

113學年度 上學期

學校日(普一普二)

輔導處生涯輔導組

內容

01

108課綱下
的高中課程

02

大學多元入學
管道介紹

03

學習歷程檔案
與自主學習

04

高中生涯備忘錄
與線上資源分享

01

108課綱下的
高中課程

108課綱的精神

成就每一個孩子

適性揚才、終身學習

- 啟發生命潛能
- 陶養生活知能
- 促進生涯發展
- 涵養公民責任

課程
目標

核心素養

課程
發展
主軸

願景



核心素養

- 是指為了適應現在生活及面對未來挑戰，所應具備的**知識**、**能力**與**態度**
- 強調學習不局限於學科知識及技能，而應關注學習與生活的結合

解決生活問題的能力

跨領域、跨學科

融會貫通各知識和技能

補不出來的能力



自主行動

溝通互動

社會參與

108課綱下的課程特色

為了達到 **自主行動** 及 溝通
互動、**社會參與**的目標

降低 修課時數

- 畢業學分150
- 必修102學分
- 選修40學分
- 皆可8學分

更多的空白時間

課程 多元化安排

- 彈性學習
- 多元選修

客製化的
課程安排

學習歷程檔案 的出現

- 多元表現
- 多元評量

分數不再是
唯一關鍵

108課綱下的南山課程

- 學校各種大型活動與社團活動

- 教育部規定的共同修課科目
- 高一~高三必修科目

部定必修

校定必修

多元選修

團體
活動

彈性
學習

加深加廣
選修

各高中自行規劃4學分

- 南山：科學方法導論 + 國際素養(高一開設)

各樣的探索課程 6學分

→高一上、高一下、高三上

教育規定(空白時間)

