



# 目錄

01



學習歷程系統  
多元表現欄位填寫說明

**P.3-16**

02



多元表現  
建議呈現方式

**P.17-20**

03



多元表現  
Q&A

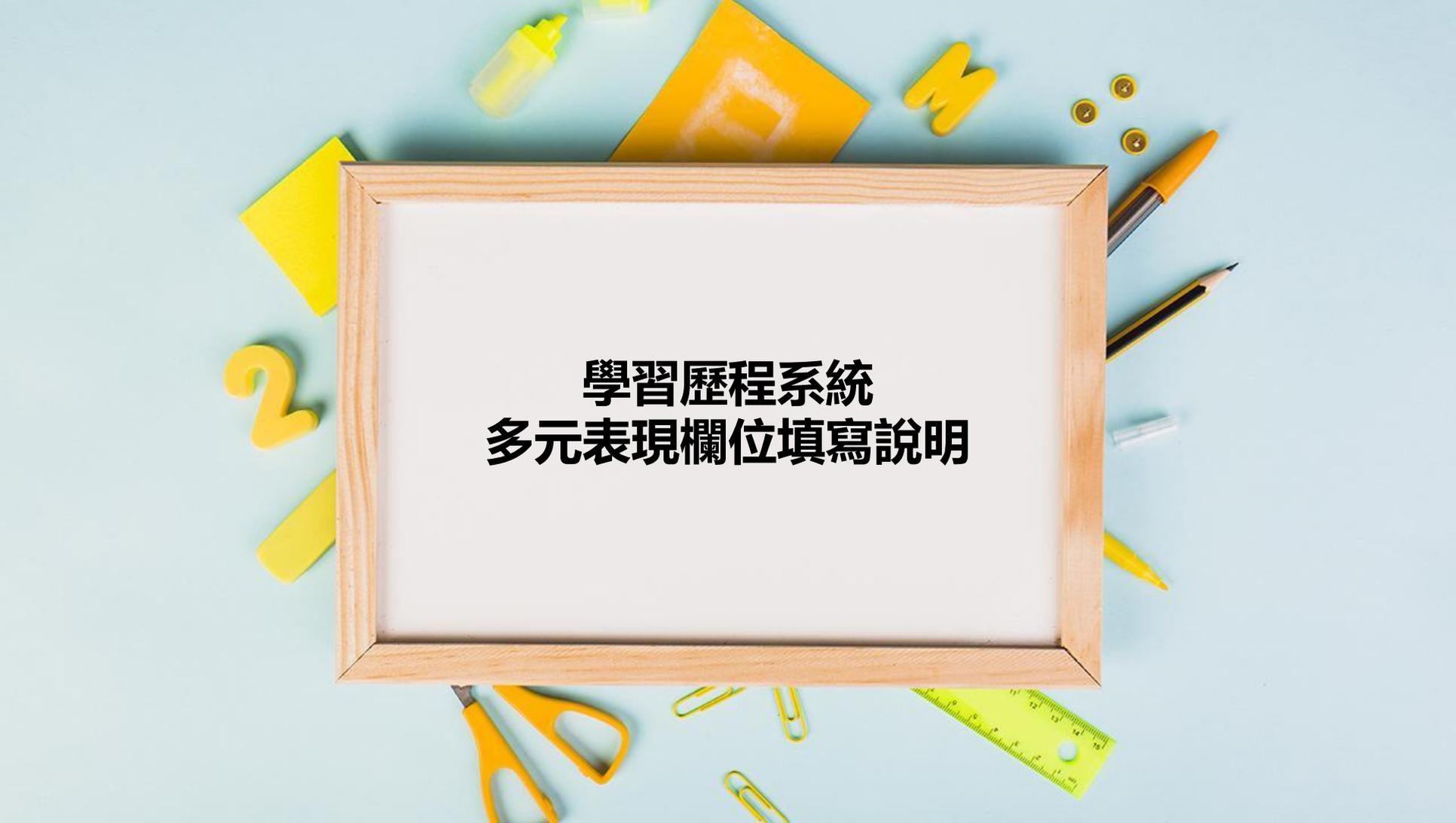
**P.21-23**

04



其他及相關網站

**P.24-28**



**學習歷程系統  
多元表現欄位填寫說明**

## 幹部經歷暨事蹟紀錄

校內幹部紀錄

幹部經歷暨事蹟紀錄

儲存

取消

學年度\* 110

學期\* 上

單位名稱\*

開始日期\*

結束日期\*

擔任職務\*

幹部等級\*

內容簡述  
(限100字)

### 檔案上傳

- 您可以上傳文件或影音檔案，但至少上傳其中一項，否則無法進行儲存
- 若需要重新上傳附件，請點選「選擇檔案」重新上傳並儲存即可，不需先刪除附件
- 當您上傳影音檔案後，您可在「影音外部連結」中附上另外高畫質(音質)影音檔的連結
- 我有Word文件，如何另存為 PDF ?

證明文件上傳 (上傳大小限制：4MB，格式限制：.pdf、.png、.jpg)

選擇檔案 未選擇任何檔案

影音檔案上傳 (上傳大小限制：10MB，格式限制：.mp3、.mp4)

選擇檔案 未選擇任何檔案

影音外部連結

## 填寫說明

1.學 年 度	此為上傳學年度，不能更改。
2.學 期	下拉式選單，選擇上傳檔案的學期別。
3.單 位 名 稱	填寫單位名稱，例：中壢高商資處科○年○班、中壢高商國樂社。
4.開 始 日 期	點選開始日期，可參考校內幹部紀錄。
5.結 束 日 期	點選結束日期，可參考校內幹部紀錄。
6.擔 任 職 務	填寫擔任的職務，例：實習股長/國語文小老師。
7.幹 部 等 級	下拉式選單，點選幹部等級，可參考下方範例。
8.內 容 簡 述	填寫 100 字內之幹部經歷暨事蹟內容簡述及心得反思。
9.證明文件上傳	上傳格式限定：pdf/png/jpg；檔案大小限制 4MB。
10.影音檔案上傳	上傳格式限定：mp3/mp4；檔案大小限制 10MB。 若同學有填寫影音外部連結或用 QR CODE 呈現，請注意影片無法播放或存取權限異動等問題。

### 範例：

單位名稱	擔任職務	幹部等級
中壢高商學生會	副會長	校級幹部
中壢高商班聯會	總務	校級幹部
中壢高商特勤隊	中隊長	校級幹部
中壢高商商業經營科一年一班	衛生股長	班級幹部
中壢高商資料處理科一年一班	班級代表	班級幹部
中壢高商電影欣賞社	社長	社團幹部
中壢高商國際貿易科一年一班	數學科小老師	其他幹部

