

新北市立明德高中 115學年第1學期 家長日

學習歷程大學怎麼看

新北市立明德高中 陳育仁

2026年09月05日

1

學習歷程檔案的重要性

12年國教的升學管道

新店高中 白佩宜老師整理



大學招生委員會聯合會

Joint Board of College Recruitment Commission

本會簡介

最新消息

入學管道

新聞專區

常見問題

相關網站

下載專區

聯絡我們



繁星推薦入學

請入學



考試入學

- 簡介
- 招生重要日期
- 簡章(總則、附錄、其他公告事項)
- 簡章代售單位



個人申請入學

期
附錄、其他公告事項)
位

其他管道

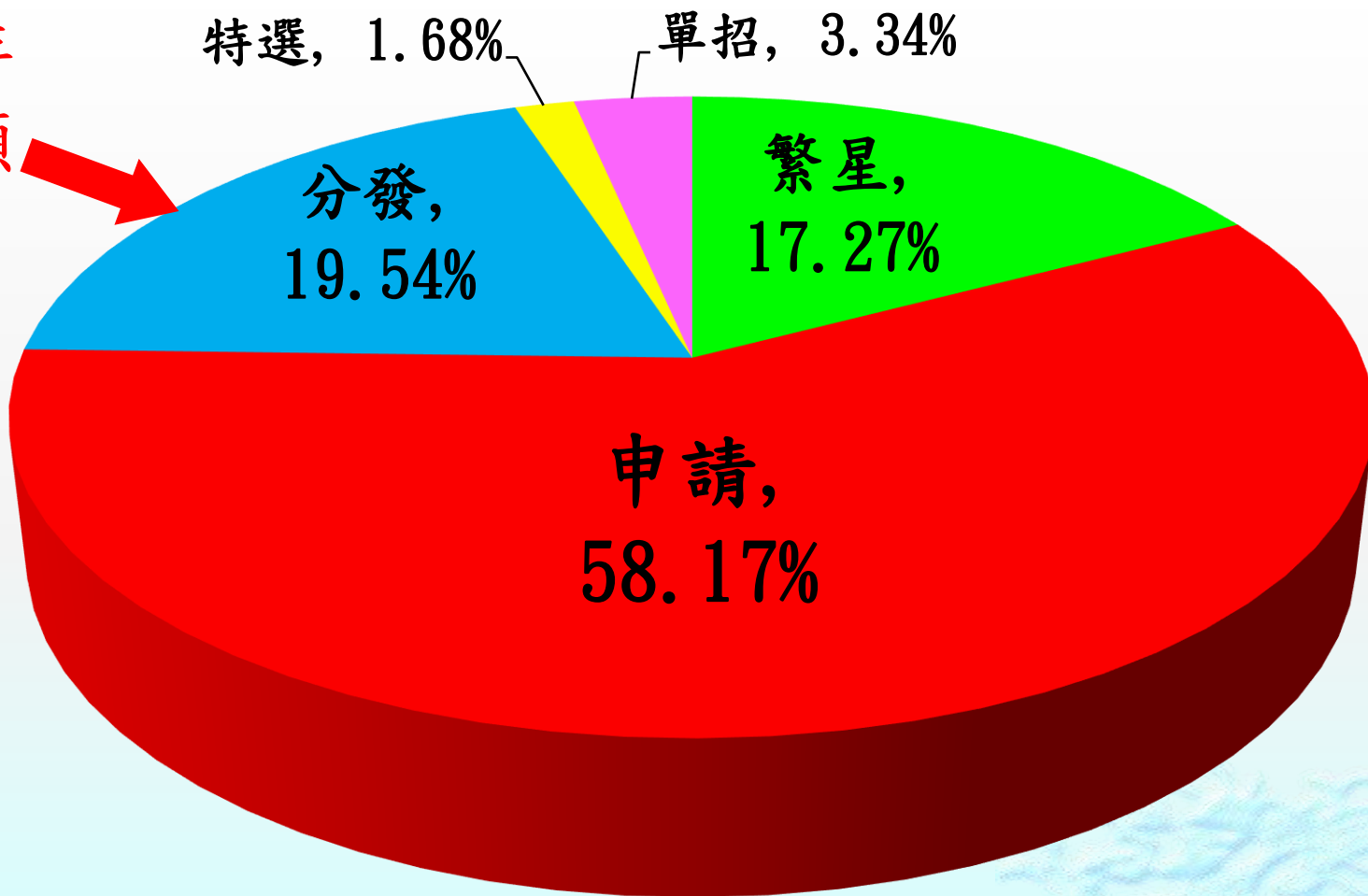
特殊選才 (單獨招生)



