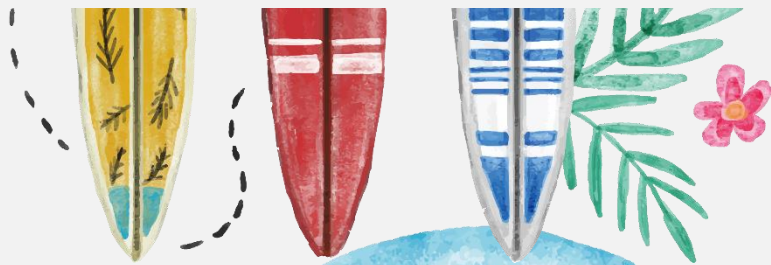




學檔求生術，夢想亮起來

輔導老師 2025.03



前情提要

學習歷程檔案



用三年，分期付款



高三下，一次付清

在未來升學的重要性

升學管道

- 科大甄選入學
- 技優甄審入學
- 大學個人申請

於升學第二階段採記時
占總成績比例最低40%
至最高90%，
是入學的決勝點

所占比例

逐年累積

每年勾選提交

高三無須重新整理

可信有效

- 有老師認證
- 學習態度展現

壹、技專多元入學管道介紹及學習歷程檔案招生運用

EP = 學習歷程檔案

學生 群科/學程別	<ul style="list-style-type: none"> 專業群科 專門學程 學術學程 普通科非應屆畢業生 	<ul style="list-style-type: none"> 專業群科 專門學程 學術學程 普通科 			<ul style="list-style-type: none"> 專業群科 專門學程 	<ul style="list-style-type: none"> 普通科 專門學程 學術學程 專業群科藝術群 	
考試名稱	四技二專統一入學測驗 (統測)	-	-	-	-	大學學科能力測驗 (學測)	
報名資格	統測5科成績 不得有2科(含)以上為0分	具特殊 經歷	具簡章表列之 國際或全 國技能競 賽得獎、正 取國手	具簡章表列之 競賽得獎、取 得乙級以上技 術士證或通過 專技人員普通 考試	技綜高校內推薦 排名在各科、學 程前30%之應屆 畢業生	-	
招生管道	甄選 入學 EP	聯合登記 分發	特殊 選才	技優 保送	技優 甄審 EP	科技 繁星推薦	四技 申請入學 EP

114學年度簡章
一般生招生名額

34,032

9,648

586

495

4,323

2,473

7,729

青儲組93

青儲組454

註：各招生管道招生名額，以招生簡章為準。

備註：

- 資安人才升學進路分別於甄選入學、特殊選才、技優保送、技優甄審等管道招生。
- 青年教育與就業儲蓄帳戶方案學生可參加甄選入學及特殊選才管道。
- 普通科應屆畢業生可報名四技申請入學、特殊選才、技優保送及技優甄審入學管道。
- 綜高學術學程應屆畢業生可報名聯合登記分發；修滿專門學程25學分可應屆報名甄選入學管道。



【學習歷程檔案的重要原因1】

- 比重高於40%

四技二專【甄選入學】

- 統測比重 $\leq 40\%$
- 學習歷程檔案+專題實作、實習科目學習成果比重 $\geq 40\%$
(高於筆試)

一般大學【個人申請】

- 學測比重 $\leq 50\%$
- 面試及學習歷程檔案 $\geq 50\%$

【相關資訊-尋找未來方向】

學習歷程檔案準備方向(115)



技專學習準備方向



大學學習準備方向

技訊網



技訊網

還在找方向的你很適合



104升學就業地圖

104升學就業地圖:
這個網站依照大學科系
有相關薪資統計、就業機會、
科系介紹、學長姐真心話等
讓你掌握現今
臺灣升學和就業關聯!

114學年度入學官網



技專114甄選入學



大學114個人申請

114特殊選才 -須具備特殊能力/競賽-



技專114特選

技專114特選



大學114特選

大學114特選

【特殊選才懶人包】



特殊選才

1. 報名資格

具特殊經歷

- 專業群科
- 專門學程
- 學術學程
- 普通科
- 青年儲蓄方案

2. 資格審查

至多選填**5**個志願
依各系簡章規定
進行資格審查

3. 指定項目甄審

- 書面審查
- 面試、筆試、術科實作

4. 分發

- 技專公告正備取名單
- 依學生所填**就讀志願序**進行分發

不需統測、學測成績

擁有特殊技能、才藝
專長、不同教育資歷
等表現優異的同學

【例如】註：由招生校系自訂資格

流行產業系	表演工作者或街頭藝人
多媒體系	自行開發相關APP並已上架
電機系	亞洲區奧林匹亞競賽獲獎
企管系	自行創業或微型創業負責人



【甄選入學懶人包】



甄選入學

1. 報名資格

參加統一入學測驗

2科成績不得為0分

- 專業群科
- 專門學程
- 學術學程*
- 普通科非應屆畢業生
- 青年儲蓄方案

【註】

學術學程應屆畢業生修滿
專門學程25學分可報名。

2. 第一階段

- 至多選填**6**個志願
- 由系科訂定統測成績
篩選倍率。
(以大倍率篩選共同科目，
小倍率篩選專業科目為原則)

3. 第二階段

- 統測成績採計
- 指定項目甄試：
 - ◆ 備審資料，包含
 - 修課紀錄
 - 課程學習成果
 - 多元表現 (及綜整心得)
 - 學習歷程自述及其他
 - ◆ 面試、術科實作、筆試

4. 分發

- 技專公告正備取名單
- 依學生所填就讀志願
序進行分發

可查詢聯合會網頁前一年
統計資料，有第一階段甄
選標準，作為**6**志願選擇
的參考囉~



<https://reurl.cc/my0dll>

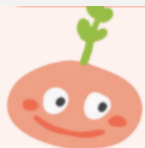
備審資料可勾選**學習歷程檔案 EP**
或自行上傳**PDF檔**，內容包含：

