

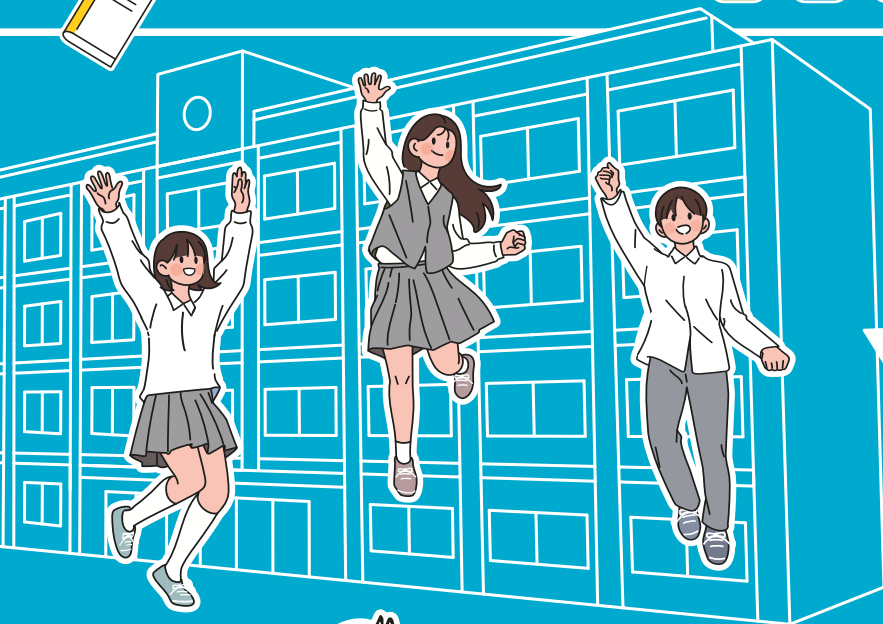


新竹市政府
Hsinchu City Government

114學年度新竹市

國中七年級適性入學

宣導手冊



選其所適 · 愛其所選 · 幸福未來市



新竹市政府教育處
DEPARTMENT OF EDUCATION
HSINCHU CITY



Contents

02 市長的話

新竹好學 優質教育 幸福科技城

03 臺灣教育大學系統總校長的話

適性揚才 終身學習

04 處長的話

5 星 e 校園 幸福進行市

05 壹、竹適起航 - 觀念篇

12 年國教，教育新未來

國民教育會考，提升學習品質

多元選擇，適性入學

08 貳、竹適領航 - 路徑篇

竹苗區適性入學管道

16 參、竹適揚航 - 選擇篇

選你所適，愛你所選

竹苗區免試入學比序項目介紹

適性輔導

23 肆、竹適導航 - 秘笈篇

「五級分加 7 積點制」實施依據與特點

竹苗區免試入學比序比序方式

竹苗區免試入學比序項目積分對照表

Q&A 解惑區

何謂五級分加 7 積點制？如何計算？與三級分制差異？

新竹市四大措施穩健推動適性入學

「五 can 度」迎向五級分制 點亮未來成長路

30 伍、竹適共航 - 資源篇

多元入學諮詢管道

32 陸、竹適啟航 - 行動篇

行動指南



新竹好學 優質教育 幸福科技城

新竹市作為科技與創新的匯聚之地，不僅以產業聞名，更以扎實的教育基礎為榮。為培育具備全球競爭力的優秀人才，市府秉持「新竹好學、優質教育」的核心理念，致力於建立優質及均質化的教育環境，推動教育的均衡發展，讓每位學生都能享有公平的學習機會，實現「新竹好學、安心就學、科科等值、校校均質」的教育願景。

為實現這一願景，市府積極推動校園改造、公共化幼保、均衡學區劃分、擴班增班，以及科技與國際教育，提升學生的自主學習能力與人文素養，讓學子接軌國際。同時，透過擴編師資、實施學力提升計畫及加強特教與藝術學習場域，為新竹學子提供優質教育與全面的學習資源，成為孩子成長路上的堅實後盾。

為因應竹苗區自 117 學年度起實施的「五級分加 7 積點制」國中教育會考制度的變革，市府已投入 2,600 萬元，協助各校建立多元化入學輔導機制，確保學生能順利適應新制度。此外，市府也舉辦首屆「新竹好學、適性樂學課程博覽會」，為學生與家長提供全面的教育資訊和趨勢分析。同時，自 113 至 115 學年度增設 3 所市立高中、14 個班級，並投入 1,360 萬元改善硬體設備，滿足學生就近入學需求，營造更公平的競爭環境。

我們深信，在家長、學校與市府的攜手努力下，孩子們定能在適性教育的引導下找到最適合自己的道路，綻放屬於自己的光芒。讓我們攜手合作，成就新竹學子的美好未來，實現「安居科技城，幸福真永遠」的城市願景！



邱臣遠

新竹市 代理市長



適性揚才 終身學習

教育是國家百年大計，也是人類的希望工程，可以幫助一個人充分開發潛力，成為國家社會有用的人才。更是幫助貧困弱勢的孩子，向上社會流動的一股力量。

古人云「書中自有黃金屋，書中自有顏如玉，書中自有千鍾粟」，或許，同學們一時尚無法去體驗，但是，鼓勵同學們發憤圖強、用功讀書、力爭上游之心意，應可感受到。

本人曾於民國 79 年擔任過教育部中等教育司長，民國 83 年轉任技職教育司長，民國 98 年擔任教育部長，深深感覺到國中畢業生選擇普通高中進大學，是一條英才之路；但是，若選擇技術高中進科技校院，也是會有一片天。事實上，在多元社會中，國家需要多元人才是一種社會共識。美國哈佛大學迦德納(H.Gardner)教授，即在 1983 年提出多元智慧 (Multiple Intelligence) 的理念，指出：有人精於語文表達，有人擅長數理科學，有人體育運動好，有人美術音樂藝術表演能力強，有人樂於人際關係協調服務，有人投入自然環境觀察，有人視覺空間創作能力強，有人內省能力比人強，但不管您的性向能力之長處為何，只要您能努力不懈，全心投入終身學習，皆有成就的一天，所謂「三百六十五行，行行出狀元」此道理確實不假。

臺灣沒有甚麼自然資源，只有靠人力資源，亦即我們沒有「物礦」可開採，只有靠「人礦」開發，臺灣今天才能擁有外匯存底世界第四位，及世界前段班的國際競爭力。

各位同學即將自國中畢業，升學進入高中職階段，希望您能找到自己之性向、興趣及能力之亮點，適性揚才、終身學習，成功一向是歸屬於有準備好的人。

也誠摯希望各位同學相信，人具有無限的潛力，祝福大家具有無限的美好未來！



吳清基

臺灣教育大學系統總校長





5 星e校園 幸福進行市

親愛的同學們，你們即將迎接新學習階段的到來，邁入國中教育的重要里程碑。希望每位同學都能依照自己的興趣、性向與能力，選擇理想的學校與科別，找到屬於自己的舞台，踏實追逐夢想，展現無限潛能。

面對十二年國民基本教育的推行，新竹市教育處以「新竹好學，優質教育」為核心，全面推動「一校一特色、校校卓越」、「一師一載具、教學創新」、「一生一專長、生生展能」、「一生一閱讀、接軌視界」、「一生一運動、健康身心」，以及「一校e智慧、數位e校園」，以均衡教育資源，營造適性發展的教育環境。同時，穩步推進高級中等學校免試入學制度，提供「安心就學、科科等值、校校均質」的選擇，協助每位孩子找到適合的方向，為未來的發展奠定堅實基礎。