備註：有參與特勤隊職務，但沒有擔任幹部者，可在「服務學習紀錄」填寫。

## 競賽參與紀錄

學年度*	110
學期*	上
競賽名稱*	
競賽項目	
競賽等級*	請選擇
獎項*	
結果公布日期*	
參與方式*	請選擇
內容簡述 (限100字)	

### 檔案上傳

- 您可以上傳文件或影音檔案，但至少上傳其中一項，否則無法進行儲存
- 若需要重新上傳附件，請點選「選擇檔案」重新上傳並儲存即可，不需先刪除附件
- 當您上傳影音檔案後，您可在「影音外部連結」中附上另外高畫質(音質)影音檔的連結
- 我有Word文件，如何另存為 PDF？

### 證明文件上傳 (上傳大小限制：4MB，格式限制：.pdf、.png、.jpg)

未選擇任何檔案

### 影音檔案上傳 (上傳大小限制：10MB，格式限制：.mp3、.mp4)

未選擇任何檔案

### 影音外部連結

## 填寫說明

1.學 年 度	此為上傳學年度，不能更改。
2.學 期	下拉式選單，選擇上傳檔案的學期別。
3.競 賽 名 稱	填寫競賽名稱，例：110 學年度全國學生音樂比賽。
4.競 賽 項 目	填寫競賽項目，例：朗讀、高中組、個人組、男生組等，請依參與競賽之實際分類進行填報，無分組者請空白。
5.競 賽 等 級	下拉式選單，點選競賽等級。
6.獎 項	填寫獎項名稱。例：未得獎、第一名、金手獎、佳作、優勝等。
7.結果公布日期	點選結果公布日期。
8.參 與 方 式	下拉式選單，點選參與方式。
9.內 容 簡 述	填寫 100 字內之競賽參與介紹、內容簡述及心得反思。
10.證明文件上傳	上傳格式限定：pdf/png/jpg；檔案大小限制 4MB。
11.影音檔案上傳	上傳格式限定：mp3/mp4；檔案大小限制 10MB。 若同學有填寫影音外部連結或用 QR CODE 呈現，請注意影片無法播放或存取權限異動等問題。

### 範例：

1.競賽名稱	全國高級中等學校 小論文寫作比賽	桃園市 110 年語文競賽	110 年中壢高 商運動會	110 年校內商 業簡報競賽	優良作業 展
2.競賽項目	第〇〇梯次小論文 比賽	高中學生組 作文	高一女生組跳 遠	高二組	
3.競賽等級	全國	縣市	校級	校級	校級
4.獎項	優等	第四名	未得獎	第五名	優良
5.公布日期	110.11.25	110.11.5	110.11.5	110.3.10	110.12.10
6.參與方式	團體參與	個人參與	個人參與	個人參與	團體參與

## 服務學習紀錄

學年度\* 110

學期\* 上

服務名稱\*

服務單位\*

開始日期\*

結束日期\*

服務時數\*  
(小時)

服務類別\*  校內  校外

內容簡述  
(限100字)

### 檔案上傳

- 您可以上傳文件或影音檔案，但至少上傳其中一項，否則無法進行儲存
- 若需要重新上傳附件，請點選「選擇檔案」重新上傳並儲存即可，不需先刪除附件
- 當您上傳影音檔案後，您可在「影音外部連結」中附上另外高畫質(音質)影音檔的連結
- 我有Word文件，如何另存為 PDF？

### 證明文件上傳 (上傳大小限制：4MB，格式限制：.pdf、.png、.jpg)

未選擇任何檔案

### 影音檔案上傳 (上傳大小限制：10MB，格式限制：.mp3、.mp4)

未選擇任何檔案

### 影音外部連結

## 填寫說明

1.學 年 度	此為上傳學年度，不能更改。
2.學 期	下拉式選單，選擇上傳檔案的學期別。
3.服 務 名 稱	填寫服務名稱。
4.服 務 單 位	填寫服務單位名稱。
5.開 始 日 期	點選開始日期。
6.結 束 日 期	點選結束日期。
7.服 務 時 數	以阿拉伯數字填寫服務時數，最多小數點以下三位。
8.服 務 類 別	點選校內或校外。
9.內 容 簡 述	填寫 100 字內之服務內容概述及心得反思。
10.證明文件上傳	上傳格式限定：pdf/png/jpg；檔案大小限制 4MB。
11.影音檔案上傳	上傳格式限定：mp3/mp4；檔案大小限制 10MB。 若同學有填寫影音外部連結或用 QR CODE 呈現，請注意影片無法播放或存取權限異動等問題。

### 範例：

1.服 務 名 稱	圖書館志工	櫃臺引導、簡易稅務諮詢	特勤隊
2.服 務 單 位	桃園市立中壢高商	地方稅務局-大溪分局	中壢高商
3.開 始 日 期	109.9.1	109.1.21	109.9.1
4.結 束 日 期	109.12.31	109.2.10	110.1.20
5.時 數	15	30	30
6.服 務 類 別	校內	校外	校內

## 作品成果紀錄

學年度*	<input type="text" value="110"/>
學期*	<input type="text" value="上"/>
作品名稱*	<input type="text"/>
作品類型	<input type="text"/>
發表日期*	<input type="text"/>
內容簡述 (限100字)	<input type="text"/>

### 檔案上傳

- 您可以上傳文件或影音檔案，但至少上傳其中一項，否則無法進行儲存
- 若需要重新上傳附件，請點選「選擇檔案」重新上傳並儲存即可，不需先刪除附件
- 當您上傳影音檔案後，您可在「影音外部連結」中附上另外高畫質(音質)影音檔的連結
- 我有Word文件，如何另存為 PDF ?

#### 證明文件上傳 (上傳大小限制：4MB，格式限制：.pdf、.png、.jpg)

未選擇任何檔案

#### 影音檔案上傳 (上傳大小限制：10MB，格式限制：.mp3、.mp4)

未選擇任何檔案

#### 影音外部連結

## 填寫說明

1.學 年 度	此為上傳學年度，不能更改。
2.學 期	下拉式選單，選擇上傳檔案的學期別。
3.作 品 名 稱	填寫作品成果名稱，若為作品集則填寫作品集名稱。
4.作 品 類 型	
5.發 表 日 期	點選完成日期或發表日期。
6.內 容 簡 述	填寫 100 字內之作品內容簡述及反思。
7.證明文件上傳	上傳格式限定：pdf/png/jpg；檔案大小限制 4MB。
8.影音檔案上傳	上傳格式限定：mp3/mp4；檔案大小限制 10MB。 若同學有填寫影音外部連結或用 QRCODE 呈現，請注意影片無法播放或存取權限異動等問題。

