



114年基北區高中職免試入學 適性選填志願策略

南門國中輔導室 陳嘉源主任



生涯金三角

升學選校適性考量因素

自己

學業表現
能力、性向
興趣、個性特質
價值觀
健康狀況...

自己與
環境的關係

家人期待
經濟狀況
就業市場
通勤距離和時間
同儕選擇...

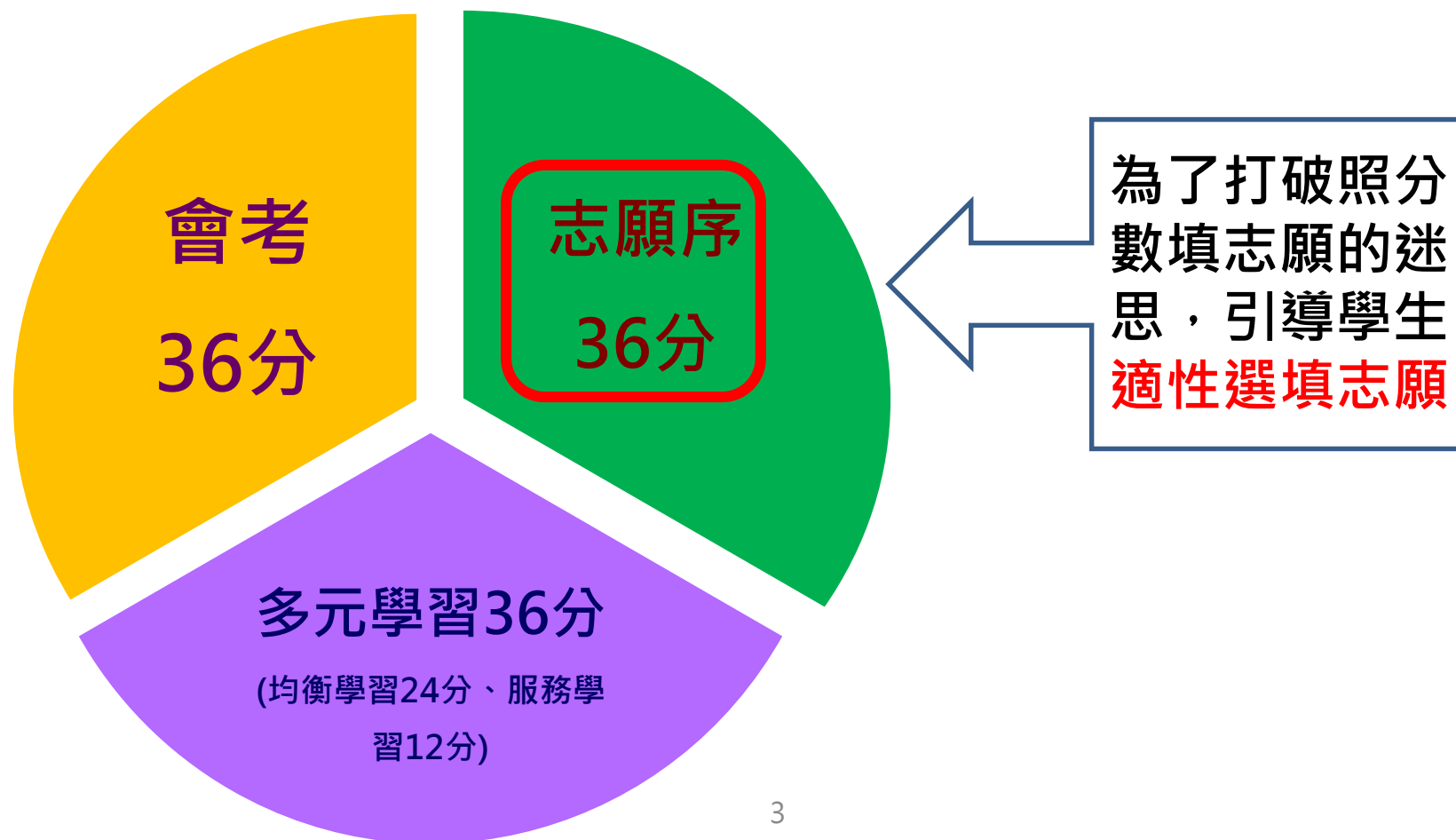
教育與
職業的資訊

多元入學管道
學校類型
職業科系
學校評價
未來升學就業發展...



