

自主學習週與教師角色轉變：16 週學期新制下的教育創新與實踐

張浩置

高雄市立小港醫院（委託財團法人高雄醫學大學經營）資訊室組員
國立高雄師範大學藝術學院講師

陳若帆

高雄市立小港醫院（委託財團法人高雄醫學大學經營）護理部護理師
國立高雄師範大學教育學系生命教育碩士班

一、前言

近年來，全球高等教育紛紛配合教育政策改革，積極推動大學生與師資培育生的自主學習，以培養其批判思維與終身學習能力。在臺灣，大學院校因應大學院校因應「高等教育深耕計畫」，相繼實施多項自主學習促進措施，不僅制定相關規範，為接軌國際有助研究產學，部分學校更調整課程架構，將原 18 週的課程縮短至 16 週，並將剩餘 2 週規劃為學生自主學習週。這一改革對於大學教師的課程設計與學生的學習成效產生了深遠影響，然而，本文針對自主學習制度的實施現況，探討其對大學課程安排與學習成果的影響，並分析教師如何在有限的教學時間內調整教學策略，以確保學生在自主學習期間仍能維持良好的學習成效。此外，亦探討在自主學習週的學習設計模式、學習動機及所面臨的挑戰，並提出實務建議，期望能為教育工作者提供交流與借鑒，共同促進自主學習機制的完善與優化。

二、自主學習週的設計原則與最佳實踐案例

自主學習週不僅是培養學生自我調控能力的關鍵契機，更是教師實踐以學生為中心教學理念的重要策略。透過明確的學習目標、設計具可追蹤性的學習歷程、以及具激勵性的機制，教師可以有效地提升學生的學習動機與參與程度，進而促進個別化與深度學習的實現。在這一過程中，學生不僅能夠自主設立學習目標，還能通過定期監控學習進度和反思成果，形成自我導向的學習模式。此理念與 Zimmerman（2002）所提出的自我調控學習理論高度契合，強調學習者在目標設定、進度監控與成果反思過程中的主動參與；同時亦呼應建構主義學習理論（Vygotsky, 1978），指出知識並非單向傳遞，而是通過社會互動與實踐經驗的積極建構。這種教學策略不僅增強了學習者的自我效能感，還為他們的長期學習與成長奠定了堅實的基礎。由此觀之，精心設計的自主學習週不僅有助於提升學生學習成效，更體現現代教育對自主學習能力與個別差異的高度重視。

以下將說明具體的設計原則與教學實踐案例，說明如何於教學現場中有效推動自主學習週，並觀察其對學生學習動機與表現的正向影響。建議教師設計自主學習週時，宜遵循以下原則，以提升學習效能。

（一）設計原則

1. 學習目標明確化：制定清晰且具體的學習目標，使學生能根據個別需求與興趣設計符合自身發展的學習計劃。例如，根據學生的不同程度設計層次化目標，幫助在可達成的範疇內設定具體、可衡量的學習步驟，從而提升學習動機並確保學習成效的穩步進展。
2. 學習資源的多元性：教師可提供多樣且具彈性的學習資源，如教學影片、數位模擬與實作指引，並確保其可近性與適切性，以因應學生的學習風格與能力差異，促進公平與個別化學習。
3. 學習歷程可追蹤：運用 Google Classroom 平臺建立了系統化的學習紀錄機制，涵蓋學習歷程追蹤、學習成果報告及數位學習平臺的運用（圖 1），旨在促進學生與教師隨時檢視學習進度與成效。這一機制不僅提供透明的學習進度視圖，還能幫助教師及時了解學生的學習狀況，進行個別化指導與調整策略，進一步提升學習效果與學習者的自我調整能力（Hamad, 2023）。
4. 評量機制建立：透過多元評量方式，例如反思、作品展示、口頭報告以及自主學習課程設計發表會等，進行全方位的學習評量。每項評量皆針對課程目標進行設計，確保學生的學習成果不僅符合預定目標，且能夠全面展示其學習過程與思維成長，從而促進能力發展。



