

115-1 學習歷程宣導講座學習單 核心任務：把課堂作品轉譯成教授看得懂的學習證據

一. 可用資源推薦

資源	主要用途
曙光學習歷程平台 (亞昕)	校內唯一上傳、認證與年度勾選系統
校網 / 圖書室「學習歷程專區」	校內公告、操作說明、手冊與簡報
108 課綱資訊網 / 教育部手冊	官方政策與學習歷程說明
大學甄選入學委員會 / 技專校院招生策略委員會	升學規範、校系準備指引與審查重點
ColleGo! / 作伙學 / 優歷 Yory	探索校系、審查觀點、練習架構與獲得回饋

請選一個你最需要的資源，寫下「何時使用 + 要查什麼」：

二. 學習成果上傳必知事項

比較項目	課程學習成果	多元表現
來源	有學分課程中的作業、作品、報告或實作	自主學習、社團、幹部、競賽、服務
教師認證	需要；與修課內容相關且為學生自主完成	不需要
檔案限制	文件檔案每件 4MB；影音每件 10MB	
百字簡述	每件以 100 字為限	
年度勾選上限	每學年至多 6 件	每學年至多 10 件

- 上傳後，我會重新下載 / 開啟檢查，不只確認「有檔案」。
- 分組成果會列出組員姓名、分工與自己的具體貢獻。
- 影音會確認連結權限與播放狀況，避免日後無法存取。
- 我會在期限前完成上傳、修正、認證與勾選，不等最後一天。

三. 115-1 課程成果與多元表現必留意時程

日期 / 階段	學生要做什麼
2027/2/10 (三)	115-1 課程學習成果上傳截止
2027/2/15 (一)	教師認證不通過之作品重傳截止
2027/2/17 (三)	教師認證截止；學生應確認認證結果
115 學年度多元表現	高一 2 7/31；普三 4 月初；職三 5 月初
每學年年勾選	課程成果最多 6 件；多元表現最多 10 件

我的個人提前完成日：課程成果 ____ 月 ____ 日；多元表現 ____ 月 ____ 日。

四. 學習歷程撰寫原則

原則	自我提問
歷程性	我如何開始？遇到什麼問題？如何修正？
統整性	我學到哪些知識、態度與技能 (K-A-S)？
工具性	版面、圖表、標題與檔案格式是否讓第三方快速看懂？
三重二不	重核心能力、重校內學習、重真實自主；不是項項具備、不是以量取勝。

把「作業」升級成「學習證據」，請選一件作品：_____。用 STAR / 歷程脈絡簡寫：

S 情境 / 任務	A 行動與方法	R 結果與證據	反思與下一步

五. 百字簡述書寫原則

建議公式：課程 / 主題 + 具體方法或工具 + 關鍵成果 + 核心收穫 / 能力特質。

講座句型：在 (課程) 中，我學習 (內容)，透過 (過程)，使用 (方法)，製作 (成果)，並培養 / 展現 (能力)。

我的 100 字簡述草稿 (請避免只寫作品名稱或「收穫很多」)

自我檢核：□ 看得出做了什麼 □ 有方法 / 工具 □ 有具體成果 □ 有個人能力 □ 未超過 100 字

六. 學習歷程與升學途徑的關聯：校系盤點

升學方向	三年累積後常見整理方式（依簡章為準）
一般大學申請入學	由三年最多 18 件課程成果中依校系勾選至多 3 件；撰寫學習歷程自述。多元表現由最多 30 件勾選至多 3 件；中依規定選取並撰寫綜整心得。
四技科大甄選 / 技優甄審	依校系要求選課程成果，可能區分實習科目 / 專題實作與其他科目另整理多元表現與綜整心得。

六步自我盤點

- 查目標校系最新入學簡章與管道
- 看學習準備建議方向及備審審查重點
- 用 ColleGo! 或校系網站找能力特質
- 盤點已上傳、已認證、已勾選的作品
- 找出缺口：課程 / 多元 / 能力證據 / 反思
- 規劃下一件作品或下一次深化行動

目標校系	重視能力 / 經驗	已有證據	缺口與下一步

七. 製作軟體、字型與開啟檢視工具

用途	建議	注意事項
製作	Word 或 PowerPoint	版面較穩定；輸出 PDF 前先保留可編輯原檔
字型	微軟正黑體、新細明體、標楷體	避免冷門字型造成替換、缺字或跑版
開啟檢視	Adobe Acrobat Reader	以審查者角度逐頁檢查文字、圖片、連結與頁碼
Canva	可設計需特別檢查輸出與壓縮結果	PDF 可能超過 4MB； 線上壓縮後可能文字消失或亂碼

輸出前檢核：□ PDF 可開啟 □ 無跑版 / 亂碼 □ 圖片清楚 □ 文字可讀 □ 容量合規 □ 連結權限正確

八. 參考文獻書寫方式與 AI 使用原則

參考文獻：讓讀者找得到原始資料

資料類型	基本寫法
書籍	作者（年份）。《書名》。出版社。
網頁	作者 / 機構（年份或日期）。〈頁面標題〉。網站名稱。網址
文章 / 期刊	作者（年份）。〈篇名〉。《刊名》，卷（期），頁碼。網址
圖片 / 圖表	作者 / 機構（年份）作品或頁面名稱、來源網址；必要時註明改繪。

AI 使用四原則

原則	我應做到
資料有來源	查核 AI 提供的事實與來源，不把虛構資料當真。
誠實揭露	說明工具名稱、用途、使用範圍及自己如何修改。
放對位置	AI 是協助發想、整理與修訂的工具，不能取代自己的學習與完成。
引用守規範	依學校、競賽、期刊或校系規定標註，不隱匿代寫。

AI 使用揭露範例（請依實際情況改寫）：

「本作品使用 _____（工具）協助 _____（用途 / 範圍）；我已查核內容與來源，並自行完成 _____（分析、改寫、實作或反思）。」

講座後行動單 | 我下一步要做什麼？

盤點項目	我的答案
我最值得整理的一件課程成果	
我最能代表自己的多元表現	
目前想探索的校系 / 學群	
教授能從作品看見的能力	
我最需要補強的地方	
我會在何時完成哪一項行動	