

解鎖

學生學習歷程檔案

輔導老師

2021

【大安江湖走跳】

進
階
攻
略



高職本命題：專業與興趣

解鎖學習歷程檔實做秘笈

怎麼做出「適合自己」的學習歷程

同時結合

個人興趣 x 個人特質 x 科系所學能力

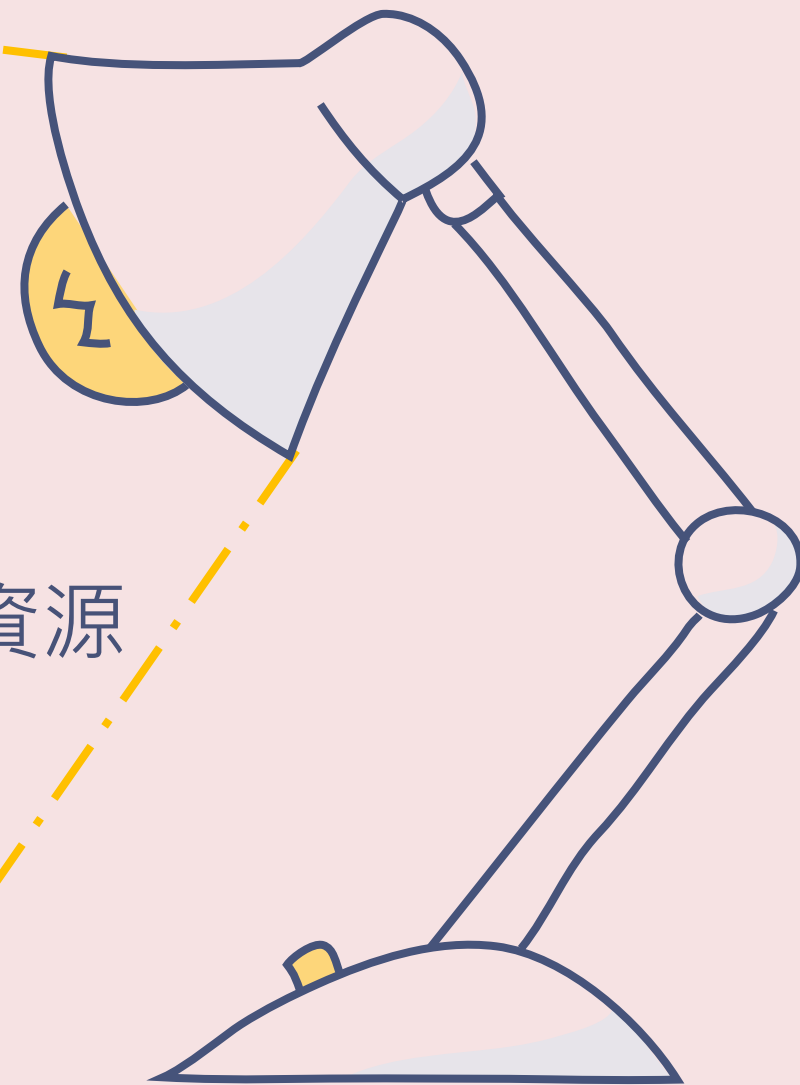
#尋找個人和科系的交集

#獨一無二展現亮點

#想出獨特主題



進階攻略：解鎖學習歷程檔案



1

學習歷程檔案的重要性

自主整理學習過程
更加了解自己優勢

取代過去學長姊在高三
才要準備的備審資料



紀錄高職三年的軌跡
一步一步印 重質不重量



升學制度轉變
招生管道名額增減

學習歷程檔案在升學路上的角色

111學年度甄選入學成績採計方式

重視學生3年來的學習成果!!

(一)

統一入學測驗
成績加權

國文	X1~倍	$\leq 40\%$ (不可為0)
英文	X1~倍	
數學	X1~倍	
專業一	X2~倍	
專業二	X2~倍	

(二)

指定項目

占總成績比率

學習歷程資料審查(備審) (項目見簡章) (必採)	%	≥ 40%
專題實作及實習科目學習 成果(含技能領域) (必採)	%	
術科實作(各校自訂)	%	
筆試(各校自訂)	%	
面試(各校自訂)	%	

(三)