林立生

新竹市教育處 處長

因應教育環境與制度的演進，尤其是國中教育會考「五級分加7積點」新制的實施，我們首次編印《114學年新竹市國中七年級適性入學宣導手冊》，以「竹適起航、領航、揚航、導航、共航、啟航」六篇為架構，協助同學深入了解新制度的核心理念。同時，我們規劃適性入學專業講師進校宣導，強化志願選填的試探與輔導工作，帶領學生與家長掌握最適合的升學方式，為未來的學習旅程揚帆，鋪設更穩固的基石。

教育是一切的根本，是社會進步與發展的動力，更是提升國家競爭力的關鍵。我們期盼，在全體教師與家長的支持下，讓每位孩子都能擁有多元、更美好的選擇。未來的路上，教育處將與大家攜手同行，共同為新竹學子的夢想保駕護航，為新竹的未來續寫榮耀篇章！



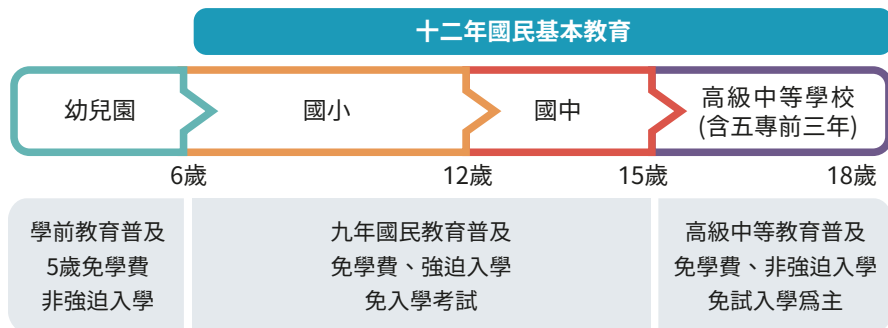
選其所適、愛其所選、幸福未來市

壹 竹適起航 - 觀念篇

12 年國教，教育新未來

十二年國教分兩個階段，前九年為國人熟悉的國民教育，也就是國小至國中的階段，不僅普及、免學費，而且是義務，符合年齡條件的孩子都必須強迫入學，不需入學考試。

十二年國教後三年則為高級中等學校及五專前三年，對象為國中畢業生，與九年國教不同的是，這三年並非義務教育，不強迫入學，學生可自由選擇是否就讀。有較多學校可選擇，學校類型也很多元，兼含普通與技職教育。



國民教育會考，提升學習品質

配合十二年國民基本教育實施，大部分國中專業生都透過免試管道進入高級中等學校及五專，在這樣的升學制度下，教育部每年五月針對九年級學生統一辦理國中教育會考作為學力檢定的機制，因此每一位國民中學應屆畢業生皆必須參加國中教育會考，藉此追蹤及瞭解國中應屆畢業生的學力狀況。

國中教育會考的施行，發揮了減壓、鬆綁與檢驗的三大功能：

1. 減壓：標準參照評量

會考採用標準參照評量方式，以三等級呈現成績，取代過去分分計較的競爭模式，有效降低學生的壓力，讓學習回歸本質，鼓勵學生專注於學習成長。





2. 鬆綁：學習方向更靈活

學生和家長不再一味追求考科分數，能夠勇於探索並培養獨立思考、問題解決、創新創造、溝通合作等新世代所需的核心素養。

在教學現場，教師教學方式也能鬆綁，更注重引導學生進行高層次學習，而非過度依賴考試與重複練習。

3. 檢驗：明確的學習標準與成效

會考提供明確的表現等級說明，幫助學生與教師掌握學習成果，清楚未來努力的方向，進一步規劃學習地圖。

透過全體學生在各等級的人數比例，教育主管機關能清楚掌握學生的學力水準，進行必要的補強與調整，提升整體教育品質。

國中教育會考考試科目及內容說明

考試科目	題型	題數	時間	命題依據
國 文	選擇題 (4選1)	38~ 46題	70分鐘	「十二年國民基本教育課程綱要」 語文領域-國語文／第四學習階段／ 學習表現及學習內容
英 語	閱讀 選擇題 (4選1)	40~ 45題	60分鐘	「十二年國民基本教育課程綱要」 語文領域-英語文／第四學習階段／ 學習表現及學習內容 (最基本1,200字詞參見課綱附錄五：表一)
	聽力 選擇題 (3選1)	20~ 30題	25分鐘	
數 學	選擇題 (4選1)	23~ 28題	80分鐘	「十二年國民基本教育課程綱要」 數學領域／第四學習階段／學習表現及學習內容
	非選擇題	2題		
社 會	選擇題 (4選1)	50~ 60題	70分鐘	「十二年國民基本教育課程綱要」 社會領域／第四學習階段／學習表現及學習內容
自 然	選擇題 (4選1)	40~ 55題	70分鐘	「十二年國民基本教育課程綱要」 自然科學領域／第四學習階段／ 學習表現及學習內容
寫作測驗	引導 寫作	1題	50分鐘	「十二年國民基本教育課程綱要」 語文領域-國語文／第四學習階段／ 學習表現及學習內容



選其所適、愛其所選、幸福未來市

進一步資訊可上網查詢



國中教育會考網站
<https://cap.rcpet.edu.tw>

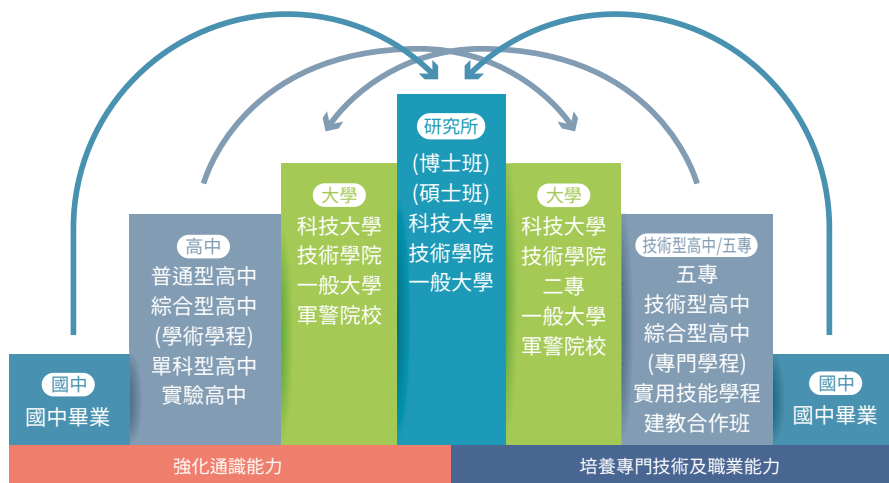
國中教育會考歷屆各科試題本(含參考)
<https://cap.rcpet.edu.tw/examination.html>

多元開展，適性入學

無論國中畢業後，想就讀高級中等學校或五專，都可選擇符合自己興趣、性向或能力的學校就讀。

國中畢業後的升學進路主要可以區分為兩大方向，一類提供基本學科為主，強化學生通識能力；一類提供專業及實習學科為主，培養學生專門技術及職業能力。可選擇的學校包含普通型高中、技術型高中、綜合型高中、單科型高中、五專、進修部（學校）、軍校及實驗高中等。

十二年國教強調落實國中適性輔導及鼓勵就近入學，希望每位學生都能根據自身的特質與需求，希望每位學生都能選擇一條符合自己的升學進路，同時，也鼓勵學生在國中階段預先為未來的學習與職涯發展奠定穩固的基礎，邁向多元且精彩的未來。



國中畢業生升學進路圖





貳 竹適領航 - 路徑篇

高級中等學校或五專各具特色，十二年國民基本教育的適性入學方式讓學生可以依照自己的興趣、性向及能力來決定未來的學習之路，適性入學主要入學管道如下表。

竹苗區適性入學管道

(以 114 年國中畢業生為例)