- ☑ 專題實作、實習科目學習成果
(含技能領域) 採計1-3件
- ☑ 其他課程學習成果至多採計3件
- ☑ 多元表現 至多採計10件

必採



【教授審查懶人包】



技專教授會怎麼審學習歷程檔案呢？

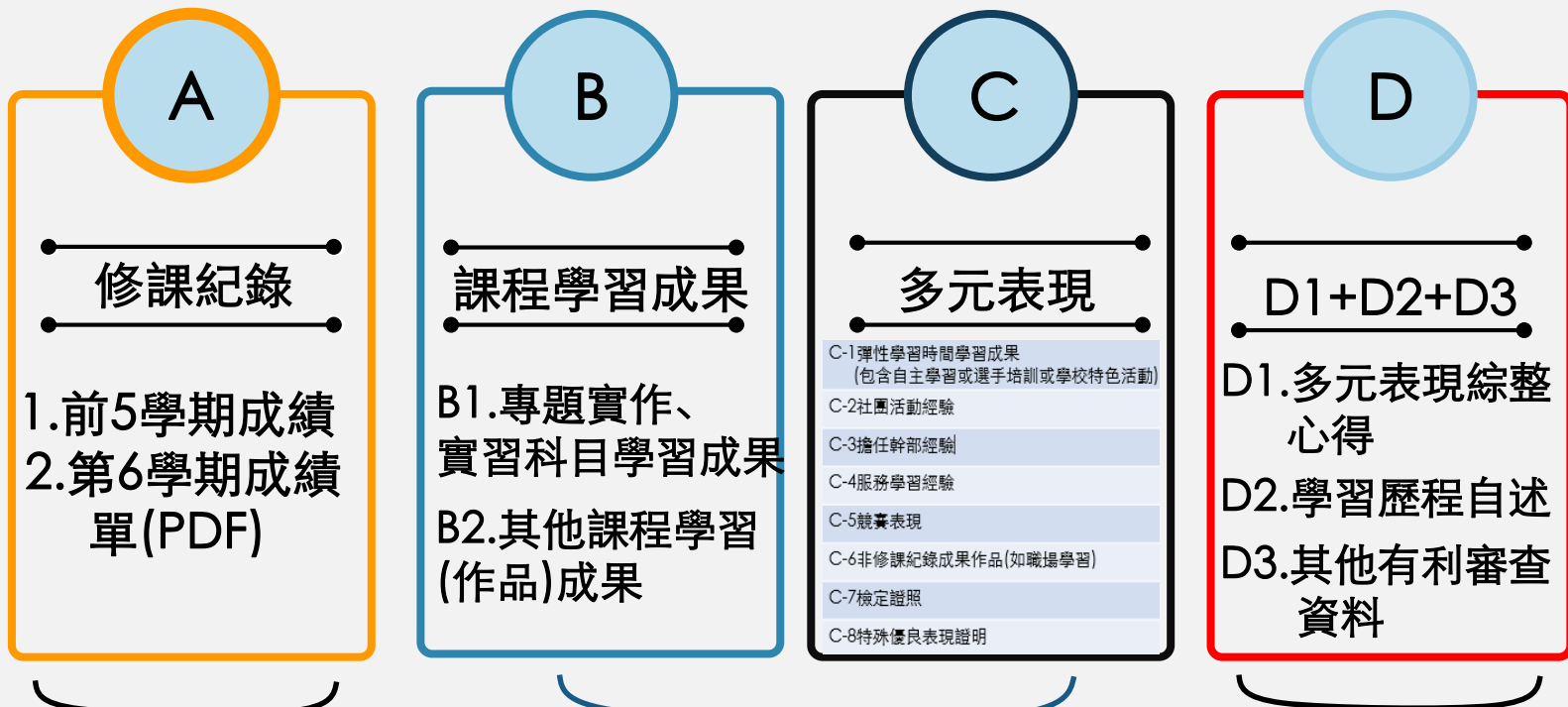
先別擔心喔，為了讓大家更安心，技專院校招生策略委員會在109年公布五項審查學習歷程檔案的原則，分別是：

1. 重視學生務實致用的專業知識及實作能力
2. 以學習相關活動為主，質重於量
3. 重視學生有意義且具關聯的學習反思
4. 重視資料真實性及學生自主準備
5. 採多面向綜合評量，並非所列項次都要具備

項目	上傳檔案件數
A.修課紀錄 ※應屆畢業生一律由就讀學校上傳；110學年度以後畢業生，一律由學習歷程中央資料庫提供；其餘畢業生或同等學力者，一律自行上傳歷年成績單(PDF檔)	1件
B.課程學習成果	2件
B-1.專題實作、實習科目學習成果(含技能領域)(*須至少上傳1件)在符合上傳件數上限下，可上傳專題實作、亦可上傳實習科目學習成果(含技能領域)、也可二者皆上傳	2件
B-2.其他課程學習(作品)成果	7件
C.多元表現: C-1、C-2、C-3、C-4、C-5、C-6、C-7、C-8	1件
D.1.多元表現綜整心得	1件
D.2.學習歷程自述(含學習歷程反思、就讀動機、未來學習計畫與生涯規劃)	1件
D.3.其他有利審查資料	1件

以臺科建築系為例

大學端的書審頁面會直接看到
 1.五學期成績平均與群別、班別之相對表現
 2.第六學期在校學校成績單(PDF檔)



亮點：成績曲線「上升」最好
 -6學期在校成績都會看-

學檔資料：現在開始都來的及

高三針對校系上傳PDF檔



【超前佈署第一步-看懂簡章】

依照夢想校系需求來準備



你看懂升學遊戲規則了嗎？
回家試試看右方google表單 (3/27截止)
認真用心完成者可獲得嘉獎一支



看懂簡章邁向未來



可先參考今年
114年度技專
甄選簡章

班輔結束後會轉發班級群組，
歡迎同學踴躍填寫

<https://forms.gle/kJyuwZShn4zkAk9s5>

從大安到大學的距離

體驗、嘗試、認識自己

探索多元興趣

發展自我特色

專注目標

聚焦優勢

高一

熟悉操作、熟悉系統、
廣泛參與、自我探索


高二

掌握理想校系需求 – 整理資料



專注課堂成果 – **實作科目/專題預備**

高三

展現專題能力、好好考統測、專業潛力展現
學業成績蒸蒸日上 

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、多元表現綜整心得等

喜歡自己，找到人生舞台



學習歷程檔案乾貨滿滿五關鍵

專心聽課,用心呈現
省錢、省時、事半功倍

每一種服務都是為了您而做準備
帶您戰勝備審製作無往不利
葉鴻補習班開設備審課程： 1對1 1對3 1對5

01 學測 備審製作班 1對1、1對3、1對5小團班	02 統測 備審製作班 1對1、1對3、1對5小團班	03 商業 報告類 工作總結、計劃書、規劃 方案、演講稿、申請書	04 PPT 製作設計 企業項目介紹、策略方案、 主題式報告PPT
---	---	--	---

(學長說外面課程市價5千到5萬都有) 🤖



NG

先看看你的學檔踩到幾個雷

排版視覺
動線凌亂

圖片解析度
太低

錯字連篇
用詞不妥

圖片與
內容無關

每頁排版風格
都不同

圖片方向
不一致

單頁使用
超過三種字體

行距過小
文字擁擠

使用超過三種
顏色標記



破解學檔地雷很簡單

資料來源:Yory優歷網

1 內容架構分級

幹部參與動機與摘要 ← 段落大標題

在高二上時我擔任了班上的風紀股長，負責維持班級每天早自習和午休期間的秩序...

