



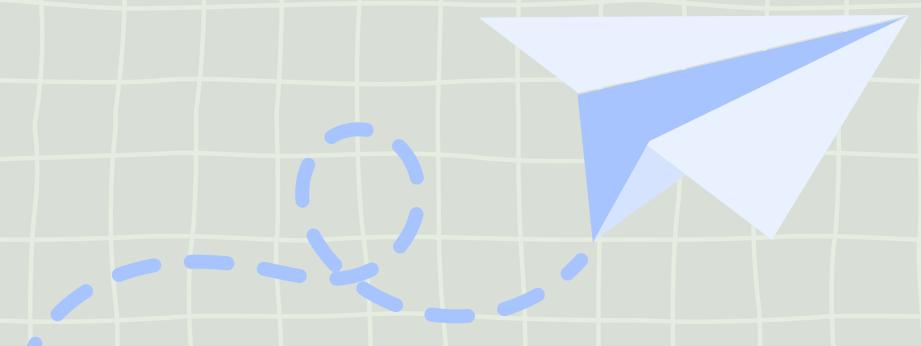
台北市立內湖高級工業職業學校

第一屆  
歷程啟航

學習歷程檔案競賽系列活動

學習歷程檔案  
製作教學講座

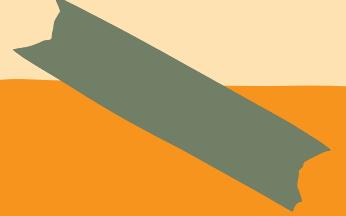
113/04/26



# 課程大綱



學習歷程檔案  
是什麼？



學習歷程檔案  
內容架構



學習歷程檔案  
100字簡述



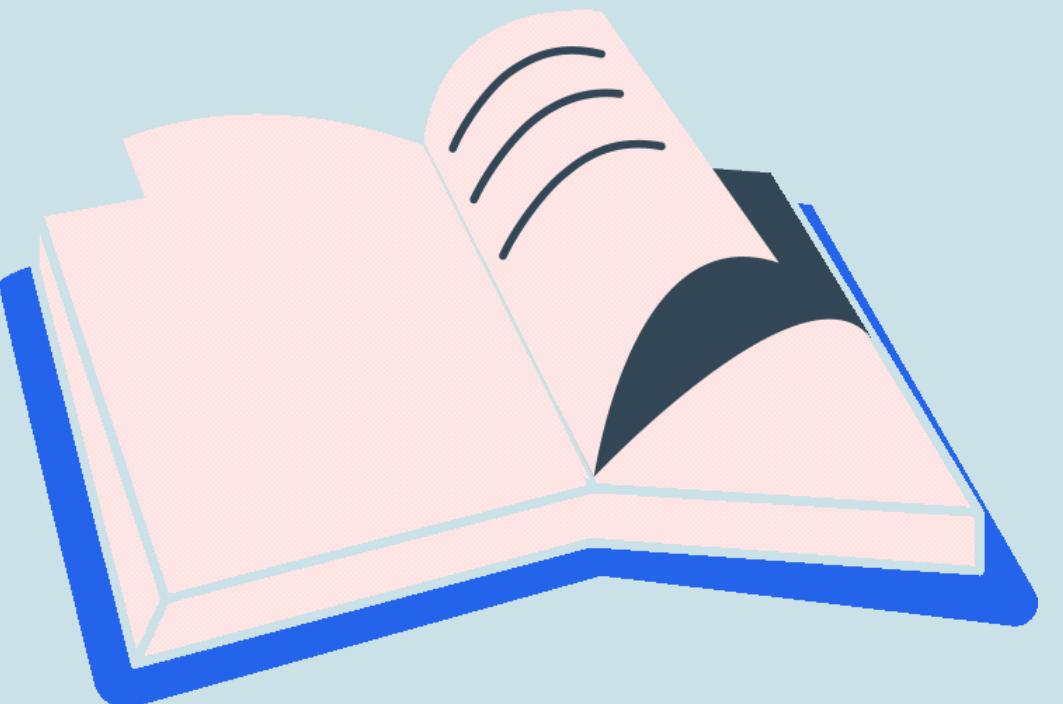
學習歷程檔案  
製作軟體介紹

# 學習歷程檔案是什麼？

課程學習成果

多元表現

★專題實作、實習科目學習成果  
其他課程學習成果



- C-1彈性學習時間學習成果
- C-2社團活動經驗
- C-3擔任幹部經驗
- C-4服務學習經驗
- C-5競賽表現
- C-6非修課紀錄之成果作品
- C-7檢定證照
- C-8特殊優良表現

