114年9月15日 第二十三期

# EdVenture
# 教育探索雙週報

## Self-Directed Learning

## 自主學習（中）
## 課堂操作篇

**教學當中，教師如何引導孩子進行自主學習？**

封面照片取自Freepik由jcomp提供

臺北市實驗教育創新發展中心 發行

# 教學當中，教師如何引導孩子進行自主學習？

# 自主學習（中）-課堂操作篇

# Self-Directed Learning

取自 Freepik 由 jcomp 提供

上一期我們介紹過自主學習的概念和導入教學當中的策略（請參閱教育探索雙週報第二十二期），那麼在課堂當中，教師要如何引導孩子實際進行自主學習呢？

隨著教育逐漸從傳統以教師為中心的教學模式，轉向強調以學習者為核心、並著重培養孩子 21 世紀關鍵能力的方向，教育工作者也開始更加重視孩子的自主性、靈活性與終身學習能力的養成，自主學習的概念在教育領域中也日漸受到重視（Botha A., du Toit-Brits C. & Blignaut, J. H., 2025）。Knowles（1975）將自主學習定義為「個人在有或無他人幫助的情況下，主動診斷個人的學習需要、制定學習目標、確定學習的人力和物質資源並選擇實施適當學習策略及評估學習成果的過程」，並指出若個人在學習歷程中展現出主動性，將會獲得更好的學習成果。而自主學習有益於個人對知識的深度理解，若能在課堂中引導孩子自主學習，可以為學生創造更有意義的學習體驗（Petro, 2017）。本期雙週報將為您介紹課堂中導入自主學習的步驟與實踐案例。

# 課堂中進行自主學習的 7 個步驟

要培養孩子進行自主學習，教師可以依照孩子的狀態和教學的需要進行調整，使孩子逐步適應自主學習的教學方法。在課堂中導入自主學習，可參考以下八個步驟進行：

**1.檢視孩子的學習慾望**

由於每位孩子的個性與學習習慣不同，這些特質可能會影響其參與自主學習的意願與程度。因此在規畫以學生為中心的自主學習計畫時，教師可嘗試先了解每個孩子對不同學科的學習動機，作為調整教學進度與內容難易度的參考依據。同時，也可以透過日常觀察，掌握學生目前的學習習慣，熟悉孩子對各科目的興趣以及個別的特質與優勢。當孩子在進行自主學習時，若能適時地鼓勵學生善用自己的專長來協助理解與應用，可助其提升學習的投入感與成就感，為後續的學習歷程帶來更多正向回饋。

**2.確立教育工作者及學生在自主學習當中各自的角色定位**

自主學習有別於傳統教育方法，因此教師角色在這樣的教學過程中也有所轉變。在自主學習的過程中，教師可能要重新思考自己在教學當中的定位，可參考以下幾點：

- **培養正向學習經驗**

  為了使孩子在自主學習中逐步掌握學習自主的概念，教師可引導孩子參與學習教材與內容的選擇，透過提供正向的自主學習經驗建立孩子在自主決定學習當中的自信。

- **提供適當的學習結構或工具輔助孩子學習**

  雖然自主學習強調孩子的自主性，但教師仍可藉由提供適當的學習結構或工具，例如學習單元規畫表、自評記錄卡，確保孩子在學習歷程中可充分發揮其潛力與專長，並了解自己學習進度，進行自我反思。

- **提供支援與輔助**

  當孩子需要時，教師可適當給予個人化的協助或引導，幫助孩子學習。

- **成為顧問而非指導者**

  為了培養孩子的自學能力，教師可以提供一些可選擇性遵守的學習指引，讓孩子自由選擇參考或使用。透過不具強制性的學習指引，可幫助孩子在自主學習初期建立基本的自學架構和步驟，並依照個人需要發展出個人化的學習路徑，使孩子可獲得必要的支持同時保有學習的主動權。

引導孩子進行自主學習的過程中，教師可適當提供個人化指引，支持孩子學習
取自 Freepik 由 DC Studio 提供

在自主學習當中，學生須承擔自我的學習責任，因此在自主學習的過程中，教師也可以引導孩子自己思考一些事：

- **明確自身學習目標**

  在開始進行獨立作業或學習專題前，孩子要為自己設定一項學習目標，並根據該項目標設定許多小目標，以幫助追蹤學習進度。

- **掌控自己的學習進度**

  隨著自主學習的程度發展，孩子也可以嘗試學習觀察自己是否有準時達成每一次的學習進度和目標。當孩子發現自己的學習進度落後時，教師可適時提供協助，陪伴孩子修正調整學習計畫，以跟上進度。

- **為自己的學習負責**

  教師可引導孩子學習自我激勵（Self-Motivated），當學生有強烈的學習慾望與動機時，更有可能針對學習的課題進行必要的研究並獨立完成作業，從而達成自己訂立的目標。

