



成人及繼續教育學系

# 能力取向審查資料 呈現架構及撰寫建議



讓人人都能終身學習

# 簡報大綱

**01**

能力取向審查資料  
呈現架構

**02**

學習歷程自述  
撰寫建議

**03**

多元表現綜整心得  
撰寫建議

**04**

能力取向審查資料  
編輯原則



**01** 能力取向審查資料  
呈現架構

# 成人及繼續教育學系教育目標



- 培育成人及高齡學習設計人才、成人及高齡企劃與專案執行人才、成人及高齡行銷與管理人才。
- 注重學生「方案企劃」、「學習設計」及「經營管理」三大核心能力的養成。
- 學生畢業後可於企業、社區或高齡機構內從事人力資源發展、教育訓練、學習設計、活動企劃、專案管理等工作。

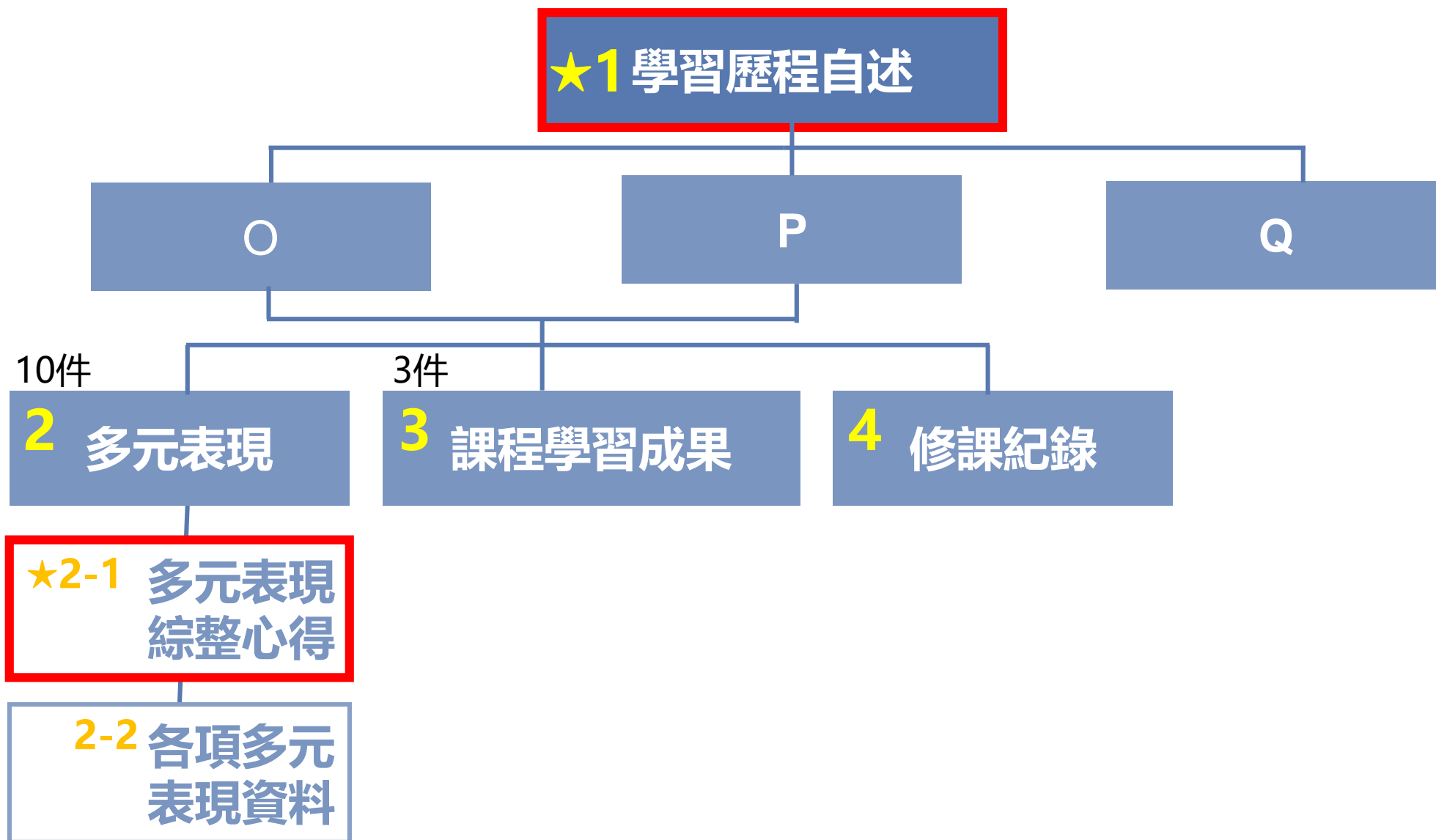
# 能力取向備審資料呈現架構<sup>1/3</sup>

## 個人能力特質與 成教系教育目標

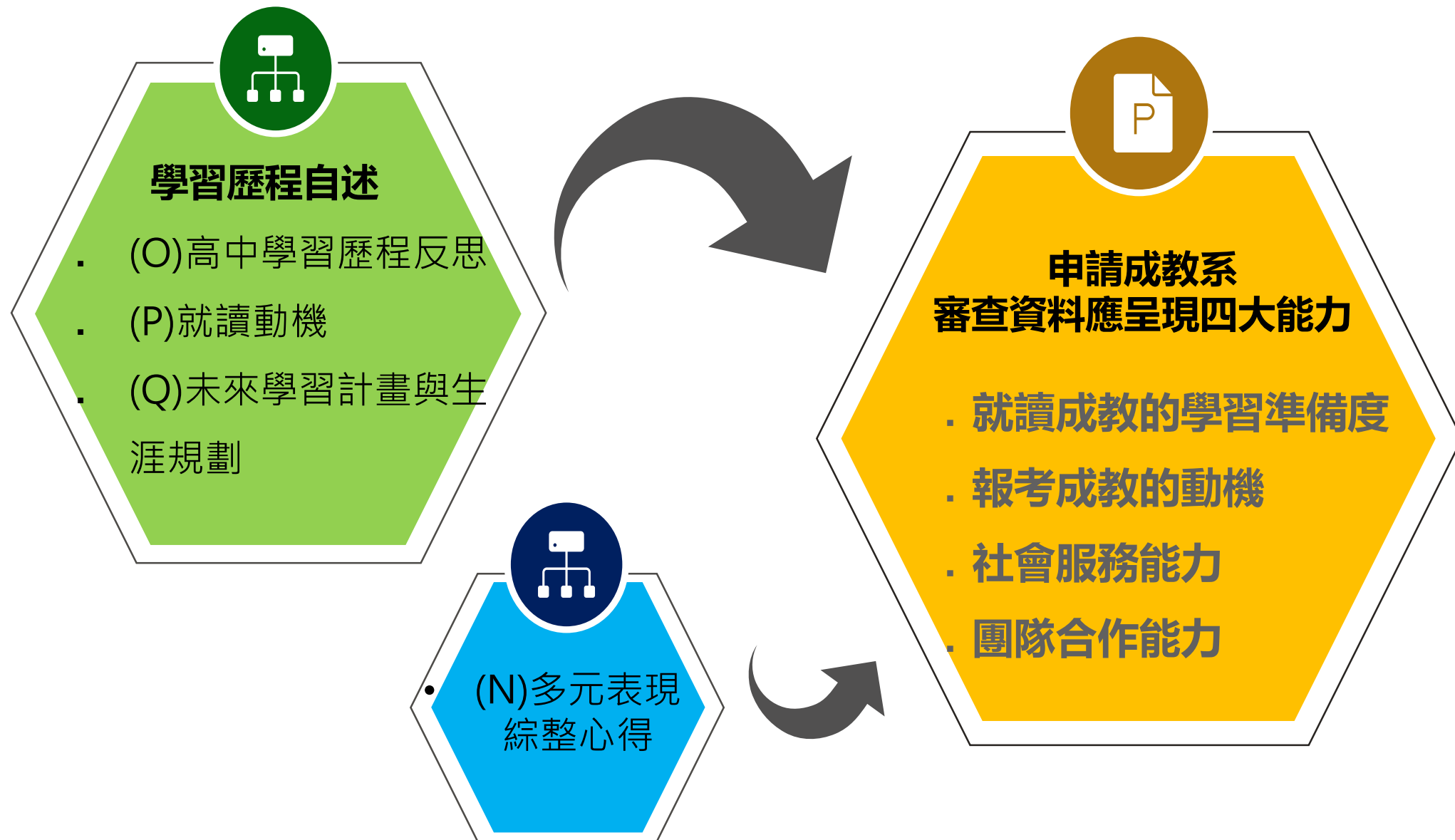


- 以你**學習歷程檔案**所上傳的資料為素材，在**學習歷程自述**及**多元表現綜整心得**中，具體說明你個人能力特質與本系教育目標的適配性。
