

110學年度 自主學習計畫說明



教務處教學組
110/08/31

自主學習

- 1、依據：

國立花蓮女子高級中學學生自主學習活動
實施規範

- 2、運用彈性學習時間進行自主學習
- 3、上課前記得先刷卡(學生證)

按照本校「學生請假規則」辦理請假事宜。

自主學習

1

選擇學習
主題方法

2

撰寫計畫→
修改→執行

3

心得
成果發表

彈性學習時間

【地點】

1. 原班教室
2. 圖書館
3. 操場
4. 其他-

需有老師陪同

花蓮女中 110 學年度第一學期課表

			一↺	二↺	三↺	四↺	五↺
上	一	08:10.. 09:00..	↺	↺	↺	↺	↺
			↻	↻	↻	↻	↻
	二	09:10.. 10:00..	↺	↺	↺	↺	↺
			↻	↻	↻	↻	↻
	三	10:10.. 11:00..	↺	↺	↺	↺	彈性學 習時間
			↻	↻	↻	↻	高三(社)↻
	四	11:10.. 12:00..	↺	↺	↺	↺	彈性學 習時間
			↻	↻	↻	↻	高三(社)↻
午 餐 休 息							
下	五	13:10.. 14:00..	↺	↺	↺	↺	↺
			↻	↻	↻	↻	↻
	六	14:10.. 15:00..	彈性學 習時間	↺	↺	↺	彈性學 習時間↺
			高一高二↻	↻	↻	↻	高三(自)↻
	七	15:10.. 16:00..	彈性學 習時間	↺	↺	↺	彈性學 習時間↺
			高一高二↻	↻	↻	↻	高三(自)↻
	八	16:10.. 17:00..	↺	↺	↺	↺	↺
			↻	↻	↻	↻	↻

自主學習

高一

高二

高三

自主學習

微課程(六週)

充補

自主學習 9月重要時程

1

【學生】
撰寫計畫
送出

14

【小組】
初 審

18

【學生】
修改計畫

22

【小組】
複 審

27

- ✓ 自主學習計畫開始
- ✓ 第1次微課程
- ✓ 撰寫心得

高一

[週次] 行事曆

- [1] 開學準備週
- [2] 彈性學習及學習歷程說明
- [4] 中秋連假
- [7] 10/11補假
- [13] 學習歷程上機操作
- [17] 課程說明會
- [21] 第3次定期考試

★高一學生必須填寫
15週的課程內容
(+[2] 9/11補9/20)

高二

[週次] 行事曆

- [1] 開學準備週
- [2] 自主學習計畫撰寫
- [4] 中秋連假
- [7] 10/11補假
- [13] 課程說明會
- [21] 第3次定期考試

★高二學生必須填寫
17週的課程內容

高三

[週次] 行事曆

- [1] 高三大考中心試辦考試暨期初考
- [8] (三)課程說明會、高中英聽測驗1
- [11] 11/11-12全校運動會
- [15] 高中英聽測驗2
- [18] 12/31補休
- [21] 1/20休業式

★高三學生必須填寫
17週的課程內容

彈性學習平台



彈性學習平台
iLearning System

【帳號密碼】
學 生：預設學號

登入

150302 花蓮女中 ▼

帳號：

輸入...

密碼：

輸入...

驗證碼：

輸入...

A5LY

(點擊圖片可更換驗證碼，英文字不分大小寫)

登入

<https://web.jhenggao.com/iLearning/>



彈性學習平台 線上操作說明

不懂就问



- 圖片來源
- <https://m.wodingwang.com/gonglue/73.html>

www.hlgs.hlc.edu.tw

pemis.k12ea.gov.tw

收件匣 (655) - group02@gms.h

彈性學習平台

+

web.jhenggao.com/iLearning/Login.aspx



彈性學習平台
iLearning System

登入

150302 花蓮女中 ▾

帳號：

019999

密碼：

.....