**3. 樹立自主學習的榜樣**

在引導學生自主學習前，教師可以為孩子示範期望學生在獨立學習時習得的學習技巧。以生物課海洋生物的學習主題為例，教師可以和孩子們討論，全班一起選擇一個核心主題，如黃貂魚的壽命。在自主學習中，孩子可根據自己的喜好進行學習，因此教師可向孩子展示多種學習管道，如何運用網路查找資料，如何在圖書館尋找出版的相關文獻或查閱課本、書籍當中的內容。

共同研究完成後，教師可提供孩子不同展示其學習成果的管道，如學習單、口頭報告、專題展示、影片、部落格專欄文章等等，將各自所學到的知識用自己喜歡的方式展現出來。而在教師向孩子展現各類學習技巧時，可適當給予孩子提問或發表意見的機會，以瞭解孩子是否真的習得了這些技巧的操作方法。

＊什麼是自我激勵（Self-Motivated）？

自我激勵是驅使個人實現目標的力量，可驅使個人採取行動以實現目標。自我激勵可分為不同的因素，內在動機、外在動機及責任感。內在動機指出於個人原因而受到激勵，這些原因會帶來滿足感和快樂，例如從事喜愛的工作而獲取成就感；外在動機是由個人無法控制的外部因素所提供的激勵，會刺激個人採取行動，如工作賺錢償還貸款；責任感是來自個人的道德與價值標準，例如為了不影響他人而做好自己的工作。在自主學習的過程中，教師可引導孩子正向思考，培養其積極樂觀的心態，或教導孩子追蹤自己學習進度的技巧，幫助其覺察自己的進步，從而保持自主學習的動力。

整理自 Herrity J.。

**4. 選擇主題**

教師可引導孩子選擇自己喜歡的主題，幫助學生更專注於自主學習中。設定學習主題的目的在於幫助孩子確立學習的具體方向，找出有興趣的主題，以此作為基礎發展出自主學習的計畫並進行深度學習與探索學科內容。以閱讀課歷史小說為例，孩子可以探索的主題可以是某個朝代的服飾、當時的某個國家的地理環境、發生的歷史事件等等。

**5. 制定學習合約**

討論完主題後，教師可以和孩子一起制定學習合約，學習合約中包含具體的學習目標、實現目標的計畫和完成各項作業的具體日期。製作合約是為了促進師生間的開放性溝通，刺激孩子產生自我激勵，並藉由完整的規畫協助其達成目標。合約內容可依需求進行調整，但當中通常會包含以下幾個具體的項目：

- **詳細資訊**

  如目標、計畫、採取的學習方法、使用的資源等細節。

- **時間表**

  規畫完成各項階段性目標的具體時間，便於幫助教師和學生檢視階段性的學習成果。

- **評分標準**

  提供評分的標準供學生參考，幫助孩子瞭解教師如何評估其學習成果。

**6. 隨時觀察孩子的學習進度**

自主學習的歷程中，師生可隨時查看學習合約，檢視孩子是否有準時完成每個階段性任務，以確保自主學習計畫的穩定實施。如果孩子進度落後或遇到自己難以解決的課題，教師可介入提供支持與協助。

**7. 鼓勵孩子進行自我評量**

孩子進行自主學習時，教師若能培養其自我評估的能力，有利於提升學生自主學習的效益。因此，在課堂中進行自主學習時，教師可以考慮為孩子建立一套自我評量標準，讓孩子評估自己的作業或計畫完成度與學習成效。而教師也可運用同一套評量方法評估學生的學習成果，並提供標準供孩子參考學習，幫助其了解自己哪些方面的表現優良，哪些地方還可以改進。

在自主學習當中，評量也是一種學習的方法，藉由反思覺察自己的缺點，並觀察他們的長處，從而改善自己的學習策略
取自 Freepik 由 Pressfoto 提供

此外，也可以在學習活動中加入同儕互評的環節。孩子們在互相評估彼此作業的過程中，不僅能觀摩其他人的表現，還有機會進行自我反思。透過比較與討論，他們更容易發現自己可以改進的地方，進一步促進學習的深化與進步。

## 課堂中的自主學習實踐案例

在課堂當中教師可以採用哪些方法引導孩子自主學習呢？以下將為您介紹「天才一小時（Genius Hour）」自主學習活動。

### 天才一小時（Genius Hour）

「天才一小時」（Genius Hour）指在課堂中保留一段時間，讓學生可以自由選擇進行自己感興趣的學習專案。這些專案需與課程主題有所連結，但學生擁有高度的自主權，可以自行設定目標、規畫內容。這個概念最初源自 Google 公司。在 Google，工程師每週可運用 20%的工作時間投入自己感興趣的專案，這段自由探索的時間也催生了許多創新成果。受此啟發，「天才一小時」的概念逐漸被引入教育現場，教師們開始嘗試讓學生在課堂中實踐這樣的學習方法。