證照或
得獎加分

依優待加分
標準加分，
於簡章正面
表列

不高於40%

不低於40%

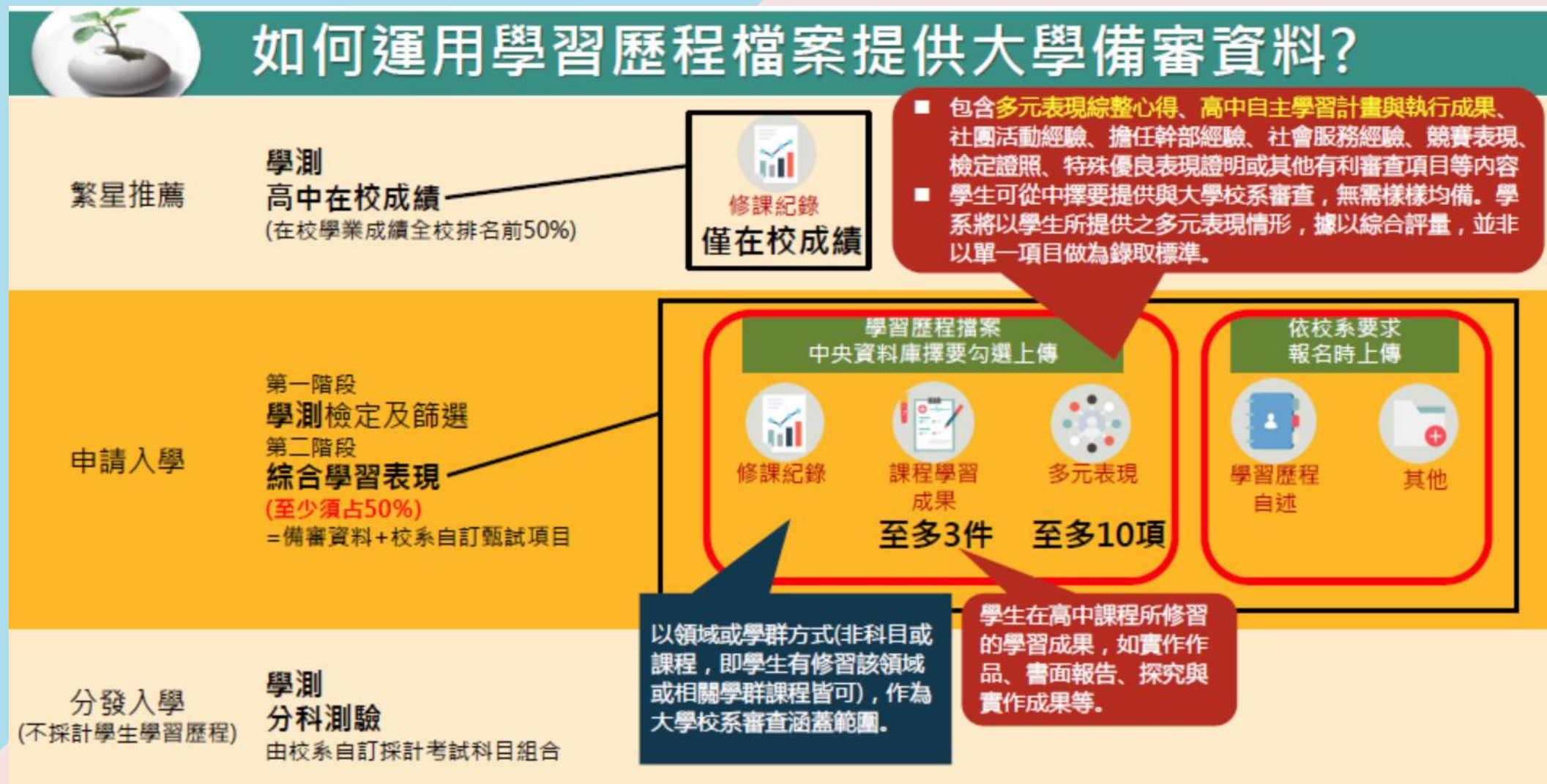
學習歷程檔案在技專校院升學路上的角色

資料來源：技專校院招生策略委員會

備審資料來源	學習歷程項目	升學參採資料、課程學習成果及多元表現件數上限	技專招生入學管道
學習歷程中央資料庫	基本資料 • 學生學籍資料	學生學籍資料 (含校級、班級及社團幹部經歷)	甄選入學 技優甄審 四技申請入學 (普高生)
	修課紀錄 • 每學期修課之科目、學分數及成績	每學期修課之科目、學分數及成績。	
	課程學習成果 • 具學分科目之課程實作、作品或書面報告 • 三年內最多可上傳18件 • 檔案格式：影音、PDF、圖片等	1. 專題實作及實習科目學習成果(必採)：至多可採計6件。 (各校系可自訂低於6件之上限) 2. 其他課程學習成果：至多可採計3件(各系可訂低於3件)。	甄選入學 技優甄審
		至多可採計6件，著重跨領域/科目專題、實作/實驗課程或探索體驗等課程學習統整與應用學習成果。	四技申請入學 (普高生)
報名平台 聯合會	多元表現 • 校內表現、校外表現、志工服務、競賽成果、檢定證照等 • 三年內最多可上傳30件 • 檔案格式：影音、PDF、圖片等	至多可採計10件，招生校系於簡章說明必、選繳交項目、件數限制。	甄選入學 技優甄審 四技申請入學 (普高生)
	自傳 • (含學習歷程自述)及讀書計畫	依升學之志願科系，撰寫自傳/學習歷程自述/讀書計畫及各校系需求之補充資料	甄選入學 技優甄審 四技申請入學 (普高生)
	其他資料	其他有利審查資料	

學習歷程檔案在一般大學升學路上的角色

資料來源：大學招生委員會



學習歷程檔案在升學路上的角色

升學時，採計學習歷程檔案內容

課程學習成果



6件*3年=18件

多元表現



10件*3年=30件

♥ 專題實作及實習科目 (必採)

最多**6**件

♥ 其他課程 最多**3**件

大學3件

技專9件

大學10件

技專10件

時間轉眼來到 2023年5月底.....

- 1、你收到成績單，考的分數還不錯，自己還算滿意，終於辛苦了一年，覺得真的很值得，於是你開心的搜尋科大甄選需要的資料...
- 2、你收到成績單，考的成績差強人意，好像可以考上，但又好像沒什麼機會，於是想甄選看看，於是你悶悶的搜尋科大甄選所需要的資料...
- 3、你很努力選上選手，更認真參加全國比賽，但就差那麼一點點，你沒有全國前三名，於是你只能進入「技優甄審」，然後你搜尋科大甄選所需要的資料...

是不是應該把握剩下的800天，好好善加利用...

從高一到大學的距離- 解鎖學習歷程一步一腳印



- **高一** 熟悉系統操作
善用文書軟體整合學習歷程心得
廣泛參與、自我探索
- **高二** 掌握理想校系的需求、
專注課堂成果、參與多元活動
- **高三**
展現專題能力、研究潛力
- **升學**
針對目標大學需求自行勾選提交備審資料
其他資料準備：如學習歷程自述、自傳、讀書計畫等

2

蒐集項目大剖析 準備那些材料？

學習歷程檔案櫃

呈現怎樣的你

基本資料

修課紀錄

上傳/認證/勾選

多元表現

上傳/勾選

其他

學校課程的
成績/作業

共同科目
擇優認證

專業科目
上傳認證很重要

幹部經歷、競賽紀錄、檢定紀錄、
志工紀錄、彈性學習、團體活動、
職場學習紀錄、作品成果紀錄、
其他活動紀錄等

自傳、讀書計畫、
心理測驗、健康狀況、
小論文資料、體適能、
大學端需求、自主學習計畫
上傳、自主學習計畫
審核、出缺勤紀錄、
獎懲紀錄

學習歷程檔案櫃



基本資料



個人簡歷



校內幹部經
歷



修課紀錄

每學年勾選至多6
件(0/6)



課程諮詢紀
錄 (1)



上傳學習成
果 (5)



學習成果認
證



勾選學習成
果



查詢學習成
果提交中央
資料庫紀錄



多元表現

每學年勾選合計至
多10項(0/10)



幹部經歷暨
事蹟紀錄 (1)



競賽參與紀
錄 (0)



檢定證照紀
錄 (0)



志工服務紀
錄 (1)



彈性學習時
間紀錄 (0)



團體活動時
間紀錄 (0)



職場學習紀
錄 (0)



作品成果紀
錄 (0)



其他活動紀
錄 (0)



勾選多元表
現紀錄



查詢多元表
現提交中央
資料庫紀錄



其他



自傳 (0)



學習計畫 (0)



心理測驗 (2)



健康狀況資
料 (0)



小論文資料
(0)



體適能資料
(0)



大學端需求
(0)



自主學習計
畫上傳 (0)



自主學習計
畫審核



出缺勤紀錄



獎懲紀錄

很熟悉的畫面吧

目前最重要的事：

1. 學習成果依規定期限上傳及認證
2. 多元表現隨時整理上傳
(件數無限制，學年結束後至多勾選10件傳到中央資料庫)



修課紀錄與學習成果
每學年勾選至多6件(0/6)



課程諮詢紀錄
(1)



上傳學習成果
(9)



學習成果認證
2



勾選學習成果



查詢學習成果提交中央資料庫紀錄

該上傳什麼學習成果？

換位想想...

如果你是大學教授，在你選擇是否錄取該生進入科系時，
什麼樣的「學習成果」，是吸引你的....

- 1.你喜歡的科目
- 2.你擅長的科
- 3.展現特色的科目
- 4.有完整報告的科目

可以運用的元素有...

筆記

習作

作品或
學習照片

考試卷

影片

學習單

講義

報告
投影片

上面資料都可運用
但需要經過
整理與編輯

教授想看到課程學習成果的形式

要配合任課老師認證作業的要求，整理編輯成完整的文件檔案上傳

考試卷

報告
投影片

圖片/影片
作品照片

學期綜整
學習報告

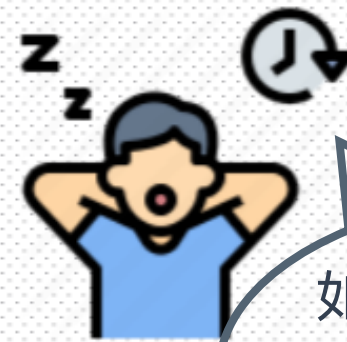
習作

筆記

學習單

經過反思整理
有特色的作業

NG版的提醒



如果你是教授...
打開檔案, 看到這個,
心中會覺得.....

