

喬治高職學生學習檔案製作指導手冊

讓你的檔案

充滿回憶



進入理想的學校

目 錄

一、建立高中生個人學習檔案.....	2
二、高中學生學習檔案綱要.....	7
三、如何建構學習檔案.....	10
四、喬治高職簡介.....	16
五、自傳的寫法及範例.....	21
六、如何撰寫讀書計畫(包括近程、遠程計畫)	41
七、師長推薦函.....	56
八、學習成果.....	59
九、活動成果.....	60
十、榮譽榜.....	61
十一、獎狀.....	63
十二、證照.....	64
十三、繁星備審資料範本	

建立高中生個人學習檔案

長久以來，我們的教育體制、父母和老師都被智育所包圍，太過於注重 IQ，很多孩子就在這樣的環境中被犧牲了。而今日，「多元智能」的觀點正好讓我們可以重新學習看待每個孩子的長處，肯定每個孩子都有他〔她〕值得驕傲的一面，並給予充分的發展機會。

壹、多元智能與自主生涯

近年來大學推薦甄選、申請入學等多元管道相繼實施後，招生學校也開始重視學生各種學習表現紀錄，不再將學生的學習表現潛力與學科成績劃上等號。而學生學習經驗的表現與被瞭解，也應該被重視，學生其實是有行動力的在主動積極經營學習世界，學生參與社團與學生在學校生活中其它自發性活動的學習不應該被忽略貶抑。當強調學習的主體是學生本身，發現傳統的測驗與成績考察辦法已無法評量學生學習的全貌。因此發展多元的資料、多元的評量方式可能較能反應學生學習的全貌以及未來的學習潛能。

貳、個人學習檔案架構

基於以上的原因，建立個人學習檔案已經是刻不容緩的事情。而「多元學習資料」的意義包括：

1. 學生學習是多面、多元的
2. 可協助學生生涯規劃
3. 老師了解學生學習能力及成果
4. 可提供大學作為入學評量之參考資料

所以，一方面可以整理自己的學習歷程，另一方面則可以提前為推甄與申請入學做好準備，尤其是指「備審資料」。備審資料係指大學在辦理指定項目甄試時，供「推薦資料評審」計分或供「面試」及相關甄試項目評分參考資料內容（如師長推薦函、在校成績單、自傳及讀書計劃、成果作品、健康檢查表），依規定在甄試前一週以前限時掛號寄到。

同學們準備一本 A4 的資料夾，將備審資料夾整列，並美工做好封面。以下就是一份資料範例：

封面

目錄

自傳

讀書計畫

師長推薦函(略)

國中、國小萌芽期

擔任糾察隊

智育、段考成績第一名

高中黃金歲月

在校成績單

競試及實力測驗獎狀

社團及班級幹部證書

◎◎大學生活營之旅

高中生活剪影



參、學生學習檔案的內容

一、自傳內容

1. 家庭情形及成長、求學過程。
2. 你的個性、興趣、專長。
3. 在校的優良表現、幹部、社團經驗。
4. 報考本系的動機、對本系的興趣。
5. 你對未來大學四年的生涯規劃及對以後的志向、期許(分過去、未來)~要寫偉大點(從自傳中,教授們主要是想知道這個人到底有沒有潛力,有沒有規劃好自己的人生,過去所學所做的有沒有與該科系相關)

二、讀書計畫

1. 先選定一個校系,並附上該校系的簡介資料(包括特色、師資、課程、出路)
2. 再分三階段撰寫,即短程、中程、長程。內容可以包括以下重點:
 - *大學四年每年有何專業課程規劃(教授最重視)。
 - *社團(2~3個)生活規劃,希望參加那些社團?學到什麼?
 - *人際交往,個人成長目標。

三、競賽成果

1. 獎狀與幹部證明

自小到大的種種「獎狀」、「幹部證明」，不管是否與該學系有直接相關，都準備妥當。如果太多了，可分不同年代或種類分別整理或編號。

2. 結業證書

有自幼到大的「結業證書」處理方法同上。包括你參加過的夏令營證明、專業比賽證明等等。

四、成果作品集

1. 平面作品

平面作品集以視覺效果及美學取勝。舉凡繪畫、素描、平面設計、攝影作品、小說、新詩、作文等，都可以帶去。所以，自幼到大的「各類作品」，要設法保存。最好的方法就是「拍照存證」，方便攜帶，又是試時強而有力的證明。

2. 立體作品集

舉凡紙雕、模型、工藝作品、錄影帶、錄音帶、多媒體等都算是立體作品的一部份。立體作品的難度比起平面作品來說是更勝一籌，視覺效果也更搶眼。

3. 蒐集品與剪報

最重要的不是你帶什麼東西去，而是你對蒐集品的鑑賞、批判功力。蒐集品最好要與甄試科系的專業有關，比方說甄試機械系的人可以帶「汽車圖鑑」、名車模型這類的蒐集品。與甄試專業相關的蒐集品，比較容易獲得青睞。如果自己的剪報蒐集資料時間起始自遠古年代，會使你更具說服力，表示你自年幼以來就對該科系有濃厚的興趣。如果你剪報資料出於最近，會給人一種急就章、應付面試的感覺。但是總比「空手道」好啦。

肆、學生個人學習檔案範例

學生個人學習檔案對學生而言，是學生記錄自己的學生旅程與自主表達的空間，可包括他人對其旅程的評量、評語與回饋；對老師而言，它是學生表達自己各種可能的思想、感覺與作品的發展「區域」。而在學生個人學習檔案中，其主題意涵呈現不同的面向，其中有記錄自己學習旅程、自主表達、他人對其學習旅程之評量與評語、他人的回饋或是自己的覺察與反思...等。案例例舉如下：(取自選才通訊)

● 記錄自己的學習旅程

《案例 A-過去的點滴》

- ◎ 性別：女 年齡：18 綜合高中幼保科學生
- ◎ 檔案內容：成長經歷、家庭狀況、專長、最得意的事、最難忘的經驗
- ◎ 活動照片：國小第一次上台演出的實況國中就讀舞蹈實驗班的練習情況、參與童軍課程的活動照片、高中啦啦隊練習照片、參加兒童劇團演出及排練劇照
- ◎ 相關書面資料：國中舞蹈班學生成果發表會輯、高中參加社區青少年聯團考驗營手冊、高中演出兒童劇團之劇本及通訊
- ◎ 紀念物品：女童軍聯團大露營臂章、台灣省高級職業學校童軍社團聯合大露營臂章
- ◎ 貼近的補充：A 生對於活動照片有豐富的文字解說，並且命名為「過去的點滴」，在她所參加的兒童劇團演出劇本上，還可看到她在排練過程中所寫的註記。文字述說部份，有其成長經驗的真情告白

● 自主表達

《案例 B-灘釣高手》性別：男 年齡：16 歲 高一學生

- ◎ 檔案內容：有形的物品：釣魚竿、捲線器、魚線、海蟲、冰塊及冰桶等
- ◎ 書面資料：數本有關釣魚的書籍
- ◎ 貼近的補充：靠著觀察、自己的摸索和漁友切磋，身為漁具店小老闆的 B 生竟不知不覺的愛上「釣魚」，並以海洋大學水產養殖學系為其志願。B 生的學習點滴全都收錄在一只漁具袋和海天一色中。

● 他人對其學習旅程的評量

《案例 C-競賽成果、合格證書與我》

- ◎ 性別：女 年齡：16 歲 高中生
- ◎ 檔案內容：活動照片、國小五育優等、珠算心算檢定合格證書、鋼琴發表紀念及檢定合格證書、出國遊學證書
- ◎ 敘說：C 生說→我把相關照片都收集起來，雖然不是挺美的，但都是可以代表我能力的東西。
- ◎ 貼近的補充：這些競賽成果、合格證書等在 C 生心目中佔有重要的地位，她的學習檔案一一分門別類、自訂成一本保存，並慣用「個人事蹟」來稱呼。

● 他人的回饋

《案例 D-心靈點滴》

◎ 性別：男 年齡：16 歲 高中生

◎ 檔案內容：有形的物品(國小、國中的兩本畢業紀念冊)

◎ 敘說：D 生說→每當我心情沉悶時，總是會去翻這兩本冊子，回憶著那段年少輕狂的日子以及各奔前程的同學。「涓涓細水不因石而阻，真摯友情不因遠而疏」同學留給我的點點滴滴，常滋潤我心，成為我往前邁進的最大動力。

◎ 貼近的補充：D 生是位活潑善良，時刻為他人著想，對喜歡的事物有一份執著，這兩本畢業紀念冊，記錄著國小、國中時期友朋對他的情感及看法等，對 D 生的成長來說意義非凡。

● 自己的覺察與反思

《案例 E-幻的鍊》

◎ 性別：男 年齡：16 歲 高中生

◎ 檔案內容：有形的物品(一條缺了懷錶的鍊子)

◎ 敘說：E 生說→現在的我，已經逐漸在改進了，而這條鍊子則作為我每次粗心大意的警惕。

◎ 貼近的補充：E 生從小就是個過動兒，不僅一分鐘也停不下來，更常粗心大意、忘東忘西，尤其是手錶不知道掉了多少隻，想當然爾這條鍊子的懷錶也早已不知去向，E 生至今還留著它，據他說是睹物思過、時而省之。

伍、真情相對～ 做自己的主人

身為活動探究主體的高中同學們，你剛開始可能會對「學生個人學習檔案」的活動有茫茫然的感覺，因為沒有限定的格式，實在讓大家有點傷腦筋、不知所措、有壓力、費時、有趣、抽象.....等感受。然而，相信在老師們的引導下，所營造出開放的空間，可以讓大家試著探索不同方面的表現，並自編、自導、自演完成表達「WHO AM I」的獨特展現。

(資料來源：清水高中郭芳妙老師”建立高中生個人學習檔案”及選才通訊)

高中學生學習檔案綱要

- 封面設計：學生自行發揮創意，檔案名稱自行訂定
- 首 頁：包含學生自我介紹、照片
- 內頁規格：以 A4 活頁紙編輯，方便閱讀及抽換資料。加入美編 可突顯美觀、生動有活力
- 目 錄：類別項目依序編號

壹、我的故事

- 一、 簡歷（個人基本資料）--追求平凡中的不平
- 二、 自傳（中英文、成長記錄、生活照）--成長只有一次，好好把握
- 三、 成績證明（學習績優記錄）--凡走過必留下足跡，學業成績與專業有關之證明、各項競賽、績優表揚、記功嘉獎等

貳、築夢踏實

- 一、 讀書計畫（近、中、遠程）--機會只留給準備好的人
近程—入學前準備
中程—大學時代
遠程—畢業後之規劃
- 二、 讀書動機與願景

參、榮譽事蹟

- 一、 服務經驗—經驗是邁向成功的基礎
- 二、 淺談獎狀（專長表現）--創造力+反省力=競爭力
- 三、 擁有證照（含各類當選證書、活動證明、幹部服務證明、競賽獎狀等）
--萬貫家財不如一技在身

肆、作品大觀

- 一、 讀書心得—具備自我省思、評鑑的能力
- 二、 佳文賞析（作品集）
- 三、 其他—作文、書面報告、實驗報告、校外教學參觀筆記、反省日記、獎狀、美術作品、海報、表演活動照片等

伍、未來展望

封面

給自己的學習檔案取個有個性、獨特的、吸引人或自己喜愛的名字，如"

小歌德的學習體驗 "、" 柯南的個人學習事件簿 "、" 小丸子的學習生活點滴 ".....等當做標題，再加上漂亮的插圖、花邊，註明作者、指導老師、製作日期，就是一張完整的封面。你可以用電腦彩繪，也可以運用自己的巧手來製作與眾不同的封面。



目 錄

一、學校簡介.....	1
二、自傳.....	2
三、履歷.....	3
四、讀書計畫(包括近程、遠程計畫).....	4
五、成績考查.....	5
六、獎狀.....	7
七、證照.....	10
八、參與活動(所有活動簡介及心得感想)	11
九、社團認證.....	18
十、學習心得(作文、各項報告).....	21
十一、讀書心得.....	30
十二、老師的話.....	36
十三、製作檔案心得.....	38

升學輔導--如何建構學習檔案

學生學習檔案夾的製作與應用

東吳大學師資培育中心主任 何希慧 92.10.8

一、為什麼要製作檔案夾

二、學生學習檔案夾的製作要點

- (一)學習檔案的型式：內頁資料以 A4 大小為限，裝在 A4 的活頁套夾。
- (二)利用活頁套夾，便利資料增加(減)之抽換調整。
- (三)每件資料必須依類別分別依序編號
- (四)每件資料除大小超過 A4 規格，不易折疊可用影印本外，其餘以正本為宜。
- (五)學習紀錄中畢業與專業證書應附成績紀錄，以供分析評比參考。
- (六)學習經歷還包括學習單、考卷、小組或個人報告、個人特殊才藝紀錄與實品、讀書心得報告、實驗成果、。
- (七)成長紀錄中，社團、社區服務等義務工作，應有實際參加紀錄，及成果表現紀錄。
- (八)參加各項比賽或學術性的研討會，除邀請函外，應有出席紀錄、或論文發表、或比賽及果之資料。
- (九)在學校表現績優紀錄，除有書面文字紀錄外，另可將記功或實質表現的事蹟呈現出來。
- (十)文章發表學校刊物發表紀錄。
- (十一)其他事項：列舉單位放置在檔案最後。
- (十二)檔案最後應有分析表，記載檔案資料中無法列舉事項，例如：通知單，邀請函等必須註明實際出席參加之佐證資料。(分析表可依個人專業需求而設計)。

(十三) 檔案資料應具有學習或學習專業的代表性文件，不必要的資料堆積即失其意義。

(十四) 每份存放的資料要記得寫下日期。

(十五) 放入檔案夾的資料都要寫下存放的理由。

三．檔案編輯時的注意事項

在編排的技巧上，可以依如下的方式進行，首先製作一張清楚的目錄列出內容名稱與所在頁數，內容編排上綜合專家的意見（Brown&Irby, 1997；Campbell et al., 1997）大致為：

