**大直高中109學年度第二學期**

**高一生涯規劃課程**

**自我探索報告**

****

https://www.last.fm/ru/music/Lilya+Zilberstein%2FMartha+Argerich

**一年九班　　學生：李ＯＸ**

**目錄**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. 我的興趣 | * 1. 興趣測驗   2. 感興趣的學群學類 |
| 1. 我的專長 | * 1. 性向測驗   2. 高一學業表現 |
| 1. 生涯探索相關活動 |  |
| 1. 未來生涯探索方向 | * 1. 學類   2. 學類 |
| 1. 整體收穫與省思 |  |

1. **我的興趣**
   1. **大標題**

**小標題 (100字以上)**

寫下你的心得吧。

|  |  |
| --- | --- |
| C:\Users\User\Pictures\cake2.jpg  圖片說明 | C:\Users\User\Pictures\cake2.jpg  圖片說明 |

* 1. **大標題**

**小標題 (100字以上)**

寫下你的心得吧。

|  |  |
| --- | --- |
| C:\Users\User\Pictures\cake2.jpg | C:\Users\User\Pictures\cake2.jpg |
| 圖片說明 | 圖片說明 |

* 1. **興趣測驗**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 興趣量表分數 | 興趣  代碼 | 研究型(I) | 藝術型(A) | 社會型(S) | 企業型(E) | 事務型(C) | 實用型(R) | 抓週三碼 | 諧和度 | 區分值 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

1. **適合的學群：**
2. **XX特質描述**

**我對興趣測驗結果的心得　(100字以上)**

寫下你的心得吧。

* 1. **我感興趣的學群學類**
     + 1. **學類興趣分佈** (黃色為有興趣、淺藍色為略有興趣)

|  |  |
| --- | --- |
| 醫藥衛生 | 運動保健 醫學 公共衛生 牙醫 物理治療 職能治療 護理 醫學檢驗 影像放射 藥學 食品營養 呼吸治療 健康照護 化妝品 職業安全 獸醫 醫務管理 視光 語療 聽力 |
| 生命科學 | 生物資訊 生化 生命科學 生物科技 植物保護 食品生技 生醫工程 生態 |
| 生物資源 | 獸醫 植物保護 生態 農藝 動物科學 園藝 森林 海洋資源 食品生技 |
| 資訊 | 資訊工程 生物資訊 資訊傳播 圖書資訊 數位學習 資訊管理 電子商務 媒體設計 電機工程 光電工程 電子工程 通訊工程 數據統計 |
| 工程 | 電機工程 光電工程 電子工程 通訊工程 工程科學 機械工程 航空工程 土木工程 水利工程 化學工程 材料工程 生醫工程 環境工程 建築 科技管理 運輸物流 科技教育 資訊工程 |
| 數理化 | 數學 化學 物理 生化 數學教育 自然科學 財金統計 數據統計 |
| 建築設計 | 媒體設計 建築 都市計畫 空間設計 工業設計 工藝 商業設計 服裝設計 藝術設計 |

|  |  |
| --- | --- |
| 藝術 | 美術 音樂 表演藝術 藝術設計 工業設計 工藝 商業設計 服裝設計 舞蹈 |
| 大眾傳播 | 資訊傳播 大眾傳播 廣電電影 新聞 廣告公關 |
| 外語 | 英語文 歐語文 日語文 東方語文 英語教育 |
| 文史哲 | 圖書資訊 文化產業 中國語文 歷史 哲學 台灣語文 史地 宗教 華語文教育 |
| 社會心理 | 心理 社會學 社會工作 人類民族 兒童家庭 宗教 輔導諮商 犯罪防治 勞工關係 |
| 法政 | 犯罪防治 法律 財經法律 政治 行政管理 土地資產 |
| 管理 | 資訊管理 科技管理 醫務管理 文化產業 勞工關係 行政管理 企業管理 行銷經營 運輸物流 土地資產 觀光事業 運動管理 餐旅管理 電子商務 休閒管理 國際企業 |
| 財經 | 財金統計 會計 財務金融 國際企業 財稅 保險 經濟 |
| 教育 | 數位學習 科技教育 華語文教育 教育 特殊教育 幼兒教育 成人教育 數學教育 社科教育 英語教育 |
| 遊憩運動 | 運動保健 體育 舞蹈 觀光事業 運動管理 餐旅管理 休閒管理 |

* + - 1. **感興趣學類所對應的班群**  (黃色為主要興趣學群、淺藍色為略有興趣學群)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **文法班群** | **商管班群** | **理工班群** | **醫藥生科班群** |
| 文史哲、外語、法政、  藝術 | 財經、管理 | 數理化、工程、資訊 | 生命科學、生物資源、  醫藥衛生、 |
| 大眾傳播、 | 大眾傳播 | 地球與環境 | 地球與環境、 |
| 建築與設計、 |  | 建築與設計 |  |
| 社會與心理、遊憩與運動 |  |  | 社會與心理、遊憩與運動 |
| 教育、管理、不分系 | | | |

第一選擇：XX**班群**

第二選擇：XX**班群**

**我對感興趣學群學類的心得：(100字以上)**

寫下你的心得吧。

1. **我的專長**
   1. **大標**
      1. **小標題　(100字以上)**

寫下你的心得吧。

* + 1. **小標題**

寫下你的心得吧。

|  |  |
| --- | --- |
| https://www.monoandstereo.com/2015/10/martha-argerich-complete-dg-recordings.html | https://www.pinterest.co.kr/pin/753297475154663841/ |
| 圖片說明 | 圖片說明 |

