

國立新竹高級商業職業學校學生自主學習成果報告書 2021/2/20修正

計畫執行者資料	班級	座號	姓名	計畫施行期程
	綜二三	27	蘇安文	110年02月24日至110年06月16日
計畫名稱	經絡如何在生活中幫助我們			
共學同學	無			
學科屬性	<input type="checkbox"/> 國文 <input type="checkbox"/> 英文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 物理 <input type="checkbox"/> 化學 <input type="checkbox"/> 生物 <input type="checkbox"/> 地球科學 <input type="checkbox"/> 歷史 <input type="checkbox"/> 地理 <input type="checkbox"/> 公民 <input type="checkbox"/> 美術 <input type="checkbox"/> 音樂 <input type="checkbox"/> 家政 <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 生活科技 <input type="checkbox"/> 藝術生活 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 生涯 <input checked="" type="checkbox"/> 健康護理 <input type="checkbox"/> 國防 <input type="checkbox"/> 其他_____			
計畫類型	<input checked="" type="checkbox"/> 1. 專業知能精進 <input type="checkbox"/> 2. 專題研究報告 <input type="checkbox"/> 3. 創意作品研發 <input type="checkbox"/> 4. 志工服務 <input type="checkbox"/> 5. 競賽準備 <input type="checkbox"/> 6. 活動企劃舉辦 <input type="checkbox"/> 7. 多元文化參與 <input type="checkbox"/> 8. 其他_____			
學習歷程	<p>一、我的自主學習主題設定緣起</p> <p>我因為有接觸過中醫理論的推拿，所以開始對經絡產生興趣，想更深入地去研究經絡可以在哪些層面幫助到我們</p> <p>二、我的自主學習過程</p> <p>(一)從哪裡找資料？</p> <p>書籍中</p> <p>(二)找到哪些資料？</p> <p>《經絡解密》——沈邑穎</p> <p>《您就是神醫》——黃純沐</p> <p>(三)看過那些資料？</p> <p>《經絡解密》——沈邑穎</p> <p>《您就是神醫》——黃純沐</p>			

(四)經由資料查找、老師建議後，是否想法與作法有所改變？

我原本以為疏通經絡的方法只有按摩一種，沒想到還可以藉由拍打、刮痧，而且這兩種比按摩更快能看到效果。

(五)自學過程中是否曾經歷過一些挫折，談談你的經歷與想法。

本來有雄心壯志想把十二經絡都大致了解，但是每一條經絡的知識都太深太廣，可能是一輩子都瞭解不完的，所以我就挑了我最常出問題的肺經和大腸經做研讀。

(六)經由自主學習達到以下哪些指標？

A 自主行動	<input checked="" type="checkbox"/> A1 身心素質與自我精進	<input type="checkbox"/> A2 系統思考與解決問題	<input type="checkbox"/> A3 規劃執行與創新應變
B 溝通互動	<input type="checkbox"/> B1 符號運用與溝通表達	<input type="checkbox"/> B2 科技資訊與媒體素養	<input type="checkbox"/> B3 藝術涵養與美感素養
C 社會參與	<input type="checkbox"/> C1 道德實踐與公民意識	<input type="checkbox"/> C2 人際關係與團隊合作	<input type="checkbox"/> C3 多元文化與國際理解

(七)知識上獲得了甚麼？

我大致了解了經絡運行的原理、肺經的運作模式、腸胃型感冒要怎麼治療、怎麼預防感冒。

(八)技術能力方面增進了甚麼？

我學了按摩經絡的幾個手法，例如刮痧、拍打、推拿。

(九)體悟覺察了甚麼？

我體悟到不是只有西醫才能治病，中醫一樣也能，還可以強身健體預防感冒。

(十)其他記事

我透過實驗治療好了喉嚨痛和咳嗽，其中都沒有服用藥物，足以證明經

絡的效用。

三、我的自主學習成果(若成果附於後，請直接填「成果如附件」，線上連結請附上連結或QR Code)

