

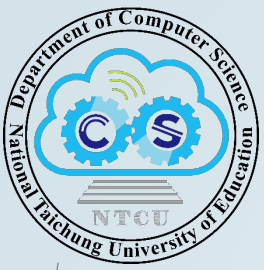
學習歷程檔案：

讓大學教授看到你/妳的潛力

臺中教育大學資訊工程學系

李宜軒 副教授

113 年 4 月 2 日



目錄

- 📖 學習歷程檔案內容
- 📖 如何準備學檔? FAQ
- 📖 如何準備學檔? 論壇篇
- 📖 如何準備學檔? 作伙做學檔篇
- 📖 如何準備學檔? 個人建議篇

學習歷程檔案內容 (1/4)

由學校、
機構及
學生提
供，收
錄於學
習歷程
資料庫



基本資料

低收/中低收等經濟弱勢生
離島/原住民
作為大學優先拔擢之參考



修課紀錄

學生修習高中課程紀錄，
得據以了解學生學習地圖

由高中校
務行政系
統提供



課程學習成果

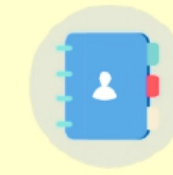
修習課程實作作品、書面
報告；每學期上傳至多3份
(需教師認證)



多元表現

校內外活動、志工服務、競賽
成果、幹部經歷、檢定證照；
每學年上傳合計至多10份

學生於高三
下，勾選擇
要上傳給大
學作為備審
資料



學習歷程自述

依據申請入學志願科系
撰寫之自傳或學習計畫
等資料

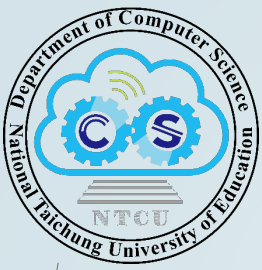


其他

大學端要求之補充資料或
其他學生有利審查資料

上傳資料可為文件 (pdf、jpg、png) 或影音檔案 (mp3、mp4)

每件上傳資料需撰寫 100 字簡述



學習歷程檔案內容 (2/4)

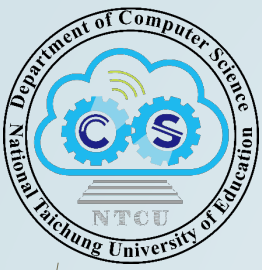
審查資料	項目內容代碼對照
修課記錄	A. 修課紀錄 高中校務行政系統提供
課程學習成果	B. 書面報告 C. 實作作品 D. 自然科學領域探究與實作成果，或特殊類型班級之相關課程學習成果 E. 社會領域探究與實作成果，或特殊類型班級之相關課程學習成果
多元表現	F. 高中自主學習計畫與成果 G. 社團活動經驗 H. 擔任幹部經驗 I. 服務學習經驗 J. 競賽表現 K. 非修課紀錄之成果作品 L. 檢定證照 M. 特殊優良表現證明 N. 多元表現綜整心得 高中三年持續累積上傳
學習歷程自述	O. 高中學習歷程反思 P. 就讀動機 Q. 未來學習計畫與生涯規劃 學測後針對目標科系撰寫
其他	R. (系自行輸入限 10 字) S. (系自行輸入限 10 字) T. (系自行輸入限 10 字)

三重

- ♠ 重視基本素養所展現的核心能力
- ♠ 重視校內學習活動
- ♠ 重視資料真實性及學生自主準備

二不

- ♠ 不是以量取勝，重視學習過程的反思
- ♠ 不是學系所列的所有項次都要具備



學習歷程檔案內容 (3/4)

修課紀錄

- 前五學期成績
(PR 值或百分比，分領域各學科成績，各學期總成績)
- 第六學期成績單 pdf 檔

多元表現

- 班級幹部證明
- 自主學習計畫成果
- 各項多元表現
- 至多 10 件

基本資料

學習歷程檔案

課程學習成果

- 至多 3 件

學習歷程自述

- 高中學習歷程反思
- 就讀動機
- 未來學習計畫與生涯規劃

多元表現綜整心得

- 至多 800 字
- 至多 3 張圖

學習歷程檔案內容 (4/4)

