

START FROM 24 JAN. TO 20 FEB. 2022



理想大學在眼前

備審資料做起來

- 課程學習成果
- 多元表現
- 學習歷程自述
- 各校系自訂資料

手冊主編：板橋高中 楊悅恩老師 苗栗高中 羅雅茹老師

美編排版：板橋高中 林家任老師

意見提供：板橋高中 潘樺老師

🕒 學測辛苦了

🕒 理想大學在眼前

🕒 寒假多做點

🕒 開學輕鬆點

# 目錄

<b>步驟一：確認目標學類與科系</b>	p. 1
<b>步驟二：了解各校系備審資料準備方向</b>	p. 2
• 網頁簡章查詢方式	p. 2
• 紙本簡章閱讀方式	p. 3
• 審查資料內容對照表	p. 4
• 備審資料內容範例表格：以國立中興大學中國文學系為例	p. 5
<b>步驟三：準備學習歷程檔案（課程成果與多元表現）</b>	
• Step 1：盤點手邊資料	p. 8
• Step 2：優化現有資料：針對已有但不完整的作品進行優化	p. 8
• Step 3：製作新的資料：產出一份新的課程成果與多元表現	p. 9
• 課程成果範本與多元表現範本 QR code	p. 11
<b>步驟四：備審資料製作</b>	
• 重點一：三份課程學習成果與十件多元表現怎麼挑？	p. 12
• 重點二：多元表現綜整心得	p. 13
多元表現綜整心得範例：高雄醫學大學生物科技學系	p. 14
• 重點三：學習歷程自述（學習歷程反思、就讀動機、未來學習計畫與生涯規劃）	p. 15
高中學習歷程反思範例：台北市立大學心理與諮商學系	p. 15
• 重點四：其他各校自訂資料	p. 18

## 步驟一：確認目標學類與科系

在學測成績出來前，你可以先確定自己想選填的科系類別，並著手準備相關的備審資料。例如：若你想選填電機系與電子系，便可以先確認自己目前有無相關的課程成果與多元表現，如果目前還沒有類似的資料，請務必在寒假結束之前先完成（參閱本手冊**步驟三與步驟四**），並於高三下學期開學上傳。同時，也可以在寒假先著手撰寫自傳與學習歷程自述。

### 寒假：學測成績出來之前

- 確定想選填的**科系類別**
- 著手準備**相關備審資料**

### 開學：學測成績出來之後

- 找出自己的**落點校系**
- 根據該校系特色**修改備審資料**

成績出來後，依據**關鍵報告**（紫本+綠本）以及**各大落點分析系統**找出自己可以上哪些學校的電機與電子系，根據該校特色修改備審資料，如：確認會選填中央電機，在就讀動機裡建議可以朝「選擇中央大學的原因」以及「進入中央電機後想要運用學校哪些資源」兩方面撰寫。

- 以下是你可以根據自己現況參考的資料：

### 我還不知道自己適合哪方面的領域與學系？

- 參考性向測驗（校務行政系統中的輔導系統）
- 參考平時成績表現（校務行政系統中的成績系統）
- 參考興趣測驗、大學學系探索量表（大考中心網站）



### 我非常好奇進到該領域學系後會發生哪些事。

- 認識普通大學網站：Collego
- 認識技專校院網站：技訊網
- 認識職業網站：Jobooks
- 透過該學系系網了解四年課程安排、師資、實習機會、職涯發展
- 透過該校校網了解通識課程、國內外姊妹校、該校有哪些你有興趣修的其他校系課程 / 學分學程



## 步驟二：了解各校系備審資料準備方向

(非常重要！務必要有耐心的閱讀並操作一次！)

面對備審資料的準備，要先學會看簡章。你所呈現的備審資料需與簡章上的內容相呼應。若沒有購買紙本簡章，可上**甄選入學委員會網頁搜尋**或**查閱班級公用書**。



### ● 網頁簡章查詢方式(以校名查詢校系為例)：

1. 掃描右側 QR code 或是輸入網址 <https://www.cac.edu.tw/apply111/query.php> 進入下方頁面



校系分別查詢



2. 下拉至頁面底端，選擇「**查詢所有校系**」後，將顯示右側頁面。以政大法律為例，先點選**006 政治大**



111 學年度大學申請入學招生 校系分別查詢											
查詢所有校系--共計68所學校，總校系數2195系(組)											
001 國立臺灣大學-73系(組)	002 國立華夏學院-50系(組)	003 國立中央大學-48系(組)	004 國立成功大學-57系(組)	005 東吳大學-24系(組)	006 國立政治大學-47系(組)	007 高雄醫學大學-29系(組)	008 中興大學-41系(組)	009 東海大學-52系(組)	010 國立清華大學-54系(組)	011 中國醫藥大學-16系(組)	012 中國醫藥大學-16系(組)
013 國立交通大學-41系(組)	014 淡江大學-58系(組)	015 逢甲大學-53系(組)	016 國立中央大學-38系(組)	017 中華文化大學-40系(組)	018 靜宜大學-28系(組)	019 大同大學-12系(組)	020 輔仁大學-47系(組)	021 國立臺灣海洋大學-30系(組)	022 國立臺灣師範大學-22系(組)	023 國立彰化師範大學-33系(組)	024 中山醫學大學-21系(組)
025 國立中山大學-36系(組)	026 國立臺北教育大學-19系(組)	027 國立臺北教育大學-39系(組)	028 國立臺北大學-25系(組)	029 國立嘉義大學-43系(組)	030 臺北市立大學-27系(組)	031 國立屏東大學-33系(組)	032 國立屏東大學-33系(組)	033 國立臺灣大學-25系(組)	034 國立體育大學-8系(組)	035 元智大學-24系(組)	036 國立中正大學-39系(組)
037 大同大學-48系(組)	038 中華大學-32系(組)	039 廣興大學-11系(組)	040 廣興大學-11系(組)	041 廣興大學-11系(組)	042 中華大學-26系(組)	043 廣興大學-30系(組)	044 廣興大學-30系(組)	045 廣興大學-30系(組)	046 廣興大學-30系(組)	047 中正大學-25系(組)	048 廣興大學-36系(組)
049 廣興大學-36系(組)	050 廣興大學-36系(組)	051 廣興大學-36系(組)	052 廣興大學-36系(組)	053 廣興大學-36系(組)	054 廣興大學-36系(組)	055 廣興大學-36系(組)	056 廣興大學-36系(組)	057 廣興大學-36系(組)	058 廣興大學-36系(組)	059 廣興大學-36系(組)	060 廣興大學-36系(組)
061 廣興大學-36系(組)	062 廣興大學-36系(組)	063 廣興大學-36系(組)	064 廣興大學-36系(組)	065 廣興大學-36系(組)	066 廣興大學-36系(組)	067 廣興大學-36系(組)	068 廣興大學-36系(組)	069 廣興大學-36系(組)	070 廣興大學-36系(組)	071 廣興大學-36系(組)	072 廣興大學-36系(組)
073 廣興大學-36系(組)	074 廣興大學-36系(組)	075 廣興大學-36系(組)	076 廣興大學-36系(組)	077 廣興大學-36系(組)	078 廣興大學-36系(組)	079 廣興大學-36系(組)	080 廣興大學-36系(組)	081 廣興大學-36系(組)	082 廣興大學-36系(組)	083 廣興大學-36系(組)	084 廣興大學-36系(組)
085 廣興大學-36系(組)	086 廣興大學-36系(組)	087 廣興大學-36系(組)	088 廣興大學-36系(組)	089 廣興大學-36系(組)	090 廣興大學-36系(組)	091 廣興大學-36系(組)	092 廣興大學-36系(組)	093 廣興大學-36系(組)	094 廣興大學-36系(組)	095 廣興大學-36系(組)	096 廣興大學-36系(組)
097 廣興大學-36系(組)	098 廣興大學-36系(組)	099 廣興大學-36系(組)	100 廣興大學-36系(組)	101 廣興大學-36系(組)	102 廣興大學-36系(組)	103 廣興大學-36系(組)	104 廣興大學-36系(組)	105 廣興大學-36系(組)	106 廣興大學-36系(組)	107 廣興大學-36系(組)	108 廣興大學-36系(組)
109 廣興大學-36系(組)	110 廣興大學-36系(組)	111 廣興大學-36系(組)	112 廣興大學-36系(組)	113 廣興大學-36系(組)	114 廣興大學-36系(組)	115 廣興大學-36系(組)	116 廣興大學-36系(組)	117 廣興大學-36系(組)	118 廣興大學-36系(組)	119 廣興大學-36系(組)	120 廣興大學-36系(組)