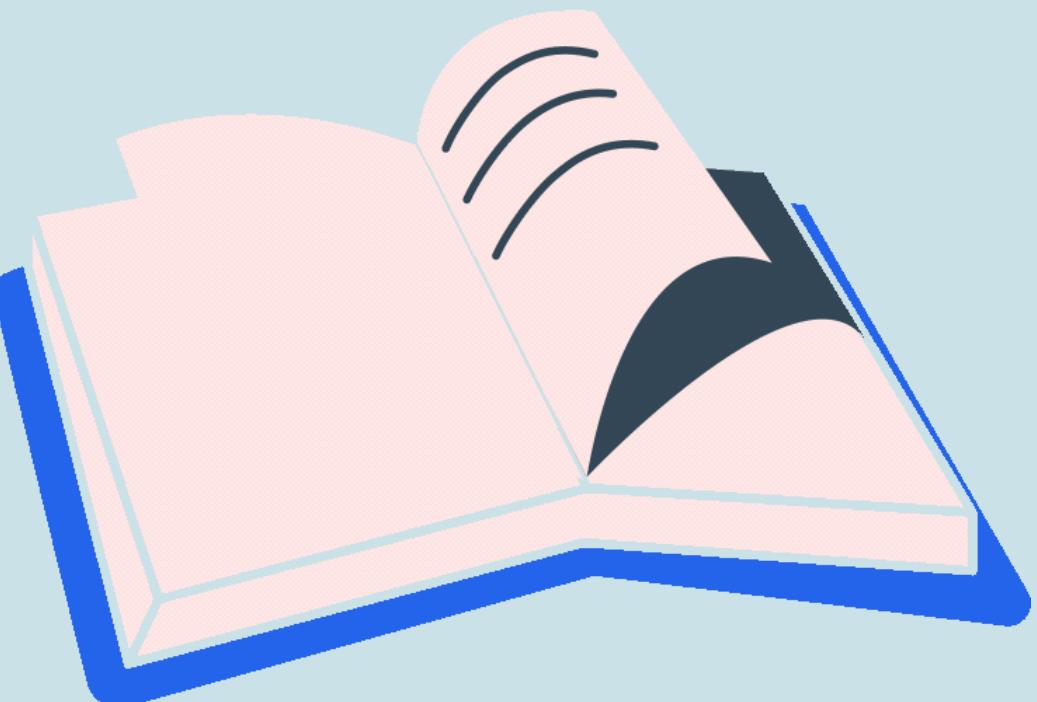
# 學習歷程檔案是什麼？

學習歷程自述

- ★學習歷程反思
- ★就讀動機
- ★未來學習計畫
- ★生涯規劃

多元表現  
綜整心得

- ★多元表現列表
- ★多元表現動機
- ★多元表現成果
- ★多元表現反思



# 課程學習成果應該收集什麼...



實習報告

學習單

段考訂正

上課講義

實作照片

課本習作  
手稿

專題實作報告

上課筆記

# 多元表現應該收集什麼...



檢定練習  
過程

幹部經歷

競賽過程  
紀錄

服務學習  
過程

社團活動  
過程

# 學習歷程檔案 內容架構

封面

前言

目錄

內容

反思

# 個人資訊

學校、班級、學號、姓名、授課老師等

封面

# 課程相關照片

本人實習操作的照片

社團表演照片

作品成果、成品照片

# 清楚的**標題**

不要只打科目名稱，希望是有個**主題**或者  
是完整實習項目

國文 **×**

多元選修課程 **×**

社團經歷 **×**

112-2電工機械實習 **×**

封面

國文-從岳陽樓記到全面啟動的思辨能力 **✓**

電工機械實習-直流發電機特性曲線 **✓**

多元選修-用LOGO!8實現紅綠燈系統 **✓**

社團活動：「吉他社的辛酸血淚」 **✓**

# 歷程啟航-內湖高工學習歷程檔案競賽

學習成果組

專題實作-老人清晨指示燈

電機三孝-102233 蔡00

**重點摘要**整個檔案的內容，用一頁的篇幅，讓閱讀者能快速了解此檔案

## 前言

- 主題：簡明扼要的點出檔案主題，讓閱讀者一目了然!!
- 動機：說明修課動機、專題製作動機、活動參與動機等
- 簡介：專題作品介紹、實習作品的介紹、競賽介紹等
- 目標：課程的學習目標、活動目的等
- 結果：學習的成果、競賽成果、專題製作成果等

利用頁碼讓閱讀者能夠快速找尋  
想要看的段落

# 目錄

前言	02
課程學習目標	03
學習成果1	04
學習成果2	08
反思	10

# 內容

將內容分為前、中、後三個部分去呈現學習歷程，並將內容做**系統性的編排整理**，切勿把資料通通丟上去就結束。

前

- ★可敘述課程目標、各式動機
- ★可條例式敘述或者故事描述

中

- ★善用圖表（流程圖、能力指標圖、折線圖等等）
- ★按照順序將學習的過程**重點式描述**

後

- ★著重學習成果的部分，用綜合的表現去呈現，切忌長篇大論

**課程目標：**能夠從課本每章節的前言去找到，或者是教師的  
教學計畫書

前

內容

**舉例：**電工機械實習-直流發電機特性曲線

1. 了解電工機械無載特性曲線之原理
2. 能夠實際操作直流發電機，並學會利用電壓表及電流表
3. 了解各式發電機的負載特性曲線

**舉例：**基本電學實習-常用家電量測單元

1. 能夠學會操作三用電表、示波器及電源供應器
2. 能夠識別及量測電阻
3. 交流電壓及電流量測

**活動目標：**社團舉辦活動、參與活動前、選手訓練或者證照訓練都會有目標及目的，可以重點條列出來！

前

內容

**舉例：吉他期末聯合成發-內褲松松**

1. 透過三校吉他社的聯合成發，互相切磋及學習
2. 拓展三校社友間的人際關係
3. 宣傳三校吉他社，讓更多新血能夠加入

**舉例：工科技藝競賽-室內配線職種**

1. 在5個半小時內完工
2. 拿到金手獎！

動機：選修修課動機？社團參與動機？各種活動參與原因？專題製作動機等

前

內容

舉例：擔任XX職種工科技藝競賽選手

國中時有參加技藝班，在國中技藝競賽獲得了好成績，也從中得到了自信，因此希望在高職時也能夠擔任選手.....

