

臺中市立東山高級中學



選課輔導手冊

暨 自主學習

實戰手冊



目錄

- 壹、學校願景
- 貳、學生圖像
- 參、課程地圖
- 肆、校訂及多元選修課程介紹
- 伍、修課學分檢核及畢業條件
- 陸、課程輔導諮詢實施與流程
- 柒、生涯規劃的第一步-輔導處
- 捌、升學進路-考招制度
- 玖、學習歷程檔案系統教學

壹、學校願景

●優質、關懷、希望

從「優質」中淬煉出學生具有創意思考、專業菁英與陶冶生活知能的頭腦，而頭腦即為先備知識基礎的固本與補救，擁有創意思維與國際行動力的能力。

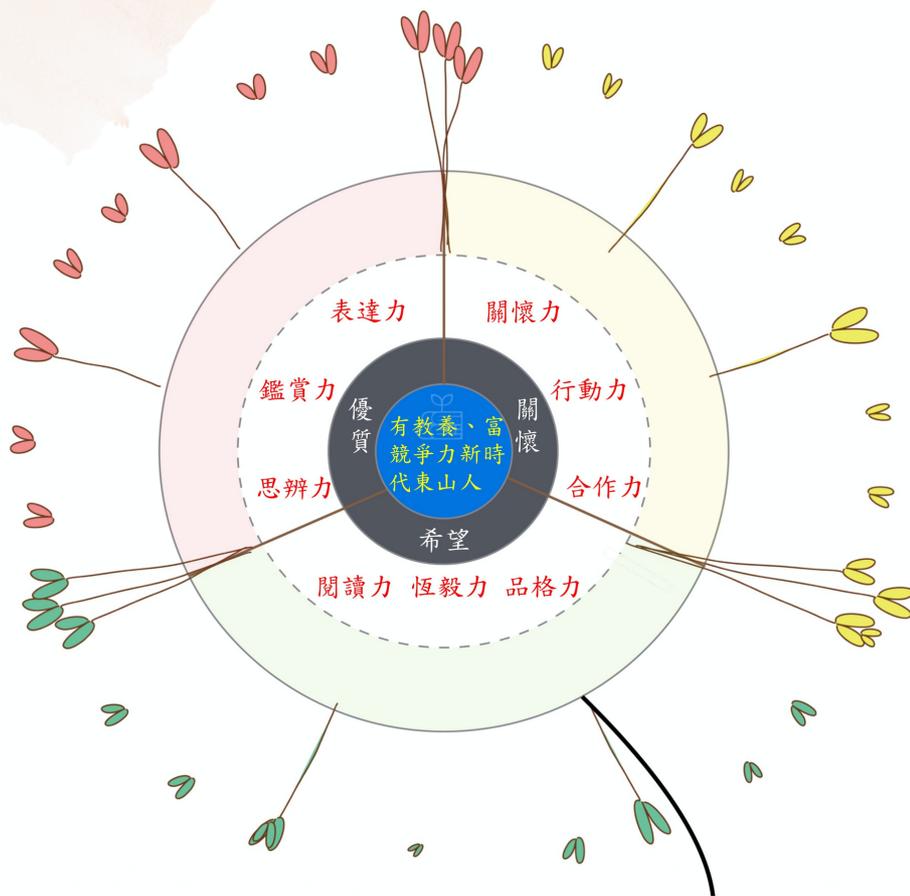
從「關懷」中涵養出學生具有相互關懷、溝通協調與啟發生命潛能的身體，而身體即為溫暖且健康的生、心理素質，發揮生命的熱情與活力，樂於分享與關懷弱勢的態度與精神。

從「希望」中體現出學生具有活潑熱情、創新實作與涵育公民責任的四肢，而四肢中擁有「探索與思辯」、「技能與實作」、「踏察與體驗」與「表達與展演」的實際行動。

●東山信念—品質是價值和尊嚴的起點

●呼應「自發」本體觀的自主行動學習與系統思考與解決問題，「互動」認識觀的溝通互動表達與科技美學素養，「共好」倫理觀的社會參與與道德實踐達成團隊合作，期使每位東山人能具體呈現有教養的人格特質，並且富有投入工作社會與國際社會的競爭力，在東山，生命的豐富展現將成為人生美好的舞台。

貳、學生圖像



核心能力指標

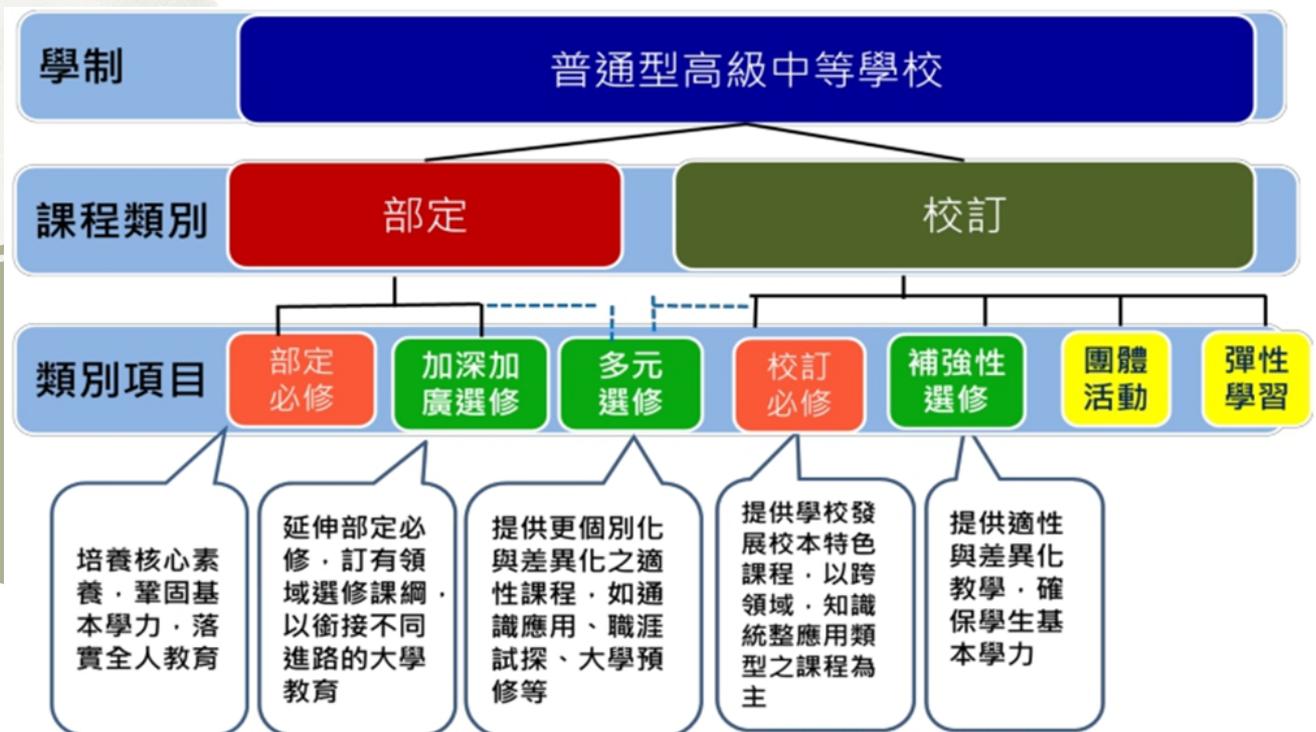


東山高中辦學目標：

培育有教養、富競爭力的新時代東山人。

參、課程地圖

(一)十二年國教普通高中課程架構



(一)十二年國教普通高中課程架構

東山高中111學年度入學生三年課程地圖

		高一		高二		高三					
年級		高一上	高一下	高二上	高二下	高三上	高三下				
雙語教育實驗班	部定必修	國文4、英文4、數學4、歷史2、地理2、公民2、物理2、地科2、化學(2)、生物(2)、美術2、生涯1、資訊1、體育2、本土語文/臺灣手語1	國文4、英文4、數學4、歷史2 地理2、公民2、化學2、生物2、物理(2)、地科(2)、音樂2、生命1、資訊1、	國文4、英文4、數學4、地理2、公民2、音樂1、生科1、體育2、歷史學探究2	國文4、英文4、數學4、探究2、美術1、生科1、體育2、歷史2	國文4、英文2、音樂1、美術1、家政1、健護1、體育2、國防1	藝術2、家政1、健護1、體育2、國防1				
人文社會學群											
理工科技學群				國文4、英文4、數學4、歷史2、公民2、探究2、音樂1、生科1、體育2	國文4、英文4、數學4、地理2、探究2、美術1、生科1、體育2	國文4、英文2、音樂1、美術1、家政1、健護1、體育2、國防1	藝術2、家政1、健護1、體育2、國防1				
體育班			國文4、英文4、數學4、歷史1、地理1、公民1、物理2、生物2、生涯1、健護1、體訓4、技訓4、本土語文/臺灣手語1	國文4、英文4、數學4、歷史1、地理1、公民1、化學2、地科2、體育1、健護1、體訓4、技訓4、本土語文/臺灣手語1	國文4、英文4、數學4、歷史2、地理1、公民1、物理1、化學1、音樂1、體訓4、技訓4	國文4、英文4、數學4、歷史1、地理1、公民2、物理1、化學1、美術1、體訓4、技訓4	國文4、英文2、音樂1、美術1、家政1、健護1、體育2、國防1	藝術2、家政1、健護1、體育2、國防1			
雙語教育實驗班	校定必修	東山培能(一)1	東山培能(二)1	SDGs議題探討(一)(1)	SDGs議題探討(二)(1)						
人文社會學群				設計思考(實踐)1	公民行動(實作)1						
理工科技學群				設計思考(實踐)1 SDGs議題探討(一)(1)	公民行動(實作)1 SDGs議題探討(二)(1)						
體育班						運動科學概論上1	運動科學概論下1				
雙語教育實驗班	加深加廣 選修			國學常識1、運動與健康1、科技應用專題1、基本設計(1)、創新生活與家庭(1)、歷史學探究2	國學常識1、地理與人文社會科學研究2、公共議題與社會探究2、運動與健康1、科技應用專題1、基本設計(1)、創新生活與家庭(1)	英文作文2、數學甲乙4、群族性別與國家的歷史3、社會環境議題3、現代社會與經濟3、安全教育與傷害防護1、進階程式設計(1)、未來想像與生涯進路1、本土語文口語溝通與表達(閩南語文)1	語文表達與傳播應用2、各類文學選讀2、英語聽講2、英文閱讀與寫作2、數學甲乙4、科技環境與藝術的歷史3、空間資訊科技3、民主政治與法律3、安全教育與傷害防護1、進階程式設計(1)、未來想像與生涯進路1、本土語文口語溝通與表達(閩南語文)1				
人文社會學群											
理工科技學群				國學常識1、選修物理-力學-2、選修化學-物質與能量2、選修生物-動物體的構造與功能(2)	國學常識1、選修物理-力學二與熱學2、選修化學-物質構造與反應速率2、選修生物-動物體的構造與功能2	英文作文2、數學甲乙4、選修物理-波動光及聲音2、選修物理-電磁現象1、選修化學-化學反應與平衡-2、選修化學-化學反應與平衡-2、選修生物-生命的起源與植物體的構造與功能1、選修地球科學-大氣海洋與天文1、安全教育與傷害防護(1)、進階程式設計(1)、未來想像與生涯進路1、本土語文口語溝通與表達(閩南語文)1	英文作文2、數學甲乙4、選修物理-電磁現象-1、選修物理-電磁現象二與量子現象2、選修化學-化學反應與平衡-2、選修化學-化學反應與平衡-2、選修生物-生命的起源與植物體的構造與功能1、選修生物-生態演化及生物多樣性2、選修生物-生命的起源與植物體的構造與功能1、選修地球科學-大氣海洋與天文1、安全教育與傷害防護(1)、進階程式設計(1)、未來想像與生涯進路1、本土語文口語溝通與表達(閩南語文)1	語文表達與傳播應用2、各類文學選讀2、英語聽講2、英文閱讀與寫作2、數學甲乙4、選修物理-電磁現象-1、選修物理-電磁現象二與量子現象2、選修化學-化學反應與平衡-2、選修化學-化學反應與平衡-2、選修生物-生命的起源與植物體的構造與功能1、選修生物-生態演化及生物多樣性2、選修生物-生命的起源與植物體的構造與功能1、選修地球科學-大氣海洋與天文1、安全教育與傷害防護(1)、進階程式設計(1)、未來想像與生涯進路1、本土語文口語溝通與表達(閩南語文)1			
體育班						地理與人文社會科學研究1	地理與人文社會科學研究1	英文作文2、數學乙4	語文表達與傳播應用2、各類文學選讀2、英語聽講2、英文閱讀與寫作2、數學乙2、安全教育與傷害防護2、運動與健康1		
雙語教育實驗班	彈性學習	大學參訪、生涯軟實力、多元入學講座、產學達人講座、學群講座、自主學習、雙語專題講座	生涯軟實力、產學達人講座、多元選修成果展、自主學習、雙語專題講座	學群講座、多元選修成果展、充實(增廣)/補強(國文*4、英文*2、數學*2、自然*4)、自主學習、雙語專題講座	學群講座、多元選修成果展、充實(增廣)/補強(國文*4、英文*2、數學*2、自然*4)、自主學習、雙語專題講座	國文充實(增廣)/補強1、數學充實(增廣)/補強1、社會充實(增廣)/補強1、自主學習	國文充實(增廣)/補強1、數學充實(增廣)/補強1、社會充實(增廣)/補強1、自主學習				
人文社會學群											
理工科技學群				國文充實(增廣)/補強1、數學充實(增廣)/補強1、自然充實(增廣)/補強1、自主學習	國文充實(增廣)/補強1、數學充實(增廣)/補強1、自然充實(增廣)/補強1、自主學習						
體育班				充實補強3、自主學習	充實補強3、自主學習						
年級		高一上	高一下	高二上	高二下	高三上	高三下				
雙語教育實驗班	多元選修	競技飛盤、健身與重量訓練、免疫大作戰、實用日語一、認識區塊鍊、聽見情歌-音樂與文學、通俗文學選讀、英文好好看、英文遊世界、撥謎見霧-推理世界、你沒注意過的物理、Personal Finance 1、你也可以成為Youtube、最佳化		健身與重量訓練二、與在地生物交朋友、實用日文二、表演力的形塑、產品設計與廣告行銷、臺灣女作家與她們的產地、思想方法、簡報\表達力、科學的方法與態度、Personal Finance 2、當代永續生活練習、財經咖啡廳							
人文社會學群											
理工科技學群											
體育班											