📖 課程學習成果和多元表現是學檔中的**佐證資料**

✿ 佐證你/妳具備目標科系需要的人格特質和能力

✿ 將學習歷程檔案比喻為一篇文章

✧ 學習歷程自述 ⇒ 文字內容

✧ 課程學習成果和多元表現 ⇒ 圖、表、附錄、參考資料

✧ 多元表現綜整心得 ⇒ 圖和表的說明

✿ 用學習歷程自述和多元表現綜整心得引導閱讀

📖 建議準備重點

✿ 參考目標校系提供的**備審資料準備指引**

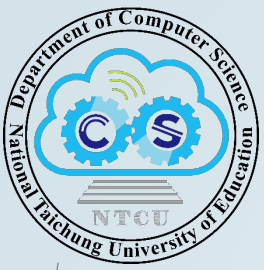
✿ 呈現目標科系需要的**人格特質和素養能力**

✿ 對目標科系的瞭解和**就讀動機**

你/妳的目標科系需要具備哪些素養能力？

口說無憑，證據在哪裡？

學習歷程自述是否適用於多個目標科系？



如何準備學檔? FAQ (1/3)

是大學端想看的嗎?

- ♠ 大學端想瞭解 **真實的你/妳**
- ♠ 每位審查委員觀點不同，各人心中一把尺
- ♠ 既然無法預測就別想太多，盡力就好

審查委員真的會看?

- ♠ 會在有限的審查時間內儘量看
- ♠ B~E 和 G~M 看重點，F 注意看，NOPQ 仔細看
- ♠ 搭配面試來確認資料真實性

哪種檔案型式較好?

- ♠ 文件 (pdf、jpg、png) vs. 影音檔案 (mp3、mp4)
- ♠ 讓審查委員快速掌握重點
- ♠ 方便審查委員重複檢視

如何準備學檔? FAQ (2/3)

一定要傳好傳滿?

- ♠ 不要缺項
- ♠ 1 項優秀表現 > N 項沒有實際收穫的參加證明
- ♠ 與目標科系 **學科知識** 或 **核心素養能力** 的關聯性

外部連結或 QR code?

- ♠ 審查委員 **其實不應該** 去看
- ♠ 無法確認資料完成時間，不確定是否該審查
- ♠ 若超出學檔上傳數量或容量限制，影響公平性

成果分享投影片?

- ♠ 投影片只是輔助分享，不算是完整的作品
- ♠ 少了你/妳的旁述說明，也少了靈魂和溫度
- ♠ 用成果分享投影片為基礎，轉換成正式完整的作品

如何準備學檔? FAQ (3/3)

精緻的排版和美編?

- ♠ 重視排版，適度美編
- ♠ 內容優劣是一回事，至少看起來舒服
- ♠ 過度包裝或太精緻的美編，反而會讓人懷疑真實性

文件頁數 & 影音長度

- ♠ 字型不宜過大，注意文件頁數
- ♠ 用掃描取代手機拍照，注意圖片清晰度
- ♠ 影像畫面變動及語速不宜過快，注意影音檔長度

100 字簡介的重要性

- ♠ 類似電影簡介，很大程度決定是否仔細看內容
- ♠ 字字珠璣，具體呈現內容重點
- ♠ 不能取代作品摘要

如何準備學檔？論壇篇 (1/2)

📖 學習歷程檔案是學習紀錄與反思

✿ 檢視自己的學習樣態

✦ 找到自己學習的優缺點、策略與方法

✦ 真實面對自己學習過程的高低起伏，沒有人永遠都很優秀

✿ 素養能力的養成 > 學科知識的關聯

✦ 從某項學習過程中提升某項素養能力，為目標科系所需

✦ 具體，不空泛，舉例說明

✦ 證據佐證，提高真實性與說服力

✿ 強調個人獨特性 & 真實性

✦ 真實性會帶來獨特性，太多的諮詢和包裝會喪失獨特性

✦ 從個人生活經驗出發，展現個人與眾不同的學習收穫和省思

簡單

清楚

有效

如何準備學檔？論壇篇 (2/2)

📖 心得 vs. 反思

- ✿ 心得：對學習內容的掌握，**心得 ≠ 心情**
- ✿ 反思：學習表現上的反思，學習方法的檢討（好壞皆可）

📖 將學習歷程檔案視為終身學習的工具

- ✿ 不僅是為了申請大學而做
- ✿ 對感興趣領域**深度學習**的同時，也保有探索其他領域的**好奇心**
- ✿ 學習過程中感到快樂，跟不同人交流對話過程中感到樂趣，人家不知道你/妳的時候不能生氣 ~ 臺灣大學生物機電工程學系 陳林祈 教授