免試入學

學習區完全免試
優先免試
分區免試
直升入學
園區生免試獨招
技優甄審入學
五專優免、完免
五專聯合免試

特色招生 甄選入學

藝才班
體育班
科學班
專業群科

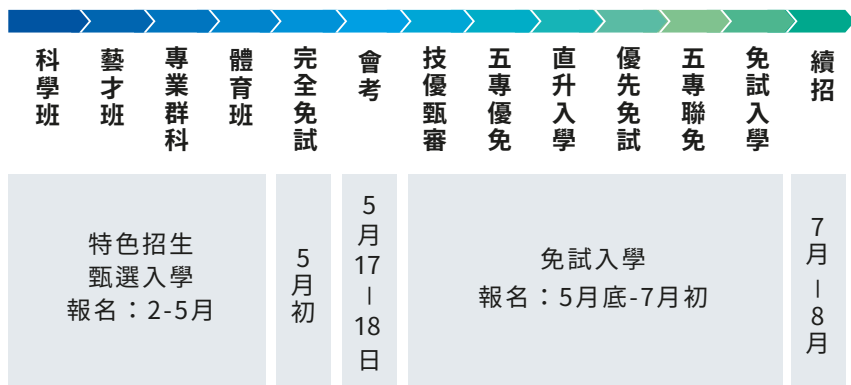
其 他

實用技能學程
建教合作班
運動績優
私校獨招

身心障礙適性輔導安置

竹苗區適性入學管道時間流程

(以 114 年國中畢業生為例)





選其所適、愛其所選、幸福未來市

一、竹苗區免試入學管道

為最普遍的入學方式，學生依據竹苗區免試入學比序項目積分（均衡發展、多元學習表現及國中教育會考成績）等進行比序，依志願序錄取。當報名人數超過招生名額時，會依比序項目積分進行排序，序位高者優先錄取。

二、特色招生甄選入學

高級中等學校及五專為落實因材施教與開展學生多元智能，以達十二年國教適性揚才目標，學校以班（群、科）為規劃單位向主管機關申請，經核定後辦理特色招生入學。

特色招生分為甄選入學及考試分發入學兩種，在術科或學科具發展潛能的學生，可參加不同管道之特色招生，使學生得以適性發展。

（一）藝術才能班特色招生甄選入學

包括音樂班、美術班、舞蹈班及戲劇班，主要以分區分類方式辦理招生作業，並以聯合辦理為原則，招生作業分術科測驗及分發作業兩階段。

分發作業以術科測驗分數及學生志願作為入學依據，並得以國中教育會考成績作為入學門檻。報到後如有缺額，經主管機關同意後辦理續招。



進一步資訊可上網查詢

高級中等學校藝術才能班線上報名登錄系統

<https://art.sen.edu.tw>

（二）體育班特色招生甄選入學

為培育優秀運動人才，高級中等學校體育班特色招生甄選入學，依各校體育班發展運動種類及課程內容，自訂錄取條件及名額，以自辦或聯合辦理的術科測驗分數作為錄取依據。術科測驗內容包括基礎體能、專項技術及運動成就表現等。

參加高級中等學校體育班特色招生甄選入學之學生不受就學區限制，得跨區報名。應考學生請注意運動術科測驗應備妥相關資料及體能調整，並避免運動傷害。



高級中等以下學校體育班資料系統

<https://peclass.perdc.ntnu.edu.tw/Welcome/Index>





（三）特色招生專業群科甄選入學

特色招生專業群科甄選入學，依各校簡章辦理術科測驗外，並得參採國中教育會考成績作為錄取門檻。各校依群科屬性，考量國中畢業生學習基礎，規劃術科實作測驗，並得依招生需求，以書面審查、面試等方式進行甄選。報名、術科測驗日期及放榜時間請注意各校簡章公告，簡章、術科試題範例及評量規範可至「特色招生專業群科甄選入學宣導網」網站查詢。參與特色招生專業群科甄選入學，學生可選一就學區報考，不受就學區限制。



特色招生專業群科甄選入學宣導網
<https://shs.k12ea.gov.tw/site/special>

（四）科學班特色招生甄選入學

科學班甄選為各校單獨招生，各校招生統一採線上個別報名及繳費，報名資格及各校招生名額、流程與方式，需詳閱各校簡章。以114學年為例，全國有10所高中設有科學班，以直接錄取及甄選錄取（科學能力檢定及實驗實作）方式辦理，內容除了學校課業學習之外，特別著重實驗原理、設計及操作。



高級中等學校科學班行政事務中心
<https://phsms.k12ea.gov.tw/EduExp/>

（五）七年一貫制特色招生甄選入學

七年一貫制為特殊的藝術類科教育學制，強調一貫的深化學習過程，整合五專及二技學制設計教學，學生修業期間前五年視同五專生，五年級在校生成績及格者，應參加公開升級甄試，通過甄試者得直升並繼續後二年大學部學業；未參加或未通過升級甄試者，由學校視其修業情形，發給修業證明或五專副學士學位證書；學生完成七年一貫制學業，成績及格者，授予藝術學學士學位。

七年一貫制主要為美術、音樂、舞蹈等藝術領域招生，技專校院有台南應用科技大學音樂系、美術系、舞蹈系，辦理七年一貫制特色招生甄選入學招生，招收對藝術領域有專長或興趣的國中畢業生。



選其所適、愛其所選、幸福未來市

三、直升入學

直升入學指國中部直升同一所學校高中部，屬於免試入學方式之一。以 114 學年度為例，新竹市有實驗中學、建功高中、香山高中、成德高中、光復高中、曙光女中及磐石中學辦理，報名資格由各校自訂（於畢業前在該校就讀滿一學年以上），此入學管道採計國中教育會考成績。（僅供參考，應以當年度簡章為準）。



進一步資訊可上網查詢：
竹苗區高級中等學校免試入學作業入口網
<https://hbm.entry.edu.tw>
(每年12~7月可上網查詢)

四、學習區完全免試入學

高級中等學校學習區完全免試入學，旨在以學生學習為主體，讓每位國中學生能依據自身的興趣與性向，就近入學，發展多元能力，落實十二年國民基本教育「全面免試、就近入學」的核心政策。

以 114 學年度為例，新竹市光復高中辦理學習區完全免試入學。此入學管道不採計國中教育會考成績，並於會考前完成錄取作業。未招滿之缺額，以及未報到或報到後放棄的餘額(含一般生及特殊生)，將納入各學習區後續辦理的分區免試入學招生名額中，進一步提升入學機會的公平性與彈性。（僅供參考，應以當年度簡章為準）

學習區完全免試入學

114學年度
辦理學校
光復高中

不採計
會考成績
志願序

會考前
放榜

餘額回流
免試入學

報名資格
應屆畢業
擇一科報名



學習區完全免試入學網
<https://shs.k12ea.gov.tw/site/cefp>



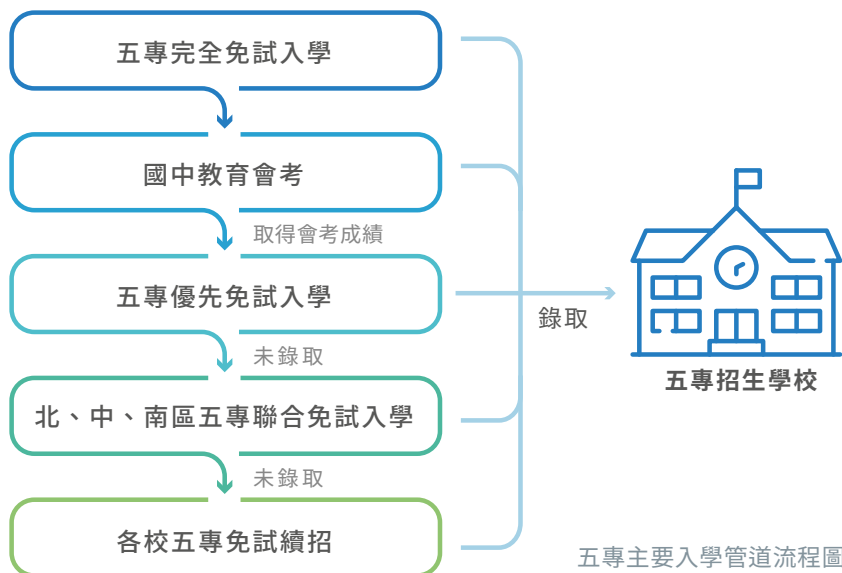


五、五專免試入學（以 114 學年度為例）

五年制專科學校（以下簡稱五專）五年一貫的教育過程獨具特色，為培養中級技術人力的重要管道之一。五專主要學習應用科學與技術，課程特色包括：類科多元、強調「務實致用」、兼顧升學與就業、定期評鑑、確保品質等。