- 說明你**為了讀本系所做的學習準備、報考動機**，及所具備的**社會服務能力與團隊合作能力**。
- 請在你修課紀錄、課程學習成果、多元表現的檔案中，提供相關的佐證資料。

# 能力取向備審資料呈現架構<sup>2/3</sup>



# 能力取向備審資料呈現架構3/3





**02 學習歷程自述**  
**撰寫建議**



# 學習歷程自述撰寫建議 1/19



**學習歷程自述**是申請人綜整高中三年來的學習成果。我們期望申請人有系統、有組織的自行陳述，讓審查委員瞭解申請者高中三年做了什麼生涯探索及就讀本科系的準備，申請人的能力、特質是否為與本系相適配。內容包括(O) **學習歷程反思**、(P)**就讀動機**及(Q)**未來學習計畫與生涯規劃**。

# 學習歷程自述撰寫建議2/19

## 成教系教育目標



申請人的能力特質

- 01 高中學習歷程反思(O)
- 02 就讀動機(P)
- 03 未來學習計畫與生涯規劃(Q)

# 學習歷程自述撰寫建議3/19

## 高中學習歷程反思

1. 請簡述你的成長過程及人格特質。
2. 請簡要說明高中學習歷程中你的修課紀錄、課程學習成果、多元表現與就讀本系的關聯性。
3. 你是如何培養或發展你的社會服務能力及團隊合作能力？