(一)十二年國教普通高中課程架構

東山高中跑班課表

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1					
2					高三 多元選修
3	高二 多元選修	高二1-4班 自主學習	高一1-4班 自主學習		
4	高二 多元選修	高二5-8班 自主學習	高一5-8班 自主學習		高一 多元選修
5					
6		高三自然 組加深廣 選修	高三社會 組加深廣 選修		高二社會 組加深廣 選修
7	高二 充實補強				

肆、校訂及多元選修課程介紹

1 校訂必修

開設年級	課程名稱	學分數	學生圖像	內容簡述
高一	東山培能	2	表達力、鑑賞力 閱讀力、思辨力	閱讀理解、多元討論 媒體識讀、表達力
高二	設計思考-方法	1	關懷力、行動力 合作力、表達力	設計思考
	公民行動-實作	1	關懷力、行動力 思辨力、合作力	聯合國永續發展目標SDGs 17項議題
	SDGs議題探討 (一)、(二)	(2)	表達力、鑑賞力 思辨力、關懷力 行動力、合作力 閱讀力、恆毅力 品格力	聯合國永續發展目標SDGs 17項議題 (英語授課)
體育班	運動科學概論 上、下	2	表達力、鑑賞力 思辨力、關懷力 行動力、合作力 閱讀力、恆毅力 品格力	培養體育班學生針對運動 的相關學科知識及理解

2

多元選修

課程名稱	你沒注意過的物理	授課年段	一上、一下
課程屬性	專題探究	學分數	1
師資來源	校內單科	課程核心素養	A2、A3、B1、B2、C3
學生圖像	鑑賞力、閱讀力		
學習目標	一、以物理的角度分析影視作品中的科學現象 二、透過文本閱讀了解物理課本中科學家的背景 三、介紹手機軟體phyphox並進行單擺實驗 四、利用phyphox中的測量工具設計實驗		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	分組合作與討論30%、課堂參與度與學習態度20%、期中成果報告10%、期末成果報告40%		
課程名稱	免疫大作戰	授課年段	一上、一下
課程屬性	專題探究	學分數	1
師資來源	校內單科	課程核心素養	A1、B1、C1、C1
學生圖像	思辨力、關懷力		
學習目標	培養學生口頭分享心得的能力		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	紙本作業 50% 平時成績 50%		
課程名稱	區塊鏈上的加密貨幣	授課年段	一上、一下
課程屬性	專題探究	學分數	1
師資來源	校內單科	課程核心素養	A2、B2、C1
學生圖像	鑑賞力、思辨力、合作力		
學習目標	瞭解區塊鏈技術的發展背景、落地應用的產業		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	課堂討論參與30%、團體報告70%		

2

多元選修

課程名稱	通俗文學選讀	授課年段	一上、一下
課程屬性	專題探究	學分數	1
師資來源	校內單科	課程核心素養	A1、A2、A2、B2、B3、C2
學生圖像	表達力、鑑賞力、思辨力、閱讀力		
學習目標	引導學生跨領域、多元題材的閱讀，培養學生閱讀理解、掌握文旨的能力；且能透過分組合作學習，具備蒐集資料、討論、歸納並報告的能力		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	出缺席30% 作品分享40% 上課參與度30%		
課程名稱	最佳化	授課年段	一上、一下
課程屬性	專題探究	學分數	1
師資來源	校內單科	課程核心素養	A2、B1、C3
學生圖像	思辨力、閱讀力		
學習目標	瞭解尋求一個問題的最佳解或解決方案的過程，並將問題或系統以數學的方式來描述及代表，再以篩選或搜尋的方法求出此一最佳化模式		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	書面30% 操作30% 報告40%		
課程名稱	實用日語一	授課年段	一上、一下
課程屬性	專題探究	學分數	1
師資來源	校內單科	課程核心素養	A1、B1、C3
學生圖像	表達力、鑑賞力、閱讀力		
學習目標	從50音開始，一起來說實用的生活日本語，學習日本傳統與現代的多樣文化		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	課堂報告30% 參與課堂互動討論40% 文字報告30%		

2

多元選修

課程名稱	專題閱讀	授課年段	二上、二下
課程屬性	專題探究	學分數	2
師資來源	外聘(其他)	課程核心素養	A1、B2、C1、C2
學生圖像	表達力、鑑賞力、思辨力、閱讀力		
學習目標	引導學生跨領域、多元題材的閱讀，培養學生閱讀理解、掌握文旨的能力；且能透過分組合作學習，具備蒐集資料、討論、歸納並報告的能力		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	各類項作業作品各佔25%，共100%		
課程名稱	台灣女作家與她們的產地	授課年段	二上、二下
課程屬性	專題探究	學分數	2
師資來源	外聘(其他)	課程核心素養	A1、B1、C1、C3
學生圖像	鑑賞力、閱讀力、品格力		
學習目標	認識女性主義，辨析其流變、主張與疑義，配合臺灣女性文學選讀，使學生認識多元性別與社會框架，並藉由閱讀與討論更瞭解自己、他人與社會。		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	出缺席10% 課堂表現與發言30% 課堂學習單30% 個人報告30%		
課程名稱	實用日語二	授課年段	二上、二下
課程屬性	專題探究	學分數	2
師資來源	外聘(其他)	課程核心素養	A1、B2、C3
學生圖像	表達力、鑑賞力、閱讀力		
學習目標	介紹日語五十音、單字、片語以及句子、文法、會話，期使學生能進行基礎的日語對話。		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	課堂報告30% 參與課堂互動討論30% 文字報告40%		

1

多元選修

課程名稱	Personal Finance 1	授課年段	一上、一下
課程屬性	通識性課程	學分數	1
師資來源	校內單科	課程核心素養	A1、A2、B2、C3
學生圖像	表達力、思辨力、品格力		
學習目標	Expose students to simple and complex knowledge regarding the financial system, taxes and investments. Students will be able to discuss basic investments in English, create a budget and calculate simple personal income taxes		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	50% presentation	20% grammar	30% core knowledge
課程名稱	你也可以成為YouTuber	授課年段	一上、一下
課程屬性	通識性課程	學分數	1
師資來源	校內單科	課程核心素養	A1、B1、B3、C1、C2
學生圖像	表達力，行動力，品格力		
學習目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識YouTuber這一新興行業 2. 探討YouTuber這一職業，並了解其中的網路行銷與經營知能 3. 學會基礎剪接與拍攝技巧，做為未來職涯的參考 		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	學生上課態度20%	學生線上軟體操作40%	學生分享與報告40%
課程名稱	英文好好看	授課年段	一上、一下
課程屬性	通識性課程	學分數	1
師資來源	校內單科	課程核心素養	A1、B1、C3
學生圖像	表達力、鑑賞力、關懷力、品格力		
學習目標	以電影欣賞引起學生對英文學習的興趣，藉此培養學生英文聽力技巧、增加與影片主題相關之字彙。此外，藉由影片主題的討論，訓練學生英文口語與文字表達的能力		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	上課態度30%	簡報製作30%	小組報告40%
課程名稱	英文遊世界	授課年段	一上、一下
課程屬性	通識性課程	學分數	1
師資來源	校內單科	課程核心素養	A2、A3、B1、B2、B3、C1、C2、C3
學生圖像	思辨力、關懷力、行動力、閱讀力、品格力		
學習目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生能實際應用英文，活用網路資源，透過不同視角了解其他文化。 2. 學生能用英文向他人介紹自身文化，並具體表達其特色。 3. 學生能實際透過實際互動與外國朋友進行交流。 4. 學生能透過認識自己及在地文化，累積行銷自身文化的實力 		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	講義學習單批閱50%	期末小組分享30%	學生課堂參與/分組競賽20%

1

多元選修

課程名稱	競技飛盤	授課年段	一上、一下
課程屬性	通識性課程	學分數	1
師資來源	校內單科	課程核心素養	A2、B1、C2
學生圖像	行動力、合作力、恆毅力		
學習目標	培養學生四肢協調能力		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	上課態度60% 期末評量40%		
課程名稱	大坑公共事務提案	授課年段	一上、一下
課程屬性	通識性課程	學分數	1
師資來源	校內單科	課程核心素養	A2、A2、B2、C1、C2
學生圖像	行動力、合作力、恆毅力		
學習目標	提案、提問、系統思考		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	課堂表現40%、報告60%		
課程名稱	Personal Finance 2	授課年段	二上、二下
課程屬性	通識性課程	學分數	2
師資來源	校內單科	課程核心素養	A3、B2、C3
學生圖像	表達力、思辨力		
學習目標	This is a continuation of the senior 1 personal finance class with		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	50% presentation 20% grammar 30% core knowledge		

1

多元選修

課程名稱	表演力的形塑	授課年段	二上、二下
課程屬性	通識性課程	學分數	2
師資來源	校內單科	課程核心素養	A1、B3、C2
學生圖像	表達力、鑑賞力、行動力、合作力		
學習目標	學會使用肢體、聲音，表達對文本的詮釋，透過小組合作分享各組的成果		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	期中表演50% 期末成發50%		
課程名稱	與在地生物交朋友	授課年段	二上、二下
課程屬性	通識性課程	學分數	2
師資來源	校內單科	課程核心素養	A1、A2、B2、B3、C2
學生圖像	思辨力、關懷力、恆毅力、品格力		
學習目標	學習生物系統分類，讓學生尊重與欣賞生命之美，並且能了解生物在人類生活中的		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	課堂表現60% 成果分享40%		
課程名稱	簡報X表達力	授課年段	二上、二下
課程屬性	通識性課程	學分數	2
師資來源	校內單科	課程核心素養	A1、A2、A3、B1、B2、B3、C2
學生圖像	表達力、思辨力、閱讀力、恆毅力、品格力		
學習目標	透過口語表達及三種不同的簡報製作培養學生邏輯思考能力、訊息整合能力、問題		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	課堂展示 50% 老師點評 30% 分組互評 20%		

1

多元選修

課程名稱	健身與重量訓練一	授課年段	一上、一下
課程屬性	實作(實驗)及探索體驗	學分數	1
師資來源	外聘(其他)	課程核心素養	A1、B1、C2
學生圖像	表達力、行動力、合作力、恆毅力、品格力		
學習目標	一、了解重量訓練認識肌肉適能對人體健康的重要性。 二、結合理論與實務能安全有效的自我訓練。 三、透過課程達成終身運動的習慣。		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	透過課堂分組討論與競賽30% 完成不同主題的閱讀30% 期末報告40%		
課程名稱	撥謎見霧-推理世界	授課年段	一上、一下
課程屬性	實作(實驗)及探索體驗	學分數	1
師資來源	校內單科	課程核心素養	A1、B1、B2、C1、C2
學生圖像	表達力、思辨力、行動力、合作力、品格力		
學習目標	善用思考方法梳理脈絡，增進面對雜亂資訊的處理，進而提升判斷能力		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	出席率40% 課程報告60%		
課程名稱	聽見感情-音樂與文學	授課年段	一上、一下
課程屬性	實作(實驗)及探索體驗	學分數	1
師資來源	外聘(其他)	課程核心素養	A1、B1、B3、C3
學生圖像	表達力、鑑賞力、品格力		
學習目標	藉由當代歌詞欣賞與剖析，使學生認識歌詞背後的時代精神與意義，提升學生鑑賞與感情接收／抒發的能力，進而增進閱讀理解、口語及文字表述能力		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	出缺席10% 課堂表現與發言30% 課堂學習單20% 歌詞創作20% 個人報告20%		

1

多元選修

課程名稱	科學的方法與態度	授課年段	二上、二下
課程屬性	實作(實驗)及探索體驗	學分數	2
師資來源	校內單科	課程核心素養	A2、A3、B1、B2、C2
學生圖像	鑑賞力、思辨力、合作力、恆毅力		
學習目標	一、了解科學中的定量與定性 二、了解實驗中的各項變因 三、熟悉各種圖表的使用時機 四、Tracker軟體的介紹與使用 五、撰寫並執行研究計畫		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	分組合作與討論30% 課堂參與度與學習態度30% 期末成果報告40%		
課程名稱	財經咖啡廳	授課年段	二上、二下
課程屬性	實作(實驗)及探索體驗	學分數	2
師資來源	校內單科	課程核心素養	A3、B3、C3
學生圖像	鑑賞力、思辨力、合作力		
學習目標	認識財經與咖啡的關係		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	課程參與度30% 心得分享30% 期末報告40%		
課程名稱	健身與重量訓練二	授課年段	二上、二下
課程屬性	實作(實驗)及探索體驗	學分數	2
師資來源	校內單科	課程核心素養	A1、B2、C2
學生圖像	行動力、合作力、恆毅力		
學習目標	一、了解重量訓練認識肌肉適能對人體健康的重要性。 二、結合理論與實務能安全有效的自我訓練。 三、透過課程達成終身運動的習慣。		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	個人期中報告30% 個人期末報告30% 上課參與度40%		