思考一個問題

這也是學習歷程戰場上分辨優劣的關鍵

如果你只想

將作業翻拍或獎狀拍照上傳就好了嗎

那你和別人的差別又在哪

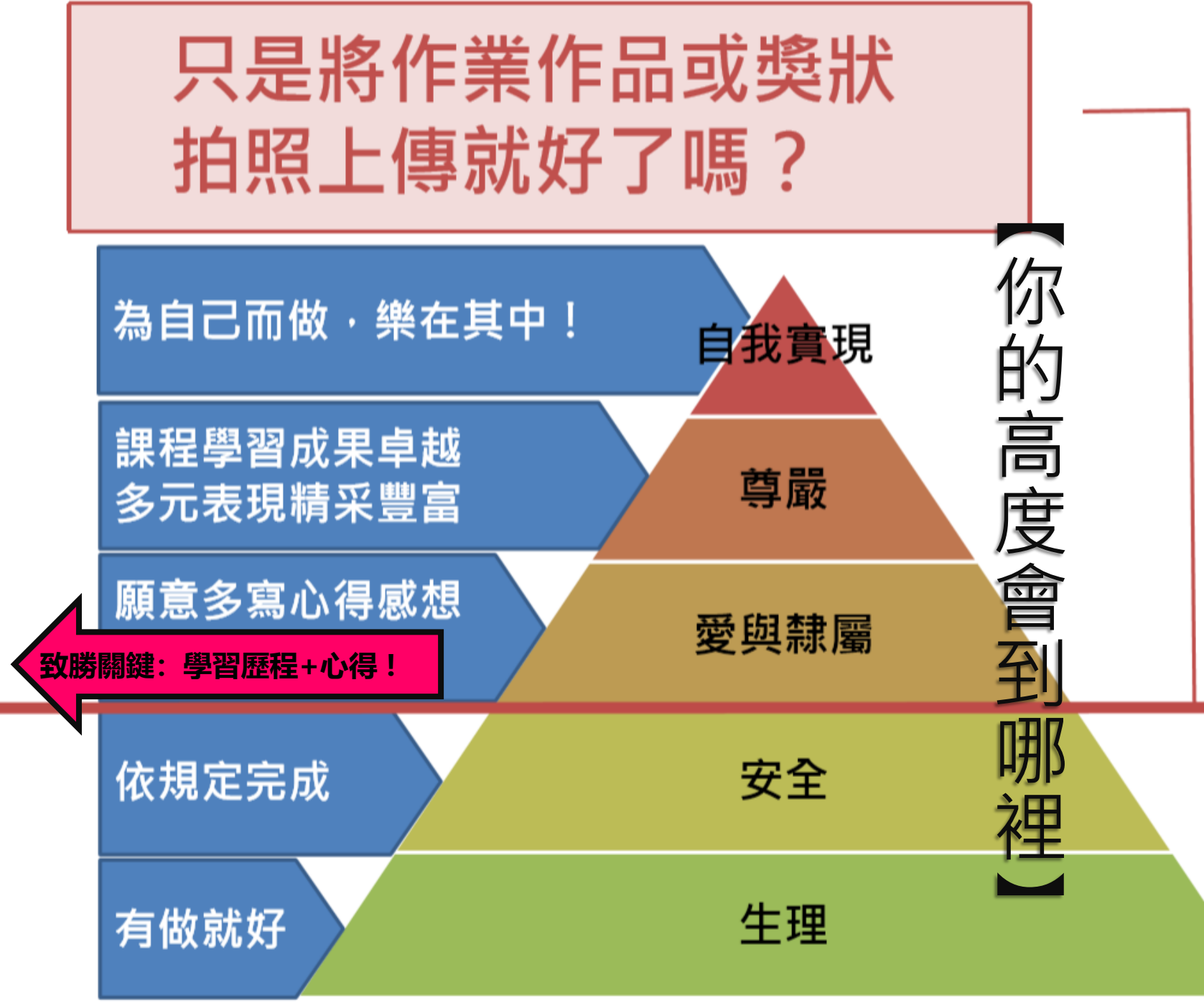


致勝關鍵：

上傳的檔案務必編輯完整

編輯完整是什麼意思？

要有哪些元素？



*科目: 地理三下

*文件檔案: 可拖曳上傳(4M)

*影音檔案: 上傳檔案(10M)

相關簡述: 課程學習成果相關簡述

儲存

1.文件檔案如何呈現?

2.影音檔是否必要

3.相關簡述的重要性

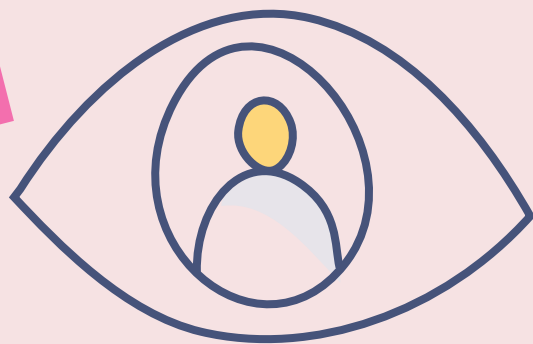
1.文件檔標配三元素：標題、文字、圖(照)片

2.上傳影音檔前先思考 ...

如果你是大學教授，你想花多少時間看影音檔？

3.相關簡述：考驗你是否能用
100字吸引教授想打開你的檔案！

你的學習成果編輯元素可以加入那些材料呢



文字編輯

- 1.學習主題/醒目標題
- 2.學習過程/作業歷程
- 3.學習心得/反思感想

作業翻拍、學習照片

把課堂作業或作品(老師會認證的)翻拍或掃描完整，或加入照片(例如:實習課操作照片)

你可以參考下面問題來回答：

- 1.過程遇到哪些困難/如何克服
- 2.透過這堂課學到哪些新知識
- 3.還有哪些未來學習要增強的部分
- 4.我覺得最喜歡的是什麼...原因..
- 4.如何和生活或未來應用連結
- 5.學習後的啟發(興趣、能力結合...)
- 6.學習過程最深刻的部分

呈現學習歷程檔案步驟拆解

01 紀錄歷程

先將歷程
記錄下來

問自己哪些地方是從
不會到會、從生疏到
熟悉、從低階到高階、
從少量到大量。

02 描述過程

將學習/活動
過程用150-
200字描述。

03 放入照片

加入學習單/作
品/學習情況/操
作歷程...等照片，
並記得加入簡短
文字說明。

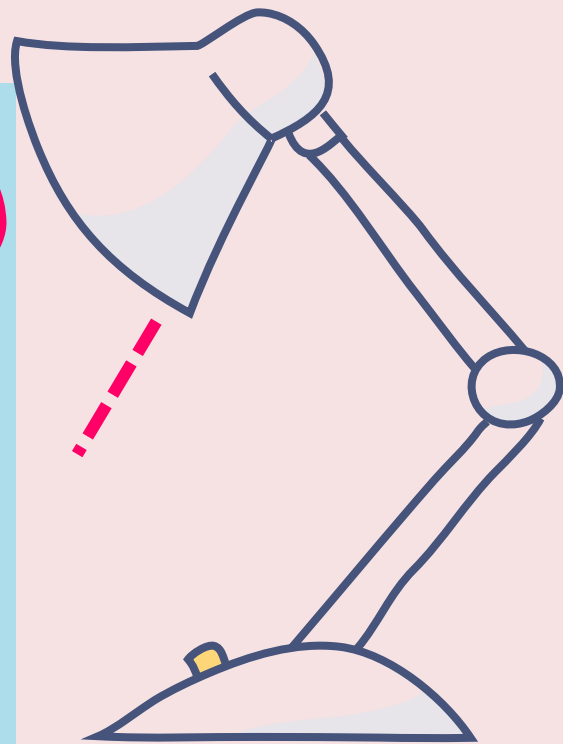
04 學習反思

這個步驟最重要，
學習(活動)後，根
據自己想要表達的
主題寫下250-300
字的學習反思
(利用提問引導反思)

進階版引導

透過「提問」方式進行反思

心得反思要
寫什麼



1. 這個單元裡我原先狀態是什麼？過程中學習到了什麼？最後心得感想是？
2. 這個單元我覺得最喜歡(學的最開心)的是什麼？原因是？
3. 我從這一個單元思考到未來可以學習的是什麼？
4. 這個單元我覺得學習的還不錯，原因是？
5. 我在學習過程中遇到了哪些問題？
6. 我為什麼沒有學好？我發現有那些原因？
7. 我用了哪些方法來解決問題？
8. 過程中誰（老師、同學、家長、書籍、電腦網路）給我幫助？
9. 我這個單元啟發了我什麼.....？
10. 我對這一個單元的想法是.....？
11. 從這一個學習的過程中，我發現了？

原來這個能力的養成是這樣？原來這個觀念的理解是這樣？
原來這幾個概念的關係是這樣？原來這個理論是這樣應用的？
原來生活中的OO有關係，原來與課本的OO有關！

*科目: 地理三下

*文件檔案: 可拖曳上傳(4M)

*影音檔案: 上傳檔案(10M)

相關簡述: 課程學習成果相關簡述

呈現方式

儲存

初階版標配呈現

至少要有標題、文字、照片

進階版完勝呈現

- 1.封面/底面/統一版型
- 2.目錄/頁次
- 3.前言【約150~200字】
- 4.課程大綱/內容/流程
- 5.學習收獲/獲得經驗
- 6.心得反思【約250~300字】
- 7.相關證明【照片或圖片】