工作項目 ← 段落小標題

- 維持班級秩序
- 點名紀錄
- 資訊佈達

← 資訊列點

2 視覺資訊分級

在擔任風紀股長的一學期後，我發現因為我的負責與同學的配合，班級的秩序更加井然有序。
這段經歷也讓我明白到良好溝通的重要，因為管理秩序不僅僅是實施規則，更需要柔性的方法來獲得同學的合作。

我除了學會如何有效地管理同學，還...

字體顏色、粗細都能帶來差異！

3 有效視覺化資訊

學期	高一下	高二上
幹部經驗	國小生課後輔導老師	班長
能力	教學能力	領導力



插入表格

搭配適當的佐證圖片



關鍵一

重新檢視

【作品/照片】呈現方式



關鍵一【作品/照片呈現方式】

標題

作品(活動)標題記得寫

內文

文字說明不可少

圖片

圖片清楚、放大重點



關鍵一【作品/照片呈現方式】

解鎖1: 圖文並茂，用照片說故事

作品(活動)標題記得寫

圖片清楚、放大重點

漢堡電繪練習 .png



只放上作品但缺乏說明，不一定能完整傳達你的創作重點 ...



漢堡電繪練習



原本我把背景的飲料細節也畫了出來，但發現這樣會搶走漢堡的風采，所以試著把飲料模糊來製造景深凸顯主角。有這次的經驗，下次我會在下筆前先綜觀思考畫面平衡與重點。選色是我滿意的地方，但放大看會發現筆觸很多，雖然也不失為一種風格，但我會多加鑽研如何更好地呈現細節。

文字說明不可少

放大你創作中的巧思，輔以文字的說明，讓教授更清楚你的創作過程喔！



關鍵一【作品/照片呈現方式】

學校	大安高工	班級	■■■■■
報考項目	製圖丙級檢定	報考時間	108/6/24
報考地點	■■■■■		
指導老師	林麗芳、林振輝		
			
正面		背面	

心得

製圖丙檢是我繼電繪丙級之後第二期待的檢定，因為我未來想就讀建築科，所以繪畫能力就變得十分重要，我最重視的也是這一塊，希望能考出好成績，術科的部分是在學校考，我覺得這樣非常有利，因為是熟悉的環境，畫圖起來也會自在順手很多。

從一年級的下學期開始，我們就馬不停蹄的為這次的丙檢做準備，例如：運筆、配圖、工程字等等，都是我們訓練內容，麗芳老師也要求我們必須把圖面上的尺度標註背起來，這樣作圖速度也會快很多，可以省下找標註的時間。我覺得最大的困難就是轉筆，轉筆能讓每條線的粗細都變得很均勻，看起來整潔又清爽，但是我轉筆時總是會不小心把線條畫歪，導致要重畫好幾遍，而面對畫圖的我，最不缺的就是耐心，就算碰到要重新來過，我也是從容不迫的擦掉，在充新運筆，報了丙檢那天，將訓練時的程度都發揮出來，我甚至還提早交卷呢！

解鎖1: 圖文並茂，用照片說故事

標題-活動資料

臺北市立大安高級工業職業學校 高一及高二英文競試



心得

榮獲高一及高二全年級最高分的成績表現
這是我第一次參加由學校舉辦的英文競試活動(多益題型模擬測驗)。感謝師長平時的鼓勵與指導，雖然試題多項目不限範圍，但我還是能夠以平常心做好準備。多益英文考試確實比學校英文課程考試要求得多，難度也提升不少，在有限的時間內完成試題需要相當的集中心力。

反思

考慮是否應該參與更多英文相關的競賽或檢定?
英文是我擅長的科目也是我平時瀏覽網路媒體時的慣用語，透過這次英文競試的成果，不僅讓我更有信心，同時也使我認真思考之後是否應該多多參與這方面的競賽活動?在不斷的挑戰過程中，應該可以讓我持續保持精準，並且能為學校與自己爭取榮譽。

第5頁

清晰的證明文件

參加競賽

2021年全國二足機器人競賽

競賽日期: 110年11月20日(六)
競賽地點: 國立臺灣師範大學
我參加的競賽: 1.重量級擂台賽 2.足球賽 3.氣球擊破 4.任務賽



檢錄合格

測試場地

依場地需求修改程式

心得收穫 / 反思

活動照片-說明

【版面的思考方式=表達能力】

唯一目標 :透過**超短**時間欣賞你的**超滿**亮點

【大標題】

〔小標題〕

文字說明 【照片/證明】

〔小標題〕

文字說明 【照片/證明】

〔小標題〕

文字說明 【照片/證明】

總體心得省思

【大標題】

〔小標題〕

【照片/證明】 文字說明

【流程圖、照片說明等】

文字說明

文字說明 【照片/證明】

【大標題】

〔小標題〕

〔小小標題〕

文字說明

〔小小標題〕

文字說明

〔小小標題〕

文字說明

照片
證明

照片
證明

照片
證明

〔小小標題〕

文字說明

〔小小標題〕

文字說明

〔小小標題〕

文字說明

〔小標題〕

總體心得省思



關鍵一【作品/照片呈現方式】

解鎖2:小組作業要附上『分工表』，並說明自己的貢獻與學習收穫

說明團體報告的分工

如果是團體報告，記得告訴大學教授你們的分工，他們才知道你做了哪些工作。當然，最重要的是，不要忘記從你的角度寫下對於這個團體報告的反思喔！

姓名	貢獻度	工作項目
卡丘	30%	設計問卷、發放問卷、回收問卷
尼龜	30%	文獻收集、發放問卷
火龍	40%	分析問卷

不只要寫下貢獻度百分比，也要明確寫下自己負責什麼工作才能讓審查教授知道你負責了什麼部分喔！



(四) 分工表&省思

1. 作品分工表

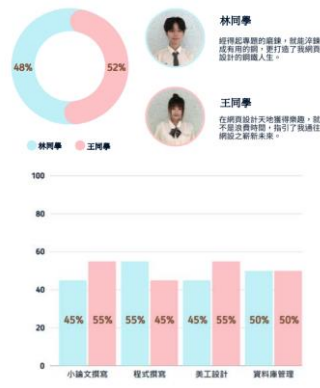
參賽學生	工作任務
林同學	資料蒐集、上台簡報、小模型製作
王同學	資料蒐集、上台簡報、專題討論筆記、簡報製作、海報製作
	資料蒐集及整理、上台簡報、模型概念稿、實驗機械實體模型、軟體建模及參數式研究、小論文撰寫