五專完全免試入學招收對象以應屆畢業國中生為限，且僅能選報 1 校科組志願。由於完全不採計國中教育會考成績，如報名人數超過招生名額，則以在學期間「多元學習表現-服務學習、均衡學習、其他」等項目進行比序。

有意願就讀五專之學生共有 4 次主要機會，其中又以五專優先免試入學名額最多、錄取理想科組機率最高。





選其所適、愛其所選、幸福未來市

(一) 五專完全免試入學

五專完全免試入學招收對象以應屆畢業國中生為限，且僅能選報 1 校科組志願。由於完全不採計國中教育會考成績，如報名人數超過招生名額，則以在學期間「多元學習表現 - 服務學習、均衡學習、其他」等項目進行比序。

(二) 五專優先免試入學

招生對象為國中畢業生及具同等學力者，參加之免試生可依志向於網路選填 30 個志願，經由招生委員會以電腦統一分發，提供職業性向明確的國中畢業生，選擇入學五專學制及多元選擇入學機會，幫助學生提早升學定位及適性入學。

五專優先免試入學採計國中畢業生在校「多元學習表現（含競賽及服務學習）」、「技藝優良」、「弱勢身分」、「均衡學習」、「國中教育會考（含寫作測驗）」及「志願序積分」等項目積分。其中護理科及國立五專招生學校須採計國中教育會考成績；私立五專招生學校除護理科外，得由各校自行決定各科是否採計國中教育會考成績。

(三) 五專聯合免試入學

五專聯合免試入學的就學區為不分就學區，分北、中、南三個招生委員會辦理招生作業，學生皆可分別向北、中、南區聯合免試入學招生委員會報名，各區限參加一所學校之現場登記及撕榜方式分發錄取。

五專聯合免試入學比序項目分別為「多元學習表現」、「技藝優良」、「弱勢身分」、「均衡學習」、「適性輔導」、「國中教育會考」、「其他」等七大項。





(四) 比序項目

比序項目		五專完全免試入學	五專優先免試入學	五專聯合免試入學
多元學習表現	競賽		✓	✓
	服務學習	✓	✓	✓
	日常生活表現評量			✓
	體適能		✓	✓
	技藝優良		✓	✓
弱勢身分				✓
均衡學習		✓	✓	✓
適性輔導				✓
教育會考	國數英 社自	可自訂(國立學校及護理科必採計) *無論該科組是否採會考， 同分比序時均會比會考。		✓
	寫作		✓	總積分不採， 僅同分比序用
志願序			✓	
其他		各校自訂		各校自訂(如英檢)
項目積分加權		無	無	各校自訂
同分比序順次		各校自訂	統一訂定	各校自訂

五專免試入學比序級分採計項目一覽表(114 學年度為例)

六、技優甄審入學

國民中學學生符合下列任一條件者，得申請技優甄審入學，不採計會考成績，分發錄取方式如下表(僅供參考，應以當年度簡章為準)



選其所適、愛其所選、幸福未來市

積分採計項目

- 1 國際技能競賽(含科技展覽)
- 2 全國性技藝技能競賽
- 3 全國中小學科學展覽會、臺灣國際科學展覽會
- 4 其他國際性特殊技藝技能競賽
- 5 各縣(市)政府主辦報經本部備查之技藝技能比賽及科學展覽(不包括成果展)及生活科技創作競賽
- 6 領有技術士證
- 7 應屆畢(結)業生技藝教育課程成績優良，技藝教育課程職群成績(與國中在校學習領域評量成績無涉)達該班PR值七十以上者(得擇優一職群成績採計得分)

分發方式

- 1 積分高低
- 2 科系額滿為止
同分比序
 - (1)技藝技能
 - (2)競賽獲獎名次
 - (3)技術士證照
 - (4)技藝課程
 - (5)志願序



進一步資訊可上網查詢：

竹苗區高級中等學校免試入學作業入口網

<https://hbm.entry.edu.tw>

(每年12~7月上網查詢)

七、實用技能學程入學

實用技能學程課程延續國中技藝教育課程，專為具有技藝傾向、就業意願高和想學習一技之長的學生設計。學生可任選一區報名，但以報名一區為限，曾選習國中技藝教育課程及經濟弱勢者優先分發。



全國實用技能學程分發會
<https://www.pntcv.ntct.edu.tw/skill>

八、建教合作班入學

建教合作班為培養各產業人才而設計，招生由各校自行辦理，屬於免試入學管道之一，各校得辦理面談、口試、實作，由學校自行訂定評選方式。入學方式採學生個別向建教合作班之高級中等學校報名。



建教合作資訊網
<https://cetw.k12ea.gov.tw/>





叁 竹適揚航 - 選擇篇

選你所適、愛你所選

竹苗區每年1月及4月辦理二次志願選填試探活動，透過試選結果與導師、輔導老師及家長共同討論，協助學生了解志願校科的學習內容與未來發展，達到「選其所適，愛其所選」的目標。

志願選填	覺察	探索	評估	統整	決定
第二次試探	●	●	●	●	◎
第一次試探	●	●	◎	◎	○
免試入學 正式選填	●	●	●	●	●

※備註：●應達成 ◎初期達成 ○嘗試達成

志願選填歷程分為覺察、探索、評估、統整及決定五個階段，學生可運用「國中學生生涯發展紀錄手冊」，參考性向測驗、優勢能力與多元學習表現，結合充分資訊，試選志願，為免試入學志願選填做準備。

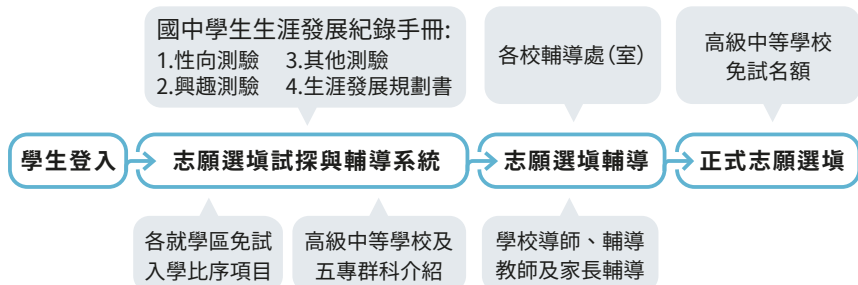
試探結果不僅協助學生檢視志趣與能力的匹配，也為學校輔導提供參考。透過「志願選填試探與輔導系統」，輔導人員可依結果進行後續指導，幫助學生調整志願，找出最適合自己的升學路徑。

適性輔導在志願選填過程中尤為重要，學校提供免試入學比序項目、紀錄手冊等資訊，協助學生探索自我、了解教育與職業環境，並培養生涯規劃能力。家長則可根據學生試探結果，與輔導人員共同支持孩子選擇最符合自身需求的志願。