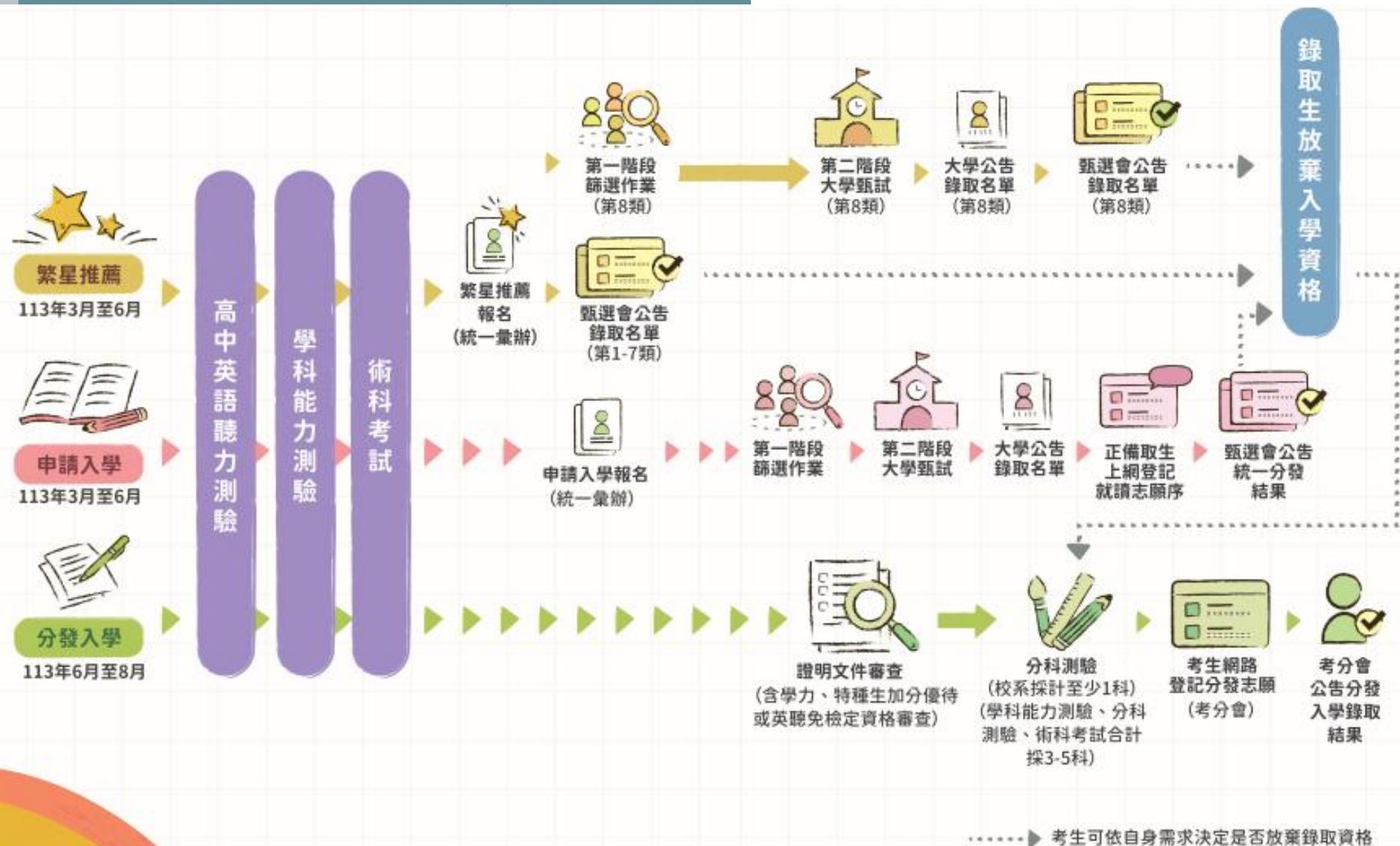
- 每周有 2 節
- 培訓、增強、專題、補救課

教育部規定學科加深加廣

- 依興趣(志向)選擇
- 高二分組後的差異課程

大學多元管道入學

多元管道入學架構圖



資料來自「大學多元入學網」
→113大學多元入學手冊

114年，尚未公告

完整資料請見



多元入學管道介紹

理念與精神

願景：在多元價值體系之下，落實適性發展的理念。

目標：透過大學選才多元、高中教學活化，學生學習完整、促進社會流動

大學選才多元—多元入學管道

管道	選材重點 與 精神
特殊選才	增進學生來源多樣，招收有特殊才能、經歷、成就的學生，並顧及弱勢與大學所在區域之在地學生
繁星推薦	強調平衡區域、城鄉就學機會，推動就近入學高中
申請入學	強調適才適所，拔尖扶弱，參採學習歷程、多元表現或透過校系自辦甄試項目進行選才
分發入學	強調簡單一致，僅採計入學考試成績，直接分發

多元入學管道介紹

多元評量—測驗重點與評量能力不同

- 皆可自由選考，不再採計總級分。以課綱為主，參考各領域學習內容與學習表現設計試題，**成績皆採級分制**。

考試名稱	評量能力	考科	命題範圍
學科能力測驗 (X)	基本核心能力	國文(含國寫)、英文、數學(數A、數B)、社會、自然	部定必修
分科測驗 (Y)	關鍵學科能力	數甲、物理、化學、生物、歷史、地理、公民與社會	部定必修+部定加深加廣選修

多元評量—多資料採計

以學科能力測驗(X)、分科測驗(Y)、綜合學習表現(P)將學生資料分為三大類，是大學招生可參採之條件，也是學生可提供表現學習成果的資料。此外，另有評量音樂、美術及體育專長之術科測驗，和英語聽力測驗。

參採項目		
考試成績	學科能力測驗(X)	評量基本核心能力，以部定必修為測驗範圍
	分科測驗 (Y)	評量關鍵學科能力，以部定必修及加深加廣選修為測驗範圍
	術科測驗	評量 音樂/美術/體育 專長
	英語聽力測驗	各大學校系自行設定是否為繁星推薦、個人申請入學、考試分發的檢定項目
綜合學習表現	學生學習歷程檔案(P1)	
	校系自辦甄試項目(P2)	如：面試、筆試、實作、其他等