114學年度基北區高中職免試入學

超額比序採計三項總積分108





志願序積分 重要規定1

志願積分採計說明

36分	第1至第5志願
35分	第6至第10志願
34分	第11至第15志願
33分	第16至第20志願
32分	第21至第30志願

滿分36分，
以5個志願為一群組，
錄取志願每往下一個
群組就扣一分。



志願積分序 重要規定2



1

不同校,即為不同志願序

同校日間部與夜間部(進修學校), 視為2校

2

同校不同科目連續選填,
列入同一志願序

同校不同科但非連續選填, 列入不同志願序





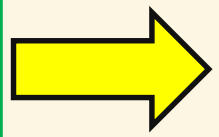
志願選填範例



小明經考量後初步列出以下志願：

同校不同科
連續選填

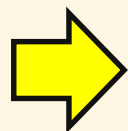
- 1. 大安高工/資訊科
- 2. 大安高工/電子科



志願序1

同校不同科
非連續選填

- 3. 西松高中/普通科
- 4. 大安高工/機械科
- 5. 大理高中/綜合高中科
- 6. 大安高工/汽車科



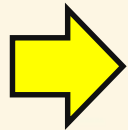
志願序2



志願序3



志願序4



志願序5



適性選填志願策略說明

不當志願序被扣分的**冤大頭**，
就務必於**第1-5志願**就錄取。



更不要當高分落榜的**傻子**，
務必於第1-5志願中有**保險**。

第一到第五志願名額分配舉例

夢幻+務實+保險

推薦

- 3個夢幻+1個務實+1個保險(適合持續進步的同學)
- 2個夢幻+2個務實+1個保險
- 1個夢幻+2個務實+2個保險



只要有記得選填**保險志願**
以上組合無絕對優劣，視同學個別狀況而定

第1~5 志願 組合分配原則

(夢幻+務實+保險)

志願區	內 容	選填建議
夢幻志願	目前一模成績未達該校<最低錄取分數>，需多加努力才有 <u>機會錄取</u> 的學校。	• 限高1~3分以內學校 • 填1~3所
務實志願	目前一模成績可達該校<最低錄取分數>，錄取可能性較高的學校。	• 正負1分以內的學校 • 填1~3所
保險志願	目前一模成績一定可錄取的學校。	• 低1分以上~3分的學校 • 只低2分不算絕對保險 • 至少填1所

第1 ~ 5 志願填寫舉例 (例:一模22.6分)

- **夢幻**志願區(2所): **限高3分以內的學校。**
- **務實**志願區(2所): **正負1分以內的學校。**
- **保險**志願區(1所): **低1分以上~3分的學校。**

選校及排序應加上
交通、校風、辦學特色
...等綜合考量



志願序 積分	志願 序	志願類型 夢幻/務實/保險	公立/私立	學校
36 分	1	夢	公 私	高中
	2	夢	公 私	高職
	3	務	公 私	高中
	4	務	公 私	高職
	5	保		

25.6~23.8 : 北大/內湖/百齡/中正... (選二)

23.6~21.6 : 景美/中和/陽明/永平...(選二)

21.4~19.6 : 華江/華僑/永春/新北... (選一)

第6~10志願填寫舉例

填寫示範
一模：22.6

1. 因此區志願序積分被扣一分，
超額比序的總積分少一分。

2. 第6~7志願建議選填
比模考低2~3分的學校。

3. 第8~10志願建議選填
比模考低3分以上的學校，
才有雙重保險的效果。

志願序 積分	志願 序	志願類型 夢幻/務實/保險	公立/私立	學校	科別
36 分	1	夢	務保	公 私	高中 高職
	2	夢	務保	公 私	高中 高職
	3	務	務保	公 私	高中 高職
	4	務	務保	公 私	高中
	5	保	務保	公 私	高中
35 分	6				
	7				
	8	夢務保	公 私		高中
	9				
	10	夢務保	公 私		高中 高職