(一) 序言：不超過一頁，簡要的解釋檔案的內容向度與資料收集的過程、目的、檔案組織的原則等。

(二) 傳統的文件：將一些傳統而重要的文件，清楚的標示置於檔案的前面，如：履歷表、自我簡述、作品、推薦函、學習回饋單、各式證書、成績單、優勢能力、專長…等。

(三) 未來的學習計劃（3年）：從檔案資料中自我評量、自我省思需要增進的能力、學習的規劃、或所要追求的理想、目標等。

(四) 檔案主題資料：在每個主題呈現前都有一頁用以註明主題的編號與名稱、主題的界定標準、釋義、與該主題項下所含的內容名稱；其中釋義的目的在於讓讀者了解你將這些資料置入此主題的理由，所以內容撰寫不妨採用「五W」的問句架構內容，在釋義中整體的說明資料內容所涵蓋的對象、發生的時間、地點、什麼事件？我為什麼將這些內容納入此主題，我如何進行此主題的研究？說明我的目標與期待等，字數以不超過一頁為宜。而每筆資料前頁最好也能標示資料的來源、日期、並簡要的說明置於此主題的理由。如果能清楚的界定每個主題的標準與意義，確實有助於選出符合此標準的文件資料，使資料有效的用以展現你的專業能力。

四・檔案的評鑑

最後你需要回答如下的問題，作為學習檔案完成前自我的評量：

- (一)・我所列出的主題是否能反映出學習成就與能力？
- (二)・資料合乎所歸類的主題標準且具有代表性嗎？
- (三)・由檔案可看出我特殊學習專長與能力的成長嗎？
- (四)・有否用表格、圖示或大綱清楚說明檔案中的內容，讓讀者易於閱讀？
- (五)・是否具有創意？

以上檔案的理論與實務說明，希望能激發讀者進行檔案規劃、製作與展現的靈感或動機，更期盼在學的同儕均能開始動動腦，構設屬於自己風格的檔案。

學生所建立之學習檔案基本模式供參考：

- (一)目錄：分類分項編號列舉
- (二)學習紀錄
- (三)經歷紀錄
- (四)成長紀錄：
 - 1. 參加社團紀錄
 - 2. 參加社會服務工作或社區工作
 - 3. 擔任義務工作
 - 4. 參加研討會
- (五)工作績優紀錄：包括各項競賽，績優表揚，記功嘉獎等。
- (六)發表紀錄：研究報告、發表論文與他人共同研究成果。
- (七)其他事項：無法涵蓋上述之資料，均可列入。

五、 學生學習檔案管理 (中外學者對學習檔案的看法)

- &、它能讓同學瞭解學習各方面情況，從而判斷學習的品質、水準、優缺點、和問題等。傳統的教學評量常以紙筆測驗的方式進行，雖然快速便捷，卻也被批評是使學生淪為考試機器的媒介物，近十年來，學習檔案已成為最新的衡量學生表現方式(陳聖謨，民 87)。
- &、學習檔案評量是有目的地將學生的學習歷程、心得、摘要及個人自我反省等證據收集、記錄，它不光是一堆檔案，而是一種有目標、有用途的資料文件，是最能反應學生真實表現的評量方式(湯清二，民 86)。
- &、Paulson, Paulson, Meyer(1991)認為學習檔案是有目的地蒐集學生作品，用以展現學生的努力、進步和成就，也讓學生共同參與放入內容、決定作品選擇和評斷標準的過程，並包含學生自我反省的證據(吳毓瑩，民 87)。
- &、國外學者 Hart(1994)提出的學習檔案藍圖包含元件有：軼事記錄、反省性文章、同儕評審、錄影帶、照片、書面文字、會議記錄、小組報告、電腦報表、畫圖和表格、流程圖、藝術作品、圖形素描、草稿、錄音帶。
- &、余民寧(民 84)指出學習檔案是用來顯示學習成就或持續進步訊息的一連串表現、作品、評量結果和其他相關記錄等的彙集，不僅收集學生作品檔案夾，更具意義地收集學生邁向重要課程目標之成長與發展方面的相關作品樣本。
- &、陳聖謨(民 87)也指出學習檔案是個人長期性學習成果與學習心得的專輯，用以展現個體在某方面學習的努力、進步與成就情形。
- &、歐用生(民 87)認為學習檔案應該具備的內容元件有：評量學習過程的觀察印象評量表、評量學習結果的作品及測驗結果、評量人際關係能力的角色扮演評量表、評量處理事情能力的模擬演練評量表、記錄軼事的個人重要大事摘要、評量情意成果與學習困難診斷的晤談記錄等。
- &、因此，教師應該與學生共同合作的情況下，有目的地蒐集學生的作品，以提高教和學的效果反應學生學習成效，或作為監督並稽核教師工作績效的工具。

學習檔案自評表 自評人：

規準	項目	標準					建議事項
		超級 棒	很用 心	還不 錯	還可 以	再加 油	
連續性	檔案內容是否經一段時間蒐集而成。						
價值性	檔案內容是否具有保存價值。						
選擇性	檔案內容是否經過選擇而具有目的性						
真實性	檔案內容所呈現的事證是否具有真實性。						
反省性	檔案內容是否具備自我省思的成份。						
個別性	檔案內容是否顯現個人獨特的知識與能力。						
分享性	檔案內容是否具有與人分享的價值。						
系統性	檔案內容的呈現與組織是否具有系統性。						
發展性	檔案內容是否具有發展與成長的參考價值。						
美觀性	檔案內容是否具有美化的封面或目錄。						
省 思 心 語							

學習檔案回饋單

檔案主人：

@ 在您的檔案中，我最喜歡的的地方是

因為

@ 我注意到您的檔案中最特別的地方是

因為

@ 我認為您檔案中最好的地方是

因為

@ 我從您這裡學到了

@ 我想給您的一些建議是

回饋日期： 年 月 日

回饋人簽名：

我的成長園地—喬治高級工商職業學校



壹、前言

首先，在介紹我自己之前，先談談我所就讀的學校—「喬治高級工商職業學校」。在創辦人俞浩然先生本著春風化雨的理想與抱負，並響應政府鼓勵私人興學的號召，於民國四十六年九月創立「喬治中學」，並蒙教育主管當局青睞，獲選為綜合高中試辦學校。

喬治在台灣倏忽五十二年，默默的在教育田野中耕耘，為國家培養了許多基層的工商人才，當然，隨著時代的進步，我也感受到學校也不斷地在蛻變、成長。從創校的初中、高中部，到今日的全方位高級技職學校以及綜合高中，發展計劃一如預期地逐步實現。目前喬治是全國最多元化的學校，六個職業類科—資訊、美容、餐飲、觀光、電影電視、表演藝術，涵蓋了工、商、家事、藝術等四大類，再加上新成立的綜合高中，學制更包括了日間部、夜間部、補校、實用技能班、特殊教育班、國中高職合作技藝班、成人教育班等等。我們的老師們也當然是多才多藝；學生除了接受專業的傳授外，老師們更要求是「敬業、知足、感恩、多做事、少說話」。喬治的綜合高中在全校教職員的關愛中誕生，多少的籌備，用心的規劃，再加上大家無怨無悔的付出，讓我們的綜合高中從基本理念中往外延伸，豐富實用的必修課程，包含資訊應用、美容、電影電視、餐飲管理、表演藝術、觀光旅遊等六種職業學程，校內堅強的專業師資陣容，加上超群絕倫的完善設備，成為培養廿一世紀健全國民的搖籃。目前學校有餐飲科、觀光科、影藝科、美容科。



貳、本校特色

在喬治求學的這段時間裡，不論是日常課程當中，或是生活常規等，都讓我感受到在喬治的學習是收穫滿滿的，以下就喬治給我的感覺，一一說明喬治的特色：

- 1、績優辦學，屢獲表揚，
- 2、師資優良，嚴管勤教，
- 3、文風鼎盛，交通便利，
- 4、科系豐富，工商家藝，
- 5、升學就業，人才輩出，
- 6、國家考場，證照一身。

參、設備

另一方面，雖然喬治校區並不是非常的大，可是卻提供給我們充足的學習空間，以及一流的軟硬體設施，例如：活動中心、圖書館、實習場所、餐廳、室外水泥籃球場、運動場等。

值得一提的是喬治備有專業「考照設備」，讓我們能夠模擬國家級的考照方式，厚植我們在專業領域上的發展，包括：

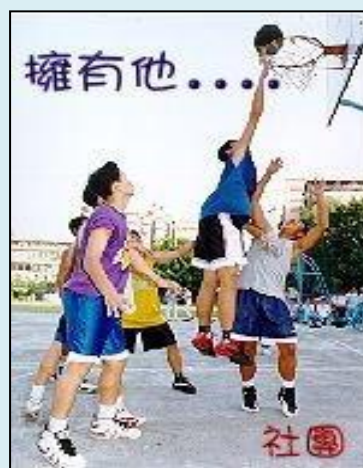
- 1、國家合格美容丙級證照考場
- 2、國家合格女子美髮丙級證照考場
- 3、國家合格電腦軟體設計丙級考場
- 4、國家合格電腦軟體應用丙級證照考場
- 5、國家合格中餐烹調丙級證照考場
- 6、國家合格美容乙級證照考場
- 7、國家合格女子美髮乙級證照考場
- 8、美輪美奐調酒教室及國家合格丙級調酒考場



肆、社團

在課業之餘，社團是讓我們能夠學到課本以外知識的重要活動。因此學校為培養身心健全、五育均衡之現代青年，特於每週五下午排定「社團活動」。邀請學者、專家做專題演講，或安排學生實施校外參觀學習，或舉辦登山郊遊活動，擁抱山水親近大自然；此一教學活動擴增了學生的胸懷，開拓了我的視野，甚受歡迎、家長肯定，更為國家培育了本世紀健全國民。

學校的社團－音樂類：吉他研習社、卡拉OK研習社、外語歌曲研習社；技藝類：蔬菜果雕研習社、中西點研習社、酒保研習社、刺繡研習社、手工藝研習社、紙雕研習社；運動類：跆拳道社、羽球社、滑板研習社、直排輪研習社、國術研習社；休閒類：棋藝研習社、電腦與生活研習社、瘦身研習社；宗教類：團契研習社、培養進取的新好國民。此外，學校更突破傳統社團型態，將全校同學納入社團編組；共規劃了三十個不同類型之社團，供學生依個人興趣加以選擇，使得個人潛力得以充分發掘，教育成效卓著，甚得各方讚許。



伍、小結

喬治是一所言教、身教、境教、制教合一的學校；有教無類，因材施教，長久以來一直是喬治所堅持的教育理念，也將是未來治學不變的原則；在此一治學理念下，每一位教師皆將學生視如己出，以慈母般的愛心，園丁般的耐心，傳教士般的熱忱，聖哲般的胸襟，循循善誘地灌溉每株幼苗，提供溫馨的園地，讓莘莘學子能愉快且健全地成長、茁壯。校方為因應社會的變遷，掌握時代的脈動，已具體實施了多項教育改革。更依循學生志向及社會需求，開設各類課程，期許學生在求學過程中，能了解為何而學，學為何用？學習如何去學習？所以它不是一所製造升學的機器，它尊重學生的自主權，施予個別輔導，引導學生適性發展，更著重人格教育，培養「感恩，惜福」的情操，以全人教育為依歸，故進入喬治。在生活上：學校與家庭密切連繫，讓學生得到最好照顧，多元化的社團活動，讓學生得以開拓視野。在學業上：豐富且實用的課程，活潑且生動的教學方式讓學生真正學得一技之長。完善的硬體設備、優良的師資陣容，為提供學生有更專業的學習環境，學校不惜斥資三億多元，建造更優良的專業教學大樓，提供更多元的學習空間。教育無它，唯有言教與愛，此一理念在喬治發揮得淋漓盡致。



學習檔案標題範例



自傳

一般來說，自傳不外乎

- (1) 家庭生活、
- (2) 求學經過、
- (3) 專長與興趣、
- (4) 社團幹部心得、
- (5) 影響最深的人或事、
- (6) 報考動機、
- (7) 讀書計畫、
- (8) 生涯規劃、
- (9) 自我批評。

以上九項並非一定都要放入，可以自行斟酌取捨。但是有些學校會規定自傳的字數（大約 600 至 1500 字），所以可以特殊優良事蹟、榮譽、成就、學術性研究、專業技能等之呈現為先，但是在文字處理上宜簡潔有力，不需太多著墨。一般來說最好可以用電腦作文書處理，但若是學校要求以 600 字稿紙親筆書寫，請同學務必保持書面乾淨整潔，勿有龍飛鳳舞之錯別字或塗塗改改之行為。另外最後相關資料還是要整理做成備審資料之一，以備面試時提供佐證。

自傳的寫法

自知乃知識之基石」—首先，我們要談的是「自傳」的寫法。

寫自傳是每位高三學生參加大學推甄考試的必備基本能力，但並非每個人都能在自傳中適當（不過分溢美或謙虛）地表現自我，或介紹自己的求學歷程、性向和志趣。不錯，「自傳」本無定格，但一篇完整的自傳不僅令人印象深刻，更能讓你從眾多的競爭者中脫穎而出，達到「毛遂自薦」的最佳效果。所以，我們就從寫好自傳開始上路吧！

自傳 針對要報考大學的高三學生而言，一份完整的自傳可包括下列幾項要點：

(1) 身世和出生地點：

簡單敘述自己的祖父母、父母、兄弟、姊妹，並將家世淵源介紹一番，如果祖先中有特殊成就者更可特別提出介紹，以祖先的成就來顯示自己的家風，表明自己繼遺緒的擔當，也可作為自己人格、品行的附帶保證。

(2) 家庭狀況：

介紹家庭生活的情況，包括所有一起生活的家人的年齡、職業以及大家相處的情況，或提及家中的經濟情形。

(3) 求學過程：

此段文字著墨要多。敘述自己求學的情形、讀書的態度，受過那位老師的啟蒙、肄（畢）業於那些學校、有什麼特殊、優良的事蹟、或曾得過的頭銜、榮譽，曾參加什麼比賽得了獎、主辦過什麼活動、當過什麼幹部，對外的檢定及格等，皆可一一介紹。此部分主要是自信而誠懇地談談自己人生的歷鍊，藉此肯定自己，表現自己。

(4) 影響你最深的人或事：

把「重要的轉捩點」敘述出來。不管是嚴肅的或趣味的，只要是烙印在心中無法磨滅的深刻印象——「如何影響你的人生觀」、「如何指引你未來的路」、「如何才有今日的你」。這是一種「飲水思源」式的感恩思考。

(5) 自我批評：

談談自己的個性、興趣、專長或宗教信仰，優點、缺點都要說明。

(6) 將來抱負：

針對自己所要報考的科系，將你的瞭解程度、心得、看法，加以分析或論述，使對方知道你對於日後所要就讀的科系有清楚的了解與認識，並有潛力繼續發展自己的志趣，從而建立對你的信心而優先錄取。