你焦慮代表你關心，代表你有盡到責任，值得為你拍手鼓勵

陳林祈 教授

如何準備學檔？ 作伙做學檔篇 (1/4)

📖 呈現核心素養

- ✿ 不用多，一兩項就可以
- ✿ 具體，舉例，在過程中提供例證

真誠 + 認真 + 重視思考
+ 適度整理

📖 1-2 頁摘要放前面

- ✿ 100 字摘要 ≠ 作品摘要
- ✿ 不是所有要素都一定要具備
 - ✦ 動機、與課程的關聯性
 - ✦ 學習或研究方法、內容概要、成果簡述
 - ✦ 困難與解決方式、學習收穫、心得反思
- ✿ 不限格式，重點是呈現亮點

為什麼要做，作品的脈絡

如何做，成果為何

困難&解決，檢討&未來改善

個人建議：文字為主，摘要通常沒有圖和表

如何準備學檔？ 作伙做學檔篇 (2/4)

📖 學習過程寫法建議

✿ 前後文連貫，有**邏輯性**

- ✦ 用時間軸方式呈現，解釋前因後果
- ✦ 因為 ...，所以 ...
- ✦ 遇到 ... 限制，因此由 A 改成 B

✿ 用**比較法**凸顯學習過程前後的差異

- ✦ 不熟練 → 熟練、失敗 → 成功
- ✦ 會 ↔ 不會、有興趣 ↔ 沒興趣

✿ 忠實呈現心得、反思與收穫

- ✦ 過程和結果一樣重要
- ✦ 讓審查委員看到你/妳的成長

避免抱怨或流水帳式
寫法

不夠熟練或不完全成功，可以如何改善？

不會唱歌 → 會唱歌，會緊張 → 不會緊張

知道自己對哪些領域沒興趣，也是一種收穫

如何準備學檔？ 作伙做學檔篇 (3/4)

📖 如何呈現獨特性

✿ 對你/妳的 **意義或重要性**

- ✦ 你/妳的興趣或在地關懷，與生活經驗相關
- ✦ 不是只有「我對某主題有興趣」或「某主題引起我的興趣」

✿ 具體陳述你/妳的想法

- ✦ 不論對主題是否有興趣，過程中所引發的思考，都可以留下紀錄
- ✦ 對你/妳 **產生的改變**，與眾不同的觀點，多面向的思考

✿ 自主延伸學習的內容

- ✦ 課堂原有的學習內容之外，額外多做的努力

作品型式和公版
不是重點

呈現個人特質和
素養能力

個人建議：利用自主學習計畫，繼續探討有興趣或未完善的課程學習成果

如何準備學檔？ 作伙做學檔篇 (4/4)

如何呈現真實性

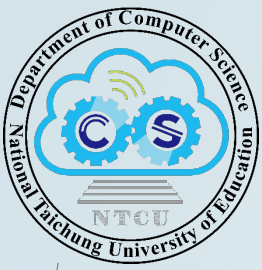
- ✿ 區分課堂老師的指引和你/妳操作執行的部分
 - ✦ 清楚呈現執行脈絡和過程
- ✿ 區分你/妳與同學們的差別
 - ✦ 你/妳在團隊中擔任的角色、心得和省思
- ✿ 確實附上資料來源

證明是你/妳的經歷
和內容

強調其中你/妳負責
的部分

無論是什麼類型的作品，都需要經過整理再上傳





如何準備學檔？個人建議篇 (1/12)

課程學習成果

- 老師指導為主
- 老師希望你/妳呈現的學科知識及核心素養能力
- 同學之間相似程度高

多元表現

- 你/妳自己主導
- 你/妳希望培養及呈現的學科知識及核心素養能力
- 展現你/妳的獨特性和真實性

學習歷程自述

- 引導式自傳
- 你/妳對目標科系的瞭解

多元表現綜整心得

- 整合及串聯你/妳上傳的學習歷程資料
- 學習歷程檔案，如何帶領你/妳進入目標科系

如何準備學檔？個人建議篇 (2/12)