多元入學管道介紹

多元管道入學 與 參採資料

四個入學管道中，繁星推薦與特殊選才屬少量招生，大多數學生主要將以「申請入學」或「分發入學」管道進入大學。申請入學重在參採學習歷程、其他表現或校系自辦甄試項目，因此僅使用學科能力測驗(X)成績；分發入學重在簡單一致，僅採計入學考試成績，因此可同時使用學科能力測驗(X)與分科測驗(Y)成績。

招生參採資料	主要管道 參採項目		
	繁星推薦	申請入學	分發入學
學科能力測驗(X)	參採	參採	參採
分科測驗(Y)	—	—	參採
綜合學習表現(P)	參採 (在校成績)	參採	—
測驗使用科目數	$0 \leq X \leq 4$	$0 \leq X \leq 4$	$3 \leq X + Y + \text{術科} \leq 5$ 且 $X \leq \cdot Y \geq 1$

※114學年度起，分科測驗
納入「數乙」考科
(111學年度入學之高一生適用)
(今年度的高三生開始)

多元入學管道介紹

考招分離的入學方式

特殊選才

英語聽力檢定 (高三上)

學科能力測驗考試 (高三上寒假前)

術科考試 (緊接學測，體育組、美術組、音樂組)

繁星推薦 (校排前50%)

獨招

特殊院校招生

- 自主報名、單獨考試
- 藝術、舞蹈、體育...等學校
- 大學夜間部
- 軍校、警校
- 海外學校申請

個人申請入學

第一階段：學測成績篩選
可能採計英文聽力成績檢定
第二階段：面試、筆試
、學習歷程檔案

分科測驗考試 (高三下暑假前)

考試分發

採計分科測驗+部分學測 成績



學習歷程檔案 與 自主學習計畫

學習歷程檔案內容

“由學校上傳”

學校、班級、出缺席、成績
社團、幹部紀錄、修課紀錄

“高三下完成”

將檔案內容，對應申請科系
進行美編、修飾與統整



課堂的成果作品
必須有修課

需要老師認證
每年最多6件

(有明確的上傳截止日)
逾時不候

每年最多**10件** (有時限)

