

國立體育大學教育部補助計畫成果資料

計畫名稱	高教深耕計畫- [A2-4]職涯輔導		
活動名稱	校友返校座談	指標	A2-4
活動單位	學務處諮服中心、陸上系、適體系、體推系、產經系		
活動日期	113年 4/24、5/30*2、6/1、6/4、10/29、11/14，共 7 場		
活動時間	各系自訂	活動地點	校內
總參與人數	參與學生 <u>306</u> 人		
相關附件			
<input type="checkbox"/> 活動資料(活動中提供參與者資料或者講義……等) <input type="checkbox"/> 活動影音檔(無則免勾選) 觀看網址：_____			
<input type="checkbox"/> 簽到表 <input type="checkbox"/> 問卷資料 <input checked="" type="checkbox"/> 其他：活動花絮照片			
1. 活動內容簡述			
<p>由系所邀請畢業校友返校與學弟妹進行交流，分享「求職經驗、面試準備技巧、社會人必備技能」、「職場經歷、實務經驗分享」、「產業現況及未來發展趨勢與前景」、「給予在校生技術指導及建議」、「提供工作或實習機會」等。</p>			
2. 執行成果指標(量化與質化)			
<p>113 年度辦理 7 場，共計 306 人次參與，平均滿意度為 4.83 分。</p> <ol style="list-style-type: none"> 4 月 20 日陸上系「盲.茫.忙的人生」。 5 月 30 日適體系「適應體育協會與創業經驗分享」。 5 月 30 日體推系「近年創業的挑戰與機遇」。 6 月 1 日產經系「戶外冒險教育之實務與產經系課程結合」。 6 月 4 日體推系「迎接下一個階段」。 10 月 29 日運保系「生命順流，事半功倍，圓夢領航」。 11 月 14 日陸上系「由防護觀點觀察訓練」。 			
活動花絮			
活動照片最少 6 張，每張需有照片說明，請排列於 A4 版面內，每張 A4 紙張排列直式 4 張或橫式 6			

張照片(每張照片長寬比例要一樣，可設定寬度 8CM)。



4月20日陸上系「盲.茫.忙的人生」



4月20日陸上系「盲.茫.忙的人生」



6月1日產經系「戶外冒險教育之實務與產經系課程結合」



6月4日體推系「迎接下一個階段」



10月29日運保系「生命順流，事半功倍，圓夢領航」



11月14日陸上系「由防護觀點觀察訓練」

國立體育大學教育部補助計畫成果資料

計畫名稱	高教深耕計畫- [A2-4]職涯輔導		
活動名稱	畢業生流向調查	指標	A2-4
活動單位	學務處諮服中心		
活動日期	113年7月至11月		
活動網址	https://students.ntsue.edu.tw/p/406-1003-55397,r3.php?Lang=zh-tw		
總參與人數	參與學生 1576 人		
相關附件			
<input type="checkbox"/> 活動資料(活動中提供參與者資料或者講義……等) <input type="checkbox"/> 活動影音檔(無則免勾選) 觀看網址： _____ <input type="checkbox"/> 簽到表 <input type="checkbox"/> 問卷資料 <input type="checkbox"/> 其他：			
1. 活動內容簡述			
<p>配合教育部進行「113年度畢業生流向調查」，調查107、109及111學年度畢業滿一年、三年及五年的畢業生。畢業滿五年內容包含：就業流向及學習回饋；畢業滿三年內容包含：就業流向、就業條件及學習回饋；畢業滿一年內容包含：就業流向及就業條件。調查進行方式：前段由畢業生導師協助轉知畢業生線上填寫及諮服中心mail通知，後段由諮服中心工讀生電訪詢問問卷結果。</p>			
2. 執行成果指標(量化與質化)			
<p>於7月至11月間進行調查，調查111學年畢業滿一年、109學年畢業滿三年、107學年畢業滿五年學生，總回收率為64.27%，其中畢業滿一年為64.29%、畢業滿三年為64.50%、畢業滿五年為64.02%。</p> <p>各學年填答完成樣本數如下：</p> <p>111學年度畢業生畢業後一年調查：大專240人、碩士81人、博士12人 109學年度畢業生畢業後三年調查：大專259人、碩士85人、博士14人 107學年度畢業生畢業後五年調查：大專218人、碩士92人、博士12人</p>			