1

多元選修

課程名稱	當代永續生活練習	授課年段	二上、二下
課程屬性	實作(實驗)及探索體驗	學分數	2
師資來源	校內單科	課程核心素養	A1、A2、B1、B3、C1、C2、C3
學生圖像	鑑賞力、關懷力、行動力、合作力、品格力		
學習目標	<p>一、增進學生的環境覺知與敏感度，養成永續環境的價值觀。</p> <p>二、辨識環境及氣候變遷問題，藉由實作發展其行動技能，從人類中心的舊思維，轉換成以整個生態系為思維方向的友善環境公民。</p> <p>三、藉由校園碳耕實作，培養學生處理問題與團隊合作能力，進而推動生態家園行動。</p>		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	分組合作與討論30% 課堂參與度與學習態度30% 期末成果報告40%		

1

多元選修

課程名稱	產品設計與廣告行銷	授課年段	二上、二下
課程屬性	跨領域/科目專題	學分數	2
師資來源	校內跨科協同	課程核心素養	A2、A3、B2、B2、C2
學生圖像	表達力、鑑賞力、合作力		
學習目標	能夠設計出自己的產品，以及運用影像、音樂、音效、人聲製作自己的產品廣告，行銷自己的產品		
教學大綱	參見臺中市立東山高中110學年度課程計劃表		
學習評量	學習單60% 期末成品40%		

伍、修課學分檢核及畢業條件

高一

部定必修 29/29

校定必修 1/1

加深加廣選修 0/0

多元選修 1/1

團體活動 2/2
(不算學分)

彈性學習 2/2
(不算學分)

高二

部定必修 22/20
22/20

校定必修 1/1

加深加廣選修 5/7
5/7

多元選修 2/2

團體活動 2/2
(不算學分)

彈性學習 3/3
(不算學分)

高三

部定必修 13/7
13/7

校定必修 0/0

加深加廣選修 17/23
17/23

多元選修 0/0

團體活動 2/2
(不算學分)

彈性學習 3/3
(不算學分)

註：紅色為人文社會學群
藍色為理工科技學群

畢業條件說明

應修習總學分：182 學分

畢業最低學分數：150學分成績及格

必修及選修學分數：至少需102 學分且成績

及格，同時選修學分至少需

40學分且成績及格

陸、課程輔導諮詢實施與流程

高級中等學校推動課程輔導諮詢實施原則

- 一、學生適性選修輔導應搭配課程諮詢及生涯輔導；有關課程諮詢部分由課程諮詢教師辦理，有關生涯輔導部分，由專任輔導教師或導師協同辦理。
- 二、學校課程計畫書經各該主管機關准予備查後，課程諮詢教師召集人（以下簡稱召集人）即統籌規劃、督導選課輔導手冊之編輯，以供學生選課參考。
- 三、學校每學期選課前，召集人、課程諮詢教師及相關處室，針對教師、家長及學生辦理選課說明會，介紹學校課程地圖、課程內容及課程與未來進路發展之關聯，並說明大學升學進路。
- 四、選課說明會辦理完竣後，針對不同情況及需求之學生，提供其課程諮詢或生涯輔導；說明如下：
 - （一）生涯定向者：提供其必要之課程諮詢。
 - （二）生涯未定向、家長期待與學生興趣有落差、學生能力與興趣有落差或二年級（三年級）學生擬調整原規劃發展之進路者：
 1. 先由導師進行瞭解及輔導，必要時，進一步與家長聯繫溝通。
 2. 導師視學生需求向輔導處（室）申請輔導，由專任輔導教師依學生性向、興趣測驗結果，進行生涯輔導。
 3. 經導師瞭解輔導或專任輔導教師生涯輔導後，續由課程諮詢教師，提供其個別之課程諮詢。
- 五、召集人負責協調編配課程諮詢教師提供諮詢之班級或學生；課程諮詢教師應提供學生可進行團體或個別諮詢之時段，每位學生每學期至少1次。
- 六、課程諮詢教師應每學期按時於學生學習歷程檔案，登載課程諮詢紀錄。
- 七、課程輔導諮詢實施原則流程圖，詳如附件。

開始

說明事項：
1. 學校課程地圖
2. 課程與升學進路關聯
3. 選課流程

課程說明會

參加對象：
學生、家長、教師

生涯是否定向

否

輔導教師或導師
進行生涯輔導

依其性向或興趣
測驗結果輔導

是

課程諮詢教師進行
團體課程諮詢

課程諮詢教師
進行個別或
小團體課程諮詢

參考學生學習
歷程檔案

線上選課

選課後是否
需要課程諮詢

是

課程諮詢教師
進行個別或
小團體課程諮詢

參考學生學習
歷程檔案

否

第一次加退選

上課

第二次加退選
(人數達上限的課不能加選、
人數僅達下限的課不能退選)

選課確認單

課表確認

結束

柒、生涯規劃的第一步-輔導處

一、選課的考量

(一)自我認識

1. 特質：

意旨自己的個性偏向哪一類型？溫暖？文靜？謹慎？衝動？保守？領導他人？善交際？個性與生涯抉擇息息相關，個性溫暖的人，在做助人工作時 易讓對方感到放心而願意敞開心胸；善於領導他人的人，在團體中容易站出來帶領大家，也願意爭取領導者的位置。

2. 能力：

意指自己擅長什麼？除了從各學科 / 非學科成績來參考，生涯軟實力也是很重要的指標，如溝通技巧、人際關係、領導力等。能力是做一件事成就感的來源。

3. 興趣：

意旨自己喜歡什麼？自然科學領域？人文領域？語言？設計？資訊？動植物？心理？活動規劃？……。興趣是做一件事的動力。

4. 價值觀：

意旨自己在乎什麼？助人為本？美的追求？在乎地位、成就感？…這些會影響自己對生涯如科系、工作的選擇。

其中，能力與興趣，如果能同時兼顧是再好不過，但一定有些人可能有某方面能力但沒興趣，這類人或許需要思考想不想培養該興趣？能不能接受該興趣？興趣可以是培養來的，問問自己：「我願意嗎？」而有些人可能有某方面興趣卻沒該能力，或許需要思考該能力是怎麼養成的？自己要面對哪些挑戰？如果要挑戰，自己要做哪些努力？

以上，除了透過輔導處所實施的測驗、生涯規劃課程做了解，也能透過活動、講座、與人相處等去做思考。

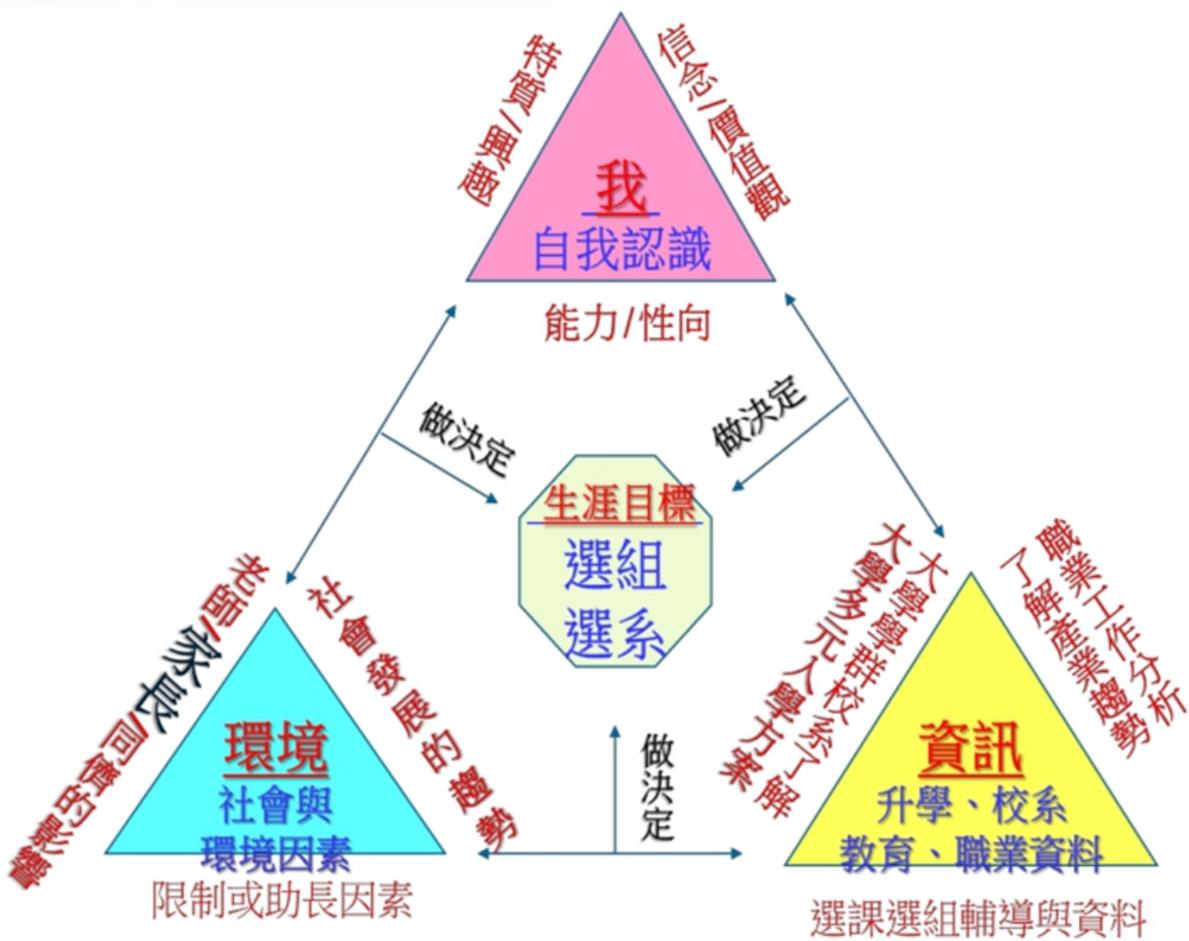
(二)個人與環境關係

家庭經濟、背景、父母的期望、地緣關係、社會潮流趨勢等會影響生涯選擇。

這些都可能是助力或阻力，因此平時可能需要多了解、多溝通。

(三)教育與職業資訊

透過參加大學博覽會、學群與各產業講座、報章雜誌(如最佳大學指南、甄選百科地圖、周業週刊…)、網路媒體等各方面資訊，了解科系內容、社會經濟發展趨勢、人才供需狀況等。



資料來源：改編自金樹人(1997)。生涯諮商與輔導。



三、生涯輔導資源

生涯相關訊息		內容
教育部國民及學前教育署	http://career.cpshts.hcc.edu.tw	提供自我探索、科系探索及
生涯輔導資訊網	/bin/home.php	工作世界相關資訊
大考中心興趣量表線上結果	https://career.ceec.edu.tw/	大考中心興趣量表線上結果
大學校系相關訊息		內容
漫步在大學	http://1058763.wit.com.tw/	大學十八學群及相關升學訊息介紹
IOH 開放個人經驗平台	http://ioh.tw/	由就讀各校系之學長姐進行大學校系介紹、線上直播活動、升學經驗分享、港澳僑生陸生專區等相關資訊分享
FB/ IOH 開放個人經驗平台	https://www.facebook.com/innovationopenhouse/?fref=ts	
108 學年度大學網路博覽會	http://univ.edu.tw/DeptView.asp	提供全國各大學資訊聯結
Ucan 大專院校就業職能平台	https://ucan.moe.edu.tw/search/search.aspx#a1	各學群系所及就業資訊介紹
1111 就業領航員	http://www.1111.com.tw/zone/school_fresh/map.asp	全國大學畢業生就業及升學狀況調查
104 升學就業地圖	http://www.104.com.tw/jb/career/department/index	全國大學畢業生就業及升學狀況調查
1111 大學網	https://university.1111.com.tw/university.aspx	自我測驗分析、校園介紹新聞、職涯議題討論和探索
大學問	https://www.unews.com.tw/	高中職大學學辦、科系介紹、入學管道資訊、各校園資情活動。

三、生涯輔導資源

	考試資訊	內容
108 學年度大學多元入學升學網	http://nsdua.moe.edu.tw/index.php	大學多元入學相關訊息
大學入學考試中心	http://www.ceec.edu.tw	大學學測、英聽、指考訊息
大學術科考試委員會聯合會	http://www.cape.edu.tw	各項術科考試訊息
大學考試入學分發委員會	http://www.uac.edu.tw	指定科目考試後之考試分發訊息
大學招生委員會聯合會	http://www.jbcrc.edu.tw	大學入學各項招生訊息
國軍人才招募中心	http://rdrc.mnd.gov.tw/rdrc/index.aspx.php	軍校相關訊息
中央警察大學	http://www.cpu.edu.tw/bin/home	學校網站
警察專科學校	http://www.tpa.edu.tw/	學校網站
四技申請入學委員會	https://caac.jctv.ntut.edu.tw/	高中生申請四技科大之申請入學相關訊息
大學進修部招生	http://www.techadmi.edu.tw/search/profile_committee.php?comid=comi14&edutype_code=4	全國大學進修部招生訊息
財團法人語言訓練中心	http://www.lttc.ntu.edu.tw	各項語文能力檢定相關訊息
身心障礙升學大專校院甄試	http://enable.ncu.edu.tw/index.asp	身心障礙學生大學升學資訊
教育部國民及學前教育署特殊教育網路中心	http://www.aide.gov.tw/releaseRedirect.do?unitID=1&pageID=95	特殊教育學生就學升學相關訊息

三、生涯輔導資源

社會資源		內容
天下雜誌	http://www.cw.com.tw	經濟財經新聞雜誌
遠見雜誌	http://www.gvm.com.tw	以國際及兩岸間重大的趨勢、重要人物、重大事件之分析
商業週刊	http://www.businessweekly.com.tw	財經時事周刊
獨立評論@天下	https://opinion.cw.com.tw/	投書論壇、社會相關專欄及議題
職業展望		內容
104 人力銀行	https://www.104.com.tw/jobs/main/	就業資訊
104 職務大百科	https://www.104.com.tw/jb/jobwiki/nav	職場工作內容介紹
1111 人力銀行	www.1111.com.tw	就業資訊
Career 就業情報網	www.career.com.tw	提供就業及大學校系訊息
Cheers 快樂工作人	http://www.cheers.com.tw/	探討工作、職場與生活議題
30 雜誌	http://www.30.com.tw/	提供工作、就業等方面的資訊與分析
富邦青少年職涯網	http://fubon.career.com.tw/CareerGuide/FrontShow/index.aspx	提供職涯相關訊息
中華民國勞動部	https://www.taiwanjobs.gov.tw/Internet/index/index.aspx	
中華民國勞動力發展署	http://www.wda.gov.tw/	