圖 1：運用 Google Classroom 平臺進行學習紀錄、歷程追蹤、成果報告及數位學習

（二）最佳實踐案例

隨著高等教育日益重視學生的主動學習能力、跨領域整合思維與數位素養的培養，愈來愈多大學積極推動「自主學習週」(Self-directed Learning Week)等創新課程模式，作為課程設計與學習轉型的重要契機。此類課程旨在打破傳統教學的時空框架，賦予學生更多自主規劃與探索的空間，鼓勵其在彈性學習期間，主動規劃學習進程，探索個人興趣領域，並透過實作與反思深化學習經驗。無論是在國際知名學府如麻省理工學院(MIT)，或臺灣致力於教學創新的大學皆已成功導入此模式，自主學習週皆被視為促進學生創新思維、數位素養、團隊合作與問題解決能力的有效機制，亦成為高等教育因應快速變遷社會需求與培養未來人才的重要教學策略。自主學習週在促進學生創新思維、團隊合作與問題解決能力等方面展現積極成效，已逐漸成為高等教育因應未來挑戰、實踐素養導向教學的重要途徑。以下將介紹兩個具代表性的實務案例，以呈現其具體實施方式與教育意涵。

1. 麻省理工學院(MIT)的獨立活動期間(Independent Activities Period, IAP)，是一項於每年一月舉行的為期四週的特殊學期，旨在鼓勵學生、教職員工和校友參與各種非傳統的學術和非學術活動。這段期間提供了豐富多樣的課程和活動，涵蓋從專業技能培訓到興趣愛好探索等多個領域，旨在促進創新思維和跨學科交流。

(1) 設計思維工作坊：在 IAP 期間，MIT 的設計師李盛弘曾舉辦工作坊，分享其在 MIT 的設計課程經驗，並探討永續設計與推測設計的實際應用。參與者透過互動活動，深入了解設計思維的內涵，並學習創意思維與設計語彙的運用(李盛弘，2021)。

(2) 科學研究計劃：MIT 與美國卓越教育中心合作，每年夏天推出為期六週的科研營隊——RSI@MIT。雖然主要舉辦於夏季，但其模式與 IAP 相似，旨在讓學生在指導老師的引導下投入自訂題目的專題研究，磨練科研技巧。學員需完成研究論文，並準備論文答辯，接受同儕和師長們的提問。

透過這些實際案例，MIT 的 IAP 展示了如何在非傳統學期中，為學生提供多元且創新的學習機會，促進他們在不同領域的探索與發展。

2. 臺灣某大學於每學期實施的「自主學習週」計畫，融合跨領域專題探究的理念，致力於培養學生的自主學習能力、批判思維與團隊合作精神。學生需在兩週內完成一項小型研究專案，內容涵蓋主題設定、資料蒐集與分析、研究方法應用、成

果統整與發表，過程中強調問題導向學習（Problem-Based Learning, PBL）與跨域整合能力的培養。

筆者將自主學習週與跨領域專題探究結合，設計一項為期兩週的課程活動，要求學生在限定時間內完成小型研究專案，並透過線上學習平臺（如 Google Classroom）進行討論與成果展示。為提升學習效率並促進師生及同儕之間的即時互動，課程以該平臺作為主要溝通與展示工具，學生可在上面發佈研究歷程、回報進度與上傳成果簡報，並即時回應來自教師與同儕的建議與回饋，進行持續修正與優化。此教學模式突破傳統課堂的時間與空間限制，有效強化學生的數位素養、自主學習動機與跨域問題解決能力，展現高等教育在課程創新與學習評量實踐上的具體成效。

三、自主學習週中的教師角色轉變與支持策略

在現代教育中，教師的角色超越了單純的知識傳遞者，轉為學習過程中的引導者。教師不僅提供學習建議、推薦資源，還透過線上學習進度及提供回饋來促進學生的自主學習。透過精心設計的學習計畫和適時的回饋，教師能幫助學生確立學習目標，選擇適當的學習策略，並及時調整學習方法，以達成最佳的學習效果。然而教師在這一過程中角色的轉變對提升學生的學習品質與效率至關重要。