# 學習歷程自述撰寫建議4/19

## 高中學習歷程反思 多元表現

## 能力取向說明 (good)

除了數學之外，強項是語言能力，**國三時英文就已經通過中高級英文檢定(參見多元表現檔案1)**；我也積極的參加服務性社團，**直接面對各種弱勢族群，看到他們的需要，協助他們解決困難(參見多元表現檔案2)**，這培養了我社會服務的能力。高三當選畢聯會代表，協助規劃與籌備畢業舞會、紀念品、紀念冊等工作。我們在舉辦活動的過程中有過爭執、哭過也笑過，而**我從中學到了如何和不同的人合作，如何顧及大局把任務完成，也能同時兼顧同學情誼；養成我處理事情前的準備與良好的溝通重於一切（參見多元表現檔案3）**。師長通常評價我做事負責、有邏輯、擅長與同學溝通。

# 學習歷程自述撰寫建議5/19

## 高中學習歷程反思 多元表現

## 能力取向說明 (not good)

我們家族歷代從商，自我有記憶以來，父親一直與叔伯們經營公司、工廠。我的童年也是父親在事業上最忙碌的時候。我是家中老么，哥哥專科畢業後在軍中服役，姊姊現在念大二。父母親非常注意我們的教育問題，我們都是從小就開始學習美語，打下很好的根基。高中時我擔任過環保股長，地理小老師；喜歡運動，所以高一時獲得全校熱舞比賽第一名。我的個性積極主動，經常關注社會上有關永續發展、SDGs的相關訊息。

