

日期：\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日 班級：\_\_\_\_\_姓名：\_\_\_\_\_

## 秀水國中三階段「自主學習」學習單【第一階段】

1. 設定目標：大目標 段考全校名次\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

2. 預期完成日期：

3. 預期成績：

總分\_\_\_\_\_國\_\_\_\_\_英\_\_\_\_\_數\_\_\_\_\_自\_\_\_\_\_社\_\_\_\_\_ /總分\_\_\_\_\_國\_\_\_\_\_英\_\_\_\_\_數\_\_\_\_\_自\_\_\_\_\_社\_\_\_\_\_

4. 個人優缺點分析及預計使用策略(如何達成目標)SWOTS

S	
W	
O	S
T	

5. 依策略將大目標分成數個小目標：(請分項細列)

小 目 標	內 容	預 計 完 成 日 期	備 註

6. 見證人簽名：

# 秀水國中三階段「自主學習」學習單【第三階段】

## 1. 自我評估：

小目標是否達到標準(日期未達成少於二分之一)：是 否

完成老師指定測驗前，請預估是否達到預期成績：是 否

完成老師指定測驗後，是否達到預期成績：是 否

預估：總分\_\_\_\_\_國\_\_\_\_\_英\_\_\_\_\_數\_\_\_\_\_自\_\_\_\_\_社\_\_\_\_\_

測驗：總分\_\_\_\_\_國\_\_\_\_\_英\_\_\_\_\_數\_\_\_\_\_自\_\_\_\_\_社\_\_\_\_\_

## 2. 若未達成目標，請進行原因分析，如果完成，想想看怎樣讓自己更好。

歸因

內在\_個人

外在\_環境

## 3. 請依據上一題的分析，提出改進策略或精進措施

內在歸因\_策略

外在歸因\_策略

## 4. 請執行改進策略並再次複習，達成目標後再進行下一單元。

## 秀水國中三階段「自主學習」學習單【第二階段】

日 期	學 習 內 容	進 度	使 用 時 間	是 否 達 成	運 用 策 略	即 時 回 饋
					<input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> T	微 小 改 進
		<input type="checkbox"/> 學習影片 <input type="checkbox"/> 自我練習 <input type="checkbox"/> 錯題檢討 <input type="checkbox"/> 其他		<input type="checkbox"/> 提早 <input type="checkbox"/> 如期 <input type="checkbox"/> 延後	<input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> T	
		<input type="checkbox"/> 學習影片 <input type="checkbox"/> 自我練習 <input type="checkbox"/> 錯題檢討 <input type="checkbox"/> 其他		<input type="checkbox"/> 提早 <input type="checkbox"/> 如期 <input type="checkbox"/> 延後	<input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> T	
		<input type="checkbox"/> 學習影片 <input type="checkbox"/> 自我練習 <input type="checkbox"/> 錯題檢討 <input type="checkbox"/> 其他		<input type="checkbox"/> 提早 <input type="checkbox"/> 如期 <input type="checkbox"/> 延後	<input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> T	
		<input type="checkbox"/> 學習影片 <input type="checkbox"/> 自我練習 <input type="checkbox"/> 錯題檢討 <input type="checkbox"/> 其他		<input type="checkbox"/> 提早 <input type="checkbox"/> 如期 <input type="checkbox"/> 延後	<input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> T	
		<input type="checkbox"/> 學習影片 <input type="checkbox"/> 自我練習 <input type="checkbox"/> 錯題檢討 <input type="checkbox"/> 其他		<input type="checkbox"/> 提早 <input type="checkbox"/> 如期 <input type="checkbox"/> 延後	<input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> T	
		<input type="checkbox"/> 學習影片 <input type="checkbox"/> 自我練習 <input type="checkbox"/> 錯題檢討 <input type="checkbox"/> 其他		<input type="checkbox"/> 提早 <input type="checkbox"/> 如期 <input type="checkbox"/> 延後	<input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> T	

S：搜尋找答案(人、書、網路)

M：監控：測驗、自我練習

A：組織：筆記、摘要

R：複習：回想、提問

T：轉化：自己的想法

## 秀水國中三階段「自主學習」學習單【第二階段】

日 期	學 習 內 容	進 度	使 用 時 間	是 否 達 成	運 用 策 略	即 時 回 饋
					<input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> T	微 小 改 進
		<input type="checkbox"/> 學習影片 <input type="checkbox"/> 自我練習 <input type="checkbox"/> 錯題檢討 <input type="checkbox"/> 其他		<input type="checkbox"/> 提早 <input type="checkbox"/> 如期 <input type="checkbox"/> 延後	<input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> T	
		<input type="checkbox"/> 學習影片 <input type="checkbox"/> 自我練習 <input type="checkbox"/> 錯題檢討 <input type="checkbox"/> 其他		<input type="checkbox"/> 提早 <input type="checkbox"/> 如期 <input type="checkbox"/> 延後	<input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> T	
		<input type="checkbox"/> 學習影片 <input type="checkbox"/> 自我練習 <input type="checkbox"/> 錯題檢討 <input type="checkbox"/> 其他		<input type="checkbox"/> 提早 <input type="checkbox"/> 如期 <input type="checkbox"/> 延後	<input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> T	
		<input type="checkbox"/> 學習影片 <input type="checkbox"/> 自我練習 <input type="checkbox"/> 錯題檢討 <input type="checkbox"/> 其他		<input type="checkbox"/> 提早 <input type="checkbox"/> 如期 <input type="checkbox"/> 延後	<input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> T	
		<input type="checkbox"/> 學習影片 <input type="checkbox"/> 自我練習 <input type="checkbox"/> 錯題檢討 <input type="checkbox"/> 其他		<input type="checkbox"/> 提早 <input type="checkbox"/> 如期 <input type="checkbox"/> 延後	<input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> T	
		<input type="checkbox"/> 學習影片 <input type="checkbox"/> 自我練習 <input type="checkbox"/> 錯題檢討 <input type="checkbox"/> 其他		<input type="checkbox"/> 提早 <input type="checkbox"/> 如期 <input type="checkbox"/> 延後	<input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> T	

S：搜尋找答案(人、書、網路)

M：監控：測驗、自我練習

A：組織：筆記、摘要

R：複習：回想、提問

T：轉化：自己的想法