捌、升學進路-考招制度

大學考招規劃原則

- 維持多管道、多資料參採方式。
- 招生管道以申請入學為主，尊重大學校系自訂不同管道招生條件，並重視學習歷程。
- 入學考試配合大學選才需求辦理。入學考試時程安排，應避免影響高中正常教學及學生多元適性學習。



多入學管道：學生有不同升學機會

一般學生主要入學管道

申請入學

分發入學

繁星推薦

特殊選才

多資料參採：學生多元學習表現

大學入學
考試成績

綜合學習
表現 (P)

學科能力測驗 (X)

分科測驗 (Y)

術科測驗

學生學習歷程 (P₁)

校系自辦甄試項目
(P₂)

註：入學考試另有「高中英語聽力測驗」，成績使用方式另訂。

學科能力測驗 (X)、分科測驗 (Y)、
綜合學習表現 (P) 之內涵

屬於X	分數	必修		加深加廣選修	
		科目別	可規劃學分數	說明/領綱規劃	
語文	20	國文 含文化基本教材	8	規劃4科(2)；至少修習4個	屬於Y
	18	英文	12	含第二外語，3(1-2)；至少修習6學分	
數學	16	AB版	8	規劃2科(8)	
自然科學	12	物化生地 +探究與實作	32	物(10)、化(10)、生(8)、地(4)	
社會	18	歷、地理、公	24	研議中	
藝術	10	音樂、美術、藝術生活	6	規劃4科(2-4)	
科技	4	生活科技、資訊科技	8	規劃5科(2-4)	
綜合活動	4	生涯規劃、生命教育、高中家政	6	規劃6科(2)	
健康與體育	14	健康與護理、體育	6	規劃3科(2)	

部定課程

校訂課程

班級/社團

學習成果

自傳/學習計畫

競賽/檢定

大學校系甄試

P₁

P₂

不同管道參採重點與招生條件不同-1

招生參採資料	主要管道參採項目	
	申請入學	分發入學
學科能力測驗 (X)	參採	參採
分科測驗 (Y)	-----	參採
綜合學習表現 (P)	參採	-----

- 申請入學或分發入學，皆須（可）參採 X 考科成績。
 - ✓ 申請入學重視學習歷程，必須參採綜合學習表現 (P>0)
 - ✓ 分發入學重視關鍵學科能力，必須採計分科測驗成績 (Y>0)。

不同管道參採重點與招生條件不同-2

招生參採資料	主要管道參採項目	
	申請入學	分發入學
學科能力測驗 (X)	參採	參採
分科測驗 (Y)	-----	參採
綜合學習表現 (P)	參採	-----

申請入學

參採時，最多僅可使用相同X考科4科成績，或就所選之4科中另訂不同科目組合總分。

校系於第二階段可自設P之方式，計算甄選總成績時，P至少須占50%，學習歷程應占相當比例。

不同管道參採重點與招生條件不同-3

招生參採資料	主要管道參採項目	
	申請入學	分發入學
學科能力測驗 (X)	參採	參採
分科測驗 (Y)	-----	參採
綜合學習表現 (P)	參採	-----

分發入學

完全採計X、Y與術科考試之成績，校系自訂採計組合。

採計考科數 $3 \leq X+Y+\text{術科} \leq 5$ ， $X \leq 4$ （不含術科）， $Y \geq 1$ 。採計科目成績可加權計算。

不同考試測驗重點與評量能力不同

考試名稱	評量能力	辦理考科
學科能力測驗 (X)	基本核心能力	國文（含國語文寫作）、英文、數學、社會、自然
分科測驗 (Y)	關鍵學科能力	數甲、物理、化學、生物、歷史、地理、公民與社會



考生皆可自由選考，不再計算總級分。



命題以課綱為主，參考各領域／科目的學習內容與學習表現設計試題。



成績表示皆採級分制。

學習歷程強調紙筆測驗看不到的表現



考招時程關注高中教學及學生多元學習



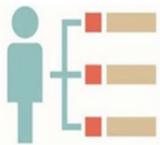
學生學習歷程檔案有什麼作用



回應新課綱
課程特色



呈現考試難以
評量的學習成果



展現個人特色
和適性學習軌跡



協助學生生涯
探索及定向參考

一步一腳印，累積學習歷程紀錄

1

回應新課綱課程特色

學生修習各類課程所產生的課程學習成果及多元表現，是學生學習表現真實展現，也是學校課程實施成果的最好證明。

2

呈現考試難以評量的學習成果

尊重個別差異，重視考試成績以外的學習歷程，呈現學生多元表現。

3

展現個人特色和適性學習軌跡

鼓勵學生定期記錄並整理自己的學習表現，重質不重量，展現個人學習表現的特色亮點與學習軌跡。

4

協助學生生涯探索及定向參考

學生透過整理學習歷程檔案的過程中，可以及早思索自我興趣性向，逐步釐清生涯定向。

我是學生，我要做什麼？

學生

上傳

勾選

- 瞭解學習歷程檔案對自己的重要性。
- 學會學習歷程學校平臺之相關操作。
- 積極參與各項學習活動，探索出自己的興趣，並找到生涯定向，逐步累積自己的學習歷程。
- 配合學校規劃之時程，上傳和勾選自己的課程學習成果及多元表現。

學習歷程(P)強調紙筆測驗看不到的表現

學生學習歷程參考項目

基本資料(教務處上傳)	檔案資料庫提供
修課紀錄(教務處上傳)	檔案資料庫提供
課程學習成果(6件/學年)	學生自主上傳
多元表現(10件/學年)	學生自主上傳
自傳(可含學習計畫)	學生自主上傳
大學要求之其他資料	學生自主上傳

備審資料- 課程成果

課程學習成果(最多3件)

1. 書面報告
2. 實作作品
3. 自然科學領域探究與實作成果
4. 社會領域探究活動成果

- 完成校內課程就能產出
- 老師進行認證

備審資料- 多元表現

1. 競賽表現
2. 社團活動經驗
3. 擔任幹部經驗
4. 檢定證照
5. 服務學習經驗
6. 非修課紀錄之成果作品
7. 特殊優良表現證明

8. 高中自主學習計畫與成果

每位學生可於校內彈性學習時間
完成自主學習計畫

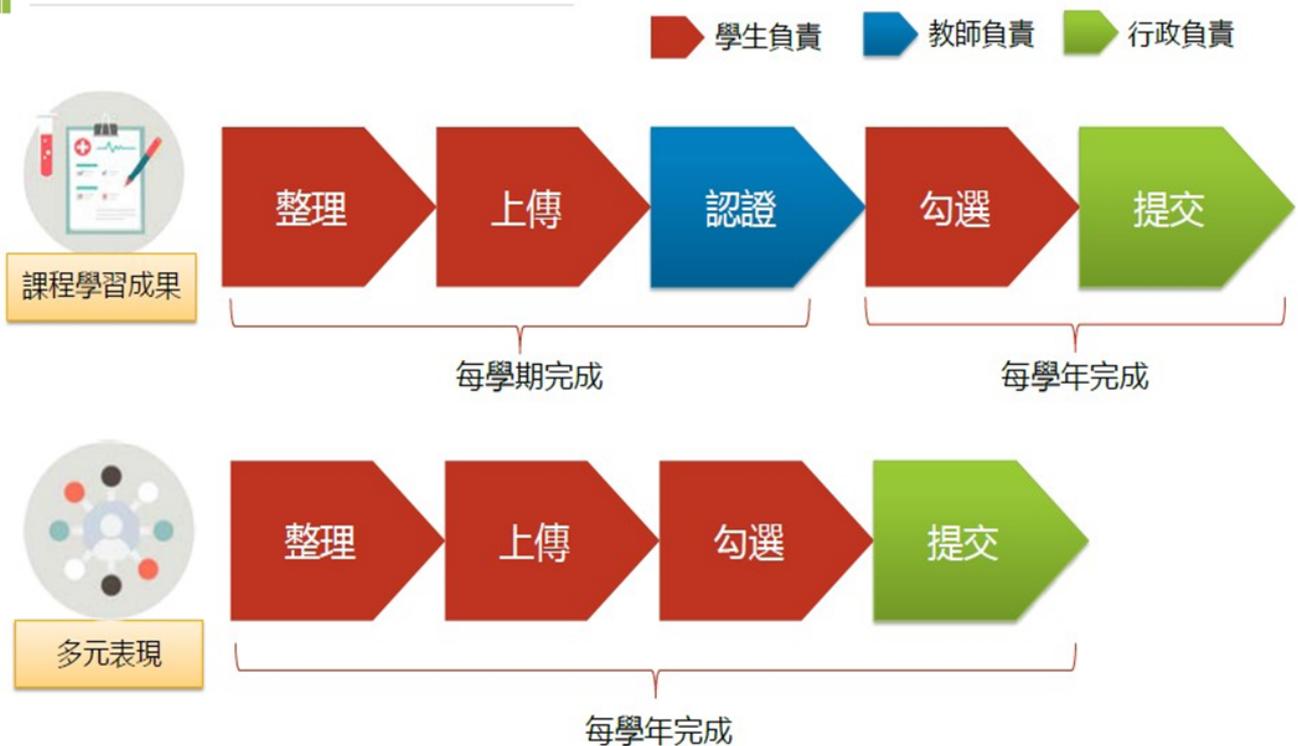
多元表現 綜整心得

至多800字
可呈現

- 動機
- 行動
- 感想
- 成果

現行備審資料可選擇的內容項目	對應	111學年度備審資料可選擇的內容項目
1.個人資料表		基本資料
2.高中(職)在校成績證明		修課紀錄
3.成果作品	4.小論文(短文)	課程學習成果(至多3件) 1.書面報告 2.實作作品 3.自然探究實作 4.社會探究實作
5.競賽/特殊成果證明 7.學生幹部證明 9.英檢證明 11.社會服務證明 13.學習心得	6.社團參與證明 8.大考中心英聽證明 10.證照證明 12.數理能力檢定證明	多元表現(至多10件) 學生可就下列內容或其他有利審查資料選擇提供，至多10件，並另撰寫「 多元表現綜整心得 」，本系據以 綜合評量 。 1.高中自主學習計畫與成果 2.社團活動經驗 3.擔任幹部經驗 4.服務學習經驗 5.競賽表現 6.非修課紀錄之成果作品 7.檢定證照 8.特殊優良表現證明
14.自傳(學生自述) 動機)	15.讀書計畫(含申請 動機)	學習歷程自述 1.高中學習歷程反思 2.就讀動機 3.未來學習計畫與生涯規劃
16.學習檔案	17.(校系自行輸入限)	其他(如作品集)

課程學習成果與多元表現完整流程



學生學習歷程檔案的檔案格式、大小

資料項目	檔案格式類型	內容說明 (檔案大小或簡述文字之字數)
課程諮詢紀錄 (只限校內平臺)	文件：pdf、jpg、png	每件固定上限2MB
	簡述：文字	每件100個字為限
課程學習成果	文件：pdf、jpg、png	每件固定上限2MB
	影音檔案：mp3、mp4	每件固定上限5MB
多元表現	簡述：文字	每件100個字為限
	證明文件：pdf、jpg、png	每件固定上限2MB
	影音檔案：mp3、mp4	每件固定上限5MB
	外部連結：文字	-
	簡述：文字	每件100個字為限

學科能力測驗時間與範圍

學測的考試科目包括：國文、英文、數學A、數學B、社會、自然六考科，其中國文考科採分節施測，分別為「國文（一）：國語文綜合能力測驗（簡稱國綜）」與「國文（二）：國語文寫作能力測驗（簡稱國寫）」。各節次或考科的測驗時間如表一。未來各科測驗時間如有變動，將於考試舉行前一年公告。

表一、學測各考科的測驗時間

考試科目	測驗時間	
國文	國文（一）：國語文綜合能力測驗	90 分鐘
	國文（二）：國語文寫作能力測驗	90 分鐘
英文	100 分鐘	
數學 A	100 分鐘	
數學 B	100 分鐘	
社會	110 分鐘	
自然	110 分鐘	

學測命題是以十二年國民基本教育國民中小學暨普通型高級中等學校各領域課程綱要為依據，各考科的測驗範圍如表二。

表二、學測各考科的測驗範圍

考試科目	測驗範圍：部定必修
國文 ¹	必修國文
英文	必修英文
數學 A	10 年級必修數學、11 年級必修數學 A 類
數學 B	10 年級必修數學、11 年級必修數學 B 類
社會 ²	必修歷史、必修地理、必修公民與社會
自然 ³	必修物理、必修化學、必修生物、必修地球科學 (含探究與實作)