驗證碼：

9BFU



(點擊圖片可更換驗證碼，英文字不分大小寫)

登入

公佈欄

彈性學習申請

彈性學習審查

列印表單

學習心得

學生端操作手冊

修改密碼

彈性學習申請

資料儲存

申請人	賈寶玉	年級班級座號	其他 1 年 12 班 1 號
申請學期	11001 (使用中學期) ▾	申請時數	3
計畫名稱*	人工智慧		
學群*	資訊 - 資訊 ▾		
跨學群名稱	「學群」欄位，選擇「其他」才需填寫...(20字以內)		
自主學習內容概述*	1.到圖書館尋找計算機概論的相關書籍 2.參加程式語言的線上課程或觀看教學影片 3.請教學校老師如何學習寫PHP		
預期效益*	1.具備計算機概論的基礎知識 2.寫出兩個小程式 3.能夠自行組裝一台電腦		
上述已和家長討論*	☒ 是 ☐ 否		
成果展示*	☒ 同意於校內學習平台提供自主學習成果與資料給其他同學參考 ☐ 不同意於校內學習平台提供自主學習成果與資料給其他同學參考		

▲ 註記 * 符號表示該欄位「必填」，完成填寫才可「送審」

週次	星期	節次	屬性	課程	學習內容	場地	群組
1	一	第六節			開學準備週		
1	一	第七節			開學準備週		
2	一	第六節			高一彈性學習及學習歷程說明		
2	一	第七節			高一彈性學習及學習歷程說明		
2	六	第六節	自主學習		尋找和借閱 C 語言教學書籍	圖書館	
2	六	第七節	自主學習		觀看線上課程【AI 深度學習】新手入門應用篇	原班教室	



公佈欄

彈性學習申請

彈性學習審查

列印表單

學習心得

學生端操作手冊

修改密碼

成果展示*

- ☒ 同意於校內學習平台提供自主學習成果與資料給其他同學參考
☐ 不同意於校內學習平台提供自主學習成果與資料給其他同學參考

⚠ 註記 * 符號表示該欄位「必填」，完成填寫才可「送審」

週次	星期	節次計畫編寫	場地	群組
1	—			
1	—			
2	—			
2	—			
2	六		圖書館	
2	六		原班教室	
3	—			
3	—			
4	—			
4	—			
5	—		其他(需有老師陪同)	
5	—			

節次計畫編寫

時段 第 3 週 / 星期一 / 第六節

屬性* 尚未選擇 ▾

課程 尚未選擇 ▾

⚠ 請先設定「屬性」，屬性為「自主學習」時，可省略不選

學習內容 輸入...(200字以內)

⚠ 屬性為「自主學習」時，才需要填寫

場地 尚未選擇 ▾

⚠ 左側標題若出現 🔗 符號，則表示同「群組」資料會同步

✕ 取消

✓ 確定



公佈欄

彈性學習申請

彈性學習審查

列印表單

學習心得

學生端操作手冊

修改密碼

成果展示*

- ☒ 同意於校內學習平台提供自主學習成果與資料給其他同學參考
- ☐ 不同意於校內學習平台提供自主學習成果與資料給其他同學參考

⚠ 註記 * 符號表示該欄位「必填」，完成填寫才可「送審」

週次	星期	節次計畫編寫	清除	場地	群組
1	—				
1	—				
2	—				
2	—				
2	六			圖書館	
2	六			原班教室	
3	—				
3	—				
4	—				
4	—				
5	—			其他(需有老師陪同)	
5	—				

節次計畫編寫

清除

時段 第 2 週 / 星期六 / 第六節

屬性* 自主學習 ▾

課程

尚未選擇 ▾

⚠ 請先設定「屬性」，屬性為「自主學習」時，可省略不選

學習內容

尋找和借閱 C 語言教學書籍

⚠ 屬性為「自主學習」時，才需要填寫

場地

2 圖書館 ▾

⚠ 左側標題若出現 符號，則表示同「群組」資料會同步

✕ 取消

✓ 確定

- 📡 公佈欄
- 📄 彈性學習申請
- 📄 彈性學習審查
- 📄 列印表單
- 💬 學習心得
- 📖 學生端操作手冊
- 🔒 修改密碼

成果展示*

☒ 同意於校內學習平台提供自主學習成果與資料給其他同學參考

☐ 不同意於校內學習平台提供自主學習成果與資料給其他同學參考

⚠ 註記 * 符號表示該欄位「必填」，完成填寫才可「送審」

週次	星期	節次	屬性	課程	學習內容	場地	群組
1	一	第六節	開學準備週				
1	一	第七節	開學準備週				
2	一	第六節	高一彈性學習及學習歷程說明				
2	一	第七節	高一彈性學習及學習歷程說明				
2	六	第六節	自主學習		尋找和借閱 C 語言教學書籍	圖書館	
2	六	第七節	自主學習		觀看線上課程【AI 深度學習】新手入門應用篇	原班教室	
3	一	第六節	點擊此列填寫計畫				
3	一	第七節	點擊此列填寫計畫				
4	一	第六節	中秋連假(9/18~9/21)				
4	一	第七節	中秋連假(9/18~9/21)				
5	一	第六節	微課程	微程式工程師	認識程式語言	其他(需有老師陪同)	
5	一	第七節	點擊此列填寫計畫				

