憶 <sup>(1)</sup> +複習測驗+討論區
5	4/10	組塊與動機 <sup>(1)</sup>
6	4/17	組塊與動機 <sup>(2)</sup> +複習測驗+討論區
7	4/24	打敗拖延和建立好習慣 <sup>(1)</sup>
8	5/1	打敗拖延和建立好習慣 <sup>(2)</sup> +複習測驗+討論區
9	5/8	期中檢核
10	5/15	閱讀與寫作 <sup>(1)</sup>
11	5/22	閱讀與寫作 <sup>(2)</sup> +複習測驗+討論區
12	5/29	讀書與應試方法 <sup>(1)</sup>
13	6/5	讀書與應試方法 <sup>(2)</sup> +複習測驗+討論區
14	6/12	教學相長+複習測驗+討論區
15	6/19	讀書心得報告《大腦喜歡這樣學》
16	6/20	擬定教人如何學習榮譽作業計畫
17	7/3	期末檢核
18	7/10	成果發表

預期效益	對自己擅長的事物培養出熱情，並嘗試去學習、理解自己所不擅長的事物。		
學習省思：	在這次的自主學習中，我學到了如何有效的去記憶與吸收我所學到的知識，並將其實際利用於生活中。		
指導老師：	導師楊珮綺 是否適合繼續申請 <input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否		
家長	導師	業務承辦人	單位主管
	導師楊珮綺	郭容醇	宋由禮

$a+b=c$



$x+y=z$





感謝聆聽

2021

$a+b=c$