21.4~19.6：華江/華僑/永春/新北...
(選一)

20.6~19.6：華僑/新北/永春...
(選二)

19.4以下：錦和/大理/光復/萬芳
(選三)

要低幾分才算保險？

範例：小明112年會考23.6分，參考111年最低錄取分數，以為填百齡高中會很保險，一定可錄取，只填5個志願，結果高分落榜。

說明：因為112年某些高中的最低錄取分數，比111年提高3分

校名	112年	111年	提高
百齡高中	24.6分	21.6分	3分



每屆會考試題難易略有不同，錄取分數也會有所波動

所以只低2分不算絕對保險。

至於要多保險就由同學和家長共同討論決定。

參考資料：〈升學選校手冊〉

公立高中職 錄取分數參考表

高中高職五專 學校捷運圖

高中高職 開設職群一覽表

110年基北區高中職免試入學~公立學校歷屆錄取分數參考表

學校	招生名額	累積人數	110年會考	109年會考	108年會考
建中	804	804	34.6-36.0	34.6-36	33.8-36
北一女	725	1,529	33.8-36.0	33.8-35.8	33.8-36
師大附中(男)	487	2,016	33.6-35.6	33.6-34.6	32.8-35.8
師大附中(女)	209	2,225	32.8-35.6	33-34.8	32.8-35.8
成功高中	742	2,967	31.8-33.6	31.6-33.8	31.6-33.8
中山女高	715	3,682	30.8-32.8	31-33	30.8-34.8
松山高中(男)	332	4,014	30.8-31.6	30.8-33.6	30.6-33.8
松山高中(女)	333	4,347	29.8-30.8	30.6-30.8	30.6-32.8

學校	招生名額	110年會考	109年會考
育成高中	516	16.6-16.8	17.4-17.8
光復高中	168	16.6	17.6
市立三重	300	15.8	15.6-19.6
清水高中	327	15.6-17.6	16.6
竹圍高中	147	14.8	20.8
安康高中	220	14.4-16.8	17.6-17.8
樹林高中	333	13.8-14.6	12.8
秀峰高中	210	13.8	14.6-17.6

05 電機與電子群

學校名稱	本群科別	地址
市立大安高工	資訊科	臺北市大安區復興南路2段52號
	電子科	
	控制科	
	電機科	
市立大安高工附設進修學校	冷凍空調科	臺北市大安區復興南路2段52號
	電子科	
市立松山工農	電機科	臺北市信義區忠孝東路5段236巷15號
	資訊科	
	電子科	
市立木柵高工	電機科	臺北市文山區木柵路4段77號
	電子科	
	冷凍空調科	
市立內湖高工	資訊科	臺北市內湖區內湖路1段520號
	電子科	
	控制科	
	電機科	
	冷凍空調科	

112年基北區高中職免試入學～公立學校歷屆錄取分數參考表 111.08.26

學校	招生名額	111年會考	110年會考	109年會考	學校	招生名額	111年會考	110年會考	109年會考
建中	797	34.6	34.6-36.0	34.6-36	光復高中	153	16.6	16.6	17.6
北一女	725	33.8	33.8-36.0	33.8-35.8	市立三重	300	16.4	15.8	15.6-19.6
師大附中(女)	198	33.6	32.8-35.6	33-34.8	松山工農	505	11.4-20.6	13.8-20.6	
師大附中(男)	463	32.8	33.6-35.6	33.6-34.6	竹圍高中	147	15.8	14.8	20.8
成功高中	730	31.6	31.8-33.6	31.6-33.8	育成高中	515	15.6	16.6-16.8	17.4-17.8
中山女高	716	30.8	30.8-32.8	31-33	清水高中	327	15.6	15.6-17.6	16.6
松山高中(男)	333	29.8	30.8-31.6	30.8-33.6	樹林高中	333	14.8	13.8-14.6	12.8
松山高中(女)	332	29.6	29.8-30.8	30.6-30.8	安康高中	220	14.6	14.4-16.8	17.6-17.8
政大附中	140	29.0	28.8-30.8	29.6-29.8	林口高中	363	14.6	13.6-15.6	12.8-16.6