註：1.國文考科包括國綜與國寫，成績各占50%，分節施測。

2.社會考科中的歷史、地理、公民與社會三科試題所占比例相當。

3.自然考科中的物理、化學、生物與地球科學四科試題所占比例相當，並包括探究與實作的學習內容。

分科測驗時間與範圍

分科測驗的考試科目包括：數學甲、物理、化學、生物、歷史、地理、公民與社會七考科，各考科的測驗時間均為80分鐘。未來各科測驗時間如有變動，將於考試舉行前一年公告。

分科測驗命題是以十二年國民基本教育國民中小學暨普通型高級中等學校各領域課程綱要為依據，各考科的測驗範圍如表一。

表一、分科測驗各考科的測驗範圍

考試科目	測驗範圍	
	部定必修	部定加深加廣選修
數學甲	10年級必修數學 11年級必修數學A類	數學甲類
歷史	必修歷史	族群、性別與國家的歷史 科技、環境與藝術的歷史 探究與實作：歷史學探究
地理	必修地理	空間資訊科技 社會環境議題 探究與實作：地理與人文社會科學研究
公民與社會	必修公民與社會	現代社會與經濟 民主政治與法律 探究與實作：公共議題與社會探究
物理 ^註	必修物理	力學一 力學二與熱學 波動、光及聲音 電磁現象一 電磁現象二與量子現象
化學 ^註	必修化學	物質與能量 物質構造與反應速率 化學反應與平衡一 化學反應與平衡二 有機化學與應用科技
生物 ^註	必修生物	細胞與遺傳 生命的起源與植物體的構造與功能 動物體的構造與功能 生態、演化及生物多樣性

註：物理、化學、生物三個考科的測驗範圍，皆包含探究與實作的學習內容。

玖、學習歷程檔案系統教學

學習歷程檔案登入介紹—學生版

1. 進入校務系統

點選校務系統進行登入

時間	類別	標題	點閱
11/24	【公告】	東山高中111年推動原住民族...	10
11/24	【公告】	110/11/25(四)國中部導師會報	11
11/24	【公告】	臺中市立東山高級中學111學年度...	32
11/24	【公告】	【得獎名單】110學年度...	
11/24	【榮譽】	【賀】本校合唱團參加...	
11/24	【升學】	111學年度教育部國民及學前教育...	5
11/22	【公告】	[重補修] 國文科 110 學年度第一...	123
11/22	【校內】	110學年校園場館登記表110.11.22	3
11/22	【公告】	東山創客在我行教師研習-第三、...	182
11/16	【公告】	【東山文學獎】徵文活動投稿截...	94
11/16	【公告】	110-1學習歷程檔案課程成果上傳...	213
11/15	【公告】	高中部110-2學期校內小論文比賽...	176
11/05	【公告】	110學年度東山高中高三學生(特...	224
11/01	【公告】	110學年度第一學期第二次定評審...	1033
11/01	【公告】	110-1第二次定評考試範圍表111...	935
10/25	【升學】	【國中部升學】111學年度中投區...	306
10/25	【公告】	轉組及調整課程注意事項	261

2. 點選學習歷程檔案系統

點進去即可進入系統

臺中市立東山高級中學

教師

- 發送訊息
- 班導師通訊錄
- 成績輸入
- 德行成績登錄
- 班級歷年成績查詢
- 班級學期成績查詢
- 班級缺課查詢
- 班級缺額查詢
- 原籍學習
- 電子報表
- 輔導系統
- 課表查詢
- 重補修成績
- 補考成績輸入
- Classroom
- 1Campus App
- 1Know
- 學習歷程檔案系統

課程成果

(1) 上傳



(2)送出認證

注意：如果上一個步驟點選“**在想想看**”的同學，需至學習成果認證項目中點選**送出認證**

2. 點選學習成果認證進行送出(教師才會收到檔案進行認證)

待認證: 1 通過: 2 不通過: 1 開放認證日期: 2018/11/01 ~ 2019/01/31

學年度: 107
科目名稱: 英文二上
成績:
送出日期:
認證日期:
成果檔案: 檢視

學期: 1
學分/時數: 4
授課教師:
認證教師:
認證狀態:

**點選送出認證
才真正送到老師處進行認證**

送出認證

學年度: 107 學期: 1

108.08.02 製作

確定
確定要送交授課教師認證?
送出後將不可再編輯成果檔案

● 送出認證，點選確認訊息
● 認證狀態改為待認證。

按下確定後檔案將成為“待認證”狀態

學年度: 107 學期: 1
科目名稱: 英文二上 學分/時數: 4
成績:
送出日期: 108/01/02 12:00:45
認證日期:
成果檔案: 檢視
相關簡述: 英檢中級

授課教師:
認證教師:
認證狀態: 待認證

(3) 勾選學習成果

**3. 勾選學習成果
可於下學期再進行
(一學期可勾選6件)**

- 基本資料
- 個人簡歷
- 校內幹部經歷
- 查詢幹部經歷提交中央資料庫紀錄
- 修課紀錄與學習成果
每學年勾選至多6件(0/6)
- 課程諮詢紀錄 (0)
- 上傳學習成果 (0)
- 學習成果認證
- 勾選學習成果**
- 查詢修課紀錄提交中央資料庫紀錄
- 查詢學習成果提交中央資料庫紀錄
- 多元表現
每學年勾選合計至多10項(0/10)
- 幹部經歷暨事蹟紀錄 (0)
- 競賽參與紀錄 (0)
- 檢定證照紀錄 (0)
- 服務學習紀錄 (0)
- 彈性學習時間紀錄 (0)
- 團體活動時間紀錄 (0)
- 職場學習紀錄 (0)
- 作品成果紀錄 (0)
- 大學及技專校院先修課程紀錄 (0)
- 其他活動紀錄 (0)
- 勾選多元表現紀錄
- 查詢多元表現提交中央資料庫紀錄

● 勾選學習成果上傳至國教署。如下圖

**選擇要勾選的成果
按下確定即可**

查詢

勾選截止日期：108/07/31

學年度：107
科目名稱：國文一上
修習方式：學期
成果檔案：檢視檔案

1. 選擇 → 勾選成果

2. 確定

確認

確定要勾選？
(在指定的日期範圍內，可隨時取消勾選)

確定 取消

訊息

已勾選

確定

多元表現

(1) 上傳

基本資料

個人履歷 校內幹部經歷 查詢幹部經歷提交中央資料庫紀錄

修課紀錄與學習成果
每學年勾選至多6件(0/6)

多元表現
每學年勾選合計至多10項(0/10)

課程諮詢紀錄 (0)

**多元表現
請依自己適合的項目進行上傳**

幹部經歷暨事蹟紀錄 (0) 競賽參與紀錄 (0) 檢定證照紀錄 (0) 服務學習紀錄 (0) 彈性學習時間紀錄 (0) 團體活動時間紀錄 (0) 職場學習紀錄 (0)

作品成果紀錄 (0) 大學及技專校院先修課程紀錄 (0) 其他活動紀錄 (0) 勾選多元表現紀錄 查詢多元表現提交中央資料庫紀錄

(2) 勾選

基本資料

個人履歷 校內幹部經歷 查詢幹部經歷提交中央資料庫紀錄

修課紀錄與學習成果
每學年勾選至多6件(0/6)

多元表現
每學年勾選合計至多10項(0/10)

課程諮詢紀錄 (0) 上傳學習成果 (0) 學習成果認證 (0) 勾選學習成果 查詢紀錄 查詢紀錄

**點選勾選多元表現紀錄
一學年可勾選10件
(於下學期再進行即可)**

幹部經歷暨事蹟紀錄 (0) 競賽參與紀錄 (0) 檢定證照紀錄 (0) 服務學習紀錄 (0) 彈性學習時間紀錄 (0) 團體活動時間紀錄 (0) 職場學習紀錄 (0)

作品成果紀錄 (0) 大學及技專校院先修課程紀錄 (0) 其他活動紀錄 (0) 勾選多元表現紀錄 查詢多元表現提交中央資料庫紀錄

● 勾選多元表現

學年度:	107	競賽名稱:	校內班際拔河
項目:	拔河	1. 選擇	⇒ <input type="checkbox"/> 未勾選 <input type="button" value="確定勾選"/>
獎項:	第一名	/20	
參與方式:	團體參與	成果檔案:	下載成果檔案
影音檔案:	下載影音檔案		

2. 確定 ⇒ <input type="button" value="確定"/> <input type="button" value="取消"/>	1. 選擇要勾選的檔案 2. 按下確定 3. 狀態會顯示“已勾選”
訊息 已勾選 <input type="button" value="確定"/>	

學年度:	107	競賽名稱:	校內班際拔河	<input type="button" value="已勾選"/>	<input type="button" value="取消勾選"/>
項目:	拔河	比賽			
獎項:	第一名	競賽等級:	校級		
參與方式:	團體參與	日期:	107/09/20		
影音檔案:	下載影音檔案	成果檔案:	下載成果檔案	3. 狀態顯示 ↑	

教學影片

1. 教學/相簿

2. 學習歷程檔案專區

教學影片位置請依順序點入

臺中1. 立東山高中 HBL 專區

防疫因應專區

應屆國高三專區

東山 東山數位學習網影音 Video Show

110 1線上國高資優創意營成...

東山文門新證人 東山金流輝煌了

110-1線上國高資優創意營成果影片-校園淨零破行動

學習歷程檔案專區

網站選單 WEB MENU

- 學習歷程檔案操作教學(新版)
- 學習歷程檔案操作教學(新版)
- 學習歷程平台目前
- 學習歷程平台優點
- 學習歷程平台檔案格式規定
- 課程諮詢教師功能
- 回首頁
- 東山高中首頁

高中學習歷程平台 (只限今年高三)

學習歷程檔案操作教學(新版)

學習歷程檔案多元表現教學

到以下平台觀看: YouTube

學習歷程檔案登入教學

臺中市立 東山高中



自主學習實戰手冊



在108新課綱之下規範了彈性時間，彈性時間包括『自主學習』、『特色活動』、『選手培育』、『充實補強』

什麼是自主學習課程

「蛤？什麼是自主學習課程？」
第一次看到它，你也有這個疑問吧？別擔心！
且讓我娓娓道來。

自主學習

很久很久以前，這世界上出現了三種學習模式：

被動學習



就像是...

被迫出門

學習目標

家人替你決定

學習方法

家人替你決定

舉例

被迫參加
進香團旅遊

主動學習



報名旅遊團

地點自己決定，
行程由旅行社
規劃

自己找旅行社
報名歐洲15日
旅遊團

自主學習



自由行

地點自己決定

行程自己規劃

自己規劃歐洲
15日自由行

自主學習的重點

自主學習的重點，在於由你決定學什麼，寫程式、畫水彩、研究文學讀物、手工藝製作…等等都可以！另外，你也要決定怎麼學，同樣是閱讀，你可以選擇獨自欣賞《哈姆雷特》，也可以跟同學組成《神之鄉》讀書會。

簡單來說，而自主學習是一種能力，更是一種態度！代表著你是學習的主人，願意為自己的學習負起責任。或許對這個概念還有點陌生，但只要好好閱讀這本手冊，相信你會更瞭解自主學習，同時也更會自主學習唷！

你可能會很好奇：為什麼一定要做自主學習呢？



自主學習不是只為了應付規定，或純粹完成學習歷程檔案。你可曾想過，自主學習還有更重要的價值！

未來學家Toffler曾說：21世紀的文盲，是不會學習的人。世界的化越來越快，資訊量每兩年成長超過兩倍。想像一下，你大學畢業50%學過的知識都被淘汰了，你要怎麼工作、生活到退休呢？

所以，你需要學習學科，但也要學會如何自主學習，能確保你在離開學校後，還能夠與時代共同進步。

除了保持競爭力，自主學習也非常有趣！YouTuber學剪片技巧會有發現新招的喜悅，烘焙店老闆開發新品會有創造更多收入的興奮，臉書小編寫文案時會有精進自我的成就感……他們其實都在玩一場名為自主學習的遊戲——可以自由設定角色、點技能、接副本，甚至直接設計遊戲！

更棒的是，這場遊戲沒有結局，我們要做的就是一直玩下去！

好好在高中學會玩這個遊戲吧！相信會對你的人生產生積極、正面的意義！



迷思1：

自主學習不需要其他人的幫助？

對很多人來說，自主學習無非就是抓幾本書、悶在教室裡埋頭苦讀幾個月、配著偶爾寫寫的自主學習計畫，依靠自己的力量，祈求得道成仙的過程……

顯然地，這些人好像把自主學習跟自主隔離搞混了。自主學習不是「獨學」，不用關起門來寒窗苦讀，也不一定要在學校才能進行。相反的，熟練的自主學習者善於調動學習資源，並懂得在對的時間向對的人求教。你只要能發揮自主性來決定學習主題、學習方式，並付諸執行，就是自主學習的最佳表現了！

迷思2：

自主學習只是一門課？

與其說自主學習是一門課，不如說它是一種求學的態度。當你在心態上習慣了自主學習，你就像擁有船槳的掌舵手，即使沒有人推，你也能靠自己的力量不斷前進；而在漸漸掌握了自主學習後，你就會習慣在生活中一直搖槳前行，享受每天都持續前進的成就感。

不要有迷思…不要有迷思…千萬不要有迷思…



自主學習的迷思

迷思3： 自主學習只能做小論文？

小論文是自主學習的樣態形式之一，但並不是全部。一般來說，自主學習的主題並沒有特別限制，你可以寫程式、繪畫、閱讀、手工製作、研究歷史或做實驗…。重點在於學習主題是否符合你的需求、好奇、興趣，以及選擇的學習方式是否適合你。

迷思4： 自主學習是我想怎麼做都可以？

自主學習的概念中，自主性是很重要的內涵，但也不能忽略學習。因此，自主學習絕不是我行我素，甚至「自主」決定放棄學習。在自主學習時，記錄並反思學習過程與成果還是很重要的！

不要有迷思…不要有迷思…千萬不要有迷思…



動機 = 付出（或完成某項任務所需的努力總和）
+ 期待感（或自我效能的概念） + 價值感
（或意義）

（一）我還是搞不懂什麼是自主學習？

所謂自主學習就是「學習」如何學習，在未來的三年中，你將要為自己規劃學習目標、學習方式，並運用學習資源逐步落實所訂定的計畫。在執行過程中如果有任何問題，你的自主學習指導教師、導師、任課教師、課程諮詢教師都可以成為很好的諮詢對象喔！