3. 點選最右側的**詳細資料**後將顯示下方頁面。備審資料的準備請特別注意「**指定項目內容**」欄位(紅框處)

查詢學校名稱:國立政治大學(006) 共47系(組)												
校系名稱及代碼	招生名額	性別要求	預計甄試人數	原住民族外加名額	離島外加名額	願景計畫外加名額	指定項目甄試費	指定項目甄試日期	類別	是否要參加術科考試	是否有扶助措施	校系分別詳細資料
國立政治大學法律學系(006382)	73	不要求	146	3	2	無	1300	111.05.21、111.05.22	一般	否	否	<b>詳細資料</b>
國立政治大學應用數學系(006392)	17	不要求	51	1	無	無	1300	111.05.22	一般	否	否	詳細資料
國立政治大學心理學系(006402)	13	不要求	46	無	2	無	1300	111.05.22	一般	否	否	詳細資料

國立政治大學法律學系		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	
校系代碼	006382	第一階段		學測成績採計方式	佔甄選總成績比例	第二階段		佔甄選總成績比例	甄選總成績同分參酌之順序		
		科目	檢定			檢定	檢定				
招生名額	73	國文	均標	5	40%	審查資料	--	30%	一、面試 二、審查資料 三、學測英文級分 四、學測社會級分		
性別要求	無	英文	均標	3.5		面試	--	30%			
預計甄試人數	146	數學B	均標	--							
原住民族外加名額	3	社會	均標	3.5							
離島外加名額	2	國英數B	社	--				離島外加名額縣市別限制			
願景計畫外加名額	無			2				1名澎湖湖縣、1名原金門縣			
指定項目甄試費	1300	項目：修課紀錄(A)、課程學習成果(B、C)、多元表現(F、I、L、M、N)、學習歷程自述(O、P、Q) ※項目內容請參照本簡章「甄、分別」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	111.4.1	說明：1.課程學習成果：請提供能展現語文、數學、社會相關領域課程學習成果，2.多元表現證明：請提供至多10件(期中、期末考獎狀毋須檢附)；3.多元表現綜整心得：請以A4格式打字、12號字、1.5倍行高，字數至多800字，圖片至多3張。4.學習歷程自述：請以A4格式打字、12號字、1.5倍行高，至多10頁。									
繳交資料截止	111.5.9	甄試 1.面試場次預計於111年5月17日公告於法律系網頁，面試當天不必攜帶任何資料。 2.通過第一階段篩選者，請務必至本校網頁https://nccu.edu.tw/，點選「招生專區」查詢「申請入學」第二階段甄試注意事項。									
指定項目甄試日期	111.5.21 111.5.22	說明									
榜示	111.5.31										
總成績複查截止	111.6.2										
同級分(分數)超額篩選方式		一、學測國文、英文、數學B、社會之級分總和 二、學測英文級分 三、學測社會級分 四、學測國文級分									

● 紙本簡章閱讀方式：以【國立中興大學中國文學系】為例

備審資料的準備請詳閱簡章的「指定項目內容」與「備註欄位」，(紅框處)以了解校系想要的人才需具備那些條件，並參照「審查資料項目內容對照表」提供相關資料。

國立中興大學 中國文學系		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	003012	國文	均標	3	*1.50	40%	審查資料 國文能力測驗	--	30%	一、國文能力測驗 二、學測國文級分 三、審查資料 四、學測社會級分  離島外加名額縣市別限制 (無)
招生名額	27	英文	均標	6	*1.25			--	30%	
性別要求	無	社會	--	--	*1.25					
預計甄試人數	81	英聽	B級	--	--					
原住民外加名額	2									
離島外加名額	無									
願景計畫外加名額	無									
指定項目甄試費	1200	指定項目內容	審查資料	項目：修課紀錄(A)、課程學習成果(B、C、E)、多元表現(F、G、H、M、N)、學習歷程自述(O、P、Q)、其他(R、自傳) ※項目內容請參照本簡章「貳、分別」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	111.4.11			說明：1.課程學習成果，就所提供之在校學習歷程及相關作品，以證明自身已具備充足敘寫及語文能力，能夠銜接本系課程。2.多元表現，應就提供之課外活動與語文有關具體之表現、成品、獎狀，以說明自己具備溝通、協調和語文相關的能力。3.學習歷程，需就過往的學習履歷，表述與自身就讀本系動機和學習規畫間的關係。						
繳交資料截止	111.5.10			甄試說明 一、請考生自111年3月2日10：00起至本校網站 <a href="http://recruit.nchu.edu.tw">http://recruit.nchu.edu.tw</a> 查詢考生甄試須知及相關規定，依照規定配合辦理。並於111年5月17日10：00起至本系網站查詢個人筆試時間、地點、注意事項，準時參加應試。 二、審查資料準備指引，請於111年3月2日前至本系網站下載；網址： <a href="http://chinese.nchu.edu.tw/main.php">http://chinese.nchu.edu.tw/main.php</a> 。						
指定項目甄試日期	111.5.20			一、學測國文、英文、社會之級分總和 二、學測社會級分 三、學測英文級分						
榜示	111.5.31			一、本系網址為： <a href="http://chinese.nchu.edu.tw/main.php">http://chinese.nchu.edu.tw/main.php</a> ，聯絡電話：(04)22840317轉882。 二、本系旨在培養文學創作、教學、研究等項之人才，俾能會通古典與現代之學術，具備文學閱讀、詮釋與鑑賞之專業知能。 三、本系於招生名額中優先錄取低收入戶、中低收入戶或特殊境遇家庭考生至多1名。						
總成績複查截止	111.6.5									
同級分(分數)超額篩選方式										
備註										

