

高三升學 學習歷程檔案說明會

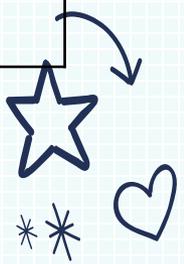
輔導處114.09.12





高三升學學習歷程檔案說明會流程

進行主題	進行時間	主講 (持) 人
主席致詞	14 : 10 ~ 14 : 20	洪慧芸 組長
大學多元入學簡介	14 : 20 ~ 14 : 40	黃絜琳 老師
學習歷程檔案的準備	14 : 40 ~ 15 : 50	
Q&A	15 : 50 ~ 16 : 00	輔導處



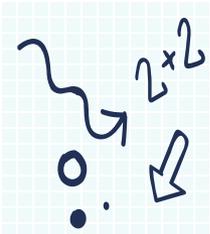
本校申請入學升學統計

(括弧內為四技二專之數據)

	112	113	114
報名人數	484 + (74)	469 + (104)	454 + (98)
第一階段 通過人數	371 + (64) 76.65% 86.49%	390 + (53) 83.16% 50.96%	388 + (81) 85.46% 82.65%
錄取人數	230 + (14) 61.99% 21.88%	277 + (21) 71.02% 39.62%	209 + (33) 53.86% 40.74%

01大學多元入學方案





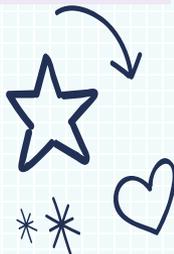
在大學多元入學方案中.....

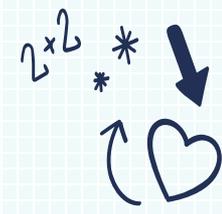
妳可選擇的入學管道

1. 特殊選才
2. 繁星推薦
3. 申請入學
4. 分發入學
5. 其他(警大、軍校、科技校院日間部四年制申請入學.....)

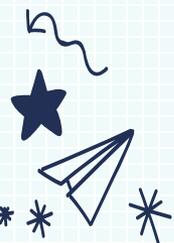
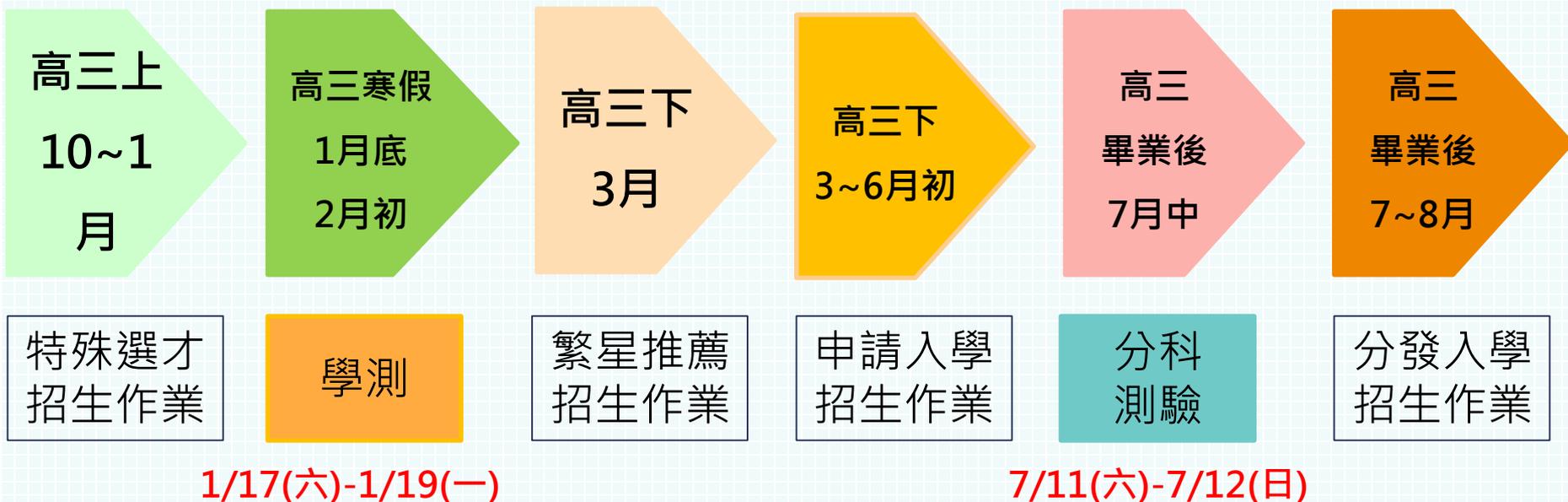
妳要面對的入學考試

1. 學科能力測驗
2. 分科測驗
3. 英聽測驗
4. 大學程式設計先修檢測 (APCS)
4. 術科考試





考招時程安排



多元入學管道與選才重點



1 特殊選才 2.5%

增進學生來源多樣，
挖掘學生獨特天賦

2 繁星推薦 15%

強調平衡區域、城鄉就學
機會，推動就近入學高中

3 申請入學 45%

強調適才適所，拔尖扶弱，
參採學習歷程、多元表現

4 分發入學 40%

僅採入學考試成績，
直接分發

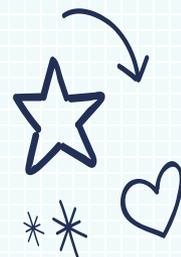




主要入學管道招生條件

一、特殊選才

- 大學從具特殊才能、經歷、成就或教育資歷之學生中，錄取真正具有潛力與才能之學生，並顧及弱勢學生與增進學生來源多樣之考量，各大學**自訂招生條件**。
- 招生人數少量，各校**獨立招生**，時程約為**高三上學期**。
- 各校辦理指定項目甄審，可採書面資料審查、經歷審查、面試、筆試、術科實作考試等，**不採統測或學測成績**。
- 各校系得訂定優待加分條件。

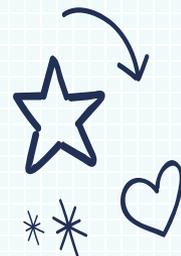




主要入學管道招生條件

二、繁星推薦

- 為平衡城鄉差距，鼓勵就近入學，參採考生**在校成績**為重點，由高中向大學校系推薦符合條件之應屆畢業生。
- **學科能力測驗(X)成績**，可用於檢定/篩選及分發比序。
- 大學校系擬定檢定/篩選及分發比序時，最多僅可使用相同學科能力測驗(X)考科4科成績，或就所選之4科中另訂不同科目組合總分。
- 特定校系得另指定考生參加面試。

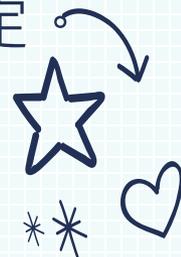




主要入學管道招生條件

二、繁星推薦(高中推薦)

- 符合繁星推薦資格，**全程**就讀國內**同一所高中**並**修滿高一、高二及高三上**各學期之應屆畢業生，且在校前五學期學業成績總平均全校排名百分比(校排)符合大學之規定(前20%、30%、40%、50%，由各大學則一訂定)。
- 學測、英聽測驗及術科考試成績符合大學所訂之檢定標準。
- 高中對大學每個學群至多只能推薦2名，如超過人數必須排定學生推薦順序，分發時將依推薦順序分發。
- 每名考生僅能被推薦至1校1學群，選填志願數依大學規定

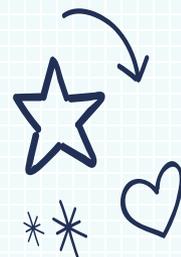




主要入學管道招生條件

二、繁星推薦(第1~7類學群分發錄取)

- 分發比序：第一個比序項目為學生在校學業成績全校排名百分比，其他項目為各大學自訂之條件，擇優錄取。
- 第一輪分發：依高中推薦優先順序、大學校系所訂定之檢定標準及分發比序項目進行分發作業，各大學錄取同一高中學生以一名為限。
- 第二輪分發：第一輪分發後校系仍有缺額者，依校系所訂定招生條件進行缺額校系分發作業。各大學對同一高中再錄取人數不受一名之限制。

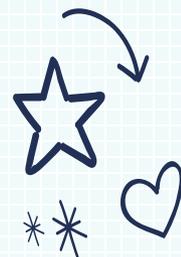




主要入學管道招生條件

二、繁星推薦(第8類學群甄試錄取)

- 第一階段篩選：面試人數由各校系自訂，第一輪篩選各高中通過學生至多1名，如第一輪未達預定人數，則進入第二輪篩選。
- 第1~7類學群放榜同時，公告第8類學群的二階面試名單，學生如獲推薦第8類學群A校醫學系(牙醫系)，並通過第一階段篩選，不得再於個人申請報名A校醫學系(牙醫系)。
- 第二階段面試：面試內容由各校自訂。
- 錄取：依面試成績決定錄取結果，校系不列備取。

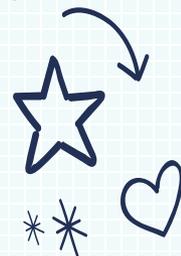




主要入學管道招生條件

二、繁星推薦(錄取生之限制)

- 第一類至第七類學群錄取生無論放棄與否，均不得報名當年度大學個人申請入學；亦不得參加當年度科系校院日間部四年制申請入學第一階段篩選。
- 第八類學群錄取生，不得參加個人申請統一分發網路就讀志願序登記。
- 繁星推薦錄取生如欲參加當年度大學分發入學招生、四技二專甄選入學招生或四技二專日間部聯合登記分發招生，須於規定期間內完成聲明放棄入學資格。

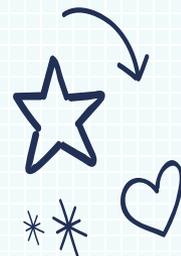




主要入學管道招生條件

三、申請入學

- 參加個人申請之每一考生，申請校系數以**六校系(含)**為限，大學得限制考生可申請該校之學系(組)數。
- 採兩階段錄取：學科能力測驗(X)及綜合學習表現(P)。
 - 第一階段採計**學科能力測驗(X)成績**，各科最高為15級分，可用於第一階段檢定及篩選，亦可用於第二階段採計。
 - 大學校系擬定檢定、篩選、採計時，最多僅可使用相同學科能力測驗(X)考科4科成績，或就所選之4科中另訂不同科目組合總分。





主要入學管道招生條件

三、申請入學

- 第二階段參採**綜合學習表現(P)**之方式，包含**學生學習歷程(P1)**以及**校系自辦甄試項目(P2)**。
- 綜合學習表現(P)在甄選總成績之佔分比例 $\geq 50\%$ ，學生學習歷程(P1)應佔相當比例。



- 分發錄取：正備取錄取生於規定時間至甄選會網站登記就讀志願序，每一錄取生**至多分發1校系**為限。

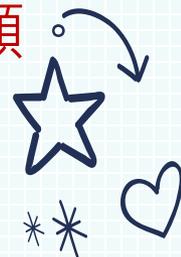


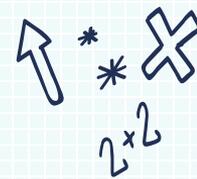


主要入學管道招生條件

四、分發入學

- 採計學科能力測驗(X)、分科測驗(Y)與術科考試之成績由校系自訂採計考試科目組合。
- 學科能力測驗(X)成績更改為各科最高60級分，分科測驗(Y)成績，各科最高為60級分，用於分發鑑別。
- 採計考科數 $3 \leq \text{學科能力測驗(X)} + \text{分科測驗(Y)} + \text{術科} \leq 5$ ，其中學科能力測驗(X) ≤ 4 (不含術科)，分科測驗(Y) ≥ 1 ；採計科目之成績可加權計算。
- 一律採網路登記分發志願，考生至多可登記100個志願。





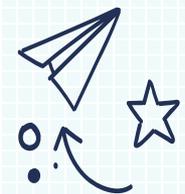
主要入學考試

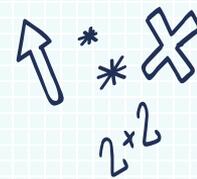
學科能力測驗 (X) : 評量基本核心能力

- 國文(含國語文寫作)、英文、數學A、數學B、社會、自然，可自由選考，各考科範圍皆為**部定必修科目**。

分科測驗 (Y) : 評量考生進階學科能力

- 數學甲、數學乙、物理、化學、生物、歷史、地理、公民與社會，可自由選考，各考科範圍為**部定必修與加深廣選修科目**。





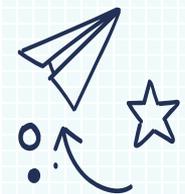
入學考試(選考)

高中英語聽力測驗

- 測驗範圍為高一、高二必修英文，成績採等級制

術科考試

- 一、音樂、美術、體育：聯合術科考試
- 二、舞蹈、戲劇：各校系自行辦理





不同入學管道參採資料類別

大學入學考試成績

學科能力測驗 (X)

評量基本核心能力，以部定必修為測驗範圍

分科測驗 (Y)

評量關鍵學科能力，以部定必修及加深加廣選修為測驗範圍

術科測驗

評量音樂／美術／體育專長

綜合學習表現 (P)

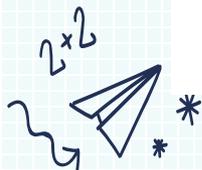
學生學習歷程 (P₁)

包括學生基本資料、修課紀錄、課程學習成果、多元表現、自傳及學習計畫，以及其他與學習歷程有關之資料

校系自辦甄試項目 (P₂)

如：面試、筆試、實作、其他等

註：入學考試另有「高中英語聽力測驗」，成績使用方式另訂。





主要入學管道招生參採項目



招生參採資料	主要管道參採項目		
	繁星推薦	申請入學	分發入學
學科能力測驗 (X)	參採	參採	參採
分科測驗 (Y)	-----	-----	參採
綜合學習表現 (P)	參採 (在校成績)	參採	-----

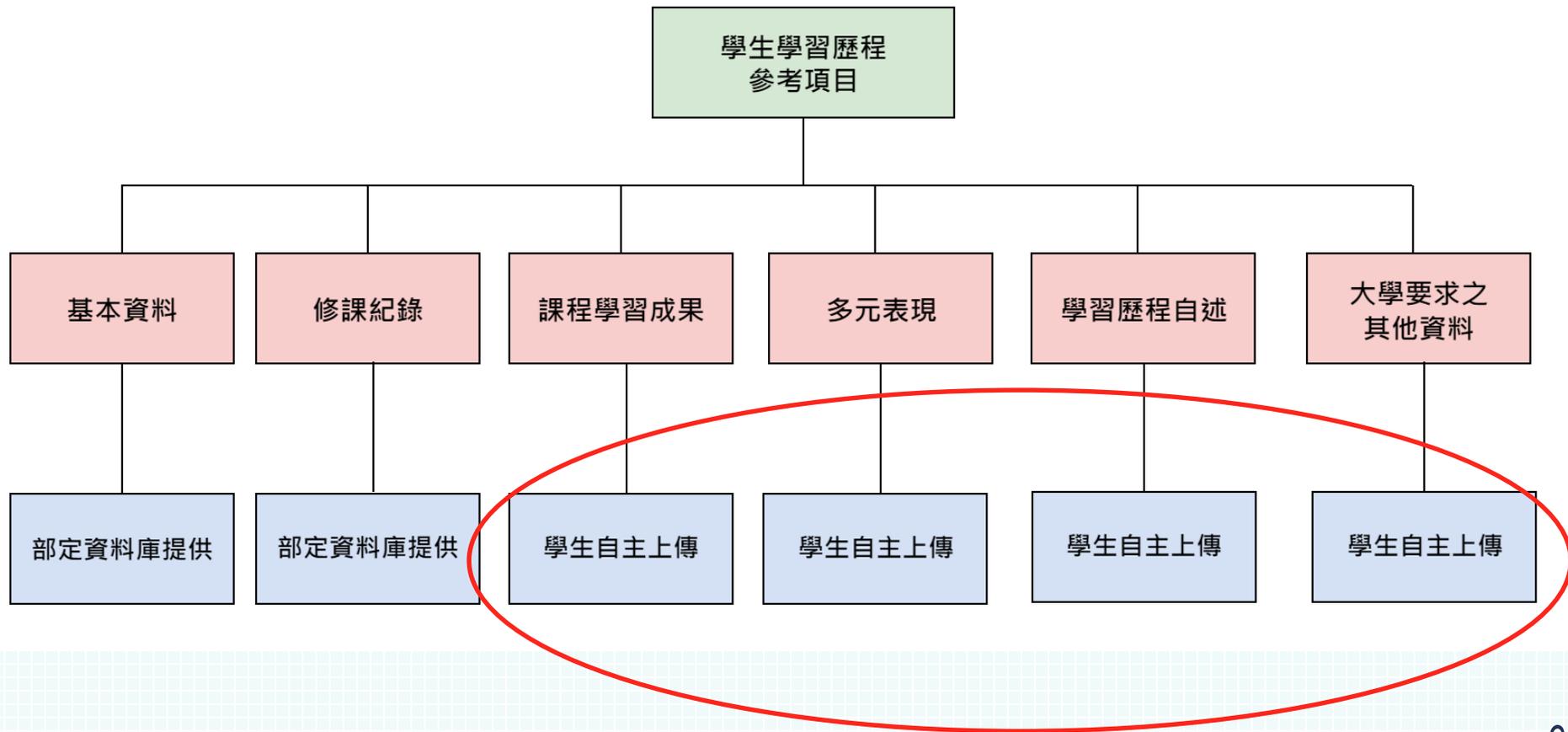


02 學生學習歷程檔案





學習歷程檔案





項次	審查資料	項目內容代碼對照
1	修課紀錄	A. 修課紀錄
2	課程學習成果	B. 書面報告 C. 實作作品 D. 自然科學領域探究與實作成果，或特殊類型班級之相關課程學習成果 E. 社會領域探究活動成果，或特殊類型班級之相關課程學習成果
3	多元表現	F. 高中自主學習計畫與成果 G. 社團活動經驗 H. 擔任幹部經驗 I. 服務學習經驗 J. 競賽表現 K. 非修課紀錄之成果作品 L. 檢定證照 M. 特殊優良表現證明 N. 多元表現綜整心得
4	學習歷程自述	O. 高中學習歷程反思 P. 就讀動機 Q. 未來學習計畫與生涯規劃
5	其他	R. (校系自行輸入限 10 字) S. (校系自行輸入限 10 字) T. (校系自行輸入限 10 字)