課程學習成果

✿ 學習單/個人筆記

- ✦ 除了答案之外，補充回答過程和使用資源
- ✦ 串聯不同學習主題，整合性的心得及反思

✿ 實驗紀錄 ~ 自然科學探究實作

- ✦ 除了實驗結果，還要有討論與分析 (整合學理)
- ✦ 若有同學自己規劃的實驗內容，強調動機與過程
- ✦ 整個學期多次實驗，實驗內容本身之外，學習到的能力

✿ 作業練習 ~ 程式語言、應用軟體

- ✦ 避免流水帳式寫法，單純記錄練習過程
- ✦ 有主題有目標的學習，勝過單純的練習

註明學期、年級、課程名稱

作品的動機和主題要明確

大家都用老師的範本
你/妳的特色在哪？

如何準備學檔？個人建議篇 (3/12)

課程學習成果 (續)

✿ 實作作品 ~ 程式專題、工程科技/生活科技/資訊科技

✧ 強調動手作的部分

✧ 動機 ⇒ 目標 ⇒ 過程 ⇒ 成果 ⇒ 困難解決 ⇒ 心得反思

✿ 專題報告 ~ 小論文、資料蒐集整理、閱讀心得

✧ 除了成果，也要有動機和過程

✧ 報告主題與目標科系 (在學術領域) 的關聯性

勾選哪 3 項課程學習成果？

✿ 與目標科系相關的學科

✿ 探究實作課程，素養能力訓練課程

✿ 3 項課程學習成果，最好有**不同屬性**，展現**不同素養能力**

1-2頁摘要呈現亮點
心得反思**不**放最前面

多人共同完成的作品
你/妳負責的部分？

與目標科系關聯性？
學科知識或素養能力？

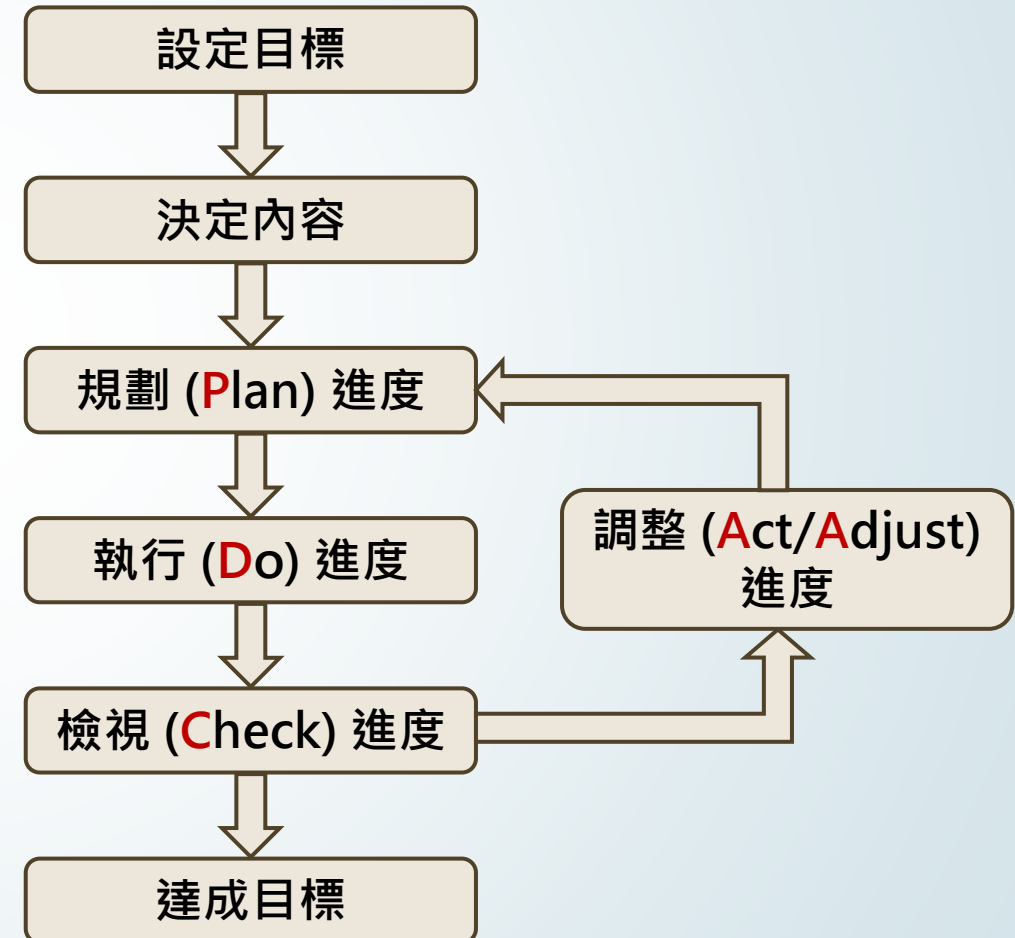
如何準備學檔？ 個人建議篇 (4/12)