以此簡章為例，欲申請者需要注意：

指定項目內容	審查資料	<p>1. 課程學習成果：具備充足敘寫及<b>語文能力</b>，能夠銜接本系課程。</p> <p>2. 多元表現：提供與語文有關具體之表現、成品、獎狀， 以說明自己<b>具備溝通協調和語文相關的能力</b>。</p> <p>3. 學習歷程自述：表述與自身<b>就讀本系動機</b>和<b>學習規畫</b>間的關係。</p>
	甄試說明	<p>審查資料準備指引請至本系下載。</p> <p>(因各校系要求不同，請務必進入該網站查詢甄試須知及相關規定)</p>
備註		本系旨在 <b>培養文學創作、教學、研究等項之人才</b> 。



而「審查資料」欄位中的「項目」ABCDE一直到T這些英文字母又是什麼呢？請見下頁說明。

**項目**：修課紀錄(A)、課程學習成果(B、C、E)、多元表現(F、G、H、M、N)、學習歷程自述(O、P、Q)、其他(R、自傳)  
※項目內容請參照本簡章「貳、分別」乙、審查資料項目內容對照表(第20頁)。

## 乙、審查資料項目內容對照表

校系於第二階段指定項目甄試所訂之「審查資料」項目，依大學多元入學方案高中學習歷程資料分為修課紀錄、課程學習成果、多元表現、學習歷程自述、其他等5大項，各大項之內容於分則表內以A~T代碼表示之。A~T代碼所對照之名稱請詳見下方對照表：

項次	審查資料	項目內容代碼對照
1	修課紀錄 (註 1)	A. 修課紀錄
2	課程學習 成果 (註 2)	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 (註 3)	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)

註：

1. 校系如有要求修課紀錄，即針對部定必修、加深加廣選修、校訂必修、多元選修及綜合型高中之課程等修課紀錄進行綜合評量。
2. 校系如有要求課程學習成果，考生可就校系要求項目內容或其他課程學習成果選擇提供至多 3 件。
3. 校系如有要求多元表現，考生可就校系要求項目內容或其他有利審查資料選擇提供至多 10 件，並須另行上傳多元表現綜整心得(字數合計至多 800 字、圖片至多 3 張，由考生自行製作一個PDF檔案再行上傳)。

● 以【國立中興大學中國文學系】的項目要求，在參照上頁的對照表，屆時需上傳資料有

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 + E 社會領域探究活動成果或特殊類型班級課程學習成果
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 + 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 自傳

沒錯，若要申請該校系，你必須要準備以上**總共 13 個備審資料的檔案**。所以這個寒假非常重要！我們趕快把它們準備起來吧！綜上所述，你需要用**不同項目的備審資料呈現不同的重點**，下面的表格是你可以呈現的內容：

審查資料項目 & 要呈現的重點	內容	建議上傳的內容
1. 修課紀錄	A 修課紀錄	內容為高中三年曾修習科目與成績，不可修改。
2. 課程學習成果 根據簡章，此處需透過作品證明自身已具備充足敘寫及語文能力。	B 書面報告	可提供國文課所做之專題書面報告、小論文或文學相關多選課程書面報告，報告內容需完整，文字敘述需流暢
	C 實作作品	1. 提供自己所寫的各類型文學作品綜整，如將高三國文課所寫的記敘文、論說文、新詩等作品整理成一份 PDF 檔，或是專注於某一主題蒐集曾寫過的所有作品整理成一份 PDF 檔，如新詩全集。 2. 校訂必修或多元選修課創作的作品，如「人權行動方案」課程中創作的劇本、詞曲或至街頭實地宣講與演出的影片，或是「寫一首歌」、「詩無邪」等選修課程文學作品。
	E 社會領域探究活動成果	與語言傳播或文化歷史有關的作品，如小論文「地理環境與神話文學作品之關聯探究：以板橋為例」、專題報告「法律白話文運動介紹」。
3. 多元表現 根據簡章，此	F 高中自主學習計畫與成果	請參閱圖書館自主學習手冊製作自主學習成果，並挑選能證明自己對於語言有高度興趣的作品，如參與「中文寫作與表達」線上課程的計畫與成果。

處需呈現與語文有關具體之表現、成品、獎狀，以說明自己具備溝通協調和語文相關的能力。	<b>G 社團活動經驗</b>	如果有此兩種經驗較佳：參與 <b>語言或文學相關社團</b> ，如板青社、大傳社等，或是擔任 <b>其他類型社團與溝通協調有關的幹部</b> ，如社長、副社長、公關、文書、美宣等（ <b>校內校外幹部皆可</b> ）。
	<b>H 擔任幹部經驗</b>	<b>與溝通協調有關</b> 的幹部，如班長、副班長、班代、圖書股長等，亦可放上擔任國文、歷史小老師的經驗。
	<b>M 特殊優良表現證明</b>	語言檢定、語文競賽獲獎紀錄、文學作品獲獎紀錄、中學生網站的閱讀心得或小論文、投稿的刊登證明等。
	<b>N 多元表現 綜整心得</b>	心得字數上限 800 字，放入三張圖。建議使用 800 字回答下列問題（可以挑選符合自身經驗的問題進行回答）： 1. 我參加了哪些活動 / 社團 / 比賽？我在參與過程中發現我有什麼樣的能力 / 特質 / 興趣？這些個人特色和校系的關聯是什麼？ 2. 經過三年的活動參與，我遇到了什麼困難？我怎麼解決？我發現我有什麼改變？我學習到了什麼？ 3. 這些經驗為什麼想要讓我進入該科系？這些經驗帶來的成長對我未來進入該校系有什麼幫助？我未來的規劃是？
<b>4. 學習歷程 自述</b> 根據簡章，此處需表述與自身就讀本系動機和學習規畫間的關係。	<b>O 高中 學習歷程反思</b>	請參閱本手冊第 15 頁。 無字數限制，但此範例校系尚需上傳自傳、就讀動機和未來學習計畫，故此處不宜書寫太長，1000 字內即可，主要是闡述自己高中三年與成長。
	<b>P 就讀動機</b>	請參閱本手冊第 16 頁。 <u>根據簡章，此處需呈現你未來的規劃是成為文學創作、教學、研究等領域之人才。</u>
	<b>Q 未來學習計畫與生涯規劃</b>	請參閱本手冊第 17、18 頁。 <u>根據簡章，此處需呈現你未來的規劃是成為文學創作、教學、研究等領域之人才。</u>
<b>5. 其他</b> 根據簡章，此處需表述與自身就讀本系動機和學習規畫間的關係。	<b>R 自傳</b>	<u>根據簡章，此處需呈現你未來的規劃是成為文學創作、教學、研究等領域之人才。</u>