選其所適、愛其所選、幸福未來市

免試入學志願選填試探與輔導進程



竹苗區免試入學比序項目內涵介紹

項目	內涵概述		理念	
學生志願序	學生志願選填之序位		鼓勵學生充分考量自身興趣及意願選擇，符合適性輔導及適性選擇精神。	
就近入學	高級中等學校提供一定比率給社區內國中畢業學生，其餘名額提供給全區國中畢業學生。		鼓勵學生在就學區內就近選擇高級中等學校，以避免舟車勞頓跨區就讀。	
扶助弱勢	協助各就學區內偏遠鄉鎮國中學生、經濟弱勢（中低、低收入戶）學生或特殊境遇學生升學。		照顧就學區內區域偏遠或經濟弱勢家庭子弟就學，促進教育機會均等，兼顧社會正義。	
均衡學習	國中健康與體育、藝術、綜合活動、科技四學習領域成績及格。		1. 鼓勵學生均衡發展，四學習領域正常學習。 2. 只考慮領域成績是否達最低及格規定，不得比較成績高低。	
多元學習表現	日常生活表現評量	出缺席 獎懲紀錄	日常生活行為表現評量包含學生出缺席情形、已銷過後之獎懲紀錄等。	促使學生重視品德教育，以利均衡發展。
	服務學習		國中期間參加志工服務、社區服務或表演等。	促使學生重視品德教育，從小學習服務。
	證 照		資格檢定及證照	鼓勵學生學習本土語言，促進多元學習。
	國中教育會考		評量結果，各科分為精熟、基礎及待加強 3 等級。	此項為鼓勵學生維持基本學力。





適性輔導

從小到大，有許多興趣、性向、人格等心理測驗，會提醒我們在哪些領域上可能發展的比較順利、有優勢感。在國中的三年，學校也會帶領著你，一步步探索出自己的可能喜歡的方向。根據心理學家艾瑞克森的社會心理理論，青少年的你們正處於「我是誰？我能成為什麼？」的發展階段，所以在這時你可能也正在迷惘，未來我要唸什麼高中？什麼大學？做什麼工作？我有什麼專長呢？因此，我們需要對自己有更多的探索，包含嘗試不同的興趣、創造不同的經驗、多方涉獵不同的資訊、聆聽師長和親朋好友的人生故事，都有助於我們對於未來更有方向。

以下列出幾種方式，同學們可以著一起來思考和探索，也許可以讓你的生涯地圖更加清晰喔！

(一) 我有甚麼天賦：

天賦指的是與生俱來並且反覆出現的主導特質（思考、感覺與行為模式），從事天賦相關的工作，讓人充滿期待又輕鬆自在，相信同學們一定不希望自己未來工作是痛苦、沒有成就感的，因此探索天賦就是很大的關鍵。同學們要怎麼找到自己的天賦呢？可以從三大面向來了解：

1. 對什麼事情充滿渴望？

可以問問自己會特別期待或討厭從事什麼事情嗎？越是期待，想到要做這件事情就很開心，通常和我們的天賦有關，但反之若想到做這件事情就很厭惡和抗拒，這可能不是我們的天賦。

2. 學什麼東西特別快？

是否有學過什麼事情，彷彿自己不像是初學者，或是展現某個特質的時候，對你來說可以很自在做自己。舉例來說，有烹飪天賦的人第一次料理，會覺得很容易上手，可以快速掌握訣竅。或是有當老師特質的同學，通常會在求學階段開始教學同學課業時，在過程中會感覺很輕鬆自在、如魚得水，也會被別人回饋教得真清楚！

3. 對什麼活動感到滿足？

有什麼事情是你做完，又很期待下一次的嗎？即使忙碌一整天，身體疲憊但是心裡卻非常滿足？例如，有助人天賦的人去做義工服務，即使待了一整天非常的累，但是心裡卻覺得很感動和充實，迫不及待又安排下一次的助人活動。反之，若這件事情做完讓你覺得精疲力盡，很害怕還有一次，代表類似性質的事情比較不是你的天賦。



選其所適、愛其所選、幸福未來市

我有什麼天賦？

與生俱來且自然反覆出現的主導特質

例如：同理心、正義感、邏輯清楚、表達生動、細心謹慎

運用在工作上
感覺熱情快樂

對什麼
感到渴望？

學什麼東西
特別快？

對什麼活動
感到滿足？

表演天賦

想到上台就開心

演什麼像什麼

表演完超開心

沒有表演天賦

想到上台就緊張

演什麼一直NG

表演完超疲倦

關於天賦，我們很容易想到一些學科能力或特殊才能，例如數學天賦、音樂天賦，但前面有提到，天賦指的是「天生自然反覆出現的主導特質」，就出現在我們的日常生活中，仔細觀察其實不難發現自己的天賦，而這些天賦正與我們的未來息息相關，下面的例子同學也一起來想想吧！

關於天賦

數學？英文？音樂？體育？美術？

喜歡講話說故事、有想像力
把經驗感受說、寫得很生動

編劇、導演、記者
網紅、部落客、Youtuber

把東西保存得很好、謹慎、
重程序、很會分類整理

博物館、圖書館
物流業、秘書、會計

很有正義感、會去思辨對錯
有追根究柢的精神

警察、檢察官、法官
新聞媒體人員、評論家

敏感自己與他人的情緒
容易理解別人的想法、感受

心理師、社工、老師
助人工作者、客服人員、業務

邏輯清晰、講求實用、總是
在找最有效率的解決方案

工程師、主管





(二) 我培養哪些能力：

天賦是與生俱來的，而能力則是後天培養的。即使有擁有天賦，若我們沒有後天知識和技術的訓練，我們也很難發揮所長。能力的累積對未來的工作非常重要，即使沒有生俱來的天賦，培養實用的能力，依舊讓你具有競爭力。

假設一個有棒球天賦的人，他除了棒球的體能與技能需要長期的鍛鍊，若他私下花些時間練習日語、英語，當他終於有機會在國外工作時，少了語言的隔閡，可以讓他適應得更好、有更好的發揮。

此外，也有些能力不是透過補習可以培養的，同學們在平日就可以慢慢練習，像是生活自理的能力（未來是否可以照顧自己的生活起居）、獨立思考的能力（可以覺察反思、找到問題解決的方式）、自主學習能力（可以自己上網找資源、找人脈、看書學習你有興趣的事情）、人際互動技巧（可以自在的表達與對人友善、懂得互助），這些一點一滴的培養，都是未來工作上不可或缺的實力。

(三) 未來的趨勢：

除了天賦與能力，我們也要隨時留意世界最新的趨勢、國家政策與未來科技發展等。因為世界改變得太快，可能你從小就鎖定要從事某個職業，長大後發現，這項工作已經可以被 AI 取代了！在這瞬息萬變與資訊爆炸的世代，無論選擇哪個熱門的產業，都有可能因為突發事件，而有所改變，例如疫情時代讓我們的生活出現了大變動，但也帶動了各項防疫產業、興起五花八門的線上教學，也開拓更多遠距醫療的可能性。

以及，許多科技漸漸也取代了過往的傳統工作，補足缺工的人力，例如無人機輔助農業工作、無人便利商店、機器人物流配送、AI 客服等。還有地球不停地暖化、氣候異常，世界各地都在重視永續經營的概念，各大企業紛紛需要環境、綠能、減碳相關的人才。

因此，同學們在選擇職業時，也同時要思考，什麼工作不會被 AI 取代？我該如何學習和善用科技與 AI 技術？這世界有什麼是我需要關注的最新議題？多了這些多元視野與彈性的探索，都可以讓我的未來的生涯，更能因應各種變化。

