

自主學習計畫與成果

臺中市立西苑高中**109**學年度

計畫名稱:

計畫執行者:



壹、自主學習計畫書



西苑高中 109 學年度第二學期學生自主學習計畫申請表

(110.02 高一)

班級/座號		申請人姓名		指導教師		(無則免填)
計畫名稱						
其他自學時間或說明	(例如：所搭配之其他時間，無則免填)					
學習目標	(擬完成之學習項目 + 擬提升之相關知能)					
內容簡述	(為了達成目標所選擇的過程與方法)					
預期成果呈現方式	(打字、手寫、截圖、拍照、影音等) (預定頁數、字數或格式)					
成果發表形式	靜態(<input type="checkbox"/> 線上 <input type="checkbox"/> 實體展) <input type="checkbox"/> 動態(成發會) <input type="checkbox"/> 其他_____					
週次	日期	內容與方式(週計畫預定進度)			備註	時數
1		本學期自主學習計畫編寫(預備週)			3/01 和平紀念日補假	
2						
3						
4						
5					3/31~4/01 段考	

6		第一次期中檢核	4/02~4/05 春假	
7				
8				
9				
10				
11				
12		第二次期中檢核	5/18~5/19 段考	
13				
14				
15				
16			6/14 端午節放假	
17		期末檢核、成果彙整		
18		成果彙整與上傳	6/30~7/02 期末考	

初審結果：通過 請修訂（意見：_____）

複審結果：通過 請修訂（意見：_____）

申請人(學生) 簽名		監護人(家長) 同意簽名		導師(指導教師) 初審簽名		複審	
---------------	--	-----------------	--	------------------	--	----	--



貳、期中檢核表



臺中市立西苑高中學生自主學習期中自我檢核表

(110.2)

班級： 座號： 姓名：

週次	日期	我的計畫內容	這節課實際做了什麼	這節課做得滿意的部分或遭遇的問題 (選擇並完成例句以進行反思)	自己評分 (1-10分)
1	3/1	全學期學習計畫編寫	填寫完成 90%的計畫內容	這節課我學到什麼能力、知識或態度？ 我在哪些部分可以繼續努力？ 我遇到哪些問題或困難？如何面對或處理？	7
2					
3					
4					
5					
6		第一次期中檢核			
7					
8					
9					

週次	日期	我的計畫內容	這節課實際做了什麼	這節課做得滿意的部分或遭遇的問題 (選擇並完成例句以進行反思)	自己評分 (1-10分)
10					
11					
12		第二次期中檢核			
13					
14					
15					
16					
17		期末檢核、成果彙整			
18		成果彙整與上傳			
這學期自主學習 我做了什麼？學 到什麼？					
經過這學期自主 學習，下學期我 有何預定計畫？					

叁、期末檢核表



臺中市西苑高級中學學生自主學習計畫期末自我檢核表

110.06

計畫名稱	(109 學年度第二學期)			
班級/座號	申請人姓名	指導教師/導師 簽章		
WHY(目標)	動機： 計畫對應學科、領域或學群：			
HOW (過程與方法)	我如何完成這學期的自主學習計畫？(過程、方法、資料、工具、資源……) 1. 2. 3.			
WHAT (成果)	我學到了什麼？ 1. 關於學習技巧： 2. 關於內容與專業知識：			
佐證資料 (請勾選)	<input type="checkbox"/> 計畫申請書 <input type="checkbox"/> 照片/截圖或影音成果	<input type="checkbox"/> 週檢核表 <input type="checkbox"/> PPT/WORD 成果	<input type="checkbox"/> 期末自我檢核表 <input type="checkbox"/> 其他(請寫出)：	<input type="checkbox"/> 手寫/打字筆記
本計畫與其他 學期自主學習 計畫之關聯	<input type="checkbox"/> 沒有關聯 <input type="checkbox"/> 說明(請寫出)：	<input type="checkbox"/> 學科/領域/學群相同	<input type="checkbox"/> 計畫間有延續性	