舉例：社團經歷-吉他社的辛酸血淚

高一新生訓練時，看到吉他社學長、姊在台上表演，散發了光彩，我就心想有一天我也想站在台上，表演一首自己最愛的歌給大家，！@#@#\$#%\$%^%&^\*^（，所以我就鎖定吉他社.....

舉例：丙級檢定-室內配線考照的點滴滴

因為自己成績不好，家人常說要有一技之長，也聽老師說是內配線是個好用的證照，因此電機科有室內配線證照的訓練，就報名參加～@！#@#\$#%&^%\*&（

中

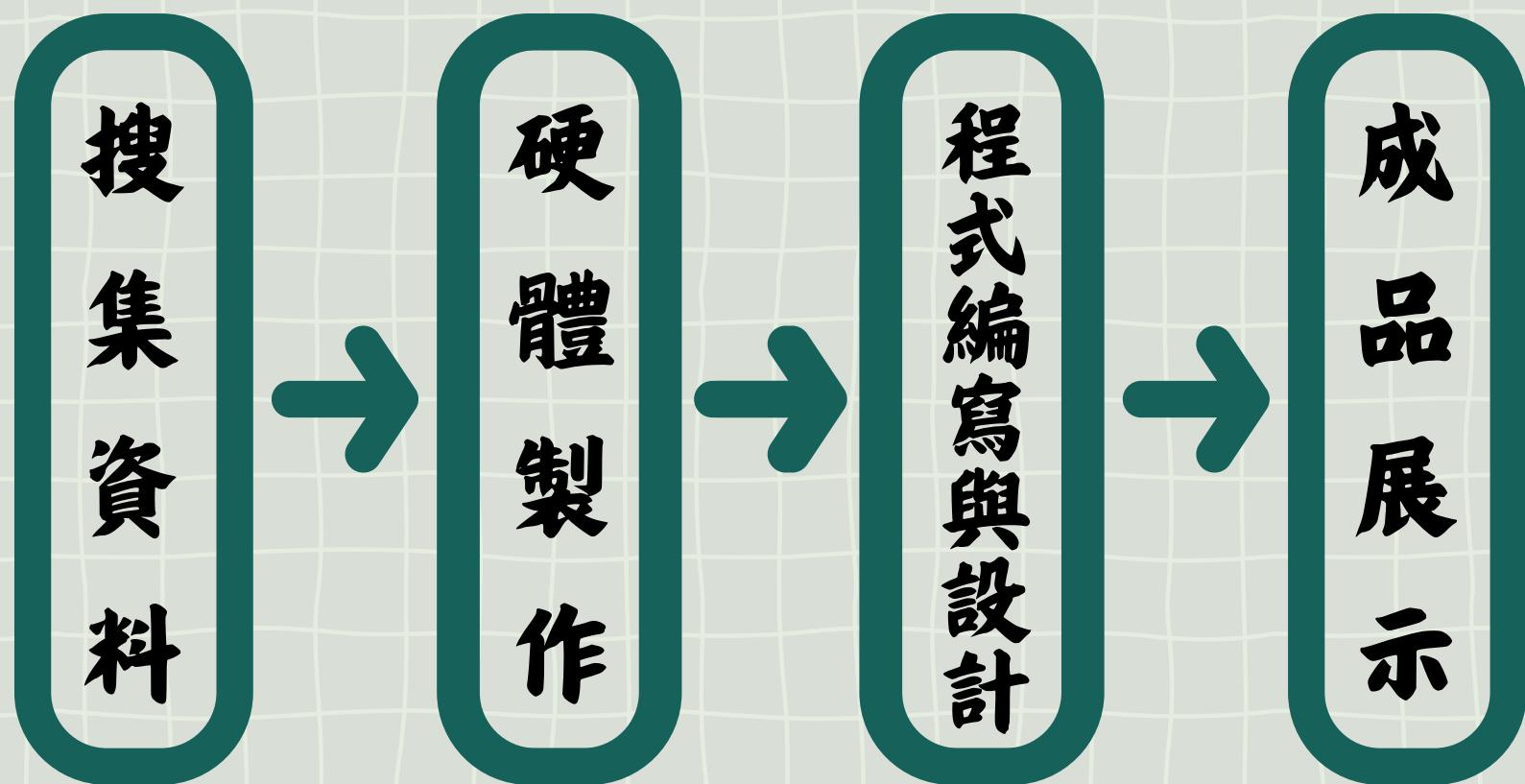
內容

**重點一：將學習過程按照順序排列，可善用圖表呈現！**

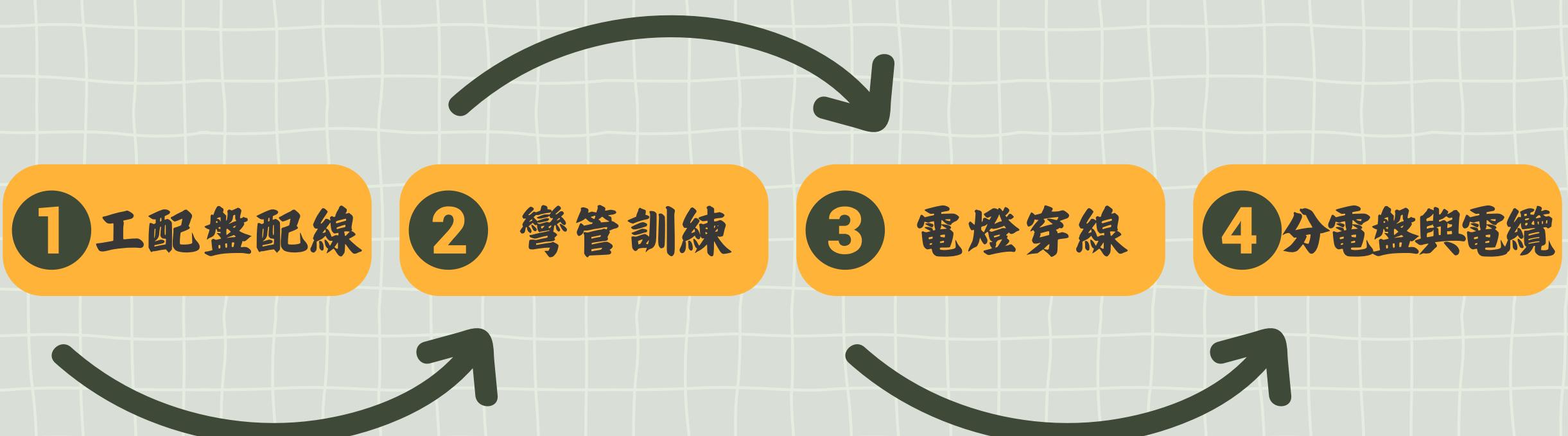
**重點二：照片務必要一目瞭然，旁邊需加上簡短說明，  
告知照片想要表達的意思！切忌放一大堆照  
片，沒有任何文字說明！**

