

學生專業共同學習小組 成果報告書

填表日期：110 年 01 月 06 日

小組名稱	運動休閒產業知能培力				
學習主題	<input checked="" type="checkbox"/> 各式競賽 <input type="checkbox"/> 專業證照 <input type="checkbox"/> 科技部計畫 <input type="checkbox"/> 教師檢定 <input checked="" type="checkbox"/> 研究所考試 <input type="checkbox"/> 公職考試				
指導老師	葉允棋 教授				
成員總人數總計 6 人 (大學部成員人數 5 人，碩士班成員人數 1 人)					
組長姓名	陳 ○ 俐		組長連絡電話	0985148083	
組長電子信箱	hely201301@gmail.com				
成員姓名		學號	系所名稱	學級	備註
1	高 ○ 舜	10615133	心動系	<input checked="" type="checkbox"/> 大學部 <input type="checkbox"/> 研究所	
2	賴 ○ 緣	10615122	心動系	<input checked="" type="checkbox"/> 大學部 <input type="checkbox"/> 研究所	
3	許 ○ 彥	10615120	心動系	<input checked="" type="checkbox"/> 大學部 <input type="checkbox"/> 研究所	
4	張 ○ 涵	10615101	心動系	<input checked="" type="checkbox"/> 大學部 <input type="checkbox"/> 研究所	
5	朱 ○ 融	10615111	心動系	<input checked="" type="checkbox"/> 大學部 <input type="checkbox"/> 研究所	
6				<input type="checkbox"/> 大學部 <input type="checkbox"/> 研究所	
7				<input type="checkbox"/> 大學部 <input type="checkbox"/> 研究所	
8				<input type="checkbox"/> 大學部 <input type="checkbox"/> 研究所	

學生專業共同學習小組成果報告

成立宗旨 【註：字數需超過 200 字】

(請說明組成學習小組的起源，以及成立之宗旨、目的、特色，請詳述。)

小組成立的宗旨在於各位想將在大三大四這兩年中，心動系休閒領域課堂上所學習的概念運用持續在企劃競賽議題上，因為對我們而言也是擁有一年的實戰經驗了，希望我們能夠持續保持在這個領域的熟悉度，不僅持續提升創新想法，也掌握更好的寫作能力，這些學習都是為了日後進入職場的準備，同時，小組大家也進入了大學時期的尾端，正面臨了是否繼續升學的考量，在老師的教導與分享下，小組中有三人決定朝研究所邁進，因此本小組同時也以研究所考試為學習目標。

共學時間		共學地點	預定進度	實際進度	
1.	109/10/06	A102	研究所考試的資料整備	研究所考試的資料整備	
2.	109/10/14	H202-5	研究所考試的資料整備 企劃競賽的主題選定	研究所考試的資料整備 企劃競賽的主題選定	
3.	109/10/15	H202-5	研究所考試的資料整備 企劃競賽的實作討論	研究所考試的資料整備 企劃競賽的實作討論	
4.	109/10/21	H202-5	研究所考試的應試技巧 企劃競賽的實作討論	研究所考試的應試技巧 企劃競賽的實作討論	
5.	109/11/03	H202-5	研究所考試的應試技巧 企劃競賽的實作討論	研究所考試的應試技巧 企劃競賽的實作討論	
6.	109/11/04	A102	研究所考試的應試技巧 企劃競賽的實作討論	研究所考試的應試技巧 企劃競賽的實作討論	
7.	109/11/12	A102	企劃競賽的實作討論	企劃競賽的實作討論	
8.	109/11/19	H202-5	企劃競賽的實作討論	企劃競賽的實作討論	
9.	109/12/08	H202-5	研究所考試的成果追蹤 企劃競賽的成果發表	研究所考試的成果追蹤 企劃競賽的成果發表	
10.	109/12/16	H202-5	研究所考試的成果追蹤 企劃競賽的成果發表	研究所考試的成果追蹤 企劃競賽的成果發表	
11.	109/12/17	H202-5	研究所考試的成果追蹤 企劃競賽的成果發表	研究所考試的成果追蹤 企劃競賽的成果發表	
12.	109/12/22	H202-5	研究所考試的成果追蹤	研究所考試的成果追蹤	