肆、自主學習成果

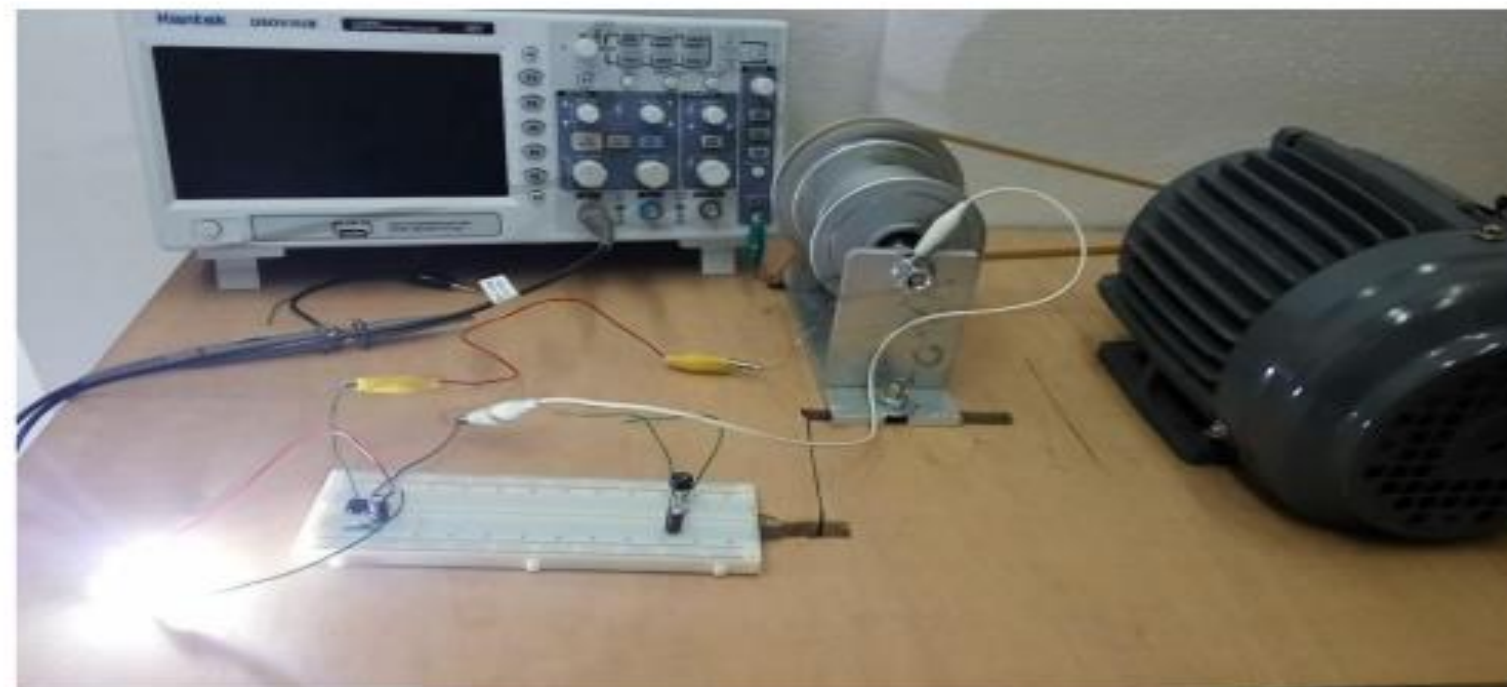


成果呈現方式建議

(一)成品照片與輔助說明



花鼓與驅動設備頂視圖



使用改良後的發電花鼓，產生3V 電壓，讓3V1W LED 燈發亮

(二)作品掃描或照片(建議略作說明)

代針筆練習



(三)電子檔文書資料(含小論文、網路讀書會)轉PDF 下載 (建議逐頁放入)