## 範例：

1.作 品 名 稱	自創 line 貼圖
2.發 表 日 期	110.1.30

## 檢定證照紀錄

證照搜尋	<input type="text"/>
搜尋結果	請選擇 <input type="button" value="v"/>
學年度*	110 <input type="text"/>
學期*	上 <input type="button" value="v"/>
國內國外*	請選擇 <input type="button" value="v"/>
證照類別*	請選擇 <input type="button" value="v"/>
發照單位*	請選擇 <input type="button" value="v"/>
證照名稱*	請選擇 <input type="button" value="v"/>
級數分數*	請選擇 <input type="button" value="v"/>
證照字號	<input type="text"/>
註 1*	請選擇 <input type="button" value="v"/>
分 數	<input type="text"/>
分項結果	<input type="text"/>
證照日期*	<input type="text"/>
檢定組別	<input type="text"/>
內容簡述 (限100字)	<input type="text"/>

### 檔案上傳

- 您可以上傳文件或影音檔案，但至少上傳其中一項，否則無法進行儲存
- 若需要重新上傳附件，請點選「選擇檔案」重新上傳並儲存即可，不需先刪除附件
- 當您上傳影音檔案後，您可在「影音外部連結」中附上另外高畫質(音質)影音檔的連結
- 我有Word文件，如何另存為 PDF ?

#### 證明文件上傳 (上傳大小限制：4MB，格式限制：.pdf、.png、.jpg)

未選擇任何檔案

#### 影音檔案上傳 (上傳大小限制：10MB，格式限制：.mp3、.mp4)

未選擇任何檔案

#### 影音外部連結

## 填寫說明

在「證照搜尋」欄位輸入關鍵字後，下拉式選單查詢「搜尋結果」，選取適當證照後，「國內國外」、「證照類別」、「發照單位」、「證照名稱」即會出現，不需再填寫。

1.學 年 度	此為上傳學年度，不能更改。
2.學 期	下拉式選單，選擇上傳檔案的學期別。
3.級 數 分 數	下拉式選單，選擇適合的級別或組別。
4.證 照 字 號	填寫取得證照字號，若無請保留空白。
5.註 1	依取得證照點選證照類別。 英語能力檢定：多益、全民英檢等。 其他語言能力檢定：原住民族語認證、日本語能力試驗 N5 等。 技能檢定及技術士證照：會計乙丙檢/電腦應用乙丙檢/國貿業務丙檢/TQC 中文輸入、TQC 英文輸入、TQC 電腦會計/商教會會計能力檢定等。
6.分 數	測驗結果有分數者填寫總分，若無請保留空白(只要填數字，不須填中文字)。
7.分 項 結 果	如成績有多項者請依照分項進行填報，分項間以半形逗號分隔。 例：檢定有分學、術科進行，可填「學科 80,術科及格」 例：打字證照：32words/min；英語檢定：聽力 220,閱讀 280
8.取得證照日期	點選取得日期。
9.檢 定 組 別	填寫檢定組別或級別，若無分組別者請保留空白。
10.內 容 簡 述	填寫 100 字內之檢定證照概述及心得反思。
11.證明文件上傳	上傳格式限定：pdf/png/jpg；檔案大小限制 4MB。
12.影音檔案上傳	上傳格式限定：mp3/mp4；檔案大小限制 10MB。 若同學有填寫影音外部連結或用 QRCODE 呈現，請注意影片無法播放或存取權限異動等問題。

## 職場學習紀錄

學年度\* 110

學期\* 上

工作類型\*  職場  志工  義工  工讀

職場類別\* 請選擇

服務單位\*

職稱

工作地點

開始日期\*

結束日期\*

時數  
(小時)

內容簡述  
(限100字)

### 檔案上傳

- 您可以上傳文件或影音檔案，但至少上傳其中一項，否則無法進行儲存
- 若需要重新上傳附件，請點選「選擇檔案」重新上傳並儲存即可，不需先刪除附件
- 當您上傳影音檔案後，您可在「影音外部連結」中附上另外高畫質(音質)影音檔的連結
- 我有Word文件，如何另存為 PDF？

📄 證明文件上傳 (上傳大小限制：4MB，格式限制：.pdf、.png、.jpg)

🎥 影音檔案上傳 (上傳大小限制：10MB，格式限制：.mp3、.mp4)

🔗 影音外部連結

## 填寫說明

1.學 年 度	此為上傳學年度，不能更改。
2.學期	下拉式選單，選擇上傳檔案的學期別。
3.工作類型	選擇適當的選項。
4.職場類別	下拉式選單，點擇職場學習類別。
5.服務單位	填寫職場學習單位名稱。
6.職稱	若種類為實習、工作性質，填寫職場學習職稱，例如：實習工廠幹部、組員、見習生等。若為體驗或參訪性質或其他，本欄位請留空。
7.工作地點	填寫職場學習單位名稱的所在地。
8.開始日期	點選開始日期。
9.結束日期	點選結束日期。
10.時數	以阿拉伯數字填入參與時數，最多小數點以下三位；無時數資訊請留空白。
11.內容簡述	填寫 100 字內之職場學習進行之活動/課程內容簡述及心得反思。
12.證明文件上傳	上傳格式限定：pdf/png/jpg；檔案大小限制 4MB。
13.影音檔案上傳	上傳格式限定：mp3/mp4；檔案大小限制 10MB。 若同學有填寫影音外部連結或用 QR CODE 呈現，請注意影片無法播放或存取權限異動等問題。

### 範例：

1.工作類型	職場		工讀
2.職場類別	職場參訪	職場實習	職場工作經驗
3.服務單位	賈桃樂學習主題館	家樂福	全家便利商店
4.職稱		實習生	工讀生
5.工作地點	新竹市	桃園市中壢區	桃園市中壢區
4.開始日期	110.6.12	110.12.13	110.7.1
5.結束日期	110.6.12	110.12.13	110.8.31
6.時數	3	6	60

## 彈性學習時間紀錄

學年度*	110
學期*	上
類別代碼*	請選擇
開設名稱*	
開設單位	
每週節數*	
開設週數*	
內容簡述 (限100字)	

### 檔案上傳

- 您可以上傳文件或影音檔案，但至少上傳其中一項，否則無法進行儲存
- 若需要重新上傳附件，請點選「選擇檔案」重新上傳並儲存即可，不需先刪除附件
- 當您上傳影音檔案後，您可在「影音外部連結」中附上另外高畫質(音質)影音檔的連結
- 我有Word文件，如何另存為 PDF？