由學生自己完成，自由上傳
不需要老師認證，課外活動

校外活動、服務學習、社
團、幹部經歷、得獎紀錄、
檢定證書、**自主學習計畫**

學習歷程檔案 上傳與使用

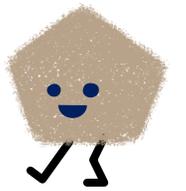
這些步驟皆有法定規定時間，**逾時不候**



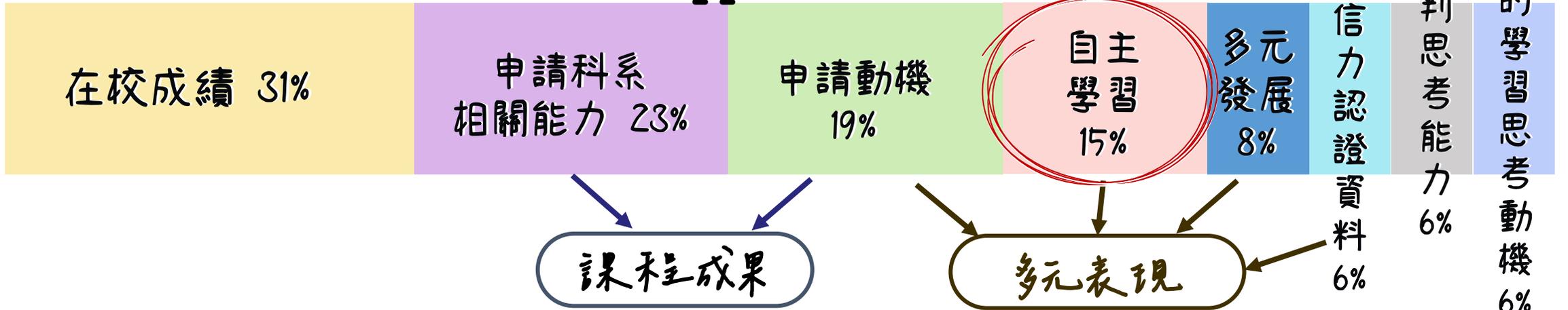
113學年 大學申請入學 參採 高中學習歷程 資料統計表

項目		校系數	比例	項目		校系數	比例
課程學習成果	書面報告	1694	76.7%	多元表現	高中自主學習計畫與成果	1785	80.8%
	實作作品	943	42.7%		社團活動經驗	1012	45.8%
	自然科學領域 探究與實作成 果	665	30.1%		擔任幹部經驗	423	19.2%
		560	25.4%		服務學習經驗	550	24.9%
	社會領域探究 活動成果	1694	76.7%		競賽表現	762	34.5%
		943	42.7%		非修課紀錄之成果作品	457	20.7%
		665	30.1%		檢定證照	612	27.7%
		560	25.4%		特殊優良表現	1049	47.5%

大學 審查委員想看的學習歷程檔案



自主學習計畫很重要!



學習歷程檔案 Step by Step

高一

- 多元表現 - 廣泛、多樣且簡單的收集與探索

拍照、紀錄數據與心得，檔案命名正確，簡單完成後上傳

- 課程成果 - 著重在只有高一開設的科目

如：多元選修、專題、校本課程、藝能科課程

- 好好學習
怎麼製作
自主學習計畫

高二

- 開始聚焦 部分領域(科系)

→ 文法商管、生醫、理工

- 多元表現
- 全面且專業化的收集

→ 社團幹部經驗、各項檢定、研習、證照

- 課程成果 - 著重在 特定領域的作業深入製作

→ 社會探究與實作、自然科、數學科、國文科等

高三

- 重製高一高二 作業

→ 精準對應申請科系
重新美編與包裝
系統協助

- 高一高二

收集好的材料
收集到足夠的量
才能在高三炒出好菜

→ 吸睛的技巧
都只是輔助

關於 自主學習

什麼是 自主學習

- 強調學生「自發的」「主動」去學習」
- 學生自己規劃目標與方式，運用資源，逐步落實自己制訂的計畫



培養

基本能力和知識



根據興趣

探究議題、發展能力

自主學習課程 ≠ 自主學習

- 高一輔導課中的自主學習課程教導**如何進行**
「自主學習規劃與執行」
- 是一段學習的過程
(學習如何學習)
- 也是促進自我理解與自我探究的過程



學生
獲得能力
轉換成
自主地
行動力

- 運用自己的課餘時間
(高一~高三)
- 以個人為主體 →
「自由」選擇主題
「主動」規劃
「自我」管理與執行
- 發想問題、設計過程、
尋找資源、解決問題

為什麼要自主學習

全文請見：自主學習計畫該怎麼寫？教授解密：台清交成想要
哪些特質的學生？ 《親子天下》2022/03/11



台大想要對世界有好奇心的學生

台大 副教務長 詹魁元

從沒有課業壓力下，真正想要學習的
主題，可看出學生的學習動機和執行
態度

清大教務長焦傳金

想了解學生在必修課之外有沒有觀察
生活、獨立思考、發現問題，並以行
動尋找解答

交大教務長 盧鴻興



高中生涯備忘錄
與 線上資源分享

高中生涯備忘錄

	時間	生涯重點	輔導處生涯輔導項目
高一	9月起	自我探索，了解自己的學習潛能與考科能力	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 高一上「性向測驗」施測與解釋 ◆ 高一下「興趣量表」施測與解釋 ◆ 提供 大學營隊訊息 ◆ 舉辦 科系講座 與 大學參訪活動
		自我探索，了解自己的興趣	
		認識大學多元學管道，提早累積學系實力與幹部、社團等經歷	
	5月	選擇未來就讀的班群	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 輔導課進行自我探索、大學學群介紹、升學與生涯資訊 ◆ 學校不同班群的課程認識與說明 ◆ 提供個別諮詢討論