各學年回收率如下：

111 學年度畢業生畢業後一年調查：大專 61.22%、碩士 72.97%、博士 80.00%

109 學年度畢業生畢業後三年調查：大專 64.11%、碩士 65.38%、博士 66.67%

107 學年度畢業生畢業後五年調查：大專 64.88%、碩士 60.53%、博士 80.00%

3. 活動訊息傳遞方式

校內簽辦 學校最新消息 海報

e-mail 其他：LINE

[首頁](#) / [諮商輔導公告](#)

[A2-4] 113年度畢業生流向調查問卷

教育部為調查各大專校院畢業生畢業後就業狀況，敬請填寫「113年度畢業生流向調查問卷」

1.填答時間：即日起至113年10月31日止。

2.調查對象：

(1)107學年度畢業滿5年各學制畢業校友

(2)109學年度畢業滿3年各學制畢業校友

(3)111學年度畢業滿1年各學制畢業校友

若您的畢業時間在紅字區間內，就是本次受訪對象囉!

- 107學年度畢業_畢業時間為107年8月-108年7月
- 109學年度畢業_畢業時間為109年8月-110年7月
- 111學年度畢業_畢業時間為111年8月-112年7月

3.填答網址：

(1)107學年度畢業滿5年：https://irpolicy.epa.ntnu.edu.tw/ques/graduate_p5?code=ntsu

(2)109學年度畢業滿3年：https://irpolicy.epa.ntnu.edu.tw/ques/graduate_p3?code=ntsu

(3)111學年度畢業滿1年：https://irpolicy.epa.ntnu.edu.tw/ques/graduate_p1?code=ntsu

4.填答方式：

畢業生選擇登入方法(學號或身分證)→輸入學號或身分證字號→開始填答問卷(大約花費5分鐘)

若有相關問題，請聯繫諮服中心承辦人員褚小姐(分機1302，E-mail：fish103119@ntsu.edu.tw)。

國立體育大學教育部補助計畫成果資料

計畫名稱	高教深耕計畫- [A2-4]職涯輔導		
活動名稱	學生學習歷程系統推廣	指標	A2-4
活動單位	學務處諮服中心		
活動日期	113年9月6日		
活動時間	下午2點至4點50分，共4場	活動地點	國際會議廳、百階教室
總參與人數	參與學生 <u>479</u> 人		
相關附件			
<input type="checkbox"/> 活動資料(活動中提供參與者資料或者講義……等) <input type="checkbox"/> 活動影音檔(無則免勾選) 觀看網址: _____ <input type="checkbox"/> 簽到表 <input type="checkbox"/> 問卷資料 <input checked="" type="checkbox"/> 其他: 活動花絮照片			

1. 活動內容簡述

召集大一新生進行「學生學習歷程系統」宣導，該系統由校內個人化資訊服務平台登入，具有10大功能，包含：我的簡介、學習歷程、我的能力、課程地圖、網誌、相簿、留言板、同好、我的管理及歷史紀錄。我的簡介裡可輸入中英文自傳、基本資料、專長作品、個人作品及個人專長。學習歷程可輸入工讀紀錄、社團紀錄、班級幹部、課外活動、服務紀錄、證照紀錄、競賽紀錄、教學助理、實習紀錄、缺曠紀錄、獎懲紀錄、UCAN測驗結果、修課紀錄、獎學金紀錄、預警紀錄、個人論文及我的輔導。我的能力包含專業能力、通識能力、軟能力、校核心能力及院核心能力。課程地圖可查詢系所課程地圖規劃及通識課程地圖規劃。我的管理可設定個人化頁面、瀏覽權限、版型設定、職涯紀錄等。

2. 執行成果指標(量化與質化)