### 證明文件上傳 (上傳大小限制：4MB，格式限制：.pdf、.png、.jpg)

未選擇任何檔案

### 影音檔案上傳 (上傳大小限制：10MB，格式限制：.mp3、.mp4)

未選擇任何檔案

### 影音外部連結

## 填寫說明

1.學 年 度	此為上傳學年度，不能更改。
2.學 期	下拉式選單，選擇上傳檔案的學期別。
3.類 別 代 碼	下拉式選單，依課程的類別選擇。
3.開 設 名 稱	填寫彈性學習時間名稱，若為自主學習請填寫自主學習計畫名稱；若為各類別開設的微課程請填寫微課程之課程名稱。
4.開 設 單 位	填寫開設單位，若為自主學習請空白或填寫教務處或圖書館；若為課程相關類別請填寫校內開設單位、培訓或活動請填寫校內主辦單位。
5.每 週 節 數	以整數阿拉伯數字填寫每週節數，範圍在 0-3。
6.開 設 週 數	以整數阿拉伯數字填寫開設週數，範圍在 1-18。
7.內 容 簡 述	填寫 100 字內之彈性學習所進行之活動/課程內容簡述及反思。
8.證明文件上傳	上傳格式限定：pdf/png/jpg；檔案大小限制 4MB。
9.影音檔案上傳	上傳格式限定：mp3/mp4；檔案大小限制 10MB。 若同學有填寫影音外部連結或用 QRCODE 呈現，請注意影片無法播放或存取權限異動等問題。

範例：109 學年度及 110 學年度第一學期彈性學習時間所開設內容如下頁。

## 110學年度第一學期

全校一年級彈性學習(隔週星期五6、7節)					
開設學年期	彈性學習時間類別	開設名稱	開設單位	每週節數	開設週數
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	美麗新視/世界	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	主題式小團體課程	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	飲料調製實作	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	電子書製作	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	線上學習與資訊素養	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	文學瓊林宴	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	文化大觀園	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	閱讀理解-英文	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	手作藝成品	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	邏輯動動腦	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	數戰數決	教務處	1	16
110學年度第一學期	補強性課程	數學大躍進	教務處	1	16
110學年度第一學期	補強性課程	歷史加油站	教務處	1	16
110學年度第一學期	補強性課程	地理加油站	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	自然充電站	教務處	1	16
110學年度第一學期	補強性課程	記帳實務	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	商業補給站	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	圖書館利用	教務處	1	16
110學年度第一學期	補強性課程	資訊科技實務	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	破風-御風前行	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	塑身減重運動	教務處	1	16

全校二年級彈性學習(隔週星期五6、7節)					
開設學年期	彈性學習時間類別	開設名稱	開設單位	每週節數	開設週數
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	自主先備	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	文學瓊林宴	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	文化大觀園	教務處	1	16
110學年度第一學期	補強性課程	用英文走天下	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	數戰數決	教務處	1	16
110學年度第一學期	補強性課程	數學大躍進	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	主題式電影欣賞與口語表達	教務處	1	16
110學年度第一學期	補強性課程	歷史加油站	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	自然充電站	教務處	1	16
110學年度第一學期	補強性課程	記帳實務	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	商業放大鏡	教務處	1	16
110學年度第一學期	補強性課程	經濟實務	教務處	1	16
110學年度第一學期	補強性課程	資訊科技實務	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	塑身減重運動	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	繪畫寫生-校園紀實	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	美麗新視/世界	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	TRX基礎課程	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	籃球暨體適能運動	教務處	1	16
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	藝術創作	教務處	1	16

全校三年級彈性學習(星期三第2節)					
開設學年期	彈性學習時間類別	開設名稱	開設單位	每週節數	開設週數
110學年度第一學期	自主學習	自主學習	教務處	1	18
110學年度第一學期	補強性課程	國文大躍進	教務處	1	18
110學年度第一學期	補強性課程	英語聽講與閱讀	教務處	1	18
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	數學桌遊	教務處	1	18
110學年度第一學期	補強性課程	會計演練	教務處	1	18
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	會計資訊系統實作	教務處	1	18
110學年度第一學期	補強性課程	經濟演練	教務處	1	18
110學年度第一學期	補強性課程	數位科技實務	教務處	1	18

綜高一年級彈性學習(星期五第3節)					
開設學年期	彈性學習時間類別	開設名稱	開設單位	每週節數	開設週數
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	語文表達	教務處	1	18
110學年度第一學期	補強性課程	數學奠基	教務處	1	18
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	歷史人物探討	教務處	1	18
110學年度第一學期	補強性課程	物理進階	教務處	1	18
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	體重控制	教務處	1	18
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	基礎韓語實務	教務處	1	18

綜高二年級彈性學習(星期三第2、3節)					
開設學年期	彈性學習時間類別	開設名稱	開設單位	每週節數	開設週數
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	英語小說讀書會	教務處	1	18
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	玩趣數學	教務處	1	18
110學年度第一學期	補強性課程	物理解讀	教務處	1	18
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	化學解讀	教務處	1	18
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	基礎日語實務	教務處	1	18
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	基礎韓語實務	教務處	1	18
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	自主先備	教務處	1	18

綜高三年級彈性學習(星期四第3、4節)					
開設學年期	彈性學習時間類別	開設名稱	開設單位	每週節數	開設週數
110學年度第一學期	補強性課程	閱讀策略訓練	教務處	1	18
110學年度第一學期	補強性課程	數學A演習	教務處	1	18
110學年度第一學期	補強性課程	數學B演習	教務處	1	18
110學年度第一學期	補強性課程	物理演練	教務處	1	18
110學年度第一學期	補強性課程	化學演練	教務處	1	18
110學年度第一學期	補強性課程	生物演練	教務處	1	18
110學年度第一學期	補強性課程	進擊的公民	教務處	1	18
110學年度第一學期	充實(增廣)課程	廣告與生活	教務處	1	18

## 109學年度第二學期

### 全校一年級彈性學習(隔週星期五6、7節)

開設學年期	彈性學習時間類別	開設名稱	開設單位	每週節數	開設週數
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	主題式電影欣賞與口語表達	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	英語開口說	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	飲料調製製作	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	電子書製作	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	主題式小團體課程	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	圖書館利用	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	線上學習與資訊素養	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	專題製作之資源查找與利用	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	閱讀理解-國文-A班	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	閱讀理解-國文-B班	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	閱讀理解-歷史	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	閱讀理解-英文-A班	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	閱讀理解-英文-B班	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	閱讀理解-商業導讀	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	文化大觀園	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	用英文走天下	教務處	1	16
109學年度第二學期	補強性課程	數學大躍進	教務處	1	16
109學年度第二學期	選手培訓	AMC培訓(限自行報名)	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	手作藝數品	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	思辨：紀錄觀點	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	島嶼的集體記憶	教務處	1	16
109學年度第二學期	補強性課程	記帳實務(限技高)	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	破風-鐵人三項	教務處	1	16