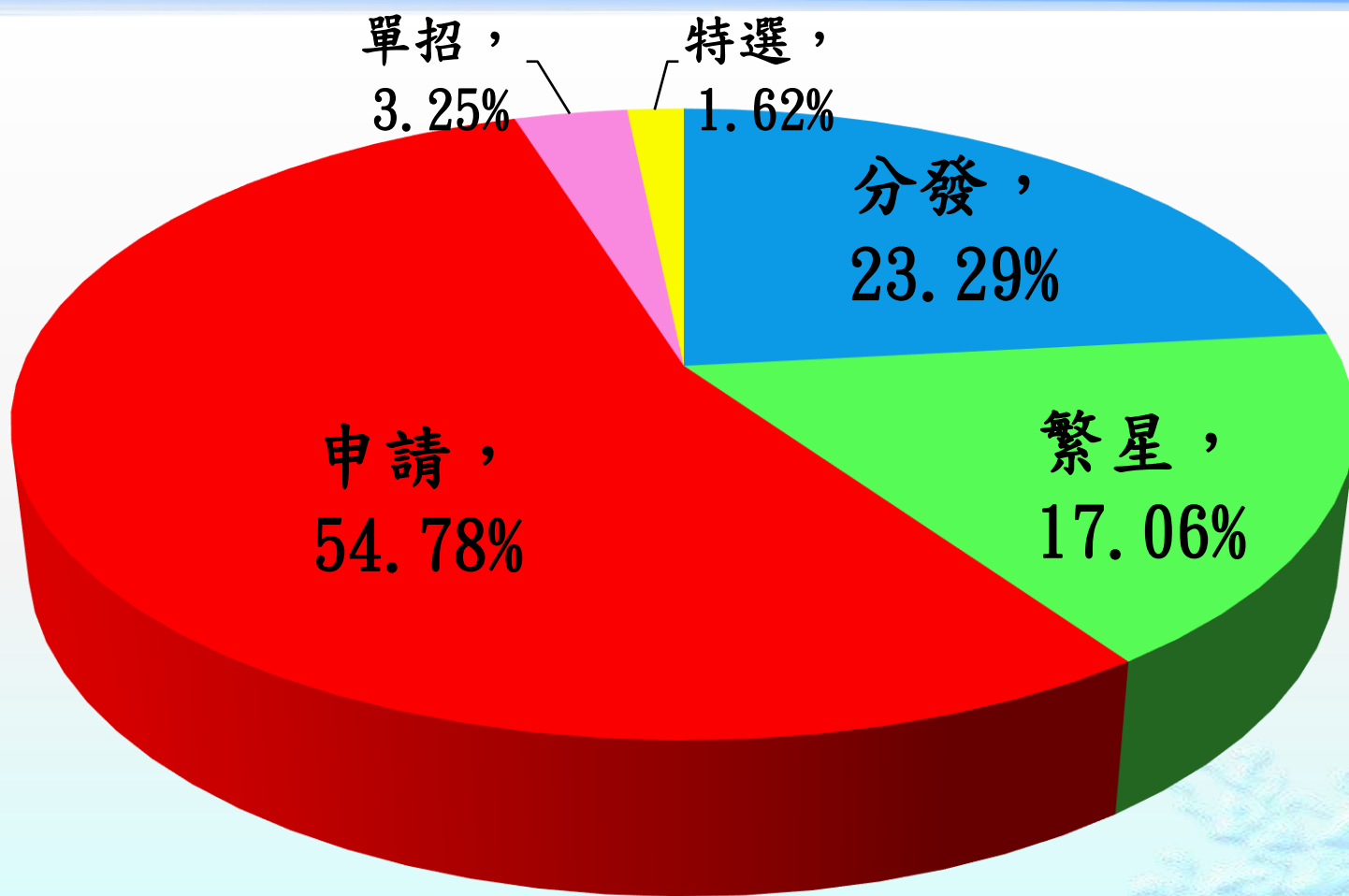
特殊選才 (單獨招生)