一、遺傳因素

(一) 染色體

根據分子生物研究，認為有三個基因跟 ADHD 有關。

1、第三對染色體上的甲狀腺倍它接受器基因(thyroid-receptor-bate-gene)的突變，造成

2、多巴胺轉移基因用的地方。

3、染色體上特定的會重複 7 次。

4、多巴胺能神經傳

5、去甲腎上腺素系

6、血清素系統：5-HT

7、神經傳遞和神經元可塑性：SNAP25，CHRNA4，NMDA，BDNF，NGF，NTF3，NTF4/5，GDNF。影響大腦。

(二) 影響原因

1、環境毒素

2、藥物

3、食物

(三) 染色體狀況

(四) 造成結果

二、成人缺陷過動症與兒童缺陷過動症(ADHD)的差異

	兒童	成人
成因	環境、腦部疾病、突變	兒童時期的症狀延續
核心	過動(坐不住、亂跑)	過動(內在不安全感、焦躁)
症狀	衝動、注意力不足	

<https://www.leaderkid.com.tw/2014/10/04/注意力缺陷過動症/>

(三) 染色體狀況

←

(四) 造成結果

←

←

二、成人缺陷過動症與兒童缺陷過動症(ADHD)的差異

←

	兒童	成人
成因	環境、腦部疾病、突變	兒童時期的症狀延續
核心 症狀	過動(坐不住、亂跑)	過動(內在不安全感、焦躁)
	衝動、注意力不足	

<https://www.leaderkid.com.tw/2014/10/04/注意力缺陷過動症/>

←

(四)手寫筆記掃描或照片(建議逐頁放入)

士族(門閥政治)形成
 上品無寒門,下品無士族
 行政體制: 門第教育, 重家庭倫理, 君臣倫理

永嘉之亂後
 北方: 國姓, 鮮卑人政權(北魏孝文帝改革)
 郡姓, 永嘉之亂後留在北方的士族(為百到胡漢, 七郡名)
 北魏孝文帝漢化政策 → 胡漢融合
 南方: 僑姓, 南渡的中原士族(士族表層)(無土地附庸)
 吳姓, 江南本地的士族(米糧販賣)
 東晉士族政策 → 南北融合

士族特權
 士族任清官, 庶族任濁官
 免租稅徭役, 刑種特權, 門生, 家兵, 奴婢

士族瓦解
 隋-科舉
 唐太宗重農抑商政策
 唐末劉晏(實業之祖), 士族經濟解體 → 科舉
 宋-科舉, 社會階級消滅

賦稅制度
 (一) 租庸調法: 始於魏晉南北朝(貨幣制度並未廢除)
 沿用至隋唐
 (二) 兩稅法: 安史之亂(前) (戶籍不存)
 租, 調, 庸, 每兩稅法, 兩法結合
 以丁口課稅
 以實物為主, 不交錢, 錢穀 → 兩稅法

(三) 攤稅法: 唐-宋-元-明初
 量入為出(依實產課稅-公平)
 重-輕-重, 社會經濟為一, 以錢計(1119)
 土地私有 → 土地兼併, 貧富懸殊

(四) 一條鞭法: 明中葉
 張居正
 折銀兩錢
 免役 → 人力可自由發展 → 促進工商

(五) 清代
 康熙: 盛世, 永不加賦
 雍正: 攤丁入地, 取消了賦, 只有土地稅

家庭結構
 1. 高賦重法: 富有工商不分家, 以重賦稅 → 形成小家庭
 → 數國-秦漢
 → 魏文帝廢除高賦重法 → 魏晉南北朝-隋唐-大家庭
 → 唐律規定, 祖父, 父, 子, 孫, 不得別居
 2. 宋代: 重丁, 丁不必服役 → 丁戶分離, 口賦丁增

田制及農業
 商: 小農-小步
 殷人好酒 → 農業發達
 西周-井田制度: 土地公有
 公田, 私田
 春秋- (東) 土地自由買賣, 有地無主
 戰國- 土地私有, 交納法法
 牛耕, 鐵製農具, 商鞅變法, 休軍功授地, 鼓勵開墾荒地, 允許自由買賣
 水利工程: 李冰四川都江堰, 鄭國渠
 秦漢: 土地私有, 兼併嚴重
 漢武帝時重農抑商建議「限田令」
 王莽-王田, 不得買賣

地稅
 田賦: 井田制
 土地公有, 私有時折衷辦法 → 防止兼併
 公田: 不可買賣, 死後還田
 私田: 作為分業, 可以買賣
 北魏-北齊-北周-隋唐初

隋唐: 唐-口分田
 小業田
 安史之亂前, 戶籍嚴密, 均田制和庸調法施行 → 兩稅制度, 土地兼併

宋: 均田(江-湖-漢) 耕田(五陸-耕地)
 封建早稅(田賦) (田賦 become 轉賣作田) (1119)
 南宋: 不常賦天下
 轉賣田地, 田賦 (明代才普及)