(7) 其他補充：

上敘六項要點有說明不完整之處的補充。最後，同學們在措辭上應把握「不卑不亢」的原則，非具備的才能絕不可杜撰或欺騙，以免在口試面談時露出馬腳，徒然貽笑大方，反而弄巧成拙。現在是個「自我展現」的時代，也不要吝於繳出自己漂亮的成績單，好好地尋找你下一個人生的旅程吧！

履 歷 表

姓 名		性 別		血 型	
出生日期		體 重		身 高	
籍 貫		已 婚 否		電 話	住宅： 手機：
現在住址					
永久地址					
學 歷	1、				
經 歷	1、				
簡 要 自 述					

履 歷 表

一、基本資料：

姓名：黃○○	性別：男	照片
出生年月日：80/03/06	身份證字號：Fxxxxxxxx	
聯絡電話：02-27386515	手機：0980-xxxxxx	
最高學歷：台北市喬治高級工商職業學校		
通訊地址：台北市基隆路二段 155 號		
永久地址：台北市基隆路二段 155 號		
E-mail：gv@tp.edu.tw		

二、我的學經歷：

(一) 主要學歷

	學校名稱	院系科別	修業起訖年月
1	台北喬治高級工商職業學校	XX 科	2007 / 9~2009 / 6
2	台北縣立自強國中	普通班	2005 / 9~2007 / 6
3	台北縣立林口國小	普通班	1999 / 9~2005 / 6
4	台北縣民治幼稚園	小班、大班	1997 / 9~1999 / 6

(二) 服務經歷

	服務機關團體	職稱	起訖年月
1.	台北市北投國小	實習老師	2007 / 7~2008 / 6
2.	台北市士林國小	服務志工	2007 / 10~2008 / 6
3.	台北市師大附小	營隊帶領者	2008 / 5
4.	台北市萬華國小	說故事輔導老師	2008 / 4
5.	台北市陳氏文教機構	班級輔導員	2008 / 4
6.	統一企業公司	銷售員	2008 / 4

簡
述

在國小、國中到高中的階段中，我一直接觸到小老師這個輔助老師的職務。於我的功課不錯，對人的態度也很誠懇，所以同學們都願意和我分享他們在課業甚至家庭和感情上的困難。因為和同學之間常有著意見上的交流，慢地累積了我的經驗，讓我懂得如何打開別人的心房，如何傾聽對方的想法，如何和他們一起找尋解決的潛在團體中，我積極地把我的服務熱忱傳遞給需要的人。在這樣的過程中，我開始了解自己在這方面能力的特質，發掘了我對教學及輔導的樂趣。

自傳 - 關於我自己

這邊寫的是我的自傳
預備在推甄的時候要用的 ^ ^ |||
(不妨做個參考.....)

自傳

座右銘

「在哪跌倒，就在哪站起來」一直是自己警惕在心的標語，就因為自己做事常常粗心大意、有頭無尾而使事情無法順利的成功。故，每當自己做事情時，便以此句提醒自己，將錯誤發生的機會減到最低，假使失敗的話，也要找出問題，馬上思考解決的方式，將問題解決。

成長背景

我出生在一個感情小為融洽的家庭，除了我，家中尚有爸媽，大我三歲的哥哥，以及在我國二時出生的弟弟。大家的互動在我看來頗為良好。哥哥與我，時常會在家中與爸媽談論在學校中發生的趣事，以及向爸媽請教在課業上遇到的問題！在爸爸跟媽媽都說過一句話：「成績好壞不是很重要，重要的是你的努力是否為自己？」雖然我在班上成績還算可以，但我一直遵守謹記他們說過的這句話。

求學經歷

在學校上專業科目的實習課時，我都非常高興。雖然不能每次都一次就OK，但是將實習成功做出來的這項成就卻讓自己有莫大的榮譽感。這份榮譽感也逐漸地增加自己對實習熱忱。在課堂上，我學習到實習中所需的專業知識以及各項理論，這讓我對能夠進一步的了解，我是在實習什麼，也夠加深我對這方面的知識！我會選擇目前的科系，是因為在國中時看到哥哥的同學在做作業，看見他桌上的那些電子零件，隨之就問了他們所讀的是什麼科系，得知是〈電子科〉後，我便對此產生濃厚的興趣。

個人成就與身心的成長

高二的時候，曾經參加「台北市網界博覽會」的比賽，在比賽的過程中，我學習到分工合作的重要，就像是綠葉陪襯鮮花，如果沒有了綠葉，想必鮮花也會減少幾分的美麗，在團隊中也是同樣的道理，雖然每個人都是一個不起眼的小人物，但大家卻是一體的，少了哪一個都不行。

個性及優缺點

認為自己的缺點是話多、優柔寡斷、做事虎頭蛇尾。而優點是對人體貼、善解人意。不過有時會讓將班上的同學的優點記下來，使自己慢慢矯正缺點，學習同學的優點。

特殊才能及興趣

從國小接觸了電腦後，便喜歡上了電腦，自此開始探索電腦的軟硬體構造、知識、及使用。由於這樣的習慣以及經歷，使得我電腦方面的知識比班上其他的同學豐富，故我就成了同學們的電腦維修人員。到現在我依然從網路上擷取我所需要的知識。而目前正在學習VB，PHP，以及C語言。

當然我不是只有這項興趣兼特殊才能，我的另一項興趣是排球，上了高中後就迷上了排球，每天放學固定到學校的排球場去打2到2個半小時的排球，以紓解課業上的壓力及不愉快的心情。

生涯規劃

由於自己最大的興趣是在電腦資訊方面，而自己所學又恰巧是這方面，所以希望自己將來能夠走向與電腦產業有關的職業，例如：程式設計師、網管人員。••等的。

自 傳

一、家庭生活

家庭概況：出生於台北的我，在家中排行最小，在我上面還有一個姊姊，父親是水電工，幾乎每天都要去工作，媽媽則是在藥局上班貼補家用。由於父母的勤儉持家，姊姊與我便更努力的唸書求上進，才不辜負父母的辛苦。

人格養成過程：當我出生後，父母因為工作忙碌的關係，把我託付祖母養育，直到我七歲時才將我接回撫養，也因為這樣，父母對我的關懷比較少，只要自己出了點差錯，馬上會受到父母嚴厲的責罵，因此培養了我謹慎、獨立的個性。

成長動力：祖母是我成長過程中的動力來源。從小時候到現在，我曾多次聽祖母述說她的故事。和祖父結婚後，遭受到許多的逆境，因祖父的賭性而把家庭放著不管，六個小孩都是靠著祖母做兩倍工作賺來的錢所帶大的。不但沒有丈夫的幫忙，還有個找麻煩的婆婆時常莫名其妙的責打她。而辛苦養育的六個小孩，在其成長過程中有幾位還以叛逆作為回應，其中一位因為不聽話，走歪了路而結束寶貴的生命，還好另外五位至今了解到母親養育之恩，知道應及時回報。現在祖母最盼望的兩個人就是我和表哥，因為我們是一同受到祖母的細心照料長大的，因此我們不但不能學壞，也不能夠賭，更要孝順祖母。

治家格言：小時候說話常使父母不高興，於是父親便要求我在說話之前先用頭腦想一遍再說，而我也謹記在心。

二、求學過程

國小時，媽媽讓我和姊姊去參加心算才藝班以及到何嘉仁美語學習英語，也曾經讓我們參加跆拳道。學習心算，對我們往後做運算很有幫助，而美語的學習也讓我們認識到許多的單字和片語，更敢於開口說英語。

上了國中，因為學習過心算，對於數學運算方面比較快速，而英文方面也較容易進入狀況，對於體育方面自己也很有興趣。國中時期並沒有花許多時間在課本上，因此接連在高中及五專聯考中失意，於是在高職聯招前努力地臨時抱佛腳，終於考上@@@。

就因為這樣的挫折經驗，進入高職後，我下定決心要認真學習，使自己的成績名列前茅，加上老師、同學的鼓勵，使我更堅定信心，於往後的日子裡都將全力以赴。

三、服務學習

班級幹部：高職生活中我擔任過總務股長，從中學習到了如何管理錢財，如何統整管理，以及收支的記帳，讓班上同學了解每一筆錢花在什麼地方上，以及班費的管理情形。因為字體工整，亦曾擔任學藝股長，學會獨立收齊作業，寫教室日誌，曾受到教務處的獎勵。因為我國小時曾接觸過英文，對英文比較不那麼陌生，高二時被推選為英文小老師，使我對英文方面更盡力去充實。這學期也受選為優良學生，這是我

有史以來第一次當優良學生，自己必須隨時地注意自己言行是否有不當的地方，來完成這個使命，才能成為同學的楷模。

競賽經驗：自己曾受老師指派參加兩次書法競賽，雖然並無得到理想名次，但在參賽的過程中獲得不少成長經驗，算是很難得。

四、自我評價

興趣：我的興趣很多，而每個興趣也都有來自有因。

- 五子棋：訓練思考，從下棋中亦獲得成就感。
- 騎腳踏車：可訓練腳力，也讓我多認識幾條路，並享受騎乘的樂趣。
- 籃球：可鍛鍊體力，也能測試自己的能力以及和隊友間的團隊默契。
- 除了以上的興趣外，有關運動、電腦的硬體和軟體…等，都是我的興趣之一。

努力方向：高科技時代的來臨，使得世界各國不得不相互競爭，而高科技不但要仰賴精密的電子儀器，更要積極培育高科技人才。因此我希望在大學中不斷充實基礎理論知識和專業技能，並學習電腦程式的應用與設計，以及外語方面的能力，將所學融會貫通，以能發揮貢獻。



自傳範例一

我姓@@，名@@@@，（這真的是我的本名!!），出生於1990年4月24日，是興趣廣泛、創意十足、有個人風格、樂於助人、頭腦敏銳的水瓶座女生。在一個經濟狀況平平卻很溫暖的家庭裡長大，父親目前在大陸做有關建材的工作，使我也有機會看一些室內設計的書籍。母親在一家私人公司擔任會計，現在家裡的經濟來源都是靠母親一人支撐。尚有一個目前就讀永春高中的哥哥，雖然我跟他常常吵架，但我們有時還是會一起分享學校生活中的趣事和心得。自小母親對我的管教是採比較民主

式的，我們不但是母女還是可以談心事的好朋友，對我現在價值觀和個性有很大的影響。雖然父親對我的管教較嚴厲，但其實我也知道他只是求好心切。

雖然我是一個看起來弱不禁風的小女生，但其實從小我就運動很有興趣，**桌球**跟**籃球**更是我的最愛！父親為了我在頂樓特別定製了一個籃球框，小學五六年級時，我幾乎是天天一放學回家就上頂樓打籃球，我很享受那種運動過後通體舒暢的感覺。後來參加我的母校-光復國小的三對三籃球賽，我很幸運的得了第4名。那真是我光榮的

回憶。如今，我已經生上了高中，我仍保持著天天在學校打籃球的習慣，籃球已經成為我生活中一項不可或缺的休閒運動了。除了運動打球以外，我也喜歡閱讀一些課外的書籍，除了一般年輕人都愛看的網路小說和漫畫，我也喜歡看一些媽媽說可以「增加氣質提升個人修養」的書，例如：劉墉、子敏、李家同、杏林子、琦君、吳淡如、吳若權等等都是我喜歡的作家喔。

國小畢業後，我選擇跟哥哥一樣的仁愛國中，因為距離家裡並不近，而且又不能還像個小孩子一樣要求爸媽天天都接送，因次我從國一開始到現在都是自己坐公車上下學。國中時擔任過**班長**、**副班長**、**康樂股長**等。從中學學習到如何做個優秀的領導者，而且也學到如何做好工作分配，不是讓自己累死。擔任文化股長時，我從做教室佈置跟壁報時，更瞭解到分工合作的重要。

參加過「化腐朽為神奇作品創作」比賽，雖然只得到入選獎，但我卻學到了如何把資源做到最大的利用。因為母親的鼓勵，我參加了學校的演講比賽，雖沒得名但是一次很寶貴的經驗。後來被「得勝課程」的老師選做代表演講，還被頒發獎狀呢！因為喜歡服務的工作所以我參加了「女童軍團」跟著團去露營，學習如何野外求生、如何搭帳棚、如何炊事等。還去參加了各項服務活動，如元旦升旗、國慶日、學校的畢業典禮。



國中畢業後，我選擇了公立高工裡最優的@@@高工，憑著國中當過班長的經驗再度擔任上**班長**，而我也開始體會到國中和高中有哪裡不同，國中雖做班長但很多事情仍是由導師處理。高中不一樣，班上的大小事情都由班長處理，老師不管的。我又多學到了很多經驗，尤其是碰到問題時如何冷靜處理，由於同學都覺得我做事認真負責，跟同學之間也相處的不錯，我不但高票當選班上的禮儀楷模，更連任了第2屆的班長。在我的帶領下，我們班參加了各種的比賽，像是運動項目的籃球、排球、接力，文科方面的書法、朗讀、辯論等，雖然不是樣樣都有漂亮的成績，但我跟他們都學會「志在參加不在得名」從這些經驗累積中成長。我個人也參加過不少比賽，像是字音字型比賽，百米賽跑，籃球和排球等。此外，我還參加了「**服少團**」，甚至開始去圖書館坐義工，學習為學校及社會盡一點小小的心力。

我喜歡參觀各種展覽，像是美術館、故宮博物院、科博館、歷史博物館、袖珍博物館等，都是我喜歡去的地方。印象最深刻的是袖珍博物館，裡面有很多精緻的作品雖然小但是卻令我愛不釋手，小小的作品裡卻有無限的創意，使我更家嚮往室內設計的工作。加上父親的工作與建築也有關係，更推薦我也走跟建築相關的科系。平時我也會注意一些空間的佈置擺設，可能只是一間餐廳裡的一個小角落，甚至是洗手間，我也會細細地欣賞它的擺設，那些都是獨一無二的巧思，這些 special 的創意設計，激起我對室內設計的興趣，更堅定了我選擇建築系的決心。

室內設計與建築在生活上對我影響力，以及它們現在已成為國家重大建設及民間建設工程中不可或缺的一環，由於貴系以培養優秀建築人才著名，加上師長們強力推薦，我相信以貴校豐富的教學資源，加上我努力求學的態度，日後我一定能在貴校學到更多東西，將來為社會盡自己一點小小的心力！