- 大學辦理特殊選才計畫相關資訊

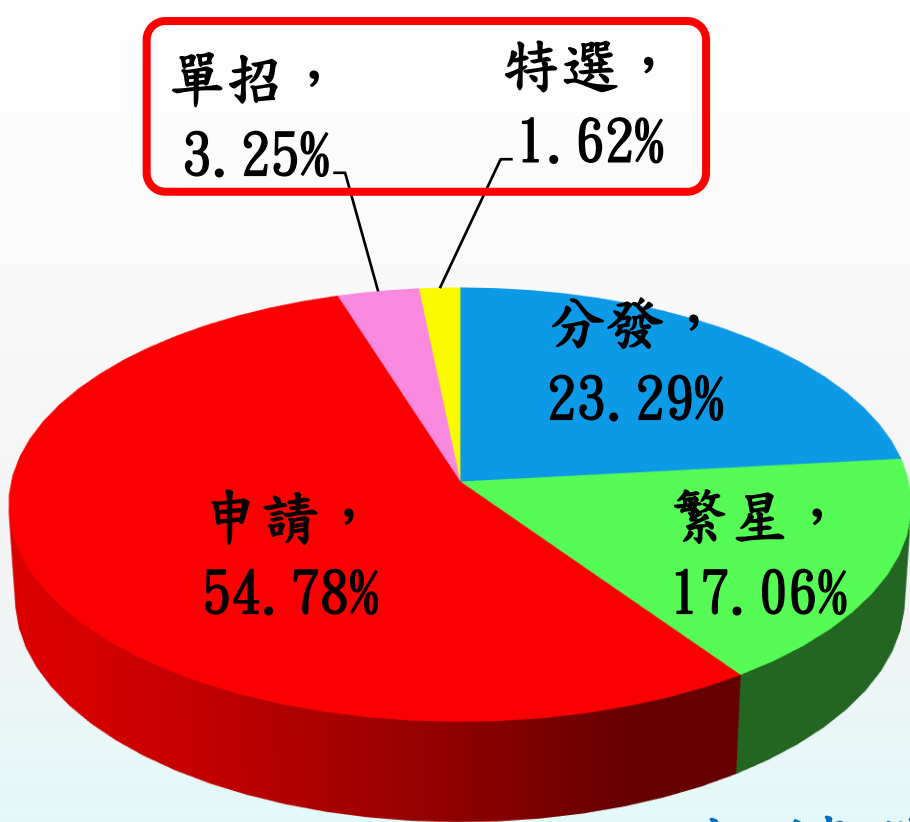
都是寄存
4449名額
惹的禍



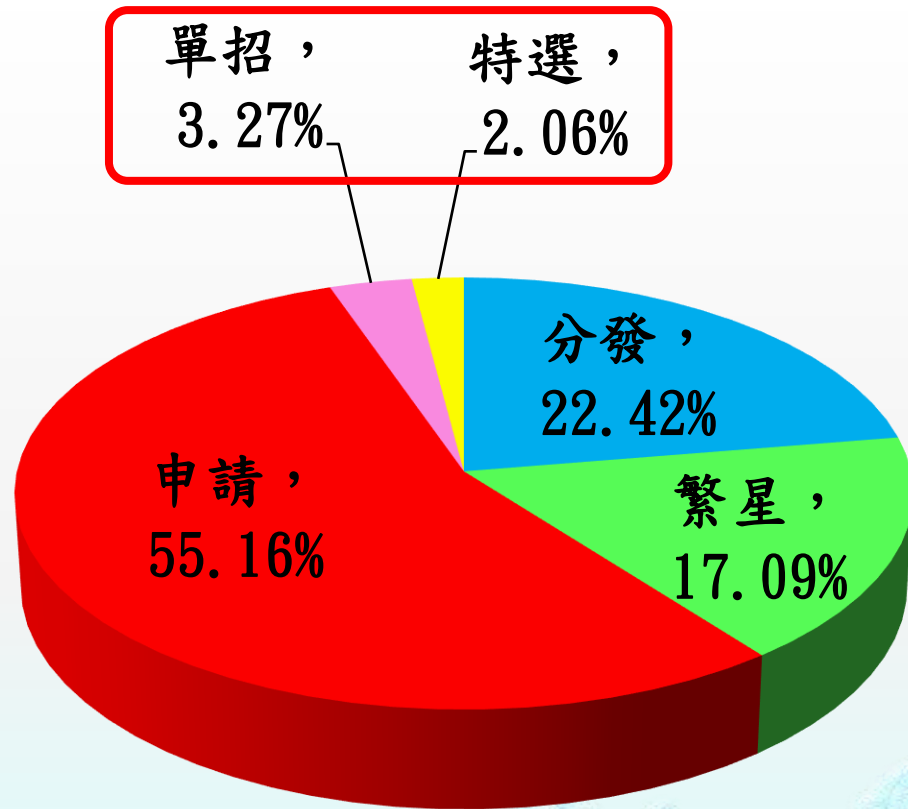
112學年度大一各管道招生人數(教育部核定資料)



113學年度大一各管道招生人數(教育部核定資料)



113學年度



114學年度

數據帶來的
重要訊息？

111學年分科測驗分發新聞

分發入學放榜 缺額暴增萬名 大學招生雪崩

李侑珊

，但缺額數卻暴增至1萬4493人

3.94%雖創新



同... 頂大與醫學院校為主，但包含文化大學、淡江大學等老牌私大在

專家認為，今年只是雪崩的開始，未來大學招生將更困難
生困境。

全國僅11校沒有缺額，

根據大學考試入學分發委員會統計，今年度招生缺額計有51校1萬4493人

校，包含：台灣大學、成功大學、政治大學、陽明交通大學、中央大學、中山大學、體育大
學、中正大學、台北大學、中國醫藥大學與台北醫學大學。

至於未足額錄取學校

大學也

組抽

有180個系組招生數掛0。

身為龍頭大學的台大

學招生名額分別為1514人、1574人，分別有3.7%、5.4%的考生可以進台大，錄取機率雖增

112學年分科測驗分發新聞



輸入關鍵字...

搜尋

熱門：理財 etf 台股 殖利率 2024總統大選

投資理財

保險稅制

產業時事

職場生活

今周大耳朵 Podcast

幸福熟齡

ESG永續台灣

專題報導

今選頻道

存股助理

今周學堂

訂購優惠

大學分發入學「低分高就」絕響，醫科幾級分？想變
半導體人搶填「電資」科系，台大物理、機械掉後面去

112學

上首屆考

減少至6464個，但

醫學系門檻落在260級分，陽明交大醫學系

類組校系部分，台大物理、機械已擠不進前面榜單，學生一窩蜂搶

電資科系，甚至出現選系不選校的現象，推估與職涯發展有關，

「資通訊吸引力很驚人！」



大學繁星推薦錄取率64.19%創新高 1713缺額

頂大也沒招滿

2024/3/19 09:40 (4/9 14:02 更新)

學測

11671

大學申請分發率52.61% 1.1萬缺額近7年次高

2024/6/13 10:02 (6/14 21:00 更新)