何謂自主學習？

課堂以外的學習？
學自己想學的內容？

自主學習計畫應該是

自主設計且有計畫的學習
培養規劃和執行的能力



如何準備學檔？個人建議篇 (5/12)

高中自主學習計畫與成果

✿ 明確的動機和目標

- ✧ 自選主題，呈現你/妳的個人需求和特質
- ✧ 重點是**自主學習**，不宜讓師長過度介入
- ✧ 達成目標需要準備什麼？如何在時間內達成？

✿ 培養**規劃及執行進度**的能力

- ✧ 如果還是上課或讀書，與一般課程無異，沒有特色
- ✧ **時程不宜過短**，建議 8 週以上
- ✧ 進行方式 ≠ 每週進度表
- ✧ 如果執行過程中有調整進度，原因為何？
- ✧ 如果有共學伙伴：分工合作？共同討論？單純同伴？

具體可呈現的目標
vs.
學習某項事物或能力

用競賽和檢定成績當成
目標？

參加線上課程？
讀書+作書上的習題？

如何準備學檔？個人建議篇 (6/12)

📖 高中自主學習計畫與成果 (續)

✿ 呈現具體的成果

✦ 動機 ⇒ 目標 ⇒ 過程 ⇒ 成果 ⇒ 困難解決 ⇒ 心得反思

✦ 不要只有申請單上填寫的成果

✦ 如果未達成目標，原因為何？未來如何改善？

✦ 相較於一般課程，有什麼不一樣的心得反思？

📖 該上傳幾份高中自主學習計畫與成果？

✿ 1-2 項「完整的」就好，太多反而失去焦點

✿ 多項自主學習計畫與成果之間

✦ 執行時間順序？主題關聯性？執行方式的改進？

✿ 注意上傳時選擇的**項目名稱**

一定要達成目標？

多項計畫的執行順序可
在 100 字摘要中註明

高中自主學習計畫與成果是重要的
審查項目，要記得上傳！

如何準備學檔？個人建議篇 (7/12)

📖 多元表現

✿ 與目標科系在**學科知識**或**素養能力**的關聯性

✿ 相同屬性經歷 vs. 多元興趣探索

都可以，沒有哪種較佳

✿ **不要只有 100 字摘要和成果** (Ex: 獎狀、成績單)

✚ 多主題、多單元活動 ⇒ 綜整式學習紀錄

🌸 營隊、社團、幹部、服務學習...

🌸 整合多項主題內容，但是不要變成流水帳

✚ 單一主題活動 ⇒ 活動紀錄

🌸 工作坊、研習、演講、競賽、檢定證照...

🌸 動機 ⇒ 過程 ⇒ 收穫 ⇒ 心得反思

✚ 非修課紀錄之成果作品 ⇒ 比照課程學習成果

目標學系沒有勾選的
項目也可以上傳

為何參加？活動內容？
內容以外的收穫？

註明作品的來源
證明是你/妳的經歷

如何準備學檔？ 個人建議篇 (8/12)

~這是你/妳的人生 先問問自己想要什麼~



你對目標科系瞭解多少?
需要什麼人格特質和素養能力?

素養能力可以培養可以學習

人格特質可以輕易改變?

要勉強自己改變?