### 綜高一年級彈性學習(星期三第5節)

開設學年期	彈性學習時間類別	開設名稱	開設單位	每週節數	開設週數
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	語文表達	教務處	1	18
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	歷史人物探討	教務處	1	18
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	科學寫作	教務處	1	18
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	基礎法語實務	教務處	1	18
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	基礎日語實務	教務處	1	18
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	基礎韓語實務	教務處	1	18

### 全校二年級彈性學習(隔週星期五6、7節)

開設學年期	彈性學習時間類別	開設名稱	開設單位	每週節數	開設週數
109學年度第二學期	自主學習	自主學習	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	自主學習先備課程	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	文學瓊林宴	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	罪與罰-推理小說	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	用英文走天下	教務處	1	16
109學年度第二學期	補強性課程	數學大躍進-A班	教務處	1	16
109學年度第二學期	補強性課程	數學大躍進-B班(限綜高社會數A報名)	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	思辨：紀錄觀點(限綜高)	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	島嶼的集體記憶	教務處	1	16
109學年度第二學期	補強性課程	記帳實務(限技高)	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	商店經營模擬(限國貿資處綜職)	教務處	1	16
109學年度第二學期	補強性課程	貿易補給站(限國貿)	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	資訊科技實務	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	生態走讀	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	塑身減重運動	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	繪畫寫生-校園紀實	教務處	1	16
109學年度第二學期	選手培訓	AMC培訓(不開放線上選課·限自行報名)	教務處	1	16
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	主題式電影欣賞與口語表達(綜職二、三)	教務處	1	16

### 綜高二年級彈性學習(星期三第3、4節)

開設學年期	彈性學習時間類別	開設名稱	開設單位	每週節數	開設週數
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	網際無國界	教務處	1	18
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	玩趣數學	教務處	1	18
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	藝術生活	教務處	1	18
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	基礎法語實務	教務處	1	18
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	基礎日語實務	教務處	1	18
109學年度第二學期	充實(增廣)課程	基礎韓語實務	教務處	1	18
109學年度第二學期	自主學習	自主學習	教務處	1	18

## 109學年度第一學期

### 全校一年級彈性學習(調課為隔週星期五6、7節)

開設學年期	彈性學習時間類別	開設名稱	開設單位	每週節數	開設週數
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	主題式電影欣賞與口語表達	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	英語開口說	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	飲料調製製作	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	電子書製作	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	基礎韓文	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	主題式小團體課程	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	圖書館利用	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	線上學習與資訊素養	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	專題製作之資源查找與利用	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	閱讀理解-國文	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	閱讀理解-英文	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	閱讀理解-商業導讀	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	文化大觀園	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	用英文走天下	教務處	1	16
109學年度第一學期	補強性課程	數學大躍進	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	手作藝數品	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	思辨：紀錄觀點	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	島嶼的集體記憶	教務處	1	16
109學年度第一學期	補強性課程	記帳實務	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	破風-鐵人三項	教務處	1	16

### 綜高一年級彈性學習(星期三第5節)

開設學年期	彈性學習時間類別	開設名稱	開設單位	每週節數	開設週數
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	語文表達	教務處	1	18
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	田野調查	教務處	1	18
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	科學閱讀	教務處	1	18
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	基礎法語實務	教務處	1	18
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	基礎日語實務	教務處	1	18
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	基礎韓語實務	教務處	1	18

### 全校二年級彈性學習(調課為隔週星期五6、7節)

開設學年期	彈性學習時間類別	開設名稱	開設單位	每週節數	開設週數
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	自主學習先備課程	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	文化大觀園	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	用英文走天下	教務處	1	16
109學年度第一學期	補強性課程	數學大躍進	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	自然充電站	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	思辨：紀錄觀點	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	島嶼的集體記憶	教務處	1	16
109學年度第一學期	補強性課程	記帳實務	教務處	1	16
109學年度第一學期	補強性課程	經濟實務	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	商店經營模擬	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	資訊科技實務	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	生態走讀	教務處	1	16
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	塑身減重運動	教務處	1	16

### 綜高二年級彈性學習(調課為星期三第3、4節)

開設學年期	彈性學習時間類別	開設名稱	開設單位	每週節數	開設週數
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	英語小說讀書會	教務處	1	18
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	玩趣數學	教務處	1	18
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	藝術生活	教務處	1	18
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	基礎法語實務	教務處	1	18
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	基礎日語實務	教務處	1	18
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	基礎韓語實務	教務處	1	18
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	閱讀素養與自主學習	教務處	1	6
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	資訊素養與自主學習	教務處	1	6
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	線上資源與自主學習	教務處	1	6
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	專題研究與自主學習	教務處	1	6
109學年度第一學期	充實(增廣)課程	圖書館利用與自主學習	教務處	1	6

## 團體活動時間紀錄

學年度*	110
學期*	上
類別代碼*	請選擇
活動名稱*	
辦理單位	
節數*	
內容簡述 (限100字)	

### 檔案上傳

- 您可以上傳文件或影音檔案，但至少上傳其中一項，否則無法進行儲存
- 若需要重新上傳附件，請點選「選擇檔案」重新上傳並儲存即可，不需先刪除附件
- 當您上傳影音檔案後，您可在「影音外部連結」中附上另外高畫質(音質)影音檔的連結
- 我有Word文件，如何另存為 PDF ?

### 證明文件上傳 (上傳大小限制：4MB，格式限制：.pdf、.png、.jpg)

未選擇任何檔案

### 影音檔案上傳 (上傳大小限制：10MB，格式限制：.mp3、.mp4)

未選擇任何檔案

### 影音外部連結

## 填寫說明

1.學 年 度	此為上傳學年度，不能更改。
2.學 期	下拉式選單，選擇上傳檔案的學期別。
3.類 別 代 碼	下拉式選單，選擇團體活動的類別。
4.活 動 名 稱	填寫團體活動內容名稱。
5.辦 理 單 位	填寫辦理單位名稱。
6.節 數	以整數阿拉伯數字，填寫參與節數。
6.內 容 簡 述	填寫 100 字內之團體活動時間所進行之活動/課程內容簡述及心得反思。
7.證明文件上傳	上傳格式限定：pdf/png/jpg；檔案大小限制 4MB。
8.影音檔案上傳	上傳格式限定：mp3/mp4；檔案大小限制 10MB。 若同學有填寫影音外部連結或用 QRCODE 呈現，請注意影片無法播放或存取權限異動等問題。

## 範例：

1.類 別 代 碼	班級活動	社團活動	學生自治會活動	講座
2.活 動 名 稱	老街溪健走	吉他社	中壢高商學生會	健康促進計畫-轉角遇到愛 vs 愛講座
3.辦 理 單 位	中壢高商資料處理科一年四班	中壢高商學務處	中壢高商學務處	中壢高商學務處
4.節 數	1	12	5	1

## 其他多元表現紀錄

學年度*	110
學期*	上
活動名稱*	
主辦單位	
開始日期*	
結束日期*	
時數 (小時)	
內容簡述 (限100字)	

### 檔案上傳

- 您可以上傳文件或影音檔案，但至少上傳其中一項，否則無法進行儲存
- 若需要重新上傳附件，請點選「選擇檔案」重新上傳並儲存即可，不需先刪除附件
- 當您上傳影音檔案後，您可在「影音外部連結」中附上另外高畫質(音質)影音檔的連結
- 我有Word文件，如何另存為 PDF ?