（一）角色轉變

為有效推動自主學習週，教師可扮演多元角色，包括學習指導者、資源提供者、進度監控者與評量回饋者，以全方位支持學生自主學習歷程，提升其學習品質與效能。在實際教學中，教師的角色亦由傳統的知識傳授者轉變為學習促進者（圖 2），筆者在授課過程中導入 Google Classroom 平台，將事先錄製的教學影片、數位教材等等課程相關容內，進行資源整併（圖 3），強化學習支持與互動，進一步提升學生的自主學習動機與成效。

1. 學習指導者：根據學習者的需求提供具體的建議，引導學生清晰確立學習目標，並設計合適的學習策略與計劃。透過專業引導確保學習過程更加有條理，提升學習效率，最終實現預期的學習成效。
2. 資源提供者：根據學習需求推薦各類學習資源，如專業書籍、線上課程、研究案例等，並提供多元化的學習工具與平台，幫助學習者有效獲取與應用知識，從而提升學習成效，也同時增強其學習成效與問題解決能力。

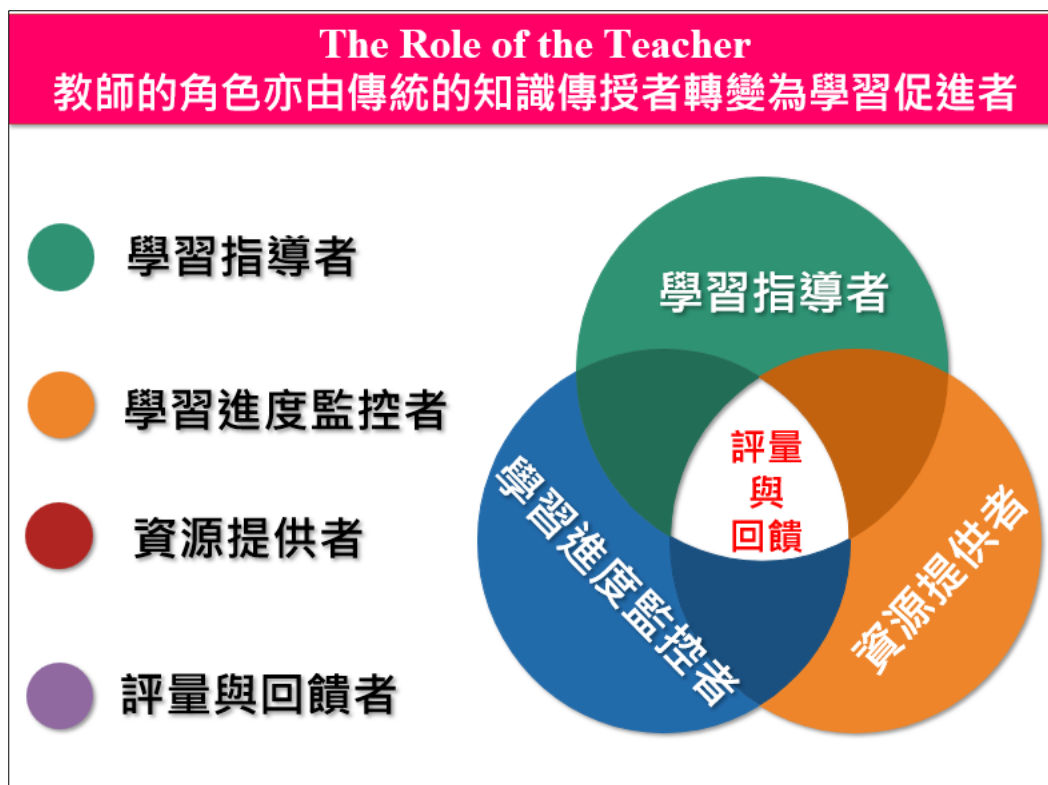


圖 2：教師的角色由知識傳授者轉變為學習促進者

3. 學習進度監控者：教師透過學習計劃回饋、線上討論與個別輔導等方式，持續追蹤學生的學習進度，並提供適時的建議與調整策略。這不僅能確保學生按計劃達成學習目標，還能提升學生的學習動機與自我調整能力，進而增強其整體學習成效。