此外，請切記，每所大學和科系都有自己的規定。也要注意有些大學校系非常貼心提供明確的書審準備方向。例如下方範例，屆時務必上網閱讀並確實依照撰寫指引準備書審資料，以免交出的資料不符合大學想看的內容。

### 逢甲大學 109 學年度大學個人申請入學第二階段指定項目甄試 考生書審準備重點指引

#### 學系：財務金融學系

審查資料項目/名稱		審查重點	撰寫指引
修課紀錄	B.高中(職)在校成績證明	一、總平均成績(班/類組/校排名百分比) 二、特定科目成績(班/類組/校排名百分比)	請提供高中(職)在校個人成績證明。主要依據學業成績總平均排名百分比及特定科目成績評分。申請者所提供的成績證明除各學科成績需有班排名與全年級排名等相關資訊。
多元表現	H.大學入學考試中心高中英語聽力測驗證明	一、大學入學考試中心高中英語聽力測驗通過等級	◆ 請提供大學入學考試中心高中英語聽力測驗證明。
	I.英語能力檢定證明	一、外語相關檢定成績或通過等級 二、參加外語課程或活動證明(例如校內外外語競賽或參與足以證明外語文能力研習營及海外交換、遊學等)	◆ 提供外語檢定成績證明，例如全民英檢(初試或複試通過證明)、多益、雅思、托福等。 ◆ 提供參加校內外外語修課、競賽、研習營、海外交換、遊學等相關活動證明文件，並說明對自己的啟發、收穫與反思。
	N.自傳(學生自述)	一、個人特質、興趣、專長 二、特殊經歷或表現 三、人格特質 四、學習與實作能力或是解決問題的能力 五、學習歷程的反思	◆ 請說明個人具備的特質與能力。例如：個人背景、興趣、專長、個人特質...等。 ◆ 請說明高中時期曾有哪些特殊經驗或表現？ ◆ 簡述個人成長歷程與啟示，以及說明課餘時間的休閒生活。 ◆ 請說明個人特質、反思學習歷程或成果與就讀本學系之關聯性。
	O.讀書計畫(含申請動機)	一、對本學系的了解 二、申請動機 三、就讀期間專業能力培養 四、個人的職涯規劃	◆ 您對本學系的了解，或是認為本學系與其他相關的學系有哪些不同？ ◆ 請具體說明您為何選擇申請本學系？(例如因為師長親友中有人就讀，或因為什麼背景或事件等)

## 步驟三：準備學習歷程檔案（五個學期的課程學習成果及多元表現）

### Step 1：盤點手邊資料

1. 確認高一、高二已提交至中央資料庫的作品有哪些（注意：是**已提交**！）。
2. 確認高三上已上傳至新北校務行政系統的作品有哪些。
3. 篩選出和選擇校系**最有關聯的三件**最好的課程成果與**十件多元表現**（如果要申請**超過一種**校系，就要找出更多適合各校系的成果喔！）。
4. 參考下方甲、乙判斷標準，思考篩選出的作品是否已經可以交給大學端了？如果可以，恭喜你**可以進入步驟四**！如果不行，請繼續看 Step 2 和 Step 3！

\* 判斷標準：

甲、**作品完整度**：檔案裡是否包含**製作動機 + 完整的作品 + 反思心得**？同時，請確認**100 字簡述**是否清晰好閱讀？

乙、**作品內容**：檔案是否能**呈現出你的個人特質與能力**？是否能表述你的確是此校系想要的人才？

**注意：教授閱讀太多文字可能會疲倦，作品裡最好要有**吸睛圖片**或**清晰表格**！**



### Step 2：優化現有資料：針對已有但不完整的作品進行優化

#### ● 課程成果：

##### ✓ 高三還有的課程：

以國文課舉例，如果你高一國文課有做了一些作品但當初沒有上傳或是上傳的內容沒有寫反思心得，你可以將原來的作品**加上製作動機與反思心得**，存成一個 PDF 檔案，**詢問現在的國文老師是否能幫你認證**，該任課老師同意的話就可以上傳喔！（請自行詢問老師，務必**有禮貌**喔！因為老師並沒有幫你認證此作業的義務！）

##### ✓ 高三沒有的課程：

檔案修改或優化完成後，可以找**相似課程**的老師是否可以協助認證（如：詢問**英文**老師是否可以協助認證**英文口說**課程的成果），或是將檔案上傳到**多元表現**下的項目（舉例來說：可以上傳到「**非修課紀錄之成果作品**」，但 100 字簡述及檔案內要敘明此作品原來為哪個課程的成果，但你運用了課外的其他時間針對此作品進行調整與優化，讓此作品變得更加精彩與完整）。



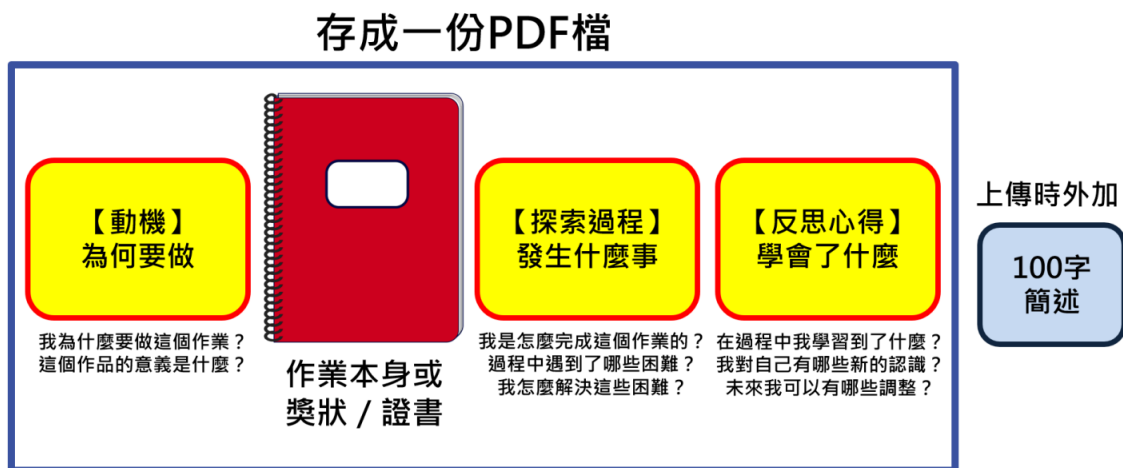
● 多元表現：

高一與高二，很多同學都僅掃描一張獎狀或證明放入，建議可以**加上當初參與活動的動機與活動參與後的心得**再重新上傳並且提交一次，到時候選取最後上傳的那份檔案給大學。