#### 證明文件上傳 (上傳大小限制：4MB，格式限制：.pdf、.png、.jpg)

未選擇任何檔案

#### 影音檔案上傳 (上傳大小限制：10MB，格式限制：.mp3、.mp4)

未選擇任何檔案

#### 影音外部連結

## 填寫說明

1.學年度	此為上傳學年度，不能更改。
2.學期	下拉式選單，選擇上傳檔案的學期別。
3.活動名稱	若為參與校內外活動請填入活動名稱。
4.主辦單位	若為活動請寫主辦單位，校內活動請填寫學校名稱，校外活動請填寫活動主辦單位名稱。
5.開始日期	點選開始日期。
6.結束日期	點選結束日期。
7.時數	以阿拉伯數字填入參與時數，最多小數點以下三位；非活動者免填。
8.內容簡述	填寫 100 字內之上傳內容簡述及反思。
9.證明文件上傳	上傳格式限定：pdf/png/jpg；檔案大小限制 4MB。
10.影音檔案上傳	上傳格式限定：mp3/mp4；檔案大小限制 10MB。 若同學有填寫影音外部連結或用 QRCODE 呈現，請注意影片無法播放或存取權限異動等問題。

### 範例：

1.活動名稱	2021 20th 輔大企管研習營 Buccaneer Adventure	三校合作機器人教學成果展
2.主辦單位	輔仁大學企業管理系	中壢高商圖書館
3.開始日期	110.1.24	109.12.19
4.結束日期	110.1.28	109.12.19
5.時數	30	4

## 大學及技專校院先修課程紀錄

學年度*	110
學期*	上
計畫專案	
開設單位*	
課程名稱*	
開始日期*	
結束日期*	
學分數	
總時數 (小時)	
內容簡述 (限100字)	

### 檔案上傳

- 您可以上傳文件或影音檔案，但至少上傳其中一項，否則無法進行儲存
- 若需要重新上傳附件，請點選「選擇檔案」重新上傳並儲存即可，不需先刪除附件
- 當您上傳影音檔案後，您可在「影音外部連結」中附上另外高畫質(音質)影音檔的連結
- 我有Word文件，如何另存為 PDF？