但無論世界怎麼變，同學們還是要持續培養自己的軟實力，像是人際應對與互動的能力、面對挫折與壓力的韌性、主動積極溝通表達、自我覺



選其所適、愛其所選、幸福未來市

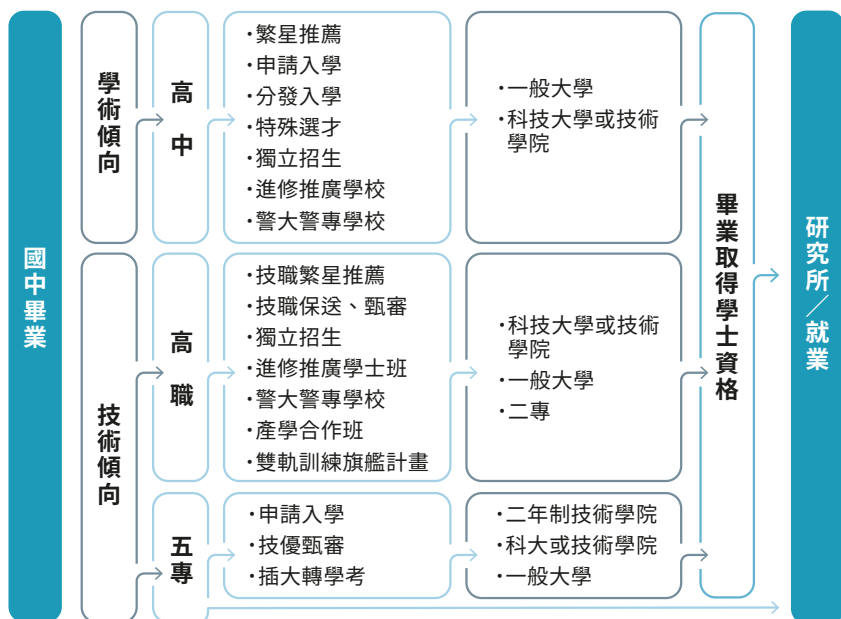
察與反思、資訊媒體的靈活使用、獨立解決問題能力以及願意團隊合作的正向態度等，讓你走到哪裡都是一個備受重視的人才，才是因應未來趨勢的不二法門。

(四) 如何評估選擇：

當我們知道了自己與生俱來的天賦、後天培養的能力，以及不可忽視的未來趨勢，最後來到了最後關鍵的選擇，但這關卡依舊是需要做足功課的，才知道我想要的生涯發展，是不是真的適合我，以下幾個方式與管道可供同學參考了解：

1. 高中高職的未來路徑有何不同：

在台灣的升學制度下，是條條大道通羅馬，同學們可以適性選擇高中、高職、五專，如果未來真的唸出了興趣，不管選擇哪個升學管道，都有機會能夠再進修，成為某個領域的專家。現階段，建議可多請教唸過相似升學管道的學長姐、師長，詢問他們的生涯路徑怎麼發展（例如想念護專，之後的升學路徑是什麼呢），多方了解與詢問，讓我們的選擇方向更為正確！





2. 欲善其事，必先利其器，善用資源探索喜愛：

同學若想知道自己選擇的高中及科系，課程內容是不是自己喜歡的，可以搜尋「全國高級中等學校課程計畫平台」(課程查詢-教師家長-選擇縣市-選擇學校)，找到該學校的相關課程計畫，有時候會發現和想的不一樣喔！例如，原來以為室內設計科系會畫畫就可以，但查詢後會發現需要學習很多設計、電腦與工程相關的技術，那就要認真思考這些學習內容是不是自己想要的呢？

以及，高中的選擇其實和未來大學是息息相關的，從現在就可以慢慢瞭解大學的學類與科系，可直接搜尋「ColleGo! 大學選才高中育才輔助系統」，選擇自己有興趣的學類，點選對應校系、生涯進路、高中準備、能力特質等豐富資訊，也可以善用比對的功能，把相似的學類一起做比較。

當然，這些科系與未來的職業連結，也是同學們很關心的事情，如果想要知道這些科系未來可以做什麼？有前途嗎？辛苦嗎？可以賺大錢嗎？可以搜尋「IOH」網站，聽聽學長姐的影片分享，IOH 是將全台科系按照 18 學群分門別類，整理所需的核心能力，還有熱門點閱的學長姐教授分享，拍成經驗分享影片容易吸收，讓同學們能立即掌握該學群重點和生涯路徑，檢視自己適不適合讀該科系。

現在就可嘗試搜尋自己感興趣的領域，展開生涯探索之旅吧！





選其所適、愛其所選、幸福未來市

肆 竹市導航 - 密技篇

「五級分加 7 積點制」實施依據與特點

(一) 實施依據

- 1.114 學年度竹苗區高級中等學校入學推動工作小組決議：竹苗區高級中等學校免試入學作業要點有關國中教育會考成績採計制度將修訂以「五級」分制為架構，比序項目採積點比序，為維護現行制度對於扶助弱勢之保障，增加 1 分扶助弱勢級分，自 117 學年度起實施。
- 2.115 學年度竹苗區高級中等學校入學推動工作小組決議通過「預告 117 學年度竹苗區高級中等學校免試入學比序項目採計方式」。

(二) 特點

1. 五級分制更細緻：改善基礎等級範圍過大，更真實反映學生的學力，展現學習成就表現。
2. 志願選填更精確：提升志願選填落點準度，選擇更符合自身能力的學校，落實適性入學理念。
3. 均衡學習更全面：採用「先比級分、再比積點」的模式，促進學生各科均衡發展，改善偏科現象。
4. 扶弱機制續保障：透過跨級距設計，保障偏鄉與弱勢學生的升學機會，確保教育的公平性與包容性。