多元表現給大學的件數**最多十件**，對於大部分的同學而言，十件是很夠用的，但如果你的活動太多，十件不夠的話，**建議你可以把同類型的活動放在同一個檔案**，**這樣比較不會占用件數！**舉例來說，如果你高一獲得新北市語文競賽國語朗讀第三名、高二獲得全國語文競賽國語朗讀第一名、高三獲得全國語文競賽國語朗讀第三名，由於都是朗讀競賽，你可以把**三次的獎狀圖片與心得放在同一份 word 檔後**，再轉存成 pdf 檔上傳（如果上傳時系統要你選這個檔案是哪一個比賽&獲得哪個獎項，就選取所有場次中名次最好的那個選項）！

另外，**社團活動**的部份，你也可以用**日期**當時間軸，**一個活動配一張照片並書寫活動紀錄與心得**，轉存成一個 PDF 檔後上傳。**幹部經驗**的部份也可以將相似的幹部經驗放在一起，做成一份檔案上傳，這樣就不用占用兩件了！

Step 3：製作新的資料：產出一份新的課程成果與多元表現



高一二的時候已經有教過，一份完整的課程成果&多元表現需要包含以下的內容：

如果忘記心得怎麼寫，可以上學校首頁新課網專區中閱讀

「高二學習歷程檔案製作攻略」複習一下！

(在這裡→)



但面對所剩不多的時間，你需要**快狠準**的決定自己要做出哪些科目的課程成果與多元表現，以下是幾個決定的方法：

1. 詳閱簡章&備審資料準備指引：

依據簡章，選擇與目標校系最有關聯的科目 / 活動產出成品，如：**電機系**可上傳**物理實驗課的實驗成果**、**數學課**的報告，也可以上傳與電機、物理有關的**自主學習計畫成果**。

## 2. 善用多元選修課程：

多選課程通常比較多上台報告或實作作品，所以可供上傳的成果也會比一般的紙本作業來的精彩，作品中除了可以呈現自己的學科知識外，也可以呈現出其他能力如溝通力、領導力等！

## 3. 善用 Collego 網站：

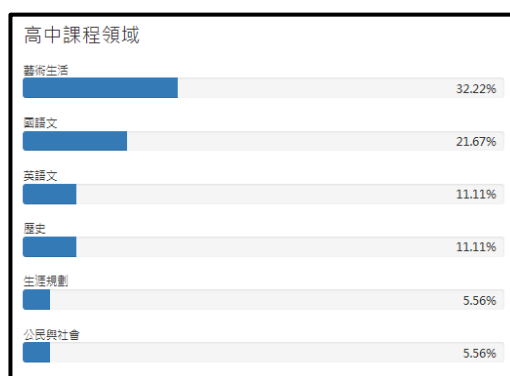
Collego 網站其實有寫和學類較有關聯的科目 & 能力是哪些，可以參閱網站內容製作相關作品！

【以電影學類為例】

用活動參與展現自己的這些能力



盡量呈現相關課程的作品



## 4. 一定要有自主學習計畫與成果：

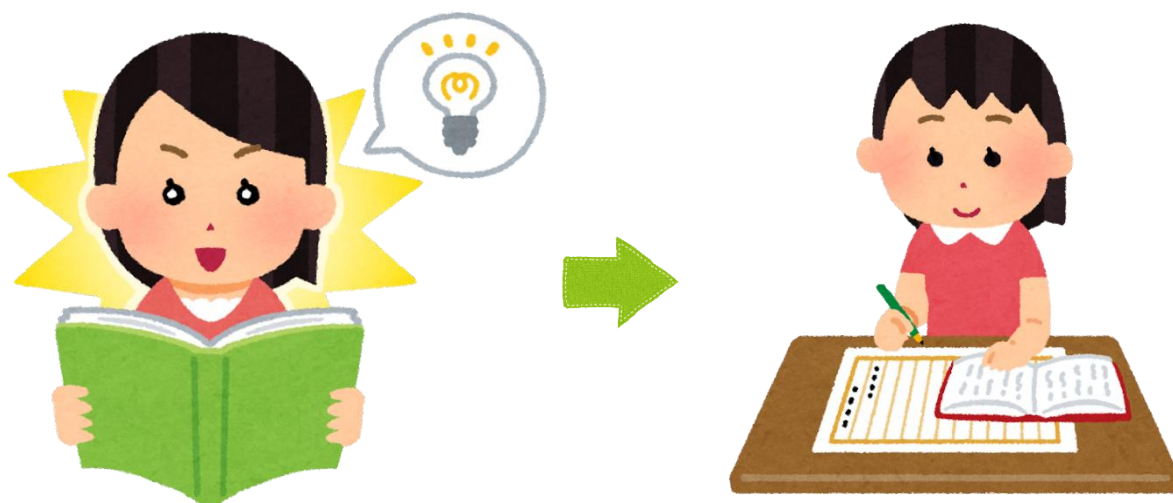
非常重要所以說三次，一定要有！一定要有！一定要有！盡量選擇和所申請校系相關的自主學習計畫與成果，如果之前真的完全沒有做的話，請用寒假與高三下學期製作一份！

## 5. 不用多，但要精：

請記得，一個學系你只能選三份課程成果與十件多元表現，所以不用做太多件，但要把到時候要選擇的作品做好！孔子說：「見賢思齊」，觀摩愈多厲害的作品，愈能幫助你思考怎麼做出一份好的作品！且青出於藍更勝於藍，希望你好好觀摩以下提供之課程成果與多元表現範本後能夠做出比以下範本更優良、更精彩、更能代表你個人特色的作品，加油囉！



課程成果範本		
		
板橋高中學習歷程檔案參考作品	新北高中蒐集之課程成果作品	溪湖高中蒐集之課程成果作品
		
關西高中學習歷程檔案參考作品	新化高中學習歷程檔案參考作品	花蓮女中學習歷程檔案參考作品 (網頁最底下)
多元表現範本		
		
板橋高中學習歷程檔案參考作品 (自主學習計畫範本請參閱圖書館自主學習手冊)		長榮高中多元表現範本(二個檔案)