### 證明文件上傳 (上傳大小限制：4MB，格式限制：.pdf、.png、.jpg)

未選擇任何檔案

### 影音檔案上傳 (上傳大小限制：10MB，格式限制：.mp3、.mp4)

未選擇任何檔案

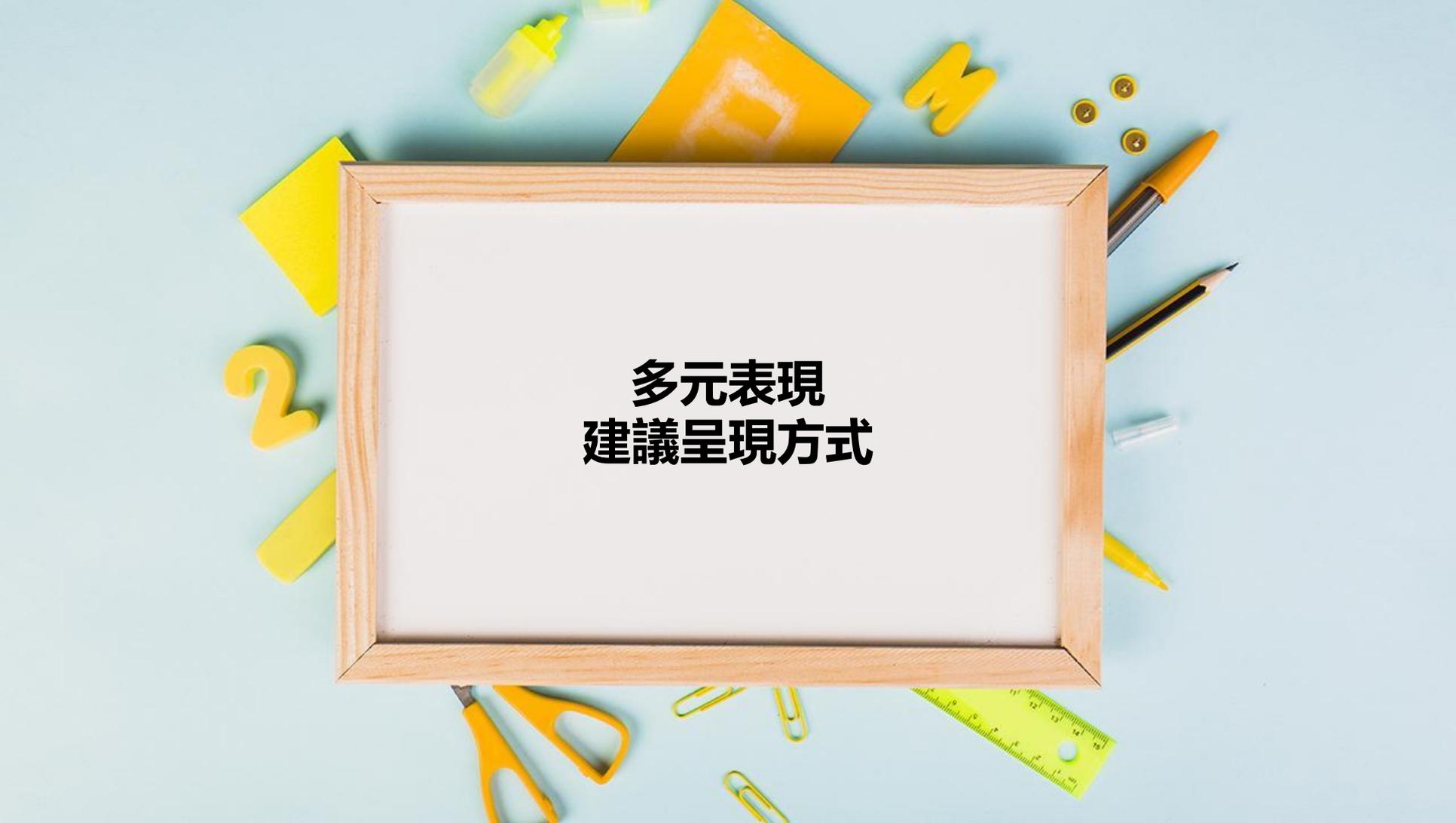
### 影音外部連結

## 填寫說明

1.學 年 度	此為上傳學年度，不能更改。
2.學 期	下拉式選單，選擇上傳檔案的學期別。
3.計 畫 專 案	填寫先修課程專案名稱，若無計畫專案名稱，請留空。
4.開 設 單 位	填寫先修課程單位名稱。
5.課 程 名 稱	填寫先修課程課程名稱。
6.開 始 日 期	點選開始日期。
7.結 束 日 期	點選結束日期。
8.學 分 數	以整數阿拉伯數字填寫學分數，若無請留空白。
9.總 時 數	以阿拉伯數字填入修課總時數，最多小數點以下三位；若無時數資訊請留空白。
10.內 容 簡 述	填寫 100 字內之先修課程所進行之活動/課程內容簡述及反思。
11.證明文件上傳	上傳格式限定：pdf/png/jpg；檔案大小限制 4MB。
12.影音檔案上傳	上傳格式限定：mp3/mp4；檔案大小限制 10MB。 若同學有填寫影音外部連結或用 QRCODE 呈現，請注意影片無法播放或存取權限異動等問題。

### 範例：

1.計 畫 專 案	
2.開 設 單 位	逢甲大學大學先修課程入口平臺
3.課 程 名 稱	MATLAB 程式設計概論
4.開 始 日 期	110.1.31
5.結 束 日 期	110.2.1
6.學 分 數	
7.總 時 數	16



**多元表現  
建議呈現方式**

# 100字簡述填寫位置

幹部經歷紀錄 ●

競賽參與紀錄 ●

服務學習紀錄 ●

作品成果紀錄 ●

檢定證照紀錄 ●

職場學習紀錄 ●

彈性學習時間紀錄 ●

團體活動時間紀錄 ●

其他多元表現紀錄 ●

大學及技專校院先  
修課程紀錄 ●

勾選多元表現資料

家 > 多元學習表現 - 幹部經歷紀錄

## 幹部經歷紀錄

校內幹部紀錄

幹部經歷暨事蹟紀錄

儲存

取消

學年度\*

110

學期\*

上

單位名稱\*

開始日期\*

結束日期\*

擔任職務\*

幹部等級\*

內容簡述

(限100字)

請用具體、簡單清楚、可吸引教授目光的100個文字來撰寫過程及反思。

# 多元表現100個字簡述參考架構

透過/藉由○○○單元/課程/活動/作品/事件/經歷

看見/發現/發覺自己具有/擁有○○特質

對○○產生/感到興趣/喜歡  
對○○感到挫折/灰心/遇到○○問題

學到/培養/具備/獲得/產生/啟發  
○○能力/○○素養/○○收穫/○○影響/○○方法解決

過程中

**請根據個人感受及收穫書寫，切勿抄襲!**

參考資料來源：  
桃園市大園國際高中陳  
逸年老師生涯規劃學科  
平台教師專業成長研習  
活動1090407  
【學習歷程檔案引導學  
生學習定向】

# 多元表現呈現方式

除了上傳一張圖片或一張照片，可以這樣做：打開word/ppt，將下列項目製作成一份檔案。

- 1 活動(課程)簡介
- 2 學習歷程及成果
- 3 反思及心得
- 4 活動照片

上述項目不一定每項都必須列出，僅供參考，同學可自行設計排版與格式

桃園市立中壢商業高級中等學校『○○』多元表現

班級	姓名
項目 (可填學習歷程平臺多元學習表現項目，如幹部經歷暨爭躋紀錄、競賽參與紀錄、檢定證照紀錄...等)	活動/課程名稱
活動/課程簡介	
學習歷程及成果	建議可朝下列幾個方向撰寫 1.→敘述活動/學習過程 2.→說明這個活動/課程的收穫(學習到的內容)
反思及心得	建議可朝下列幾個方向撰寫 1.→活動/課程中最感興趣的部分 2.→感到困難的部分，如何克服? 3.→對往後學習有什麼幫助?
活動照片 (照片說明)	



**多元表現  
Q&A**

Q1：多元學習表現是分學期還是分學年上傳，件數為何？

A1：多元學習表現每學年校內至多可上傳20件(不分上、下學期)，不須經由任課教師認證，每學年勾選10件至中央資料庫。

Q2：上傳檔案的格式和大小有規定嗎？

A2：有，每件的格式可分為文件檔(PDF/JPG/PNG)，大小為4MB以內或影音檔(MP3/MP4)，大小為10MB以內，還可以放影音檔的連結位置 (有上傳影音檔後才可以填寫連結位置)。同學須注意影音檔、連結位置或qrcode可能發生影片無法播放或存取權限異動等問題。