（二）我為什麼一定要自主學習？

108新課綱的重要精神：「自主、互動、共好」，相當重視自主學習的實踐，並且在總綱中明文規定，高中學生三年中必須至少完成18節自主學習時數，且列為畢業條件。



動機 = 付出（或完成某項任務所需的努力總和）
+ 期待感（或自我效能的概念） + 價值感
（或意義）

（三）自主學習是在什麼時候呢？

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1					
2					
3		高二1~4班 自主學習	高一1~4班 自主學習		
4		高二5~8班 自主學習	高一5~8班 自主學習		
5					
6					
7					



動機 = 付出（或完成某項任務所需的努力總和）
+ 期待感（或自我效能的概念） + 價值感
（或意義）

（四）我要如何開始自主學習？

我們將於第一堂自主學習課程時，說明自主學習的課程介紹與流程。也會請指導教師發給每位學生自主學習申請的相關表件（計劃書、檢核表），並於課程開始第三週後，由各班指導教師引導各位進行自主學習計畫的撰寫，當計畫完成經過審查後，就可以開始自主學習囉！

（五）如果我有自主學習的相關問題，該向誰諮詢呢？

本校自主學習的相關業務，目前是由教務處與行政處室負責，因此如果你有任何疑問，歡迎隨時於上班時間來教務處或行政處室諮詢，我們都很樂意為各位服務喔！

（六）自主學習與一般課程有什麼不同？

自主學習與一般課程最大的不同之處，在於學習的目標、進度與方式都是操之在你的手中，因此你可以依照個人或小組的實際狀況，訂定確實可行的計畫！



動機 = 付出（或完成某項任務所需的努力總和）
+ 期待感（或自我效能的概念） + 價值感
（或意義）

（七）我在自主學習的時候可以做些什麼呢？

提供幾種模式可提供同學們參考，包含閱讀理解、學科精進、實作體驗與專題研究、線上課程，以下針對這幾部分進一步說明：

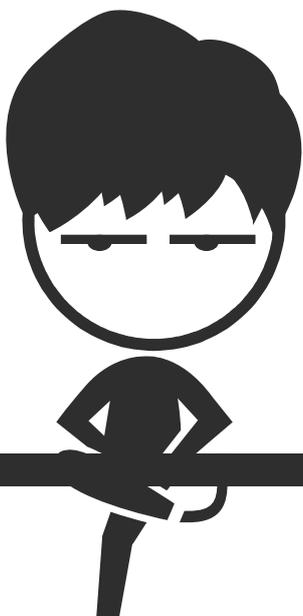
當然，你也可以依照自己的想法去設計自己的課程種類

1. 閱讀理解：

閱讀理解能力是未來世代重要的素養，運用自主學習進行個人的閱讀策略或小組的讀書會，將可有效的提升閱讀理解的能力，此外，也可將自己或小組的學習成果，投稿青春博客來閱讀平台，或是參與中學生網站的閱讀心得競賽。

2. 學科精進：

學科包含部定必修、校訂必修、多元選修、探究實作、語言學習等課程，如果在某個環節或是學習過程中有不明白之處，可以個人練習或小組討論的方式進行提升；或者也可以作為上述課程學習的延伸時間。



動機 = 付出（或完成某項任務所需的努力總和）
+ 期待感（或自我效能的概念） + 價值感
（或意義）

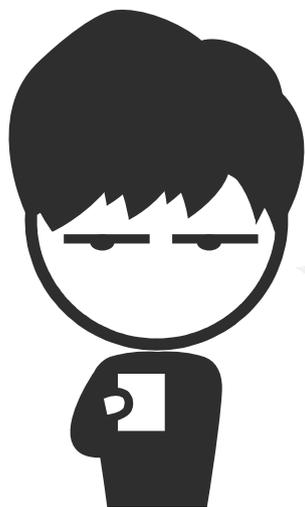
3. 實作體驗：
實作能力的鍛鍊，須要時間與經驗的累積，如果想要有計畫的提升手作、藝術鑑賞等能力，建議可以規劃個人或小組的實作計畫，並設定產出的目標。
4. 專題研究：
專題研究是結合生活情境與學科知識的學習取向，著重在培養個人或是小組能探索環境、發現問題、解決問題的能力，相關的研究成果也可參與教育部辦理的小論文競賽。
5. 線上課程：
若你對課程規劃尚未有任何的想法，不妨可以先上網搜尋自己有興趣的線上課程，學校會將各線上課程彙整在自主學習專區內。



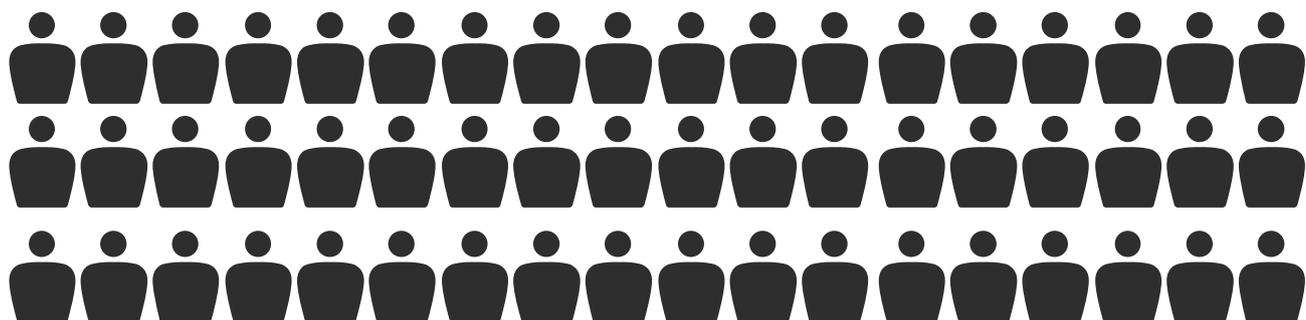
動機 = 付出（或完成某項任務所需的努力總和）
+ 期待感（或自我效能的概念） + 價值感
（或意義）

(八) 自主學習需要繳交成果或是作業嗎？

這部分要依照個人或小組擬定的自主學習計畫而定，不過，在未來的學生學習歷程檔案系統，必須上傳自主學習計畫，另外，在多元表現的部份，也可將自主學習的成果進行上傳。因此，本校在每學期末會請同學提交學習成果報告，並由指導教師協助提報執行計畫表現優異的同學，參與成果展，還有機會代表校方去參加臺中市成果展！



每天我都會收到
各種各樣的問題，
我在這裡統一
回答一下。



自主學習的季節又到了.....
你是不是常常苦惱著到底要設
定什麼目標呢？

別擔心，其實自主學習的種子
就深埋在我們的基因裡，只要
一經栽培，我們都能發揮極大
的潛力，為每一個自主學習計
畫，設定一個周全的目標。



讓我們從找個開始談起：

- 哪件事讓你做起來特別有勁、覺得有趣？
- 你在做什麼事的時候，可以一直做又不會覺得累？
- 有沒有什麼我關注的議題？

運用自己對事物的熱忱，更能支持我們持續進行，畢竟我們都不想訂一個過高的目標，最後卻無法如期達成。

接下來，就是屬於你的思考時間囉！想想你是屬於哪一種學習風格，接著從自身愛好/身邊素材/生活觀察去找到一個切入點吧！

自主學習目標不要太遠大...先從自己能負擔的部分開始...



Hi~~~~

利用SMART法則，讓你更容易思考如何規畫屬於自己的課程唷

問題

Specific
具體



- Who：誰將參與這個目標？
- What：想完成什麼？
- How：用什麼途徑幫助我達成？
- Where：要在哪裡實現目標？

Measurable
可衡量



- 我的進度指標是什麼？
- 能否量化（可預估）？
- 質化（可探究）？

Attainable
可達成



- 是否具有實現目標的資源和能力？
- 如果沒有，還差了什麼？
- 有他人的成功案例可參考嗎？

Relevant
相關



- 是否跟我未來想嘗試的領域相關？
- 是否跟我感興趣的領域相關？

Time-based
有時限



- 什麼時候是最後期限？
- 是否有足夠的時間來完成？



以下提供學長姊的範例

台中市立東山高中自主學習成果



稀有動物的調查、研究

高一4班4號 阮于恆

Research and Learning Methods

- 上網調查稀有動物的種類
- 選定特定稀有動物，並搜尋這些物種的大小、數量、外型、生理特徵、分布與棲息等...
- 把所蒐集的資料分類整理在excel表格上
- 針對特定物種特定主題做深度探索

My Motivation

我國中的時候，曾讀到了一篇生物學的英語短文，而這篇短文的主題就是「墨西哥鈍口螈」...



我當下就被這個一身紅白色，以及六根鬚狀腮裸露在外的奇特生物，深深的吸引，便告訴自己，以後有機會，一定要好好研究墨西哥鈍口螈。也啟發我進一步思考，會不會世界上也有其他的生物和墨西哥鈍口螈一樣，有獨特的外貌特徵？

因此就決定自主學習要來研究世界上的稀有動物!

My Results

墨西哥鈍口螈、金絲猴、潘帕斯貓

1. 進行動物的種類、單位	2. 目的數量	3. size	4. 外型特徵	5. 生活習性	6. 分布與棲息	7. 分布地圖	8. 保護現狀與研究地方	9. 研究內容
墨西哥鈍口螈	每平方公里水域，正型鈍口螈(約220%) 藍子不到8隻	正型鈍口螈: 6公分 藍子鈍口螈: 7公分	長條的體型，圓圓的尾巴，上半身有深藍色斑點，兩側的腹面(喉嚨)呈現左右深藍各二條	生活習性: 1. 夜間活動、喜歡濕氣環境 2. 喜歡待在石縫、石洞或岩石縫 3. 喜歡待在水裡、喜歡待在水草多的地方	分布與棲息: 1. 墨西哥 (Lake Amecameca) 2. 危地馬拉 (Lake Atitlan) 3. 哥斯達黎加 (Lake Atitlan) 4. 巴拿馬 (Lake Gatun) 5. 哥倫比亞 (Lake Izard)	分布地圖: 1. 墨西哥 (Lake Amecameca) 2. 危地馬拉 (Lake Atitlan) 3. 哥斯達黎加 (Lake Atitlan) 4. 巴拿馬 (Lake Gatun) 5. 哥倫比亞 (Lake Izard)	保護現狀與研究地方: 1. 墨西哥 (Lake Amecameca) 2. 危地馬拉 (Lake Atitlan) 3. 哥斯達黎加 (Lake Atitlan) 4. 巴拿馬 (Lake Gatun) 5. 哥倫比亞 (Lake Izard)	研究內容: 1. 目的與動機: 看上述表格內容, 1. 目的與動機: 看上述表格內容, 2. 研究內容: 1. 目的與動機: 看上述表格內容, 2. 研究內容: 1. 目的與動機: 看上述表格內容, 2. 研究內容:
金絲猴	野生金絲猴約300多隻 被圈養金絲猴約300多隻 藍子金絲猴約30多隻	野生金絲猴: 6公分 被圈養金絲猴: 7公分 藍子金絲猴: 8公分	圓圓的體型，圓圓的尾巴，上半身有深藍色斑點，兩側的腹面(喉嚨)呈現左右深藍各二條	生活習性: 1. 夜間活動、喜歡濕氣環境 2. 喜歡待在石縫、石洞或岩石縫 3. 喜歡待在水裡、喜歡待在水草多的地方	分布與棲息: 1. 墨西哥 (Lake Amecameca) 2. 危地馬拉 (Lake Atitlan) 3. 哥斯達黎加 (Lake Atitlan) 4. 巴拿馬 (Lake Gatun) 5. 哥倫比亞 (Lake Izard)	分布地圖: 1. 墨西哥 (Lake Amecameca) 2. 危地馬拉 (Lake Atitlan) 3. 哥斯達黎加 (Lake Atitlan) 4. 巴拿馬 (Lake Gatun) 5. 哥倫比亞 (Lake Izard)	保護現狀與研究地方: 1. 墨西哥 (Lake Amecameca) 2. 危地馬拉 (Lake Atitlan) 3. 哥斯達黎加 (Lake Atitlan) 4. 巴拿馬 (Lake Gatun) 5. 哥倫比亞 (Lake Izard)	研究內容: 1. 目的與動機: 看上述表格內容, 1. 目的與動機: 看上述表格內容, 2. 研究內容: 1. 目的與動機: 看上述表格內容, 2. 研究內容: 1. 目的與動機: 看上述表格內容, 2. 研究內容:
潘帕斯貓	沒有資料	體長約35公分 尾長約15公分 體重約1.5公斤	有三角型、圓圓的尾巴，上半身有深藍色斑點，兩側的腹面(喉嚨)呈現左右深藍各二條	生活習性: 1. 夜間活動、喜歡濕氣環境 2. 喜歡待在石縫、石洞或岩石縫 3. 喜歡待在水裡、喜歡待在水草多的地方	分布與棲息: 1. 墨西哥 (Lake Amecameca) 2. 危地馬拉 (Lake Atitlan) 3. 哥斯達黎加 (Lake Atitlan) 4. 巴拿馬 (Lake Gatun) 5. 哥倫比亞 (Lake Izard)	分布地圖: 1. 墨西哥 (Lake Amecameca) 2. 危地馬拉 (Lake Atitlan) 3. 哥斯達黎加 (Lake Atitlan) 4. 巴拿馬 (Lake Gatun) 5. 哥倫比亞 (Lake Izard)	保護現狀與研究地方: 1. 墨西哥 (Lake Amecameca) 2. 危地馬拉 (Lake Atitlan) 3. 哥斯達黎加 (Lake Atitlan) 4. 巴拿馬 (Lake Gatun) 5. 哥倫比亞 (Lake Izard)	研究內容: 1. 目的與動機: 看上述表格內容, 1. 目的與動機: 看上述表格內容, 2. 研究內容: 1. 目的與動機: 看上述表格內容, 2. 研究內容: 1. 目的與動機: 看上述表格內容, 2. 研究內容:

My Results

椰子蟹、獾狍狍、白鱘豚、捻角山羊

1. 動物名稱	1. 動物名稱	2. 動物名稱	3. 動物名稱	4. 動物名稱	5. 動物名稱	6. 動物名稱	7. 動物名稱	8. 動物名稱
椰子蟹	獾狍狍	白鱘豚	捻角山羊	海山牛	海山牛	海山牛	海山牛	海山牛
1. 椰子蟹	2. 獾狍狍	3. 白鱘豚	4. 捻角山羊	5. 海山牛	6. 海山牛	7. 海山牛	8. 海山牛	9. 海山牛
1. 椰子蟹	2. 獾狍狍	3. 白鱘豚	4. 捻角山羊	5. 海山牛	6. 海山牛	7. 海山牛	8. 海山牛	9. 海山牛

Learning Regeneration from Axolotl

Animal
Any part of their bodies, including their heads.