想讀**公立學校**務必要留意該校的**最低錄取分數**
要有適合的**學業表現**

麗山高中(男)	138	27.8	28.0-28.8	28.8-29.8
麗山高中(女)	92	27.8	28.6-30.0	28.8-30.6
板橋高中(男)	313	27.8	27.8-30.6	28.6-30.8
板橋高中(女)	312	27.8	27.8-29.6	28.6-29.8
成淵高中	290	27.6	27.6-29.8	27.8-29.8
延平高中(私)	94	27.6	26.6	27.8

近年來大力倡導適性選填志願
 僅前五志願維持階梯排名
 社區高中職皆為區段排名

113年基北區高中職免試入學< 台北市 公立高職>錄取分數參考表

校名	科系	113年會考	112年會考	校名	科系	113年會考	112年會考
大安高工	電機科	28.6	27.6	士林高商	廣告設計科	17.6	18.6
	電子科	27.6	25.6		國際貿易科	16.6	19.6
	資訊科	25.6	25.6		應用英語科	16.6	18.6
	控制科	24.6	24.4		會計事務科	16.6	14.6
	機械科	21.6	22.6		商業經營科	15.6	16.6
	建築科	21.4	22.8		資料處理科	15.6	15.6
	冷凍空調科	20.6	20.6	松山家商	室內設計科	16.2	13.8
	綜合高中	20.6	20.6		廣告設計科	15.8	16.6
	圖文傳播科	20.4	20.6		會計事務科	14.6	12.6
	電腦機械製圖科	19.6	19.6		資料處理科	14.6	12.6
	汽車科	19.4	18.6		商業經營科	14.2	12.6
松山工農	電機科	19.6	18.6		應用英語科	13.6	16.6
	電子科	18.6	17.8		國際貿易科	13.6	12.6
	資訊科	17.6	17.8	南港高工	電機科	14.6	14.6
	化工科	17.6	16.6		電子科	13.6	
	機械科	16.6	15.6		建築科	13.4	14.6
	綜合高中	16.6	15.6		機械科	11.6	12.6
	汽車科	14.6	15.6		土木科	11.6	12.6
	食品加工科	14.4	14.6		汽車科	11.6	9.6
	園藝科	12.6	13.4		冷凍空調科	11.4	
木柵							9.6
							13.6

公立高職因各科系熱門程度不同，各科系的最低錄取分數就不同

捷運沿線 公私立高中、高職、五專學校

其他學校

台北市	基隆市	桃園市	新竹市
市立大安高中	市立基隆高中	市立桃園高中	市立新竹高中
市立復興高中	市立復興高中	市立復興高中	市立復興高中
市立中山高中	市立中山高中	市立中山高中	市立中山高中
市立南港高中	市立南港高中	市立南港高中	市立南港高中
市立石碇高中	市立石碇高中	市立石碇高中	市立石碇高中
市立龍巖高中	市立龍巖高中	市立龍巖高中	市立龍巖高中
市立陽明高中	市立陽明高中	市立陽明高中	市立陽明高中
市立陽明高中	市立陽明高中	市立陽明高中	市立陽明高中
市立陽明高中	市立陽明高中	市立陽明高中	市立陽明高中