大學申請入學參採高中學習歷程資料查詢系統

<http://www.jbcrc.edu.tw/learn1.html>

大學招生委員會聯合會

Joint Board of College Recruitment Commission

大學申請入學學習準備建議方向查詢系統

消息公告

114學年度申請入學招生簡章校系分別查詢系統業已開放，如需查詢各校系之審查資料參採項目，請逕至大學甄選入學委員會網站的「校系分別」查詢。

115學年度

116學年度

註：入學大學的學年度

您目前選擇查閱：115學年度學習準備建議方向

依學校分類條件

依學校類別查詢

依學校所在地區查詢

依學校分類條件交叉查詢

依學群分類條件

依學群分類查詢

依學習準備建議方向內容查詢

有參採「修課紀錄」領域之校系查詢

有參採「學業總成績」校系查詢

有參採「課程學習成果」校系查詢

有參採「多元表現」校系查詢

有參採「學習歷程自述」校系查詢





學習準備建議方向範例：115學年度清大化工系

國立清華大學-化學工程學系

項目	115學年度內容	
修課紀錄	<p>1.本系屬工程學群¹，參考部定必修、加深加廣選修、校訂必修、多元選修及綜合型高中之課程²等修課紀錄進行綜合評量。</p> <p>2.本系參考部定必修與加深加廣選修之重點領域： (1)語文領域 (2)數學領域 (3)自然科學領域</p> <p>3.學業總成績</p>	<p>語文領域、數學領域、 社會領域、自然科學領域、 科技領域、綜合活動領域、 藝術領域、健康與體育領域</p>
學習準備建議方向	<p>學生可就下列內容或其他課程學習成果選擇提供，至多3件，本系據以綜合評量。</p> <p>1.書面報告 2.自然科學領域探究與實作成果，或特殊類型班級³之相關課程學習成果</p>	<p>書面報告、實作作品、 自然科學領域探究與實作成果、 社會領域探究活動成果</p>
學習歷程檔案參採內容	<p>學生可就下列內容或其他有利審查資料選擇提供，至多10件，並以校內活動為主，且另撰寫『多元表現綜整心得』，本系據以綜合評量。</p> <p>1.高中自主學習計畫與成果 2.競賽表現 3.檢定證照 4.特殊優良表現證明</p>	<p>高中自主學習計劃成果、社團活動經驗、擔任幹部經驗、服務學習經驗、競賽表現、非修課紀錄之成果作品、檢定證照、特殊優良表現證明</p>
學習歷程自述	<p>1.高中學習歷程反思 2.就讀動機 3.未來學習計畫與生涯規劃</p>	<p>高中學習歷程反思、大學校系就讀動機、未來學習計畫</p>
其他	無	

學系選才理念可至COLLEGO!首頁「搜尋」校系查看相關資訊；另當學年度審查資料準備指引將於當年3月中旬公告於大學甄選入學委員會網站「申請入學」-「審查資料準備指引」，考生可多加利用。

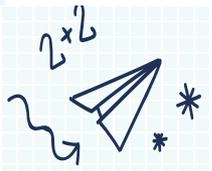




申請入學網站>校系分則查詢 中，亦可查詢審查資料項目

範例：114學年度清大化工系

國立清華大學 化學工程學系		學測、英聽篩選方式			甄選總成績採計方式及佔總成績比例					甄選總成績同分參酌之順序
		第一階段			第二階段					
		科目	檢定	篩選倍率	學測成績採計方式	佔甄選總成績比例	指定項目	檢定	佔甄選總成績比例	
校系代碼	011282	英文	前標	--	*1.00	40%	審查資料 筆試	--	45%	一、審查資料 二、學測自然級分 三、筆試
招生名額	34	數學A	前標	--	*1.00			--	15%	
性別要求	無	自然	前標	--	*1.00					
預計甄試人數	102	英數A自	--	3	--					
原住民外加名額	1									離島外加名額縣市別限制
離島外加名額	無									(無)
願景計畫外加名額	無									
指定項目甄試費	1100	指定項目內容	審查資料	項目： 修課紀錄(A)、課程學習成果(B、D)、多元表現(F、J、L、M、N)、學習歷程自述(O、P、Q) ※項目內容請參照本簡章「貳、分則」乙、審查資料項目內容對照表(第20頁)。						
寄發(或公告)指定項目甄試通知	114.3.27			說明： 本系之審查資料準備指引1月22日公告於本校招生專區及本系網頁，請考生逕行至網站查閱。						
繳交資料截止	114.5.6		甄試說明	1. 本系參加校內聯合分發，詳參「重要事項說明」(見本校基本資料)。 2. 弱勢學生優先錄取1名。 3. 考生必須參加筆試，未參加者不予錄取，詳細時間與地點請於甄試前三日至本系網頁查詢，當日另舉辦本系座談及實驗室參觀。						
指定項目甄試日期	114.5.18									
榜示	114.5.29									
總成績複查截止	114.5.29									
同級分(分數)超額篩選方式	一、學測英文、數學A、自然之級分總和									
備註	本系大學部的訓練採取精兵主義，每一年級僅有一班，擁有全國最佳的教授/學生比例；採小班制教學，必修課程開2班由不同教師授課，並提供高比例英語教學。本系與UC Berkeley簽訂「學碩計畫」，共同培育世界頂尖人才，本系研究領域廣泛，涵蓋人工智慧與數位化工、高分子及軟物質科學與工程、創新材料與製程、生物與生醫工程、能源與淨零永續工程等前瞻領域。歡迎具優異數理基礎者申請，在學期間有眾多獎學金及出國機會，相關資訊請參考本系網頁。									





申請入學網站>審查資料準備指引>連結各校網站 有更清晰的審查重點與指引說明 範例：114學年度清大化工系

審查資料項目	審查重點	準備指引
修課紀錄 (A) 課程學習成果 (B、D) 學習歷程自述 (O、P、Q)	1. 重視校內整體表現 2. 學習內涵與本系相關領域的關聯性	本系綜合評量語文領域、數學領域、自然科學領域科目選修與成績表現。 課程學習成果： 1. 書面報告。 2. 自然科學領域探究與實作成果。 學習歷程自述： 1. 具體說明為何想申請本系（契機或事件）？ 2. 高中期間對本系相關領域之準備，就讀後如何學習相關課程？
高中自主學習計畫與成果(F) 競賽表現(J) 檢定證照(L) 特殊優良表現證明(M) 多元表現綜整心得 (N)	1. 長期投入且有具體事證 2. 重視參與的歷程與反思	高中自主學習計畫與成果： 主要著重學自主習過程與反思，可附上專題成果或相關科學研習之書面報告或實作作品，如：高中自主學習計畫與執行成果、小論文或活動企劃執行經驗等。 競賽表現、檢定證照、特殊優良表現證明： 主要著重參賽、考照動機或與科系關聯性。如：科展競賽成果、英語檢定與測驗成績、社團幹部經驗等。 多元表現綜整心得（至多800字、3張圖片）： 1. 請分享一個您曾正面影響他人、解決衝突或對團體有貢獻的活動或經驗。 2. 在學習、多元表現或其他活動中，請分享一個能展現您面對困難時的堅毅、樂觀特質，或您已具備善用校內外資源的具體證明與反思。



大學針對申請入學審查資料參考原則

「三重二不」

- 1.重視基本素養所展現的**核心能力**。
 - 2.重視**校內**的學習活動。
 - 3.重視**資料真實性**及**學生自主準備**。
 - 4.不是學系所列的所有項次都要具備，
大學重視**多面向的參採**。
 - 5.不是以量取勝，重視**學習過程的反思**。
- 

學習歷程檔案的製作攻略

資料出處：教育部大學多元入學手冊

2





如何製作學習歷程檔案

建議同學將**摘要**與**心得反思**放在最前面，並思考哪些資料和排版自己會願意花時間閱讀，以抓住教授目光留下好的第一印象。

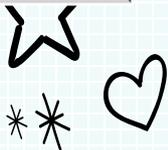
(一) 編排巧思與設計原則

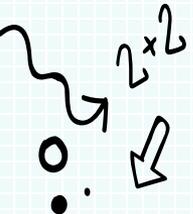
編排巧思

- 段落分明
- 內容結構性
- 資訊圖像化
- 製作目錄

設計原則

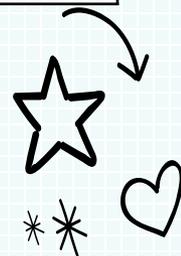
- 圖文並茂，留意圖片解析度
- 重點處以不同字體或顏色標示
- 排版美觀，易於瀏覽，留意字型
- 文字可以條列式呈現，比較清楚明瞭





(二) 高中學生作品分類

作品類型	說明
I. 學習單	由授課老師提供結構式問題供學生操作與填答。
II. 實作作品	作品主要以非報告形式呈現，例如影音檔、手作作品、作文、劇本、程式設計檔等。
III. 實驗及活動紀錄	單一實驗及課堂活動之觀察記錄或學習筆記。
IV. 主題式專題報告	單一主題或領域之研究報告。
V. 小論文專題研究	小論文格式之研究報告，提出研究動機、文獻回顧、研究問題與結論。

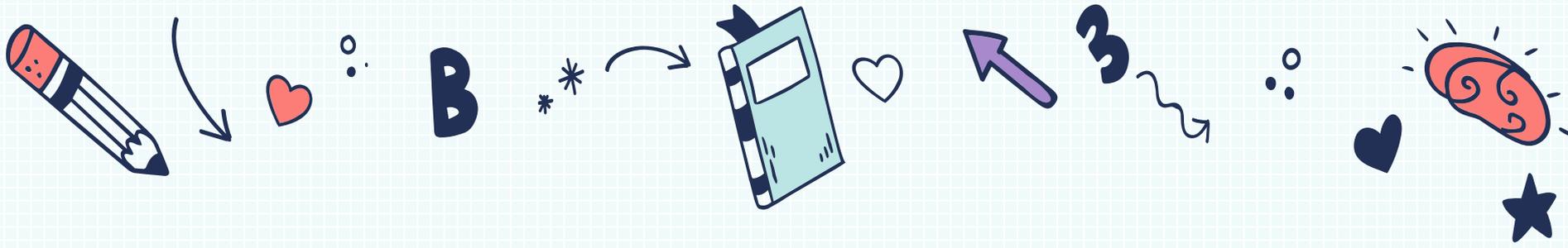




課程學習成果

資料出處：

- 1.教育部學習歷程檔案審議計畫做伙學。
- 2.【做伙學手冊】作伙做學檔--課程學習成果呈現建議。
- 3.學習歷程 大學申請入學第二階段準備指南。



2

A.課程學習成果

審查關注重點



A



2x2

1





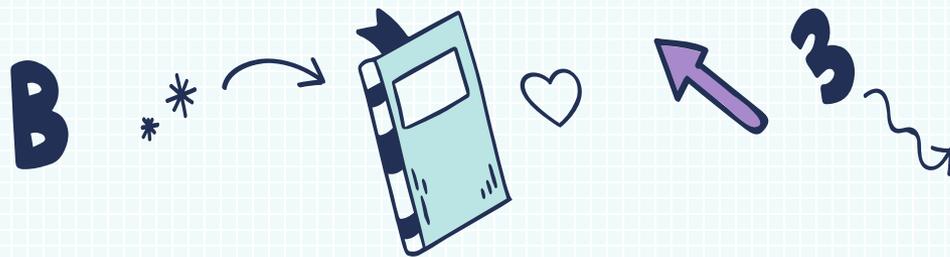
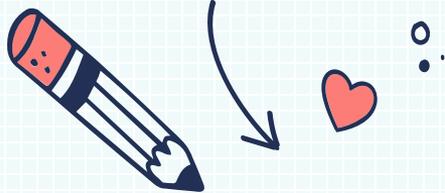
重視過程與一般性的能力

- 「過程紀錄與心得」比「最後產出的成果」更重要，或者「兩者一樣重要」。
- 「素養性的一般能力態度」比「了解學科知識」更重要，或者「兩者一樣重要」。
- 「解決問題的能力」、「學習態度」、「邏輯推理」與「批判思考」是大學教授認為重要素養能力前四名。



B.課程學習成果 呈現形式的建議

2



A



2x2



1



一、展現素養能力

1. 舉出具體事例，展現自己所運用或學到的素養能力。
2. 學習的過程與成果，顯示哪些學科和素養性的一般能力？希望讓教授看到什麼亮點？（解決問題、邏輯推理、團隊合作...）

學習心得

顯微鏡下的世界及顯微生物實驗，在準備實驗微鏡，是在老師嚴肅地良好實驗習慣的重要性。不僅是將任務完成，而是基本的事也要時時提醒。雖然能做出自己滿意的作為單位進行，這使團隊良好的溝通及合作。其中每個人都很積極，也忙，這使實驗進行得和個人不同的優缺點，善用每個人的優點，發揮

我的探究反思

落日後餘暉 法規好用嗎？

前陣子很常看到「落日條款」這個名詞，也很好奇是什麼。剛好透過這次的探究，了解到高雄有頒布管理夜市的自治條例，也解開我的疑惑，但也發現到落日期限一延再延。再細看申請合法的條件，要攤販自行成立管理委員會、取得多數住戶同意等。對於他們而言，若沒有政府介入協助，會顯得心有餘而力不足，畢竟這類流動攤販，平時就得到四處各地求生計，要搬出時間和住戶協調，是較為困難的。

資料分析 — 攤販求利、住戶求安寧乾淨、政府居中

夜市雖聚集許多攤販，方便吃喝玩樂，但對當地住戶而言，夜市帶給他們髒亂的環境、噪音、食物氣味、車道擁擠等外部成本都由他們自行吸收，實在不大公平，也不是每個人都願意接受。

不過瑞北夜市最後並未獲同意設置，理應搬遷到其他合法場地，但攤販卻又回流。探究其原因，一是轉介到合法的凱旋攤集場，生意卻是差距甚大，沒有利潤；二是政府並沒有強硬執法，因為夜市問題背後還有很多因素影響著，並無法說趕就趕，加上瑞北的攤商、住戶各有表述，仍無法平衡。

個案反思 — 鄰避效應、環境人權

我從此次探究發現，居住權、環境權等第三代人權的爭取，聲浪是逐漸上漲，這能和「鄰避效應」呼應。大家會喜歡逛夜市，但很少人會願意夜市設置在我家正旁邊，畢竟它帶來的種種外部成本，對於住戶來說，是大過於效益的，當長期須吸收這些成本，就顯得不那麼正義。

列點說明習得的素養性能力

P.16

因此，除了政府要更加積極幫助協調，我們都應該尊重每個人的環境權、居住權，且要漸漸習慣消費模式的轉變，可能會從街頭型夜市轉成有相關處理設備的定點夜市。當然，這或許會讓在地夜市變得「不那麼在地」，但這又和臺灣整體夜市文化的形成有關，是另一個探討方向了。

能力與過程反思 — 思考模式更多元清晰、嘗試視覺化與生活化呈現成果

此次公探我是獨立完成，雖然要花更多心力整理，不過自己的想法能夠更精確地展現；適時地與同學、老師交流，也讓這份成果有了更完美的一面。

同時，我也從各種角色帶入去分析，獲得不同的視野，能讓立場更加客觀，並以生活經驗融入個案，有更深刻的體會，且思考模式有更不同的轉變；了解法規運作後，除了嘗試用流程圖去簡化文字，也開啟另一波對條例的反思，像是申請條件是否可行？是不是哪邊怪怪的？這些都讓我有了更深廣的想法。

在成果的呈現，因為沒有限定，我以歌詞改編演唱的方式輔助，想表達在夜市的住戶、攤販兩大對立面的心聲，算是在疫情期間無法實際訪問，另類的創意表達吧！也希望讓讀者印象更深刻，如果可以，期待能實際走訪夜市的日子也早點歸來！

總而言之，此次探究讓我有更清晰的思考脈絡，也使我重新審視之前所做的報告，亦啟發我對社會、法規的多一點好奇，期望有更好的能力、知識之後，能為這個社會多點貢獻。

核心素養能力可至ColleGo！網站查詢

探索核心素養

透過核心素養可找出適合的學群、學類。請選出您認為自己具備的核心素養，點選後系統會顯示各學群重視該素養的程度，以及最重視該素養的20個學類。



自主行動：規劃執行與創新應變

重視之學群

Top 20 重視之學類

生命科學

17.68%

地球環境

17.50%

工程

16.51%

管理

16.15%

財經

15.84%

數理化

15.36%

生物資源

14.80%

更多能力項目

可至ColleGo！學類資訊→能力特質 中查詢參考

英語文學類 [+ 加入比較清單](#)

外語學群



資料更新時間：2025/9/2 下午 06:20:41

多元能力

語文理解與表達：能透過語文理解他人想法形成特定概念，且能說明特定想法或因果關係。

21.05%

主動學習：積極尋求新資訊用以掌握問題的前因、後果以及預期影響，並依據各環節選擇適合的學習行為。

10.58%

批判思考：運用不同觀點對問題進行理性分析，對問題的解決方法或結論，評估出優缺點、支持、反對的意見。

9.65%

問題解決：分析並預判問題的成因與後果，設想出合適的解決方法及使用的工具。

7.44%

自省促進：收集、評估自己或他人的表現，提出可改善及調整的方法或採取行動。



二、作品須有摘要

建議在作品開頭放上摘要

(至多1-2頁)

1.簡潔、不冗長

2.呈現作品特點與個人特質

3.可搭配圖表



公民探究與實作 | 政治場域中女性面臨之困境

一、內容摘要

這學期公民探究與實作課程的主題是「性別議題」，本作品將簡述活動動機、活動成果與心得反思等，最後將統整在課程中學習到的能力與未來繼續研究的方向。

介紹活動動機
與心得反思



介紹文獻探究
與活動成果



總結心得與未
來探索方向

二、活動動機

課程中我們看了一部韓國電影《八十二年生的金智英》，裡面提及到女主角在職場中面臨的困境，包括升職困境、女廁被安裝針孔攝影機和上司的冷言冷語，這讓我聯想到不久前看到的新聞寫道：2020 政府提名的內閣是「最男內閣」，婦女團體紛紛批評這史上最低的女性內閣比例，甚至提出婦女保障名額應實施於內閣名單之中，不過也有人認為要選出最有能力的人出來，而婦女保障名額將使能力比較差的女性進入內閣名單裡，反而排擠原本較有能力的男性候選人。除此之外，我想到高一公民課本內亦有提及婦女保障名額的建立，將電影的情境、現實狀況和高一所學連結後，讓我開始思考**女性於政治場域中是否也面臨電影中類似的困境？**因此欲探討：**一、女性於政治場域中面臨的困境；二、政治中性別的多元性是否與公職人員的能力互相排斥；三、婦女保障名額之必要性。**最後，我與另一名組員發現周遭的人對於政治及性別觀念也存在著許多誤解，所以希望以設計相關課程活動的方式，去推廣不同於以往的思考模式，使人們能去發現存於此世代中的權力不對等。