## 步驟四：備審資料製作

### 重點一：三份課程學習成果與十件多元表現怎麼挑？

#### 選法 A：集中火力呈現某項特殊能力

舉例來說，如果申請資訊相關科系，可以集中火力放入資訊有關課程成果與多元表現。這個方法適合很早就確定志向而且在某個特定領域深耕多年，並且有許多得獎作品的同學，比如說：每年參加科展或機器人比賽並獲獎的同學、長期經營自媒體的同學。

#### 選法 B：主打某項能力，但同時呈現多面向能力

除非是立志參加特殊選才的同學，大部分的同學不會在特定領域有那麼多作品，但也別擔心，你可以使用不同作品呈現多元能力，以下是建議：

- (1) 選擇可以呈現與此科系相關的學科知識能力或專業能力的課程學習成果。
- (2) 選擇可以呈現與此科系相關的其他個人能力的多元表現。
- (3) 使用多元表現綜整心得 + 學習歷程自述說明這些能力與校系的連結。



#### ● 舉例來說：申請【臺北市立大學心理與諮商學系】

諮心系 想要的人才 (依據簡章)	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 特質：對周遭人事物具關懷熱誠，態度真誠、積極學習。</li><li>2. 能力：普通心理學專業、教育心理學專業。</li><li>3. 職涯發展：從事與人際互動有密切關聯性之各項職業，可至教育單位、輔導機構、司法機構（觀護人）服務，或繼續進修成為心理師以及專業學術領域研究。</li><li>4. 其他：此系著重學生就讀動機，以及對於自我特質、未來生涯之理解與規劃。</li></ol>
課程學習成果	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 普通心理學與教育心理學專業能力：<ul style="list-style-type: none"><li>● 用「教育圓舞曲」課程的<u>教案設計和上課筆記</u>，呈現自己對教育心理學的興趣並具備教案設計的能力。</li><li>● 用「心理與生活」課程拍攝的<u>心理學短片和上課筆記</u>，呈現自己對心理學的興趣與所學習到的心理學知識。</li></ul></li><li>2. 人際觀察力與社會觀察力：<ul style="list-style-type: none"><li>● 用「行動人權方案」<u>街頭實地宣講稿件與影片</u>呈現自己的文字使用能力、媒體宣傳能力、對個人及群體的觀察力以及對弱勢族群的關注。</li></ul></li></ol>
多元表現	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 具關懷熱誠：偏鄉服務經驗、幹部經驗。</li><li>2. 態度真誠、積極學習：自主學習計畫。</li><li>3. 人際互動能力：社團參與經歷、團隊競賽表現。</li><li>4. 專業學術領域研究潛力：英語檢定證明、小論文等。</li></ol>
多元表現綜整 心得 + 學習歷 程自述	更細緻的說明完成這些作品的歷程中 <u>你發現自己有哪些能力</u> ，以及你 <u>如何</u> 從歷程中發現擁有這些能力的 <u>自己適合就讀此校系</u> ，最後說明你未來進入校系後 <u>將如何使用這些能力繼續學習與發展</u> 。

## 重點二：多元表現綜整心得



● 多元表現綜整心得主要需要呈現三個重點：

- ① 你是一個怎麼樣的人？
- ② 你在多元表現的參與經驗中學習到什麼？
- ③ 這些學習與所申請學系的關聯是什麼？

● 多元表現綜整心得字數**上限 800 字**，**可放入三張圖**，須自行製作 **PDF 檔** 上傳。雖然系統不會真的計算 PDF 的字數及圖片數，但建議各位同學還是**要照規定走**，符合規定的文件對教授來說較容易閱讀喔！

● 在文字部分，這裡提供給大家書寫的方向，大家可以挑選下列問題中符合自身經驗的問題進行回答：

1. **我是怎樣的人**（這裡要提到你**最重要的獎項或表現**，因為教授要看很多人的作品，可能已經忘記你的十個多元表現，所以這裡要提醒一下教授）：

**我參加了哪些活動 / 社團 / 比賽？獲得哪些獎項？我在參與過程中發現我有什麼樣的能力 / 特質 / 興趣？這些個人特色和校系的關聯是什麼？**

2. **我在經驗中有什麼成長：**

**經過三年的活動參與，我遇到了什麼困難？我怎麼解決？我發現我有什麼改變？我學習到了什麼？**

3. **我的未來學習與生涯規劃：**

**這些經驗為什麼讓我想進入該科系？這些經驗帶來的成長對我未來進入該校系有什麼幫助？我未來的規劃是？**

● **三張圖片**需要放入最精彩的活動**照片**，讓教授一眼看到亮點，也可放入整理過的**圖表**，如：把最重要的五個獎項製成表格放在檔案裡面。

● 綜整心得的寫法很多元，這裡為大家提供一份**多元表現綜整心得範例**，但除了此處的範例之外，也可以上**本校首頁**裡新課網網站下載範例表格，並使用表格裡的建議進行書寫喔！大家加油！



## 多元表現綜整心得範例：

申請校系：【高雄醫學大學生物科技學系】

### 第一部分：說明自己的硬實力（專業能力），可使用活動參與、證照或得獎經驗呈現

因著對生物的高度興趣，我在高中的三年裡共完成三份以幹細胞為主的自主學習計畫：「尋找幹細胞的來源」、「了解造血幹細胞的應用」、「認識幹細胞工程的發展與展望」，並以造血幹細胞為主題撰寫小論文，於高二時獲得中學生小論文寫作生物類特優，因為投入許多時間閱讀課外資料，連帶地讓我在高三亦獲得了「生物科學科能力競賽北區第二名」的佳績。

在鑽研生物細胞科學的過程當中，我深深感受到幹細胞的有趣，雖然研究的過程中曾經遇到許多困難：小論文主題發想中找不到合適的文獻、實驗時培養皿不小心被污染、準備比賽時間太長導致家人擔心我課業受到影響……等，但這些困難都成為我成長的養分，從克服困難的過程中，我學習到如何快速的查詢專業文獻、並善用可以使用的學校資源，我很慶幸過程中我遇到很照顧我的指導老師以及也對生物很有興趣的同學陪伴我一起討論、解決問題，雖然過程中也有想放棄的時候，但我還記得第一次在顯微鏡下看見清晰細胞時的感動，也記得第一次去參加生物醫學年會講座時看見許多前輩分享時的震撼，這些經驗讓我有動力在遇到困難時堅持下去，繼續鑽研生物學的知識。