2. 省思

比起專題研究的進行，我認為最重要的莫口語表達能力。與師長討論、與同學溝通、上台報告，從容而不隨便，謹慎而不嚴厲，他人對自己的印象可能因一句話以不同態度表現而有所差異。平穩的氣氛也是專題研究得以順利推進的要點，常常在討論中，組員意見不一導致情緒愈來愈激動，這時我扮演著「調停者」，學習以理性分享自己的觀點，請大家輪流發表自己的想法，接著嘗試整理出彼此觀點分歧的起點，所謂「寸有所長，尺有所短」，於專題進行中深刻的團體協作過程，我雖不擅於操作電腦軟體，但對自己的手工能力有自信，便自告奮勇進行草模研究，雖然距離成果展現尚差一哩路，但此次研究我了解了原來從前積累的經驗能有這樣的表現成果，也知悉仍有諸多技巧像是：結合機械結構進行設計構思等等融合相關領域的能力再再接觸再，嘗試多元的研究題材發現的世界或許更廣闊。

ASSIGNMENTS

專題工作分配





【專題製作提醒-教授都**特重視**分工】

大學還會特別需要上傳有組員和指導老師**簽名**的分工表(如:臺科、北科)

表 B 112.02.01 版
國立臺灣科技大學 112 學年度課程學習成果工作內容與貢獻度表

四技二專甄選入學 四技申請入學 四技二專技優甄審入學

◆報名本校系別：營建工程系

一、基本資料

●申請者姓名：[redacted]

●就讀學校：臺北市立大安高級工業職業學校；科別：建築科

●專題/作業/作品集名稱：「隔起來」隔板參數編程-改造校園生理男性廁所

二、申請者與其他組員之工作內容與貢獻度(加總為 100%)，請依組員人數自行調整欄位

姓名	工作內容<各限 100 字以內>	貢獻度
申請者 張 [redacted]	資料蒐集、上台簡報、小模型製作	15%
組員 黃 [redacted]	資料蒐集、上台簡報、專題討論書記、簡報製作、海報製作	35%
組員 何 [redacted]	資料蒐集及整理、上台簡報、模型概念稿、實驗機械實體模型、軟體建模及參數式研究、小論文撰寫	50%
組員		%
組員		%
組員		%
總計		100%

●小組完成一項成果須檢附本表一份，兩項成果請檢附本表兩份，以此類推。
●本人確保上述資料無誤，若有造假，將取消錄取資格。

申請者親筆簽名：[redacted] 日期：112 年 5 月 23 日

小組其他組員親筆簽名：[redacted]

指導老師親筆簽名或蓋章：[redacted]

※上表請以電腦編打，並經小組所有組員及指導老師親簽後轉 PDF 上傳。

全員簽名

列出貢獻度

表 B 113.01.03 版
國立臺灣科技大學 113 學年度課程學習成果工作內容與貢獻度表

四技二專甄選入學 四技申請入學 四技二專技優甄審入學

◆報名本校系別：建築系

一、基本資料

●申請者姓名：[redacted]

●就讀學校：臺北市立大安高級工業職業學校；科別：建築科

●專題/作業/作品集名稱：SWAC 地下水冷空調系統

二、申請者與其他組員之工作內容與貢獻度(加總為 100%)，請依組員人數自行調整欄位

姓名	工作內容<各限 100 字以內>	貢獻度
申請者 [redacted]	PPT 簡報排版、蒐集文獻資料、草圖繪製、實驗模型製作、AutoCAD 模型圖繪製、SketchUP 模型建模製作、群科文本製作、ICON 圖案尋找、擔任組長	34 %
組員 [redacted]	PPT 簡報排版、蒐集文獻資料、實驗模型製作、購買材料、小論文製作、ICON 圖案尋找、群科文本製作	33 %
組員 [redacted]	PPT 簡報排版、蒐集文獻資料、小論文製作、講稿書寫、群科文本製作、實驗模型製作	33 %
總計		100%

●小組完成一項成果須檢附本表一份，兩項成果請檢附本表兩份，以此類推。
●本人確保上述資料無誤，若有造假，將取消錄取資格。

申請者親筆簽名：[redacted] 日期：112 年 6 月 3 日

小組其他組員親筆簽名：[redacted]

指導老師親筆簽名或蓋章：[redacted]

※上表請以電腦編打，並經小組所有組員及指導老師親簽後轉 PDF 上傳。

全員簽名

列出貢獻度



同學提問：影音、外部連結，教授會看嗎？

需要對影片(或連結)
的簡單說明



成果影片連結



附上網址,方便審閱
但大多教授表示不太會去點連結...
(除非真的很很很吸引人)

課程知識	轉型正義
課程成果	公民DJ節目
建議:主動說明希望教授看到什麼, 哪個片段才是亮點等等。	以轉型正義為 是推目

【評審者建議】

可以放影片「截圖」
(不點影片, 但可以放
影片重點的截圖片段)



關鍵二

【如何讓檔案更完整】

前言、內容、心得、反思

缺一不可

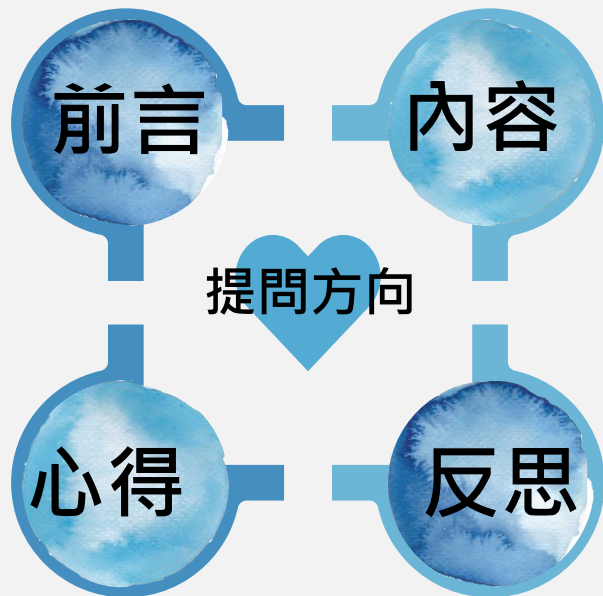


關鍵二【前言、內容、心得、省思】

解鎖: 利用提問方向幫助自己書寫

- 1.參與動機、學習脈絡
- 2.作品成果(活動)簡述
- 3.學習重點及發現

- 1.優勢亮點的部分
- 2.困難挫折的部分
- 3.活動過程學到什麼



- 1.課堂(活動)中的理論/知識
- 2.課堂(活動)中的重點/訣竅
- 3.課堂(活動)中的經驗與學習

- 1.這個學習活動啟發我....
- 2.如何修正錯誤、解決問題
- 3.再學一次會怎麼做



同學提問：心得和反思 差在哪裡？

解鎖：利用提問方向幫助自己書寫

心得

N. 多元表現綜整心得

感想意見，找出問題

過去

反思

O. 學習歷程反思

設立目標，解決問題

現在

未來

現在的你，回首過去寫「心得」，並「反思」未來可以如何做得更好！



【高品質、有深度、幫教授整理重點】

要有獨特反思

談談這份檔案對你的課堂內外的啟發，你的學習成果可以往哪裡延伸與發展。如果是團體作業，可以從自己分配到的工作思考，寫出與其他組員與眾不同的反思，千萬不要當個省話一哥或省話一姐喔。

反思

我覺得很開心。



這堂課我學到了很多。



終於放暑假了！



我學到應用課堂的技巧...