三、活動心得與反思

這次的活動讓我學習到**口語表達、邏輯思辨、溝通討論、資料統整分析和社會關懷**等能力，並且**針對婦女保障名額之利弊有更深刻的理解**，另外也讓我體悟到日常生活中的各種小細節都**可能對於某些族群是種壓迫**，其中十分頗覆我想像的是黃長玲教授的研究：有九成因保障名額而當選的女性能力不亞於甚至優於他們排擠掉的男性，這使我在未來思考社會議題時更加謹慎，一定會尋找相關數據資料再作判斷。除此之外，**研究中遇到的困難有：上課時間不夠籌備、活動如何設計得吸引人**，第一個問題我們透過通訊軟體與線上共同編輯檔案，利用放學後與假日籌備計畫來克服時間不足的困難；第二個問題我們透過查找過往曾經做過的研究，例如：畫出心目中的領導人的活動，來增添整體活動的參與度與趣味性。最後，我發現原來憲法中也有婦女保障名額的相關規定，**未來也會從法律角度來思考婦女保障名額**，**近期目標**希望能閱讀更多與女權相關的書籍以及探討婦女保障名額的相關法律；**遠期目標**希望能舉辦更多活動繼續推廣此議題以及參加相關講座來提升對議題了解的深度與廣度。



三、交代作品的脈絡



1. 透過作品呈現學習脈絡
2. 說明「作品主題」以及「製作動機」，與課程的關聯性。
3. 完整列出引用資料來源
4. 自然科作品應呈現實驗步驟(文字或圖示皆可)

參考文獻

一、中文部分

于乃玲、胡瑞桃、周碧琴、賴瑞月 (1999)。某區域醫院護理人員工作滿意度與留任意願相關性之探討。長庚護理，10(3)，28-38。

王保進 (2006)。視窗版 SPSS 與行為科學研究 (三版)。台北：心理。

王富美 (2006)。花東地區校長工作壓力與工作滿意度之研究。國立台東大學教育研究所碩士論文，未出版。

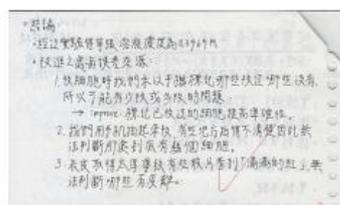
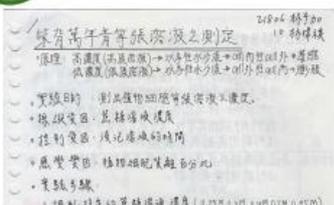
王新超譯(2002)。組織和心理契約。【原著 P. Makin, C. Cooper, & C. Cox】。台北：五南。

高二生物實驗報告

一 動機

在高二的選修生物課程中，我學到了細胞的構造、分子組成、代謝作用以及酶的特性。為了深入了解課程內容並加深印象，我和班上同學一起做了「紫背萬年青等張溶液之測定」、「未知溶液的測定」、「影響過氧化氫酶活性的因素之探討」、「影響發酵作用的因素之探討」實驗，並將實驗紀錄與結果整理成完整的實驗報告，經由檢討修正增進實驗和書寫報告的能力。

二 成果



四、突顯個人獨特性、作品需要有真實性

1. 不論作品中呈現的是學習內容、心得記錄或反思，大學端期待能夠看到學生能從個人興趣或經驗出發，且能展現與眾不同的個人特質、學習收穫和省思。
2. 團體報告要加上個人的貢獻與個人想法。

個人反思

研究動機

從小生長在一個嚴厲的家庭，很多事都被管束。爸媽總是說為我們著想，我們有很多要求，甚至希望我們照他的方式去做，我們一直都覺得生活很開心。上了高中之後，經由聊天發現他同學也有類似狀況，原來我們不是

砂石過濾法研究動機：

近年來，許多文獻指出曾在許多海洋生物的體內發現直徑小於5mm的微塑膠。這些塑膠微粒源自於人類日常生活中所使用的清潔用品，加入了大量塑膠微粒，而這些微粒卻因體積太小，無法經過汙水處理廠過濾而直接流入大海，默默成了水循環的一部份。雖然在2019年環保署已制定「限制含塑膠微粒之化粧品與個人清潔用品製造、輸入及販賣」來下架所有富含塑膠微粒的清潔用品，但仍有部分商家卻遲遲未下

結合時事，關心環境汙染

架。而我們很好奇這些加入塑膠微粒的製品若使用最傳統的砂石過濾法所能達到的乾淨程度，由於在家做實驗所以選擇了口罩來當過濾器材，口罩內部由層層的棉布組成，所以我覺得能達到很棒的過濾效果。

四、突顯個人獨特性、作品需要有真實性

課程延伸學習「轉型正義」的議題

除了我在報告裡提到的《無法送達的遺書》，我也利用暑假時間閱讀了《二二八》、《台灣白色恐怖小說選》等書籍。



《白色恐怖小說選》透過小說這個「以文學靠近記憶的現場」一窺作學包裝、隱蔽下的歷史痕跡，讓我在建構對過去的想像。



《查某人的二二八》透過受難者著述文字，以女性角度刻劃對過去最深刻的見證，從家屬的敘事中意識到延續，與長期被忽視的女性聲音。

在公民老師的推薦下，也參加了幾場相關的線上講座。這次的報告讓議題有更詳盡的認識，也促使我在日後對議題持續關注。



由春山出版社以《台灣白色恐怖》為基底，舉辦的一系列白色恐怖相關講座。



我參加的其中兩場，分別以嘉義林森人為舞台，講述了我不曾接觸的，在白色恐怖下刻意抹滅與遺忘的白恐過去。

說明小組分工、個人貢獻與省思

分工

我個人分析各高中生的個性亦使我的工作。在解決方法及協力互補的合作後進行收尾，再交由

參與人員	參與內容
20609	參與大部分訪談
20624	探究前期負責作訪談學務主任
20625	參與每次討論結果、製作訪
20627	參與每次討論
20633	參與大部分訪談
20635	參與每次討論分析各高中外

陸

課程省思

剛開始和組員們在想題目時思考了很久主題的方向，我們有想過要寫外送相關的主題，但是最終我們選擇這個主題的原因是，我們覺得身為學校的一份子應該對學校規範有多一點的認識，透過這次探究能幫助我們了解文華在外食規範上與其他學校的差異以及不開放的原因，另外近年來隨著學生自主意識興起，學生權益的觀念普及化，校內另類求開放外食的聲音高漲，我們也想藉此能和學校反映學生的需求並透過行動方案和校方共同尋找合宜的外食規範。我們初步在蒐集資料和文獻時發現教育部函文內容並無明確寫出學校是否應該開放訂購外食，是否開放及詳細的規範都由各校自行討論決議，而我校規範中也無明確說明訂外食的規定，所以我們在後續與校方討論時也有提出學校外食規範不明確的問題。再來，我們先前草擬的外食規範在經過收集師長對開放訂購的意見之後有了很大的修正，原因是我們缺少了校方的考量面向，在爭取學生權益層面上應該也要換位思考顧及校方的疑慮以達到共識，我們經組內討論折衷之後有修改出一份建議方案，也有針對校方的疑慮提供解決方案以供學校參考，望校方能採納及制定詳細的外食規範。我們爭取學權所採取的方式不是激進的衝撞行動也不是街頭抗議，因為我們借鏡了多所學校的外食爭取議題，希望能理直氣和地讓校方開始關注此議題，無論是否開放外食都能意識到學生的訴求並給出回應。

從探究中了解到了許多關於學權的議題，尤其是外食方面的權利爭取，這次也透過了行動方案向學校訴諸了學生們的訴求，雖然最後校方尚未給出明確回應及行動，但依照校方說詞願意讓我們以試辦的方式進行，察看若開放外食後的實際情況，以供校方作為前車之鑑制定未來外食規範，此探究過程為期近十個月，中間遇到的問題像是蒐集函文，抑或是師長們的擔憂，都成為了我們成果的一部分，這些問題不只是絆腳石而是我們探究過程中的養分，而是能給予我們新穎的想法和錯誤的糾正，有了多方意見的討論修正是我覺得這在所有過程裡是我獲得最多的地方，不僅止於多方溝通互動，我覺得這次的探究讓我更清楚學生權益的捍衛和學生權利的內涵，能經由這次機會讓我實踐爭取學權。

最後，我認為無論是國外學校或是國內學校在學權意識上都有很大的進步，像是組成學生會、發起學權運動及參與108課綱公共政策投票等，都是爭取權利的表現，過程中學生能因此凝聚共識，而在此同時學校也扮演了一個重要的角色，是否能和學生達成共識成為了重要的一環，透過養成學權意識讓我們更有動力把握機會去爭取，爭取的過程中學習表達、合作和搭起與校方的友善橋梁。

學生權利意識

同理換位思考

理性溝通互動



課程學習成果範例：實作作品

(以北醫醫檢系為例)

台中女中

台中女中

台中女中

台中女中

台中女中 高二生活科技課程 學習心得記錄單

一、課程摘要

在本學期的生活科技課

製作三層光雕燈景作品

接著利用 *illustrator* 把圖片

檔案，並送至雷射機進行切

體，切出來的作品也是令人

而在此課程中總共記錄

有包含使用 *Tinkercad* 與 *12*

是模擬了電路連接，整學期

二、收穫與心得感想

這堂課帶給我最大的收

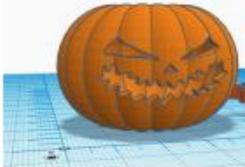
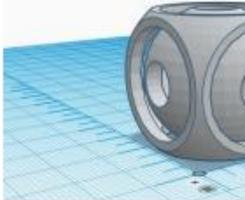
機的操作方法，這些技能

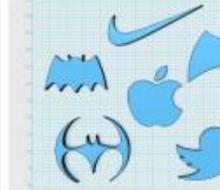
當中還是有些我並沒有那

我覺得用雷射機切割木

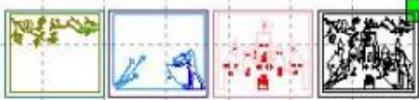
小拿捏不對，使得切出來

讓我覺得驚奇，在一次次

班級:	座號:
本周課程內容摘要: 學習 3D 建模，並使用 3D 建模製作兩個作品——南瓜燈與	
本周課程收穫摘要(請條列描述) 1. 學會使用 3D 建模軟體 T 2. 學會設計自己想要的 3D 3. 從中獲得建模樂趣	
學習觸發: 日常生活中的小物件，似乎 多小東西。	
活動紀錄照片:  	

班級:	座號:
本周課程內容摘要: 123D Design 操作方法介紹 件——手機殼與小船。	
本周課程收穫摘要(請條列描述) 1. 學會使用 123D Design 2. 了解如何使用以前不 3. 學習運用不同方法解	
學習觸發: 從一開始製作圖型就讓 分; 接著製作手機殼也 殼上會有正反面的問題 看來是因為我沒有選到	
活動紀錄照片:  	

班級:	座號:
本周課程內容摘要: 上週是測驗我們學習 123D 人掌、沐浴乳瓶、馬克杯、 而這週我們開始學雷射切割	
本周課程收穫摘要(請條列描述) 1. 學會運用 123D Design 中 2. 學會使用 <i>illustrator</i> 將圖檔 3. 學會操作 <i>RDworksV8</i> 來設	
學習觸發: 以上三個軟體若能靈活操 也有嘗試製作過的小熊吊物	
活動紀錄照片:  	

班級:	座號:	姓名:	日期:11/9-11/30
本周課程內容摘要: 雷射切割機的使用方法，並切割出自己設計的吊飾；設計專屬於自己的三層光雕主題燈， <i>RDworksV8</i> 與 <i>illustrator</i> 的使用技巧			
本周課程收穫摘要(請條列描述) 1. 了解雷射機的操作方法 2. 熟悉 <i>illustrator</i> 與 <i>RDworksV8</i> 之中的節點編輯技巧 3. 從設計光雕主題燈的過程中獲得多創意發想及樂趣			
學習觸發: 到目前為止覺得最有趣的課程就是三層光雕主題燈，因為圖案的設計是從網路上 個別查詢，並且發揮創意拼湊出來，雖然在圖案的編輯上，遇到的阻礙相較於之 前的作品更多，設計出來後的成就感也更高，期待成品能夠順利切割出來。			
活動紀錄照片:  			

課程學習成果範例：自然科學領域探究與實作成果、特殊類型班級之相關課程成果

(以台大醫學系為例)

摘要

生物探究與實作

檢測基改黃豆



目錄

03 習得能力

04 心得

05 反思

06~12 實驗報告

06 課程概述、學習
實驗概述、實驗

07~12 實驗報告

習得能力

科學能力 在了解DNA粗萃取、PCR、凝膠電泳的原理後著手進行實驗，運用課本知識於實際操作，學問不再只是紙上談兵，在過程中增進科學能力。

圖形推理 電泳實驗結果出爐，看著各個跑道的螢光條帶分布情形，我試著分析實驗結果，推理出背後的可能原因。

操作能力 這次探究課程我們主要進行分子生物實驗，過程中經常用到微量吸管和微量離心管，包括最一開始的DNA粗萃取以及之後的聚合酶連鎖反應，透過反覆操作微量儀器，培養自己的操作能力。

閱讀理解及外語能力 在這堂課中，老師也丟給我們許多需要閱讀的相關文章，包括華生與克里克證明DNA為雙股螺旋結構的論文，我查詢了許多英文單字以了解全英文的專業論文，過程中增進閱讀理解及外語能力。

團隊合作 透過團隊合作，我們這組的實驗效率提高了許多，此外在最後的實驗結果分析，也是多虧了與組員們之間的討論，我才找到了這麼多影響實驗的可能原因。

心得

台中女中 高二

批判性思考能力

探究與實作課程使我有機會接觸分子生理的變化，而這是以往實驗從未帶給我的體驗。實驗步驟按部就班地完成，然而最終卻得到小小的原因導致實驗結果與預期結果不符合肉眼看不到的，因此探討實驗結果時就必須推理，我們從最終結果推測出幾個可能的原因。

謹慎的實驗態度

實驗結果最終推測是人為操作時的失誤。我們確實未想過某些不經意的舉動會造成實驗「差之毫釐，謬以千里」的特性及實驗。

團隊合作的重要

最後能產出這份報告，我的組員也是一大原因。實驗結果時不免遇到大大小小的瓶頸，像是查不到導致失誤的原因等等，不過當組員一起討論時，進而跨越障礙，使得我們的實驗能順利進行。資料給不同人查詢時，我十分訝異竟然能達到共同努力時有很大的機會達到事半功倍的功效。

反思

台中女中 高二

如果這次實驗能重新來過，我有兩點反思。

其一，我會在實驗前先了解整個實驗原因以充分預習，本次實驗所得的最後結果皆是事前能夠避免的人為疏失，如身注意實驗過程或許就能避免。

其二，每次的實驗過程皆要確實的去做，有做太多的紀錄，而只是籠統記下大要對日後的結果分析有極大的幫助，因為結果分析時我們有些不知所措，僅僅只能推測。

總而言之，本次實驗讓我學到了，要從頭到尾都先多想一步，預想可能發生的問題。

壹、課程概述

本課程主題為基改黃豆檢定。老師首先介紹有關課程主題的內容，如黃豆特徵、實驗儀器等等，接著讓學生依序進行DNA粗萃取、PCR及凝膠電泳三項實驗，以檢測基改黃豆。

貳、學習目的

- 1、透過三項實驗，培養進行分子生物實驗的基本素養。
- 2、學習藉批判性思考分析實驗結果。
- 3、透過小組討論，培養團隊合作的能力。

參、實驗概述

透過DNA粗萃取、PCR與DNA凝膠電泳實驗，探討實驗組與對照組中DNA條帶(band)的大小及出現與否，進而解釋並推測甲、乙黃豆是否為基改黃豆。

肆、實驗原理

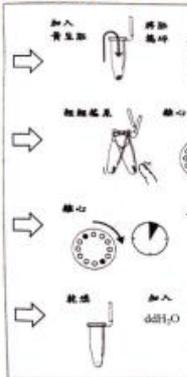
一、黃豆DNA粗萃取

- (1)、將黃豆搗碎於離心管，以破壞植物細胞壁。
- (2)、加入界面活性劑破壞植物細胞膜、核膜和膜狀胞器，使DNA離開細胞核。
- (3)、加入醋酸鉀，待蛋白質沉澱後取出上清液。
- (4)、在上清液中加入100%異丙醇，沉降DNA後去除上清液。
- (5)、以70%酒精清洗沉澱物後，加入ddH₂O再懸浮DNA，保存於-20度C。

伍、實驗步驟

一、黃豆DNA粗萃取

(圖一) 流程圖



二、聚合酶連鎖反應(PCR)

(1)、加入各項反應

將甲黃豆的DNA粗
DNA粗萃取物分成兩
編號2、4加入RuBis
聚合酶、dNTPs及緩衝

(圖二) 1~6號離心

編號
反應物
ddH ₂ O
染色體 DNA
Forward primer (10μM)
Reverse primer (10μM)
5xMix buffer (70μ DNA 聚合 酶、dNTPs、緩衝液)
ddH ₂ O
total volume (μL)
dNTPs: dATP、dGT

(3)、將各個待測樣本加



(4)、進行電泳



(5)、將瓊脂糖凝膠置於

柒、結果討論與分析



Marker 條帶 (Band) 模糊、

- 1、凝膠 (Agarose gel) 未
- 2、TBE緩衝液多次使用、

第一跑道(Lane): 甲黃豆+EPS

1. 甲黃豆為非基改黃豆、故

第一、三、五跑道(Lane): (甲

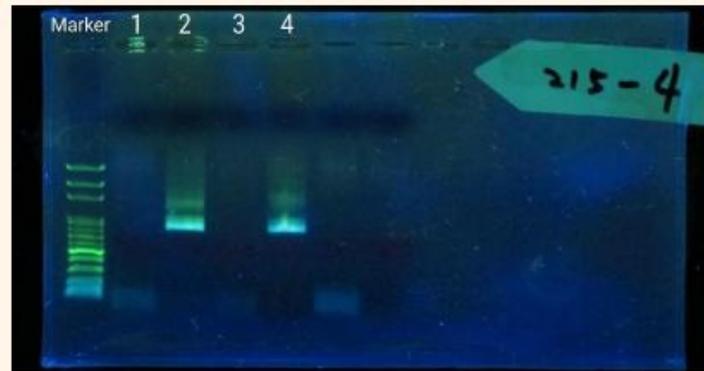
此三跑道起點處皆出現微弱螢光
推測實驗結果可能為EPSPS引

1. 人為操作過程中造成的E

第二、四跑道(Lane): (甲、乙

- 1、樣本受到污染: 實驗時
滅菌Eppendorf拿取時遭

- 2、引子不特異: 引子與目
產生了RuBisCo基因以外的



第三跑道(Lane): 乙黃豆+EPSPS Primer

乙黃豆為基改黃豆、故跑道上應該會出現條帶、本組實驗未出現條帶的
原因可能有:

PCR過程中:

- 1、EPSPS引子間形成二聚體、而未成功黏上模板、導致EPSPS基
因條帶未顯現。
- 2、模板中含有雜蛋白質、例如染色體中的組蛋白等等、導致引子
未成功與靶序列黏合。
- 3、一開始的乙黃豆便拿成了甲黃豆。(機率較低)

捌、改善方式與總結

- 1、進行實驗時戴手套、於紫外光無菌操作台進行本實驗等等、減少
人為誤差、增加實驗成功率。
- 2、注意DNA模板中所有可能和引子互補的區域。
- 3、降低引子產生二聚體的機率。



課程學習成果範例：社會領域探究與實作成果、 特殊類型班級之相關課程成果 (以清大人社系為例)

109學年度下學期課程學習成果

傳統餅店不傳統

探討傳統餅店的轉型及出路

台中女中

公民探究與實作

指導老師:劉姝言

學生

摘要

本探究是以個案分析探討傳統餅店轉型歷程、模式。主要討論其人員、產品特色、空間環境、行銷模式的轉變，並進一步分析未來走向及提出展望。由此次探究個案分析可得知結合老店面改造與藝文空間(如歌劇院展售空間)進行銷售，是傳統餅店轉型的理想模式。

關鍵詞：個案分析、傳統餅店、轉型

我在小組中負責的工作



文獻資料閱讀整理



訪談店家洽談



訪談問題單製作



口頭報告(轉型實例)

目次



一 成果呈現

1-1 前導訓練摘要.....1

1-2 小組書面報告.....2



二 自我省思

2-1 歷程記錄.....18

2-2 遭遇難題與解決.....19

2-3 心得與反思.....20



參考文獻.....21

附錄22



01 成果呈現 前導訓練摘要

前導訓練	訓練摘要
比較台日政治參與氛圍	<p>查找資料方向：</p> <ul style="list-style-type: none">• 競選活動規範• 政治體制差異• 國際處境不同
生活觀察發現問題	<p>觀察全聯泡麵區商品價格分類</p> <p>結論：價格排序非依照與店門口遠近</p>
台中第五市場踏查	<p>福松商店訪談：</p> <ul style="list-style-type: none">• 經營者• 店面整體動線及擺設• 商品來源及擺放• 客群變化• 歷史 <p>結論：市場沒落、內外部人潮差異大</p>
孟山都的基改世界影片討論	<ul style="list-style-type: none">• 影片以「受害者」角度拍攝• 影片傳遞：BT棉效果不彰、BT棉導致農村自殺率提高、經濟陷入困境• 證據判斷：官方統計資料、影片提及文獻、BT棉實驗報告、等其他文獻

01 成果呈現 小組書面報告

傳統餅店不傳統

探討傳統餅店之轉型與發展



探究動機

近幾年來越來越多與臺灣本土相關的電視劇興起，如2020年公共電視台播出的《我的婆婆怎麼那麼可愛》。劇中故事圍繞在珍賀齋這家傳統餅店，面對時代的轉變，不斷改變生產、行銷模式，這也興起了我們想要研究傳統餅店轉型的契機。對於在地傳統餅店的發展、困境，我們產生了疑惑，故藉此公民科探究與實作解決問題。

傳統餅店

傳統餅店特色的觀察分析，我們主要從客人的體驗媒介方面作觀察。

將客人體驗媒介分五大點：人員、產品呈現與識別、空間環境、溝通以及其他。

人員

公司：家族企業。即股權大多集中於家庭成員，因此常出現持有權與經營權皆在家庭成員手上的情形。

管理者：代代相傳。過去許多行業大多採傳業給子孫的方式，特別是食品行業需要特殊料理手法，常常出現連傳三代以上的情形。

產品呈現、識別 (產品特色)

口味：對於過去大餅的印象中，大多可以把他們區別為以下三大類：第一，甜味。甜味的大餅中大多會包紅豆泥、綠豆沙等甜餡，偶爾也會見到包鳳梨餡的；第二，鹹味。鹹的內餡比起甜味可能較少出現在我們印象中，但有些店家會選擇填入菜脯、碎肉末作為獨特餡料；第三，綜合。部分店家特別追求甜鹹交融的口味，藉此可以讓整份糕餅比較不因單一口味而過度膩口，此種口味常見的代表有紅豆泥包入鹹蛋黃、肉鬆等。

包裝：傳統餅盒，在過去的包裝經常是洋溢著喜氣的大紅色，而盒面上總用著金、白色鑲上大字。比起圖案，他們更喜歡以文字作為傳達意象的媒介，舉例來說：在喜餅上總是寫著大大的「囍」，而一般的餅盒上則是會有「金字招牌」、「百年傳承」等字樣。

空間環境 (店面特色)

古樸的紅磚、線條筆直的木牆，進入傳統餅店時，最令人難忘的莫過於這些充滿時光痕跡的建材。過去的餅店大多是採店宅結合的模式，一樓為銷售的餅店，廚房緊鄰著店面後方，而二三樓則是自家民宅。許多的店家也選擇開業於老街，因為老街是過去的市中心，較其他的地方繁榮許多。



溝通 (行銷方式)

過去的行銷方式大略可分為兩種。第一：鄰里間的口耳相傳，也就是俗稱得「呷好鬥相報」。過去人與人關係較為緊密，只要店家的產品好吃、口碑優良，就容易透過居民聊天的方式流傳出名，成為另類的宣傳。第二：試吃服務。店家時常會為每樣產品皆提供試吃，幫助客人了解口味且方便他們選購，使客人增加想買的意願。

其他

這部份主要介紹的是商品的用途。過去大量訂餅的目的大多以婚宴喜慶為主，傳統節慶例如中秋節也是餅店訂單較多的日子，也有部分人因家中孩童彌月特地訂餅分送給親朋好友分享喜悅，反倒較少人會買作伴手禮。



過程中遇到的困難與解決



傳統餅店定義模糊

小組討論定義時產生意見分歧，不確定要以年代作為評斷還是店家風格。最後透過各自看法陳述，共同決定以年代作為首要評斷，再來才是店家風格。



疫情影響訪談計畫及成果表現方式

起初預計要在林金生香店內與第五代經營者進行面對面訪談，並將成果製作成類似紀錄片形式，但後來疫情轉為三級警戒，因此我們與店家協議將實體訪談改為線上問卷回覆，並將成果改為書面報告於線上口頭發表。

心得與反思

本次的公民探究與實作活動對我而言是與以往經驗非常不同的一次，因為在本次的報告中，我們所採用的資料不只是以往常用的書面、網路文獻資料，還包含了第一手的店家訪談資料，而我又是組內負責與店家洽談的，因此體驗特別深刻。在與店家接觸的過程中我精進了我的**說服推廣**能力，同時也加深**堅毅**、**自信**的人格特質。



說服推廣

1. 雙向獲利
2. 針對品牌理念提出計畫
3. 文字展現熱忱



堅毅

1. 雙方協議、積極溝通、回覆等待
2. 達成任務



自信

1. 對外洽談
2. 第一手資料
3. 冷靜處理
4. 活潑熱忱



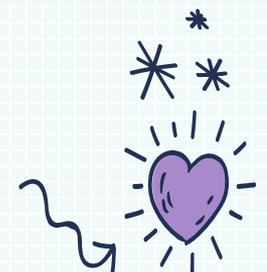


課程學習成果 審查資料上傳(勾選)注意事項

考生可自高中學習歷程資料庫之課程學習
成果紀錄中勾選至多**3件**資料檔案上傳；
或自行整合製作成一個課程學習成果PDF
檔案，再行上傳。



節錄自大學「申請入學」招生簡章

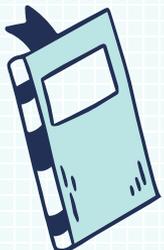


多元表現

資料出處：教育部大學多元入學手冊



B



3



2



A



2×2



1





多元表現

呈現出同學們所做的努力以及所展現的多元能力。

➤ 摘要

簡述學習收穫、過程體驗、
成果與改變

➤ 參與學習的過程

參與活動的原因與期待、
如何規劃、所做的具體努力

➤ 多元表現成果

獎狀、證明、成果照片、
學習計畫

➤ 心得與反思

學習收穫、過程體驗、
成長與改變

✓ 多元表現如能呈現背後的故事與脈絡會更有亮點！

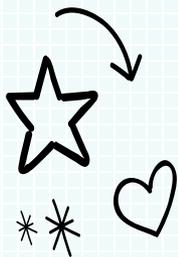
✓ 多元表現綜整心得800字、圖片3張，申請一階通過後才上傳

**





- 小論文比賽
- 閱讀心得徵文比賽
- 教育部文藝創作獎
- 全國學生圖畫書創作獎
- 丘成桐中學數學獎
- 智慧鐵人創意競賽
- 遠哲科學趣味競賽
- 少年圖靈計畫程式競賽
- 國際運算思維挑戰賽
- 大學開放式課程
- 居禮夫人高中化學營
- 高中數學研究人才培育計畫
- 放學後STEAM系列講座
- 醫學系列講座
- 圖書館策展人





項次	審查資料	項目內容代碼對照
1	修課紀錄	A. 修課紀錄
2	課程學習成果	B. 書面報告 C. 實作作品 D. 自然科學領域探究與實作成果，或特殊類型班級之相關課程學習成果 E. 社會領域探究活動成果，或特殊類型班級之相關課程學習成果
3	多元表現	F. 高中自主學習計畫與成果 G. 社團活動經驗 H. 擔任幹部經驗 I. 服務學習經驗 J. 競賽表現 K. 非修課紀錄之成果作品 L. 檢定證照 M. 特殊優良表現證明 N. 多元表現綜整心得
4	學習歷程自述	O. 高中學習歷程反思 P. 就讀動機 Q. 未來學習計畫與生涯規劃
5	其他	R. (校系自行輸入限 10 字) S. (校系自行輸入限 10 字) T. (校系自行輸入限 10 字)



多元表現範例：高中自主學習計畫與成果 (以長庚醫學系為例)

台中文中

摘要

109學年度 自主學習計畫

小論文撰寫：〈人造肉從哪裡來？—淺談人造肉技術〉

發想動機

最近人造肉技術廣受討論，除了學校老師有和我們提及外，在報章雜誌、市場上也都出現了人造肉的身影，這使我對人造肉技術產生了很大的好奇心，想要透過文獻探討深入了解此新興技術，並將搜尋資料統整為一篇小論文。

閱讀理解

閱讀大量文章，提升閱讀理解能力。

文書處理

紀錄資料、比較不同，整理出公正且準確的小論文。

寫作表達

運用精準的語句寫作，學習有效並正確地傳達訊息。

組織能力

透過心智圖使訊息產生關連性，並組織成一篇完整的文章。

習得能力

困難與解決方法

萬事起頭難

不知道如何開始，透過閱讀得獎作品，找到研究方向。

資訊內容龐大

資訊複雜龐大，撰寫摘要以建立邏輯次序。

資料耗竭

與共學同學交換查詢的資料，搜尋到更多有關主題的內容。

目錄

頁數

(頁碼標示在頁面的左下角)

03 習得能力及困難與解決方法

04~05 心得與反思

高二完成自主學習計畫後，我的心得及反思。

06~12 自主學習計劃書

計劃書內完整地紀錄了我們的計劃主題、進度規劃以及18周進度的執行過程與心得。本分資料有通過學校及指導老師的審核。

13 成果展海報

我們有參加校內辦裡的成果展，並將研究主題製成海報，但由於疫情影響，今年的成果展僅提供瀏覽，沒有口頭發表的機會。

14 成果展參展證明

學校頒發的參賽證明。

15~25 小論文

本次自主學習計畫的最終成果。

26 小論文寫作比賽獎狀

我們的小論文參與中學生小論文寫作比賽，獲得特優的獎項。

習得能力

閱讀理解



在撰寫小論文的過程中，我們閱讀了大量的文章，透過反覆的查詢及閱讀資料，我提升理解文章意涵與邏輯的能力。

文書處理



查詢資料的過程中，我會紀錄資料出處，並比較不同網站的文章內容，進而整理出最公正、準確的小論文。

寫作表達



學習統整龐大的資料，並在有限的頁數中除了言之有物外，更達到不蔓不枝，我學習運用精準的語句寫作，有效並正確地傳達訊息。

組織能力



將不同的背景知識系統化，我透過心智圖建立小論文架構，學習讓各個小訊息產生關連性，並組織成一篇文章。

困難與解決方法

萬事起頭難



剛開始進行這項計畫時，我們不知道要從哪裡開始，最後透過分析小論文得獎作品，漸漸找到研究方向。

資訊內容龐大



由於資訊內容龐大且時常交織不同的背景知識，我嘗試在看完每則資料後寫下摘要以建立邏輯次序並找到可延伸的內容。

資料耗竭



研究過程中，不免遇到資料耗竭的窘境，透過與同學同學交換查詢的方式，我發現自己能搜尋到更多有關主題的資料內容。

心得及反思

撰寫

在這次的自主學習，我們從零開始，遭遇許多困難後完成了一件從前我一直覺得很艱難的任務。

由於先前沒有寫過小論文的經驗，對我而言寫小論文意味著要對一個主題打出好幾千字的字，之前的我覺得這是一個十分困難的過程，好像一不小心就有可能無話可說、吐不出任何的內容，所謂「萬事起頭難」，一開始所有的一切都感覺雜亂無章，我們毫無頭緒、找不到該從何處下手。

為了更了解如何開始進行撰寫小論文，我們在中學生小論文網站 看了許多其他同學、學長姐的作品，分析他們小論文的研究架構和優缺點等等，多虧如此，原本一頭霧水的我們似乎 漸漸找到了方向，從別人的文章中學習顯然是一個十分有效的方式。

在釐清自己的目標後，我發現真正動筆開始寫也是一件大費苦工的差事，由於 各種資源的資料皆十分龐大、且時常交織著各種不同的背景知識，要好好的統整整件事情的來龍去脈往往需要瀏覽過許多的相關資料，但我也因此找到了一些幫助自己建立邏輯次序的有效方式。

我習慣在看完每則資料後寫下重要的資訊，然後再從我不了解或是 有興趣的地方下手，延伸尋找更多的相關資訊，再重複進行上述的摘要作筆記，透過這樣的方法，我發現自己的背景知識漸漸開始變得齊全、開始足以應付接下來的寫作程序，下筆變得不再吃力，而這也

是本次自主學習中我學到的一個學習技巧。



心得及反思

自主學習計畫

二、進度規畫：

進度規劃		
次數	內容	備註 (所需資源、地點)
1	小論文題目訂定、初步了解	資源：電腦、書籍 地點：圖書館、教室A

三、成果及展示：

四、執行進度自主檢核(每階段需填寫六次自主檢核，並填入檢核日期)

現章也我正覺得是因及關及了各念的這

自主學習計畫書

自主學習計畫書

成

第二階段自主檢核			
次數	日期 (月/日)	預計進度	實際執行與學習心得
7	2/8	完成「植物肉」並進行培植肉撰寫。(正文)	植物肉的內容不知不覺間便累積了許多將其統整後，我們接著進行了培植肉的研究。培植肉司研究的內容又比植物肉深，除了網路資料外，我們也找了一些相關書籍，然而由於這些書年代有些久遠且有許多專有名詞，我其實讀得很吃力，過程中必需不斷查詢資料，才能吞下如此龐大的知識領域，雖然最終我們所寫下的內容看似不多，然而我們付出許多努力後的結果，所謂「台上一分鐘，台下十年功」或許就是這個道理！
8	2/15	完成「培植肉」撰寫。(正文)	混合肉是人造肉與真肉的混合版，雖沒有太多內容可供研究，然對大眾而言，這或許是可接受度最高的人造肉類型，至於空氣肉技術則特別吸引我的目光，NASA科學家新穎的想法，無疑為我們的未來帶來了更多的可能性，同時也鼓勵了我們「原來生活不是限制!!!」
9	2/22	撰寫「混合肉」(正文)	正文完成後，我們又回頭補充了一些較複雜的部分的資料，像是「豆科血紅素」，我們發現選修生物課本上其實有略略的提過血紅素的構造，而各學科知識運用於小論文中，竟會有這麼以啟用的感覺。
10	3/1	撰寫「空氣肉」(正文)	明膠支架的內容是整篇小論文中屬一屬二，我特別有興趣的地方，用各式各樣的材料製成可支撐細胞的生物支架不但很有創意也具有挑戰性，這讓人想進一步學習與研究！
11	3/2	補充豆科血紅素資料。	生物科技的滾進一日千里，需掌握基礎原理後才能理解奧秘之處，也因為你們的資料得知更多的人造肉類型。
12	3/5	補充明膠支架資料。	

指導教師意見與簽名

生物科技的滾進一日千里，需掌握基礎原理後才能理解奧秘之處，也因為你們的資料得知更多的人造肉類型。

陳蕊菱

第一階段自主檢核			
次數	日期 (月/日)	預計進度	實際執行與學習心得
1	1/28	確定小論文題目，自對欲進行研究之主題作初步了解。	一個好題目除了要是我們有興趣深入探討外，更要具有許多相關資料可供查詢，一開始我們找了许多有興趣的內容想進一

自主學習計畫書

第三階段自主檢核			
次數	日期 (月/日)	預計進度	實際執行與學習心得
13	3/6	和指導老師討論並做修正。	與指導老師討論後，我們發現了小論文有許多待修改之處，包括標題下的不恰當、結構太笨拙……老師也提醒我們撰寫小論文的要點：要讓別人看的懂、清楚明白。我們的研究，一直以來我們敘述的方式似乎皆僅從自身的角度出發，而未考慮到對沒有背景知識的讀者而言，我們的文章是否足夠顯而易懂，在明白這項缺失後，我們互相檢閱各自產出的內容，抓出對方的盲點和講述不清楚之處，透過這個方式，我們的小論文又變得完善了許多。
14	3/7	修正研究架構與格式。	在上次的大改特改後，小論文終於完成到了一個地步，接下來的結論反而是筆墨力激盪的部分，我們一起思考人造肉在未來可能遇到的問題、現況……，學而不思則惛，透過思考，我彷彿又找到了另一個全新的切入點，從不同角度對我們的小論文有了不一樣的見解。
15	3/6	結論產出(人造肉利弊、現況、發展)	最後一部分大致上就是做最後的統整，在彙整引註資料時，我很慶幸先前的自己都有記錄好資料的出處，這使我現在的任務輕鬆多了許多，除了引註資料外，我們也修改了格式並做最後的檢閱，雖然原本計劃要參加的成果展因為疫情而改成了線上辦理，面對面發表的機會雖沒有了，然學習如何透過一張紙清楚闡明我們的理念又何嘗不是一次可學習的考驗。
16	3/11	繪製研究架構圖	一篇報告中，內文格式、用字都是重要的，從小論文的撰寫可加強知識，不覺覺得感動，從這次的自主學習收穫實在太多太多了！
17	3/14	引註資料彙整，小論文最後修改、檢閱與上傳。	
18	6/5	靜態成果展	