★提醒：如果是小組合力完成的作品，
一定要附上『分工表』簡單說明自己負責的部分。

學習成果的優秀範例參考

封面-學習成果

臺北市立大安高級工業職業學校
Taiper Municipal Deen Vocational High School

我的底盤實習成果



課程名稱：底盤實習

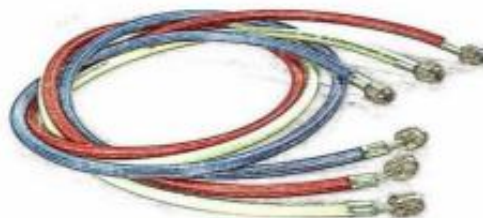
指導老師：林憲裕 老師

課程時間：高二上學期

上課地點：汽車科底盤工場

【重點】

- 1.課程名稱
- 2.授課老師
- 3.班級、座號、姓名



冷凍空調裝修

臺北市立大安高級工業職業學校
授課教師：劉人豪老師

目錄—學習成果

目次頁

- 前言 P.03
- 課程順序圖 P.04
- 課程概況 P.05 ~ P.09
- 心得&省思 P.10 ~ P.12
- 封底 P.13

【重點】

- 1.分類
- 2.頁碼

目錄

- 銅管製作...p.4
- 充氮焊接...p.5
- 加壓探漏、站壓...p.6
- 抽真空、站空...p.7
- 灌冷媒、啟動系統...p.8
- 停機封管...p.9
- 反思心得...p.10~12



前言-學習成果

前言

身為大安汽車科的一員，光是單單具備著豐富的專業知識是不可能足夠的，我們也必須同時擁有調整及保養車輛的實作技術，唯有雙管齊下，在將來的職場上才能站穩腳步，否則就正如我們本課程的指導教師惠裕老師所言，會成為「修得一嘴好車」的工程師。

因此，我想藉著撰寫這份學習歷程的同時，檢視自己到底學會了什麼？而還有什麼部分是自己需要再進一步去做修正的？

※ 實習心得

這次的實習課程讓我學習到了一個很重要的修護技巧，因為包括我在內超過一半人在第一次做排空氣測試時都被淘汰，其中最大原因就是排氣螺絲一直被鎖壞(形狀變圓)。經過老師檢查後，便和我們提醒了以後油管扳手不可以貿然的套到螺絲就直扳拆，因為螺絲位於排氣螺絲正中央，從底部偏位扳動會導致其形狀變圓，這個經驗也讓我意識到，在汽車學的好是不夠的，要多方面的從實習去深入觀察理解，不然就會淪為用嘴巴修車。

Good!
修得一嘴好車

老師所說的「修得一嘴好車」(節錄自我的第二次實習報告)

前言

冷凍空調裝修丙級證照檢定分為三站，分別是電冰箱的系統處理、安裝分離式冷氣機以及冰箱冷氣的檢修故障排除。這個學期我們利用實習課的時間練習第一站-電冰箱的系統處理，我們會先製作一段銅管模擬系統中銅管破裂，在經過焊接、加壓探漏、抽真空、灌冷媒等步驟完成修復的作業，使電冰箱能正常運作。

【重點】

1. 把握100字的精華
2. 像電影預告片

(P.03)

課程程序—學習成果

課程順序圖



(P.04)

內容-學習成果



。 碟煞剎車片更換:

這張是我的碟式煞車片更換測驗照，一開始先於車側放置葉子板護套(此步驟易忽略但很重要)，接著將煞車分泵的固定螺絲拆下，拆下後，將分泵蓋掀起取出舊煞車片，再使用分泵壓縮器將分泵壓縮(如圖)，壓縮完成後將新煞車片裝入分泵，鎖上固定螺絲，並記得清理工作環境，我在完成上述步驟後即順利通過測驗。



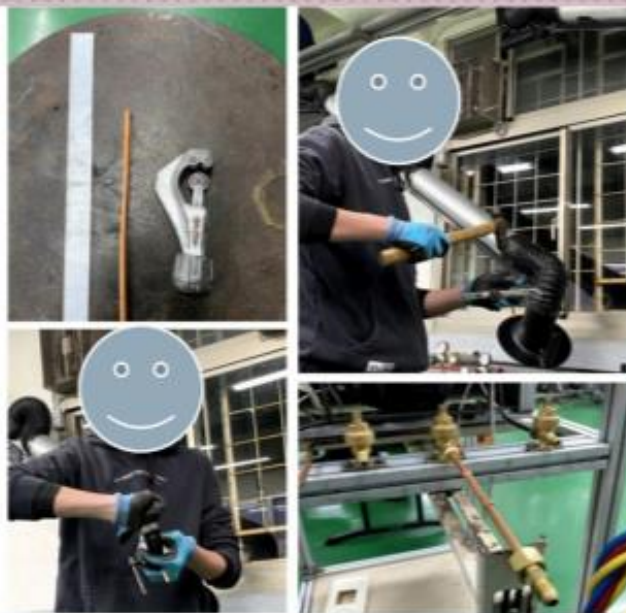
。 煞車油路空氣排放:

這是我在進行油路放空氣測驗時的照片，這是個合作測驗，為此，老師特地傳授給我們了一個絕妙口訣，讓我們在操作時能更為得心應手，這個口訣叫[噠噠噠]和[噠噠]，[噠噠噠]意為連續踩煞車踏板，[噠噠]為踩住。當我說[噠噠噠]時，我要把排氣螺絲鎖緊並裝上抽油器，鎖好後向同學回報[噠噠]，於同學踩煞車時自己負責鬆開排氣螺絲，若抽油器有抽出煞車油且同學發現煞車踏板有明顯往下陷表示排氣成功，一般只需再重複這個步驟2至3次即可將空氣完全排除，待排氣完畢後一如往常，收納工具並整潔環境，便成功完成。

銅管製作

拿30公分的2分銅管用切管器裁切成3段各10公分，接下來拿喇叭口製作器將其中的兩根銅管打上喇叭口，另一根銅管則是使用砧板、衝桿及鐵鎚打成雙杯口，最後再使用活動板手將螺帽、油令鎖上並固定於電冰箱系統上，以銅管連接處隙縫模擬銅管破裂。

p.4



【重點】

1. 用自己的話來說
2. 各種資料的佐證
3. 約5頁頁數

(P.06)

學習心得-學習成果

【重點】

- 1.參考提問的問題
- 2.書寫約100字的心得

反思心得

Q1.過程中我遇到了什麼困難？

製作銅管和焊接真的是我認為最困難的地方，要把喇叭口打得好才不會漏還有杯口要打得直不能讓銅管歪掉真的需要一番工夫，調整氧氣、乙炔控制焊槍也是，剛開始的時候根本不知道如何控制火焰，常發生焊料上不去或是把銅管燒破的情況。

心得 & 省思

◦在這門課程中，除了一技之長，我還學會了？

我覺得自己在這堂課中，除技術外，最大的收穫就是提升了與人相互溝通互助的合作能力，相較過去剛來汽車科時，由於自己容易狀況外，在執行小組分工時，常常跟不上他人步調而影響整組的效率。在經過了底盤實習這個十分講究合作的課程磨練後，我與小組間的默契也日漸改善，到了如今，我已能輕鬆的融入小組並合力完成所有指派課題。

◦在這門課程中，我哪裡需要再加強？

雖說我在小組內的合群力已經大獲改善，可是我還是有個大問題－那就是主動性，舉例來說：當小組內所有夥伴已經分配完彼此的工作內容，而我正好沒分到任何事，此時我就會在一旁發呆望著夥伴，老師也曾向我提醒道：「要主動找事做，如果真的不知道做什麼，可以求助同組夥伴或師長」，確實比起無所事事的愣在一旁，我一定要更加要求自己，不管貢獻多少，至少要想辦法為小組做點事，盡心盡力的參與團隊任務。

(P.10)

反思-學習成果

反思心得

Q2.我如何解決遇到的困難?