這樣會更好！



避免單純情緒抒發型的反思內容，可以在後面說明「為什麼」你會有這樣的情緒喔！

反思

在服裝設計課程中我學到應用課堂的技巧製作寶特瓶環保服裝的複合媒材設計，完成製作後我發現經過縫合、黏貼加工後，原本可回收的寶特瓶變得只能丟到可燃垃圾焚燒...

因此我希望未來能朝著永續材料的領域努力，開發真正可以為地球盡一份心力的強韌而且環保無污染的纖維材料。



延伸到和社會、產業或是未來的關係，可以兼顧說明課程的成果以及學習對你的啟發喔！



因為暑假很無聊，我就參加了植物醫學營，第一天就因為睡過頭而遲到，被營隊的值星官當眾大罵一頓，好丟臉，下次我一定不會遲到。

太省話、太表面也太個人了吧，讓我來改寫一下吧！



我在暑假參加植物醫學營，聽到業界人士分享自己診斷和治療植物病害的經驗，並對一些植物與昆蟲有了基本認識，這啟發了我未來想申請植物科學或農業相關科系的動機，我希望能在大學期間進一步了解植物病因診斷學，並學會對一些重要的農作物進行植物健康整合管理。這次營隊經驗讓我學習到了植物健康對農業和環境保護的重要性，也讓我認識到自己的興趣所在。因為營隊的課程很早就開始，我有時候會睡過頭而遲到，讓我錯過幾個有趣的課程，這讓我感到很後悔，以後若是念植物有關的科系，也是要很早起床去觀察植物，所以我一定要改掉這個壞習慣。



【技巧1:句子套進去，心得反思寫起來】

1. 這個單元裡我原先狀態是什麼？過程中學習到了什麼？最後心得收穫是？
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的是....，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. 這個學習(活動)啟發我什麼...？
10. 透過這個學習,我的想法是？
11. 從這一個學習(活動)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？
原來與生活中的OO有關係，原來與課本的OO有關



【技巧2:教授重視的能力排行榜 前五名】

截自「作伙學成果發表檔案」

- 第1名 解決問題的能力** 描述你遇到、發現什麼問題；
★★★★★ 五顆星重要 過程的學習與轉折；事情的結果與收穫
- 第2名 學習態度** 面對新的知識/領域/會有什麼方式或態度去學？
遇到挫折如何面對？
- 第3名 邏輯推理** 從檔案看頭腦清不清楚，推論合不合理
- 第4名 批判思考** 獨立思考/思辨事情的多元面向/不同角度的切入
- 第5名 溝通表達** 說的話寫的字是否能讓別人懂/合作團隊的能力



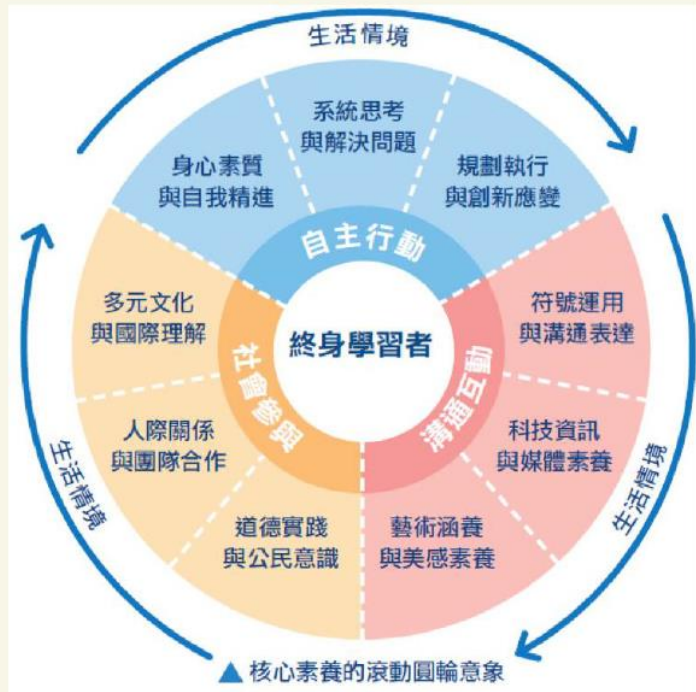
【技巧3.帶入核心能力，緊扣九大素養】

能力指標

1. 界定和解決問題的能力。
2. 邏輯推理的能力。
3. 溝通表達的能力。
4. 科學研究的精神。
5. 創意思考的能力。
6. 團隊合作的能力。
7. 公民意識的能力。

核心能力

1. 產業專精。
2. 多元專業。
3. 跨領域統整。





更加了解船舶的設計：船舶模型創意競賽

在準備這次比賽的過程中，我學會了**實作應用**與**團隊合作**的能力。此次比賽要求我們**運用流體力學和材料科學的知識**來設計和製作高效能的模型船。從設計圖紙到實際製作，我提升了自己的動手能力，還學會了如何以計算調整船體結構以提高性能。

把你學到的素養當主標題，還有直截了當的標題句，還有適合的提示，給你一個讚！



下對標題，事半功倍

培養團隊溝通與合作的能力：未來議起來創意生活系研習營

在這次的營隊活動，培養了我團隊**溝通**與**合作**的能力。在營隊活動尾聲，每個小組需要共同合作，利用有限的材料排版出團隊的小組報告，除了需要與組內不同領域的同學彼此溝通，我們互相討論在有限的篇幅設計出最有效的報告方式。

原來參加未來議起來讓你培養了溝通與合作的能力呢～



畫重點，審查沒煩惱

養成重視時間安排與解決問題的態度：餐飲服務丙級證照

取得這張餐飲證照，增強了我**有效分配時間**與**勇於面對困難的能力**。在歷經了一年多的訓練，我總是把握時間，在課內複習學科知識，在課後努力練習術科技能，反覆練習不同餐廳服務學習技能，去克服肢體動作的不協調的問題。