如何準備學檔？ 個人建議篇 (9/12)

📖 學習歷程自述

✿ 學生自己寫的部分，學檔中最想看的內容

✧ 呈現你/妳的組織架構和**文字表達能力**

✧ 適合的特質和能力 > 豐富的專業知識

✧ 注意篇幅長度，字型不要太大，頁數不是越多越好

✧ 1 頁**個人簡歷**，呈現亮點

✿ 詳細閱讀目標科系提供的**審查資料準備指引**

✧ 每年大約 3 月公告，可以先參考去年的

✧ 準備指引寫的就是審查委員想看的

✧ 寫文章，內容融入準備指引列出的項目

✧ 避免用條列式，變成多個簡答題

文字表達能力跟口語表達能力
一樣重要

已經具備豐富的專業知識，
就不需要來就讀了

內文一般是 12-14 字型

沒有參考審查資料準備指引，
把本系當備胎，為何還要錄
取你/妳？

如何準備學檔？個人建議篇 (10/12)

學習歷程自述 (續)

✿ 高中學習歷程反思

- ✦ 回顧你/妳的**高中**學習歷程，不限於在學校經歷
- ✦ 個人特質 (優缺點) 為何？是否適合就讀目標科系？
- ✦ 具備哪些素養能力？是目標科系所需？

✿ 就讀動機

- ✦ 對目標科系的瞭解
- ✦ 選「目標科系」 vs. 選「目標學校的目標科系」

✿ 未來學習計畫與生涯規劃

- ✦ 具體、可行、不誇飾
- ✦ 生涯規劃，如果什麼都可以，等於什麼都沒寫

經歷或實例證明
特殊表現、挫折&解決

你/妳真的沒有缺點？
沒有遇過困難？

若能力還不足夠，可以
如何加強？

除了有興趣以外，還有
什麼動機？

如何準備學檔？個人建議篇 (11/12)

多元表現綜整心得

✿ 整合及串聯你/妳上傳的學習歷程資料

✧ 學習歷程：課程學習成果＋自主學習計畫成果＋多元表現

✧ **綜整**所有學習歷程的心得和反思

✿ 依**時間軸**整合

✧ 各項學習歷程，如何帶領你/妳進入目標科系

✧ 強調歷程(和目標科系)之間的關聯性，不需要詳述歷程細節

🌸 經過歷程 A，瞭解到...，因此參加了歷程 B

✿ 依**素養能力**整合

✧ 同一項素養能力，可能從不同學習歷程中獲得

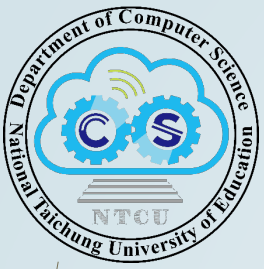
✧ 目標科系需要的素養能力，已從哪些歷程中培養

800 字 + 3 張圖

不強制但不要差太遠

各項歷程成果的文字
不應直接複製貼上

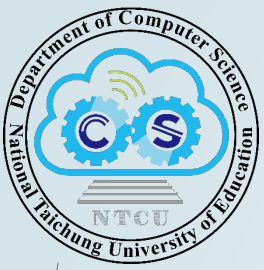
你/妳希望審查委員從
歷程中看到哪些重點？



如何準備學檔？個人建議篇 (12/12)

不良樣態

- ✿ 缺少目標科系要求的項目
 - ✦ A、B~E、F~M、N、O、P、Q
- ✿ 不使用 EP 系統，直接上傳一個 pdf 檔
 - ✦ EP 系統會將資料分類呈現，更容易閱讀
- ✿ 張冠李戴
- ✿ 用 A 課程名稱，上傳 B 課程學習成果
- ✿ 直接連結到高中端的 (自主學習計畫) 管理系統
- ✿ 課程學習成果放在多元表現？



凡努力過的 必留下痕跡

凡創造過的 必含笑收割

選擇你所♥的 ♥你所選擇的

種種從前 都成今我

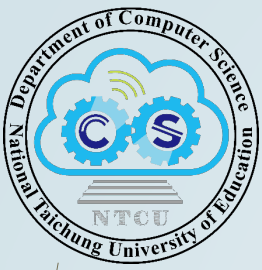
莫更思量更莫哀 從今後要怎麼收穫 先那麼栽



感謝聆聽

歡迎報考臺中教育大學資訊工程學系

<https://cs.ntcu.edu.tw>



臺中教育大學資訊工程學系系徽

雲

未來資訊系統皆會以雲端的方式
提供服務

齒輪

工程的概念

二個齒輪給合出 ∞

DevOps 中開發營運的循環概念
巨量資料裡的 Unlimited Data



電波

網路的資訊傳遞
人與人之間的溝通

Computer Science

通訊網路

Communication and Security

計算機系統

Computer System 或 Cloud and Service

軟體工程

Computing and Software

NTCU 階梯

從學校進來 進入到資訊工程的領域