113-1 學期針對大一新生進行4場宣導，共計479位學生參與，學士班整體建置率達81.91%。

3. 活動訊息傳遞方式

- 校內簽辦 學校最新消息 海報
 e-mail 其他：與大一新生入學輔導時間搭配辦理

活動花絮

活動照片最少 6 張，每張需有照片說明，請排列於 A4 版面內，每張 A4 紙張排列直式 4 張或橫式 6 張照片(每張照片長寬比例要一樣，可設定寬度 8CM)。



學生學習歷程系統推廣(1)



學生學習歷程系統推廣(2)



學生學習歷程系統推廣(3)



學生學習歷程系統推廣(4)



學生學習歷程系統推廣(5)



學生學習歷程系統推廣(6)

國立體育大學教育部補助計畫成果資料

計畫名稱	高教深耕計畫- [A2-4]職涯輔導		
活動名稱	職涯輔導講座	指標	A2-4
活動單位	學務處諮服中心		
活動日期	3/19、3/26、4/23、4/30、5/7、5/21、6/11*2、6/12、6/13、6/14、 10/8、10/22。		
活動時間	星期二 10:30-12:10	活動地點	行政 315 教室
活動網址	https://students.ntsus.edu.tw/p/406-1003-52844,r3.php?Lang=zh-tw https://students.ntsus.edu.tw/p/406-1003-56292,r3.php?Lang=zh-tw		
授課教師	謝佳吟、林易聰、陳宥蓁、莊佩	聯絡電話：#1302	
	珊、汪樂慧、吳佳玲、謝佳吟、 陳明淵	電子信箱：fish103119@ntsus.edu.tw	
總參與人次	參與學生 353 人次		
相關附件			
<input type="checkbox"/> 活動資料(活動中提供參與者資料或者講義……等) <input type="checkbox"/> 活動影音檔(無則免勾選) 觀看網址：_____			
<input type="checkbox"/> 簽到表 <input type="checkbox"/> 問卷資料 <input checked="" type="checkbox"/> 其他：活動花絮照片			

1. 活動內容簡述

113 年度辦理 13 場職涯輔導講座，主題如下：

1. 3 月 19 日以履歷亮點為核心的面試必勝技巧
2. 3 月 26 日運用九宮格談目標管理
3. 4 月 23 日客戶服務之客戶心理學
4. 4 月 30 日勞動權益與職場常用法規
5. 5 月 7 日舒緩焦慮憂鬱，提升壓力調適力
6. 5 月 21 日金融素養知識講座
7. 6 月 11 日簡報提案力
8. 6 月 11 日徵才說明會【World Gym 健身俱樂部林口館】
9. 6 月 12 日徵才說明會【好時光女生運動樂園】
10. 6 月 13 日徵才說明會【Curves 女性專用環狀運動林口長庚店】
11. 6 月 14 日徵才說明會【成吉思汗健身俱樂部林口館】
12. 10 月 8 日 DiSC 性格分析解碼及溝通實務
13. 10 月 22 日打造 AI 時代的職場競爭力

2. 執行成果指標(量化與質化)

113 年度辦理 13 場職涯輔導講座，共計 353 人次參加，滿意度 4.83 分(滿分 5 分)。

活動內容多元，包含：

1. 撰寫吸睛履歷，挑選亮點，展現自信姿態，在面試中大放異彩。
2. 學習九宮格思考法並運用於目標管理中，進而提升效率及競爭力。
3. 看見客戶需求、理解顧客心理
4. 勞動權益與職場常用法規，包含就業安全、性別平等、職業災害等。
5. 適時地釋放壓力，提升自我調適能力，遠離疼痛、焦慮、壓力、憂鬱。
6. 宣導基礎金融知識、提高金融素養、自我權益保護及防範詐騙意識。
7. 會如何以專業的姿態、清晰的思路、精彩的表達，打動觀眾！
8. 【大手牽小手·徵才說明會-校友返校篇】校友分享工作經驗及徵才。
9. 認識 DiSC 核心理論，運用於人際關係，提升溝通力。
10. 迎向 AI 新紀元，瞭解職場趨勢與企業需求。