* 1. **性向測驗**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 性向測驗 | 語文 | 外語 | 科學  推理 | 數學 | 邏輯  推理 | 空間 | 美感 | 創意 | 三高能力 | 適合發展的四個學門  學門 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**我對性向測驗結果的心得　(100字以上)**

寫下你的心得吧。

* 1. **高一學業表現**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **高一學業表現** | 科 目 |  | 國文 | 英文 | 數學 | 歷史 | 地理 | 公民  社會 | 基礎  物理 | 基礎  化學 | 基礎  生物 | 地球  科學 |
| 第一學期  學期成績  總平均 | 分數 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 第二學期  成績  第一次  段考 | 個人  分數 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 全班  平均 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 第二次段考 | 個人  分數 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 全班  平均 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **自我檢視** | 1.你成績表現不錯的科目是 □國□英□數□歷□地□公民□物□化□生□地科 (可複選)  2.你成績表現較差的科目是 □國□英□數□歷□地□公民□物□化□生□地科 (可複選)  3.你喜歡的科目是 □國□英□數□歷□地□公民□物□化□生□地科 (可複選)  4.未來是否考慮往術科方面（美術、音樂、體育…等）發展？ □是 \_\_\_\_\_\_\_\_\_方面 □否  註：社會班群：學業成績→國、英、數及其他相關社會學科表現較佳。  自然班群：學業成績→國、英、數及其他相關自然學科表現較佳。 |

**我對高一學業表現的心得　(100字以上)**

寫下你的心得吧．

1. **生涯探索相關活動**
   1. **大標（100字以上）**

寫下你的心得吧。

|  |  |
| --- | --- |
| C:\Users\User\Pictures\cake2.jpg | C:\Users\User\Pictures\cake2.jpg |
| 圖片說明 | 圖片說明 |

* 1. **大標（100字以上）**

寫下你的心得吧。

|  |  |
| --- | --- |
| C:\Users\User\Pictures\cake2.jpg | C:\Users\User\Pictures\cake2.jpg |
| 圖片說明 | 圖片說明 |

1. **未來生涯探索方向**
   1. **我感興趣的學類之一：XX學類**

藉由查詢｢大學選才與高中育才系統網站」，我了解到XX學類的有下列特色：

1. **所需的特質 (ColleGo! 就要你這款)**
2. **大學的學習樣貌 (ColleGo!你所不知道的大學生活)**
3. **必修或核心課程 (ColleGo! 必修或核心課程)**
4. **對社會學類感興趣，高中三年我可以做的事 (ColleGo! MISSION: ColleGo!)**

|  |  |
| --- | --- |
| **1** |  |
| **2** |  |
| **3** |  |
| **4** |  |

1. **我的想法 (100字以上)**

寫下你的心得吧。

* 1. **我感興趣的學類之二：XX學類**

藉由查詢｢大學選才與高中育才系統網站」，我了解到XX學類的有下列特色：

1. **所需的特質 (ColleGo! 就要你這款)**
2. **大學的學習樣貌 (ColleGo!你所不知道的大學生活)**
3. **必修或核心課程 (ColleGo! 必修或核心課程)**
4. **對XX學類感興趣，高中三年我可以做的事 (ColleGo! MISSION: ColleGo!)**

|  |  |
| --- | --- |
| **1** |  |
| **2** |  |
| **3** |  |
| **4** |  |
| **5** |  |
| **6** |  |

1. **我的想法 (100字以上)**

寫下你的心得吧。

1. **整體反思與未來　（300字以上）**
   1. **心得與反思：**

寫下你的心得吧。

* 1. **未來目標與規劃**

寫下你的心得吧。

**SWOT自我分析(想用就把內容改成自己的東西和改成黑字，不想用就刪除)**

|  |  |
| --- | --- |
| **個人優點（Strength）**   * + 1. 個性沉穩、負責，有助待人處事。     2. 旺盛的企圖心與毅力，有助學業完成。     3. 多次擔任班長職務，認真負責，熱心助人且具領導能力。     4. 個性活潑積極，樂觀進取。     5. 人際關係佳，和老師、同學建立良好互動關係，具團隊合作之概念與能力。     6. 樂於參與志工服務，關懷弱勢族群。     7. 通過全民英檢中級檢定。 | **個人缺點（Weakness）**   * + - 1. 體能欠佳，鮮少運動，故未來宜加強體能訓練，以面對更多的挑戰。       2. 電腦程式與美工能力較弱。       3. 特殊專長不夠多，所以期許自己在未來在大學投入心力培養自己的專長。 |
| **外在環境環境機會（Opportunity）**   1. 積極充實電腦常識，培養電腦軟體應用技能，並認真學習會計資訊系統。 2. 充份把握大學四年時間，努力考取會計相關證照，提升自我競爭力。 3. 從小接觸交易環境較頻繁，對商對環境較為熟悉。 | **環境威脅（Threat）**   1. 面臨全球化競爭感脅，須時刻提醒自我不可懈怠。 2. 國內高等學術人才倍增，必須具備豐富的學養與實力，才能脫穎而出。 |