圖 3：筆者事先錄製的教學影片、數位教材進行資源整併

4. 評量與回饋者：設計適當的評估機制，如學習歷程紀錄、反思報告、成果展示及同儕回饋，檢視學習成效。這些工具促進學生反思學習過程並調整學習策略，教師透過及時回饋，可激發學習潛力，亦可提升自主學習品質與效率。

（二）具體支持措施

1. 設計學習指引：提供結構化且具體的學習指引，內容涵蓋時間規劃、資源運用建議與學習策略導引，並清楚界定成果產出標準。透過精準的規劃與引導，協助學生明確掌握學習方向與重點，強化其自我管理能力，提升學習歷程的系統性與目標達成的有效性。

2. 提供線上與實體支持：建置線上問答平台，並規劃固定辦公時間，旨在提供即時且多元的學習協助。透過這些渠道，可及時釐清學習上的疑惑，獲得個別化指導與資源協助，不僅強化學習歷程的連續性與回應性，亦有助於提升整體學習成效。

3. 促進同儕學習：應積極鼓勵學生組成學習社群或小組，透過同儕間的合作與互動，分享學習經驗與資源，進行討論與反思，有助於知識理解與實踐應用，亦能強化學習動機與自我效能，進而促進整體學習成效與共同成長。

四、自主學習週對教師教學策略和角色的挑戰與機會

隨著自主學習週的推行，教師面臨課程規劃、學生學習動機及評量方式的多重挑戰。課程縮減至 16 週，教師需在短時間內有效涵蓋核心知識，並確保學生能自主學習未涵蓋部分。由於並非所有學生具備良好的自律性，教師需要設計激勵機制以促進學習積極性。此外，傳統評量方式難以適應自主學習的需求，教師需開發創新評估方法，並運用 Google Classroom 等科技平台，提供多元化的學習支持與評估。這些挑戰要求教師具備靈活的課程規劃、創新教學策略和技術應用能力，以有效支持學生的自主學習。

（一）教師面臨的挑戰

1. 課程規劃適應性問題：課程縮減至 16 週對教師而言是一項顯著挑戰，需重新調整教學進度與內容安排，確保在有限時間內有效涵蓋核心知識與技能。同時，教師必須設計具引導性與延伸性的學習任務，幫助學生在課後自主探索未能於課堂中深入涵蓋的主題。此一轉變不僅考驗教師的課程設計能力，也促使其在教學策略上更加靈活與創新，以提升學生的學習成效與自主學習能力（圖 4）。



圖 4：筆者將 16 週之課程涵蓋核心知識，讓學生能獨立學習、自主探索

2. 學生學習動機與自律性問題：並非所有學生都具備良好的自我調控能力，這在自主學習中可能面臨挑戰，教師需設計有效的激勵機制，以確保學生積極參與自主學習。

（1）設立階段性目標：將學習過程劃分為小步驟，設立短期目標並給予學生達成後的即時反饋與獎勵，激發學生達成目標的成就感與動力。

（2）提供個別化學習計劃：根據學生的興趣、學習需求及發展潛力，協助其制定量身定制的學習計劃，旨在提供更具靈活性與選擇性的學習體驗。

（3）協作與競賽相輔相成：設計融合協作與競賽的學習活動，例如小組合作進行問題解決，並根據團隊表現進行積分，以激勵學生在表現，同時保持積極參與的動力。

（4）多樣化的評量方式：除了傳統的考試評量，還可以使用作品展示、口頭報告、創意項目或自主學習課程設計發表會等方式，讓學生有更多機會展示自己學習的成果，並對其付出的努力給予肯定（圖 5）。

綜上所述，透過設計具激勵性的學習機制，不僅能提升學生的學習動機與自律性，也有助於打造更具參與感與成就感的自主學習環境，進而強化學習成效與學生的自我發展能力。

3. 評量標準的調整：傳統的評量方式難以完全適應自主學習週，因此教師需開發並運用適切的評估方式。結合 Google Classroom 平臺，並與其他 Google 平臺，例如 Google Sites 進行連動，可創建學習歷程檔案和個人學習計劃報告等，從而實現評量的數位化與多樣化。透過這些創新工具，教師能有效融入新科技於傳統教學領域，讓學習變得更加多元、豐富，進一步提升學習效果與參與度(Bhat, Raju, Bikramjit, & D'Souza, 2018)。