自 傳

我出生於一個純樸的鄉下小鎮，家庭的人口簡單，父母親從小對我的期望就很高，希望能成為弟弟和妹妹的榜樣，而身為長子的我，希望自己將來能開創屬於自己的一片天空，從事和興趣有關的工作，以報答父母的養育之恩。

從國小一直到現在，雖說不上是成績非常優異，但從小就對電腦很有興趣，父親在我國中時買了一部電腦送我，也很鼓勵我能發展自己的興趣。所以高職時我選擇了資訊科，讀了這一科系之後，不僅讓我有一技之長，還能讓我在學問的追求上更上層樓，高二時參加全校網頁設計比賽，得到第二名，讓我對自己的將來更充滿信心。

面對社會日新月異的變化，科技生活帶來了許多便利，因此也需要更多的人才來為社會服務，創造舒適的生活環境，而在面對社會變遷的衝擊中，工作環境的改變，很希望自己能從事這一方面的工作，成立一個工作室。而在求學階段就是充實自己最好的機會，不僅可以從老師身上學到更多專業知識，學習待人處事的道理，更能培養同學相處的默契，為將來奠定良好的基礎。

最後，很希望能有這個機會進入貴校就讀，貴校的網頁對科系的介紹，讓我非常嚮往，而且貴校在資訊教育方面師資設備一流，如果能有這個機會進入貴校，將是我最大的福氣。

我出生於一個純樸的鄉下小鎮，家庭的人口簡單，父母親從小對我的期望就很高，希望能成為弟弟和妹妹的榜樣，而身為長子的我，希望自己將來能開創屬於自己的一片天空，從事和興趣有關的工作，以報答父母的養育之恩。

從國小一直到現在，雖說不上是成績非常優異，但從小就對電腦很有興趣，父親在我國中時買了一部電腦送我，也很鼓勵我能發展自己的興趣。所以高職時我選擇了資訊科，讀了這一科系之後，不僅讓我有一技之長，還能讓我在學問的追求上更上層樓，高二時參加全校網頁設計比賽，得到第二名，讓我對自己的將來更充滿信心。

面對社會日新月異的變化，科技生活帶來了許多便利，因此也需要更多的人才來為社會服務，創造舒適的生活環境，而在面對社會變遷的衝擊中，工作環境的改變，很希望自己能從事這一方面的工作，成立一個工作室。而在求學階段就是充實自己最好的機會，不僅可以從老師身上學到更多專業知識，學習待人處事的道理，更能培養同學相處的默契，為將來奠定良好的基礎。

最後，很希望能有這個機會進入貴校就讀，貴校的網頁對科系的介紹，讓我非常嚮往，而且貴校在資訊教育方面師資設備一流，如果能有這個機會進入貴校，將是我最大的福氣。

自傳範例

我生長在一個和樂美滿的家庭，家中有爸爸、媽媽、姊姊和我。從小，父母用其良好的身教與言教教育我，而且很少用打罵的方式來處罰我；因此，逐漸養成了我溫和的個性與不喜歡和人計較的脾氣。此外，也培養了我樂觀的人生態度，讓我在遇到挫折時，總是能很快地再站起來，不畏艱難的重新開始。

我父親是一位穩重踏實的公務員，現任職於內政部營建署。父親常訓誡我：「做學問，一定要走在時代的尖端，無論從事什麼行業，只要順著自己的興趣，勇往直前，沒有任何事是可以難得倒你的。」

因為我母親是一位功文數學老師，所以我四、五歲起便開始接觸算數，啟發了我對數理的興趣。另外，我母親也鼓勵我去學習鋼琴，從五歲到十五歲，十一年的歲月裡，讓我從一首小曲子要練三個小時，到通過最高級數檢定，一步一步的走來曾贏得無數個鋼琴比賽冠軍；更在小學四年級時獲得老師的青睞，擔任淡水國小國樂團高胡首席，使我對音樂方面的興趣與認知又更深一層了。

由北市北投國小畢業後，我進入北投國中就讀，面對聯考的壓力，在學業方面更加倍的努力，每次大小考試，都能維持班上前幾名。然而，最重要的卻不在於此，因為「化學」漸漸開始影響著我！而會喜歡上化學，牽引的人正是我的導師；他是一位理化老師，本身學的是化學，因此，化學課程的部分，他都格外盡心地將其所學一點一滴教給我們。尤其，在進行實驗的時候，老師往往都能耐心地慢慢指導，使同學都能徹底了解整個實驗。也就是因為他認真負責的態度，使我加深了對化學的興趣。舉例說，化學現象是如此的多變，就像混合兩種不同的溶液，劑量不同，所呈現的結果也就不同，所以我一直認為，化學是最值得去深入研究的科學。理所當然的，我在高中毫不猶豫的選擇了第三類組。

我有幸順利考上市立 0000 高中，再通過性向測驗之後，結果顯示我非常適合讀理工科。新的環境與新的教育方式，從未減少我對化學的喜好程度，相反的，我重視每次上課與實驗，甚至每次考試。因為，這都是幫助我學習與成長的最好

機會，讓我在時間的推進下，同樣也豐富了我的化學知識。期間，曾在民國 86 年參加化學學科能力競試，使我獲益匪淺。在校內社團方面，我參加了管樂社與科研社。在管樂社，承蒙學長姐提拔，擔任管樂社社長及小號首席，並參加了 86 學年度音樂比賽銅管五重奏全國組甲等。另外，在科研社方面，多次參加校內科展，雖無特殊表現，但經老師之後，使我漸漸培養出與化學的情感。

我的高中生涯雖然談不上多采多姿，但也過得相當充實。畢竟，在這裡我為自己找到了下一個人生目標，也一直很努力地朝向它邁進。大學對一個高中生來說是令人十分嚮往的，而我，同樣也希冀能進入一所師資優良的大學裡學習，而臺大農化系正是我所要追求的目標。且願可以達成夢想，在大學四年中努力吸收學習，以求將來在農業化學的路上有不凡的成果。

自傳範例

我生在一個幸福知足的家庭。父親從事殯儀的工作；母親是個家庭主婦。父母倆小時候由於家庭貧困，無法接受高等教育，因此他們把希望寄託在我和弟弟身上，兩個人努力地維持家計，只求給我們一個舒適的家，提供良好的學習環境，讓我們能全心投入在學校的課業活動。此外，父母親也很重視所謂的身教，以身作則地教導我們生活常規，從中培養做人處世的態度。父母親常告訴我們，努力讀書是當一個學生的責任，求取基本的知識，但是同時具備處理事情的能力，才能成為有智慧的人。因此鼓勵我參加學校的活動，藉由團體間的相處，學習不同的生活經驗。由於家庭的融洽，給了我一份安全感和自信，而我的個性比較樂觀，在學校總是開開心心，笑容滿面，常給人一種舒服親切的感覺，因此我的人際關係維持不錯，朋友說我像個小太陽似的，一年四季都散於著活力。而老師們也稱讚我的求學態度，常拿我的經驗做為同學們的參考，我也盡我所能地幫助需要的同學。

小時候我是個個性文靜的孩，但是我對周遭的事物有著強烈的學習欲望。在

五、六歲時我曾先後參加陶藝和塗鴉班，體會到動手創造的樂趣，在美術的領域裡，我可以自由地發揮想像力，創作屬於自我風格的作品，引起我很大的興趣。小學時，我曾連續獲得「牙齒保健繪畫比賽」第一、三名，也參加班上的國語文競賽，得到作文比賽第二名和演說比賽第一名。四年級時，我和同學參加科學展覽比賽，在校內選拔得到第二名。在班上我的成績相當不錯，同儕團體間也受到歡迎，被提名為模範生。而老師也很信任我，給我機會擔任班上幹部，培養我做事情能力。

自七歲開始，我開始接觸鋼琴這項音樂。從認識五音音階到可以彈完一整首小奏鳴曲的過程中，我接受了音樂帶給我性情上的陶冶，讓我能靜下心來，將精神集中在每個音符上，隨著節奏的強弱快慢體會音樂的感人之處。當我心情感到煩躁時，音樂抒發了心中的不悅，總能幫我撫平情緒。

上了國中，我進入一個好動的班級。由於同學的帶讓我文靜的個性變得活潑起來，開始積極地在團體中伴演領導的地位，除了擔任班級幹部，也接下各科小老師的職務，協助同學解決學業上的阻礙，並且將同學發出的訊息傳達給老師們，在老師和同學間搭建一座溝通交流的橋樑，希望增強教與學之間互動。由於同學們的配合，使這分努力有所成果，也讓我對這個職務產生心情上的轉變，從一份責任感變成服務的熱忱，開始對教學事業產生興趣。

進入大同後，我發現老師們的教學方向和國中不同，趨於生活化並注重學生的思考，增強了我的求學興趣，所以我一直不斷地努力學習，上課專心聽講，訓練自己去思考老師所說的話，抱持認真的態度解決課業上的問題，因此在學業上我打下了紮實的基礎。

除了課業上繼續維持不錯的成績之外，其他方面我也儘可能地求取平衡的發展。高一時，加入資訊社，希望接觸到課堂以外的電腦資訊，但是因為社因教學不夠積極，所以高二時我轉社接下電影欣賞社社長的職務和幾位有才能且具有共同目標的朋友一起來經營從事制度上的改革。在帶領社團的過程中，我深深體驗到領導一個大團體不是想像中的容易，會遭遇到財政及人事進行上的阻礙，更明

白幹部間的和諧與互信合作，是渡過困境的重要關鍵。此外，我們開始拓展外多和外校聯繫，認識了許多志同道合的朋友，彼此相互交流經驗，分享資訊，一同求社團的進步和拓展。

從小我就立志想當老師，在國中時當小老師的體驗和與人相處的融洽，讓我肯定自己的能力，我很希望能進入政大教育系，在教育方面接觸更深層面的領域，掌握有關的專業知識，在教育界有所發展，為這社會付出一份心力來培育未來台灣所需的人力資源。

（人生觀）

在日常生活中，我嘗試著從平凡的事物中找到樂趣，像下公車時和司機說聲謝謝；上學時走不同的路線；觀察早晨街頭的景物；一個人坐在教室享受早餐等。這些零碎的時間讓我的生活保持著輕鬆和一份新鮮感，因此我總是維持最佳狀態，生活過得充實美滿。

在多年的求學歷程中，我秉持著一個態度——用個好心情面對周遭的逆境。我想在每天的生活中，並不是一直如人所願的順利。在課業上，同儕間遇到的困難，都會讓感到沮喪，但是否能幫助自己渡過障礙，我想當時的心態是很重要的。當我想到困難時，我總告訴自己這是上天給我的考驗，我不能就此屈服，因為這樣的信念，將阻力化作成一股衝勁，更讓我堅定意志要解決這難題。我覺得當我抱持著這樣的態度來面對事情，常使我從怨天尤人的想法中跳脫出來，每個挫折的衝擊，更激發出自己鬥志。

每件事物都是個六面體，而我轉了個角度，看見了它的光明面，告訴自己一時的失敗不是絕對的，使我的個性變得開朗有精神，給人帶來快樂的感覺。這是個良性循環。當我們帶著一副好心情，便不會往死角裡鑽，反而是用一種積極的態度去迎接它。

從小時候的懵懵懂懂，經過國中、到高三，我在朋友和老師身上漸漸地學習並建立起自己的價值觀與人生態度。我想身旁的每個人都是一面鏡子，我必須時常照照鏡子，從別人身上了解自己的優點缺點，不斷地改進自己的人生態度。

（選讀教育系動機）

在國小、國中到高中的階段中，我一直接觸到小老師這個輔助老師的職務。於我的功課不錯，對人的態度也很誠懇，所以同學們都願意和我分享他們在課業甚至家庭和感情上的困難。因為和同學之間常有著意見上的交流，慢地累積了我的經驗，讓我懂得如何打開別人的心房，如何傾聽對方的想法，如何和他們一起找尋解決的潛在團體中，我積極地把我的服務熱忱傳遞給需要的人。在這樣的過程中，我開始了解自己在這方面能力的特質，發掘了我對教學及輔導的樂趣。還記得小學一年級的時候，導師在下課時間找我過去，問我是否願意幫忙老師，我高興地答應，當時我的第一份工作是發班上的國語習作，對一個小學生的我而言，能幫忙老師是件光榮的事，我認為是老師相信我的辦事態度，讓我受到肯定。因為老師的讚賞，使我建立起做事的一份責任感。

在國中的時候，我曾站在台上教同學有關理化方面的理念，當時覺得有點緊張，因為看到每位同學認真的表情，頓時間，好像肯負著當老師的一份責任重擔，在講解之後，有的同學對我點點頭，會心一笑，當時我覺得很開心，台下的一陣掌聲給了我很大的鼓勵。上了高中，了平常的課業，老師也會守排時間讓我們自己做報告，並且上台為同學解談，有時候是組員一起做戲劇表現，有時是一個個報告專題，在這種生活化的教學課程中，給了我很多機會去體驗站在台上的角色。

在未來四年的大學生涯中，我希望進入教育系，涉獵學習更深入專業的知識，打穩自己的基礎讓自己具備當一個老師所需的特質和技能，我多年來的理想具體地實現成為一個優秀的老師。

在這段時間裡，我的生活幾乎就等於「社團」。從暑假我和幹部們便開始打掃社團辦公室，由於上屆學長們經營不善，整個社團滿著發霉的溼氣味，所以我們花了整整一個禮拜，大家分工合作地提水刷地，擦牆，消毒和倒垃圾，等到社辦變得乾乾淨淨之後，我們挑了很多漂亮的海報佈置。經過一番的努力，原本溼溼暗暗的社辦給人一種清新舒服的感覺。

在前半個學期，我們和和平，成功及附中學校展開聯絡，彼此都熱心地交流資訊，

籌劃活動，而我們的內部活動覺偏重於設備的採購，選了一杜比環繞音響的設備，希望給予社員一種全新的視覺享變，讓他們在社團活動中以轉鬆的心情來參與。雖然我們是以娛樂為出發點，但是我們對影片的選擇是很用心，我們先向社員作番問卷調查，詣求社員們的意見，才決定一系列的電影主題，希望藉由影片的內容給予社員思考的空間。