指導教師意見與簽名

一篇報告中，內文格式、用字都是重要的，從小論文的撰寫可加強知識，不覺覺得感動，從這次的自主學習收穫實在太多太多了！

陳蕊菱

一、研究動機

據聯合國糧食及農業組織報告，牲畜供應鏈每年排放約七十億噸二氧化碳，佔人為產生之溫室氣體 14.5%，對氣候變遷具相當的影響力。隨世界人口快速成長，肉類需求攀升，雨林被過度開墾為牧場，逐漸擴大的畜牧地嚴重危及生態系統。對此，作為牲畜飼養之替代方案的「人造肉」正逐漸發展。此二技術以實驗室培養肉類與空氣種植肉、魚類過度捕捉餵、氣候

二、研究

(一)

(二)

(三)

三、研究

利用加以分析

四、研究

人造肉從哪裡來？——淺談人造肉技術

人造肉從哪裡來？——淺談人造肉技術

2、油脂

動物脂肪及植物油脂主要皆由甘油及脂肪酸構成，而脂肪酸又可分為三大類：

表一：三大脂肪酸比較表

脂肪酸	室溫下狀態	分類	對人體的影響
飽和脂肪		人造肉從哪裡來？——淺談人造肉技術	
		5、若取代畜牧業，將造成失業率提升。	
		6、普及後價格降低，市場大量消費造成肥胖等健康問題。	
單元不飽和脂肪		二、人造肉現況	
多元不飽和脂肪		(一)、研究困境與未來研究方向	
反：脂肪		人造肉為一新興產業，許多技術都尚未透明公開，不便於資訊的交流傳播。核心技術尚未普及，資料大多為最粗淺的原理。人造肉若普及將為人類社會帶來極大的貢獻，因此握有核心技術的公司應適時釋出資訊，為人類的共同福祉努力。	
		查找資料的同時我們也從而得知大眾對於人造肉的看法，或許在未來此一技術較為普及後，能有相關的研究說明社會對於人造肉的觀感與考量、人造肉對人體健康影響等等更進一步的研究，並思考如何推廣人造肉。	
		(二)、近期目標與發展	
		植物肉目前主要客群為追求環保及健康者，若要普及至一般大眾，除建立信任與提高接受度外，口感也須得到大眾的認可；至於培植肉的生產則面臨成本過高、技術需更進一步革新等困境；空氣肉研發所面臨的挑戰則為核心技術尚未普及、總言之，人造肉目前仍在實驗室生產階段，若要量產則需再等待一段時間。不過，也有部分公司表示目前已進入許可申請階段，若通過有望在市場上開始販售。	

3、血水和

豆科血中所含的血植物肉的生味。

以下就

血基質存在於動物素(Leghemoglobin)菌體要製造!

肆、引註資料

Food and Agriculture Organization of the United Nations. (2013). *Tackling climate change through livestock: A global assessment of emissions and mitigation opportunities*. Rome: Author.

陳俊宏(主編) (2020)。普通型高級中學選修生物 I (全一冊) 細胞與遺傳。新北市：龍騰文化事業股份有限公司。

高偉良 (1994)。動物細胞培養。臺北市：金名圖書有限公司。

Raised & Rooted. 2021 年 1 月 4 日，取自 <https://www.raisedandrooted.com/>

黃欣培 (2019)。用植物做肉還不夠看？科技進化到我們呼吸的空氣也能做人造肉了！2021 年 1 月 11 日，取自 <https://www.foodnext.net/news/newstation/paper/5357398897>

郭美貞、張永達 (2010)。豆科血紅素 -上-。2021 年 1 月 12 日，取自 <https://highscope.ch.ntu.edu.tw/wordpress/?p=6762>

郭美貞、張永達 (2010)。豆科血紅素(Leghemoglobin)-下。2021 年 1 月 12 日，取自 <http://highscope.ch.ntu.edu.tw/wordpress/?p=6760>

MacQueen, L.A., Alver, C.G., Chantre, C.O. et al. (2019). *npj Sci Food* Muscle tissue engineering in fibrous gelatin: Implications for meat analogs. 2021 年 1 月 12 日，取自 <https://doi.org/10.1038/s41538-019-0054-8>

Jamie Chang (2019)。植物油還是動物油好？認識各種油脂。2021 年 1 月 12 日，取自 <https://today.line.me/tw/v2/article/9MeRye>

Jeffrey Bartholet (2016)。培養皿裡的人造肉。2021 年 1 月 12 日，取自 <https://sa.vlib.com/MagArticle.aspx?id=1800>

人造肉從哪裡來？——淺談人造肉技術

貳、正文

現今人造肉可大致分為四種，分別為植物肉、培植肉、混合肉及空氣肉，以下就此四種人造肉(Artificial Meat)做技術介紹。

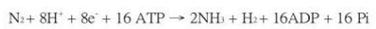
一、植物肉

小論文

人造肉從哪裡來？——淺談人造肉技術

根瘤菌(rhizobium)為一種固氮細菌，侵入宿主細胞後與之共生，使之局部腫大而形成根瘤。宿主提供根瘤菌有機養分及其他礦物質使其得以進行固氮作用、生成氮素養料以回饋，為互利共生。

根瘤菌藉固氮酶(nitrogenase)於根瘤內進行固氮作用：



由上述化學反應式可知進行固氮作用需氧氣以製造能量，但固氮酶在有氧環境下活性會大幅減少，除須藉根瘤的厚壁阻擋氧氣進入外，根瘤菌於根瘤組

人造肉從哪裡來？——淺談人造肉技術

Pat Brown (2018)。Heme & Health: The Essentials. 2021 年 1 月 12 日，取自 <https://medium.com/impossible-foods/heme-health-the-essentials-95201e5afffa>

葉綠舒 (2015)。根瘤菌 (Rhizobium) 與人。2021 年 1 月 19 日，取自 <https://case.ntu.edu.tw/blog/?p=20895>

Beyond Meat. 2021 年 1 月 12 日，取自 <https://www.beyondmeat.com/whats-new/plant-proteins-and-meat-proteins-whats-the-difference/>

Jiaqi Huang, Linda M. Liao, Stephanie J. Weinstein, et al (2020)。Association Between Plant and Animal Protein Intake and Overall and Cause-Specific Mortality. 2021 年 1 月 19 日，取自 <https://jamanetwork.com/journals/jamainternalmedicine/article-abstract/2768358?resultClick=24>

Food and Agriculture Organization of the United Nations (2009)。Global agriculture towards 2050。2021 年 2 月 4 日，取自 http://www.fao.org/fileadmin/user_upload/lon/HLEFF2050_Global_Agriculture.pdf

Specialty Food Association (2019)。Food Out of Thin Air. 2021 年 2 月 8 日，取自 https://www.youtube.com/watch?v=idTyno_xgIw

AIR PROTEIN. 2021 年 2 月 28 日，取自 <https://www.airprotein.com/science>

3C 資訊 3chy. 2021 年 3 月 12 日，取自 <https://reurl.cc/a5xGVD>

Rachael Rettner (2019)。Can You Really Make 'Meat' Out of Air?. 2021 年 2 月 28 日，取自 <https://www.livescience.com/air-protein-meat.html>

Solar Foods. 2021 年 3 月 7 日，取自 <https://solarfoods.fi/>

Food and Agriculture Organization of the United Nations. 2050: A third more mouths to feed. 2021 年 3 月 9 日，取自 <http://www.fao.org/news/story/en/item/35571/icode/>

Now You Know (2019)。Food Out of Thin Air? - Solar Foods Full Interview. 2021 年 3 月 12 日，取自 <https://www.youtube.com/watch?v=lv0857U3UE>

小論文

多元表現範例：服務學習經驗 (以台大醫學系為例)

[服務學習]

喜信愛心義診團服務

目錄

- 摘要
- 義診團簡介
- 動機
- 行前準備
- 觀察與心得
- 收穫與省思
- 未來展望

摘要

動機	1.以前的經驗 2.服務的心願	展現的能力與特質
行前準備	參加動員聚會	1.助人能力 2.合作性 3.樂群性 4.親和性 5.感受性
觀察與心得	1.義診的價值 2.醫師的無私奉獻 3.志工的積極主動 4.長照的需求	
收穫與省思	1.愛心與包容使團隊氣氛融洽 2.付出不是失去，而是收穫滿滿 3.為醫學志向設下成為志願醫師的目標	
未來展望	1.短期：一般志工 2.中期：醫學生 3.長期：志願醫師	



動機

1.以前的經驗

國小時，喜信愛心義診團曾到我的家鄉彰化舉辦義診活動，當時看到許多附近居民皆來看診。我第一次認識義診服務如何進行，也開始瞭解這個團隊。

2.服務的心願

接著，我開始主動尋找加入義診團的方式，希望能參與其中，成為服務他人的一分子。我報名參加動員聚會，持續關注義診團的動態，最後成功報名梯隊，實際服務。

義診團簡介

- 由真耶穌教會喜信醫宣福音團契舉辦愛心義診活動，提供社區關懷醫療服務。
- 自民國89年成立，至今已22年，辦理超過百次梯隊，也曾至臺北、沙巴義診。
- 每年舉辦八次義診活動，足跡遍及台灣北、中、南、東部。
- 義診項目
 - 1.內科、兒科、家醫科
 - 2.骨科
 - 3.牙科(牙科衛教)
 - 4.中醫
 - 5.物理治療
 - 6.檢驗科(心電圖、尿液試紙、血壓、血糖)
 - 7.藥局

行前準備

- 參加動員聚會(108.10.18-19和109.10.16-17)
 - 1.了解義診團隊組織和義診服務內容
 - 2.了解志工工作內容和行前訓練
 - 3.認識志工夥伴和增進團隊氣氛
 - 4.討論活動規劃



首次出梯隊

@高雄十全地區

服務內容—中醫科門診助理

1. 準備設備器材
2. 針灸計針和計時
3. 拿取病歷，引導患者移動

觀察與心得



觀察	心得
<h4>義診的價值</h4> <p>此次義診的區域不是偏鄉地區，但我看見許多民眾不只是來治療疾病，更多的是諮詢醫師如何在生活中調養。</p>	<p>醫療行為不只是在看診的當下接受診斷和處方箋，更長遠的是，病人如何在回到家裡、離開對醫院的依賴後，仍可以照顧自己的健康狀況，持續復健、調養休息，最終回到正常的生活，我認為這才是醫師與病人合作的完整醫療過程。</p>
<h4>醫師的無私奉獻</h4> <p>醫師們一坐下看診，就連續四個小時沒有停下來。到了中午的休息時間，許多人已經在吃午餐了，但一位中醫師堅持等病人療程結束才休息。</p>	<p>醫師們參加義診活動是無薪水支付的，他們犧牲美好的假期時間，來參加義診活動。他們懂得看見他人的需要，使命感激發他們無償付出。我由衷佩服他們無私奉獻的精神，和熱心助人的胸懷。</p>
<h4>志工的積極主動</h4> <p>義診團中有許多人並非醫療人員，他們卻是團隊中不可或缺的一分子，積極協助擺設場地、引導和陪伴病人、活動紀錄等。</p>	<p>「事事有人做，人人有事做」應該是對喜信愛心義診團最好的詮釋。團隊中的每個人除了做好自己分內工作，更會觀察現場有哪裡需要幫忙的地方，並立刻伸出援手。這種積極主動、熱心助人的精神令我印象深刻，我希望可以成為像他們一樣看見他人需要的人。</p>

長照的需求

義診活動中，有一對母女讓我印象深刻，高齡八十的媽媽患有失智症，被五十歲的女兒推著輪椅進來會場。除了帶媽媽來看診，女兒也為自己掛號，治療長期照顧媽媽造成的痠痛問題。

我從那位女兒的眼神中看到了疲憊和無奈。她一坐下來，便開始向醫師訴苦。長期照顧失智的媽媽，不只讓她身體出了狀況，更飽受心理層面的壓力。我認為義診活動僅能在短暫時間內治療急性病，或協助紓緩症狀。但長照是長期規劃的問題，或許長照2.0中的喘息服務是個好選擇。有時家屬並不是不愛病患，但長期照護的沉重負擔在體力、時間和精神上，都會對他們造成壓力。

收穫與省思

1. 愛心與包容使團隊氣氛融洽

我剛開始工作時不小心失誤，但大家不會指責，反而耐心提醒我，讓我覺得很窩心。我在這裡認識很多不同年紀的志工們，從五、六十歲的退休人士到二十初頭的大專生，都有各自來到這裡的故事，但同樣的是，大家都有共同熱心服務助人的目標，因此團隊的氣氛十分融洽。

2. 付出不是失去，而是收穫滿滿

雖然犧牲假日的休閒時間看似是失去，但實際上我卻是收穫最豐富的人。在服務過程中，病人完成診療後的笑容、和我說的一聲謝謝，都讓我感受到，自己的付出讓別人的生命有了改變。雖然勞累一整天，但我內心卻是滿滿的喜悅之情，非常捨不得這段寶貴時間的結束。

3. 為醫學志向設下成為志願醫師的目標

成為醫師是我的志向，看見義診服務中醫師付出的美好身影後，更讓我非常想要成為像他們一樣無私奉獻的醫師，期望我未來也能成為義診團的醫師。

未來展望

我一直非常希望能再參加義診服務，也加入團隊的LINE群組，持續關注活動的時間和地點。但因疫情影響，此後多場義診活動都被取消了，相當可惜。期許自己未來能按部就班成為志願醫師。

短期：一般志工 → 中期：醫學生 → 長期：志願醫生

多元表現範例：競賽表現 (以台大醫學系為例)

[競賽參與]

國際生物奧林匹亞競賽國手選拔初賽 特優錄取

目錄

- 摘要
- 困難與解決方法
- 收穫與省思
- 心智圖成果



摘要

• 執行流程圖



• 展現的特質和能力

- 探究性
- 合作性
- 科學能力
- 閱讀理解
- 組織能力

• 困難與解決方法

1. 讀Campbell毫無頭緒
→ 跟著高中課程進度讀
2. 題目中未知資訊多
→ 讀書會分享蒐集的資料
3. 網路搜尋文獻結果少
→ 以英文查詢

• 收穫與省思

1. 摘要統整的能力
2. 互助共好的精神
3. 終身學習的思維

困難與解決方法

困難	解決方法
<p>閱讀Campbell毫無頭緒</p> <p>一開始拿到Campbell的時候，我從第一章開始讀卻處處碰壁，當時僅國中程度難以吸收書中內容。</p>	<p>我隨著學校生物課程的進度，尋找Campbell上對應的單元，更深入閱讀了解這個領域。不僅幫助我再次複習高中課程，加深加廣的知識也能與之產生連結，統整成兼具架構與細節的知識心智圖。</p>
<p>生奧題目中未接觸過的知識多</p> <p>寫考古題時，我發現生物奧林匹亞競賽中有部分題目的專業領域我從未觸及，答題時僅能由我現有的知識推斷，以致答對率不高。</p>	<p>我與同學建立讀書會，團隊合作搜尋補充資料。每個人針對負責題目中未接觸過的知識深入瞭解，再約定讀書會時間，互相討論蒐集整理的資訊。不僅能廣泛涉獵多元領域的知識，更節省時間、事半功倍。</p>
<p>網路搜尋文獻結果稀少</p> <p>為了搜尋未學過的專業知識，我嘗試以中文上網查詢專有名詞，卻一無所得。</p>	<p>我改成輸入英文的專有名詞進行搜尋，相關資料變得十分豐富。其中大部分皆不是艱深的專業知識，僅是因無人翻譯成中文，而有了語言上的隔閡。這讓我體悟到英文能力的重要性。</p>

收穫與省思

1. 摘要統整的能力

閱讀Campbell時，我會以**關鍵字**紀錄重點和細節。讀完一整章後，再統整出大綱架構，並填入知識細節。這訓練我**摘要重點**、**統整組織**的能力。

2. 互助共好的精神

和同學一起準備生物奧林匹亞競賽時，我們不會抱持互相競爭的心態，獨享資源。而是共同學習的好夥伴，**分享資訊**，互相幫助，激發彼此的想法。

3. 終身學習的思維

每學學習生物知識時，我常感受到**知識的浩大無邊**。這讓我能以更**謙卑**的態度面對豐富的知識淵洋，並抱持終身學習的思維，期許自己未來仍能**永保好奇心與求知慾**，一生學習不輟。





多元表現範例：檢定證照 (以台大醫學系為例)

[英文 檢 定]

考取TOEIC英文檢定965分

目 錄

- 摘要
- 動 機
- 讀 書 計 畫
- 難 題 與 解 決
- 收 穫 與 省 思

摘 要

- 展現的能力與特質

語言能力 組織能力 堅毅性

- 難題與解決

1. Vocabulary: 複習成效不佳
2. Reading: 閱讀速度不快
3. Listening: 英澳口音不熟

- 收穫與省思

1. 事前了解考試方向有助於準備
2. 自主尋求學習資源
3. 熟能生巧：質勝於量



動 機

1. 檢驗英文學習成效

自國小起，學英文也將近十年，可藉此檢驗自己的英文程度。

拓展知識的視野

許多專業知識都是以英文為主，如國際期刊、YouTube教學影片等。

2. 提升英文聽讀能力

在與日本姊妹校交流時，體悟到英文對溝通的重要性。相信提升英文能力有助於未來在大學或職涯與國外交流。

讀 書 計 畫

- 長期養成

Reading
<ul style="list-style-type: none"> • 閱讀雜誌-空中美語 • 閱讀BBC News的Instagram圖文

Listening
<ul style="list-style-type: none"> • 聆聽雜誌朗讀-空中美語 • 聆聽VOA Learning English App的新聞短文 • 聆聽Podcast- 6 Minute English

- 短期衝刺(3 weeks)