(五)影音作品螢幕列印與說明(建議附上QR code)

YouTube™

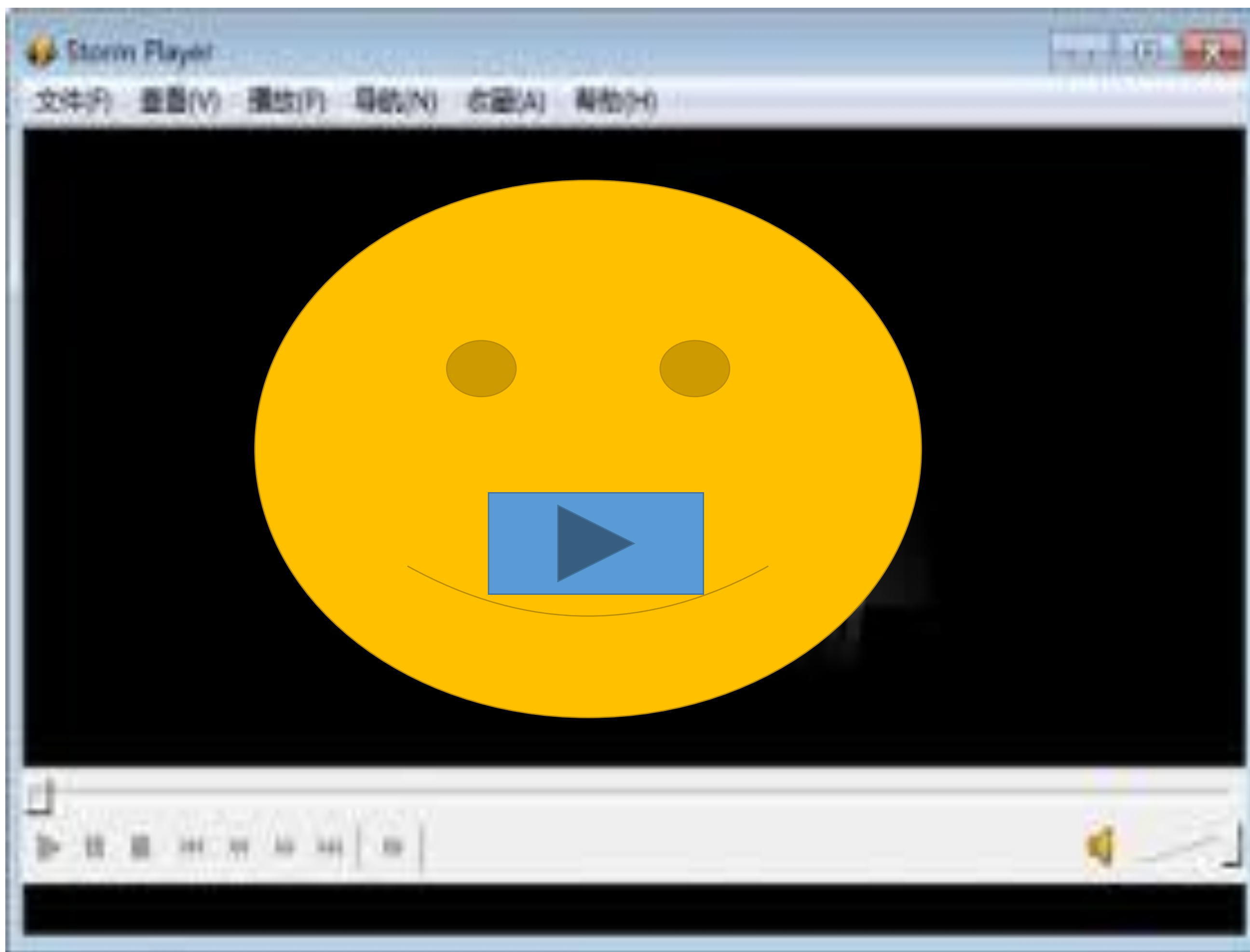
搜尋



508小論文花絮
不公開



(六)語文練習錄音檔



(七)PPT作品(建議逐頁放置)

真的愛不是只靠感覺
是我們的選擇

這是一篇關於愛與選擇的文章，探討了愛不僅是感覺，更是選擇。文章引用了電影《The Love and Other Drugs》作為例證，並強調了愛在人生中的重要性。