# 學習歷程自述撰寫建議6/19

## 高中學習歷程反思 修課記錄

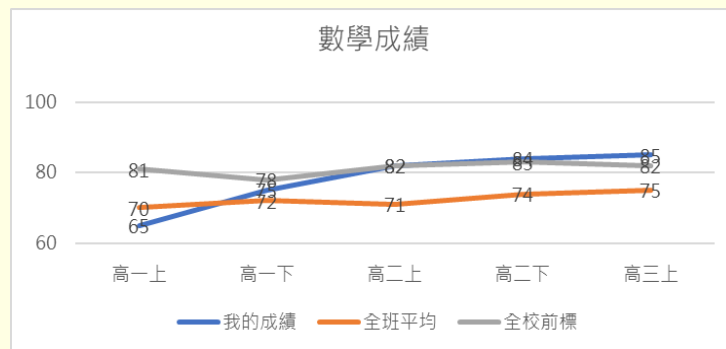
1. 審查時，系統會自動呈現申請者所有修課紀錄與成績。
2. 請於高中學習歷程反思（O）中，具體說明申請者修習與本系相關領域之自由選修課程的動機、學習規劃等反思。
3. 也可挑選所修科目的成績及課程心得。

# 學習歷程自述撰寫建議7/19

## 高中學習歷程反思 修課記錄

## 能力取向說明 (good)

維持良好的**數學成績**對我來說是一場修行。這段學習旅程，讓我**做好規律的時間管理**，養成**自律的學習態度**；對於不理解的部分認真的求解；煩躁的時候，想一些愉快正向的事情讓自己能進入專注的狀態。



我在多元選修時選了「**語文表達與傳播應用**」、「**效率與公平之間的妥協 - 勞資關係**」、「**人文社會專題研究寫作**」（參見修課紀錄）；在學習中，演練了表達技巧，有邏輯的表達想法；勞資關係的課程，討論中高齡的就業與退休問題，了解在職訓練是很重要的機制；...這些學習讓我更具備讀成教的能力，**讓我感到自己在問題解決、協調與溝通這些能力提升非常多。**

# 學習歷程自述撰寫建議8/19

## 高中學習歷程反思 修課記錄

## 能力取向說明 (not good)

英文是我喜歡的一個科目，語言一直是我的強項。英文想維持高標，聽說讀寫都要顧到。我從國三的暑假開始看英文小說，先看完哈利波特，現在常看姊姊買的時尚雜誌。我也喜歡看Discovery、TLC頻道...他們介紹的人文、大自然、旅遊、美食...都讓我覺得世界十分精采美好，然後我會邊聽邊記下覺得不大懂的單字或語法，上課的時候再問老師。英文是個好工具，讓我能夠主動向新知出擊。



# 學習歷程自述撰寫建議9/19

## 高中學習歷程反思 課程學習成果

申請者最多可上傳3件高中課程學習成果，審查項目如下：

1. 書面報告（B）：請選擇能呈現你為就讀本系所做的學習準備之佐證檔案。
2. 社會領域探究活動成果或特殊類型班級之相關課程學習成果（E）：請選擇能呈現你為就讀本系所做的學習準備之佐證檔案。
3. 請於高中學習歷程反思（O）中，說明選擇上傳這些檔案的理由、課程內容與企劃、教學、管理之關聯以及課程學習的過程與反思。

# 學習歷程自述撰寫建議10/19

## 高中學習歷程反思 課程學習成果

## 能力取向說明 (good)

在上傳的數十件學習檔案中，我挑選了三件「自主學習 - 橘色荷蘭和銀色台灣 - 兩位鄉村中的老人現況」、「公民探究與實作 - 疫情影響的勞動權」、「英文 - 新竹美食500」課程報告來說明：

### (一) 挑選這三件作品的原因：

- 1) 呈現我的學習準備度與報考動機
- 2) 展現社會服務能力與團隊合作能力
- 3) 說明自己的能力和成教系所需人才的契合度

課程學習成果	簡介	成果
110-1自主學習「橘色荷蘭和銀色台灣 - 兩位鄉村中的老人現況」	比較荷蘭和台灣的高齡現況；採訪兩位居住在雲林元長鄉與荷蘭鄉間的老人生活日常。	1. 相關的學習準備 2. 關注社會，提供關懷及協助他人解決困擾
110-2公民探究與實作 - 疫情影響的勞動權	在疫情衝擊下，中高齡、非專業人才勞動權所受到的衝擊。	1. 關注社會 2. 團隊合作與引導同儕為相同目標努力