**重點三：若是文件建議掃描，或者利用APP輔助，  
切勿用手機亂拍就放上！**

舉例：專題製作-老人清晨指示燈

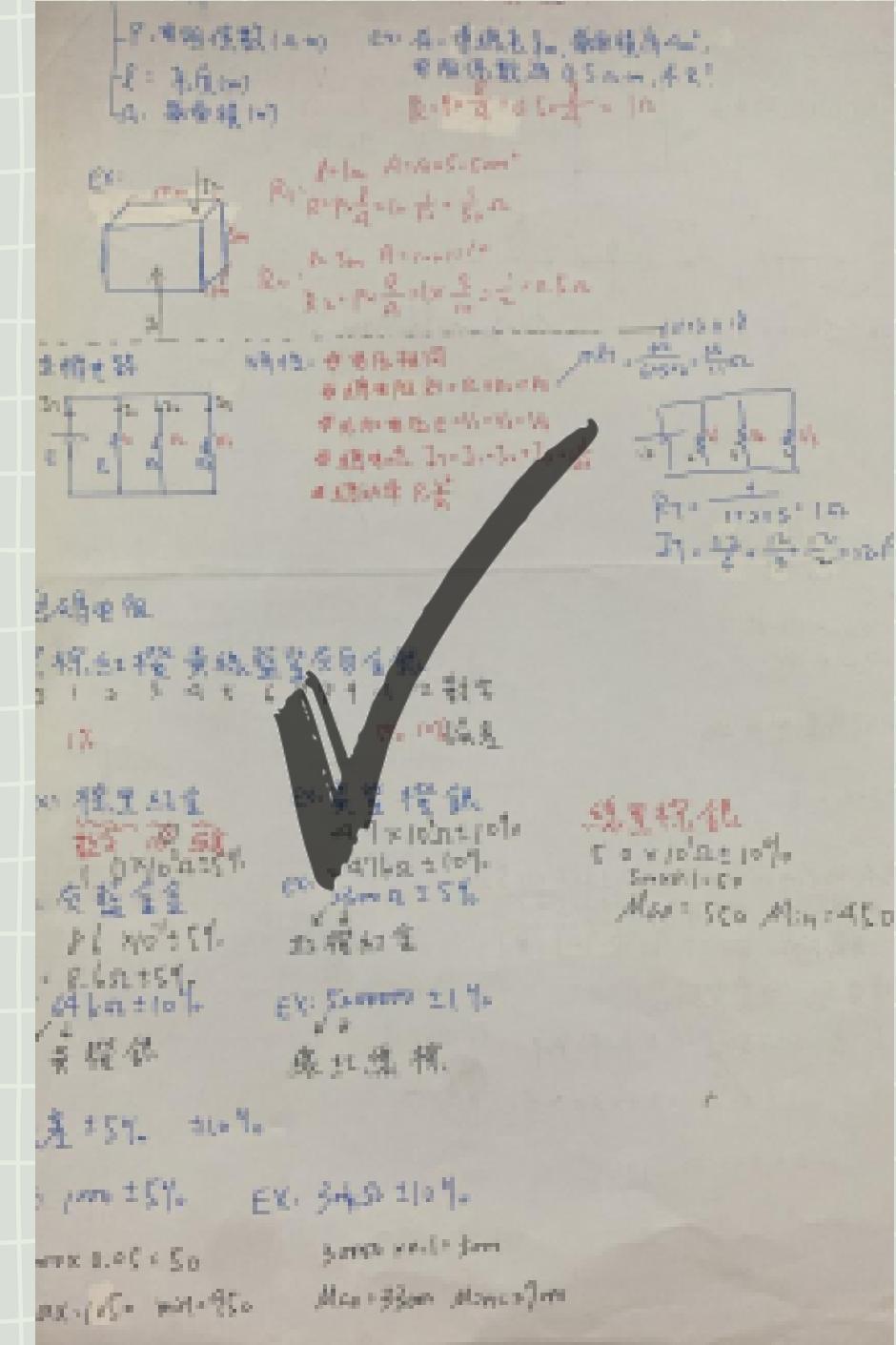
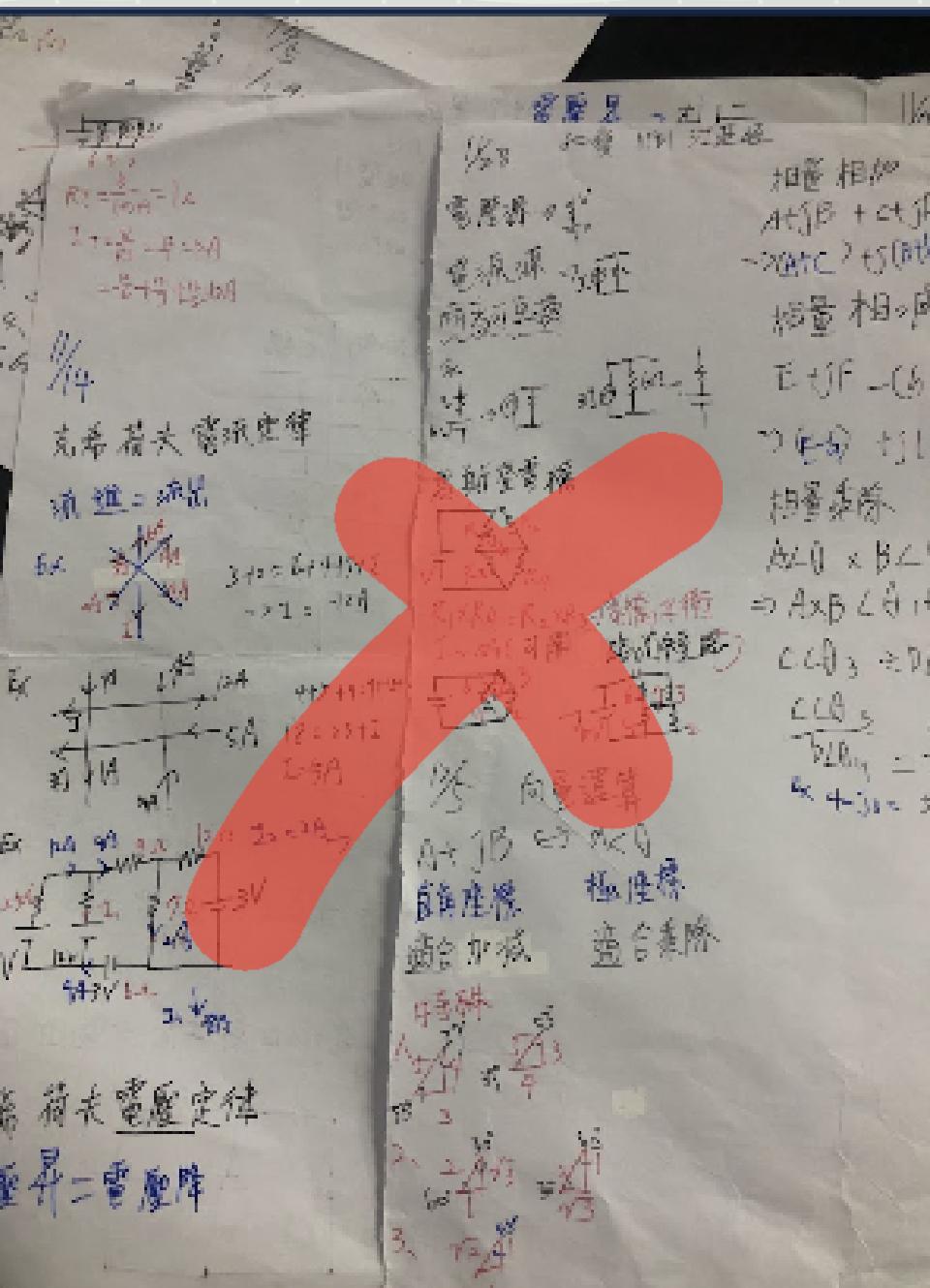