### 第二部分：說明軟實力（品格與特質），可使用社團經驗與幹部經歷呈現

除了累積在生物領域上的專業知識外，在生物研習社的幹部經驗也培養了我的領導能力及團隊合作能力。我學習如何和社員分工設計課程，將困難知識轉化為生動有趣的內容，並分小組帶領學弟妹製作專題報告。我還記得剛進高中時的我個性害羞且內向，但現在的我已經能在公開場合發表自己的意見，並且可以帶著學弟妹一起做實驗、鑽研相關專業知識、帶著好奇心一起探索細胞的奧妙。

### 第三部分：未來規劃

我一直認為生物是一門具有「生命力」的學問，我們學習的知識是活的，也需要被活用，高醫生物系和其他學校生物系不同的地方是擁有許多實務型課程，如：藥物開發、奈米生物科技等，還有我最感興趣的幹細胞技術與組織工程課程！我希望自己能進入高醫生物系就讀，繼續鑽研幹細胞相關知識，並在未來進入高醫再生醫學與細胞治療研究中心，為人類醫療帶來新的貢獻。





## 重點三：學習歷程自述

根據 111 學年度大學申請簡章，各校系列出的審查項目各自不同，但共同點是多數大學都明訂要有一項「學習歷程自述」，內容包含以下三大面向：(一) 高中學習歷程反思、(二) 就讀動機、(三) 未來學習計畫與生涯規劃 (即在這本手冊第 6 頁所提及的 O、P、Q 三個項目)。學生必須善用文字，帶著教授回顧自己高中三年的學習歷程有哪些收穫、及發展出了哪些興趣、專長，並且告訴教授為什麼自己適合這個科系，且未來上了大學還有哪些規劃中的精進方向等。換句話說，就是一份「回顧過去、展望未來」的摘要。

### (一) O 高中學習歷程反思

高中學習歷程反思的呈現內容依照各校系簡章而定，如果你申請的科系要額外繳交自傳、就讀動機、讀書計畫，這裡就只要專心寫高中時的成長即可 (如範例所示)，但如果沒有的話，這裡就要寫到自傳、就讀動機與未來讀書計畫。

若這部分主要是寫高中時的成長，盡量讓字數在 1000 字左右，並嘗試回答下列問題：

1. **學習經驗重點回顧**：高中三年我參加了哪些課程 / 班級活動 / 校內外重要活動？
2. **我的成長**：經過了三年，我喜歡做的事情有哪些？我如何探索了我的興趣？我發現我有什麼樣的能力或特質？和高一相較，我有了哪些改變與進步？
3. **我的成長和校系的關聯**：這些能力 / 特質 / 興趣讓我對我自己的未來有什麼想像與期待？我對未來的具體規劃是什麼？



以下以申請【台北市立大學心理與諮商學系】為例：

#### 高中學習歷程反思範例：

我喜歡觀察周遭的人事物，也對人的行為與情緒感到好奇。高一時，我的國中好友與我分享他目前在班上碰到的人際困擾，不禁讓我開始思考：「為什麼同樣一件事情，不同的人卻會有不同的情緒或反應？」、「人跟人之間的相處，為什麼沒有簡單、易懂的標準答案？」，也因著這樣的好奇，我開始嘗試在生活中探索人的思考、行為與情緒反應，並參加相關的課程與活動。

我認為要深入探究「人」，首要的任務是了解自己，也要有機會接觸不同族群，才能從不同的層面去認識與了解人。為了更認識自己，我在高一時參加輔導室所辦理的「自我探索」小團體，透過成員們彼此的分享與回饋，我發現自己平常未察覺的特質，如：溫暖、友善、細膩觀察人的能力、邏輯思考力強、組織能力強等，團體中的活動讓我對自己有更深的認識，這是相當珍貴的學習經驗。

高二在擔任愛心社社團幹部期間，我們曾到○○基金會、○○機構進行服務學習，服務失智長者、失親兒童等對象。每次服務前，我們會與機構承辦人共同進行討論，認識服務機構與對象之特性及特質，學習如何看見被服務者的需要，發揮所長，提供合適的幫助。藉由這樣的過程，我覺察到一個外顯行為的背後，可能涵括許多不同的因素，其中包含個人特質及社會環境的影響，避免將自身之價值觀或社會大眾之輿論加在眼前的對象身上，才有機會深入了解每個不同的個體。除了參加社

團外，我還利用空餘時間閱讀心理相關書籍並在高二暑假參加大學心理系的營隊，我在營隊中學習到許多心理學相關的知識與研究，還有營隊期間心理系學長姐的經驗分享，更是強化我對人類行為的好奇，也更確定自己未來想要就讀心理相關科系。

高三時，有機會選修學校所開設的「心理與生活」課程，因想了解人際關係與溝通的議題，便選擇「如何幫友情加溫」為主題作為我們小組影片拍攝作業的內容。過程中，我們小組一同完成資料蒐集、一起寫影片拍攝腳本、嘗試借用器材與場地、剪輯影片、進行課堂分享與報告等，雖然過程中曾碰到非預期的意外事件，像是理論運用不當老師請我們重新找資料、麥克風沒有收到音導致整段要重錄、找不到適合的影片剪輯軟體等等，但是我們後來還是找到了許多資源和方法解決問題，那種和同學一起完成一項任務、看到影片成品的成就感，讓我感到滿足也更加有自信。這樣的經驗除了讓我了解團隊合作的重要性外，也讓我更了解心理學的相關知識，並試著用學習到的知識去幫助更多人。

從高中的課程與各式活動中，我發現自己是一個擅長與人互動，也樂於主動關懷需要幫助的人，在籌劃相關活動時，我更願意與他人合作，接納不同之想法，善用溝通能力，使活動盡善盡美。我認為自己這樣的特質很適合就讀心理系，我也期許自己帶著這樣的特質持續學習心理學，並在進入心理與諮商學系就讀的過程中，培養心理與相關專業之能力，並於畢業後繼續就讀心理與諮商研究所，成為一名專業的諮商心理師。

## (二) P 就讀動機

就讀動機可以幫教授確認申請的學生是否有可能穩定的就讀這個科系，另一方面也檢核學生是否對科系有正確的認識。撰寫的時候建議思考如何結合高中學習歷程反思，並以未來的學習計畫做延伸。以下為參考方向：

1. 我想就讀該科系/大學的動機是在什麼時間點、事件、學習或生活經驗所引起的？
2. 可以先從為什麼選擇這個科系開始，再說明為什麼選擇這間大學。
3. 關於這樣的動機，它會如何影響我對未來的生涯規劃（選課/選系/實習/職業/生活）？

★ 如果你不知道你的就讀動機是什麼，可參考以下的方法尋找：

（資料來源：陳聿、楊雯燕（2021）。生涯規劃-甄選大作戰。育達文化：台中市）

### 1. 從興趣找

「我喜歡做什麼事情？」，做自己喜歡的事情，本來就會產生比較正面的感受，而且越做越開心，即使碰到困難時，也會願意去處理與挑戰，進而從中得到成就感並強化想要選擇該科系的決定。