以美國休士頓一所小學的教師 Meshelle 為例，她嘗試在班級中推動「天才一小時」的學習活動。每週，她固定安排一小時的時間，讓學生能夠自由選擇有興趣的主題進行深入探索。有的孩子選擇學習研究捷克的建築、如何鍛造刀刃，也有孩子選擇研究媒體中的性別議題。Meshelle 用了一年的時間和孩子們一起討論和嘗試實施這項活動。開始施行的前四週，她陪著孩子們一起尋找有興趣的方向；接著，用三週的時間縮小主題範圍，再來就開始讓孩子各自研究自己喜歡的主題和內容；最後四週，則讓孩子進行發表、展示和改善自己的學習成果。

Meshelle 在實施「天才一小時」的過程中，歸納出四項對自主學習至關重要的元素：時間、反思、合作與共享。她認為，創意思考與新想法的實踐需要足夠的時間醞釀與探索。然而，在實際課堂中，時間總是有限，每個專案也都有完成的期限。因此，她特別設計了「迷你項目的截止日期」，協助學生將大型專案拆解為一週一週可以完成的小任務。每位學生需要在每週五提交一個小專案，其內容與呈現方式則由學生自行決定，可能是簡報、3D 模型、背景調

學生展示自主學習的專案作品（非本文案例學校）
截自 Bexley City Schools YouTube 影片［Genius Hour - Montrose Elementary School］

查報告、Logo 設計或短影片等多元形式。這樣的設計，不僅訓練學生將長期計畫分解為具體可執行的階段性目標，也培養了他們的時間管理與專案規畫能力。而教師則可以製作一張班級進度表，隨時掌握每位學生的專案進展情況，適時給予回饋與支持。

在這項學習活動中，教師也鼓勵學生使用筆記本紀錄學習過程中各種大小事務，例如靈感來源、對專案的構想、研究筆記、蒐集到的資料、訪談內容、參考書目等。這些紀錄不僅有助於學生追蹤自己的學習歷程，也能作為日後反思與修正的依據，培養學生思考的能力。此外，教師還會在線上教室中公布一些引導式問題，引發學生持續思考如何實踐自己的學習目標。

- 你對你的學習專案有什麼想法？
- 你的「天才一小時」挑戰是什麼？
- 你會如何運用外部資源來增加專案的深度？
- 你要如何展示你的專案成果？

透過反思與回饋，學生可以更容易觀察到自己還可以改進的地方，進而調整學習策略與方向，促進更深層的自我覺察與學習成長。

另外，為了促進同儕間的共同合作，Meshelle 會引導孩子進行小組討論或合作分工，幫助孩子充分發揮潛能。在 Meshelle 的班級裡，有個孩子叫 Aiden，他有很多想法和點子，但要進入實作時總是會遇到困難，於是她請班上另一個叫 Aspen 的小朋友和 Aiden 合作一起進行專案。在課堂中，孩子也能互相交流他們各自所學習到的專業知識和技能。最後的成果發表，可以讓孩子向同學或家人展示自己的學習成果，賦予這趟學習之旅一個重要的意義，和他人共享成功的喜悅和成就感。Meshelle 觀察到，當孩子被賦予思考與創造的空間時，更能主動投入學習歷程。這樣的自主學習環境，讓孩子不再只是「被教導的對象」，而是學習的主體，也讓學校成為他們真正嚮往與樂於參與的學習場域。

## 小結

在課堂中推動自主學習，並不代表教師不用參與孩子的學習，而是在適時的設計與引導中，協助學生逐步學會如何學習、如何探索自己真正想了解的事物，並具備實踐的能力。教師可以運用專案拆解、同儕合作、反思練習等策略，協助學生將看似遙遠的學習目標，轉化為可執行的小步驟，讓孩子在達成階段性任務的同時，逐漸建立自信與成就感，亦可幫助其培養自主學習所需的各項能力。

**參考資料**

[1] Petro L. (2017, April 14). How to Put Self-Directed Learning to Work in Your Classroom. https://www.edutopia.org/discussion/how-put-self-directed-learning-work-your-class Gmailroom

[2] Botha, A., du Toit-Brits, C., & Blignaut, J. H. (2025). Charting New Pathways: Unleashing the Potential of Self-Directed Learning and the Transformative Role of Teachers in Education. *Education Sciences, 15(5)*, 524.
https://doi.org/10.3390/educsci15050524

[3] Indeed Editorial Team(2025, June 7). How To Use Self-Directed Learning in Class (Plus Benefits). https://www.indeed.com/career-advice/career-development/self-directed-learning

[4] Herrity J. (2025, March 26). How To Stay Self-Motivated at Work. https://www.indeed.com/career-advice/resumes-cover-letters/self-motivated

[5] Smith M. (2017, September 15). Genius Hour in Elementary School. Edutopia. https://www.edutopia.org/article/genius-hour-elementary-school/

第二十三期編輯群

發行人/湯志民局長

總編輯/陳榮政教授

責任編輯/康杏鎂

編輯委員/臺北市實驗教育創新發展中心

國立政治大學教育系陳榮政教授研究室

第二十三期




臺北市實驗教育創新發展中心 發行

發行日期：2025年9月15日