# 學習歷程自述撰寫建議<sup>11/19</sup>

## 高中學習歷程反思 課程學習成果

能力取向說明  
(not good)

我享受自主學習的過程，能選擇想了解的領域並自己摸索。

高中自主學習時，我曾經自學過設計夜市拍賣遊戲，我期許未來有能力製作數位遊戲，讓成人學習時，可以使用高科技產品或是以此輔助學習。

高二的全球移動力課程「社頭在地文創」，我用 Rhino 應用程式製作了一個小垃圾桶模型，培養居民對於環保的認識。這堂課讓我從日常中找到問題並運用在專業領域，這樣的精神亦可以發揮在將來終身學習上。

# 學習歷程自述撰寫建議<sup>12/19</sup>

## 就讀動機

1. 請簡要說明你就讀本系的動機及對本系的認識。
2. 可從修課紀錄、課程學習成果、多元表現中，說明你為了就讀本系做了哪些準備？

# 學習歷程自述撰寫建議<sup>13/19</sup>

## 就讀動機

## 能力取向說明 (good)

...隨著高中做過幾次跨領域專題研討之後，我逐漸梳理出了自己希望能發揮影響力為弱勢發聲、擁有改變社會的能量。再加上母親過去曾在人力資源管理部門工作很長一段時間，了解企業培訓的重要；她認為我的溝通、口語表達、問題分析與解決能力都很優秀，適合做成人培訓的講師；後來我參閱中正成教的粉絲專頁、官網，還有很多新聞報導，了解成教系在社會教育、人力資源發展這部分，做了很多事情，例如.....讓我十分嚮往，因此我希望大學時能進入貴系學習。

抱著想改變社會、為弱勢服務的心態，高中時參加學校的社區服務隊（參見多元表現檔案2）。在社團課的時間，我曾去陽光銀力復健中心、荊桐樂齡學習中心去帶阿公阿嬤手工藝品製作；也定期協助維持社區環境整潔與美編社區小報；參加社服隊，讓我更加確定要往成教系發展的志向。

# 學習歷程自述撰寫建議<sup>14/19</sup>

## 就讀動機

## 能力取向說明 (not good)

小時候，因為父母忙於工作，我經常與曾祖母長時間相處，因此我懂得與年長者溝通，我喜歡向她分享現代的新文化與科技，同時也滋長我可以幫助其他年長者的想法。在選擇大學時得知全台灣僅有中正擁有完整的高齡教育系統，便期許能就讀貴系，希望精進自己教育成人的能力。為了就讀貴系我曾自主學習「社區資源管理與應用」課程，嘗試接觸社區組織知識。這些經驗強化我的溝通與活動企劃能力，在辦理活動或參加服務時才能成為推動人群成長的力量，並且期許進入貴系後成為一個能推動終生學習的人才。

# 學習歷程自述撰寫建議<sup>15/19</sup>

## 未來學習計畫與生涯規劃

1. 你在高中的學習中，曾有哪些職涯興趣探索，讓你知道適合就讀成教系？
2. 請說明你進入成教系後，未來的生涯目標，以及將如何達成你的生涯目標？包括考取成教系至入學前的學習計畫、就讀成教系四年的學習計畫、以及大學畢業後的生涯規劃。
3. 在各不同階段中，你會如何運用中正大學校內外資源，實現學習計畫，以及如何培養你成為終身學習專業人才所需的能力。

# 學習歷程自述撰寫建議16/19

## 未來學習計畫與生涯規劃

依據近程、中程、遠程的時間順序來寫...

- 第一段：**近程目標20%**（確定考上到正式開學前）放榜後計畫學習什麼？建議是從事一些與本系相關的進修或活動，幫助自己適應大學生活。
- 第二段：**中程目標60%**（大學四年所安排的計畫）：可參照本系與學校安排的課程來擬定(請參考官網)，想培養與增加甚麼能力？
- 第三段：**遠程目標10%**(大學畢業後的生涯規劃)：就業還是繼續深造？
- 第四段：結論10%。



# 學習歷程自述撰寫建議<sup>17/19</sup>

## 未來學習計畫與生涯規劃

依據自己的理想目標來寫...