### 2. 從能力找

「我擅長做什麼事情？」，不限於學科，可以是從課業學習、社團、幹部或相關生活經驗中所發揮之能力，例如：領導、合作、溝通等能力。

### 3. 從**特質**找

「大學科系需要的學生特質有哪些」，不是具有某些特質的人才能唸某些校系，而是思考自己身上有哪些特質適合就讀該校系。建議可透過 Colle Go！大學選才與高中育才輔助系統或 IOH 開放個人經驗平臺，了解所欲申請之校系需要具備什麼樣的特質。

### 4. 從**生命故事**找

「生命經歷中的亮點」，找到過去想要做某件事情的契機、曾經遇到挫折而有了轉機，或是從過去課業與相關生活經驗中發掘。

### 5. 從**前輩經驗**找

「前輩們的職業經驗談」，藉由觀察父母或自己信任的前輩之職業生活，得到想要就讀該校系的動機。

### 6. 從**社會趨勢**找

「現今火紅的產業是什麼」，社會趨勢與熱門大學科系有相當高的關聯性，也可能會影響選系/校的動機。譬如：元宇宙、電動車的火紅，使得產業人才需求增加，大學電機、資訊、電子相關科系成為熱門選擇科系。新冠肺炎疫情延燒全球，大家開始對於公共衛生相關議題有較多的重視。

## (三) Q 未來學習計畫與生涯規劃

在選擇某科系時，不只思考大學四年要做些什麼，還需要思考大學畢業後我可能從事的工作及想要完成的目標。因此，未來學習計畫與生涯規劃要思考此時此刻（高中）、未來四年（大學）、以及未來五至七年（大學畢業後）之後需要做哪些準備。

這裡的文字一定要扣緊高中學習歷程反思與就讀動機。建議呈現的方向如下：

#### 1. **此時此刻**努力的目標（近程）：

從考上大學那刻開始到正式入學前的暑假，我如何安排自己的生活或為進入大學做準備？

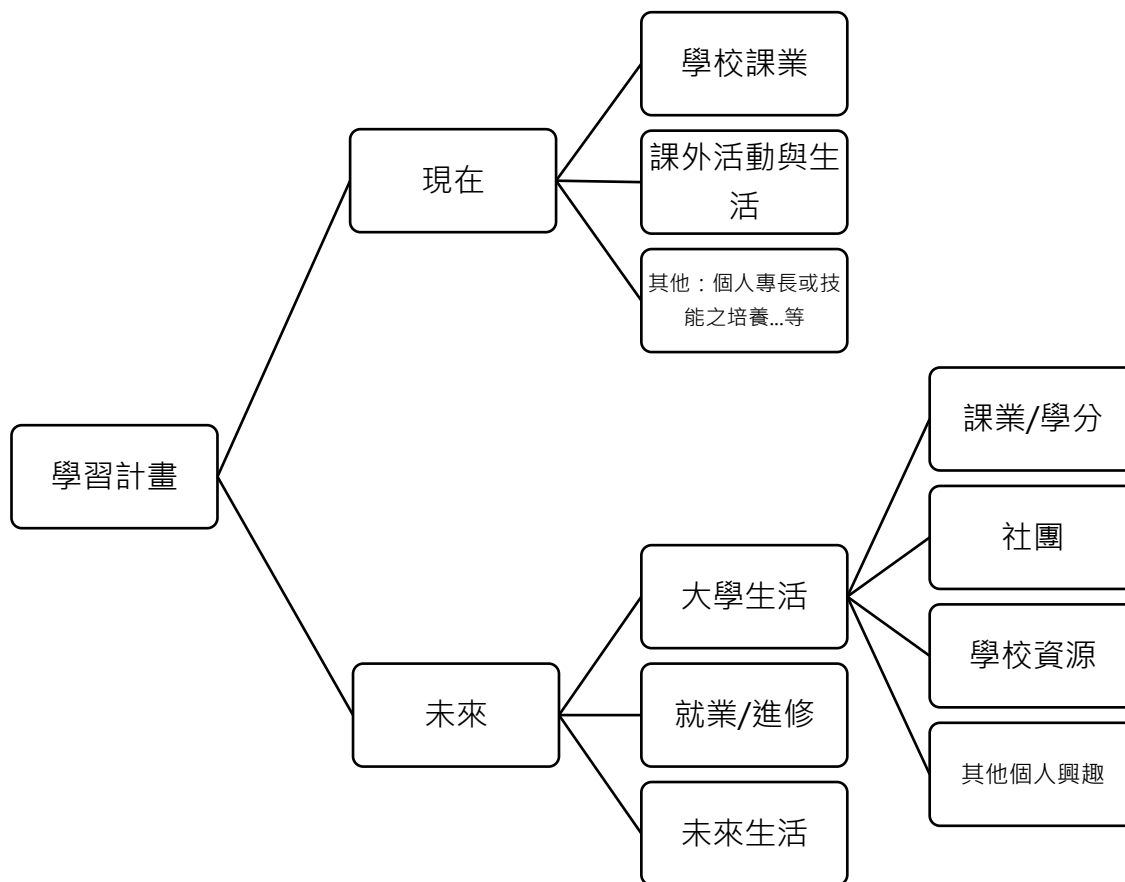
#### 2. **規劃大學生活**（中程）：

我對大學生活的規劃，包含專業能力的培養與生活能力的發展。譬如：想從課程中學習到的能力、透過課外活動（實習或見習）深入自己的專業或者拓展相關領域的視野、獎助學金、雙主修、輔系、雙聯學制、或交換學生等資源。

#### 3. **大學畢業之後**（遠程）：

包含是否需要報考研究所或考慮就業，也可以加入對未來生活的概略安排。

- 學習計畫內容概念圖：細項內容可自訂。在畫完概念圖後，便可依據近程、中程、遠程三大面向進行文字敘述。



#### 重點四：其他各校自訂資料

各校系想看的其他資料可能有這些：

1. **個人資料表**：通常校系有既定格式，記得從該系網頁或該校招生處下載。
2. **作品集**：藝術與建築設計學群相關科系可能會需要繳交紙本作品集（先行郵寄或面試當天帶去），記得詳閱簡章確定是否需要繳交。
3. **推薦函**：請盡量找了解你的師長為你寫推薦信，並儘早提供你的自傳、備審資料或相關佐證資料供師長參考。

如果還想參閱更多資料，輔導室有歷年備審資料、面試考古題、甄戰大學系列參考書籍，歡迎大家來輔導室翻閱！如果有疑問的話也可以再來輔導室詢問喔！預祝大家金榜題名，一切順利！