聯合新聞網

台大曝明年招生規畫 申請入學名額占比增至51%

2024-08-15 12:23 聯合報／記者許維寧／台北即時報導



申請入學重視學習歷程檔案

類別	項目	內容
需學校老師認證 P1	基本資料	學生學籍資料等
	修課紀錄	A.修課紀錄
	課程學習成果	B.書面報告 C.實作作品 D.自然探究與實作(特殊班相關課程)學習成果 E.社會探究活動(特殊班相關課程)學習成果
		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
P2	大學自辦檢測	面試、筆試

大學申請入學參採高中學習歷程資料完整版查詢系統

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

有參採「其他」校系查詢

申請入學 採計查詢系統

115學年度大學申請入學課程學習成果參採統計

項 目	參採科系組數(佔比%)
書面報告	1734 (84.96%)
實作作品	978 (47.92%)
自然科學領域探究與實作成果	697 (34.15%)
社會領域探究活動成果	596 (29.20%)

115學年度大學申請入學多元表現參採統計

項 目	參採科系組數(佔比%)
自主學習計畫與成果	1918 (86.9%)
特殊優良表現證明	1150 (52.1%)
社團活動經驗	1085 (49.2%)
競賽表現	852 (38.6%)
檢定證照	682 (30.9%)
服務學習經驗	583 (26.4%)
非修課紀錄之成果作品	498 (22.5%)
擔任幹部經驗	416 (18.9%)

學習歷程檔案對大學招生的功用

經由學生的學習歷程檔案
所呈現**過去**的**學習**軌跡，
去推知**未來**可能的**學習**潛力。

哪些大學最重視？

頂大以下的國立大學



「第一級」私大以上學校

2

學習歷程檔案該怎么做？

大學會想看到怎樣的學習歷程檔案？

課程學習成果呈現形式

學期綜整學習成果、專題報告

學習筆記

考試卷

講義

圖片、照片、影片

習作

學習單、報告

有特色的作業或成果報告

製作課程學習成果時，要注意什麼？

- ✓ 歷程性：要說明資料的目的與情境脈絡
- ✓ 統整性：資料統整方式，展現個人
要利用資料呈現格式來說明自我學習特色
- ✓ 工具性：運用資訊科技進行蒐集、
要用資訊軟體及科技來展示數位使用能力

要用AI工具嗎？



學習歷程(備審資料)的重要原則

若前30秒捉不住教授，

教授就不會給你後面的10分鐘。

以大學教授的觀點：

我們為什麼要錄取你？

能對作品用100字摘要嗎？

學習歷程應該重質而非重量

- 每一校系只能看**3個**「課程學習成果」。
- 高中三年只需要一份**好的**「自主學習計畫與成果」。
- 社團、幹部**規劃**過的活動，比參加過的活動重要。

當班長和社長哪個好？

給學生做學習成果的建議

可以往「在課程中我學習到什麼？」或「我有什麼提升學習效率的發現」等方向來撰寫。

比較學生在修習課程前後的差異(具體進步情形)。

學生可選擇他進步最多的數個科目來撰寫。

學習歷程的繳交方式：

- ▶ 可以從系統中高一至高三上學期已完成的學習成果去勾選需要的。
- ▶ 也開放高三重做一份完整的「學習歷程」資料上傳。

但...

萬一志向改了…

前面的努力就白費了嗎？

3

一些學習歷程檔案的實例

請簡要說明您的人格特質。

抗壓性強，具領導能力

我的抗壓性極強。高一參加班級征服合歡山東峰活動，當許多同學因空氣稀薄、坡道陡峭而萌生退意時，我仍不畏懼，堅持前行最終攻頂。

我身為班上唯一女生，在高三擔任班長^{*1}時，能有效帶領能力極強的同學，展現團隊合作的力量，從中能看出我的領導能力。像是：我參與發想及規劃科學班^{*2}成果發表會，並按每件作品的特性安排緊湊的發表流程、分配接待工作，創造附中史無前例的盛會，也讓三四百位來自全台各地的科學班，以及數理資優班的高中生交相稱讚不已。