高中生涯備忘錄

	時間	生涯重點	輔導處生涯輔導項目
高二	9月起	持續探索自我特質、興趣與能力，並且更深入地探索相關「學群」、「科系」內容。	◆ 「大學學系探索量表」施測與解釋
		深入地了解大學各入學管道的內容與認識台灣各大學	◆ 生涯規劃課進行升學管道、科系介紹
	6月	為高三做準備，訂定複習計畫	◆ 提供大學營隊訊息
			◆ 舉辦科系講座與 大學參訪活動
			◆ 舉辦 自主學習計畫分享會
			◆ 舉辦南山大學博覽會

高中生涯備忘錄

	時間	生涯重點	輔導處生涯輔導項目
高三	9月起	確定目標校系，全力衝刺學測	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 提供個別諮詢與討論 ◆ 大學多元入學管道說明 ◆ 各類升學簡章與相關用書購買
		清楚多元入學管道細節與時程	
	3月	學測成績公告，思考選擇何種升學管道	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 教授入校指導、科系講座、學長姐經驗傳承 ◆ 舉辦繁星推薦、多元管道入學說明會 ◆ 繁星推薦校內模擬面試 ◆ 各類升學參考資料提供與提醒
		繁星推薦、申請入學...等升學管道報名	
		繁星推薦放榜	
	5月	參加申請入學第二階段指定項目甄試	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 申請入學二階輔導系列講座(審查資料、面試) ◆ 申請入學志願選擇諮詢討論
	6月	申請入學、科技校院、等升學管道放榜	
7月	參加分科測驗	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 分發入學選填志願說明會 ◆ 分發入學選填志願諮詢討論 	
	分科測驗成績公告，選填大學科系志願		

線上資源介紹—輔導處生涯輔導組

自主學習 專區

南山首頁 → 輔導處
→ 生涯輔導組 → 自主學習專區

- 自主學習
檔案下載
- 學長姐的
範例分享
- 線上自主
學習資源

首頁 / 行政單位 / 輔導處 / 生涯輔導組 / 自主學習專區

自主學習檔案下載 自主學習線上資源 自主學習範例

- 南山中學自主學習實施規範
- 自主學習計畫書申請表
- 自主學習歷程紀錄表
- 自主學習自我檢核表
- 自主學習心得與反思表
- 自主學習成果範例

學習歷程 專區

南山首頁 → 輔導處
→ 生涯輔導組
→ 學習歷程檔案專區

- 學長姐的
範例分享
- 線上學習
歷程檔案
資源分享

首頁 / 行政單位 / 輔導處 / 生涯輔導組 / 學習歷程檔案專區

輔導處-學習歷程線上資源 輔導處-學習歷程範例

- 拉課-自主學習生態圈
- 作伙做學檔 - 課程學習成果呈現建議(二版)
- 技高課程學習成果呈現建議手冊
- 108課綱資訊網-學習歷程專區
- 磨課師-學習歷程自主線上課程
- 作伙學網站

線上資源介紹—輔導處生涯輔導組

各類研習

南山首頁→下方「學生研習」中

專題講座	藝文活動	教師研習/進修	學生研習
[2024-08-13] 114學年度大學多元入學方案全國家長/學生分區說明會(線上+實體)			
[2024-08-09] 航港局舉辦「船員職業覽海員 新星培育計畫線上宣導說明會」			
[2024-08-06] 政大 x 中嘉 2024 媒體素養夏令營招生簡章			
[2024-08-05] 國立臺灣海洋大學-「Hi IYoung巡禮」			
[2024-07-09] 【宣導】中小學使用「生成式人工智慧」注意事項(教師、行政人員及家長版、學生版)			
[2024-06-07] 「職涯博覽會」			
[2024-06-03] 走讀淡水西班牙歷史風情研習營 - 西語x歷史xAI多元培力營			
[2024-05-23] 113年基隆青年實習媒合計畫			
[2024-05-23] 錦堡高中職五專六進擊			
[2024-05-23] 高中海狸一日營 (Bebras Camp)			