五級分制 更細緻

改善基礎 範圍過大

- ◆ 真實反映學生的學力。
- ◆ 展現學生學習成就表現。

免試比序面

志願選填 更精確

提升志願選填 落點準度

- ◆ 選擇更符合自身能力的學校。
- ◆ 落實適性入學理念。

教育選才面

均衡學習 更全面

先比積分 再比積點

- ◆ 促進學生各科均衡發展。
- ◆ 改善偏科現象。

教育育才面

扶弱機制 續保障

跨級距設計

- ◆ 保障偏鄉與弱勢學生的升學機會。
- ◆ 確保教育公平性與包容性。

教育公平面



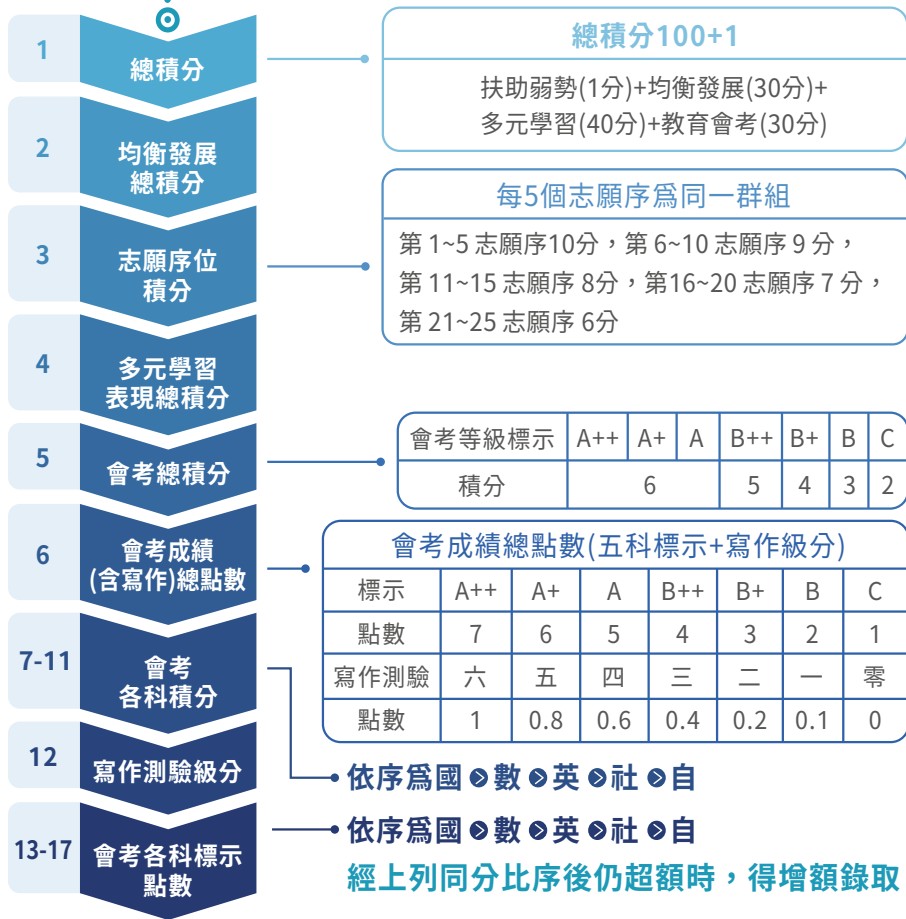


竹苗區免試入學 比序方式

一 報名人數 $\leq$ 招生數，則全額錄取。

二 報名人數 $>$ 招生數，則進行比序。

比序開始



依 115 學年度竹苗區入學推動工作小組決議製表



選其所適、愛其所選、幸福未來市

竹苗區免試入學比序項目積分對照表

比序項目	分項目	積分(點)換算						採計上限	
扶助弱勢 (1分)	扶助弱勢	偏遠地區國中學生、非山非市國中學生及經濟弱勢(中低、低收入戶)學生符合1分、不符0分						總分1分 採計1分	
均衡發展 (30分)	就近入學	符合5分、不符0分						總分30分 採計上限30分	
	志願序位積分	第1~5志願序位積分10分 第6~10志願序位積分9分 第11~15志願序位積分8分 第16~20志願序位積分7分 第21~25志願序位積分6分							
	均衡學習	以健康與體育、藝術、綜合活動及科技四項領域採計之各學期加總平均成績達及格者換算：(一)四領域皆符合為15分 (二)僅三領域符合為12分 (三)僅二領域符合為8分 (四)僅一領域符合為4分							
多元學習表現 (40分)	日常生活表現評量	功過相抵後或銷過後無懲罰紀錄10分。						總分54分 採計上限40分	
		學生出缺席情形，該學期無曠課紀錄給2分，最多採計12分。							
		獎勵採「功過相抵後之獎勵紀錄」。大功每次4.5分、小功每次1.5分、嘉獎每次0.5分。最多採計20分。							
	服務學習	參加校內服務、校外服務等，每一學期每服務滿3小時得1分，每學期最多採計2分，5學期最多採計10分。							
	本土語言認證	通過原住民族語或客語或閩南語初級以上。獲得其中一種認證即採計2分，最多採計2分。							
教育會考 (30分)	國中教育會考成績	精熟			基礎			待加強	30分 單科上限6分， 五科上限30分
		A++	A+	A	B++	B+	B	C	
		每科6分			每科5分	每科4分	每科3分	每科2分	
總積分		100+1							



依 115 學年度竹苗區入學推動工作小組決議製表



Q&A 解惑區

(一) 何謂五級分加 7 積點制？分數該如何計算？與三級分差異？

1. 與現行的三級制有何區別？

五級分是參考基礎等級的標示，將 A、B、C 三級的計分方式調整為 A、B++、B+、B、C，其對應級分為 6、5、4、3、2 分，五級分的總分仍維持滿分 30 分。若考生在五級分 - 會考總積分（比序 5）相同，便進入 7 積點 - 教育會考成績（含寫作測驗）等級標示總點數（上限 36 點）的比序（比序 6），以下分別以甲生（會考成績：5A；寫作三級分）及乙生（會考成績：4A8+、1B++；寫作四級分）計算如下：

教育會考積分對照表

教育會考總積分 (單科上限6分， 五科上限30分)	標示	A++	A+	A	B++	B+	B	C
	積分	6			5	4	3	2

教育會考成績(含寫作測驗)等級標示總點數對照表

教育會考成績 (含寫作測驗) 等級標示總點 數(上限36點)	五科點數 (上限35點)	標示	A++	A+	A	B++	B+	B	C
		點數	7	6	5	4	3	2	1
	寫作測驗點數 (上限1點)	寫作測驗 點數	六	五	四	三	二	一	零
		點數	1	0.8	0.6	0.4	0.2	0.1	0

教育會考積分及積點計算示例

積分及積點計算	成績	積分計算	積點計算
甲生	5A 寫作三級分	$5\text{科} \times 6\text{分} = 30\text{分}$	$(5\text{科} \times 5\text{點}) + 0.4\text{點} = 25.4\text{點}$
乙生	4A8+、1B++ 寫作四級分	$(4\text{科} \times 6\text{分}) + (1\text{科} \times 5\text{分}) = 29\text{分}$	$(4\text{科} \times 7\text{點}) + (1\text{科} \times 4\text{點}) + 0.6\text{點} = 32.6\text{點}$



選其所適、愛其所選、幸福未來市

2. 與現行的三級制有何區別？

現行三級制 5A 總分為 30 分，又分 A++、A+、A、B++、B+、B 及 C，但未採計積點分數，作文六級分亦未列入積點分數中，而是採國、英、數、社、自等科目比序，若無法分出高下，則進行同分錄取。

3. 由示例發現

- (1) 當「+」愈多，積分及積點越高，整體排序更向前，更能展現學生的學習成就表現。
- (2) 五級分制減少大批同分的情況，有利高中端選才，同質性高學生入學後有較強競爭力。
- (3) 五級分制保留國中教育會考達到學力監控與提供具體學力訊息的目標，在五科均衡的前提下搭配 7 積點制，既能粗略化成績等級來達到減低考試壓力目的，又能實現適性入學的理念。

因應制度 要先建立以下觀念

「五科要均衡，優勢要保持，弱科要跟上」



(二) 新竹市四大措施穩健推動適性入學，讓家長放心、學生安心

因應新制推動四大措施，包括推動適性入學宣導、優化教師教學及強化學生適性輔導及持續評估與精進，協助學生適應免試入學積分制度的變革，並與學校、家長及社會各界攜手合作，讓本市學生都能「選其所適、愛其所選」，進入心中理想的學校。

1. **推動適性入學宣導：**推動適性入學宣導計畫，透過印製適性入學手冊及安排宣導團，增進師生與家長對十二年國教及新制度的認識，確保家長和學生充分準備，實現親師生三贏的目標。





2. 優化教師素養導向教學：

- (1) 教師訪問交流：攜苗縣創設「竹苗區聯盟陪伴教師交流計畫」，提供教師們交流的平台，尤其是針對新制度下的教學需求與評分標準，確保教師在教學實踐中能快速適應變革，提升整體教學成效。
- (2) 教師專業成長：依不同學校型態及區域需求設計增能，落實區域均衡發展，以兼顧各科學習，確保學力品質。
- (3) 落實教師專長授課：師資結構上得到專業支持，達到校校均質。

3. 深化學生適性輔導：

- (1) 因材施教：堅持「不放棄任何一位學生」的理念，針對不同學生類型，提供適性發展支持：A(精熟)：穩定精熟、逐步向前；B(基礎)：適性發展、技職專長；C(待加強)：扶弱減 C、生涯引導。
- (2) 運用 AI 進行學習分析：透過 AI 技術進行學習分析，提供個別化學習策略及指引。
- (3) 適性輔導與生涯規劃：安排適性輔導教師，進行一對一訪談，提供多元生涯試探。
- (4) 增加優免名額：增加本市學生優免名額，鼓勵就近入學、照顧弱勢，以減緩城鄉差距及促進教育機會均等。

- 4. 持續評估與精進：**運用教育會考學力品質監控資料及學習扶弱等持續性之各項統計數據，檢視新制度的實施效果，並收集學校、教師、學生及家長的回饋，作為後續調整教學策略或研擬學力精進計畫之參考依據。