在後半年中，我們從事社刊的編，這是歷年來的傳承，身為傳承人的我們也努力籌劃，從徵收稿件，審稿，排版，聯絡印刷廠．．．的過程中，我們每天不辭勞苦地奔波，經過二個月多的進行終於將社刊完成。由於經費不足，無法將社刊編輯做到最好，但每一張一頁的製作都是幹部們的用心。第一次從事編輯的工作，慢慢地摸索才知道這份工作不容易，不過我覺得從中得到的經驗是很可貴的，我很高興接下這份職務，雖然花了不少的時間和精神規劃活動的安排，在推動的過程中也遇到了人事上的阻礙，不過我學到不少課堂上學不到的體驗，讓我知道當一個領導人應具備的智慧和氣度，學習如何做事。

自傳

小時後我住在爺爺家，那是個傳統的三合院，道路兩旁是看不到盡頭的稻田，屋子兩旁有一片竹林和曬穀場，我總喜歡赤腳在泥地上跑跑跳跳，和堂弟妹一塊兒玩辦家家酒、捕蟬、捉蚱蜢。對我來說，大自然就是我小時候的玩伴，在這自然的環境中，我可以盡情地遊玩。因為這段小時候的回憶，燃起我對自然的一種尊敬及喜愛。每次回到鄉下，我依然喜歡拿把躺椅，一個人靜靜地坐躺在濃密的樹蔭下，任憑微風吹落的葉片飄落在衣服上，聆聽著蟬吱吱的叫聲。我喜歡這份安祥與和諧的感覺。

長大後，我和家人搬到都市來，在卸下平時工作及課業繁重的負擔後，我和家人喜歡往郊區享受假日的生活。像是爬觀音山，到陽明山洗溫泉，到和平島，九份，擎天崗遊玩等等，讓自己多點機會接觸大自然。基於對這片土地的熱愛，我想

將來除了從事教育工作外，我希望增加對台灣自然生態的了解，加入民間環境保育團體，一同宣傳環保理念及常識，帶動社會大眾的認知。

自傳

一、我的家庭

生在一個美滿和樂家庭的我感到相當幸福。父親從事殯儀的工作；母親是個家庭主婦。父母倆小時候由於家庭貧困，無法接受高等教育，因此他們把希望寄託在我和弟弟身上，兩個人努力地維持家計，只希望能給我們一個舒適的家，提供良好的學習環境，讓我們能全心投入在學校的課業活動。除此之外，父母親也很重視所謂的身教，以身作則地教導我們生活常規，從中培養做人處世的態度。父母親常告訴我們，努力讀書是當一個學生的責任，求取基本的知識，但是同時具備處理事情的能力，才能成為有智慧的人。因此鼓勵我參加學校的活動，藉由團體人際之間的相處，學習不同的生活經驗。由於家庭的融洽，給了我一份安全感和自信，而我的個性比較樂觀，在學校總是開開心心，笑容滿面，常給人一種舒服親切的感覺，因此我的人際關係維持不錯，朋友說我像個小太陽似的，一年四季都充滿活力。而老師們也稱讚我的求學態度，常拿我的經驗做為同學們的參考，我也盡我所能地幫助需要的同學。

二、我的學習之路

小時候我是個個性文靜的孩，但是我對周遭的事物有著強烈的學習欲望。在五、六歲時我曾先後參加陶藝和塗鴉班，體會到動手創造的樂趣，在美術的領域裡，我可以自由地發揮想像力，創作屬於自我風格的作品，引起我很大的興趣。小學時，我曾連續獲得「牙齒保健繪畫比賽」第一、三名，也參加班上的國語文競賽，得到作文比賽第二名和演說比賽第一名。四年級時，我和同學參加科學展覽比賽，在校內選拔得到第二名。在班上我的成績相當不錯，同儕之間也受到歡迎，被提名為模範生。而老師也很信任我，給我機會擔任班上幹部，培養我做事能力。

自七歲開始，我開始接觸鋼琴這項音樂。從認識五音音階到可以彈完一首小奏鳴曲的過程中，我接受了音樂帶給我性情上的陶冶，讓我能靜下心來，將精神集中在每一個音符上，隨著節奏的強弱快慢體會音樂的感人之處。當我心情感到煩躁時，首樂曲抒發了心中的不悅，總能幫我撫平情緒。

雖然在國中時期我並沒有太多的成就，但進入大同後，我發現老師們的教學方向和國中不同，趨於生活化並注重學生的思考，增強了我的求學興趣，所以我一直不斷地努力學習，上課專心聽講，訓練自己去思考老師所說的話，抱持認真的態度解決課業上的問題，因此在學業上我打下了紮實的基礎。

除了課業上繼續維持不錯的成績之外，其他方面我也盡可能地求取平衡的發展。高一時，加入資訊社，希望接觸到課堂以外的電腦資訊，但是因教學不夠積極，所以高二時我決定轉社，並接下電影欣賞社社長的職務和幾位有才能且具有共同目標的朋友一起來經營從事制度上的改革。在帶領社團的過程中，我深深體驗到領導一個大團體不是想像中的容易，會遭遇到財政及人事進行上的阻礙，更明白幹部之間的和諧與互信合作，是渡過困境的重要關鍵。另外，我們開始拓展外多和外校聯繫，認識了許多志同道合的朋友，彼此相互交流經驗，分享資訊，一同求社團的進步和拓展。

三、我的人生觀

在日常生活中，我嘗試著從平凡的事物中找到樂趣，像下公車時和司機說一聲：謝謝；上學時走不同的路線；觀察早晨街頭的景物；一個人坐在教室享受早餐等。這些零碎的時間讓我的生活保持著輕鬆和一份新鮮感，因此我總是維持最佳狀態，生活過得充實美滿。在多年的求學歷程中，我秉持著一個態度——用個好心情面對周遭的逆境。我想在每天的生活中，並不是一直如人所願的順利。在課業上、同儕間遇到的困難，都會讓我感到沮喪，但是否能幫助自己渡過障礙，我想當時的心態是很重要的。當我想到困難時，我總告訴自己這是上天給我的考驗，我不能就此屈服，因為這樣的信念，將阻力化作成一股衝勁，更讓我堅定意志要解決這難題。

我覺得當我抱持著這樣的態度來面對事情，常使我從怨天尤人的想法中跳脫出來，每個挫折的衝擊，更激發出自己鬥志。

每件事物都是個六面體，而我轉了個角度，看見了它的光明面，告訴自己一時的失敗不是永久的，使我的個性變得開朗有精神，給人帶來快樂的感覺。這是個良性循環。當我們帶著一副好心情，便不會往死角裡鑽，反而是用一種積極的態度去迎接它。從小時候的懵懵懂懂，經過國中、到高三，我在朋友和老師身上漸漸地學習並建立起自己的價值觀與人生態度。我想身旁的每個人都是一面鏡子，我必須時常照照鏡子，從別人身上了解自己的優點缺點，不斷地改進自己的人生態度。

四、我的社團生活

在這段時間裡，我的生活幾乎就等於「社團」。從暑假我和幹部們便開始打掃社團辦公室，由於上屆學長們經營不善，整個社團充滿著發霉的溼氣味，所以我們花了整整一個禮拜，大家分工合作地提水刷地，擦牆，消毒和倒垃圾，等到社團辦公室變得乾乾淨淨之後，我們挑了很多漂亮的海報佈置。經過一番的努力，原本溼溼暗暗的社團辦公室給人一種清新舒服的感覺。

在前半個學期，我們和和平高中，成功高中及師大附中等多所學校展開聯絡，彼此都熱心地交流資訊，籌劃活動，而我們的內部活動偏重於設備的採購，選了一杜比環繞音響的設備，希望給予社員一種全新的視覺享受，讓他們在社團活動中以輕鬆的心情來參與。雖然我們是以娛樂為出發點，但是我們對影片的選擇是很用心，我們先向社員作問卷調查，希望能了解社員們的意見，才決定一系列的電影主題，希望藉由影片的內容給予社員思考的空間。

在後半年中，我們從事社刊的編，這是歷年來的傳承，身為傳承人的我們也努力籌劃，從徵收稿件，審稿，排版，聯絡印刷廠等等的過程中，我們每天不辭勞苦地奔波，經過二個月多的進行終於將社刊完成。由於經費不足，無法將社刊編輯做到最好，但每一張一頁的製作都是幹部們的用心。第一次從事編輯的工作，慢慢地摸索才知道這份工作不容易，不過我覺得從中得到的經驗是很可貴的，我很高興接下這份職務，雖然花了不少的時間和精神規劃活動的安

排，在推動的過程中也遇到了人事上的阻礙，不過我學到不少課堂上學不到的體驗，讓我知道當一個領導人應具備的智慧和氣度，學習如何做事。

五、我的志向

從小我就立志想當老師，在國中時當小老師的體驗和與人相處的融洽，讓我肯定自己的能力，我很希望能進入政大教育系，在教育方面接觸更深的領域，掌握有關的專業知識，在教育界有所發展，為這社會付出一份心力來培育未來台灣所需的人力資源。

在國小、國中到高中的階段中，我一直接觸到小老師這個輔助老師的職務。於我的功課不錯，對人的態度也很誠懇，所以同學們都願意和我分享他們在課業甚至家庭和感情上的困難。因為和同學之間常有著意見上的交流，慢地累積了我的經驗，讓我懂得如何打開別人的心房，如何傾聽對方的想法，如何和他們一起找尋解決的潛在團體中，我積極地把我的服務熱忱傳遞給需要的人。在這樣的過程中，我開始了解自己在這方面能力的特質，發掘了我對教學及輔導的樂趣。

還記得小學一年級的時候，導師在下課時間找我過去，問我是否願意幫忙老師，我高興地答應，當時我的第一份工作是發班上的國語習作，對一個小學生的我而言，能幫忙老師是件光榮的事，我認為是老師相信我的辦事態度，讓我受到肯定。

在國中的時候，我曾站在台上教同學有關理化方面的理念，當時覺得有點緊張，因為看到每位同學認真的表情，頓時間，好像背負著當老師的一份責任重擔，在講解之後，有的同學對我點點頭，會心一笑，當時我覺得很開心，台下的一陣掌聲給了我很大的鼓勵。上了高中，除了平常的課業，老師也會安排時間讓我們自己做報告，並且上台為同學解說，有時候是組員一起做戲劇表現，有時是一個個報告專題，在這種生活化的教學課程中，給了我很多機會去體驗站在台上的角色。因為老師的讚賞，使我建立起做事的一份責任感。

在未來四年的大學生涯中，我希望進入教育系，涉獵學習更深入專業的知識，打穩自己的基礎讓自己具備當一個老師所需的特質和技能，我多年來的理想具體地實現成為一個優秀的老師。

如何撰寫讀書計畫 ●

壹、目的：

1. 證明自己對這個領域有興趣，並且有足夠能力學習，讓申請學校的老師們可以瞭解你的時間管理觀念、生涯規劃方向、科系專業程度、學術傾向等，如何說服他們認同你適合唸他們的該科系。
2. 也可以說是一種大專生活安排計畫，說明未來四(兩)年你的大專生活的理想與抱負。

貳、幾點應注意的事項及重點：

1. 各校在讀書計劃的內容要求不一定，所以在擬讀書計劃前，請務必先仔細閱讀推甄或申請入學的招生簡章，確實遵守裡面的文字規定。不贅言，不遺漏，且在要求的字數內完成。如果學校要求以問答方式來敘述，即依其要求回答不長過一頁。如果學校沒有規定，一般而言約在 500 至 800 字之間，若以 12 級字的方式繕寫編排，約為二張 A4 紙的長度。
2. 須切合能力，並具體可行，勿貪多不實，好高騖遠，以免口試時，瞠目結舌，不知所云。
3. 切勿「字跡潦草」、「雜亂無章」：否則沒有人會有興趣看，盡可能用電腦打字。
4. 切勿「寫流水帳」、「平凡無奇」
5. 避免用深奧的字彙，盡量以簡單容易的字來表達。
6. 無須「噁心說謊」：不要編造一些事實沒有發生的事，以免被揪出。
7. 不要說成自己「完美無瑕」：凡人都有缺點，不必寫出缺點，應避免找到你的短處。
8. 讀書計劃要針對每個申請的學校來寫，因為不同的學校有不同的特色，同學須先了解選讀學校科系所開的課程，務必要參考該學校、學系出版的簡介資料。
9. 不要抄襲，改寫書上的樣本文章，要有自己的特色，坊間有許多如何寫讀書計劃的書，是很好參考的資料，參考並不是抄。應詳讀學校的介紹，了解其要求，

再對自己的學業背景、計劃加以考慮，寫出自己的風格。。

10. 不要離題，談論一些不相干的事。

11. 不要表現得過份自信，也不用為自己的弱點道歉，(譬如說：成績不高等，若成績平平就不要主動提及)重要的是給學校一個專業，認真的印象。

參、讀書計劃之內容：

一、前言：

1. 你們系很好；這個領域很好，符合我的興趣(興趣的發現與過程)

2. 師長的建議

3. 父母兄姊的支持

二、專業背景及經驗

1. 高職期間已經學會哪些專業基礎課程，包含電子電路與電腦

2. 有哪些專業經驗(含專題製作、專業雜誌的研讀、打工經驗或獲獎紀錄，記得喔!是與專業有關的)

三、進程規劃

(一)、課業方面

(1)近程：開學之前

1. 加強語文與電腦技能

a. 持續增強英文會話能力(可以提一下本校在此部份的做法以後自己怎麼持續進行)

b. office 軟體、VB、VC、8051 單晶片、Assembly language、網頁製作及網站架設硬體裝修

(2)中程：學校四年或二年課程為主

1. 學校所安排課程如何做好準備(一定要去查欲推學校科系所開的課程)

2. 如何為未來升學或就業做準備的具體做法

3. 考取某職類的乙級證照

(3)遠程：畢業後的生涯規劃

a. 升學：二技→研究所

b. 就業：從事怎樣的工作(一定要提本科系相關工作)未來你希望達到怎樣的成就

(二)、社團活動(不要入迷，工科的課業很繁重，大部分老師不希望同學浪費太多時間在這上面)

1. 學習如何培養良好的人際關係與培養自己的組織能力和策劃能力
2. 休閒生活調適
3. 專業知識或社會關懷

(三)、校外活動

1. 海外遊學
2. 參加職業訓練

(讀書計畫)

一． 初步計劃錄取後五個月，

我仍然會繼續到學校上課，跟著學校的進度複習，打穩基礎，並且著班上務，作些訂便當、出考卷和整理重點等工作，回饋同學們對我的照顧，希望能讓他們專心地念書。在課餘的時間，我會到圖書館借閱有關初等等及中等教育的書籍雜誌，還有持續地收集教育改革的報章資訊，並做周期性的整理，且作筆記抒發自我的感言。除此之外，還須加強我的電腦能力，學習文書處理，網路系統等等，而對於我的英語會話能力，我會定時收聽 ICRT 廣播，並且參加校外英語教學課程，提升自己的實力。