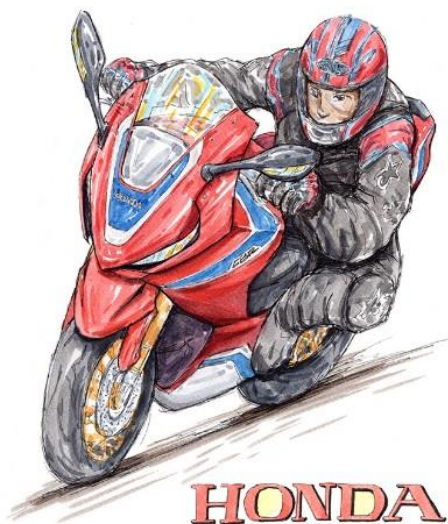


交通因素是很重要的適性考量
可自行參考google map

高中職開設職群一覽表

想進一步了解**科系內容**可參考<**技職全攻略**>

學校名稱↵	本群科別↵
市立松山工農↵	汽車科↵
市立大安高工↵	汽車科↵
市立南港高工↵	汽車科↵
	重機科↵
市立泰山高中↵	汽車科↵



想讀**高職**要先從適合的<**職群**>找學校及科系
(可參考興趣&性向測驗的建議職群)

家長可以做的事

- 1.請務必與孩子好好討論，練習適性選填志願
- 2.亦可依照最新二模成績，上系統調整志願
- 3.第一次模擬志願選填1/10(五)已截止

4.第二次志願模擬選填：

114/03/24(一)至114/04/11(五)



相關網站在南門國中適性入學專區

臺北市立南門國民中學
Taipei Municipal Nanmen Junior High School

搜尋... 字級：小 預設 大 網站導覽

首頁 關於南門 南門公佈欄 行政單位 南門行事曆 常用表格下載 南門相簿 南門影音 聯絡我們

首頁 > 行政單位 > 輔導室 > 適性入學專區

適性入學專區

生涯輔導

模擬選填志願系統

基北區高級中等學校免試入學委員會

臺北市第二代國中校務行政系統

可查看孩子的興趣及性向測驗結果

適性入學

臺北市十二年國民基本教育資訊網

111年國中畢業生適性入學宣導

教育部國民及學前教育署學生生涯輔導網資源下載

輔導室

輔導室成員與職掌

性別平等教育

生涯檔案測驗結果說明

生涯檔案

教師行政專區

二代校務系統

網路校務系統

常用表格下載

教職員工

投票查詢

人事差勤系統

列印查詢 (校內)

環境衛生通報

校園照護追蹤系統

意見信箱

行政宣道資訊

相關參考資料都已上傳到<輔導科>Google Classroom

110綜合輔導906

 Meet
產生連結

課程代碼
htvjjaw

接近截至日期的作業
沒有近期內要繳交的作業
全部顯示

 要在課程中宣布的事項

 林玲璇
2021年12月27日 (上次編輯時間: 2021年12月29日)
親愛的同學們:

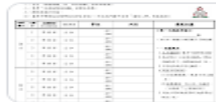
基北區高中職免試入學的志願序積分佔36分, 你能否適性選填志願相當重要。除了參考輔導課所教的選填策略, 以及師長的建議外, 請務必回家跟家長好好討論, 廣納各種生涯金三角的考慮因素, 以完成個人的適性選填。

由於適用於本屆畢業生之各升學管道正式簡章於明年一月中才會陸續公告, 故本次的模擬選填, 輔導室先彙整上屆的資訊, 提供參考資料如附檔, 希望同學都能善加利用, 惟正式選填時仍以應屆正式招生簡章為準。

若還有疑問也歡迎主動來跟玲璇老師約時間討論。

 111年基北區高中職免試入學志願選填簡章說明

基北免高中職志願選填簡要...
PDF

 第一次模擬志願選填單

第一次模擬志願選填單.pdf
PDF

 高中職捷運地圖

高中職捷運地圖.pdf
PDF

 高中職開設職群一覽表(封面)

高中職開設職群一覽表(封面...
PDF

 高中職開設職群一覽表

高中職開設職群一覽表.pdf
PDF

 技職全攻略

技職全攻略.pdf
PDF

 公立高職免試錄取分數參考

公立高職免試錄取分數參考...
PDF

 公立高中免試錄取分數參考

公立高中免試錄取分數參考...
PDF

上屆14.6分的不同選擇

樹林高中

位置較遠/後段公立高中

國立台北商業大學

交通方便/商專第一志願

內湖高工資訊科

北市公立高職/熱門科系

中正預校

須住校/公費生/保障就業

適性發展就是最好的選擇



多元入學進路指南

多元入學進路指南

五專入學簡介

1. 全國五專**優先免試**入學 (70%名額)