3. 活動訊息傳遞方式

校內簽辦 學校最新消息 海報

e-mail 其他：____

◎ [A2-4]112-2職涯輔導講座，歡迎踴躍報名

諮服中心辦理高耕計畫-[A2-4]職涯輔導講座，邀請不同專業領域之職涯就業相關講師分享，歡迎蒞臨參與！

★ 有填表單報名者附餐點 (※無提供予專題認養之班級，請知悉)。若不克出席請務必提前來信或來電告知取消。

★ 超跑生全程參加者，每場認列1次自主階段高耕活動。

★ 教職員全程參加者，核予學習時數 2 小時。

★ 講座主題：【以履歷亮點為核心的面試必勝技巧】★

時間地點：3月19日(二)上午10:30-12:10，行政315教室

講師：謝佳吟老師

現職、經歷：靈魂教練莎賓創辦人、嬌生視力保健新加坡行銷襄理、ACUVUE隱形眼鏡資深品牌經理

課程：【吸睛履歷，獲勝面試】這門課將教你如何面試中大放異彩！精準挑選亮點、展現自信姿態，讓你脫穎而出。不僅掌握技巧，更能勝人一籌！趕快報名參加，成為職場焦點。[點我報名](#)

★ 講座主題：【運用九宮格談目標管理】★

時間地點：3月26日(二)上午10:30-12:10，行政315教室

講師：林易璵老師

現職、經歷：台灣職涯發展專業人員協會理事、阡陌職涯顧問公司職涯顧問

課程：分享九宮格思考法的觀念以及思考模板，並在目標管理力中，實際運用九宮格思考模組當作整理資訊與系統思考的框架，進而協助同學升級職場競爭力。未來不論是旅遊計畫、學習計畫、行銷計畫，於生活、工作當中都可以靈活運用。[點我報名](#)



112-2 [A2-4]

職涯輔導系列講座

- ☐ 全校師生皆可報名參與
- ☐ 超跑生可認列輔導活動

以履歷亮點為核心
的面試必勝技巧

3/19 TUE. 10:30am

行政 315 教室 

運用九宮格
談目標管理

3/26 TUE. 10:30am

行政 315 教室 

客戶服務之
客戶心理學

4/23 TUE. 10:30am

行政 315 教室 

勞動權益與
職場常用法規

4/30 TUE. 10:30am

國際會議廳 

舒緩焦慮憂鬱
提升壓力調適力

5/7 TUE. 10:30am

國際會議廳 

金融素養知識講座

5/21 TUE. 10:30am

行政 314 教室 

簡報提案力

6/11 TUE. 10:30am

行政 315 教室 

聯絡方式：
諮服中心褚小姐
行政 316 資源教室
fish103119@ntsu.edu.tw



大手牽小手-徵才說明會



校友返校篇

我想找工作

畢業學長姐告訴你

工作內容?

產業現況與趨勢?

不懂就問 沒問題!

| 時間 | 113年6月11日(星期二)~6月14日(星期五)
中午12時~14時
1場次1間公司30分鐘(詳報名表單)

| 地點 | 行政大樓315教室

| 說明 | 每間公司20分鐘說明+10分鐘Q&A
報名者(至少參與一場)備有餐盒

| 報名 | 企業 →



<https://students.ntsus.edu.tw/p/412-1003-114.php?Lang=zh-tw>

學生 →



<https://forms.gle/C5F55JHYHJVfhDPD8>

| 聯絡 | 企業 → yunju@ntsus.edu.tw 游小姐 03-3283201#1302

學生 → fish103119@ntsus.edu.tw 褚小姐 03-3283201#1302

國立體育大學



諮商輔導暨校友服務中心



活動花絮

活動照片最少 6 張，每張需有照片說明，請排列於 A4 版面內，每張 A4 紙張排列直式 4 張或橫式 6 張照片(每張照片長寬比例要一樣，可設定寬度 8CM)。



3 月 19 日以履歷亮點為核心的面試必勝技巧



3 月 26 日運用九宮格談目標管理



4 月 30 日勞動權益與職場常用法規



5 月 7 日舒緩焦慮、憂鬱，提升壓力調適力



6 月 11 日簡報提案力



6 月 12 日徵才說明會_好時光女生運動樂園