您為什麼會對本系本組有興趣？

我雖以數學專長進入科學班，但高一在生物老師的帶領下做了多項解剖實驗、接觸了更多更
於研 具體說明過去的表現如何適合新志向 對規
劃，我向二時參加了陽明入學百選生物的課程，對陽明入學有一定的了解，故想申請具
學系科學家組。

為了進入醫學領域相關學系，您在高中階段有做什麼準備嗎？

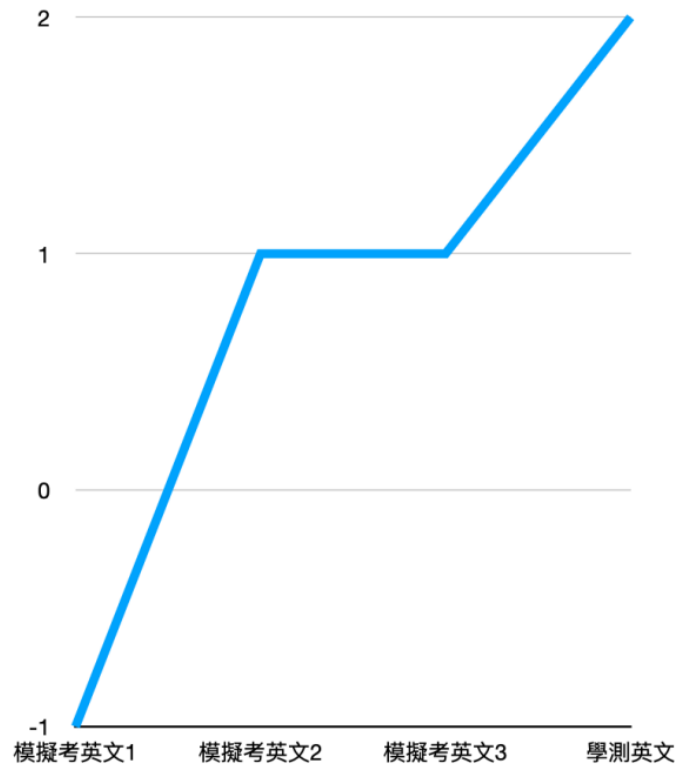
為了深入了解醫生的工作內容並確定自己的興趣，我在高三的寒假去台中興豐診所的服
務學 具體說明為了考取該科系所做的準備 因
應病 物
學，學習人體內的生物知識。此外，我也曾利用時間閱讀相關書籍，像是：《危險病毒、
AZ 疫苗、細胞老化的原因等；也看過相關書籍，如：《回家的路是這樣走的-無國界醫生在
葉門》、《一位外科醫師的修練》等。