Invertebrates
Sea star
Lurks and even their whole bodies regenerate.

Vertebrates
Axolotl
Lurks and spine.
Humans
Axolotl has regenerative ability but lose this ability in adulthood.

What they regenerate

1. 再生能力

2. 再生能力

3. 再生能力

4. 再生能力

5. 再生能力

6. 再生能力

7. 再生能力

8. 再生能力

9. 再生能力

Axolotl Limb Regeneration

A. Intact
B. Trauma
C. Wound healing
D. Blastema formation
E. Re-differentiation
F. Re-development

Skin
Bone
Cartilage
Muscle
Stem cells

A. 原完整的肢體

B. 在肢體開始受傷或斷肢時，傷口的血細胞凝塊迅速止血。

C. 一層細胞迅速覆蓋斷肢表面，形成傷口表皮。

D. 傷口表皮細胞開始快速分裂形成胚泡(幹細胞)，發展到一定程度外觀上會成塊狀

E. 胚泡中幹細胞持續生長繁殖，恢復原來器官應有的型態

F. 最終長成最原始的形態

Summary of Ambystoma mexicanum (墨西哥鈍口鰻)



Feature 1. 頭上六根不封閉的鰓

一般魚類的鰓幾乎都是封閉的，而封閉的功能就是為了保護。而也正因为墨西哥鈍口鰻的鰓是不封閉的，因此也較容易受到其他捕食者的攻擊，顯得比較脆弱。而牠的鰓之所以不封閉的原因，是因為它一生都處於幼蟲階段，其鰓的結構就如同蝌蚪一樣(因為是蛙的幼蟲)



Feature 2. 快速的新成代謝與再生

墨西哥鈍口鰻有一種獨特的能力，就是無論年齡，皆可重新長出四肢與脊椎。

Lessons I learned

1. 看到了許多稀有動物奇特的外觀後，讓我想去專研各種動物的外觀與形態，並探討是不是因為某些因素，而導致不同種的動物，會長成如此多樣的狀態呢？
2. 自我檢討：我沒有先把最基本的「一般物種」先研究好。在我研究金絲猴、潘帕斯貓、椰子蟹、白鱘豚、捻角山羊時，發現這些動物都有一個共通性，就是牠們都有歸屬於牠的一個「一般物種」。而這也引發了我的一個思考：「到底這些稀有動物和一般物種間有什麼差異性呢？」所以在我之後就額外再去研究這些「一般物種」，並用黃綠色標記把它標上去做為參考(詳見下一頁)。



短吻真海豚



瓶鼻海豚



長吻真海豚

開始查閱一般物種之後，發現自己真正應該專注去研究的，其實是與這些稀有動物同屬的「一般物種」。因為在還沒有開始研究稀有動物前，就連猴子、貓的體長大約是多少，和海豚的鰭的形狀以及鰭的功能也不知道，完全沒有感覺到自己缺乏的是這一方面基礎知識，也讓我深入探討稀有物種時，缺乏方向感。除此之外，我也發現到，在單一物種中，也包含了許多不同的品種，而不同品種間，在形態上也存在著些差異。例如當我去查閱一般海豚的鰭的形態時，才發現原來海豚的鰭沒辦法找到一個固定確切的數據。因此我就思考，會不會因為演化變異的來源不同，導致牠們不同品種間的差異？

1. 動物物種名稱	圖片	目前數量	棲地	外型特徵	生活習性	分佈區域	分佈地圖	研究與保育現狀
牛豚		1984年中國有40萬頭，但到了1995年豬隻數量已減少至25萬頭。據估計，目前全球有約1.5億頭豬。	陸地	體型龐大，皮膚粗糙，有鬃毛。四肢短壯，尾巴短而卷曲。顏色多樣，有黑、白、花斑等。	雜食性動物，食性廣泛。喜於泥水中打滾。繁殖力強，一年可產多次。具有社會性，有群居習性。	全球分佈廣泛，除極地外均有分布。		目前數量穩定，但野生豬隻數量正在減少。主要由於森林砍伐和農業擴張。在許多地區，豬隻被視為害蟲，受到捕殺。
海豚		全球有約100萬頭。在公海和近海均有分布。在熱帶和亞熱帶海域分布較廣。	海洋	流線型身體，無尾鰭。頭部有隆起的腦脊。皮膚光滑，呈灰藍色。呼吸孔位於頭部上方。	高度智慧，具有複雜的社會結構。以魚類和烏賊為食。具有回声定位能力。繁殖力強，一年可產一胎。	全球分佈廣泛，除極地外均有分布。		許多物種受到威脅，特別是瓶鼻海豚和中華白海豚。主要由於海洋污染、過度捕殺和棲地破壞。
羊		全球有約100億頭。在公海和近海均有分布。在熱帶和亞熱帶海域分布較廣。	陸地	體型龐大，四肢短壯。有厚實的羊毛。頭部有角。皮膚粗糙，呈灰藍色。呼吸孔位於頭部上方。	雜食性動物，食性廣泛。喜於泥水中打滾。繁殖力強，一年可產多次。具有社會性，有群居習性。	全球分佈廣泛，除極地外均有分布。		許多物種受到威脅，特別是野山羊和藏羚。主要由於過度捕殺和棲地破壞。

1. 海豚的體重與體長沒有固定確切的數據，只有個範圍
2. 上圖藍色標記，也加入了我會別在做研究時的想法「覺得這可能是因為牠分佈在長江中下游水流速度本來就比較慢，也許牠的游速也會跟周圍的水流速度有關，我日後可以去深入研究」
3. 上圖有一段話，其實羊本身就是個群居動物，且有些羊在繁殖期間也會用頭上的鬃來打架，這是我發現到獐魚山羊有這些習性，之後猜想，不管是不是稀有品種，一般物種的羊是不是也和獐魚山羊同樣的習性，因此之後就去查證並記錄在上。

Conclusion

「稀有動物的研究」是個有趣的主题，因為去研究的不是普遍大家都看得到生物，而是大家比較少見到，甚至不知道的物種。這樣的主题，可以讓我對動物界的認知開闊一點，而不是只著重於身邊常見得到的生物。而且既然是稀有動物，我們可以探討說：「那又為什麼稀有，是不是因為受到什麼脅迫，而使牠的數量減少變得我們比較少見到呢?」

雖然我未來將專注於特定物種的特徵研究，但我仍想透過書籍或數位平台，來攝取有關稀有動物的知識；甚至在外旅遊時，如果那一批帶正好有某些特種的話，我會就近的觀察探索。後續專注研究特定物種，可以幫助我培養深度研究的能力，也可以深化自己的生物學，特別是演化、再生、與形態學上的涵養。在日常生活中，我也想透過參與動物相關的保育活動，或教導身旁的親友，來實踐並分享我系列自主學習成果。



Future Direction

我可以專注研究某種特定的動物，不一定要稀有動物，來調查和研究這個動物在不同品種間，例如大小、外型、生理的差異；並針對特定特徵，探討是不是與其生長環境，或其他因素，而導致這樣的多樣性。



References

1. 再生：蝴蝶可以教給我們關於再生、人體四肢的知識(第七頁) <https://51nhs.hk.org/edu/flash/2018/再生知識-oxoloh-com-teachus-regrowing-human-limb-z/>
2. 天生的極點？科學家證實存在於雜種基因組中(第七頁) <https://bigthink.com/ineqib/oxoloh-regeneration/>
3. 雜種再生和衰老模型的進展(第七頁) <https://www.karger.com/Article/FullText/S04224>
4. 圖片資料 墨西哥刺頸(第二、六頁) <https://www.eltodax.net/cdemon/pics/45228>
5. 其他圖片資料 <https://www.xwcy.net/gw/11598.html>
6. 全球維多 <https://www.juestion.com/zh-tw/wj/pj/wjmgzhe/201942.html>
7. 全球維多 <https://www.meikangon.com/zh-tw/dchey/az/79074.html>
8. 全球維多 <https://www.wikipeidq.org/wiki/%E6%8D%B5%E5%88%86%E6%8A%E7%8C%A8>
9. 椰子薑 https://np.cpa.gov.tw/youth/index.php?option=com_content&view=article&id=43442011-06-29-03:1225&catid=242009-07-06-08-27:16&Itemid=34
10. 海狗 <https://www.wikipeidq.org/wiki/%E5%8D%B5%E5%88%86%E7%8C%A8>
11. 白雲猴 <https://www.juestion.com/zh-tw/wj/pj/wjmgzhe/76873.html>
12. 獐魚山羊 https://dpl10b.eeule.com.tw/shiehhu/dengwu/4178_4.html
13. 短吻真海豚 <https://www.esydm.com.tw/wiki/%E7%9F%AD%E5%90%8B%E7%9C%9F%E6%85%B7%E8%81%9A>
14. 瓶鼻海豚 <https://www.wikipeidq.org/wiki/%E5%8D%B5%E5%88%86%E7%8C%A8>
15. 長頸動物海豚 <https://zh.wikipeidq.org/wiki/%E7%8C%A8>
16. 台灣獐猴 <https://zh.wikipeidq.org/wiki/%E5%8F%90%E7%81%A3%E7%8D%8C%E7%8C%A8>

臺中市立東山高中

A Brief Overview of

Traditional Chinese Clothing—

Qipao and Its Modern Look



高二一班楊芷綺

Self-Directed Learning

Schedule

姓名	學號	班級	日期	頁數	備註
許嘉恩	201000001	國英	110年7月28日	11	
學習歷程 主題: <i>make up my own clothing</i>	學習內容: <i>read the text, watch video</i>	自我評量: <i>happy, like, surprised</i>	學習心得: <i>learn about qipao</i>	學習目標: <i>learn about qipao</i>	學習成效: <i>learn about qipao</i>
1					
2	<i>Mid - autumn festival</i>				<i>learn different regions</i>
3	<i>Draw up a plan</i>				<i>learn about qipao</i>
4	<i>Draw up a plan</i>				<i>learn about qipao</i>
5	<i>draw</i>				<i>learn about qipao</i>
6	<i>learn about qipao</i>				<i>learn about qipao</i>
7	<i>learn about qipao</i>				<i>learn about qipao</i>
8	<i>learn about qipao</i>				<i>learn about qipao</i>
9	<i>learn about qipao</i>				<i>learn about qipao</i>
10	<i>learn about qipao</i>				<i>learn about qipao</i>

Motivation



I. The History of Qipao

- Origin : Manchus who grew out of ancient Nuzhen tribes
- Early 17th century : Nurhachuunified the various Nuzhen tribes and set up the Eight Banners System.
- Over the years, a collarless, tube — shaped gown was developed. And that is the embryo of the qipao.

Outline

- I. The History of Qipao
- II. The Evolution of Qipao
- III. The Features of Qipao
- IV. Different Styles of Qipao
- V. Modern Qipao Styles
- VI. Reflection



II. The Evolution of Qipao

- In the 1920s, influenced by Western clothing, it went through many changes.
- Nowadays, qipao quite often appears on world-class fashion shows and wedding.

III. The Features of Qipao

Feature 1 :
Its neck is high collar closed



III. The Features of Qipao

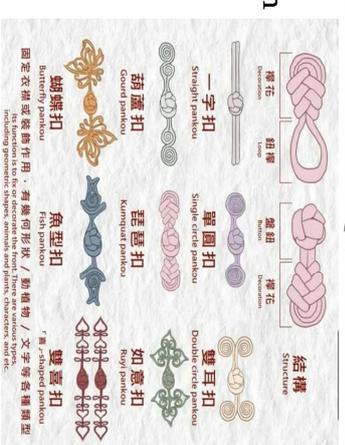
Feature 2 :
Its sleeves may be either short, medium, or full length, depending on seasons and tastes



III. The Features of Qipao

Feature 3 :
The dress is buttoned on the right side, with a loose chest and a fitting waist.

These special buttons called "Pankou"



III. The Features of Qipao

Feature 4 : The Front



VI. Different Styles of Qipao

Shanghai-Style Qipao

Beijing-Style Qipao

Suzhou-Style Qipao

Shanghai-Style Qipao



- 1 Emphasize the female figure
- 2 Compatibility of traditional styles and westernization
- 3 The collar and the sleeve shape have been added some western elements.
- 4 The later improved qipao has a more westernized structure.

Beijing-Style Qipao



- 1 It has been incorporated the characteristics of stand-up collars and left and right slits of Han elements.
- 2 Plainer than the Shanghai-style
- 3 More decoration

Suzhou-Style Qipao



- 1 Characterized by exquisite beauty.
- 2 The embroidery patterns are rich.
- 3 The embroidery work is delicate and the color is elegant and clean.

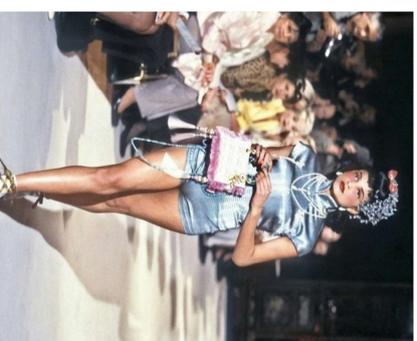
Modern Qipao Styles

Many designer brands sometimes will mix the Chinese elements in their clothing.