周次	Vocabulary	Reading	Listening
1/24-1/30	<ul style="list-style-type: none"> • 主題單字書U1-U15 • 利用Quizlet整理線上單字卡 	<ul style="list-style-type: none"> • 練習模擬題本第1.2回 • 訂正並整理線上單字卡 	<ul style="list-style-type: none"> • 聽單字書U1-U15的單字例句 • 練習模擬題本第1回 • 訂正並整理線上單字卡
1/31-2/6	<ul style="list-style-type: none"> • 主題單字書U16-U30 • 利用Quizlet整理線上單字卡 	<ul style="list-style-type: none"> • 練習模擬題本第3.4.5回 • 訂正並整理線上單字卡 • 複習單字卡 	<ul style="list-style-type: none"> • 聽單字書U16-U30的單字例句 • 練習模擬題本第2.3回 • 訂正並整理線上單字卡
2/7-2/13	<ul style="list-style-type: none"> • 複習線上單字卡 • 背進階單字 	<ul style="list-style-type: none"> • 練習模擬題本第6.7.8回 • 訂正並整理線上單字卡 • 複習單字卡 	<ul style="list-style-type: none"> • 練習模擬題本第4.5.6回 • 訂正並整理線上單字卡 • 複習單字卡





困難與解決

困難	解決方法
<p>Vocabulary: 複習成效不佳</p> <p>第一次讀完單字書並圈出不會的單字後，我往往就把單字書擱置一旁，很少再次翻開單字書複習。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 讀完一次單字書後，挑出其中較不熟的單字輸入手機軟體Quizlet中，建立單字卡。 2. Quizlet單字卡可幫助分類還不熟悉的單字。 3. Quizlet小測驗可驗收背單字的成效。 <p>→這個方法增加背單字的動機，更達到反覆複習的效果。</p>
<p>Reading: 閱讀速度不快</p> <p>首次計時練習時，我發現考試時間結束時，我仍有將近十題還未能完成，其中大部分的題目皆是時間充裕下能掌握的。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 練習答題技巧：長文閱讀先快速瀏覽文章，掌握文本類型；先看題目再回頭閱讀文章。 2. 手指輔助閱讀：因TOEIC考試規定不能在題本上劃記，這降低了我的閱讀速度，但我嘗試以左手蓋住下方文本，右手拿筆隨目光移動，更能聚焦在文字上。
<p>Listening: 英澳口音不熟</p> <p>一開始練習聽英國和澳洲口音時，和平常習慣聽的美式發音相差甚遠，常覺得單字都糊在一起，難以辨認。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 一遍美式、一遍英式：聽單字例句時，我會先聽一次美式發音掌握句子內容，再聽英式發音對照比較。 2. 小句子到大文章：先以練習能聽出完整單字例句為目標，再練習對話題和單人敘述題。

收穫與省思

1. 事前了解考試方向有助於準備

我原本以為考多益和學測差不多，且學測後正處於英文能力的巔峰，故無需特別準備多益考試。在詢問學姊和上網蒐集資訊之後，才發現多益考試著重於生活應用，因此商業領域的單字需要再深入了解。接著，我試寫一份模擬試題，以此了解出題方向和考試題型，再制定讀書計畫。

2. 自主尋求學習資源

我沒有補習英文，因此必須更加主動尋求資源。針對自己的弱項，我上網查詢了練習英文聽力的Podcast，試聽多次後找到最適合自己的節目，並利用通勤時間和運動時間聆聽。網路上的資源豐富，且能免費取得。只要有積極進取的態度，相信必能從網路資源中獲益良多。

3. 熟能生巧：質勝於量

一開始，我花了很多時間訂正模擬試題，讓我有些懷疑訂正的意義。但隨著分數一次次進步，我體悟到，與其大量刷題卻不確實訂正，不如在錯的題目多著墨思考，確保下次不會再犯同樣的錯誤，更能發揮模擬試題的價值。





多元表現範例：特殊優良表現證明 (以陽明交大醫學系為例)

獨立思考與科學能力

獨自一人完成實驗，培養
獨立思考並增進科學能力

組織能力

系統化實驗步驟，讓每
個時間段發揮最大效益

問題解決能力

同時面對學測與能競，學習
善用零碎時間學習。做實驗
時動作不順暢，我透過反覆
練習增加熟悉度。

發現自己的不足

遇到困難時，除了「觀察」
外，我要比以前更勇敢地
把問題說出來！

自學能力

先修高三下及舊課綱內容，
並在不懂時利用線上資源解
決疑惑，以培養自學能力

化學能力競賽

—選手培訓及參賽心得

台中女中



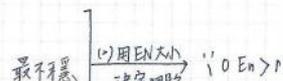
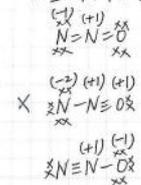
「培訓時間有限，除了向老師學習外，當我自己遇到不懂的地方時，我也會利用網路上的資源學習。」

☆ 路易斯結構式(特殊) ! 剛最小的原子放中間

○ N_2O

$$10+6=16=8 \times 2$$

1) 畫出所有可能結構，再比較 formal charge



(帶正電) 空穴 (hole) 與 (帶負電) 自由電子 (free electron) 都能傳導電流，故稱為「載子(carrier)」。

本質半導體的自由電子與電洞成對產生 (共價鍵斷裂，放出電子的同時也產生了電洞) 成對消失 \rightarrow 兩者濃度相同 \rightarrow 本質濃度

多載體 \rightarrow 型半導體中自由電子的濃度 $>$ hole 濃度, and 少載體

我們引入一個新的電子學概念，稱為「電洞(hole)」。

電子向左移，等效可以看成帶正電的電洞右移。

「除了在能力競賽時自學外，我在其他科目也同樣運用自學的方法增進自己的能力。」

(上圖、右圖)

觀看Wayn影片，我發現種路易斯結構個原子的電個結構是早

透過國外的英文的角度

我認為觀看網路上不同老師拍攝的教學影片，除了能更完整的吸收課程內容外，我還能學到一些學校老師沒教的課外知識。有時候，我也會利用課餘時間修習自己有興趣的大學開放式課程。

單元 2 - 《易經》的由來及卦象的象徵意義

單元 3 - 自強不息：乾卦 (2-1)

31:06 / 1:30:21

內容：自強不息：乾卦 (2-1) (本影片音檔不提供下載) [NTU video]

(右圖) 課程內容筆記

(下圖) YouTube上「蔡任園」老師的教學影片

我們正在上課!

神經元

- 即神經細胞
- 為神經系統構造與功能的基本單位

細胞本體：
具細胞核與大部分細胞質
具大量核糖體
負責神經元的生長與代謝

細胞突起(神經纖維)：
樹突：接受其他細胞訊息(輸入)
軸突：將神經元的訊息傳遞給其他細胞(輸出)

NO. 3 Capitan Teal

神經系統

神經元(神經細胞)

突觸：神經元與神經元相接觸之處

突觸前部 \rightarrow 突觸間隙 \rightarrow 突觸後部

突觸：神經元與神經元相接觸之處

神經膠細胞

(上圖) 由高中課程沒有提到太多易經的內容，但是生活中處處可見易經的身影，包括八卦圖、太極、吉祥話(例如：三陽開泰)，因此我對易經這本書充滿了好奇心。為了更了解易經，我利用台大開放式課程修習傅佩榮教授開設的「周易哲學」。

觀看北一女中蔡任園老師的教學影片，我發現自己更能系統化課本知識，除了更了解生物反應每一步驟的邏輯性外，老師也破除了我一直以來的迷思。

學習收穫與成長



培養獨立思考 及科學能力

在未參與培訓前，我做實驗的經驗很少，



增進自身的組 織能力

從看到一個陌生的題目到一步步安排實驗

困難 與 解決方法

「培訓過程並非一帆風順，遇到的困難，我試著努力解決。」



- 1、讀書時間有限，但準備能力競賽的同時，還要面對即將到來的學測。
- 2、筆試的內容太多超出課程進度，很多題目我並不知道解題方向
- 3、對實驗的操作陌生，無法靈活、迅速地完成實驗。



- 1、我會利用零碎時間學習，例如：利用搭車的時間熟記化學反應式、利用提早到校的時間讀書。
- 2、遇到不懂的題目時，除了問老師問題並和同學討論外，我也會利用網路上的資源尋找答案。
- 3、透過反覆練習，我發現自己的動作越來越流利順暢



心得 與 反思

「失敗並不是永遠，而是成功的必經過程。」

最後比賽成績出爐，我沒有拿到特別棒的成績。

我檢討了這次比賽的表現，發現了自己應該改進的地方……



我的觀察能力出色，常常能比別人更早發現周遭環境的問題，雖然如此，每當遇到問題時，我卻不見得有勇氣出面解決。

例如：在學校時，我能很快地發現老師在黑板上的錯字，但由於這樣的小錯誤無傷大雅，不會影響判讀，因此我通常不會主動積極的舉手告訴老師。

又如：在日常生活中，曾經有一天，我在通車上學的遊覽車上聞到難聞的機械味，上網查詢了可能原因後，我猜測車子出了一些狀況。我先觀察了坐在我四周的同學，發現他們依然開心的聊著天，照常滑著手機，因此我懷疑自己過於敏感，並沒有主動向司機反應。最後，開車開到途中，車子果然因為故障無法行駛了，幸好車子並沒有故障的很嚴重，我們一車子的人都平安無事。

有些時候，生活中的問題可能無傷大雅；另些時候，問題雖然不小但能幸運的化險為夷；但有時候，問題的發生只能自己主動解決，如果無所作為則會有所損失，化學能力競賽就是最好的例子。

比賽當天，實驗過程中我的滴定管被主辦單位提供的滴定溶液的渣滓堵住，雖然滴定管仍可使用，滴定速度卻因此受到大大的影響，當下的我察覺不對勁，首先觀察了四周同學滴定管的狀態，發現他們的滴定速度好像跟我的差異不大，因此沒有舉手向監考教授反應，直到最後實驗結束，大家在整理實驗器材時，當每個人都完成滴定管清洗作業走出考場後，我才發現自己的滴定管怎麼洗都洗不乾淨，原來自己的滴定管真的有瑕疵。

於是我才發現，原來一直以來自己遇到困難時，總只是「觀察」，卻不一定會勇於做出行動。從前，我以為無所作為的當個旁觀者不會帶來傷害，直到這次的經驗，我才明白，當周遭沒有能幫助自己的人時，沒有爭取自己權益的後果就是有所損失，而這就是在這次比賽的經驗中，我學到最珍貴的課。

自從那次比賽之後，當再次遇到困難時，我仍會謹慎觀察，不同的是，我多了一份將問題說出來的勇氣！

雖然這次的比賽沒有得到很棒的成績，但我依然很慶幸自己能擁有參加化學能力競賽的機會。這是我人生中第一次參加現場做實驗的比賽，也是我高中唯一一次代表學校外出比賽，但也是因為這次的經驗，我才發現了自己一直以來未曾發現的缺點，並擁有了增進自己的機會。

失敗並不是永遠，而是在成功這條路上的必經過程，因此我相信這次的滑鐵盧將為我的未來帶來無止盡的效益！





多元表現範例：多元表現綜整心得 (申請一階通過後上傳) (以台大醫學系為例)

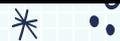
111學年度臺灣大學

醫學系申請入學個人資料表(以1頁為限)標楷體12號字體

108.10.23.臺灣大學醫學院醫學系招生委員會議第2次會議制定

姓名		學測號碼	
出生年月日	年	月	日
身分證字號			
畢(肄)業學校	臺中市立臺中女子高級中學		

一、個人簡歷	我是 <input type="text"/> ，就讀臺中女中數理資優 以下特質： 1. 探究精神：對於解決問題的渴望， 全國科展佳作及探究精神獎。 2. 自主學習：我對生命科學充滿興趣， 學習「製作石蠟永久玻片」和「 <input type="text"/> 」 3. 團隊合作：我積極參與課外活動， 成果發表會副召集人，學習以同理 4. 服務熱忱：我是一名基督徒，「要 育老師和義診團志工服務的經歷」	三、校內、外服務	1. 醫療服務：喜信愛心義診團志工服務（共20小時） 2. 社區服務：財團法人真耶穌教會臺灣總會（共174小時） 3. 班級服務：風紀股長、總務股長、班長、數學小老師
二、社團參與	1. 數學研究社 第一屆創社社長 2. 數理資優班成果發表會《Gravitee》 3. 桌上型遊戲社	四、其他	1. 111年 英文檢定 TOEIC 965分（金色證書） 2. 110年 臺中市科展植物學科 第一名 （全國佳作及探究精神獎） 3. 110年 全國生物奧林匹亞初賽 特優錄取 （全國複賽第88名） 4. 110年 數理及資訊學科能力競賽中投區複賽生物科 佳作 5. 109年 臺灣科學節科學市集（服務時數6小時）



多元表現綜整心得

壹、多元表現概要

自主學習

探究精神

人際互動

尋求
資源

資料
整合

堅持
不懈

組織
推理

邏輯
思考

解決
問題

團隊
合作

溝通
協調

同理
尊重

- 植物組織石蠟包埋切片製作
- Coursera線上課程修課：流行病學基礎
- Open Course Journal
- 考取TOEIC英文檢定965分
- 全國科展佳作及探究精神獎
- 國際奧林匹亞國手選拔初賽特優錄取
- 中投區生物科能力競賽佳作
- 喜信愛心義診團志工
- 數學研究社創社社長
- 輔仁大學醫學營

表一 十項多元表現展現的核心素養對照表

項目	名稱	核心素養				
		身心素質 自我精進	系統思考 解決問題	規劃執行 創新應變	符號運用 溝通表達	人際關係 團隊合作
高中自主學習 計畫成果	植物組織石蠟包埋切片製作					
	Coursera線上課程修課：流行病學基礎					
服務學習經驗	喜信愛心義診團志工					
檢定證照	考取TOEIC英文檢定965分					
特殊優良表現 證明	全國科展佳作及探究精神獎					
	國際奧林匹亞國手選拔初賽特優錄取					
	中投區生物科能力競賽佳作					
社團活動經驗	數學研究社創社社長					
營隊活動經驗	輔仁大學醫學營					
作品成果紀錄	Open Course Journal					

貳、多元表現收穫與省思

一、自主學習

尋求資源、資料整合、堅持不懈

高一時，為了深入了解植物內部構造，我參考文獻製作石蠟包埋玻片，進行自主學習計畫。我在樣本進行包埋的過程遇到難關，當石蠟液加入模具時，標本易被沖走而偏離原有位置，導致最終凝固後切片的角度不如預期。我思考問題的核心，並嘗試先置於冷盤上冷卻，固定底部的石蠟液和標本，接著，快速加入剩下的石蠟液。最終，我解決困難，並在科博館第一屆臺灣科學節中發表。這讓我學習到，唯有不斷嘗試與修正，我們才能離成功更靠近一步。

二、探究精神

組織推理、邏輯思考、解決問題

對於解決生活中問題的渴望，使我投入「探討空氣鳳梨吸收鹽類的構造與運輸鹽類的機制」的專題研究。我學到一個具有可信度的研究必須具備嚴謹、邏輯合理性和再現性。首先，我們不斷調整實驗設計，盡可能減少誤差；接著，我們重複操作實驗，以確保結果具有再現性；最後，我們將實驗數據繪製成適當的圖表，並以嚴謹的邏輯推論合理的模型。除了養成科學研究的能力，我更體悟到，研究的價值是解決生活中的問題。不論是否需要昂貴的器材或艱深的學理，只要能解決問題，就是一個好的研究。

三、人際互動

團隊合作、溝通協調、同理尊重

我與同學籌組臺中女中第一屆數學研究社，並擔任社長一職。我以SWOT分析社團狀況。內部優勢上，我們具有對數學的熱忱。然而，內部劣勢上，多數幹部需投注心力在專題研究，也造成社團時間和實驗排程衝突。此外，外部威脅上，多數非社團同學常誤以為社團課枯燥乏味。針對劣勢和威脅，我與幹部們一同討論並提出解決方法。首先，彈性調整，分擔教學幹部的工作。接著，以社員的角度設計課程，用趣味的數學遊戲引起動機，由淺入深。最後，建立小組討論和線上表單回饋的機制，聆聽意見，促進交流。



圖一 在臺灣科學節中向民眾介紹石蠟包埋玻片



圖二 利用複式顯微鏡觀察空氣鳳梨的切片



圖三 在數學研究社的社團課中介紹數學知識



多元表現範例：多元表現綜整心得 (申請一階通過後上傳) (以中山財務管理系為例)

國立中山大學
財務管理學系

多元表現總整心得

* 多元表現簡表：

(詳細資料富於多元表現檔案中呈現)

自主學習	1. 經濟時事分析思辯 2. 小論文撰寫： 社會議題探討－外食風潮 危機與轉機
社團經歷	擔任合唱團校隊社長，帶領團隊舉辦活動、參加比賽、籌備音樂會。
幹部經歷	擔任了2年的班級代表，與學生會和校方溝通合作，並洞察感知同儕的需求。
競賽證照 (語言能力、音樂才藝)	全民英檢中高級聽讀通過＋中級聽說讀寫通過 多益考取 795分藍色證書 ＋大考英聽A級 全國小論文比賽甲等／全國閱讀心得比賽優等 109學年台中市學生音樂比賽合唱特優第一 考取維也納鋼琴 7級證照
特殊優良表現	參與TEDxYouth@台中女中 策展工作坊 數理探究實作 -「紙」想飛舞～紙蜻蜓！ 鹽水動力車-科學實驗與社會議題

* 勇於挑戰不同領域，成為多元斜槓人才：

1. 學習社會議題：

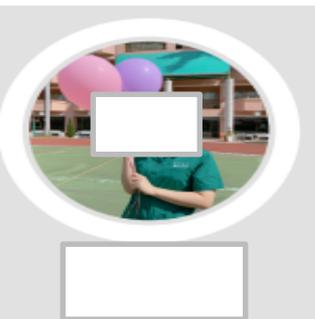
透過自主學習統整歷年金融大事件與設計鹽水動力車實驗後延伸探討的動力車經濟議題，都讓我擴展國際觀，培養關注時事的習慣，並對財務金融有初步了解。

2. 數理實驗設計與操作：

在實驗過程中，我學習處理數據並推理分析，而在設計實驗時充分培養了「大膽假設，小心求證」謹慎的學習態度，在未來也能應用在財務管理的個案分析與投資決策方面。

3. 精進語言能力、強化溝通表達力：

我不斷精進外語能力，透過證照檢驗學習成果，找到不足並加強，培養應對大學課程的英文能力，並提升就職競爭力。此外，參與策展團隊和擔任幹部都訓練了我的表達溝通力，倘若未來進入企業擔任財務人員也能運用此能力與他人良好地協作。