學科能力的提升

英文級分與均標差

考試項目	級分與均標差
模擬考英文1	-1
模擬考英文2	1
模擬考英文3	1
學測英文	2

英文級分與均標差

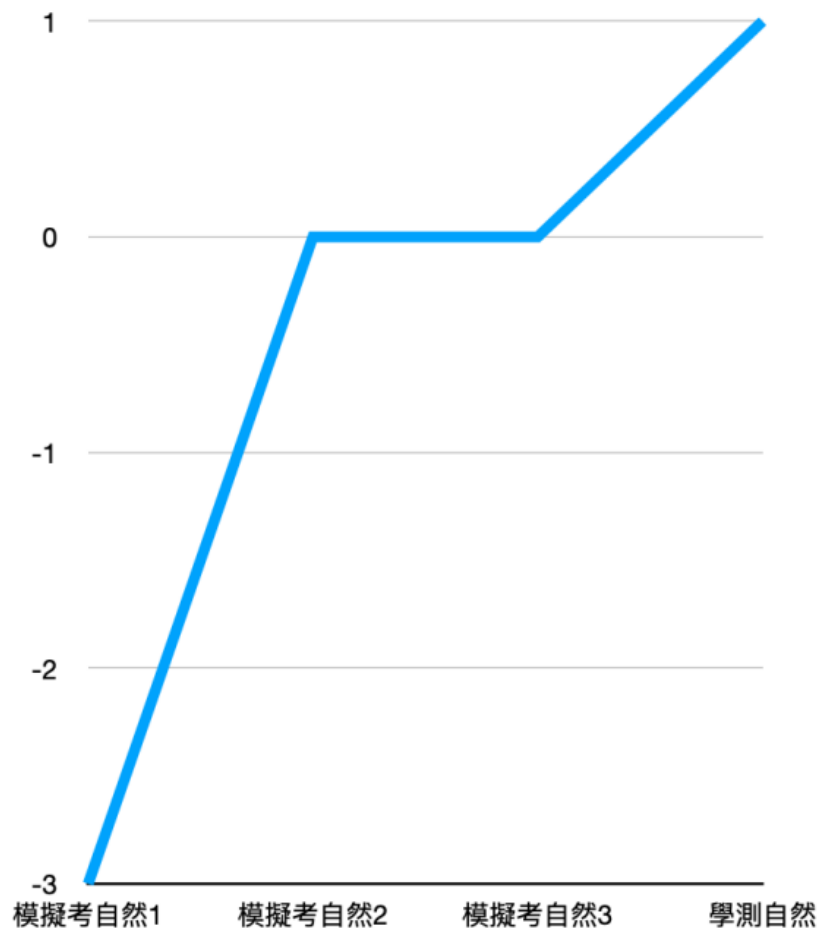


自然級分與前標差

考試項目	級分與前標差
模擬考自然1	-3
模擬考自然2	0
模擬考自然3	0
學測自然	1

工具性
統整性

自然級分與前標差



新北市立明德高級中學

110 學年度第一學期 自主學習計畫與成果

學號	810250	姓名	劉[REDACTED]	班級	606
座號	24	指導老師	陳育仁		

計畫目標：提升自己的段考成績。

說明：我並不是很用心地在讀書，高一段考草草帶過，高二時又發生了一些事，使得我段考成績退了下去。

但是我想踏出第一步，讓自己是「有規劃」地讀書，而不是像之前一樣，臨時抱佛腳，想看書才看。所以，我特別規劃了時間，那個時候該做什麼，就做什麼。

計畫心得與省思：

剛開始規劃時，很茫然，完全不知道如何下手，不過下課看到我們班的課表時，就有了初步的想法：「不如就像課表那樣編排吧！」。

於是，我利用禮拜五三、四節的自主學習時間，以及禮拜一、三的課外時間，按照各科目的性質，去安排了許多不同的課程，試圖提升我的成績。

不過實施時卻遇到了蠻多困難，比如我會分心、不想看之類的，當下真的很挫折，但我也並不氣餒，因為才剛做啊！堅持了一陣子，大概到第五周，漸漸地發現我已經習慣了在某個時間點看書後，之後幾周就安頓了一些，能夠好好照著計畫持續下去。

最後我也得到了該有的成果，我的學期成績進步了十幾分，同時顯現出擁有讀書計畫比起隨意翻看的效率好上不少！或許今後也能用這樣的方式，去幫助我在未來的路上走得更好！

100字摘要放這

壹、自主學習計畫目標與規劃期程

一、計畫目標：提升自己的段考成績。

二、計畫策略：安排好每周(一、三、五)的進度，以段考和預習為主，方便在老師上到我看過的內容時，能加深印象。

三、自主學習期程規劃(分別為每周一、三、五)：

週次	日期	自主學習內容	擬檢視具體成果
一	9/13~9/17	高一生物第一章、高三物理(波動、光及聲音)第一、二章、高一地科一~二章	生物、地科未完成
二	9/20~9/24	高一生物第二章、高三物理(波動、光及聲音)第二、三章、高三國文一~三課	國文未完成
三	9/27~10/1	高三化學(化學反應與平衡一)1-1~1-3、高一地科三~四章、高三英文 U1~U2 單字	化學未完成
四	10/4~10/8 四、五段考	高一生物第三章、高三物理(電磁現象一)第一章	完成
五	10/11~10/15	高三化學(化學反應與平衡一)1-3~1-5、高三物理(電磁現象一)第一章、高三國文四~六課	完成
六	10/18~10/22	高一生物第全、高三物理(電磁現象一)第二章、高三英文 U3~U4 單字	完成
七	10/25~10/29	高三化學(化學反應與平衡一)2-1~2-3、高三物理(電磁現象一)第二章、高三國文七~九課	完成