And these four are my most favorite fashion shows.

CHRISTIAN DIOR Fall 1997 Paris	YSL Rive Gauche Autumn/Winter 2004
Louis Vuitton Spring 2011	Prada Spring 2017

CHRISTIAN DIOR Fall 1997 Paris



- The clothing was incorporated Chinese qipao elements.
- Retaining the mandarin collar design, and incorporating decorations.

YSL Rive Gauche Autumn/Winter 2004



- Various bright imitation qipao-style satin suits with stand-up collar and shoulder pads are used to show the extremely luxurious and beautiful Chinese style.

Louis Vuitton Spring 2011



- The designer used Chinese Qing Dynasty clothing.
- The single-slit qipao to the waist, the stand-up collar, and the long jacket are all decomposed and reconstructed by vertical cutting.

Prada Spring 2017



- The classic slanted lapel, cloud pankou and the stand-up collar are integrated into the design.
- And the patterns are more modern plaids and prints, which become more fashionable and modern, while retaining the unique Chinese charm



podcast

傳播，行銷，推廣



新型自媒體

空中播客；podcast



自媒體

自媒體

為何人需要自媒體

為何使用自媒體

為何我需要自媒體

自媒體將成為未來趨勢？

我的動機



大數據 到底誰才是大數據

。未來時代的趨勢

。傳達自己的想法

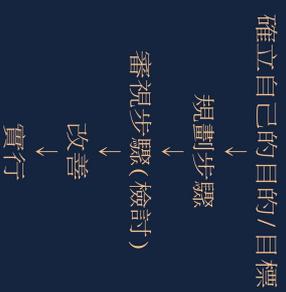
。影響……？

我心有所愛，不忍世界傾敗

在文學中無法達成的事，總要用其他方法試試看！

成為一個有影響力的人？

製作！



我的製作步驟

1. 選擇主題(方向，大致中心思想)
2. 了解主題內容(找資料，自己實驗)
3. 寫腳本(要呈現的內容)
4. 實際錄音(使用軟體，後製修音)
5. 放上串流平台(了解使用條款，如何將作品上架)



4. 實際錄音(使用軟體，後製修音)

為了安靜的環境在家製作，但錄完卻聽得自己的聲音，好難聽

5. 放上串流平台(了解使用條款，如何將作品上架)

已經架設完成(缺封面頭貼)

我想製作自媒體！

要怎麼開始？

先找出自己使用自媒體的目的
選擇最合適的平台



我的製作步驟

實際操作的結果？

1. 選擇主題(方向，大致中心思想)
我感興趣的所有事物、議題(從自我延伸)
2. 了解主題內容(找資料，自己實驗)
這就只是乖乖爬文章了
3. 寫腳本(要呈現的內容)
因為第一次寫腳本的關係，佔用了大部分的自主學習時間。

我遇到的困難 們

- ◇教室的環境不夠安靜
- ◇時間安排太過草率
- ◇腳本寫到卡住
- ◇錄音軟體不會用
- ◇該如何上架？
- ◇討厭自己的聲音



我遇到的困難 們
如何解決？

◇教室的環境不夠安靜

脚本還可以在教室打，但錄音必須回家找完全安靜的時間，要快速錄完

◇時間安排太過草率

很常撞期段考/活動，需要另外找時間處理每個禮拜的進度，時常因為太多事情(拖進程)而延誤

◇脚本寫到卡住

重新看資料，先暫時放下，參考其他前輩的podcast節目，看詩集

成果

第一集的第N次錄音結束
還有修音，剪輯等製程

待連假時放上 apple podcast

屆時會在我自己的ig貼上連結，歡迎收聽！

下學期的實況轉播

錄了全新的第一集(全新主題 Ado！)

待我開心的時候上架
(翻譯：等我剪輯)

正在找尋協助幫忙繪製頻道頭貼跟封面
(小的美術才能欠佳)

我在寫第二集的脚本了啦……

我遇到的困難 們
如何解決？

◇錄音軟體不會用

上網找教學影片，爬文找資料

◇該如何上架？

一開始什麼都不知道……
找資料、了解各平台規範、製作RSS、註冊

◇討厭自己的聲音

這個我不知道怎麼解決

以上，都是上學期做的事

最後最後，上學期的結果……

錄完了第一集的音檔，卻遲遲因自己自卑而不想將單集放上平台……
一查才發現我的主題跟其他頻道雷同了……(而且我講的 隨差；；)

下學期的目標！

重新設立頻道主題
重新發想題目
關注在自身相關的事情介紹
多聽點其他前輩的podcast
預定時間上架
至少每個月持續更新！

謝謝聆聽！

謝謝你的駐足！



如何找到我 ↓
FB：謝欣雅
IG：@sita_on_galaxy
頻道： 鹽焗雞樂

也可以上學校的自主學習專區，去看看其他實作的案例唷

狂賀 本校109年度國中會考成績表現超強!

302廖子瑩、312楊守慈、319楊軒智榮獲5A10+

5A 共50人
作文滿級6級分 共3人

學校簡介 行政單位 教學/相簿 E化管理專區 II 科技與數位學習 校務章則 回首頁 Cisco WebEx

行政專區 學生專區

國高中新生專區
應屆國高三專區
防疫因應專區

狂賀!!! 本校男籃連續... 中區唯一!!!
狂賀! 本校盧承好同學... 系!

焦點要聞 活動新聞 招生-入學 獎助學金

本校... 自主學習專區(另開啟新視窗)

【國... 考量·原訂日期取消
110... 加深廣選修課程志...
高二... 更多

消息公佈欄 News & Events

時間	類別	內容	點閱
08/04	【公告】	110學年度高中體育班續招簡章公...	HOT 81
08/04	【公告】	110學年度高中部新生班級公告	HOT 1196
08/02	【校內】	110學年度教師辦公室位置圖0803	HOT 26
08/02	【校內】	110學年校園場館登記表110.08.02	HOT 4
07/30	【會議...】	公告本校109學年度第2學期110....	HOT 67

東山 東山數位學習網影音 Video Show

6

東山高中cisco webex軟體教學(學生端加入)



校內流程

1. 自主學習課程說明
2. 調查特殊性質
3. 教務處進行編班作業
4. 學生規劃自主學習課程計畫
 - (1) 確立學習目標
 - (2) 確定學習內容和進度
 - (3) 選擇學習方法和工具、資源
5. 指導教師審核計畫
6. 審核通過後，開始著手
 - (1) 自主學習計畫經審核完成後，學生需進行為期18週之自主學習
 - (2) 學生須依計畫確實執行並依執行進度與困境與指導老師進行討論
 - (3) 學生須依計畫進行自我檢核、確實紀錄並將相關成果上傳至學生學習歷程平台
7. 進行成果發表



臺中市立東山高級中學學生自主學習實施規範

一、依據

- (一) 《十二年國民基本教育課程綱要總綱》。
- (二) 教育部頒《高級中等學校課程規劃及實施要點》。

二、目的

- (一) 為發揮學生「自發」規劃學習內容精神。
- (二) 確保「學生自主學習」精神的保障與作法之可行。
- (三) 發展本校學生學習特色和銜接學生升學進路。

三、原則

- (一) 本校配合課綱推動，高一、高二學習階段每學期每週均安排學生自主學習節數2節，超過總綱規範修業年限期間之最低實施時數。高三部分依據本校總體課程計畫之彈性學習時間規劃辦理。
- (二) 本校學生自主學習得搭配學習成果報告或展示，依所規劃之自主學習計畫，以學期或學年度為單位，公開學習成果、檢核相關績效。

四、輔導管理

- (一) 本校安排師長輔導學生規劃自主學習計畫，並得安排師長督導自主學習事宜，相關師長得核實計之鐘點。
- (二) 學生自主學習之出缺勤管理、教室管理以及作息時間，均比照一般課程。
- (三) 本校學生自主學習計畫訂有統一格式，如附件，包括學習的主題、內容、進度、方式及所需資源或設備等，每學期依指定時間回報。
- (四) 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。
- (五) 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，由主貴處室集中輔導，並依校內規定處理。

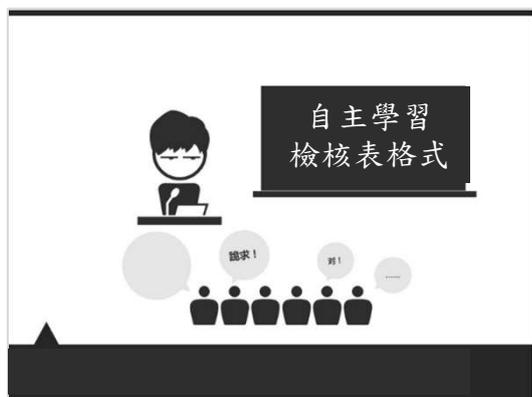
五、自主學習依據課綱相關規定不列計學分。

六、本規範經課程發展委員會討論通過後實施，修正時亦同。



自主學習計畫書

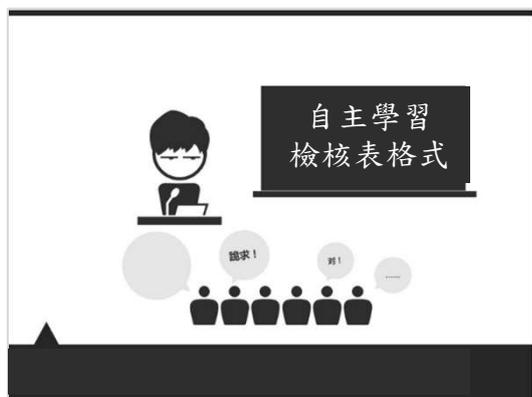
姓名		年級 班級		人數	
計畫主題		實施 期程	年 月 至 年 月		
學習目標： 學習方式：				設備需求：	
預期進度(依週次)	自主學習綱要(相關設備需求須分週列入學習內容中)				
1				11	
2				12	
3				13	
4				14	
5				15	
6				16	
7				17	
8				18	
9				19	
10				20	期末總結暨成果發表
家長 簽名				指導老師 簽名	



臺中市立東山高中 學年度第 學期自主學習檢核表

班級： 座號： 姓名：

學習主題：			自我檢核		審核 教師 簽章
對應學群：					
預定學習進度			勾選自評狀況	自評文字敘述	
週次	日期	具體進度			
1			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
2			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
3			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
4			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
5			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
6			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
7			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
8			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
9			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
10			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
11			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
12			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
13			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		



預定學習進度			自我檢核		審核 教師 簽章
週次	日期	具體進度	勾選自評狀況	自評文字敘述	
14			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
15			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
16			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
17			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
18			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
19			<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
20		期末總結暨成果發表	<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		
21		期末考	<input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 未完成		

● 自主學習的期末心得

臺中市立東山高級中學110學年度教室配置圖

E棟大樓

五樓	教師室 8-E54	405-E53	406-E52	103-E51
四樓	視障教室-E44	407-E43	408-E42	319-E41
三樓	資源教室-E34	生物實驗室-E33	102-E31	
二樓	資源教室-E24	物理實驗室-E23	105-E22	
一樓	教官室-E14	化學實驗室-E13	104-E11	

F棟大樓

五樓	404	608	604	508	504
四樓	F51	F41	F31	F21	F11
三樓	403	607	603	507	503
二樓	F52	F42	F32	F22	F12
一樓	402	606	602	506	502
	F53	F43	F33	F23	F13
	401	605	601	505	501
	F54	F44	F34	F24	F14

A棟大樓

五樓	國際語言情境教室-A51	五樓走廊	英語教室-A52	電梯A	教師會-A53
四樓	社團 1-A54	高中教師室-A41	四樓走廊	電梯A	教研室-A43
三樓	話商 2-A44	321-A42	團語室	輔導處-A32	教務處-A31
二樓	話商 1-A34	適性心理測驗評估中心-A35	三樓走廊	320-A22	校長室-A21
一樓	樂器室-A24	二樓走廊	陽台	會計室-A15	午餐辦公室
	校友會館	一樓走廊	穿堂	人事室-A12	總務處-A11
	交服室-A14	AED	印圖室-A13		

D棟大樓

五樓	214-D51	215-D52	216-D53
四樓	電腦教室 1-D41	電腦教室 2-D42	
三樓	生物實驗室-D32	理化實驗室-D33	
二樓	108-D21	109-D22	110-D23
一樓	101-D11	221-D12	烹飪教室-D13

B棟大樓

五樓	213	206	117	107	822	822	廁所	廁所	廁所	廁所
四樓	B52	B42	B32	B22	B11		家長會			
三樓	212	205	116	106			學務處			
二樓	B51	B41	B31	B21	B11					
一樓										

C棟大樓

三樓	西餐廳
二樓	午餐廚房
一樓	午餐廚房

五樓	202	113	119	209	218
四樓	C15	C25	C35	C45	C55
三樓	203	114	120	210	219
二樓	C16	C26	C36	C46	C56
一樓	204	115	121	211	220
	C17	C27	C37	C47	C57

五樓	思源館 AED	410	專藝廳	濱江廳
----	---------	-----	-----	-----

警衛室

景賢六路

東山高中大門



五樓	籃球運動中心	510	609	509
二樓	技藝教室	610	技藝教室	

V棟大樓

六樓	317-V61	音樂教室-V63
五樓	318-V62	音樂教室-V53
四樓	315-V52	表藝教室-V43
三樓	314-V42	教師室-V43
二樓	313-V41	311-V32
一樓	312-V31	310-V33
	305-V21	309-V34
	306-V22	307-V23
	303-V12	308-V24
	304-V11	302-V13
		301-V14

空橋往V棟大樓

空橋往C棟大樓



臺中市立東山高中
歡迎你(妳)的加入