成果如附件

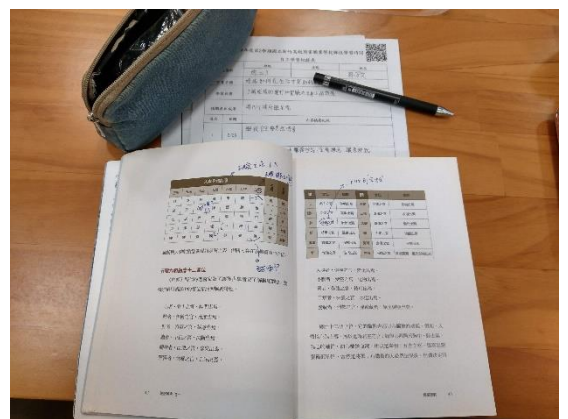
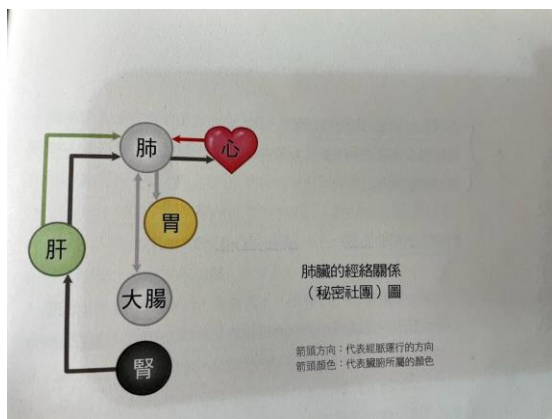
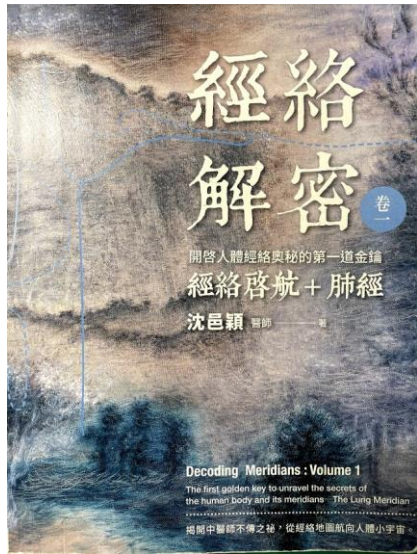
四、未來可延伸的學習方向、後續計畫。

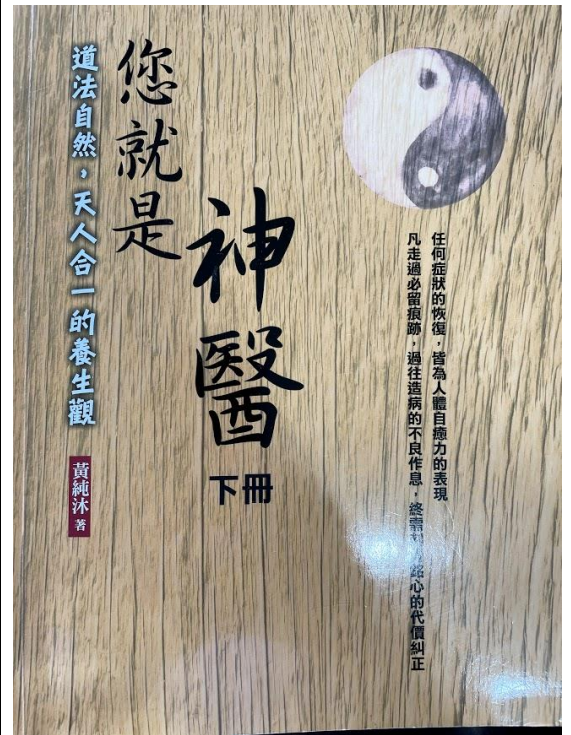
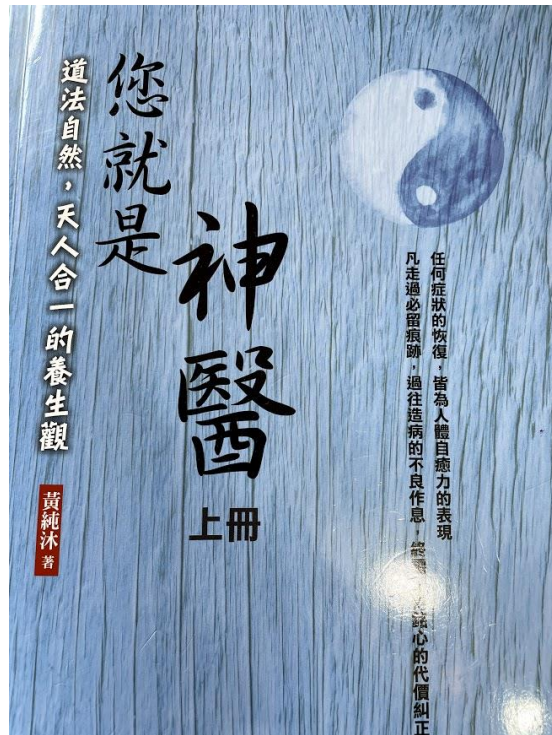
可以繼續讀其他的經絡，增進自己幫助別人。

學習歷程相關

照片

(8張)





成果發表
形式

- 1. 靜態展：
 - 海報陳列
 - A4書面報告陳列
 - 手作品陳列
- 2. 動態展：
 - 公開發表會(口頭發表或表演-需備ppt)
- 3. 線上輪播展：
 - 繳交pdf檔
 - 將影音檔上傳至youtube，提供網址連結)

指導老師 核章與意見		圖書館 核章與意見	
---------------	--	--------------	--

1. 成果發表會需連同此報告書一同展出，請同學一律以電腦打字排版。
2. 成果發表會將舉辦簡報比賽，績優者另有激勵獎金與獎狀！

