

句數	內容	重點
1~3	個人資料	姓名、學校、就讀類科學程
3~5	簡述家庭背景	避免像在記帳，重點是在家庭對自己的正面影響
5~7	高中三年學習經歷	1. 社團、幹部、證照、獲獎、活動等經歷 2. 這是最佳的自我推銷時機！
1~3	自己的興趣、休閒	最好與該校系（工作）相關，否則乾脆省略
3~5	對未來的打算	包括對未來幾年的規劃、進修學習計畫等
3~5	求學（求職）動機	報考的原因、希望在此可以學到的事

高人一等的自我介紹表現

- 有一份好的底稿
- 還要有充分的練習，其中包括：流暢的口語表達（錄影、照鏡子、互相觀摩）；自然的表情、微笑、眼神；有精神的身體姿勢

請照上述重點與順序，練習寫一份「一分鐘自我介紹」底稿

句數	項目	內容
1~3	個人資料	
3~5	簡述家庭背景	
5~7	高中三年學習經歷	
1~3	自己的興趣、休閒	
3~5	對未來的打算	
3~5	求學（求職）動機	