		企劃競賽的成果發表	共學小組成果報告分配	
學習成果量化成效 (需佐證相關資料) (請依照實際規劃填報，若無規劃之項目，請填入 N/A)				
項目	達成值	項目	達成值	
競賽參賽數/或獎數	1	公職考試報考人次		
師院大會考平均分數		研究所報考人次/錄取人次	3	
專業證照報考人次/通過數		大專生科技部計畫申請數/通過數		
執行成果 【註：字數需超過 1000 字】 (請說明參與共學小組在規畫下的分享討論過程，對於成員之實際裨益，及能提供其他學生觀摩之處。)				
<p>研究所備審:</p> <p>小組內參加 110 學年度研究所推甄的組員有許 ○ 彥(報考 6 所)、高 ○ 舜(報考 3 所)、賴 ○ 緣(報考 5 所)。小組大多時間都是與指導老師做會談的動作，大家提出自己的想法與未來規劃，並和老師討論與獲取老師報考研究所的建議，一旦組員中有人有確定報考的系所後，就要隨即開始蒐集資料並開始著手備審資料的撰寫；10 月為各系所報名及繳交資料的時間，繳交截止日前，三位組員時常相約一起做備審，並適時給予彼此建議、一起向前，同時也會尋求碩班學姊的協助，獲取關於備審資料內容及格是排版的建議，除此之外，每個禮拜更是會跟老師約時間討論資料準備之進度，以及一些疑難雜症的解惑，以上我們皆是採用「滾動式修正」來完成各系所的備審資料。很幸運地，三位組員報考之系所皆通過第一階段審查。</p> <p>後來各系所面試的時間，約有兩週時間，大家舟車勞頓至各縣市各大學參加第二階段的面試。在面試之前，老師為三位組員安排了模擬面試，並給予建議，其中更要組員熟知備審資料內的內容，且還要預設數個口試委員會提問的問題，結束各系所的面試後，老師要大家把口試委員的問題與自己的回答，以及面試當下的心情感受放到小組的 LINE 群組中，隨即透過線上的方式進行「滾動式檢討」，希望大家經過每一次的檢討後，在下一場面是能夠更得心應手。</p> <p>最終放榜結果如下：</p> <p>許 ○ 彥報考</p> <p>國立體育大學-競技與教練科學研究所(未錄取)</p> <p>國立體育大學-運動保健學系碩士班(未錄取)</p> <p>國立清華大學-運動科學系碩士班(備取 9)</p> <p>國立臺灣師範大學-運動休閒管理與餐旅管理研究所(正取 1)</p> <p>國立臺灣師範大學-體育學系碩士班(未錄取)</p> <p>國立成功大學-體育健康與休閒研究所(備取 2)</p>				

賴○緣報考

國立臺灣師範大學-公民教育與活動領導學系-戶外教育與活動領導組 (備取 1)

國立臺灣師範大學-體育與運動科學系-運動教育組(未錄取)

國立體育大學-休閒產業經營學系碩士班 (正取 4)

國立體育大學-國際體育事務碩士學位學程 (正取 4)

國立清華大學-運動科學碩士班 (備取 6)

高○舜報考

國立臺灣師範大學-運動休閒管理與餐旅管理研究所(備取 3)

國立體育大學-休閒產業學系碩士班(未錄取)

國立體育大學-國際體育事務碩士學位學程(備取 1-遞補成功)

企劃書競賽:

✓ 背景:

這次小組參加中原大學創發中心辦的競賽，【你，可以改變未來】，經過討論後，我們選擇報名社會實踐組，「洛地深耕」是我們的主題。洛：是當地推廣的作物洛神花；地：在地化作物，以及當地社區做為目標；深：深入人心，也深入社區進行企劃；耕：耕種是主要活動的內容，此競賽的初賽截止時間為 109 年 11 月 23 日 24：00。