內容說明：

總述多元表現內容，並統整多元能力、興趣、個人特質與中山大學財務管理系之連結。

收穫多元能力：

- 外語能力／國際觀
- 人際合作與溝通表達
- 解決問題能力
- 邏輯推理與探究力
- 自主學習能力
- 領導力
- 組織擊劃力
- 抗壓力與毅力
- 藝術人文涵養



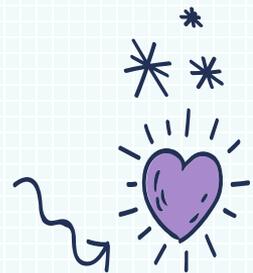


多元表現 審查資料上傳(勾選)注意事項

考生可自高中學習歷程資料庫之課程學習成果紀錄中勾選至多10件資料檔案上傳；或自行整合製作成一個課程學習成果PDF檔案，再行上傳。



節錄自大學「申請入學」招生簡章



2

學習歷程自述

- 1.高中三年學習歷程反思(O)
- 2.大學校系就讀動機(P)
- 3.未來學習計畫與生涯規劃(Q)

資料出處：大考通訊社全華圖書股份有限公司



項次	審查資料	項目內容代碼對照
1	修課紀錄	A. 修課紀錄
2	課程學習成果	B. 書面報告 C. 實作作品 D. 自然科學領域探究與實作成果，或特殊類型班級之相關課程學習成果 E. 社會領域探究活動成果，或特殊類型班級之相關課程學習成果
3	多元表現	F. 高中自主學習計畫與成果 G. 社團活動經驗 H. 擔任幹部經驗 I. 服務學習經驗 J. 競賽表現 K. 非修課紀錄之成果作品 L. 檢定證照 M. 特殊優良表現證明 N. 多元表現綜整心得
4	學習歷程自述	O. 高中學習歷程反思 P. 就讀動機 Q. 未來學習計畫與生涯規劃
5	其他	R. (校系自行輸入限 10 字) S. (校系自行輸入限 10 字) T. (校系自行輸入限 10 字)

申請一階通過才上傳





1. 學習歷程反思

- 在學習課程或單元裡我原先的狀態是什麼？
- 過程中我學習到了什麼？
- 我覺得最喜歡的課程是什麼？
- 我從學習過程中思考到未來可以學習的是什麼？
- 我覺得學習議題或單元還不錯，原因是什麼？
- 我在學習過程中遇到了哪些問題？
- 我可以再找出更有效的方法嗎？
- 我發現有哪些方法可以幫助我？
- 我用了哪些方法來解決問題？
- 過程中是老師、同學、家長、書籍、文獻、網路等，給我莫大幫助？
- 在我學習過程中得到什麼啟發？





2.大學校系就讀動機

- 該系有什麼獨特之處或優點吸引你？
從個人興趣到相關社會議題，
提出你認為自己要唸此系的動機。
- 你覺得有什麼個人特質適合念此系？
從學習歷程中找出可以與校系做連結的相關修課成果，
以及多元選修中，與此系相關的學習成果，或其他
與此系可以連結的特殊表現（例如：營隊、特殊活動、
微課程、競賽）





3. 未來學習計畫與生涯規劃

- ◻ 進入大學後，對於自己的期許、追求和目標有何計畫？
- ◻ 申請上榜後，大學四年的學習計畫？
(撰寫架構可分為短、中、長期，或從大一至大四兩種方式)
- ◻ 畢業之後生涯規劃：敘述你未來的生涯規劃及展望。



學習歷程自述範例1(以台大日文系為例)

臺灣大學 日本語文學系

學習歷程自述

個人簡歷

高一	校慶接待日本福島高中生、一上選修初階日語
高二	擔任日本文化研究社教學、高二選修進階日語
高三	通過全民英檢中級

壹、高中學習歷程反思

(一) 就讀準備：

在高中三年，我積極參與校內日文課程與相關活動，盡力爭取相關資源，以增進自己對日本文化的了解、聆聽日本音樂提升作品欣賞能力。

(二) 高中知識能力成長：

提交三項課程學習成果如下

公民探究：台日韓高中生生活 書面報告與——外語能力+國際觀

在製作日文問卷的過程中，我發現自己日語能力有限，於是找日本網站上的高中升學方式資料、加入台日交流日本民眾對臺灣、韓國教育制度的看法，也更深入了解高中生生活。

校定必修：英文P力 My Favorite Place 訪——外語能力+國際觀

我向菲律賓的英語老師介紹了自己最喜歡的景點，比較台灣與菲律賓的異同之處（如過去的殖民等），增進了自己的文化視野。過程中我學會了交流想法並上台發表心得。

專題閱讀與研究：主題式文章蒐集 蒐集文——寫作表達+閱讀理解

我挑選了五首詩，並以『時間流逝』作為主題編時，可以先了解作者的遭遇以及生活背景，讓自己也鑑賞了許多詩作。更學會關注資料來源、撰寫對。

三項學習歷程以及其他高中修課紀錄讓我在三年內提升

- 1.書面 影片製作能力課程心得報告、社團勢
- 2.外語 能力（校定必修：英語P力英語報告
- 3.團體合作、溝通能力（社團活動、自主學習新聞展
- 4.社會領域知識與技能（公民探究：書面報告與懶人

貳、就讀動機

日本文學

從小我就受電視文化影響，喜愛觀看日本動畫。當時為了搜尋動畫的相關資訊，我時常記下漢字當作搜尋關鍵字，或以漢字與圖片推敲出文章的內容。

國中時，我開始閱讀許多翻譯小說，其中，我最喜歡的是阿部智里的烏鴉姬不宜穿華裳（烏に華は似合わない），書中以日本神話生物八咫鳥為主角的世界，令我深深著迷。由於台灣出版社那時並沒有代理翻譯續集，想知道故事發展的我便立志開始學習日文。

日文歌曲

高中時，我喜愛上聆聽日本音樂，尤其是發現只有在日語中能被運用的韻腳和對仗時，往往能使我玩味再三。而我也在查詢歌詞翻譯時，學習到許多日語俗諺，且發現不同翻譯版本能讓人對歌曲意境產生不同想像。

參、未來學習計畫與生涯規劃

未來學習計畫

- 中文表達能力：增進中文語感 多元日語能力：增加翻譯
- 閱讀中文小說
 - 聽：聆聽日語廣播、節目
 - 閱讀寫作書籍並練習寫作
 - 說：參與校內與外籍生交流活
 - 每日書寫日記
 - 讀：閱讀日文新聞、專題報導
 - 寫：嘗試以日文創作短文

在課內活動我實際調查、提升自己對認識不同也察覺，增進該國的研究資料，促進國民外交。

台大日文系力的課程，大三課，能幫助我。除此之外，日畫，並且每年精習，也有與日活動，更時常講座，因此台大源，是我申請

時間	課內學習	課外學習
入學前	自學N5-N4範圍文法、單字	閱讀日本文學史相關書籍 學習圖文編輯技能
大一	通識課程選修文學與藝術領域	每天閱讀一則TODAI Japanese (日語學習app)新聞
大二	選修日本童話選讀、 日本文學與文化導讀	報考N3檢定 觀看線上日中翻譯教學
大三	選修應用、商用日文、 日本中世文學選讀	報考N2檢定 參與戲劇公演活動
大四	選修日本歷史、專題探討	報考N1檢定 嘗試翻譯歌詞及文章
畢業後	成為筆譯 翻譯圖文創作、文學作品、 新聞時事	希望透過翻譯讓華語世界與日 本能有更多文化交流 並減少兩地的資訊不對等

生涯規劃

職業目標

以成為專業日中筆譯為目標，在課內認真學習日語並選修文學相關課程，課外透過網路教學影音資源增強基礎日語能力，並自主練習翻譯文章。

創作興趣

另外，我希望能夠利用課餘時間嘗試使用日語進行文學或音樂創作，因此會考慮加入學藝性社團，增加自己的專業創作能力。

學習歷程自述範例2(以北醫醫檢系為例)

臺北醫學大學醫學檢驗暨生物技術學系 學習歷程自述

壹、高中學習歷程反思

「機會不是留給準備好的人，而是留給準備好且懂得爭取的人。」
「積極主動的學習態度」是我高中最大的收穫。台中女中人才濟濟，同儕們都十分優秀，然而資源有限，唯有懂得推銷自己、把握機會，才能持續精進、有所成長。
然而，我是個善羞內向、缺乏自信的人，因此如何適時展現自己的優點，便成了我最大的挑戰。為了增加自我競爭力，得以爭取學習與成長機會，我在高中時積極參與不同活動，培養多元能力，增進自信心並發掘個人特質。

(一) 具備貴系所需的多元能力：(詳細資料呈現於課內學習成果)

多元能力	內容
國際移動力	通過英檢中高級、多益825分、大考英聽A級。 在大學讀外文書、外國文獻時能事半功倍，有利於未來爭取國外醫院檢驗科實務學習。
行動力	修習化學、生物探究實作，也選修了動植物觀察與解剖、亞洲大學醫學檢驗和生物科技特色課程，精進實驗技能，也訓練解決問題能力。
資訊力	透過自主學習、撰寫小論文經歷，我具備使用資訊工具及媒體識讀能力。
公民力	我曾至醫院、衛生所服務共計41.5小時，從服務他人培養同理心、親和性，展現積極的公民力。 此外，我也回到母校擔任108課綱—學習歷程檔案的講者，分享經歷幫助學弟妹，回饋母校。
創新力	加入TED策展人團隊，藉由社群文案發想、活動策劃、活動會場佈置，訓練自己的創造力、隨機應變能力。
溝通表達能力	擔任班級幹部、小老師，我學習人際相處，成為善於溝通表達、團隊合作的人。
耐挫力	熱愛羽球的我深知在賽場上，輸贏必然存在，因此具备良好的抗壓性，能在賽場上處於弱勢時，穩定心情，展現堅毅的毅力。



(醫學檢驗和生物科技特色課程紀錄：1.細菌顯微觀察 2.抽血體驗)

(二) 個人特質：

我將舉例自己在團體中與他人互動的狀況進行說明。
個人特質簡表：

細心謹慎	樂群性	合作性	探究性	客觀性
------	-----	-----	-----	-----

在實驗探究的一系列課程中，透過我和組員完善的分工合作與規劃執行，成就高效率的實驗。然而，我們的實驗結果有時並不理想，但從失敗的實驗中，我保持冷靜理性的態度，仔細回想實驗步驟，也與他人交流意見，反省彼此的疏失，最後終於得出失敗的原因，並以此為借鏡，在往後的實驗中也因此更加謹慎細心。



(化學探究—鹽水動力車 課程紀錄)



(基改黃豆基因檢測實驗小組合作紀錄)

貳、就讀動機

(一) 選擇醫技系的原因：

在疫情肆虐下，我從疫苗、快篩技術等看見了生技產業及醫學研究的發展前景，因此萌生學術機關、生技公司研發人員的職涯願景。



此外，我選修動植物觀察與解剖、亞洲大學醫學檢驗和生物科技特色課程，也修習化學、生物的探究實作課程，訓練實驗探究的能力，也從中發掘自己對自然科學領域之熱愛。

(二) 選擇北醫醫技系的原因：

優勢	吸引我的地方
豐富講座	參與 <u>生涯輔導與規劃</u> 等方面之相關座談，以及 <u>生技週演講</u> 能豐富自我視野，並且規劃出更完善的職涯藍圖。
產業實務學習	有 <u>國外檢驗科</u> 、 <u>國內胚胎師及細胞治療師</u> ，或是 <u>生技公司</u> 等多元實務學習選擇，能藉此厚植自我實力，畢業後與業界無縫接軌。
國際交流	有 <u>國際交換學生計畫</u> 、 <u>醫院臨床檢驗見習機會</u> ，能豐富我的視野，贈增進國際觀。
課程分流規劃	能適性選擇學術型、實務型課程，發展更專精的生涯目標。
專題研究課程	選修專題研究課程，並爭取 <u>科技部大專生專題研究計畫</u> 或校外機構醫療相關研究計畫，有助於攻讀研究所及職涯發展。

參、未來學習計畫與生涯規劃

(一) 大學四年讀書計畫

事項	實踐	原因
課內學習	專注於必修課程，打好基礎。	奠定基礎，有利於 <u>國考</u> 及爭取 <u>學碩一貫機會</u> 。
專業選修課程	選修專業課程	多元學習探索職涯方向。
專題研究	加入研究團隊進行專題研究。	具備基本研究能力和實驗室經歷，有助於 <u>報考研究所</u> 且能使 <u>職涯發展更具競爭優勢</u> 。
講座參與	參與 <u>生涯輔導與規劃</u> 相關座談會。	藉由他人分享，思考未來方向。
國科會大專生研究計畫	從選修課程、專題研究中發掘有興趣之領域並訂定研究主題，申請計畫。	藉此豐富自我經歷及實力，有助於攻讀研究所、職涯發展。

事項	實踐	原因
國際交流	考取檢定證照、維持學業，爭取 <u>交換學生</u> 、 <u>醫院臨床檢驗見習機會</u> 。	透過國際交流增進專業能力並培養國際觀。

(二) 生涯規劃

我計畫畢業後攻讀研究所，培養自己獨立思考、解決問題的能力，也藉此讓自己未來從事生技研發甚至臨床醫檢工作時具備競爭優勢。同時，我計畫於大學修習第二專長之課程，厚植自我實力。

職涯願景	如何實現？
學術機關或生技公司研發或技術人員	透過 <u>生技產業鏈結微學程</u> 、 <u>生技產業研發</u> 、 <u>生醫產業見習</u> ，以及 <u>專題研究</u> 、 <u>國科會大專生研究計畫</u> 之訓練，在大學時期厚植自我實力。
胚胎醫檢師	現代人常見不孕狀況，而無論是身旁的人們或是藝人、往紅的人工技術受孕經歷，都讓我對於 <u>試管嬰兒</u> 、 <u>生殖技術</u> 等專業很感興趣。因此我希望修習 <u>高淑慧教授的人工生殖技術課程</u> ，未來得以從事這方面職業。





項次	審查資料	項目內容代碼對照
1	修課紀錄	A. 修課紀錄
2	課程學習成果	B. 書面報告 C. 實作作品 D. 自然科學領域探究與實作成果，或特殊類型班級之相關課程學習成果 E. 社會領域探究活動成果，或特殊類型班級之相關課程學習成果
3	多元表現	F. 高中自主學習計畫與成果 G. 社團活動經驗 H. 擔任幹部經驗 I. 服務學習經驗 J. 競賽表現 K. 非修課紀錄之成果作品 L. 檢定證照 M. 特殊優良表現證明 N. 多元表現綜整心得
4	學習歷程自述	O. 高中學習歷程反思 P. 就讀動機 Q. 未來學習計畫與生涯規劃
5	其他	R. (校系自行輸入限 10 字) S. (校系自行輸入限 10 字) T. (校系自行輸入限 10 字)

申請一階通過才上傳





審查資料項目--其他 (申請一階通過後上傳)

常見項目內容：

個人資料表、自傳與學習計畫、學習成果自述、
心理測驗、小論文、出缺紀錄、體適能、作品集、
其他有利資料...

※項目詳細說明須參考該校網站公告

※台大獸醫系：獸醫場所實習證明、獸醫場所實習心得



其他範例1:獸醫場所實習心得 (以台大獸醫系為例)

臺灣大學獸醫學系 111 學年度個人申請入學

本表為提供大學部個人申請入學依據與評分之參考，請詳細確實填寫以下各項資料。

基本資料	考生姓名	性別	女	出生日期
	高中學校	台中女中		類組
	常用 e-mail	手機		
傑出表現特殊事蹟	請擇優列出高中時期曾參與之競賽獲獎紀錄或優良表現，以及語言、數理、(條列式，至多五項，最近事蹟請排最前面)			
	(1)	第三十三屆生物奧林匹亞初賽 優良		
	(2)	代表台中女中參加 110 學年度數理及資訊學科能力競賽中		
	(3)	61 屆全國科展 高中組 農業與食品學科 第二名		
	(4)	109 學年度中區科展 高中組 農業與食品學科 第一名		
	(5)	擔任桌上遊戲社 社長兼服務股長		
自	含報考本系的動機，限 750 字內，以 14 號字撰寫，新細明體，單行間距。			
	<p>一、 報考動機：</p> <p>我對於大自然一直充滿熱情。高一時觀看生態紀錄看到片中獸醫為瀕危物種台灣草鴉自製冰棒棍支架，敬佩其充滿挑戰的治療過程及嚮往野外的工作環境。因為熱愛自然動物，讓我想站在第一線保護動物用自身的專業，幫助動物解除疾病折磨並改善生存環境。醫生的工作，保護我所喜愛的自然動物。</p> <p>我非常希望能夠進入台大獸醫系學習，因為除了外，還能夠與優秀的同學互相激勵。此外，我也會把圖實習的機會，增加野生動物保育的相關知識與工作經驗。五年的訓練，自己能在自然的能力，在未來從事</p> <p>二、 個人特質：</p> <p>一、 樂於服務、不怕髒。高一時我擔任正/副衛生整理班上雜物、處理剩餘水果及處理棄考卷，並為班級服務班級，但是我看到整齊的教室時，我總是獲得滿意。</p> <p>二、 耐心溝通。帶領桌遊社團與他人合作的活動過程讓彼此討論表達看法。雖然立場不同，但是在分析討論被凸顯出來，因此，我認為透過耐心溝通，最終一定能</p> <p>三、 調適堅持。我認為不管課業、課外活動與自己的機會，解決每道難題時，我會設定一段「我發現這能夠幫助我恢復專注力。此外，遇到不順利跑，並且什麼都不想，使自己脫離負面的情緒，讓自</p>			
請簡述讀書計畫，限 250 字內，以 14 號字撰寫，新細明體，單行間距。				

讀書計畫

一、 入學前：
閱讀生醫資源如「Campbell Biology」、「科學 Online 資訊」。準備多益托福考試，增進英文能力以因應原文授以利獸醫學系課程及大一普通化學及有機化學的學習。

二、 大學時期：
我會選修有關野生動物急救傷害實習的選修課；在大的機會；積極尋找動物園、收容所、特生中心、動物救濟工，熟悉實際的工作場域及工作內容；積極參與公共

實習心得限 1000 字內，以 14 號字撰寫，新細明體，單行間距。

實習場所	全國動物醫院 北全分院	實習時數
------	-------------	------

獸醫場所實習心得

一、 與人交流的能力：
從最初向院方連絡、認識醫院人員以及後來實習的力的重要性。在申請見習機會的經驗告訴我，除了**即時清楚明白的表達方式以及積極地詢問**能夠確保雙方接收所見習後，一開始我還像在學校一般等待師長引導。然並不我預想的會主動帶領我，這讓我意識到，若想學**境**。因此除了禮貌大方地打招呼外，我發現最有效率的**幫忙**。如此不僅能從中學習，還能拉近與對方的距離，在跟診過程中，因為任何療程檢查都需要飼主的支持才**白的表達能力才能使動物獲得最適合的療程**。

二、 了解獸醫工作內容與職涯：
見習過程中，我見識到寵物獸醫工作的**忙碌及實際**音波檢查、X 光機操作、抽血打針、配藥等等**一般人醫工作內容**。而由於沒有健保，許多飼主不願花費昂貴費**診療上的不便及無奈**。另外，經過獸醫師分享，我也理像寵物獸醫必須**自行發展專長、透過努力建立自己的客**我知道不管是在工作或是職涯選擇上，身為獸醫是處處治療動物是能**實際幫助動物的工作**，因此仍讓我非常嚮

三、 尊重生命的態度：
見習過程中，我看到醫護對待動物的**關懷及耐心**。否因為生病而髒臭，他們都沒有表現出厭惡的態度，反而並且**仔細觀察動物**的每一處細節，以找出病痛來源。這有知覺與情緒，但是因為**動物無法表達，往往只能忍受物、減輕他們的痛苦**便是獸醫的職責所在。

四、 認識寵物基本術教：
以下連結是我見習時透過跟診、詢問醫師細節以及 https://drive.google.com/file/d/1mpbrMR5V4pZ6ck_z-cccPreJUZA8ZgeF

本次個人申請重榜校系：(本項僅作查詢參考，不對審查成績有任何影響，請考生無須填錄)

中興大學獸醫系	嘉義大學獸醫系	台灣大學植微系	台灣大
---------	---------	---------	-----

本人已確認以上所填寫之資訊皆完全屬實，同時並授權國立臺灣大學獸醫學系請受國立臺灣大學獸醫學系之裁決。

見習證明

Completion of Externship

臺中市立臺中女子高級中等學校
同學

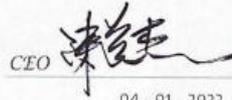
已於民國 111 年完成全國動物醫院連鎖體系
舉辦之 40 小時 見習計畫 (03 月 04 日 - 03 月 26 日) ，
特此證明

冀日後繼續往臨床獸醫師之路邁進，
造福更多伴侶動物。

This is to certify that Weng-Yi-Ying, a student of
Taichung Municipal Taichung Girls Senior High School, has successfully completed
40 hours (March.04 - March.26 2022) long externship at National
Veterinarian Hospital.