舉例：丙級檢定-室內配線考照的點點滴滴



# 內容

# 手機掃描軟體推薦



# Office Lens



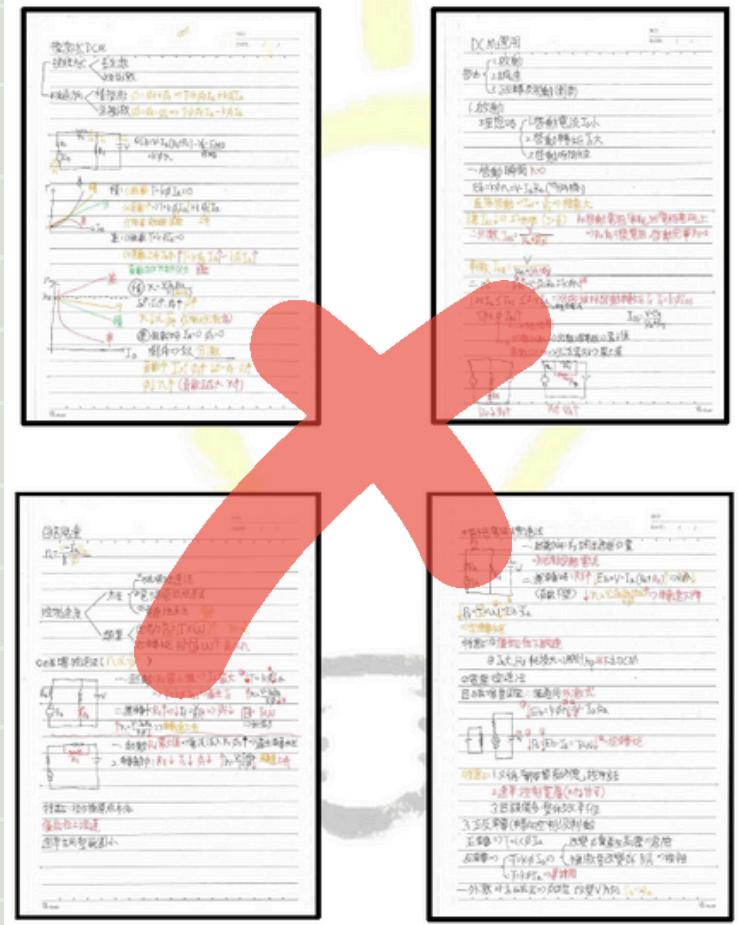
# 全能掃瞄王CAM SCANNER

中

內容



利用課餘時間，與志同道合的球友組隊參加高中籃球聯賽。



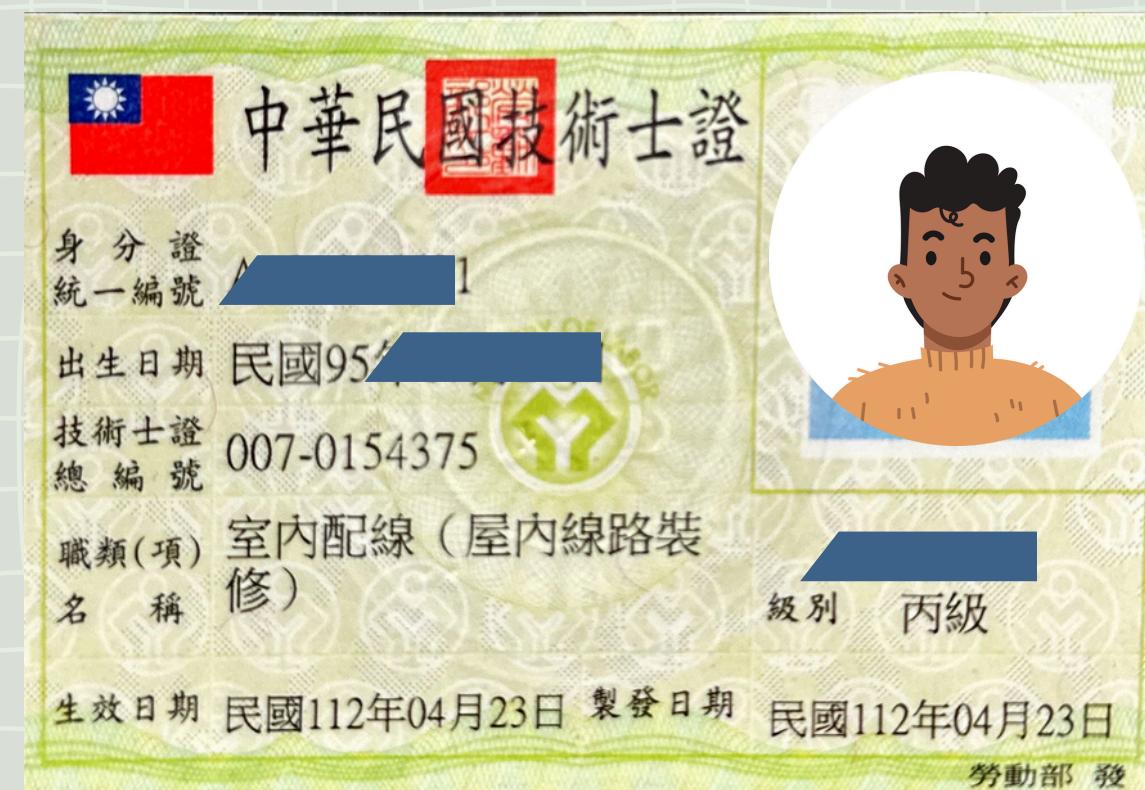
後

內容

將學習的最後成果呈現出來，如課程學習成果、專題製作成果、檢定成果、競賽成果、社團活動成果.....等

舉例：丙級檢定-室內配線考照的點滴滴