二． 中程計劃法（大學四年）

大一：紮實基礎課程，除了必修的學分之外，另外選修第二外國語，使自己具備多國語文的能力。並積極參加校系及全校性活動，與學長姊保持聯繫，彼此相互討論交流，藉此吸收經驗。在音樂素養方面，我的鋼琴課程曾因為高中聯招而中斷，所以我希望續學習更深的演奏技巧。

大二：申請輔修科系，閱讀外國教育學的書籍，觀察外國教學的方法，續關注國內教育的脈動，勸做筆記。此外閱讀中國古典小說及世界名著，加強自身的人文素養，並藉由閱讀訓練語言表達的清晰流暢。另外加入義工的行列，從事社會服務的工作，增加輔導溝通的能力。

大三：涉獵有關兒童及青少年心理輔導的書籍，了解彼此溝通的方法。我還會選修企業管理的課程，學習人際關係處理及領導能力加強的課程。

大四：由於輔修及雙修的課程繁重，所以可能會考慮延畢，並且學習教學課程的設計，為畢業後的實習教學做準備。

三．遠程計畫（大學畢業後）

取得正式的教師資格，選擇師資缺乏的山區小學從事教學工作希望改善他們的教學品質。

（我看教育）

隨著青少年犯罪率提高，不禁讓我們對教育作著檢視。在社會的變遷下教育受環境背景的影響，但是也具有帶領社進步與更新的功能，不管時代如何運轉部不能忽略教育的重要性。在本世紀許多先進國家像日本、德國、美國卻紛紛從事教育改革的工作，卻革除教學上的弊病，希望所培養出的人材能跟得上時代的需求。而台灣在前任教育部部長吳京先生的一連串教改上，廣泛引起社會大眾的關注，喚起對教育的重視。而在建立台灣為科技島的口號喊出之後，企業界也開始引導教育改革的行列，關心未來教育的走向。企業家們曾指出公司員工一般缺乏創意無法跟著公司的需求提出創新的見解，而且少了一份勸奮的做事精神，多半希望花最少的心力求得更高的成就，欠缺辦事的衝勁。有些公司甚至還自己出錢訓練公司職員，再讓他們到公司服務。以便確定員工的品質。

由些看來，我們必須大刀闊斧地在教學制度上做番改革，才能跟上世界潮流的脈動，為台灣未來的轉型提供有效的人力資源。

由於學校的設備並不是很足夠，如果維持大班制的教學，會造成使用效果的低落。而且每班 50 人，老師在一堂課裡只能給予每位學生 1 分鐘的時間，使得老師不能顧及到每個學生的需求，所以每班學生人數比降至 30 人以下為宜，如此老師才有足夠的時間了解學生的學習狀況，讓老師掌握學生的發展方向，學校的資源也才能達到最好的利用，維持學生學習環境的品質。

（學生方面）

一．簡化教材趨向生活化

課程編排的適當與否是影響學生主動學習的重要因素。現在的課程及教材內容過於繁雜使學生們不能夠適應成為一種學習負擔。而且有些課程內容太深，與生活脫節，讓學生只能死背卻無法在生活中運用。未來的教材的編輯應以學生身心發展為主，並且導向教育就是生活的學習，加重鄉土文化的比例，藉由課堂上的學習使學生更加認識台灣，進而關心社會熱愛這片土地。

二．學生多元化發展

共求課業上的不平衡發展已不合乎時代的需要，現在社會需要的是具備辦事能力和領導才能，有創造力且敢求自我表現的人才，所以應鼓勵學校社團的發展，舉辦多種性質的競賽活動，讓學生從參與的過程中摸索自己的興趣及專長，建立學習的自信。

三．訓練學生解決問題的能力

由於以前社會過於強調文憑，學生只是猛背課本，猛讀參考書，學校也給予填鴨式教學，使得學生變成考試的機器，缺乏思考的空間，無法將所學得的東西運用。在日常生活中，所以應調整教學方式，可以用作報告的方法讓學生運用圖書館的資料，經由自我蒐集，整理的過程，將報告中的資料變成自己的知識。

家長方面 在現今的犯罪青年的案例中，我們可以發覺很多都是由於父母忙著工作賺錢，忽略了子女的人格發展，而有些父母很關心子女學校生活，但不知道如何與子女作雙向的溝通，反而和子女發生口角上的衝突，這些情況都可能造成子女和家長間的疏離，形成青少年犯罪的導火線。所以，在老師和家長間應建立起良好的溝通管道，把家庭教育和學校教育結合，讓彼此能定期性地交換心得，形成緊密的互動關係，讓家長擔任輔助孩子學習的角色，和子女一起獲得心靈上的成長。

讀書計畫

近程目標（由錄取後至正式入學）

一、加強語文能力 ——

以便對日後各科原文書有更深一層的瞭解與認識。

二、多購買坊間有關化學與生物科技的書籍——

先接觸相關書籍，便於從事日後的研究。

三、每週心得——

將所閱讀之報章雜誌及資料做整合的工作，研討其缺失並改進。

四、完成高中課業——

對於高中課程仍不可偏廢，舉凡物理、化學、生物及數學，都對大學課程有直接的影響；並加強我的電腦能力，使我對於大學課業能有更深的研究。

中程目標（大學四年）

大一：紮實基礎課程（化學、生物學、物理學及微積分）與實驗課程，除必修學分外，另選修第二外國語文，以擴展我的知識領域。再者，我將選擇一個至兩個藝文性質的社團活動，來陶冶身心。

大二：由於二年級的學業相當繁忙，如有機化學、分析化學和生物化學等，都是極為重要且不容易的，所以必須要花較多的心力。此外，並選修能加強企業管理或領導統馭能力的課程，以便於日後進入社會工作，更得心應手。

大三：剩餘的兩年大學生活，是做為畢業後的準備。在學校已培養獨立思考的能力，所以我會開始計畫未來，並準備研究所的考試。

大四：課業已大致告一段落，除為這四年的學業作一個完美的結束外，並為繼續深造的目標，做更周詳的規劃。

遠程目標（大學畢業後）

選擇化工、環工、生化或相關應用學系之研究所，並取得學位，在專業學科領域中研究與發展。

讀書計畫

■ 近程：

在開學前的時間，我計畫加強語文與電腦方面的能力，因為現今的社會已經朝向全球化、資訊化發展。擁有科技能力和語文溝通能力，對於一個未來的資訊掌握者，是至為必要的，所以我會先朝這兩個方向努力，在就學前，讓自己的基本認知能更為穩固！

■ 中程：

在大一、大二期間，我除了著重本科系的課程、並持續語文和電腦的進修外，還會多利用時間觀摩各式影片及傳播作品，增加自己的傳播熟悉度，並從中吸取他人的經驗。

在大三、大四期間，由於本科系的專業課程逐漸增多，我會花更多的時間在專業科目的研讀，並積極爭取實習的機會，不論是校內或是校外，實習是一個實踐理論的機會，也能讓自己對於實作方面的知識，更為了解及活用。

• 遠程：

畢業後，我希望能繼續攻讀政治或東亞研究所，讓自己在具備傳播專才之後，再擁有一項專業知識，若日後擔任新聞報導工作，如此的知識貯備，應該能帶給觀眾更深入而專業的報導。

■ 社團方面：

我一直對文藝方面很有興趣，計劃加入電影社或小說社，藉由同好的討論與創意激盪，讓自己在文藝創作上，能夠得到長足的進步，並增加自己的人文素養！我也計劃參加學生會組織，積極參與一些大型活動的舉辦，希望能夠從中學習到人際關係的處理，也能培養自己的組織能力和策劃能力。

校外方面：

我會利用寒暑假的時間，前往美國及歐洲、澳洲遊學，一方面除了加強語文的運用，另一方面則是拓展自己的視野，激發不同的想法，讓自己思想更全面、更多元。除此之外，我計畫前往中國大陸遊覽，多接觸大陸的學生及民眾，了解海峽兩岸在認知上的異同，同時可擴展自己的觀感。

另外，我也會盡量爭取在傳播機構擔任工讀的機會，不但是實務工作的經驗累積，也為將來就業預留人脈。

讀書計畫的架構上多半是：

- * 近程目標：從錄取到正式入學
- * 中程目標：大學四年或二專二年
- * 遠程目標：未來深造或就業構想

其實可以稍稍擴大一些寫作的範圍，容納大學的學習生活，安排計畫，說明未來大學生活

的理想與抱負、專業知識的學習、校系資源、人際交往與個人成長、休閒生活等。

親子時間

當孩子寫完自傳及讀書計畫之後，家長可不是無事一身輕，以下提出幾項請協助您的孩子注意：

- 1、推甄的學校所希望的自傳及讀書計畫是否有規定的格式？例如有些學校會要求電腦打字、有些學校則會提供表格，希望學生親自撰寫，家長可協助提醒其字跡要整潔工整，且格式無誤。
- 2、筆要平實通暢，切忌咬文嚼字、不知所云。另外，家長不要因求好心切，幫孩子撰寫，這樣會喪失孩子獨特的風格。
- 3、檢查字數是否大約在 600 到 1500 字左右，電腦打字大約用 12 級或 14 級的字體，為一頁左右的 A4 長短。
- 4、可以凸顯個人的特質，家長可將對孩子的瞭解，以及要對推徵校系做一統整，提供孩子參考的意見。
- 5、內容文法與錯別字的校正。
- 6、檢查孩子自傳或讀書計畫是否有誇大、不實的內容，教授有時會針對孩子所提出的資料發問，因此要把握「不卑不亢」的原則，避免穿幫。
- 7、現在是自我廣告的時代，家長可以針對孩子所撰寫的內容，幫孩子想一些有創意的大標題，吸引教授們的注意。
- 8、在參加面試之前，提醒孩子千萬要記清楚自己自傳和讀書計畫的內容到底寫了些什麼，不要一問三不知或是有張冠李戴、牛頭不對馬嘴的狀況產生。另外提供了哪些自傳的佐證資料，當教授問起時要能夠正確無誤地呈現出來，且言之有物。

有力的推薦函

一般來說，接受推甄的四技二專多半會要求一至三封的師長推薦函，作為瞭解孩子平常表現並印證其自傳是否屬實的依據。一封好的推薦函除了讓教授更認識孩子之外，更有著老師「背書」的效果，因此不可不注意喔！

所以建議同學平常就要表現出最好的一面，好好經營自己的師生關係，這樣除了讓師長對你印象深刻，提高親自動筆幫你寫一封文情並茂的推薦函的意願之外，在寫推薦函時也比較能夠瞭解如何呈現出你的優點和長處。

親子時間

- 1、可將之前調查好的校系資料連同孩子的自傳、讀書計畫送交老師手上，並且要在資料上劃上重點，作為引導老師寫作的依據。
- 2、有些學校會有規定推薦函格式，家長可幫忙影印數份，千萬注意別讓孩子隨隨便便撕下，拿著破破爛爛的推薦函格式要求老師撰寫。
- 3、叮嚀孩子及早尋覓撰寫推薦函的老師，千萬不要一直拖到要繳交備審資料才找老師撰寫，如此品質不但大打折扣，對老師也是一種困擾。
- 4、提醒孩子注意自己邀請老師撰寫推薦函時的禮貌。不可以一副「反正老師一定會幫我寫」

不莊重的模樣，老師寫完之後，記得表達自己的謝意。

- 5、如果應邀撰寫推薦函的老師工作繁忙，建議在徵得老師同意後，家長可以指導孩子先撰寫推薦函的底稿或是由家中尊長代擬，再交由老師過目與簽章。
- 6、等孩子拿回推薦函時，請家長幫忙注意是否老師有親筆封箋。
- 7、注意孩子尋找撰寫推薦函師長人選，基本上以對孩子瞭解最深的師長做為優先考慮，如導師、專業老師、任課教師等，並不需要特別找達官顯貴為孩子撰寫推薦函。

百分百的備審資料

啥米叫備審資料？簡單來說，要包括讀書計畫、自傳、成果作品、歷年來成績單、各項活動證明文件、參加社團活動或擔任幹部證明、參加比賽獲獎證明、性向測驗、興趣測驗、大學（專）預修或選修學分證明、技術士證照、個人蒐集、其他各系應繳交的證件或資料。

幾乎所有接受推甄的學校在第二階段都會要求要送上備審資料，所佔成績從 25%到 50%不等。所以一份整理詳實的備審資料有時甚至比大會考成績還重要呢！其實這些東西同時也就是在記錄同學高職三年來的點點滴滴，因此也要妥善利用黃金六十天好好將這些雜七雜八的東西做一個彙整，讓推甄學校的教授更清楚你這三年來的豐功偉業喔！

另外也提醒一、二年級的學弟妹們不要掉以輕心，因為這些東西如果等到了考完大會考才開始動工收集或是構思如何編排呈現的話，時間必定非常緊湊，所以在平時就要有系統的收集，製成個人學習檔案（or 資料夾），例如平時在上實習課的時候，自己的作品就可以拍照存證，自己很滿意的實習報告也千萬要記得存檔備份；如果參加校外的活動或比（競）賽，也要記得保留你的證明、成果或成績，不要回到家就帥氣地隨手一扔，這些可都是很寶貴的資源，平時就要妥善保存，才不會資料用時方恨少。

親子時間

備審資料的整理有許多種，有豪華精裝版，也有平易近人版，所以可以根據孩子的特質及資料內容選擇最適當的表現方式，務必讓教授留下深刻的印象。

知己知彼 百戰百勝

在這段時間內，家長不妨督促孩子上網搜尋自己想推甄校系的基本資料，瞭解其科系的教學內容、未來展望等。家長也不妨利用各種管道幫孩子蒐集該校系的資料，如有認識的朋友或是親戚，就讀該校或相關科系或是坊間書籍等，都可以作為參考請益的對象。另外，如能帶著孩子到該校走一遭，瞭解學校環境及相關資訊，並且可拍下照片，撰寫記錄，也可以放到自己的備審資料中，做為參考的依據。

雜亂資料 系統整理

在這個部分，就是各家好手大顯神通的時刻了，要切記大學的教授多半非常重視你的資料是否看起來一目了然，言之有物，是否整理起來有邏輯性，在這個部分做的好，印象分數自然大提升。因此提出幾個重點，希望大家運用自己的創造力，整理出一本具有個人風格的書面資料：