- 第一段：**就學動機**：說明自己高中所學，並且在哪些課程上特別有心得，為什麼想要繼續發展這些興趣。
- 第二段：**大學學習計畫**：說明在大學課程中想要加強哪些課程科目，應配合所本系所開的課程，或是跨系、跨領域、輔系、雙學位等計畫。
- 第三段：**大學生活計畫**：除了讀書、課業之外，在大學中還有哪些計畫？想參加哪些社團？有工讀或實習的計畫嗎？有遊學或學習語言的計畫嗎？還有什麼自我成長的計畫？
- 第四段：**大學畢業後的生涯計畫**：將來想在什麼領域發展，從事什麼職業？有什麼夢想？有沒有更進一步進修的計畫？

# 學習歷程自述撰寫建議<sup>18/19</sup>

## 未來學習計畫與生涯規劃

## 能力取向說明 (good)

### 近程(大一~大四)

我很期待大學新鮮人的生活。大一時重點放在**多元探索自己的興趣與能力**。我將盡量參與班級事務，結交新朋友；並且想要參加系上女籃隊。另外會去學習開車，希望能順利得到駕照，獲得更自主的動力。

大二時，我希望可以到傳播系修一些更專業的影片製作相關的課程，因為**我認為數位傳播能力是從事成人教育工作中很重要的能力**。如果有工作機會，我希望能夠協助系上老師的社區活化、地方創生的工讀，除了能夠自食其力，藉由參與各類工作，**鞏固我服務社區的能力**。社團的部分，我希望能夠參與系學會的運作，**藉由服務同學，讓我練習待人處事與協調溝通的能力**。

我發現教育學院有很多全英授課的課程，我會抓緊機會選修，盡量**保持我的語文能力持續進步**。

# 學習歷程自述撰寫建議19/19

## 未來學習計畫與生涯規劃

## 能力取向說明 (not good)

未來四年內我將多與同學及教授交流，除了學習教授們的淵博學識外，老師們的風範行止更是我要學習的；大學同窗是一輩子的夥伴，藉由互動的討論可藉此吸收別人的經驗及想法，交流感情。能自由討論、交換心得，認真學習就是我夢寐以求的大學生活。對大學我有無限的憧憬與渴望，也希望未來能成為優秀的企業人才。我想，以我的能力，對學術的野心與認真，我完全可以達成我的夢想的。



**03 多元表現綜整心得**  
**撰寫建議**

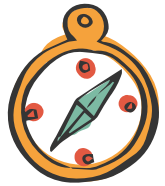
# 多元表現綜整心得撰寫建議<sup>1/4</sup>



## 多元表現綜整心得

在多元表現綜整心得（N）中，請以所上傳的10件多元表現檔案為素材，將三年來參與的多元活動與表現，系統性地呈現申請者為就讀本系所做的**學習準備與報考動機**，及具備本系所重視的**社會服務能力與團隊合作能力**。

# 多元表現綜整心得撰寫建議2/4



## 多元表現素材

### 1 高中自主學習計畫與成果(F)

選擇能展現終身學習特質、  
能力與行動之佐證

### 2 社團活動經驗(G)

選擇能展現企劃、幹部訓練、活動  
帶領、人際溝通之特質及團隊合作  
能力與行動之佐證

選擇10件  
適配成教系的檔案

### 3 服務學習經驗(I)

選擇能展現...

- (1)幫助校內外群體或個人進行學習，並能協助解決學習上的困擾
- (2)參與成人、高齡或社區教育相關志願服務之佐證

### 4 特殊優良表現證明(M)

選擇能展現自我特質、能呈現自主學習  
積極性或對本系有利之佐證

# 多元表現綜整心得撰寫建議<sup>3/4</sup>

## 多元表現綜整心得 (N)

## 能力取向說明 (good)

高二參加儀表青年選拔，獲選後(參見多元表現檔案8)，曾擔任司儀協助主持畢業典禮(線上)、迎新會等校內重大的活動。協助舉辦這些活動，讓我**展現服務熱情、同時做好時間管理；加強人際關係，和陌生的同學快速合作；隨機應變的問題解決力也很重要；這些都是成教系的看重的基礎能力。**