愛不是單方面的索取，而是雙方的需求。愛不是單方面的付出，而是兩人的共同選擇。愛不是單方面的犧牲，而是雙方的共同成長。愛不是單方面的佔有，而是雙方的共同分享。愛不是單方面的控制，而是雙方的共同尊重。愛不是單方面的忽視，而是雙方的共同關注。愛不是單方面的冷漠，而是雙方的共同溫暖。愛不是單方面的疏離，而是雙方的共同靠近。愛不是單方面的逃避，而是雙方的共同面對。愛不是單方面的逃避，而是雙方的共同面對。愛不是單方面的逃避，而是雙方的共同面對。

愛不是單方面的索取，而是雙方的需求。愛不是單方面的付出，而是兩人的共同選擇。愛不是單方面的犧牲，而是雙方的共同成長。愛不是單方面的佔有，而是雙方的共同分享。愛不是單方面的控制，而是雙方的共同尊重。愛不是單方面的忽視，而是雙方的共同關注。愛不是單方面的冷漠，而是雙方的共同溫暖。愛不是單方面的疏離，而是雙方的共同靠近。愛不是單方面的逃避，而是雙方的共同面對。愛不是單方面的逃避，而是雙方的共同面對。愛不是單方面的逃避，而是雙方的共同面對。

愛不是單方面的索取，而是雙方的需求。愛不是單方面的付出，而是兩人的共同選擇。愛不是單方面的犧牲，而是雙方的共同成長。愛不是單方面的佔有，而是雙方的共同分享。愛不是單方面的控制，而是雙方的共同尊重。愛不是單方面的忽視，而是雙方的共同關注。愛不是單方面的冷漠，而是雙方的共同溫暖。愛不是單方面的疏離，而是雙方的共同靠近。愛不是單方面的逃避，而是雙方的共同面對。愛不是單方面的逃避，而是雙方的共同面對。愛不是單方面的逃避，而是雙方的共同面對。



☆ (八)問卷下載或螢幕列印(建議放入問卷結果與分析)

成年人注意力集中狀況問卷

敬啟者:
 您好!我們是台中市西苑高中的學生,目前正在撰寫一份探討「成年人注意力集中狀況」的小論文。由於量化與質性分析的需要,設計了這份問卷,希望能得到您寶貴的經驗作為我們研究的依據。問卷資料僅就做統計分析之用,不會用於其他非學術用途。懇請 您能協助回答以下問題,並感謝您能撥冗填寫本問卷。敬祝 安康
 研究學生:徐昭華 張浩恩 廖詳郁
 指導老師:胡迪珪

性別 *

- 男
- 女

年齡 *

- 1-17歲
- 18歲(含18歲)以上

問卷項目

以下列的問題,請您以過去六個月中的感受與行為,評量自己每項準則的表現。

1. 性別					
次數	百分比	有效百分比	累積百分比	性別	百分比
537	47.3	47.3	47.3	男	47.3
598	52.7	52.7	100.0	女	52.7
1135	100.0	100.0		總計	

2. 戶籍所在地					
次數	百分比	有效百分比	累積百分比	戶籍所在	百分比
60	5.3	5.3	5.3	新北市	5.3
65	5.7	5.7	11.0	台北市	5.7
17	1.5	1.5	12.5	桃園市	1.5
707	62.2	62.2	74.7	台中市	62.2
23	2.0	2.0	76.8	台南市	2.0
29	2.6	2.6	79.3	高雄市	2.6
22	1.9	1.9	81.3	苗栗縣	1.9
81	7.1	7.1	88.4	彰化縣	7.1
95	8.2	8.2	96.6	南投縣	8.2
21	1.8	1.8	98.4	雲林縣	1.8
18	1.6	1.6	100.0	其他縣市	1.8
1136	100.0	100.0		總計	1.6

3. 城、山海屯區					
次數	百分比	有效百分比	累積百分比	城、山海屯區	百分比
423	37.2	37.2	37.2	中區	37.2%
383	33.7	33.7	71.0	山區	33.7%
132	11.6	11.6	82.6	海區	11.6%
80	7.0	7.0	89.6	屯區	7.0%