瘋狂的練習就對了!!!把握每次實習課的機會，在等待其他人的同時就自己去旁邊練習打杯口及喇叭口，練習焊接時嘗試各種不同氧氣、乙炔的量，找到最適合的火焰，還有加熱下焊料的時機點，多練習也能更熟悉每個步驟的操作，熟能生巧增加自己的經驗。

※在這門課程中，我有甚麼啟發？

上完課後，我最大的啟發就是對於**產業轉型的意識感**，老師上課時也不斷暗示，例如做備胎更換時，老師就問了我們一句：「你知道爆胎時有什麼方式比自己換備胎更輕鬆嗎？」我還遲疑了一下，老師隨即答道：「打電話。」「因為一通電話原廠專員就會驅車來支援，遠比自己用扳手、千斤頂維修要輕鬆。」聽到這，我不經的沉默下來，但隨即也體悟到：「的確，在通訊技術發達的現代，車子有甚麼故障，真的只要一通電話的功夫，原廠的拖吊車就會飛奔來救援，完全不需要像土法煉鋼般的自己拿工具黑白拆，這也就是為何坊間的修車行會走向沒落的命運。我後來也和父親聊過此事，所得到的答案可說是幾乎一致，結合了物聯網技術後，許多本需親力親為的維修作業都轉變為由原廠線上派專員執行，根本不需要甚麼師傅了」因此，我更加體認到了一件事，那就是如果在將來進入職場工作後，切記**要認清當下趨勢**，科技在進步，人的生活習慣也會隨之產生變化，我必須透過多方資訊來了解時下的產業究竟需要甚麼樣的人才、技術與需求，藉著向同業人士打聽、閱讀文章、觀看報導等方式來與時代連結，以提供當代人民需要的服務，唯有堅定這個信念，我才能在未知的將來站穩腳步。

(P.12)

【重點】

- 1.參考提問的問題
- 2.書寫約200字的反思思考
- 3.加入理論知識



幹部經歷暨事蹟
紀錄 (1)



競賽參與紀錄
(0)



檢定證照紀錄
(0)



服務學習紀錄
(0)



彈性學習時間紀
錄 (0)



團體活動時間紀
錄 (1)



職場學習紀錄
(0)



作品成果紀錄
(4)



大學及技專校院
先修課程紀錄
(0)



其他活動紀錄
(0)



勾選多元表現紀
錄



查詢多元表現提
交中央資料庫紀
錄



✓ 多元表現的項目這麼多，每間大學要採納的項目也不太一樣，該怎麼準備呢...

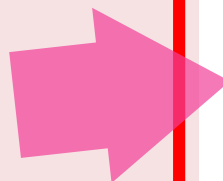
- 1.如果可以針對你的目標校系準備當然最好。
- 2.如果還沒有確定未來科系可以先針對「**幹部**」、「**社團**」、「**競賽**」、「**證照**」
「**服務學習**」「**特殊優良表現證明**」著手，根據目前統計這幾項
是最多大學校系選擇採納的項目！
- 3.現在大學很重視**外語能力證明**：如TOEIC、GEPT、IELTS、TOEFL等

很重要

多元表現的呈現

建議先用word或ppt軟體
排版編輯完成後,使用PDF格式
存檔後再上傳! 內容至少要有:

- 1.活動照片
- 2.證明文件
- 3.參與過程與心得



志工服務紀錄

檢視	服務名稱	服務單位	開始日期	結束日期	時數	證明文件	影音檔案	刪除
暫無資料								

1

*學年度: 108

*學期: 第一學期

*服務名稱: 服務名稱

*服務單位: 服務單位

*開始日期: 服務開始日期

*結束日期: 服務結束日期

*時數: ex:1小時請填1

內容簡述: 100字內服務內容概述

上傳證明文件 (pdf,png,jpg/上限2M)

可拖曳上傳

上傳影音檔案 (mp3,mp4/上限5M)

可拖曳上傳

儲存

多元表現的優秀範例參考

封面-多元表現



- 【重點】
- 1.活動名稱
 - 2.主辦單位
 - 3.班級、座號、姓名



目錄—多元表現

目錄: P.1 流程表
P.2 前言
P.3 新生入社
P.4 社團社課
P.5 外出活動
P.6 成果發表
P.7 接任幹部
P.8 成為長姐
P.9 反思
P.10 自我問答

【重點】

1.分類
2.頁碼

目錄

1.自我介紹	P.1	5.TIRT T1賽車	P.5
2.前言	P.2	6.水上足球	P.10
3.TIRT公司介紹	P.3	7.陸上足球	P.14
4.參加證書	P.4	8.水上機器人划龍舟	P.18
9.比賽結果以及反思		P.20	

前言—多元表現

前言:

有人問過我，為什麼參加流音，為什麼想要加入流音？

第一，我沒有參加過合唱團，也不是天生唱歌好聽。

第二，我加入流音想要學習如何正確唱歌，如何唱得好聽。

第三，我想要認識很多人，跟我有同興趣的人。

加入一個社團，是一個很好的體驗，放學除了讀書以外，去社團也是一個很好的選擇。



【重點】

1. 把握100字的精華
2. 像電影預告片

P2

前言:

為甚麼要學習呢？

在這一次TIRT比賽中讓我徹底地了解到我們在工科學校中到底學習的是甚麼，例如我們要如何用同樣的基板以及同樣的車體究竟要如何去贏過別人呢？希望參加這一個比賽可以讓我運用我平常在學校中所學習到的程式設計、電子元件理解、馬達理解在這一次的比賽中運用這些優勢贏的勝利。

活動發展—多元表現



社團活動--流行音樂社

新生入社



社團社課



外出活動

成果發表



接任幹部



成為長姊

內容-多元表現

社團社課:

第一次的社課是唱一首學長們指定的歌-江南，那時候對我來說有點難，畢竟林俊傑的聲線在男生中算高的，那時候一直去問其他高一的社員們該怎麼唱比較好，**一直去學，一直去嘗試**，雖然結果不是那麼的完美，**但我相信自己盡力了**，我可能還需要繼續練習才可以唱得好聽，甚至一直去問其他人我唱得**有沒有不好聽還是哪裡改進的**。



【重點】

- 1.用自己的話來說
- 2.各種資料的佐證
- 3.著重情意、收穫與學習
- 4.約3~5頁頁數

陸上機器人足球比賽



比賽設計



設計設計部分主要是說我們三台車要如何去分配每個位置都需要有不同的馬力才可以去勝任工作

配重的部分也會重要的，當天的比賽中只要沒有加重的機器都活不到前五名可見重量多重要

而技巧的部分是說我們要如何在發出指令的同時可以馬上進行執行讓對手陷入困境

車體的設計也不可缺少，像是最後我們輸掉比賽就是因為遇到有改車型的，他們多了可以卡輪子的東西，而我們也沒防備道只好吃下敗仗

而合作更不用說了，這是一個3V3的比賽誰都不能夠缺少，需要有良好的溝通才可以想出一個策略

[返回目錄](#)

學習心得—多元表現

【重點】

1. 參考提問的問題
2. 書寫約100字的心得

自我提問

Q1: 從我學習的過程中，我發現了？

A1: 我不是自己一個人在學習，有很多人都在陪我，且每個人都在成長。

Q2: 我在學習中，我遇到了哪些問題？

A2: 覺得自己唱不好，很沒自信，比不上其他人。

Q3: 這個過程中誰給我幫助？

A3: 我社團的朋友們，給我自信，給我幫助，陪我一起唱歌，一起面對問題。

Q4: (1) 這個單元我的原先狀態？(2) 過程中學到了什麼？

A4: (1) 我很害羞，不敢唱歌。(2) 放鬆自我，要有自信，要勇敢地唱出來。



P20

比賽結果



反思

1. 我用哪些方式去解決問題？
因為每一個人一開始面對事情都會感到困難，所以當遇到困難時，我會先深呼吸，然後思考可能的解決方法，如果還是不行，我會尋求別人的幫助，最後我們選擇使用溝通去進行溝通，最後我們真的解決了問題，這真的很好。

2. 過程中老師給予的幫助
一開始遇到困難時，老師給予了幫助，但後來我們自己解決了問題，這真的很好。

3. 為何覺得這樣的學習不錯？
因為去參加比賽，我們可以學習到很多東西，也可以學到很多東西，這真的很好。

返回目錄

反思—多元表現

反思

玩了這麼久的社團，也經歷過大大小小的事情，社團的紛爭、歡樂、出遊、社課已經習以為常，不想停止也不想退出，在社團從高一到高二經過了許多事情使我至今無法忘懷，儘管我在社內的實力普通，付出也得不到很多，但我很盡心盡力地做好我的工作，雖然不是最困難的工作，但也是蠻重要的，如果我這兩年來，在社團內過得開心一點，可能會更好，畢竟社內的吵架一定很多，導致很多人退社什麼的，我還待著，身邊的人都一直在囑咐這個社團，我還留著，儘管不再像以前那樣快樂，我依然在社團內，不喜歡領導人也沒辦法，不是我們選的，我們只能遵從學長們的決定並且相信他們相信領導人，沒有他們也無法讓社團持續撐下去，如果能再為社團付出，我會很願意做好自己的本分，讓社團內和樂融洽。