升學資訊 升學網站

南山首頁 → 輔導處
→生涯輔導組→ 輔導處升學資訊
升學相關網站

輔導處高中升學資訊	輔導處職科升學資訊	輔導處國中升學資訊
-----普科選紹參考資訊-----		
♥ ColleGol大學選才與高中育才輔助系統		
♥ 大學問		
♥ IOH開放個人經驗平台		
♥ URSHCOOL大學科系教授評價網		
♥ 大學申請入學學習準備建議方向		
♥ 繁星推薦、申請入學、分發入學招生管道		
♥ 大學入學考試中心之興趣量表結果		
♥ 113年南山高中選課輔導手冊、113年高中		
升學資源網站		
♥ 大學術科考試委員會聯合會	♥ 中央警察大學招生	♥ 臺灣警察專科學校招生
♥ 中學生網站(教育部中辦)	♥ UDN校園博覽	♥ 國軍人才招募中心
國外升學相關資訊		
♥ 教育部留學獎花筒	♥ 留學美國	♥ 美國教育基金會
♥ 法國教育中心	♥ 英國文化協會	♥ 港澳台招生信息网
♥ 香港學友社	♥ DAAD德國學術交流資訊中心	♥ 夏潮聯合會大陸就業資料庫
♥ 教育部生涯輔導資訊網(國外升學資訊)		
♥ 台灣留學大陸青年學生發展協會(台生會)		
♥ IOH 開放個人經驗平台(海外升學指南)		

大學營隊

南山首頁 → 輔導處
→生涯輔導組→大學營隊資訊

最新消息	輔導處-大學營隊最新訊息	大學營隊參考網站
自主學習專區	國立臺灣海洋大學-「Hi IYoung巡禮」 龍華科技大學-用AI快速製作3D遊戲暑期體驗營	
學習歷程檔案專區		
輔導處升學資訊		
講座資料下載		
升學相關網站		

講座資料 分享(下載)

南山首頁 → 輔導處
→生涯輔導組→ 講座資料分享

輔導處-升學講座	輔導處-校系介紹講座	輔導處-留學講座
113國九高中職志願選填家長說明會(適性入學宣講)1130619		
113大學多元入學說明會(多元策圖書資訊社 牟國陶老師)1121215		
113國軍人才招募中心升學管道說明座談1121024		
112大學個人申請第二階段致勝之道(東吳大學黃昭明先生)1120330		

所有講座
的資料分享

線上資源介紹—大學多元入學資訊

- ◆ 大學招生委員會聯合會 <http://www.jbcrc.edu.tw/>
- ◆ 113 學年度大學多元入學升學網：各項升學管道介紹 (<http://nsdua.moe.edu.tw/> 114學年 網站 建置中，請留意更新)
- ◆ 大學繁星推薦、申請入學、分發入學參採數學考科查詢系 <https://srecruit.moe.edu.tw/mathsys/> (請留意 114學年 115學年 目前公告的非全部校系)
- ◆ 高中學習歷程參採查詢系統 https://www.cac.edu.tw/cacportal/jbcrc/LearningPortfolios_MultiQuery_ppa/index.php (請留意 114學年 115學年 目前公告的非全部校系)
- ◆ 教育部學生生涯輔導網:各項生涯探索資源統整。
<https://friendlycampus.k12ea.gov.tw/Career>



線上資源介紹—親職文章分享

我和我的孩子

一本給家長的手冊



— 青少年篇 —



https://familyedu.moe.gov.tw/rePublish.aspx?uid=8911&pid=8905&p_id=1125&rt=2004

我和我的孩子~一本給家長的手冊青少年篇
(教育部家庭教育資源網)