經過一連串的練習，在考試當天非常的緊張，但是我頂住壓力，雖然有一些小狀況發生，但我還是頂住壓力，!#@!@\$#@%\$#\$^%\$，最終考到了這張室內配線丙級證照。



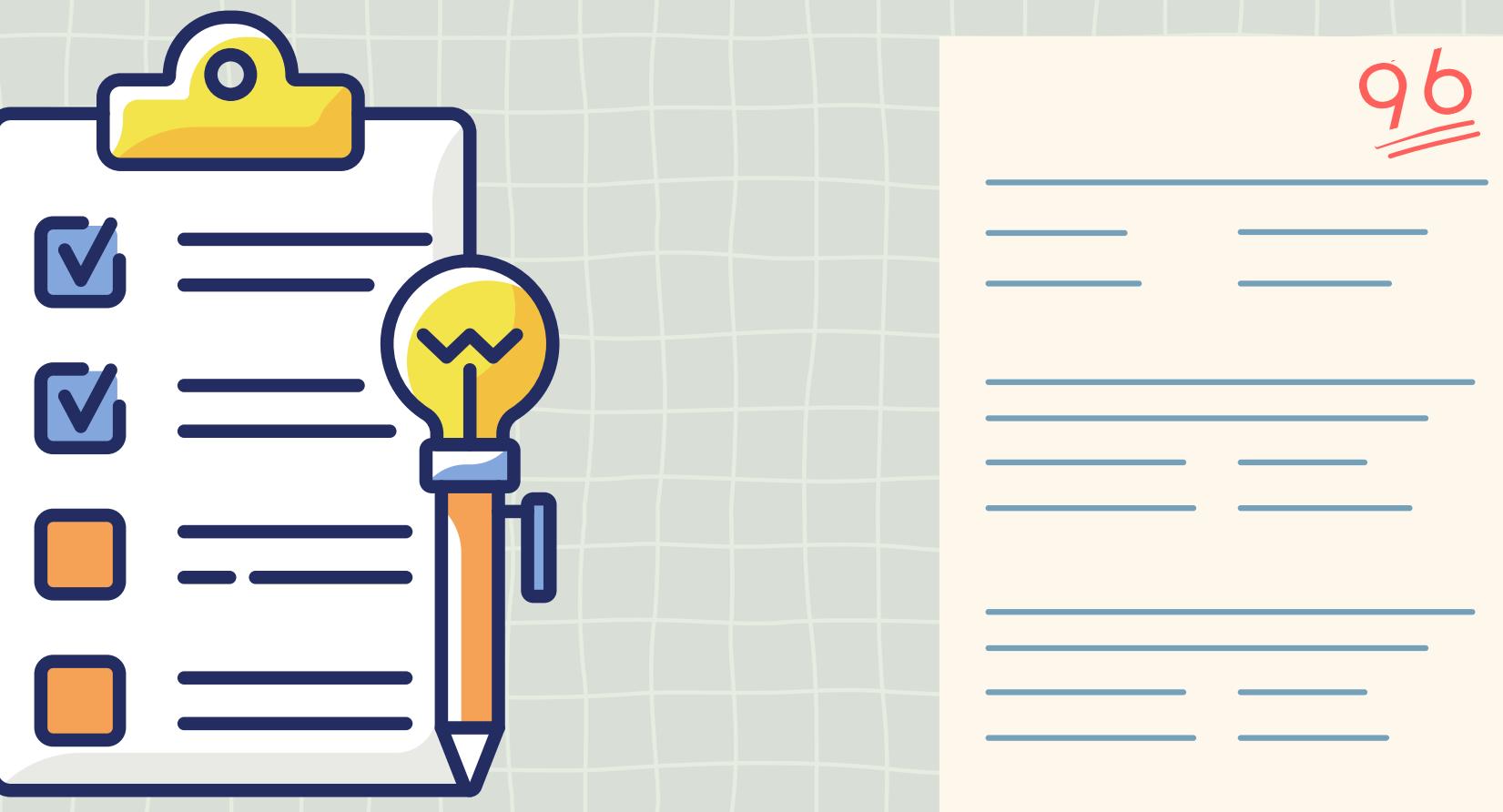
後

內容

將學習的最後成果呈現出來，如課程學習成果、專題製作成果、檢定成果、競賽成果、社團活動成果.....等

舉例：基本電學實習-常用家電量測單元

在這堂課程中，我學會如何使用三用電表，量測基本的電路，也能夠用色碼電阻判斷出電阻大小，也在最後的期末測驗，考了96分的高分!!