- 1、獎狀、技術士證照、各類聘函、或是參加各種比賽的活動證明、公共服務卡、身份證、學生證等，盡量可使用電腦掃描的方式，進行彩色列印，如果狀況不許可之下，採用影印本時，也盡量要注意清晰度，如能請學校蓋上「影本與正本同」，才顯慎重。
- 2、在本校已有提供孩子三年來擔任各種幹部的證明，以及成績單的申請，因此請家長督促孩子一定要記得向學校申請，千萬別損失自己的權益。
- 3、孩子在學校的實習作品或是小學、國中高職的美術工藝作品，請協助用相機將其作品拍攝下來，但別忘了要附上證明是孩子自己做的。
- 4、獎牌、錦旗都可以附上孩子配戴的照片來證明，另外孩子參與的各項校內外活動的照片也都可以放入，不過記得貼照片的部分，底紙可以設計一下，不宜太過花俏，最好旁邊可以附註說明這是參加某某活動所得到的榮譽，加深教授的印象。
- 5、孩子三年內，針對自己本身的專業一定會有幾份小組專題報告，可請孩子找出報告，並加以整理放入備審資料中。
- 6、如果孩子三年表現平平，拿不出甚麼競賽成果作為參考佐證，那怎麼辦呢？其實如果孩子平時有蒐集的嗜好，也可以將蒐集的成品列上，比方說孩子喜歡聽音樂，那或許可以介紹自己喜歡的音樂寫個小專題，再不然的話，也可以針對自己有興趣的剪報、書籍撰寫讀後心得，讓教授瞭解孩子獨立思考的能力。

美工編排 賞心悅目

整理完內文資料，最後的步驟就是要進行美工作業了，如何在眾多的備審資料脫穎而出，美工方面就必須下點苦心囉！

1. **外觀**：一般來說，有同學會使用現成的資料夾，將前述的內容一一放入，比較費心的同學則是將做好的資料送到影印店進行膠裝或是做成活頁裝訂（裝訂一本大約 50 元左右），所以可衡量狀況，自行決定。不過，根據看過許多同學的備審資料，發現有請外面影印店裝訂的備審資料，感覺比較有質感，在內容與美編上也可以展現自己獨特的創意。但是不論採何種形式，一定要記得製作封面，註明自己的名字、所欲推甄的校系、畢業學校等基本資料。
2. **內容**：除了將蒐集的資料分門別類的放置妥當外，記得一定要製作單元分頁，或是單元小標籤，可以貼在重要頁次上（文具店都買得到）讓教授可以一目了然，而不會為了找一個自傳，翻遍整本備審資料還找不到的狀況發生。全部做完之後，記得編上頁碼，首頁要附加目錄，才算完整。
3. **數量**：備審資料要準備多少才夠呢？一般而言，請準備五到六本，一本於第二階段報名時繳交，一本則留存於輔導室供學弟妹參考，其餘者，於面試的時候交由面試教授參考。

無往不利的面試

在準備了洋洋灑灑的書面資料之後，面試這一關就是將同學的努力完全展現的時刻了。情報的蒐集是出手的第一招，要針對校系特色、主試老師、考試題型、最近時事多做瞭解，本書整理了去年學長姐參加各校面試的題目及準備經驗，同學可以此作為準備之參考依據。

但其實面試的談話內容是沒有準備範圍的，綜觀各校系之面試問題，就可以發現出題方向並沒有一定的準則，有些學校會偏重一般問題，有些學校會偏重專業問題；有些學校會考術科實作，有些學校則會另外再加考筆試。所以除了充分的考前準備之外，**臨場機智與反應、合宜的談吐舉止、思考與答案的深度**就特別重要。建議同學除了這些準備工作之外，也要深入探討自己，清楚自己的賣點和優勢為何，在口試時才能盡情發揮。

另外近年來特別重視**英文能力**，無論是聽、說、讀、寫的題型都很有可能出現，所以同學絕對不能放棄英文的準備工作。除了英文的自我介紹之外，還要多背英文單字，多做口語和聽力練習，英文的專業名詞也要能夠琅琅上口，最好還可以通過全民英檢的考試。

輔導室將會在五月初時舉辦模擬口試，屆時將會邀請各科老師模擬面試情境讓同學練習，因此這也是一個很不錯的練習機會，千萬別放棄了。同時也會以攝影機全程錄下同學模擬口試的表現，口試結束後可以至輔導室觀看，看看自己的臨場表現有哪些優點和缺點以及尚待改進之處。

而在此也建議一、二年級的學弟妹們，平時如果有上台報告的機會，千萬要好好把握這些機會，沒有人天生出口就能滔滔不絕、言之有物，一切有賴平時的磨練砥礪，除了多充實課內和課外相關知識，看些有營養的書籍雜誌之外，也要增加自己的臨場經驗，以培養自己落落大方的風範。

親子時間

一、面試題型

一般來講，面試的問題大致可以分為以下幾類，同學可以依循這個方向來蒐集參考資料，這些資料的蒐集管道除了上網查詢、去輔導室或圖書館找資料、翻閱專業的雜誌、期刊，也可以請教該科系的學長姐，並多注意與最新時事相關的專業性問題。

- 1. 一般問題：**在一般問題中，教授們最想知道你的人格特質及反應能力，所以如何適度的包裝及自我推銷，是面試的重要關鍵，除了隱惡揚善之外，也要記得誠實真誠唷！
 - (1) 請你自我介紹
 - (2) 你為什麼選擇這個科系？
 - (3) 你如何說服我們錄取你？
- 2. 專業問題：**除了平時就要累積培養自己的實力之外，也可在口試前的這段時間內做最後衝刺。尤其是一些萬年必考的基本概念、公式、定義、專業名詞（中英文）的解釋，一定要熟背之外，實作經驗也要能夠琅琅上口。
 - (1) 你知道建築系和土木系有什麼不同嗎？
 - (2) 冰箱冷藏室的東西，碰觸時為什麼會有黏黏的感覺？
 - (3) ABS防鎖死剎車系統，是利用什麼原理？
- 3. 時事問題：**最近三個月，甚至是半年內的、一年內的國內、外熱門時事，你一定要知道，而且除了知道內情之外，還要能提出你自己的看法，是最重要的。比如說最近流行的 SARS、

美伊戰爭等等。

PS. 千萬不要只看影藝版和家庭版啦，人家不會問你今年奧斯卡金像獎的影帝影后是誰的……。

- (1) 你認為英美兩國為何要攻打伊拉克？
- (2) 對於台科大將和師大合併，你認為對兩校的學生有何影響？
- (3) 如果台灣八吋晶圓廠進軍大陸，你覺得將會對台灣的經濟造成怎樣的衝擊？

4. **思考問題**：這些問題最主要是測試你的人文素養、思考能力、邏輯思考能力、推理能力、批判能力及創造力，比較無從準備起，只好自求多福囉！

- (1) 你認為男女之間，有沒有純友誼？
- (2) 如果只剩一個月的生命，你會做什麼？
- (3) 在一個大浴缸中，有一個臉盆沈在裡面，如果不用任何工具，也不碰觸到臉盆，你要如何才能把臉盆拿出來？

以上題目僅供參考，在本校編撰的燦爛生涯路或是坊間的書籍均有非常充分的考古題，家長可和孩子一同討論，多一分準備就多一分勝算。

二、面試應對技巧

由於面試給教授的印象是從一進門就開始了，所以如果家中有攝影機時，不妨錄下孩子們的舉止儀態，作為改進的依據，以下提供幾個注意的地方：

1. **態度**：包括眼神是否有直視面試者、口氣是否溫和，對自己的回答有沒有自信。另外注意不要有太多的口頭禪，別一副和教授稱兄道弟的模樣，也不可以抖腳或有不雅的小動作。
2. **音量**：是否音量在面對面一公尺左右還聽得清楚，如果聽不清楚，要協助孩子練習將音量放大。
3. **禮貌**：隨時面帶微笑，教授說話時不可以插嘴；離開面試會場，要向教授致謝。進門前要記得敲門，等教授應聲後，才開門進入，進門後要記得隨手把門關上。
4. **儀容**：以整齊清潔、表現年輕人朝氣為主，切忌花枝招展，看起來不莊重。男生可選擇休閒式的長褲與襯衫，女生可選擇簡單的線衫與及膝裙或是小洋裝加外套，都很不錯。盡量避免穿牛仔褲，或是太時髦的服裝。如果女生想化妝的話，淡淡的口紅、撲一些腮紅就很不錯了，千萬別讓自己看起來像化妝品專櫃小姐。
5. **誠實**：萬一你被考倒了，寧可誠實，也不要硬么，就算你決定要么，也要么得頭頭是道。要嘛就拖一下時間，請教授重述問題，爭取更多思考的時間；再不然就乾脆請教授換問別題囉！

讀書計劃

一、前言

高中三年級所學已不比一、二年級的餐飲概論簡單，課程所學由易而難，如食物保存、餐飲技術等。但高一所學的大部分是共同學科，是基礎科目，由於所學的皆是片片段段不完整，因此無法像師長們那樣熟悉，不像我們容易忘記，因此必須藉由不斷的練習、複習來提高熟練度。但到了高三就不一樣了，要學專題製作，學更多的中、西餐料理，準備丙級檢定。當然，到了大學，所觸及的領域深，至於廣度，則會縮小而通往更專精技術的領域。學問是無邊無際的，學的愈多，愈體認到知識技術的奧妙，尤其在餐飲方面亦是如此，這使得我對於餐飲領域的好奇心日益增加。

因國中階段我的成績不太理想，我自認不是讀書的料，我的家人和國中老師也鼓勵我讀高職，我選擇餐飲科，也獲得長輩的支持。他們認為即使人類邁向高科技發展，每個人一樣要解決最基本的民生問題，即使面臨經濟不景氣的今天，大街小巷餐飲小攤林立，有錢大官小開吃飯店大餐，沒錢人窮家小子往街頭小飲食店最貼心。我一直認為只要努力，天無絕人之路，一樣可以有一片天。身為現代人所應秉持的態度是有無限的好奇心和強烈的求知欲望，勇於創新求變。碰到問題不應只是找師長們的幫忙，而是要身體力行，自己去尋找答案。

目前做菜早已滲入我們家的生活，每個假日，除了去慢跑運動或打籃球外，會選擇一天由我和姊姊去市場買菜，上廚房由我掌廚，媽媽與二姊當助理，讓我獻醜一番。一年來的磨練，家人都變成我的作品的品嚐師傅。

二、讀書規劃

(一)課業方面

1. 近程

本學年度我已經就讀三年級，在未來的一年時間，計畫如下：

- (1)加強語文能力——我會計劃加強英文的聽力、閱讀和字彙能力，以能適應大學原文教科書繁多的單字，以便對日後各科原文書有更深一層的瞭解與認識。因台灣逐漸趨往國際化發展，因此每個人必須擁有良好的英文閱讀能力與外語表達能力，這是未來的趨勢。
- (2)在餐飲技術方面——我會多閱讀有關這方面的資料。如「美食街」雜誌，其內容廣闊，美編精美。經由餐飲大師的美食推廣與表演介紹，可瞭解目前世界各國著名的美食，臺灣要與世界接軌，就必須加強與世界級大師接觸，提高能見度，一方面吸引觀光人潮賺外匯，一方面提昇與創新合乎顧客喜愛之美食料理。
- (3)加強高職生的人際關係之互動，擴充學習面，增廣見聞——由高一生涯規劃課程中，

讓我開始感受未來人生目標規劃的重要及一般高職生每一階段性任務的實現。

(4)完成高職課業——對於高職課程仍不可偏廢，舉凡國文、物理、化學、生物及數學，都對大學課程有直接的影響；並加強我的電腦能力，使我對於大學或技術學院的課業能有更深的研究。

2. 遠 程

高職畢業後，我會選擇繼續深造，尋找技術學院之餐旅學群，繼續發揮我在專案領域所熟悉環境，相信會有助於我學習更專業的知識。而我更希望以專業的餐飲技術去造福更多人群，為台灣的未來努力，並為我開啟實踐理想的大門邁進。

(二)、社團活動方面

1. 學習培養良好的人際關係與培養自己的組織能力和策劃能力——我喜歡團康社，我可能有更多的機會與同學互動學習，激發個人的潛力，我相信我可以走入人群，廣結善緣，將來發揮餐飲企業王國的夢想。
2. 休閒生活調適——團康社也是休閒社團，是紓解身心課業壓力的好地方，也可以培養個人健康休閒運動的能力。
3. 社會關懷——我很念舊，過去的日子裏，每年開學後我一定會寄一封給我國中與國小導師的信，表達我的近況與對老師的關懷與想念，我喜歡我曾讀畢業過的母校，每年校慶一定找同學去母校逛一圈，看看校舍與師長，然後感覺很優閒又滿足的哼著歌回家。

(三)、校外活動

1. 打工實習——在家人的同意下，我會利用寒暑假時間，到有名師大廚的餐廳飯店做短時期的工作，增加我實習的機會，瞻仰名師的豐采。
2. 參加職業訓練——假日有機會我很想參加技藝班，或與餐飲有關的技術養成班，例如烘焙班、日式料理、法式乳酪、鐵板燒、冰雕、果雕等。

三、未來期望

人生生而有涯，但知識浩瀚無邊，在有限的生命中，實在無法略盡全貌，我既然投入此一餐飲服務之專業領域，當以選擇適合我需要的做最好的發展。盼望學業完成後，能在餐飲界展現所學服務社會，以物美價廉回饋廣大顧客需要，達成我的願望。

讀 書 計 劃



前言

高中三年級所學已不比一年級的基礎化學簡單，課程所學由易而難，如化學平衡、蒸氣壓和熔點的測定等。但高中所學的對大學而言都是簡單而基礎的，是為了進入大學而作的準備，所以課程除了是高中的延伸外，尚有不曾接觸過的內容。在高中時，對於一些無法解釋的原理和現象，師長們總是要求我們予以記憶，由於所學的皆是片段段不完整，因此無法像師長們那樣熟悉，解題技巧熟練，所學也都成為永久的記憶，不像我們常會容易忘記，因此必須藉由

不斷的練習、複習來提高熟練度。但到了大學就不一樣了，大學會將高中內容作有系統的統整，有較完整的解釋，或是用其他更好的方式說明，實驗時所使用的儀器亦比高中來的精密準確。當然，到了研究所，所觸及的領域深，至於廣度，則會縮小而通往更專精的領域。學問是無邊無際的，學的愈多，愈體認到知識的奧妙，尤其在化學方面亦是如此，這使得我對於化學領域的好奇心日益增加。