【重點】

- 1.參考提問的問題
- 2.書寫約200字的反思思考

3

實作技巧-軟體資源

務必配合校內規劃
時程上傳(認證)及勾選

本學期認證截止日為
110/7/2(五)

掃描、整理、
歸類、存檔 步驟3

將資料利用編輯軟體整理成
電子檔案上傳

儲存資料、照片、
獎狀等各種證明

步驟2

實體紙本資料(資料夾)
隨手收集並定期整理

步驟1

充實學習成果
多元表現經驗

認真上課&做作業 充實專業科目
累積證照、競賽、幹部、社團、服務
等多元表現資料

備份存檔

系統使用參考網站

學習歷程檔案平臺功能及操作多練幾次就熟了!!

臺北市學習歷程檔案系統 平臺官方版操作說明

首頁 學習歷程檔案櫃 **系統操作說明** 宣導資料 Q & A 管理區 登入

臺北市學生學習歷程檔案系統

系統操作
說明(學生)

到自己的最愛  發展不一樣的自己

行事曆

MORE ▾

October

01

10/1 (二) 下午17:00~1
8:00進行系統更版作業

September

16

9/18 (三) 中午12:00~1
3:00進行系統更版作業

也可參考校內說明
-學習歷程檔案專區-



如果操作上有疑問，也
可以來輔導室詢問喔

軟體資源使用

 編輯+PDF轉換

必備 MICROSOFT

✓ WORD

✓ Power Point

其他：如 canva

也可以美美編輯



實用線上軟體介紹

掃描機替代方式-

✓ Office lens

縮小檔案、轉檔-

✓ SmallPDF、

✓ iLovePDF



高級中等學校
學生學習歷程軟體應用懶人包

軟體資源 - 1

 編輯 + PDF轉換

必備 MICROSOFT

✓ WORD

✓ Power Point

其他：如 canva

也可以美美編輯

文件轉換為 PDF 的方式很多，
看情況選擇使用。

利用文書軟體直接轉換

安裝 PDF
Writer 轉
換

利用雲端轉
換的網站

Word 轉換

赤壁賦.docx - Word 登入

檔案

常用

插入

設計

版面配置

參考資料

頁面

表格

圖片

圖例

圖樣

增益集

線

圖例

圖例

圖例

圖例

圖例

圖例

圖例

圖例

圖例

圖例

圖例

圖例

圖例

圖例

圖例

圖例

圖例

圖例

Office 2007 以上版本可以直接利用另存新檔的功能轉換

另存新檔



常用

新增

開啟

資訊

儲存檔案

另存新檔

歷程記錄

列印

共用

匯出

其他...



最近



OneDrive



這台電腦



新增位置



瀏覽

已釘選

釘選日後想要輕易找到的資料夾。按一下您在資料夾上暫留時出現的 [釘選] 圖示。

今天



桌面

軟膏



下載



E:



108
桌面 > 108

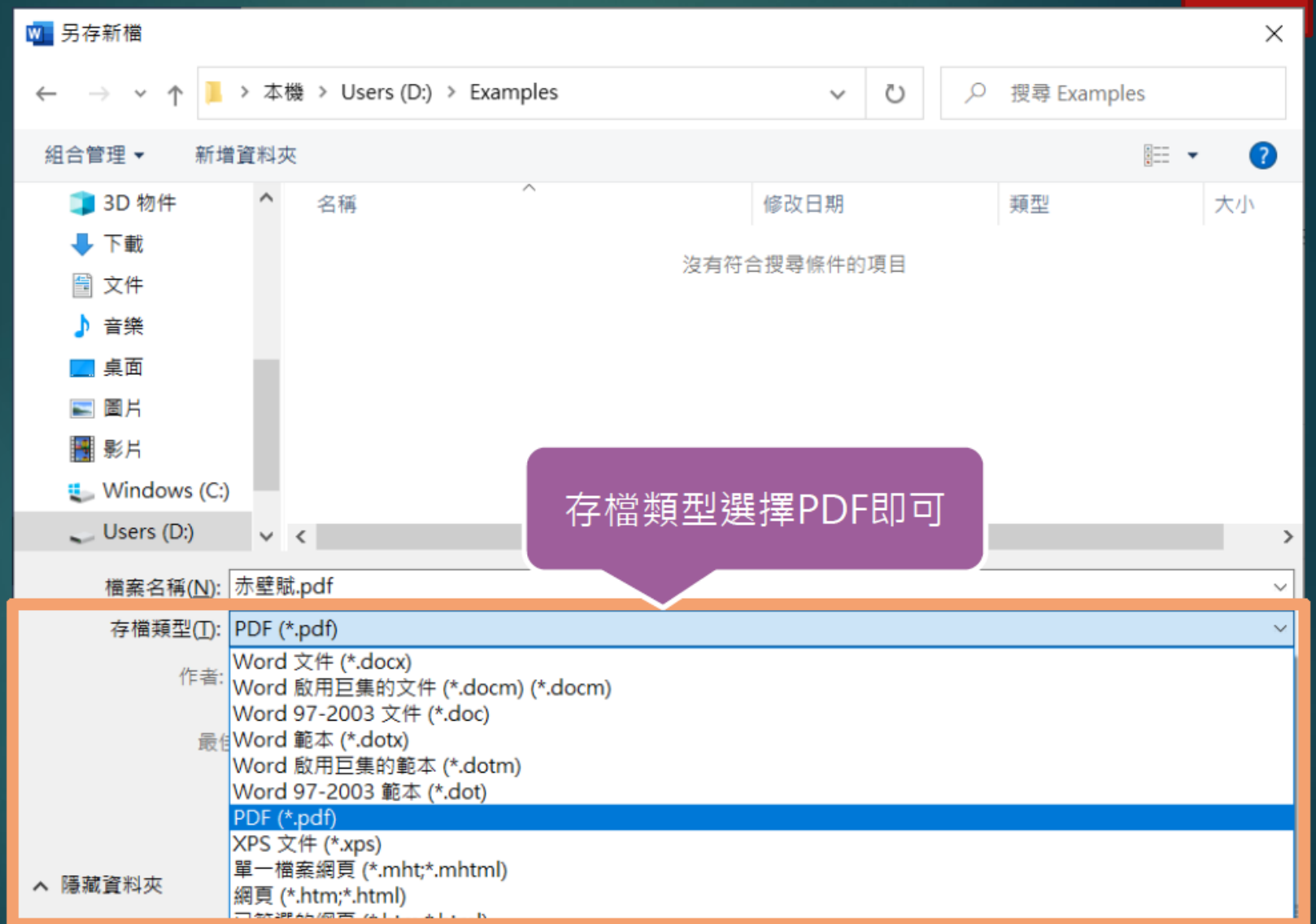


編輯
桌面 > 手冊 > 編輯



轉檔
桌面 > 詠智 > 轉檔

選擇要儲存的位置



Word 的使用



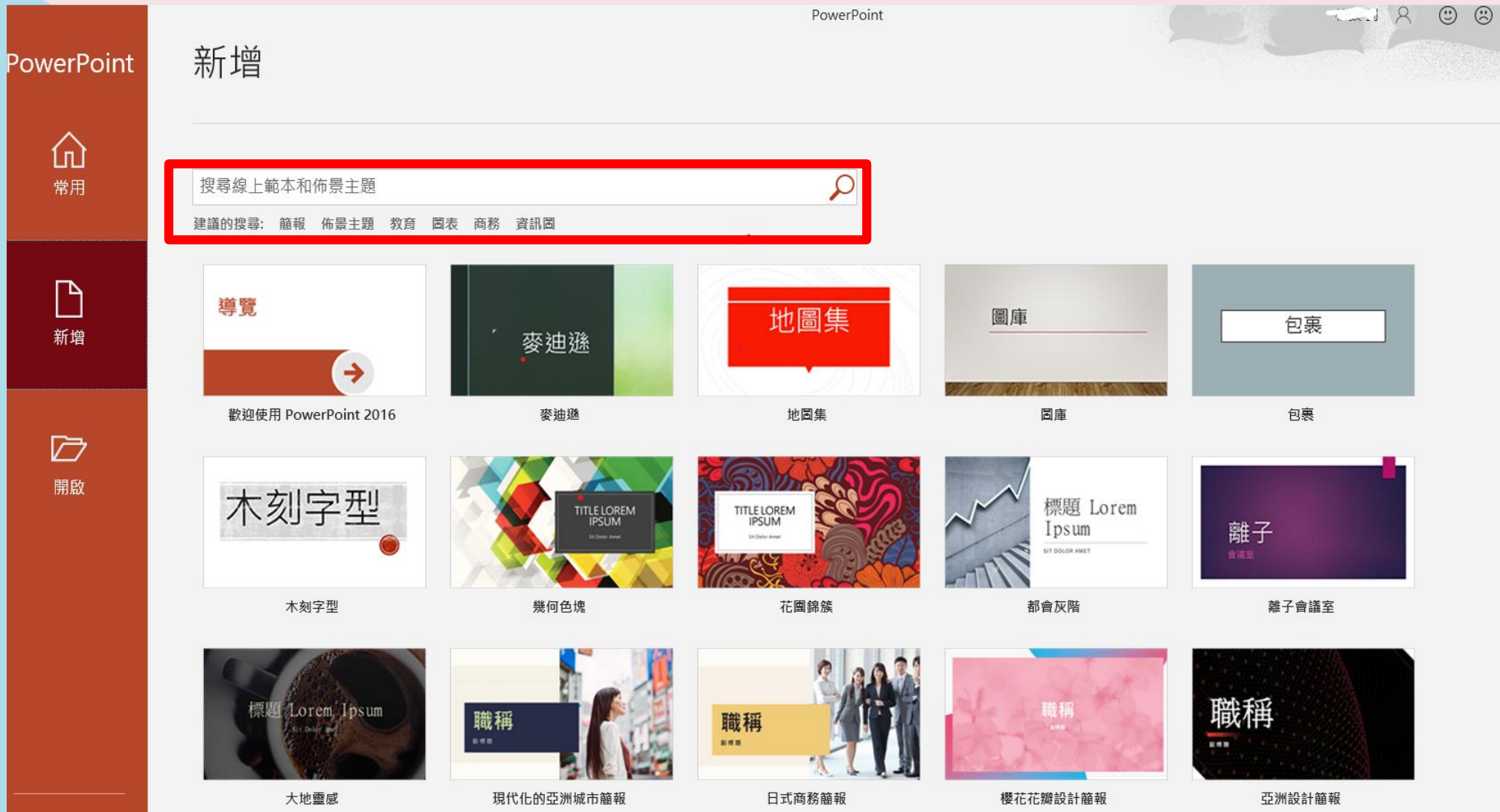
Word 也可以設計精美的
傳單與海報喔



將WORD檔案轉換成
POWERPOINT檔



善加利用PowerPoint也可完美編輯，多樣版型可以選擇，使用便利！ 一樣可以儲存成PDF檔格式



PowerPoint 的使用



PowerPoint 基礎教學



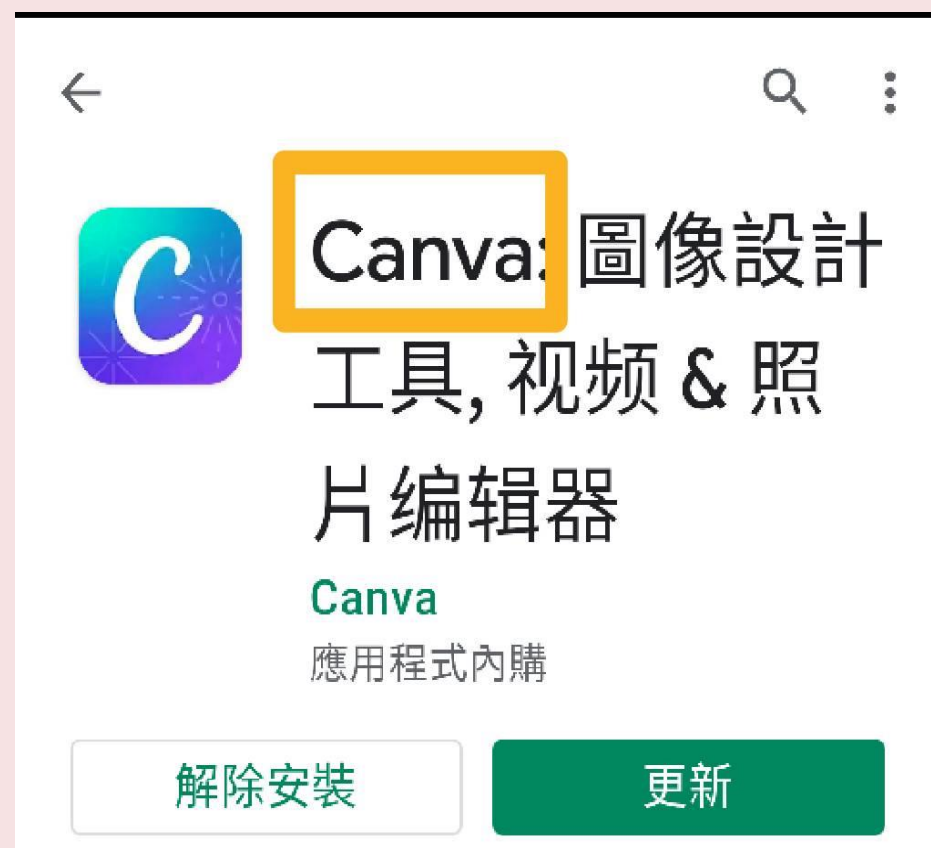
大師級簡報是如何煉成的？



除了WORD或PDF

也可以試試編輯軟體-Canva

- ◆ 版型有免費版
- ◆ 版型多種套用
- ◆ 超級簡單上手
- ◆ 適用電腦網站版或手機APP





1.選擇範本



2.編輯文字照片



3. 添加元素



軟體資源 - 2



實用線上軟體介紹

掃描機替代方式-

✓ Office lens

縮小檔案、轉檔-

✓ SmallPDF、

✓ iLovePDF

多練習使用這個軟體，可以有類似掃描的效果~

1. 書面資料掃描 Office Lens



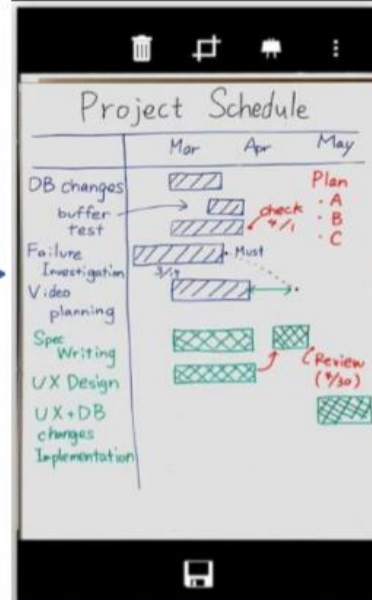
功能：取代傳統掃描器，比直接拍照更好用！

技巧：

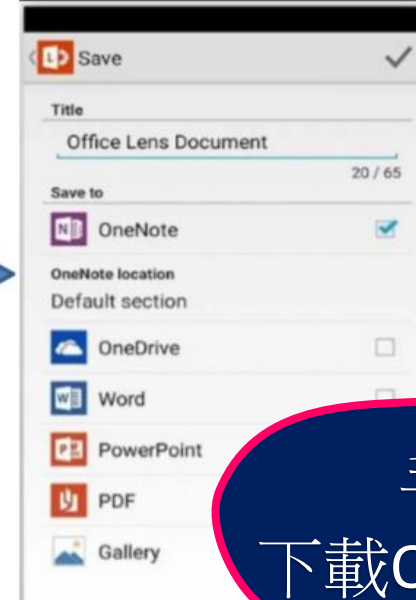
內容完整入鏡



確認圖面邊界



確認存檔類型



手機
下載Office Lens



2.轉檔壓縮-網站資源：Smallpdf

最受歡迎的 PDF 工具

21 種免費轉換、壓縮和編輯 PDF 的工具。立即試試！



PDF轉Word

將 PDF 轉換為可編輯的 Word 文檔



合併PDF

將多個 PDF 合併為 1 個 PDF 文檔



JPG轉PDF

將 JPG、PNG、BMP、GIF、TIFF 圖像轉換為 PDF



PDF電子簽署

建立個人簽名，在 PDF 檔上簽名或要求他人簽名



編輯PDF

添加文字、圖形、圖像和手寫註釋到 PDF



壓縮PDF

縮小 PDF 檔，且不犧牲檔案品質

[查看所有 PDF 工具](#)