貳、自主學習成果

一、達成狀況：前期完成率差，到第五周時慢慢習慣，後期完成率高。對比之前的成績，進步幅度明顯，如下表：

段考	各學期段考平均				
	高一上學期	高一下學期	高二上學期	高一下學期	高三上學期
第一次	67.84	61.18	65.96	58.41	74.07
第二次	64.36	60.15	65.79	61.50	76.63
第三次	63.35	69.67	65.56	78.11	73.59

#1 各學期段考平均(四捨五入至小數點第二位)

66.40	65.50	68.50	67.80	76.70
-------	-------	-------	-------	-------

#2 各學期學期成績(四捨五入至小數點第二位)

平均進步幅度(與高三上學期相比)為

$$\sqrt[3]{\left(1 - \frac{65.50}{76.70}\right) \times \left(1 - \frac{68.50}{76.70}\right) \times \left(1 - \frac{67.80}{76.70}\right)} \times 100\% \approx 12.19\%$$

統整性

二、學習過程中的成長：

我發現看國文其實還不錯，有些故事蠻有趣的，讓我想去找完整的內容繼續看下去；英文也變得沒那麼討厭了，至少能背得下每課的單字；數學雖然和之前沒什麼變化，但是我找到了很多不同於以往的思路去解決問題，物理也是，之前不太會的力學，在我寫過「擺錘在磁場中的受力分析」…等題目後，越來越熟練！化學和物理也差不多，但就是不夠精熟，導致分數沒上去。

地科和生物，尤其是生物，從高一就在六十分上下，原因是因為「我不想背」，但當我照著規劃讀著，腦內就慢慢記起了相關的知識。在老師複習到題目時，稍微想一下就能知道答案，這種改變讓真的讓我非常地驚訝。

不是做不到，而是想不想去做！

三、反思：美中不足的是，進步的幅度並沒有達到預期，可能是因為英文、化學、國文完全沒進步。英文只有背單字，沒有針對文法和閱讀進行加強；化學有很多課，但是沒有讀熟，無法馬上想到考題背後的觀念；國文是因為作文上不去，這是我沒想到的情況。不過進步了12%也算不錯，不單只有成績進步，也要考慮過程中學習到的一切！如果下次要規劃，我一定要先請教該領域的專家，然後把所有可能的情况都先想一遍，增強自己不會的部分，勤加練習，最後的成果肯定能更好的。

參、對未來的影響

歷程性

這次的自主學習讓我知道，學習是有方法的。不再是看什麼記什麼，而是規劃好什麼，就去做什麼，這樣效率才會高，而且這個方式還可以用在其他方面，例如出遊、工作，亦或是人生，只要稍加計畫，也許就能獲得不錯的成績。

今後我會繼續嘗試，找到更適合自己的方法，應用在生活中！

肆、附錄

各科目段考成績(粗體為進步幅度明顯的科目)：

段考	國文				
	高一上學期	高一下學期	高二上學期	高一下學期	高三上學期
第一次	61.00	61.00	56.80	57.00	65.50
第二次	72.00	61.00	45.50	不考	68.70
第三次	70.00	66.00	51.20	不考	65.20

段考	英文				
	高一上學期	高一下學期	高二上學期	高一下學期	高三上學期
第一次	45.00	34.00	42.00	44.80	40.00
第二次	37.00	35.00	54.00	不考	43.00
第三次	46.00	43.00	47.00	不考	44.00