學到正確面對人生的態度也很好！



【進階秘訣：高CP亮點呈現-秒懂重點在哪裡】



重點用有色字體呈現

【進階秘訣：高CP亮點呈現-秒懂重點在哪裡】

5種重點呈現策略

大小	1	2	3	4	5
方向	1	2	3	4	5
色彩	1	2	3	4	5
圈選	1	2	3	4	5
背景	1	2	3	4	5

01

110學年度第1學期 - 機械製圖實習課程

學習心得與收穫

在老師嚴格的要求與磨練之下，機械製圖實習這堂課程雖然相當辛苦，卻也是讓我覺得蠻有成就感的一門課程。除了要盡力如期完成老師所指定的大量練習作業，此外**我覺得最大的收穫就是「對精確度的自我要求」和「拆解圖形的思考能力」**。我慢慢地改變畫圖的習慣，讓自己能夠符合製圖的成果標準。在這個過程中，我也明白透視與視圖的關係，用有次序的方式逐一拆解複雜的圖形。

學習過程的反思

以我目前的粗淺理解，製圖在工業設計與製造過程中，肯定扮演了相當重要的角色，然而製圖不一定是整個事件的起點(創意想法)，更不會是終點(實際產品)。那麼，**一位具有製圖能力的專業人員要如何和其他團隊成員互相討論與彼此溝通？這是最近讓我感到相當好奇的一件事。**

03

認識大學建築與設計學群(成功大學、中原大學) 探索講座

報名緣由



這一場講座活動是來自於我們班級導師2021年11月5日所分享的訊息。我目前所就讀製圖科是隸屬於機械群，但我也很好奇其他相關的大學校校會有什麼課程內容，因此主動報名參加。

一、我想探索還有哪些與製圖相關的科系

透過製圖技能只能繪製機械機具嗎？有沒有什麼其他的應用領域也需要製圖技術來實現？這個講座是個難得的機會，應該可以讓我初窺堂奧，想像一下各種可能的發展。

二、我想聽聽看大學教授們怎樣介紹科系

與其我自己花時間上網看資料，我覺得能夠在短時間內，聽到專家教授們實地的演說，這肯定獲取相關資訊最有效率的方式之一吧！

重點訣竅在哪裡？

秘訣1.顏色字

秘訣2.條列式

秘訣3.畫圖表



關鍵三

回到起點...

【該上傳什麼?該用哪些素材】

選擇障礙怎麼辦



關鍵三【該上傳什麼課程學習成果】



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



勾選學習成果



查詢學習成果提交中央資料庫紀錄

1.展現特色/擅長的科目

2.完整報告(作品)的科目

學習動機強

3.展現專業/實作的科目

4.搭配目標校系參採有利課程

學習潛力強



關鍵三：補充【該上傳什麼多元表現】



1.創造『個人品牌特色』

2.切記 - 重質不重量

讓教授記住你

3.搭配目標校系採納的項目

4.傳承經驗分享最需要的

外語/檢定/競賽/社團等



請問：下面資料
都可以運用嗎 ...?

1. 校內比賽作品：歡迎多多觀摩比賽得獎作品

2. 校外比賽作品：第四屆【金質歷程獎】 | 線上歷程展 | 慧治教育協

筆記

證照
證明

作品照片

考試卷

學習單

小論文
專題

講義
習作

報告的
投影片

活動照片

影片



關鍵三【該用那些素材】





關鍵三【該用那些素材】

學習單 / 單元式學習成果

課程內容
印象最深的章節
學習到的新知識
新知識的應用
延伸學習

證照型學習成果


課程內容
學習到的技巧與能力
遭遇困難與解決方法
修正與檢討
檢定證照證明

專題實作 / 累積式學習成果

摘要
研究背景
動機與目的
理論 / 工法介紹
實作過程
結論：成果展現
討論：過程中的困難與檢討
個人心得與貢獻

實習紀錄型學習成果

課程內容
實習 / 實作紀錄
成果展現
個人心得與檢討



不一定要照這些格式來做，但要記得想清楚什麼東西放前面，什麼東西放後面唷！

表現學習成果的來龍去脈：

無論你用哪種方式展現課程學習成果，都要包含：

你做了什麼、為什麼做、如何做與做的成果，讓大學教授完整的了解你的想法、成果、能力與素養。



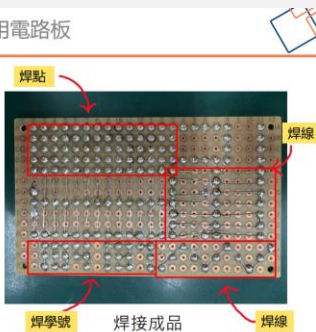
【學檔上菜-整合各種材料】

作品、實習課呈現

筆記、作業呈現

焊接練習-萬用電路板

- **學習目的:** 熟悉電烙鐵使用與基本焊接技巧
- **作業介紹:** 這是第一次做焊線練習，老師先說明了電烙鐵的使用方式與安全事項，後便讓我從最基本的焊點練習開始，再來練習焊單心線，從簡單的直角轉彎，到學號、波浪形、U型等複雜的路線。
- **操作過程:** 待電烙鐵加熱至所需溫度 > 上錫 > 加熱欲焊接物 > 將焊錫靠近融化 > 充分加熱後將烙鐵與錫移開 > 完成一次焊接。
- **注意事項:** 拿取烙鐵應小心、加熱時間與錫量要適當、焊接一定次數要用潔海綿清理烙鐵頭



課程概況



◦ 補胎:

這是在進行補胎測驗時所拍的照片，由於測驗是有限時間的，我第一次測驗時就因為該胎不易補入胎條而超時，所幸老師提供我技巧，要我在補胎困難時將車輪打氣，塞入胎條時務必一鼓作氣，一次就出全力塞入並且施力要垂直。果不其然，我第二次重考時僅花不到一半的時間就輕鬆得通過測驗。

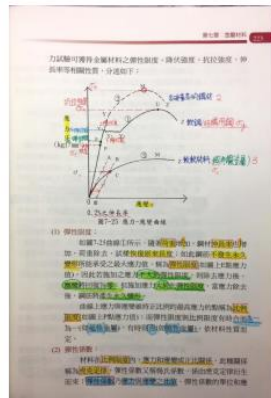
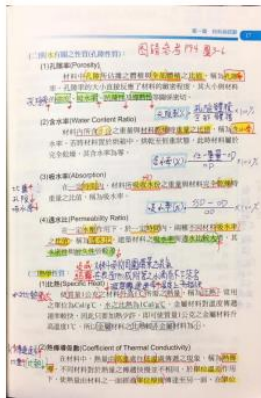


◦ 備胎拆裝:

這張是在我拆裝備胎時的測驗照片，依照基本程序，首先在車輪前方放置擋塊(擺放位置舉例:如需更換左後輪，則應將擋塊放置在右前輪上)，接著，使用千斤頂將待拆輪旁的車身架起，再以手工具拆卸車輪螺絲並卸下車輪，之後，將備胎裝上車輛以螺母初步固定，於千斤頂降下後再將車輪鎖至適當扭力，最後，收回車輪擋塊、工具及千斤頂並整理作業環境即完成。

第一章 水泥上課筆記

第七章 金屬材料上課筆記



◎ 筆記&學習心得:

上圖是我上課的部分筆記，因為有上下冊所以我個挑一章我覺得比較印象深刻的部分拍。左邊這張是水泥的與水有關的性質的部分，這個部份我之所以會想要拍是因為第一，這是我上材料的第一章節，所以我會想拍這個開始整個材料試驗課程的第一個章節。第二，這個含水處到了無論是磚頭還是石材或是粒料都會提到，我其實還有一張圖讓我印象很深刻，那就是含水率的示意圖，表示 OD、AD、SSD、wet 的圖示。所以我看到含水率便沒再多想拍了他。

至於右邊那一張是我下冊的最後一章，那張圖看著是否似曾相識?對，在第一章的力學性質就有了，我記得我們材料課看的第一部影片就是拉鋼筋的，當時是在教降伏強度，那個就真的是用機器然後看著那條線慢慢出現在我們眼前。算是我印象深刻的幾個圖片，後來真正學鋼筋時又看了一次，我印象就更深刻了，所以我就選了這張。



關鍵四

【一份檔案的完整架構】



關鍵四【一份檔案的完整架構】

決定好上傳的科目(或活動)成果後，
你要思考下面3個問題...

*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/如何呈現?

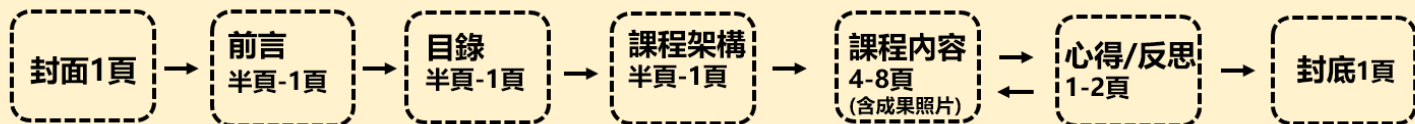
3.相關簡述的重要性/為何重要?