We wish her every success in life.

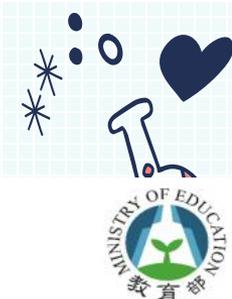


CEO 

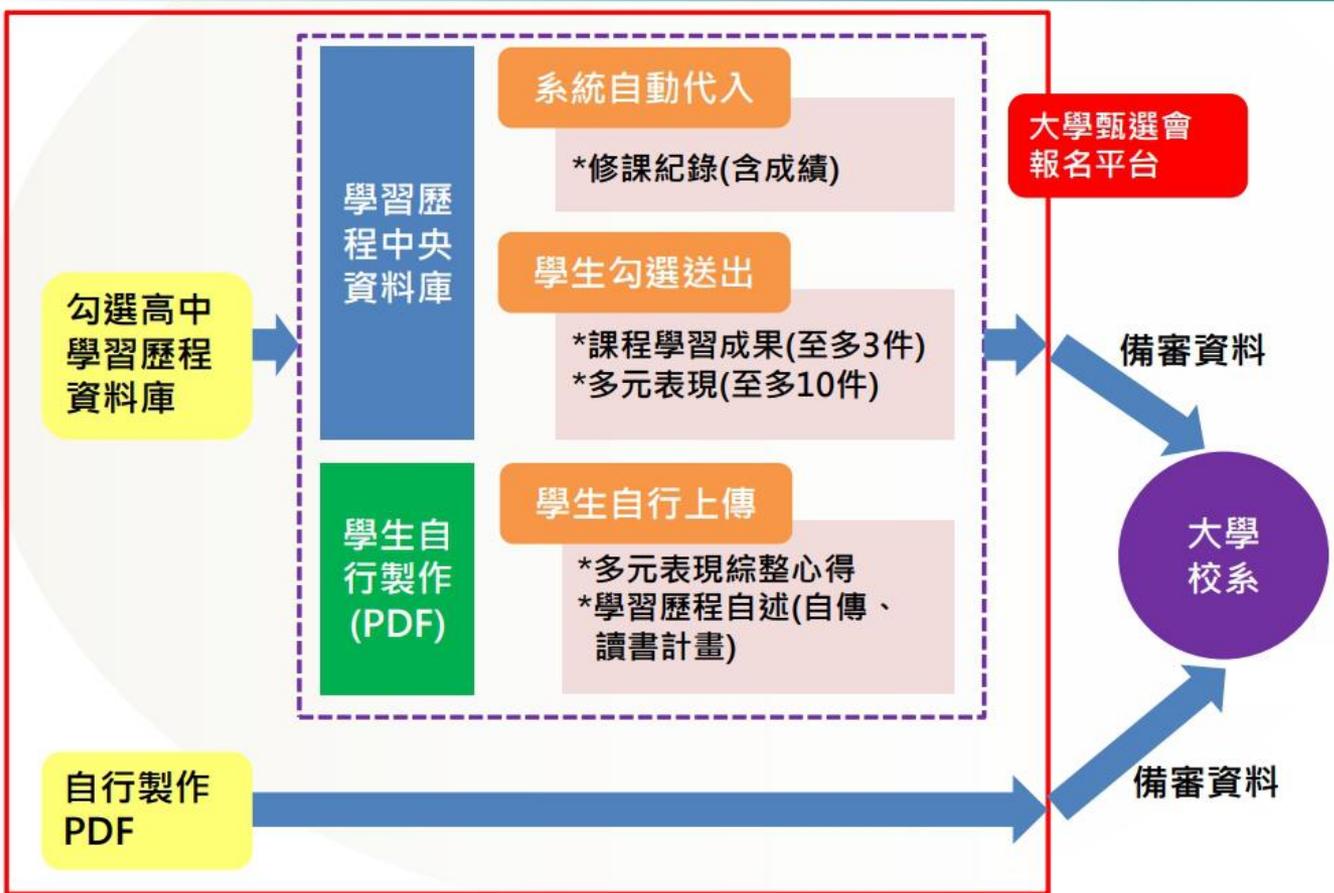
04. 01. 2022





學習歷程檔案到「大學備審資料」



因特殊情況，如：

- ✓ 新課綱實施前就已經入學
- ✓ 從國外高中返臺升學
- ✓ 升學進路尚未定向

無法或選擇不運用學生學習歷程檔案產出備審資料

仍可採現行方式在高三下自行製作PDF檔案上傳備審資料 → 不會影響升學

PDF

注意

1. 少教師認證
2. 無時點歷程記錄
3. 在大學端審查介面中，會與透過高中學習歷程檔案產出的備審資料，明確標示並予以區隔





Step 2

設定審查項目繳交方式



逐系設定審查項目「課程學習成果」與「多元表現」之繳交方式

- ✓ 「自行上傳PDF檔」或「勾選高中學習歷程資料庫」**僅限擇一種繳交方式。**
- ✓ 若校系於截止日前尚未完成確認，皆可再次進入設定繳交方式頁面修改。
- ✓ 高中學習歷程資料庫無資料檔案者，繳交方式一律設定為「自行上傳PDF檔」。

校系名稱	繳交資料截止日期	逐系設定繳交方式	
國立XX大學 中國文學系	xxx年x月x日	<input type="radio"/> 自行上傳PDF檔	<input checked="" type="radio"/> 勾選高中學習歷程資料庫
國立XX大學 外國語文學系	xxx年x月x日	<input type="radio"/> 自行上傳PDF檔	<input checked="" type="radio"/> 勾選高中學習歷程資料庫
國立XX大學 歷史學系	xxx年x月x日	<input type="radio"/> 自行上傳PDF檔	<input checked="" type="radio"/> 勾選高中學習歷程資料庫
國立XX大學 哲學系	xxx年x月x日	<input type="radio"/> 自行上傳PDF檔	<input checked="" type="radio"/> 勾選高中學習歷程資料庫
國立XX大學 數學系	xxx年x月x日	<input type="radio"/> 自行上傳PDF檔	<input checked="" type="radio"/> 勾選高中學習歷程資料庫
國立XX大學 地球與環境科學系	xxx年x月x日	<input type="radio"/> 自行上傳PDF檔	<input checked="" type="radio"/> 勾選高中學習歷程資料庫



Step 3

逐項完成資料勾選或上傳

審查項目	資料大小	檢視	上傳或勾選
一.修課紀錄	5學期		由高中學習歷程資料庫提供
二.課程學習成果	--	--	<input type="checkbox"/> 勾選使用高中學習歷程資料庫 <input type="button" value="清除"/>
三.多元表現	--	--	<input type="checkbox"/> 勾選使用高中學習歷程資料庫 <input type="button" value="清除"/>
四.多元表現綜整心得	--	--	<input type="button" value="選擇檔案"/> 未選擇任何檔案 <input type="button" value="上傳"/> <input type="button" value="刪除"/>
五.學習歷程自述	--	--	<input type="button" value="選擇檔案"/> 未選擇任何檔案 <input type="button" value="上傳"/> <input type="button" value="刪除"/>
六.其他	--	--	<input type="button" value="選擇檔案"/> 未選擇任何檔案 <input type="button" value="上傳"/> <input type="button" value="刪除"/>

修課紀錄

應屆生由高中學習歷程資料庫提供**五個學期成績**

其餘考生由本人自行上傳



課程學習成果

依校系要求內容或其他課程學習成果提供**至多3件**

多元表現

依校系要求內容或其他多元表現提供**至多10件**

另須製作一個多元表現綜整心得PDF檔案上傳



學習歷程自述

依校系要求內容自行製作成**一個PDF檔案**上傳

其他

依校系要求內容自行製作成**一個PDF檔案**上傳



輔導處學姊備審資料

路徑：台中女中網站首頁→綠苑行政→輔導處網站→生涯輔導→
面試題庫、學姊備審資料 (登入密碼)

登入 | 臺中女中 | 輔導處線上報名系統 |



臺中市立臺中女子高級中等學校

TAICHUNG MUNICIPAL TAICHUNG GIRLS' SENIOR HIGH SCHOOL

輔導處

網站選單

- ★ 中心簡介
- ★ 生命教育
- ★ 性別平等教育
- ★ 學習輔導
- ★ 同儕輔導
- ★ 生涯輔導
- ★ 親職教育

生涯輔導

- 大學多元入學
- 大學校系暨各行業座談
- 生涯探索團體
- 包粽活動
- 大考中心興趣測驗網站
- 面試題庫、學姊備審資料



輔導處學姊備審資料

路徑:台中女中網站首頁→綠苑行政→輔導處網站→生涯輔導→
面試題庫、學姊備審資料 (登入密碼)

登入 | 臺中女中 | 輔導處 |

學姊備審資料

網站選單 WEB MENU

※ 面試題庫

※ 自傳、讀書計畫、
文撰寫與面試

※ 學姊備審資料

※ 學姊面試實錄

● 資訊學群

網站選單 WEB MENU

※ 面試題庫

※ 自傳、讀書計畫、小論
文撰寫與面試準備

※ 學姊備審資料

※ 學姊面試實錄

學姊備審資料 / 資訊學群



108台大資工系
1.pdf



108台大資管系.pdf



109中央資訊工程
學系 (1).pdf



109中央資訊工程
學系 (2).pdf



109中央資訊管
學系.pdf



109中興資訊管理
學系.pdf



109政大資訊管理
學系.pdf



109清大資訊工程
學系.pdf



110_交大資訊工程
系.pdf



110_台科大資管
系.pdf

學校網站「108課綱專區」



臺中市立臺中女子高級中等學校
TAICHUNG MUNICIPAL TAICHUNG GIRLS' SENIOR HIGH SCHOOL

尋訪綠苑 ▾ 綠苑行政 綠苑教學 ▾ 行事曆 升學與競賽 ▾ 支援系統 ▾ **108課綱專區** 新生專區 School Profile



網站選單 WEB MENU

- ✧ 學生學習歷程平臺
- ✧ 學校願景與學生圖像
- ✧ 課程地圖(普通班)
- ✧ 課程地圖(資優班)
- ✧ 學習歷程檔案專區**
- ✧ 自主學習計畫專區
- ✧ 選課專區(含課程諮詢)
- ✧ 111學年度大學考招
- ✧ 生涯輔導措施

學校願景與學生圖像

學校願景：一所美善、卓越、創意、典範(BEST)的優質高中

學生圖像：

美善 卓越 創意 典範 優質高中

友善校園



108課綱專區

網站選單 WEB MENU

- ❖ 學生學習歷程平臺
- ❖ 學校願景與學生圖像
- ❖ 課程地圖(普通班)
- ❖ 課程地圖(資優班)
- ❖ 學習歷程檔案專區
- ❖ 自主學習計畫專區
- ❖ 選課專區(含課程諮詢)
- ❖ 大學考招
- ❖ 生涯輔導措施
- ❖ 選課輔導手冊
- ❖ 相關網路資源

學習歷程檔案專區

- 學習歷程檔案說明
- 掃描專區說明
- 學習歷程檔案範本(限校內電腦)
- 學習歷程檔案攻略
- 創造學習歷程檔案的亮點 (影片)
- 學習歷程檔案製作說明與建議 (影片)
- 臺大作伙做學檔簡介與導讀 (影片)
- 臺中女中學檔網路說明會資料
- 學習歷程-課程學習成果呈現指南-互動版
- 學習歷程-課程學習成果呈現指南-導讀公版簡報

課程學習成果

[810635翁伊瑩 生物專題課](#)

[810635翁伊瑩 專題研究心得兼成果](#)

[810635翁伊瑩 Open Course Journal](#)

[810627林予加 鹽水動力車](#)

[810627林予加 生物實驗報告](#)

[810627林予加 獨立研究](#)

多元表現

[810023廖宥甯 我在「高中生看世界」寫文章](#)

[810023廖宥甯 電影裡的世界史](#)

[810023廖宥甯 108課綱改革計畫](#)

[810635翁伊瑩 中區科展及全國科展競賽心得及證明兼日本專](#)

[810635翁伊瑩 生物能力競賽兼生物奧林匹亞競賽證明與心得](#)

[810635翁伊瑩 幹部服務經驗證明及感思](#)

[810627林予加 一個社團的誕生-我當數學研究社創社社長的](#)

[810627林予加 2020輔大醫學營](#)

[810627林予加 自主學習計畫-植物組織石蠟切片製作](#)

學 習 歷 程 檔 案 攻 略

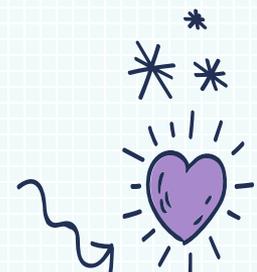
臺
中
女
中



學姊經驗分享

~ 關於「學習歷程檔案」撰寫建議

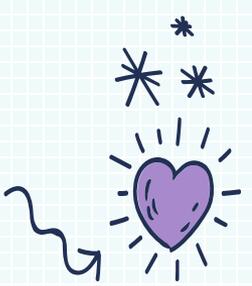
1. 具體例證。
2. 排版精簡，善用圖表。
3. 留意上傳檔案大小限制，必要時進行檔案壓縮。
4. 「學習歷程自述」與「多元表現綜整心得」可先以自己的架構呈現（瞭解個人特質、亮點、未來理想），再參考其他資料。
5. 參考範例或學姊資料(輔導處、108課網專區)
6. 備份！





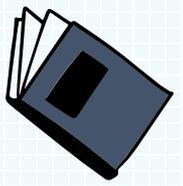
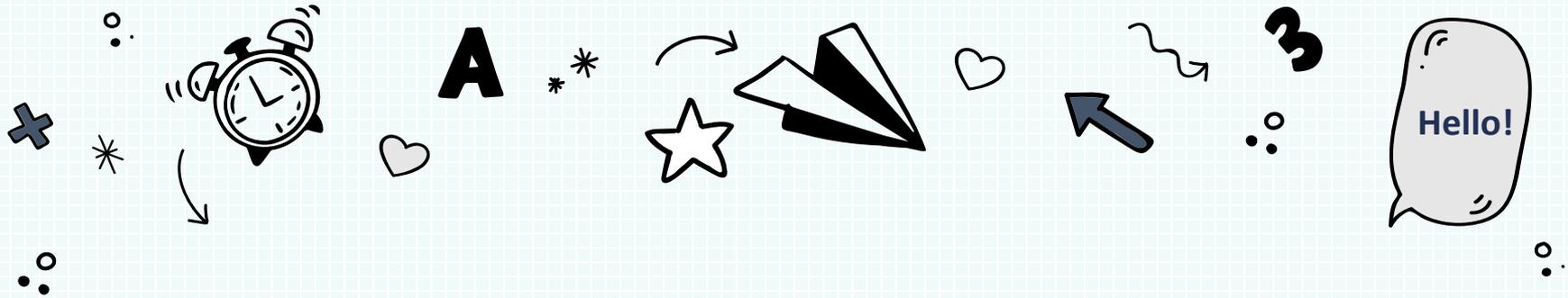
學姊經驗分享～關於審查資料的建議



1. 學測完就開始整理審查資料。
 2. 閱讀各校系的書面審查資料準備指引，確認各校系審查資料上傳期限（日期、時間）及規定（字體、行高、字數或特殊內容、格式）。
 3. 參考該校系師長推薦上傳書審方式（勾選或自行製作PDF）。
 4. 於報考校系規定上傳截止日前，盡量提早上傳。
 5. 列報考校系的審查資料清單，對照檢查上傳項目是否遺漏。
 6. 仔細閱讀甄選委員會「整份」注意事項，**點選「上傳確認」**鍵送出後，**將無法做任何更改。**
- 
- 

結語

- 為學習歷程檔案創造亮點
 - 確定準備目標
 - 呈現多元發展



有充分準備的人，才有最佳機會。
~~巴斯德 (Louis Pasteur)