志在五專的同學要把握
此管道優先卡位

2. 北區五專**聯合免試**入學 (30%名額)

給五專優免落榜或基北免失利
的同學再接再厲的機會

五專超額比序跟基北免大不同，有意者請洽輔導老師及早準備

校內分機：350、356、357、358

適性陪伴 考生的心法



輔導室宣導事項

1. 適性陪伴考生的心法
2. 適性選填志願的策略



家長要扮演的角色：教練

- 激勵鼓勵
- 心理關懷
- 診斷問題
- 維持紀律
- 楷模示範
- 開發優勢能力



大考前的日子，家長可以怎麼做？
又該做些什麼？

輔導室建議：觀察孩子屬於**哪種類型的考生**
給予**適合他們的陪伴方式**。

常見類型分為：**緊張焦慮型**

蠟燭兩頭燒型

不動如山型



緊張焦慮型考生

考生特色

平日非常認真用功，對考試得失心重，大考當前更為擔心，心情緊繃，甚至出現肌肉緊繃、腹瀉、頭痛、失眠等緊張症狀，容易出現負向情緒，發怒或自怨自艾等。

緊張焦慮型考生

家長怎麼做

1. **要傾聽同理**：多聽聽孩子的心聲，安定情緒優先。例如：「你是太緊張才失常，但我相信你的實力還在。」
2. **要紓壓**：與孩子討論並運用適宜的紓壓方式。如：一起到公園散散步、打球、看影片、吃美食…等

緊張焦慮型考生

家長怎麼做

3. **要調整目標**：先訂比目前水準高一點點的分數就好，在穩定中求進步，可以跟孩子強調肯認真、學習態度好最重要，減少對考試分數患得患失。

4. **要求助**：孩子若出現生理症狀干擾嚴重或過度悲觀等身心症狀，可尋求輔導室或身心科醫療協助。

蠟燭兩頭燒考生

考生特色

補習超過負荷，每天都有寫不完的講義和功課，只好抄答案應付，因為睡眠嚴重不足，常常遲到、上課打瞌睡。花了很多錢補習，成績還是沒有起色。

蠟燭兩頭燒考生

家長怎麼做

1. 要以學校為主，補習為輔，不要本末倒置。南門老師的教學都很認真而且會衡量學生的狀況規劃合宜的進度，均衡的複習。

蠟燭兩頭燒考生

家長怎麼做

2. 要調整適當的補習份量，針對有需要的科目加強即可，免得孩子過勞，一根蠟燭兩頭燒，反而越補越大洞。

蠟燭兩頭燒考生

家長怎麼做

3. **要給孩子足夠的時間**，有充足的睡眠頭腦清楚，學習更有效率。有時間思考所學好好消化吸收，才會真的長智慧，而不只是考試機器。

不動如山型考生

考生特色

孩子怎麼唸怎麼罵都**不動如山**。
學習很被動、拖拖拉拉漫不經心，
模考10分以下也完全不在乎，常常
讓家長在旁急得直跳腳。

不動如山型考生

家長怎麼做

1. **開發孩子的內在動力**，了解孩子抗拒的原因。
2. **啟動興趣之鑰**，興趣是認真學習和工作的原動力，和孩子討論有興趣的事物，亦可參考孩子職涯興趣測驗的結果。

不動如山型考生

家長怎麼做

3. **要發揮優勢性向**，讓天賦自由。

學習有成就感，不只會有學習動力，未來成功機率也比較大。可參考孩子在職涯性向測驗的建議。

4. **要鼓勵孩子做職業試探並蒐集最新資訊**，讓孩子為自己的選擇負責。



感謝聆聽

祝大家新春愉快！