圖 5：設計有效的激勵機制，以確保學生積極參與自主學習

（二）教師的機會與發展

1. 促進教育創新：在自主學習週中，教師可透過引入翻轉教學、專題導向學習（PBL）等創新教學模式，提升課程的靈活性與互動性。這些方法旨在提升學生的學習參與度與深度，不僅強化其自主學習能力，還能增進批判性思維、問題解決能力和溝通技巧，從而促進教育創新與學習成效的提升。

（1）翻轉教學，實際案例：在一門大學課程中，教師採用了翻轉教學法，要求學生在課前觀看教學影片並研讀相關教材（蔡瑞君，2015）。課堂上則進行討論、問題解答和實作活動。學生反映此方法使他們能更充分理解課程內容，提升學習效果，同時訓練了思考與統整能力，並增進口頭表達能力。

（2）專題導向學習（PBL），實際案例：在某教育機構，教師實施了專題導向學習，讓學生參與真實且有意義的專題，專注於解決實際挑戰或回答複雜問題。學生在一段較長時間內（例如：一週到一學期）進行專題研究，並透過公開展示的產品或報告來展示他們的知識、技能與態度（樂尼，2024）。

2. 提升學生自主學習能力：自主學習週為教師提供寶貴契機，以培養學生在批判性思維、問題解決與時間管理等核心素養，透過設計具挑戰性與情境的學習任務，能有效激發學生主動探索、深入分析與解決問題的能力。此學習歷程不僅強化學生的自主學習意識，更有助於自我反思與調整的能力，從而提升整體學習成效，並奠定其終身學習的堅實基礎。

3. 增強師生合作關係：教師可透過學習輔導與個別化指導計畫，與學生建立具支持性與信任感的合作關係，深化對其學習需求的理解。良好的師生互動有助於激發學生的學習動機與參與意願，提升學習成效，優化教學品質，並營造有利於自主學習的正向學習環境。

五、結語

自主學習週的推行為大學教育帶來深遠的挑戰與契機。此一創新學習模式促使教師的教學設計需全面檢視學習目標的設定、學習資源的整合，以及評量機制的規劃。有效的自主學習週不僅需具備明確且具引導性的學習目標，亦須搭配多元豐富的學習資源與適切的評量方式，並透過教師適時的引導與支持，確保學生在自主學習的歷程中能達成具體成效。此外，課程安排與教學策略必須進行相應的調整，以適應這一新型學習模式的需求，隨著高等教育朝向素養導向與學習個別化發展，自主學習週有助於提升學生的學習動機與成效，也促進教學實踐的創新與多元化，未來可望成為課程改革中關鍵的策略工具，具有高度實踐與發展價值。

參考文獻

- 李盛弘（2021）。打造未來MIT安全永續實驗室！讓數據不只是數字，用科學的方式說使用者故事。取自<https://www.mottimes.com/article/detail/4776>
- 樂尼（2024）。什麼是專題式學習（PBL）？與問題導向學習有什麼不同？AI助教陪你聊PBL課程的意思。取自<https://vocus.cc/article/66e29bc7fd897800016baf76>
- 蔡瑞君（2015）。翻轉教室之過去、現在與未來。《教育脈動》，1，21-33。
- Bhat, S., Raju, R., Bikramjit, A., & D'Souza, R. (2018). Leveraging e-learning through Google Classroom: A usability study. *Journal of Engineering Education Transformations*, 31(3), 129-135.

- Hamad, W. (2023). Students' experiences of learning in virtual classrooms facilitated by Google Classroom. *Journal of Educational Technology and Online Learning*, 6(2), 362-383.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes* (M. Cole, V. John-Steiner, S. Scribner, & E. Souberman, Eds.). Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory into Practice*, 41(2), 64-70.