轉檔、壓縮檔案
的免費軟體網站



3.轉檔壓縮-網站資源：iLovePDF

PDF愛好者的在線工具

完全免費、易於使用、豐富的PDF處理工具，包括：合併、拆分、壓縮、轉換、旋轉和解鎖PDF文檔，以及給PDF文檔添加浮水印的工具等。僅需幾秒鐘即可完成。

轉檔、壓縮檔案
的免費軟體網站



合併PDF

合併PDF文檔，並按照您的喜好排序，簡單又快速！



拆分PDF

拆分成1個頁面，或者所有頁面，以便將這些頁面轉換為獨立的PDF文檔。



壓縮PDF

減小PDF文檔的尺寸，但同時保持最佳質量，優化您的PDF文檔。



PDF轉換至 Word

輕鬆地把PDF轉換為可編輯的DOC和DOCX文檔，轉換後的WORD文檔幾乎100%正確。



PDF轉換至Powerpoint

將你的PDF轉換為可編輯的PPT和PPTX幻燈片文檔。



PDF轉換至Excel

只需幾秒鐘，即可將數據直接從PDF文檔提取至Excel電子表格中。



Word轉換至PDF

將您的文檔轉換為PDF文檔，與原來的DOC或DOCX文檔完全一樣，並保持最佳的質量。



Powerpoint轉換至PDF

將PPT轉換為PDF文檔，與原來的PPT或PPTX文檔完全一樣，並保持最佳質量。



Excel轉換至PDF

將EXCEL表格轉換為PDF文檔，以方便查看。



編輯PDF文檔

給PDF文檔添加文本、圖片、形狀或手寫的註釋，編輯已添加內容的大小、字體和顏色。



PDF轉JPG

提取PDF文檔中的所有圖片，或將每一頁轉換為JPG圖片。



JPG轉PDF

將您的圖片轉換為PDF文檔，還可以調整方向和邊距。



添加頁碼

輕鬆將頁碼插入PDF文檔，可選擇頁碼的位置、大小、格式和字體！



添加浮水印

選擇圖片或文字給你的PDF文檔添加水印，可選擇水印的位置、透明度和字體。



旋轉PDF

隨意旋轉您的PDF文檔，一次旋轉多個PDF文檔！



HTML轉換至PDF

將HTML中的網頁轉換為PDF，複製並粘貼所需頁面的URL，然後一鍵轉換至PDF。



PDF解鎖

刪除PDF文檔的保護密碼，以便您按照自己的需求使用它。



PDF加密

使用密碼來保護PDF文檔，給PDF文檔加密，以防止未經授權的訪問。



整理PDF

根據自己的意願對PDF文檔中的頁面進行排序，你可以隨時在你的文檔中刪除或添加PDF頁面。



PDF轉換至PDF/A

將你的PDF轉換為PDF/A，PDF/A是用於長期存檔的ISO標準化PDF版本，將來訪問這個PDF文檔時，它還是原有的格式。



修復PDF

修復已損壞的PDF，並恢復其中的數據，利用我們的修復工具來修復PDF文檔。



PDF簽名

給一個文檔簽名，並請求其他人簽名，直接書寫你的簽名，或者使用基於短碼的數字ID來給PDF文檔簽名。



Smallpdf

I ♥ PDF

這兩個轉檔的網站都可以免費使用，功能也差不多，
但其也各有會員限制~
非會員有每小時使用次數限制或檔案大小的限制，
若遇到狀況可以換另一個網站使用~



最後溫暖提醒：學生學習歷程檔案活動項目



四月份線上檢查
學習歷程檔案

件數過少通知改善
並告知導師家長



學習歷程檔案
全天工作坊

預計4月初報名
名額有限敬請密切注意



亮點飛翔
學習歷程比賽

4月開始報名繳件
得獎者獎金優渥有獎狀
參賽者獲得參賽證明

四技二專各入學管道學習準備建議方向

[Home](#)[關於學習準備建議方向](#)[全國技專校院](#)[甄選入學](#)[技優甄審入學](#)[申請入學](#)[資料檢索](#)[相關網站](#)

大學想看到什麼

[舊版四技二專招考新制網站](#)[回到招策會](#)

技專校院喜歡什麼樣的學

全國各大四技二專招生學校111學年度甄選入學、技優甄審入學、

才評量重點報你知。

招生群(類)別



01
機械群



02
動力機械群



03
電機與電子群
電機類



04
電機與電子群
資電類



05
化工群



06
土木與建築群



07
設計群



08
工程與管理類



09
商業與管理群



10
衛生與護理類



11
食品群



12
家政群幼保類

相關網站-招生選材內涵

技專校院喜歡什麼學生？



一般大學喜歡什麼學生？

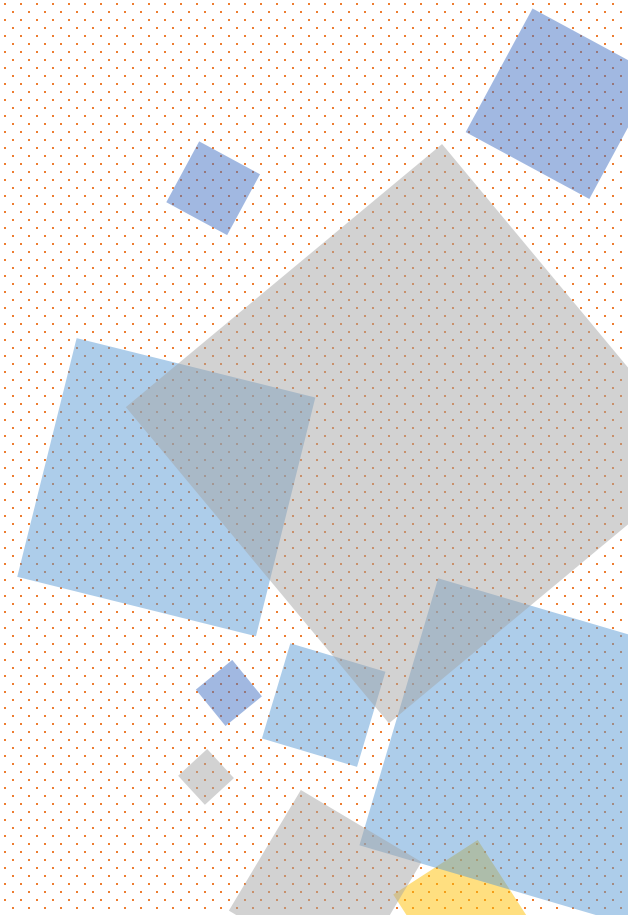
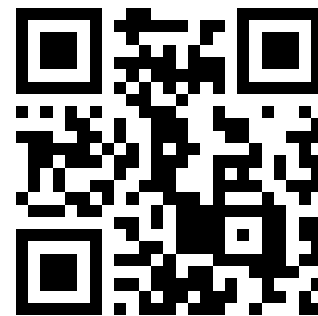


108學年度 學習歷程檔案比賽 得獎作品欣賞

-含學習成果組、多元表現組

得獎作品觀摩：<https://reurl.cc/QdGm3Z>

感謝參賽同學授權展示得獎作品，供師生一起欣賞學習！





未來可能還會遇到各種不同的問題

歡迎再來找輔導老師討論