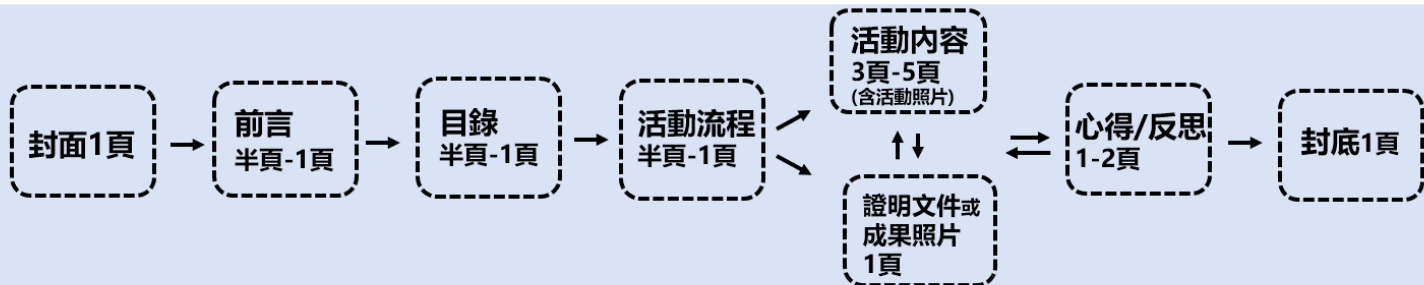
關鍵四【一份檔案的完整架構】 建議架構與頁數



學習成果建議頁數 (7-12頁)-不超過15頁



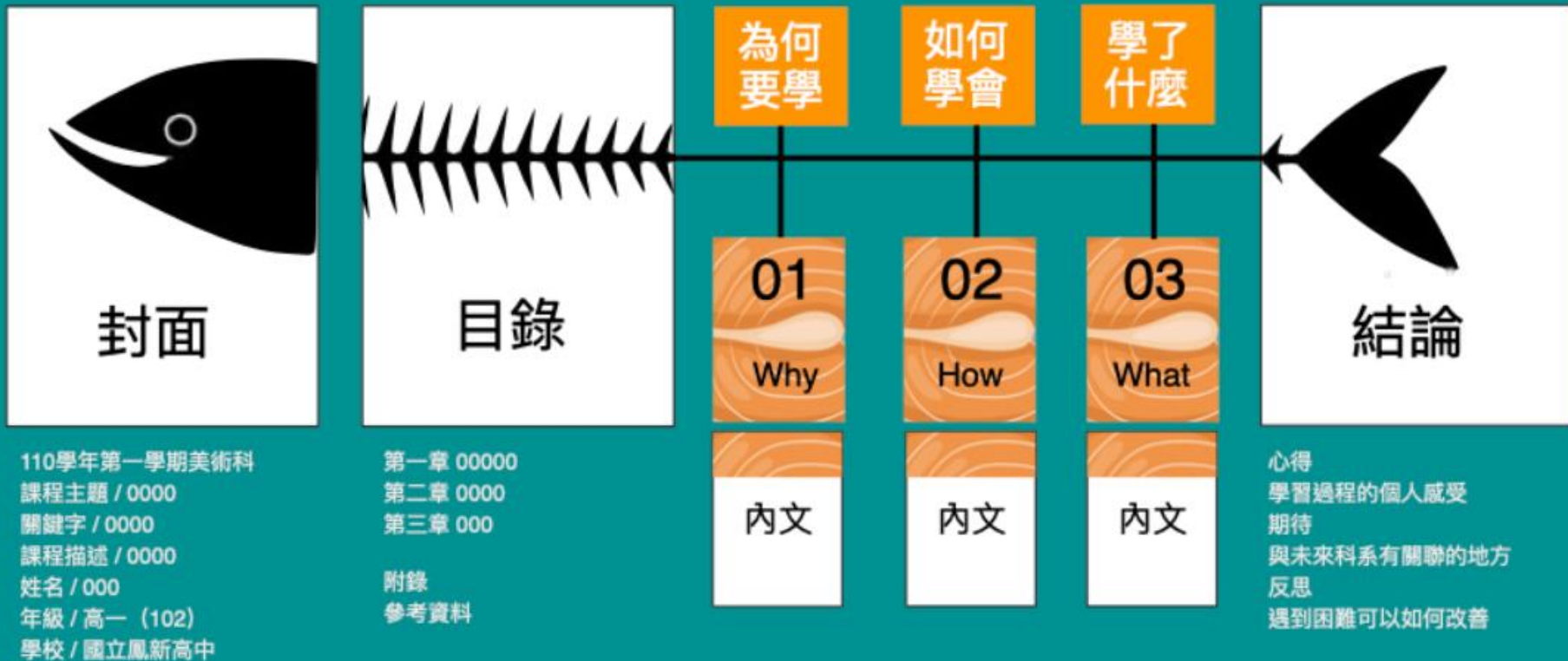
多元表現建議頁數 (6-10頁)-不超過12頁



★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



關鍵四【一份檔案的完整架構】 參考1





關鍵四【一份檔案的完整架構】 參考2

五大要素：理想課程成果作品架構





補充【用100字簡述搶先奪得印象分】



聽聽教授怎麼說



科目名稱	學年度 - 學期	開新頁檢視文件	開新頁檢視影片
網頁設計實習	108-1		
內容簡述：這個作業花了我好久時間			



科目名稱	學年度 - 學期	開新頁檢視文件	開新頁檢視影片
網頁設計實習	108-1		
內容簡述：我蒐集了十個臺灣的民間故事，用網頁的方式呈現，希望能讓大家更了解臺灣的風土人情。			



內容簡述避免單純心情的抒發，可以試著像最下面這位同學這樣清楚說明作業內容喔！



這是第一印象，打開檔案前會先看到的就是100字簡述。

- 產品包裝好看，購買率大幅提升
- 簡述寫得好，點擊檔案的機率大幅提升

100字簡述就像作品的摘要，能知道我看這份檔案的內容是什麼。這個小細節能做好就和別人不一樣了！



同學提問：

所以說，百字簡述要怎麼寫才會讓人印象深刻？

【用100字簡述搶先奪得印象分】



錯誤範例A:

生涯探索學習單

→敘述太短

具體說明，
很棒，棒在哪？
很多，多在哪？
太好，好在哪？



錯誤範例B:

高一參加由OO舉辦很棒的探索營隊，
我完成了aa、bb，還有cc，讓我學到很多，
也更了解我自己，真是太好了。

→不具體、都是空虛的形容詞。



所以說，要怎麼寫？

心法傳授:把整份檔案最精華的部分寫出來！

參考範例: (事件+結果+省思)



高二我擔任社長期間，

具體說明，避免形容詞堆疊。
如:好多/很棒/很好玩....

透過....(人事物)，學到...能力，

呈現數據會讓人印象深刻

一年中，辦了2場規模超過100人的活動。

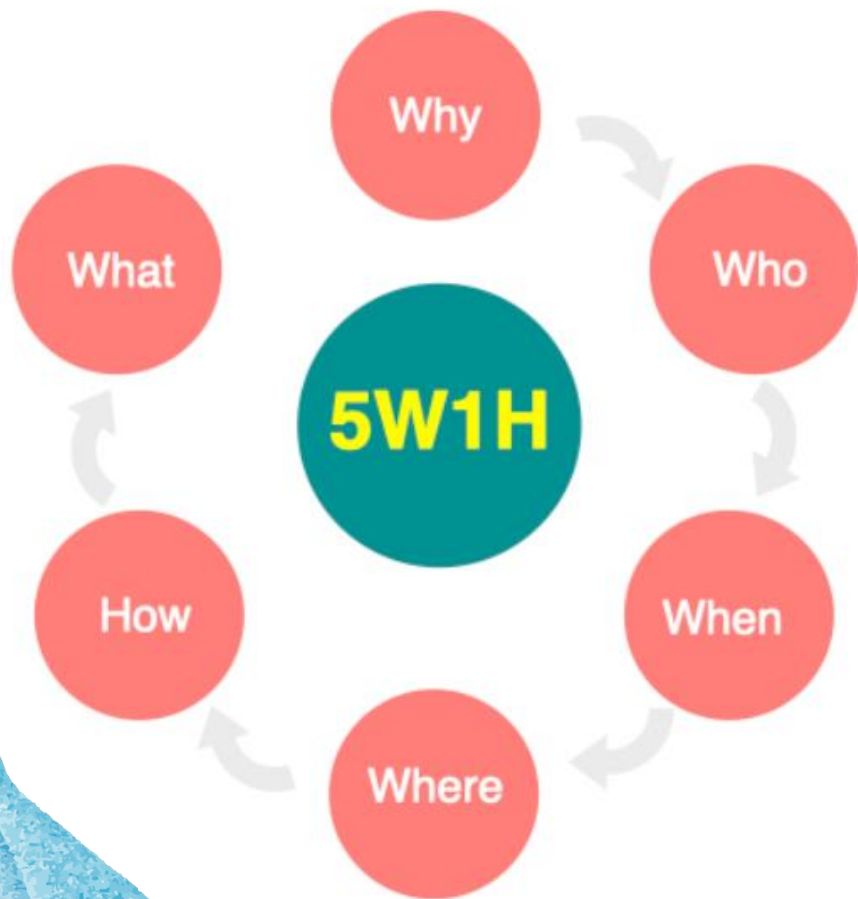
印象最深刻....的狀況，獲得....的可貴的經驗。

曾經遇過....困難，藉由...解決。

如何“克服挫折”比十全十美更吸引人

這些經驗讓我未來也能....

【100字相關簡述撰寫方向建議】



Why — 為何參加？

Who — 受誰影響？

When — 什麼時候？

Where — 地點單位？

How — 如何完成？

What — 完成什麼？



關鍵五

【熟悉編輯軟體操作】



關鍵五【熟悉編輯軟體操作】

文書編輯軟體

MICROSOFT Office

★WORD

★Power Point

其他:如canva也可以編輯

關鍵:只要是自己熟悉操作的都可以

實用線上軟體介紹

拍照APP

- 1.Office lens
- 2.全能掃描王

縮小檔案、轉檔

1. 11zon
2. iLovePDF



1. 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！

2. 校外比賽作品_金質歷程獎：

https://twpea.org/2025/06/04/gapc5_online_exhibition/

3. 上傳PDF檔(4MB以內)，壓縮檔案工具推薦：

(1) I LOVE PDF - <https://www.ilovepdf.com/zh-tw>

(2) 11zon - <https://www.11zon.com/zh-tw/>

4. 學習歷程檔案呈現建議：



教育部技術及職業教育司
技專校院招生策略委員會
新-第二版 113.8



作伙做學檔
教育部學習歷程檔案審議計畫
新-第二版 112.2



未來可能還會遇到問題

歡迎再來找輔導老師討論