📁 資料儲存



公佈欄

彈性學習申請

彈性學習審查

列印表單

學習心得

學生端操作手冊

修改密碼

彈性學習審查

申請學期 *	11001 (使用中學期) ▼
審查狀態	未送出
審查結果	
送出申請	送出並等待審查 ⚠ 每週計畫必須填寫完畢，才可以送審

⚠ 請注意！「送出申請」後，不可再編輯自主

☑ 確認動作

※ 請注意！「送出申請」後，不可再編輯自主學習計畫，當「審查狀態」為「待修正」時，才可進行修改

確定要送出申請？

✕ 取消

✓ 確定



公佈欄

彈性學習申請

彈性學習審查

列印表單

學習心得

學生端操作手冊

修改密碼

列印表單

申請學期*	11001 (使用中學期) ▾	
自主學習「申請表」	列印	
自主學習「成果表」	列印	⚠ 每週的學習心得必須填寫完畢，才可以轉出
彈性學習「成果表」	列印	⚠ 每週的學習心得必須填寫完畢，才可以轉出



公佈欄

彈性學習申請

彈性學習審查

列印表單

學習心得

學生端操作手冊

修改密碼

學習心得

資料儲存

申請學期	11001 (使用中學期) ▾							
成果簡述	輸入...(1000字以內)							

週次	星期	節次	屬性	課程	自主學習內容	學習心得	超連結	場地
1	一	第六節	開學準備週					
1	一	第七節	開學準備週					
2	一	第六節	高一彈性學習及學習歷程說明					
2	一	第七節	高一彈性學習及學習歷程說明					
2	六	第六節	自主學習	自主學習	尋找和借閱 C 語言教學書籍	輸入...(100字以內)	貼上網址...	圖書館
2	六	第七節	自主學習	自主學習	觀看線上課程【AI 深度學習】新手入門應用篇	輸入...(100字以內)	貼上網址...	原班教室
3	一	第六節				輸入...(100字以內)	貼上網址...	
3	一	第七節				輸入...(100字以內)	貼上網址...	
4	一	第六節	中秋連假(9/18~9/21)					
4	一	第七節	中秋連假(9/18~9/21)					





國立
花蓮女子
高級中學

109學年
自主學習與學習歷程
靜態發表 **成果手冊**

教務處 教學組
製作
110年7月29日



適性就是菁英・創造全是贏家的學校・攜手邁向卓越

內頁（依作品筆畫排序）

1、APCS之自我培訓-陳依婕	1
2、三類課程延伸學習成果-賴紹藩	9
3、內外科基本護理觀後報告-王詠蘋	17
4、心・主見 HLGS CAMPUS TALK-江承穎、李昀沄、胡芝瑄、高詩庭、 李宜霖、戴可風	25
5、光年之外 探索系外行星/蔡芊寬、黃湘婷、黃蓉蓉	55
6、全球暖化的議題-黃琬筠	61
7、自主學習計畫執行心得分享-鄧佩林、曹靖	69
8、兒童藝術陪伴紀錄-李采蓉	71
9、兒童藝術陪伴紀錄-劉芝芸	79
10、食醫住行英文遊修課成果-卓宜勳	87
11、時代的淬煉-花蓮港市街和舊鐵道的過去與現在-鄭好欣、王羽瑄、 蔡易蓁、賴欣悅	97
12、真菌的繽紛與應用-羅敏毓	153
13、探討迪士尼公主電影中女性角色之變化及此類電影對大眾造成的 影響-王又求	157
14、教你畫構圖_動畫師必修 (Ewant)-張宜甯	175
15、創意繪本微課程課-吳宜穎	177
16、創意繪本微課程課-邱欣慧	187

17、創意繪本微課程課-潘穎恩	191
18、創意繪本微課程課-賴呈蓁	197
19、尋根：淺談客家文化與挖掘客家精神-鄧佩林、曹靖	203
20、程式設計概念-蔡蕙詠	239
21、程式設計實務自我學習 -以人工智慧為例-王昶諭	243
22、陽光對豆芽菜的影響-吳佳環	257
23、義大利高中交流報告-郭柏青、周宇婕、許芸瑄、林庭瑄、林楷芯、 黃千瑀、張童欣	267
24、豐田玉-黃芷柔 陳淨雅 周宇婕	293
25、機率下的 COVID-19 病毒的感染風險-黃琬筠	307