Q3：多元學習表現，可以只點選項目、填寫文字嗎？



A3：不行!必須要上傳一份證明文件或影音檔案才算新增一件。

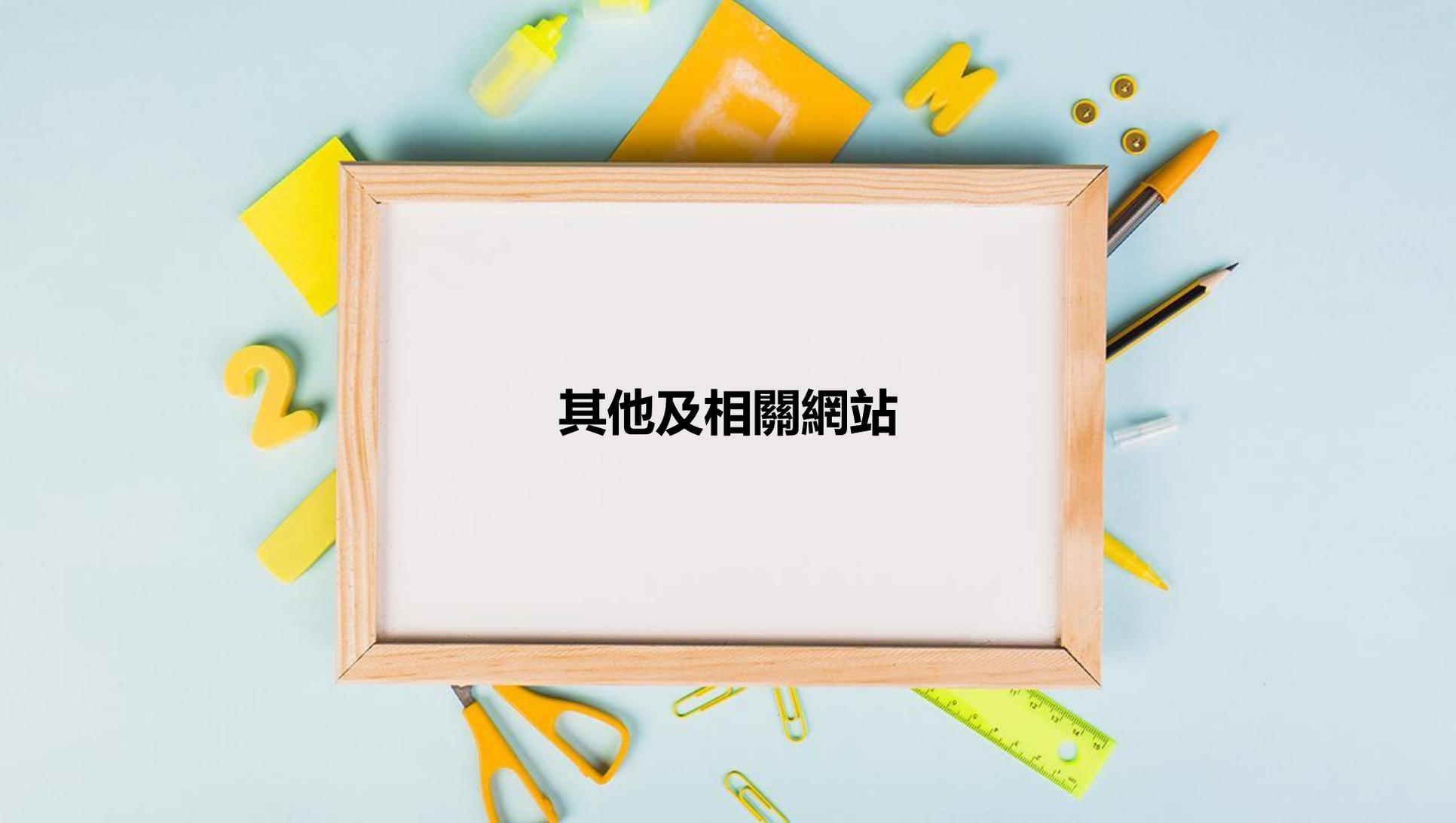
Q4：一年級時的多元表現，到二年級或三年級可以再上傳嗎？



A4：可以!不限上傳學年度，但只限學生高中就學期間取得之多元表現。

Q5：校級、班級和社團幹部學校已上傳，那還可以再填寫嗎？

A5：若同學擔任幹部時有心得、證明、特殊事蹟想讓學習歷程更完整，可在多元表現裡的幹部經歷暨事蹟紀錄自行填寫。



**其他及相關網站**

# 大學參採學生學習歷程



## 如何運用學習歷程檔案提供大學備審資料？

繁星推薦

學測  
高中在校成績  
(在校學業成績全校排名前50%)

  
修課紀錄  
僅在校成績

- 包含多元表現綜整心得、高中自主學習計畫與執行成果、社團活動經驗、擔任幹部經驗、社會服務經驗、競賽表現、檢定證照、特殊優良表現證明或其他有利審查項目等內容
- 學生可從中擇要提供與大學校系審查，無需樣樣均備。學系將以學生所提供之多元表現情形，據以綜合評量，並非以單一項目做為錄取標準。

申請入學

第一階段  
學測檢定及篩選  
第二階段  
綜合學習表現  
(至少須占50%)  
=備審資料+校系自訂甄試項目



分發入學  
(不採計學生學習歷程)

學測  
分科測驗  
由校系自訂採計考試科目組合

以領域或學群方式(非科目或課程，即學生有修習該領域或相關學群課程皆可)，作為大學校系審查涵蓋範圍。

學生在高中課程所修習的學習成果，如實作作品、書面報告、探究與實作成果等。

# 技專校院參採學生學習歷程



- 備審資料參採學生學習歷程的「課程學習成果」及「多元表現」件數上限如下表；備審資料可上傳不同內容給不同報考校系，惟仍需遵守件數上限規定。

備審資料來源	學習歷程中央資料庫			報名平台 聯合會
學習歷程 入學管道	課程學習成果 (三年內最多上傳18件)	基本資料 修課紀錄	多元表現 (三年內最多上傳30件)	學習歷程自述 其他資料
甄選入學 技優甄審	具學分科目之專題實作及實習科目學習成果至多可採計6件*  其他課程學習成果至多可採計3件*	基本資料 學生學籍資料(含校級、班級及社團幹部經歷)  修課紀錄 每學期修課之科目、學分數及成績	彈性學習時間、團體活動時間及其他表現 至多可採計10件*	學習歷程自述 依升學之志願科系撰寫學習歷程反思/就讀動機/未來學習計畫與生涯規劃  其他資料 各校系需求之補充資料/其他有利審查資料
四技申請入學 (普高生)	具學分數之課程實作作品或書面報告 至多可採計6件*			

- 學生除可從學習歷程中央資料庫勾選檔案上傳外，聯合會也保留上傳PDF檔案的管道供學生運用。

第二階段甄選總成績採計方式					
(一)	(二)		(三)		
統一入學測驗 成績加權	指定項目	占總成績比率	證照或 得獎加分		
國文 ×1~倍	學習歷程資料審查(備審) (項目見簡章)(必採)	%	證照或 得獎加分		
英文 ×1~倍					
數學 ×1~倍				專題實作及實習科目學習成果(含技能領域)(必採)	≥40%
專業一 ×2~倍				術科實作(各校自訂)	%
專業二 ×2~倍				筆試(各校自訂)	%
				面試(各校自訂)	%
(一)+(二)=100					

≤40%  
(不可為0)

≥40%

依優待加分標準加分，並於簡章正面表列

Q1：所有的升學管道都會參採學習歷程嗎？



A1：不是。只有**大學的個人申請**和**四技二專的甄選入學、技優甄審和四技申請(綜高生)**會採計。

Q2：所有我勾選至中央資料庫的件數，都會給招生學校嗎？

A2：不是。各大專校院均有設定參採的內容及件數。

**大學**：課程學習成果至多**3件**/**多元表現**至多**10件**。

**技專**：課程學習成果至多**9件**，其中專題實作及實習科目學習成果(必採)至多採計6件、其他課程學習成果(選採)至多採計3件/**多元表現**至多**10件**。

各大專校院參採學習歷程項目及內容：[大學](#)/[四技二專](#)

# 相關網站

國教署

[國教署108課綱配套  
宣導資料\(含學生學  
習歷程檔案\)](#)

國教署

[108課綱資訊網](#)

Collego

[大學選才與高中育  
才輔助系統](#)

作伙學

[作伙學!學習歷程  
檔案審議計畫](#)

大學升學

[大學多元入學方案  
\(111學年度起適用\)](#)

大學升學

[111學年度起大學申  
請入學學習準備建議  
方向](#)

技專升學

[技專校院考試及招生  
制度專屬網站](#)

技專升學

[四技二專各入學管道  
學習準備建議方向](#)