穩健推動四大措施

「選其所適、愛其所選」成就每一個孩子

01 推動適性入學宣導

- 透過印製適性入學手冊
- 安排適性入學宣導團



02 優化教師素養導向教學

- 教師訪問交流
- 教師專業成長
- 落實教師專長授課



03 學生適性輔導

- 因材施教
- 運用AI進行學習分析
- 適性輔導與生涯規劃
- 增加本市優免名額



04 持續評估與精進

運用數據及回饋檢視實施成效，作為後續調整及精進之參考依據。



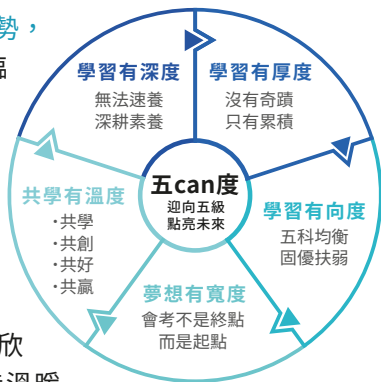


選其所適、愛其所選、幸福未來市

(三)「五 can 度」迎向五級分制 點亮未來成長路

升上國中後，同學們將面臨學習時間拉長、內容加深的全新挑戰。為幫助同學提早準備，我們提供「五 can 度」策略，希望能協同學積沙成塔、從容應對，找到最適合自己的學習與成長節奏。

1. **學習有厚度**：學習沒有奇蹟、只有累積，每天多進步 0.01 積少成多，就會帶來巨大的飛躍。需規劃固定的學習時間，養成穩定的作息習慣，確保各科目均衡發展，提升學習效率。透過紮實的基礎累積與經驗沉澱，為長遠的學習之路打下穩固的根基。
2. **學習有向度**：面對新制特色 - 五科均需兼顧，既要鞏固優勢科目，也要補救弱勢科目。同學要設定明確的學習目標，合理分配各科目所需完成的學習量，避免臨時抱佛腳，穩步推進學習進度，實現全面發展與持續提升。
3. **學習有深度**：素養無法速養，面對會考趨勢，學生需提升理解力與思考能力。僅靠臨時突擊難以脫穎而出，應在日常學習中融會貫通，將知識與生活結合，培養跨領域的思考習慣，深度掌握學科內容，增強學習競爭力。
4. **共學有溫度**：同學不是競爭的對手，而是彼此合作成長的夥伴。保持對學習的熱情，注重人際互動與情感交流，學會欣賞他人的長處，包容彼此的差異，營造溫暖的學習氛圍，一起共學、共創、共好，共贏。
5. **夢想有寬度**：國中會考只是三年學習中，一部分，絕非人生的終點。這三年間，你所累積的學科能力、人際關係、生活技能與抗壓心態，已成為你未來的基石。面對未來，保持正向心態，將學習融入生活，鍛鍊心理韌性，開拓更加寬廣的人生舞台。



有心才有願，有願才有力，有力方能展能。

透過「五 can 度」，希望幫助同學在學業上穩步前進，深耕並開展學習能力。從容迎接新制挑戰，為未來升學與發展奠定堅實基礎，點亮屬於自己的璀璨未來！





伍 竹適共航—資源篇

多元入學諮詢管道

親愛的同學，看完這本手冊，如果你對於十二年國教入學方式仍有疑問，可以先詢問學校輔導處（室），或是以下諮詢專線及網站為讓你充分掌握年適性入學相關資訊！

新竹市諮詢電話 03-5216121#273

新竹市高中職資訊一覽表

學校名稱	校址	聯絡電話	網址
國立新竹科學園區實驗高級中等學校	新竹市介壽路 300 號	03-5777011	
國立新竹女子高級中學	新竹市東區中華路二段 270 號	03-5456611	
國立新竹高級中學	新竹市東區學府路 36 號	03-5736666	
國立新竹高級商業職業學校	新竹市東區學府路 128 號	03-5722150	
國立新竹高級工業職業學校	新竹市東區中華路二段 2 號	03-5322175	
新竹市立成德高級中學	新竹市北區崧嶺路 128 巷 38 號	03-5258748	
新竹市立香山高級中學	新竹市香山區元培街 124 號	03-5384332	
新竹市立建功高級中學	新竹市東區建功二路 17 號	03-5745892	



選其所適、愛其所選、幸福未來市

新竹市立數位實驗高中

新竹市香山區延平路二段76號

03-6211165



新竹市私立光復高級中學

新竹市東區光復路二段 153 號

03-5753584



新竹市私立曙光女子
高級中學

新竹市東區北大路 61 號

03-5325709



新竹市私立磐石高級中學

新竹市北區西大路 683 號

03-5223946



適性入學相關服務單位及網站

名稱	網址	名稱	網址
113-114 學年度全國適性入學委員會網站		高級中等學校藝術才能班線上報名登錄系統	
國中畢業生適性入學宣導網站		高級中等學校科學班行政事務中心	
國中教育會考網站		114 學年度身心障礙學生適性輔導安置	
竹苗區高級中等學校免試入學作業入口網 (12~7月可上網查詢)		全國實用技能學程分發會	
學習區完全免試入學網		中等以上學校運動績優學生升學輔導網	
特色招生專業群科甄選入學宣導網			





陸 竹適啟航—行動篇

多元入學諮詢管道

同學們，讀到這裡，你應該對未來有了一些初步的想像，甚至已經蓄勢待發，準備朝自己的夢想邁進！

除了這本手冊外，進入國中後，老師還會運用國中學生生涯發展紀錄手冊，協助您更深入了解自己。每一次填寫手冊時，希望您都能以認真的態度，審慎思考並完整填寫相關資料。這些紀錄不僅能建構正確且完整的資訊，還能幫助學校老師和家長充分掌握您的個人特質、升學需求，以及內外資源與限制。透過這些資訊，您可以將各種影響決策的因素納入考量，與老師和家長一起討論、評估，共同規劃出最適合您的生涯目標。

在追尋夢想的路上，或許會遇到風雨與挑戰，但請記住：「在每一次挑戰中找到樂趣，挫折只是通往成功的必經階梯。」相信自己的步伐，珍惜沿途的風景，你會發現，每一步都在塑造更堅韌、更閃亮的自己。

在適性揚才、多元發展的時代，每位同學都擁有屬於自己的舞台與天空。三年的國中生活亦是如此，需要智慧與耐心一路相伴。只要掌握節奏、穩健前行，就能持久而有力地抵達目標。

我們期待這段旅程成為您逐夢踏實的堅實起點，幫助您開啟屬於自己的燦爛未來！

高中入學準備
114學年度

學生生涯發展紀錄、自我探索、生涯規劃與學習

國中學生生涯 發展紀錄手冊

學校名稱：_____縣（市）立_____國民中學
國（私）立_____

學生姓名：_____

班級座號	轉學(轉班)註記	異動後班級座號
一年 班 號	☐ 年 月 日由 國中(國)轉入 ☐ 無異動	一年 班 號
二年 班 號	☐ 年 月 日由 國中(國)轉入 ☐ 無異動	二年 班 號
三年 班 號	☐ 年 月 日由 國中(國)轉入 ☐ 無異動	三年 班 號

1. 本紀錄手冊平時建議由學校相關處宣統一保存。發還學生填寫時，請提醒學生妥善保管，以免因遺失造成資料脫漏、影響後續生涯輔導之進行。
2. 學生離校(畢業或轉學等)時，手冊發還本人。部分資料若學校相關處宣統留存，請依相關規定辦理。

學習筆記

學習筆記

學習筆記

指導單位：教育部

出版者：新竹市政府

發行人：邱臣遠

總召集人：林立生

副召集人：張品珊

總編輯：林詩敏

執行編輯：郭建和

編輯委員：余婉禎、藍瑞萍、陳育利

印刷：品設計印刷

出版日期：中華民國 114 年 8 月



新竹市政府
Hsinchu City Government



新竹市政府教育處
DEPARTMENT OF EDUCATION
HSINCHU CITY



新竹市政府



新竹市教育網



新竹市教育處