我也充分體認到，想要同時維持良好人際關係，又要維持鋒頭人物的難處；我自信在擔任幹部時，能協助師長維護團體榮譽，但我同時也是團體中最受歡迎的同學，交到許多知己好友。



# 多元表現綜整心得撰寫建議<sup>4/4</sup>

## 多元表現綜整心得 (N)

**能力取向說明  
(not good)**

我在高中三年和同窗相處非常愉快難忘，熱愛生活的我，將高中生活安排得多采多姿，擔任過副班長、環保股長、歷史小老師。連續兩年暑假我都參加了小樹苗課後輔導計畫，展現我對教育特殊幼兒的熱忱；此外由於對心理諮商的憧憬與渴望，也希望未來能成為優秀的心理臨床諮商師，因此我一直擔任輔導室的工讀生。並且大量的閱讀諮商輔導方面的書籍...





**04** 能力取向審查資料  
編輯原則

# 能力取向審查資料編輯原則<sup>1/5</sup>

## 準備能力取向審查資料的四步驟

瞭解中正成教系的  
教育目標及所著重的能力

**第一步**

擬定架構及撰寫內容

**第三步**

**第二步**

挑選合適的  
學習歷程檔案

**第四步**

美編設計及排版

# 能力取向審查資料編輯原則<sup>2/5</sup>

## 第一步：瞭解中正成教系的教育目標及著重的能力

- 瞭解教育目標 - 目標培育成人及高齡學習設計人才、成人及高齡企劃與專案執行人才、成人及高齡行銷與管理人才。
- 瞭解審查著重的能力面向 - 為就讀成教系所做的學習準備、報考成教系的動機、社會服務能力、團隊合作能力。
- 瞭解師資陣容 - 教授專長及研究興趣。
- 瞭解課程內容 - 必修與選修課程。

# 能力取向審查資料編輯原則<sup>3/5</sup>

## 第二步：挑選合適的學習歷程檔案

- **修課紀錄** - A.修課紀錄。
- **課程學習成果** - B.書面報告、E.社會領域探究活動成果，或特殊類型班級之相關課程學習成果。
- **多元表現** - F.高中自主學習計畫與成果、G.社團活動經驗、I.服務學習經驗、M.特殊優良表現證明、N.多元表現綜整心得。

# 能力取向審查資料編輯原則<sup>4/5</sup>

---

## 第三步：擬定架構與撰寫內容

- 詳讀「能力取向審查資料準備指引」與「能力取向審查資料呈現架構及撰寫建議」。
- 思考如何呈現與本系教育目標相適配的審查資料架構，及撰寫具個人特色的學習歷程資料。

# 能力取向審查資料編輯原則<sup>5/5</sup>

---

## 第四步：美編設計與排版

- 誠實地陳述**個人的能力特質**，並清楚地標示**佐證檔案**。
- 設計最好以「**簡潔、清爽**」的風格為主。
- 注意**大小標題**、字體一致，以 3~5 種配色為主，避免眼花撩亂。
- **標示重點**(如：粗體字、畫線...)

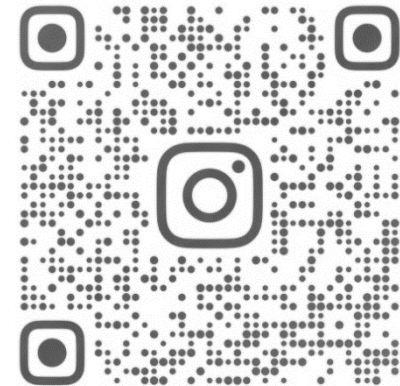
- 成教系官網



- 成教系FB



- 成教系IG



@ACE.CCU



成人及繼續教育學系

官網：<https://cyiaace.ccu.edu.tw>

地址：嘉義縣民雄鄉大學路168號

連絡電話：05-2721182

電子信箱：[cyiaace@ccu.edu.tw](mailto:cyiaace@ccu.edu.tw)

成為推動終身學習的專業人才成教系歡迎你！