我的家人也鼓勵我做這樣的決定，他們認為現在台灣正往高科技發展，即使面臨經濟不景氣的今天，化學界亦極需要專業人才的努力和投入。由於有就讀化工方面的親戚說讀化工很辛苦，常需待在實驗室做個一、二天的實驗。而我聽了以後更加確定了朝往化學發展的這條路。我認為不論是化學或其他科目，任何一條定律或規則都是經過前人歷經無數次的實驗、假設失敗所獲得的心血結晶。身為現代人所應秉持態度是有無限的好奇心和強烈的求知欲望。碰到問題不應只是找師長們的幫忙，而是要身體力行，自己去尋求答案。就化學而言，做實驗就是一個重要而實際的方法。貴系「注重理論和實驗並重，並鼓勵學生參與實際研究工作，以達到學以致用的目的」是我理想並渴望進入的學習環境。

化學早已滲入我們的生活，每個人的生活皆離不開化學，故化學對我們而言是十分重要的。我國諾貝爾得獎者亦為貴校校友的丁肇中先生在民國六十五年以「J粒子的發現」獲得國際間的肯定。歷年來的傑出校友亦有吳京、吳伯雄、王建宣、朱經武等多位名人。如果能幸運的進入貴校就讀，瞻仰他們的學術氣息，亦能鼓勵我朝著此目標不斷前進。

讀書規劃

近程

若是順利進入貴系，則在進入就讀前，有長達幾個月的時間，我會計劃加強英文的聽力、閱讀和字彙能力，以能適應原文教科書繁多的單字。因台灣逐漸趨往國際化發展，以前學長、學姊們能夠買中文書對照，現在則漸禁止使用，因此每個人必須擁有良好的英文閱讀能力是未來的趨勢。當然，在化學方面，我會多閱讀有關這方面的資料。如「科學人」雜誌，其內容廣闊，其中包括了有積體電路及矽晶圓的製作等。經由科學家們的努力，已經可發展出立體三維晶片，打破摩爾定律的預測，算是製作品片的一個新發展。閱讀這類文章，除了在進入大學將會學習的固有知識外，可了解目前世界的最新資訊，與世界接軌。

中程

化學所涵蓋的範圍極廣，大學化學必修的課程有普通化學、有機化學、無機化學、分析化學等。我希望學習有關「生醫工程」方面的知識，故在選修方面會選擇生物化學和藥學化學等方面的科目，也會善用貴校的圖書館來查詢資料。貴校的圖書館藏書之多，比起網路上的資源更為豐富。過去習慣上網查資料，由於網站上資料有限，師長要求做的報告與同學間的也都大同小異。圖書館書籍種類繁多，須經過整理才做出來的報告才是屬於自己的東西，因此培養了彙整的能力。在大四時，為繼續深造，會花更多時間在「生醫工程」所需的專業科目上多加努力，並配合學校參與實際研究工作，在此領域中有更進一步的學習。我也希望在各方面能

夠均衡發展，會積極參與社團和聯誼活動，學習人際關係、社交能力。

遠 程

完成大學學業後，計畫直升 貴校系所碩士班以繼續深造，在熟悉的環境下，相信會有助於我學習更專業的知識。有鑒於在台灣器官捐贈不盛行和「幹細胞」引發許多道德上的問題，故於研究所畢業後，願能從事有關「人工器官」的研發。在商業掛帥的時代，許多人追求名和地位，而我希望以我專業的知識去造福更多人群，為台灣的未來努力，並為我開啟實踐理想的大門。

師長推薦函

臺灣大學甄試委員會鈞鑒：

本人曾擔任修緯同學生物科教師及導師一年，在此極誠懇推薦其參加貴校系甄選，進入貴系讀。

修緯同學為人態度熱心、親切，處事嚴謹不隨便。在課業方面，表現出十足的追求真知精神，特別是在生物實驗時其認真的表現使本人印象深刻。此生對生命科學與生化科技有著極濃厚的興趣，可知其在學業方面非常用心。

修緯同學除了生化方面之外，更有其他的才華。高二時，利用課餘時間帶領本校管樂隊參加八十六學年度音樂比賽，榮獲銅管五重奏全國組甲等，有此熱忱、有此成就實屬難得。校內活動更是不落人後，教孝月海報招貼設計又為該生增添一張獎狀，因此更證明該生對任何事物都相當的用心。若有幸被錄取，不僅能讓此生獲得極大發展潛能空間，貴系也將甄得最合適的學生，特此推薦！

謹致

國立臺灣大學農業化學系土壤肥料組

推薦人：

市立****高中生物科教師

教師推薦函

壹、申請人基本資料：(請申請人親自填寫)

申請人姓名		申請人班級座號		畢業時間	年 月
申請校系	大學 學院		學系 學系		

貳、推薦人資料：(請推薦人親自填寫) 本項資料列為機密，不對外公開。

推薦人姓名		職稱		任教科目	科
推薦人與申請人關係				教學期間	高一 () 高二 () 高三 ()
聯絡地址	(104) 臺北市 區 路段 巷 弄 號 樓			聯絡電話	()

參、評鑑項目：

項次	項目內容	優良	良好	普通	尚可	欠佳	說明
1	語文表達能力						評比標準：申請人與其他教過學生的相對表現 『優良』：前 10% 者 『良好』：前 10-30% 者 『普通』：前 30-60% 者 『尚可』：後 40-10% 者 『欠佳』：後 10% 者
2	群體生活及處事態度						
3	任教科目學習態度						
4	任教科目學習能力						
5	發掘問題及獨立思考之能力						
6	申請就讀科系的潛力						
其他							

肆、推薦人意見

推薦人簽章：

中華民國 年 月 日

甄選委員您好：

我是喬治高職的實習處主任張月珠，茲對喜玉同學做以下推薦，請惠予優先考慮錄取。

喜玉個性活潑、開朗，喜歡笑，見到她總讓人心情愉悅，就學期間曾擔任「衛生幹事」、「日文小老師」、「旅遊實務小老師」及「專題製作小老師」，表現良好，屢獲獎勵。對於協助各項班務、科務及校務活動，不僅積極爭取參與，更是表現盡心盡力及優良。專業發展部分，已考取到國家「飲料調製」丙級技術士證照，也多次參與各項國中技藝教育活動。另外參與英文月生活字彙王比賽第三名、英文月話劇比賽第一名及教室布置競賽第二名。學業成績每一學期都在班上前三名，個人最值得驕傲的是，就學三年來，每學期皆領「全勤獎」。

因此向您鄭重推薦。謝謝！

崙 此

順 頌

教 綏

臺北市私立喬治高級工商職業學校

敬上

104年.2月.6日

學習成果

你可選擇一般科目、專業科目，或是特殊技能的學習成果，展現個人在某些科學習表現優良的地方，如最用心製作的生字卡、最得意的考卷、自然科收集的資料、社會科研究報告，專業科目、英文、數學學科競試.....等，並做反省和檢討（這部分是重點），說明自己歷年的變化與成長。

實作成品

可將你最得意的作品放在此展出，包含手工藝品、教室佈置比賽的作品、參加競賽的作品、書法作品等。



海報



實習作品



實習作品





活動成果

每學期都有許多班級、學年及學校辦的精采活動，在這些活動中你有那些收穫？你可以透過活動通知、學習單、相片、日記，加上心得及活動檢討（這部分是重點）來呈現多采多姿的學習生活。例如活動有：

- 愛國行進比賽、啦啦隊比賽、聖歌比賽、個人才藝比賽等
- 校慶活動——拔河比賽、田徑比賽、籃球比賽、園遊會等
- 路跑活動
- 班級佈置競賽
- 校外教學——公民訓練、淨山活動
- 聖誕感恩活動
- 班級讀書會活動
- 班級話劇表演、國文月或英文月朗誦比賽
- 週會講座——兩性教育、生命教育、租稅教育、環保教育等
- 校園安全教育——防暴短劇、消防演練等
- 社團活動
- 校內外的藝文競賽
- 校內外的技能競賽



榮譽榜

將這學期得到獎狀影印，或將得獎項目、獲得名次理整成一張榮譽榜單，當然最好於每張獎狀的後面加上一些學習的記錄，例如寫個得獎的時空背景、參賽的奮鬥過程、以及心得，幫助你自己整理心情，也為這段歷程留下心情筆記。如底下的範例：



時間：2004/10/10

紀錄：參與中華民國各界慶祝九十二年國慶大會

心得：代表學校參加去參加了國慶大會，雖然真的很累、很渴，不過能參加這麼盛大的大會其實還是滿光榮的！



時間：92 學年第一學期

紀錄：擔任班長

心得：第一學期就當上班長，很多事情都不是很懂，所以常做錯事，好在同學和老師都可以包容我，也會在各方面協助我、教導我，讓我學習如何當個稱職的領導者。雖然辛苦卻是很新鮮美好的回憶阿。



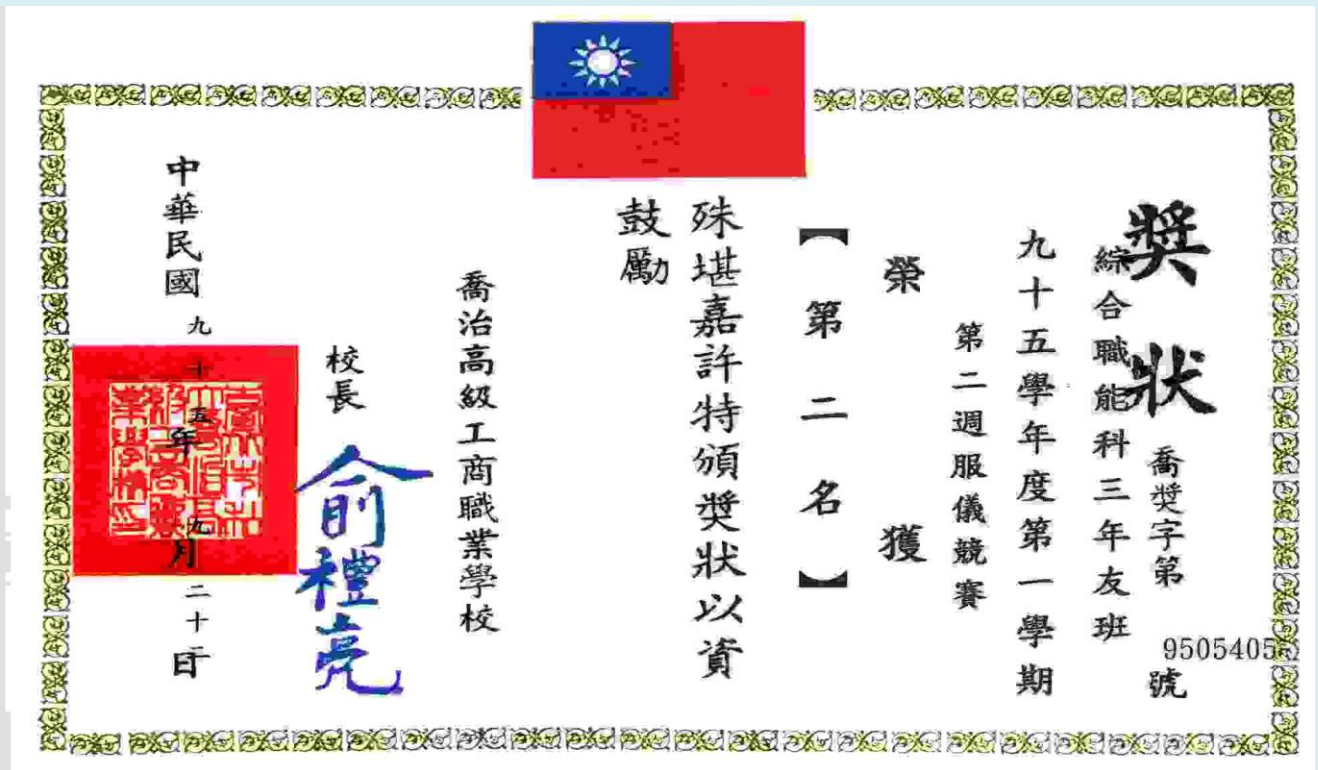
競賽名稱：台北市十大傑出高職學生
競賽性質：優良學生

得獎心得：

十大傑出高職學生今年是首度舉辦，其目的是在表揚並鼓勵在高職求學有傑出表現的學生，很榮幸我能夠獲得這份殊榮。該項表揚的評定方式很不一樣，除了基本的老師推薦函外，還得另外製作一本備審資料和電子簡報檔，並且還要面試審核，電話訪問...等等步驟，逐一篩選出名次，得獎之後還接受教育廣播電台的【技職百分百】節目專訪呢。

這裡要特別感謝推薦我參賽並且指導我的李幸昭老師，同時她也是我在大安高工多項競賽的啓蒙老師，光是一、二年級在李老師那裡學習，比賽的時間，每學期的公假時數幾乎都突破了百堂大關，這也是令我印象深刻的一個經驗。另外在我的備審資料準備方面，更要感謝李嘉雯老師，她不厭其煩的一再為我審稿，修改我的自傳用詞不通順的地方，感謝老師們的幫忙，我才能夠獲得這份榮耀。

獎 狀




證 照

中華民國技術士證

身分證號	F227738378	
技術士證總編號	100-204039	
出生日期	80/06/03	陳淳之 級別 丙級
生效日期	96/07/31	
製發日期		
職類(項)名稱	美容	

行政院勞工委員會 發

Technician Certificate , Republic of China
 Certificate No. 100-204046
 This is to certify that LI, PEI-RONG
 ID No. F227753286 born on November 3, 1990
 has passed the required qualification examination of
 class C skill category of
 Beautify


 S963008494

thus has been duly certified,
 effective date: July 31, 2007

中華民國技術士證

身分證號	F129543204	
技術士證總編號	100-204069	
出生日期	78/04/15	陳宇昌 級別 丙級
生效日期	96/07/31	
製發日期		
職類(項)名稱	美容	

行政院勞工委員會 發

Technician Certificate , Republic of China
 Certificate No. 100-204029
 This is to certify that LIAO, YU-WUN
 ID No. F227698673 born on September 28, 1990
 has passed the required qualification examination of
 class C skill category of
 Beautify


 S963008477

thus has been duly certified,
 effective date: July 31, 2007

喬治高職 美容科