# 後 內容

## 2.1 理論學習

在開始實際操作之前，我們先通過閱讀相關的教材和參考資料，瞭解了以下幾個方面的知識：

- 家電的基本組成和工作原理：我們學習了家電中常見的電路結構，包括電源、開關、電阻、電容和電感等元件的作用。
- 電壓、電流和電阻的關係：我們瞭解了這三者之間的基本關係，並學習了如何用安全且準確的方式進行測量。
- 安全措施：我們強調了在進行任何電學測量時必須遵循的安全措施，包括戴絕緣手套、確保測量儀器的正確接線和使用絕緣工具等。

## 2.2 實際操作

在理論學習的基礎上，我們進行了一系列的實際操作：

- 測量家用電器的電壓和電流：我們使用數字多用表（DMM）測量了不同家電的電壓和電流，並記錄了測量結果。
- 分析家電的功率消耗：通過測量電壓和電流，我們計算了各種家電的功率消耗，並進行了比較和分析。
- 檢測家電的電路連接：我們利用測試電路的方法，檢測了家電中不同元件之間的連接情況，確保其正常工作。

## 2.3 問題解決

在操作中，我們也遇到了一些問題，例如測量值不穩定、電路連接錯誤等，但通過分析問題的原因，我們成功地解決了這些問題，並且從中獲得了寶貴的經驗。

過程中你遇到的困難，如何解決？

最後結果你是成功？還是失敗？你獲得了什麼？

整個活動經歷，對你的意義？你學到了什麼？

有什麼你可以改進的地方？如果再來一次你會怎麼做？

你學到哪些知識？增加了哪些能力？

反思

舉例：擔任XX職種工科技藝競賽選手

訓練時遇到的困難：

1. PLC程式設計方面，我很不在行，常常會不知道怎麼將程式設計成想要的樣子，導致都沒有辦法完工~!#@#\$%^&

2. 訓練過程中，指導老師發現我穿線的方法需要修正，我也發現我自己穿線速度太慢!#!@\$#@%\$^

解決方式：

1. PLC程式方面，我遇到卡住的地方，就趕緊請教學長，並將程式解決後，會將他記錄下來，好讓之後的學弟能夠不用走這麼多辛苦的路~!#@%\$%^

2. 經過老師的指導後，穿線方法有些調整，穿線部分速度可以變快，也比較不會出錯，速度可以變快20分鐘以上，我也將這個方法記錄下來，傳承給學弟~@~!@!\$#@%\$^%\*



反思

# 學習歷程檔案

## 100字簡述

描述檔案主題

學習過程體悟

檢討及未來展望

## 描述檔案主題

★直接切入正題，用一句話描述你整個檔案的主題

舉例：高二參加第54屆分區賽-獲得電氣裝配第二名

舉例：高一基本電學實習期末測驗獲得96分，是全班最高分

## 學習過程體悟

★再重點描述你整體課程或者活動學到的東西、體悟、有什麼成長等

舉例：在訓練過程中，自律很重要，要當日事、當日畢！雖然辛苦，最後得到豐碩的成果，讓我自信心提升！

舉例：操作過程中，我發現要非常細心的看電表的讀值，一不小心就有可能會讀錯，接線時也需要仔細，以免接錯會短路。

## 檢討及未來展望

★最後簡單回顧一下學習歷程，將檢討的部分及未來展望說出。

舉例：若還能參加比賽，我希望能夠改善程式撰寫能力，讓功能分數可以提升。

舉例：在考試中因為粗心看錯一顆電阻，往後考試我會更加注意

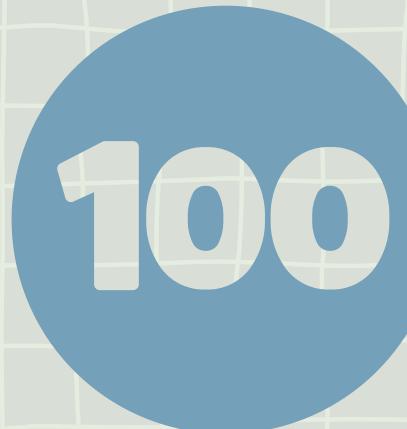
## 舉例：參加54屆分區賽

高二時，參加第54屆分區賽-獲得電氣裝配第二名，在訓練過程中，自律很重要，要當日事、當日畢！雖然辛苦，最後得到豐碩的成果，讓我自信心提升！若還能參加比賽，我希望能夠改善程式撰寫能力，讓功能分數可以提升。



## 基本電學實習-常用家電量測單元

高一基本電學實習期末測驗獲得96分，是全班最高分！操作過程中，我發現要非常細心的看電表的讀值，一不小心就有可能會讀錯，接線時也需要仔細，以免接錯會短路。在考試中因為粗心看錯一顆電阻，往後考試我會更加注意



# 學習歷程檔案 製作軟體介紹

Canva



Canva 申請



# 學習歷程檔案 製作軟體介紹

WORD



POWER PONIT



# 學習歷程檔案 製作軟體介紹

iLovePDF

轉檔、壓縮PDF



Q & A



台北市立內湖高級工業職業學校

第一屆  
歷程啟航

學習歷程檔案競賽系列活動

學習歷程檔案  
製作教學講座

感謝你的參與

