

# 國立基隆女子高級中學 多元表現紀錄表

活動類型	<input type="checkbox"/> 幹部事蹟 <input type="checkbox"/> 競賽 <input type="checkbox"/> 檢定 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 團體活動 <input type="checkbox"/> 彈性學習 <input type="checkbox"/> 其他		
個人資料	班級：	座號：	姓名：
活動名稱			主辦單位
活動時間			活動地點
參與動機			
過程記錄			
活動照片	<h2 style="font-size: 2em; color: #ccc;">基隆女中學務處</h2>		
	照片說明：	照片說明：	
遭遇的困難或挑戰			
活動後延伸與連結			
個人反思與收穫			
本活動與大學學群的關聯性	<input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 工程 <input type="checkbox"/> 數理化 <input type="checkbox"/> 醫藥衛生 <input type="checkbox"/> 生命科學 <input type="checkbox"/> 生物資源 <input type="checkbox"/> 地球與環境 <input type="checkbox"/> 建築與設計 <input type="checkbox"/> 藝術 <input type="checkbox"/> 社會與心理 <input type="checkbox"/> 大眾傳播 <input type="checkbox"/> 外語 <input type="checkbox"/> 文史哲 <input type="checkbox"/> 教育 <input type="checkbox"/> 法政 <input type="checkbox"/> 管理 <input type="checkbox"/> 財經 <input type="checkbox"/> 遊憩與運動		

◆請確實勾選活動類型  
說明：  
1. 志工服務→服務學習  
2. 社團、講座→團體活動  
3. 大學先修課、職場學習→其他

◆請確實填寫個人資料、活動名稱、地點、時間等資料。  
說明：  
1. 活動名稱請寫全名。  
2. 校外活動主辦單位請確實填寫；校內活動則依處室或單位填寫。(例如：基隆女中輔導室、基隆女中滑板社)  
3. 時間須包含日期與時間。(例如：110年9月8號 17:00-18:30)

◆說明「為何想參加這個活動或比賽」，或是「你想藉由這個活動得到什麼」？  
例如：我希望透過這次比賽學到.....、由於我對某某科系很有興趣所以我.....

◆簡要記錄「活動的過程」，或是「活動中最令你印象深刻的部分」。(你為這個活動做了什麼!!!)  
例如講座中最令你最有感觸的一段話、競賽練習中的所做的努力跟付出等。

◆記得拍下參與活動時的照片。(證明)  
1. 務必要有自己!!!  
2. 兩張照片不要太類似。(例如：一張個人頒獎、一張團體頒獎→這樣就是太相似。如果是比賽，可以一張準備過程、一張頒獎。)  
3. 記得說明照片內容。  
4. 最好能夠很明顯看到自己在做什麼。(例如：自願上台發言、競賽準備、講座專注聽講等。)

◆記錄你在過程中遇到的困難、挑戰或挫折，你又是如何克服這些困難。(例如透過老師的協助、自行查閱書籍、和同學和家人討論、反覆練習或試驗等→請明確且詳細列出你為了克服這些困難做了什麼努力!!!)

◆記錄你在此活動/講座/比賽後，你又額外做了什麼？例如：性別平權講座結束後查閱相關書籍或新聞與公民老師討論。

◆綜合以上所述，你從這個活動/講座/比賽中所得到的收穫或思考是什麼？包含思想面與技能面的，例如你學會了什麼觀念主張或是哪種實際的技能。(須明確指出自己進步的脈絡與差異，不論是從不會到會還是生疏到熟練。)也可以從中探索自己的人格特質，連結學群特質屬性。

◆勾選與本活動相關連之大學學群，以利未來選擇上傳資料。如對活動相關學群有疑問者可向學務處訓育組或輔導室詢問。

### ★教戰手冊

- 「學習」「歷程」「檔案」  
(1) 何謂「學習」?  
 0→100/0→10/30→50  
 你增加/學會了什麼  
(2) 何謂「歷程」?  
 你做了什麼  
 你做了那些嘗試  
 你如何嘗試  
(3) 何謂「檔案」?  
 結合以上做有系統性的整理與排版編輯。
- 嘗試連結自己的理想學群的「人格特質」、「重視能力」、「領域視野」