我的孩子比較容易激動，該怎麼辦？



青少年期，孩子經歷許多生活作息的改變與更多學業的挑戰出來。

如何與孩子談「性」？



談「性」容易讓大家覺得如果家長對於性的話題電影劇情、甚至從傳言道可能有許多的誇大和

我的孩子生活作息不健康，該怎麼辦？



隨著學習階段的不同，孩子可能因課業壓力、社團表現、3C使用的影響，導致生活作息錯亂，不妨找時間與孩子聊一聊，了解孩子的近況與困擾。

線上資源介紹

一親職文章分享

- ◆ [數位時代的親子必修課！讓孩子適當使用網路的四大原則](#)
- ◆ [陪孩子經歷那青澀的第一次—被擦掉的初戀](#)
- ◆ [「我不知道我怎麼了？」情緒教育需要父母和孩子從小做起](#)
- ◆ [對話式陪伴，給孩子「責任」、允許失敗](#)
- ◆ [引導孩子，面對人生中的各種拒絕](#)
- ◆ [想當好爸媽，最難做到的一件事](#)
- ◆ [分數不再決定一切！未來升學贏家是「最認識自己」的孩子](#)
- ◆ [思考孩子的未來時，別忘記世界已經不一樣了](#)
- ◆ [看不出孩子興趣怎麼半？生涯探索3問答](#)
- ◆ [別寄望有人告訴你什麼是「好」志願，這個世界已經不一樣了](#)
- ◆ [探索興趣「真愛」藏身在親身經歷中](#)
- ◆ [你眼中的冷門出路，是孩子眼中的夢想歸屬](#)

資源介紹—諮商與心理輔導資源

心理諮商所

單位名稱	地址	電話	主要服務項目
財團法人 張老師基金會		直撥1980	定期舉辦相關家庭、親子、自我探索講座與工作坊。
台北市社區心理衛生中心	台北市金山南路一段5號	行政：(02)3393-6779 https://mental-health.gov.taipei/	壓力調適 、 情緒管理 、 婚姻家庭 、 親子教養 、 職場工作 、 生涯規劃 、 兩性關係 、 人際關係 、 憂鬱防治
旭立文教基金會	100台北市中正區南昌路二段103號11樓	02 2363 9425	定期舉辦國內外家庭、夫妻、生命教育相關講座與e工作坊。並提供個諮、婚諮、團體等。
行政院衛生福利部安心專線		0800-788-995	心理衛生諮詢，24小時
新北市社區心理衛生中心		02-2272-4881	電話諮詢、心理輔導
新北市家庭教育中心	新北市板橋區僑中一街1-1號4樓	02-412-8185	夫妻相處、親子溝通、子女教養、婚前交往、家庭資源、生活適應、人際關係等

免費諮商服務機構

單位名稱	地址	電話	主要服務項目
基督教勵友中心	台北市民族東路2號505室	行政：(02)2594-2492#3 http://www.gfm.org.tw/	社區服務~青春開講、少年活動 教案手冊~認識自我、家庭關係 生涯初探
生命線	台北市松江路65號11樓	行政：(02)2505-9505 輔導：直撥1995 http://www.lifeline.org.tw http://www.sos.org.tw	1. 電話協談：全日24小時電話輔導，包括自殺防治 2. 晤談輔導 3. 網路輔導
馬偕協談中心(平安線)	台北市中山北路二段92號9號	行政：(02)2531-0505 行政：(02)2531-8595	1. 電話心裡服務輔導 2. 面談心理輔導個人400/hr、夫妻600/hr 3. 不定期舉辦夫婦溝通、男女愛情、預防講座與團體
年輕族群心理健康支持方案		新北市政府衛生局_02-2257-7155轉2833 臺北市政府衛生局社區心理衛生中心_02-33936779轉38	
免付費安心專線 1925		政府專線，24小時，主要提供心理諮詢及自殺危機即時介入、評估、轉介及第三者通報等自殺防治相關服務。	
免付費保護專線 113		政府專線，24小時，有家庭暴力、性侵害、性騷擾的問題或困擾，或是兒童、少年、老人、身心障礙者受到身心虐待、疏忽、遺棄，皆可撥打。	

陪伴孩子走一段

幫助他們做出生涯的選擇