✓ 企劃目標：

此企劃主要目的是希望能藉由這個方式，讓社區凝聚力更強，高齡者與小孩都能受到相對的照顧，使日常生活更加被重視，不用擔心小孩沒人照顧，也無須過度擔心高齡者獨自在家發生危險，利用社區的凝聚，讓大家互相認識幫助，把農業時代那份敦親睦鄰的感情再次發酵。更是藉著教育高齡者成為教師，將今生所學教導未來的幼苗，也營造一個專屬於高齡者的舞台，提升自我價值。

✓ 討論上與執行上的困難與想法：

起初，我們的服務對象在高齡者以及學童中有很多的模糊地帶，使我們在撰寫內容分析的過程中屢屢偏題，參考過去的方法，加上在台東一些文化健康站的營造，我們期許能利用現有結合更豐富多元的活動，讓社區營造越來越完整且實際發生，經過一次又一次深入的討論，我們更加掌握了內文的重點，以及內文的構思。當然在實際執行面上一定還是有缺失，但改變就是從看見開始，發生就去改善去討論，讓問題有轉機，讓大家更加投入！

執行檢討與建議 (優、缺點) 【註：字數需超過 500 字】

本小組的優點:

- ✓ 小組的指導老師及學姊擁有豐富的經歷，能夠給予準備碩士的同學們諮詢及協助，不僅在準備書審資料的內文敘述、版面設計的呈現，也教導能夠拉高分數差距的面試技巧，因為在面試的部分，被教授們詢問到的內容實在是很廣泛，大部分為時事、書審資料的內容以及專業科目問題。本小組採用實際的模擬練習，學習抓取面試的訣竅，此部分提升各考生的面試技巧及能力。
- ✓ 過去小組的每個組員皆有參與過企劃相關的競賽，所以對於撰寫企劃書的流程與大綱已具備有一定程度的瞭解，再加上大家曾經幾次組隊拜訪鄰近的部落，共同辦理適合長者們活動的經驗。因此，本次的企劃主題有莫大的助力。

本小組的缺點:

- ✓ 小組成員皆為休閒領域的學生，也極少和其他科系的學生做切磋及合作，而思維想法上較為雷同，因此，在企劃內容上無法有更大的突破。
- ✓ 部分的小組成員沒有朝向考取碩士這條路走，因此在準備碩士推甄的期間，比較難共同參與。

本小組未來的建議:

- ✓ 建議未來可以多邀請學長姊返校做分享，給予想考取碩士的同學們一些建議及方針，互相交流能夠促進小組的上進心。
- ✓ 未來如有機會建議小組可以加入不同科系的組員，增加討論時想法的多元性，藉由不同領域的思維模式去互相激發，也讓提案更全面。
- ✓ 對於沒有想要考取碩士的組員們，則可對於未來方向做事前的準備與探索，讓未來畢業後能更明確直接的進入社會學習，也能有良好的心態去面對。

預期共學目標達成情形

【註：字數需超過 500 字】

本小組預期以未來生涯規劃列出兩大項為共學目標，兩項目標如下所示：

1. 報考 110 學年度研究所甄試入學，包含備審資料的籌備以及模擬面試、口試技巧。
2. 創業企劃競賽的主題選定、撰寫企劃書以及報名參賽。

研究所的報考根據組員們性向以及適性，選擇與自己未來最為相關的科系著手報名並開始撰寫備審資料。

三位組員報考的系所分別為：

許 O 彥報考

國立體育大學 競技與教練科學研究所

國立體育大學 運動保健學系碩士班

國立清華大學 運動科學系碩士班(備取 9)
國立臺灣師範大學 運動休閒管理與餐旅管理研究所(正取 1)
國立臺灣師範大學 體育學系碩士班
國立成功大學 體育健康與休閒研究所(備取 2)

賴 ○ 緣 · 報考

國立臺灣師範大學 公民教育與活動領導學系-戶外教育與活動領導組 (備取 1)
國立臺灣師範大學 體育與運動科學系-運動教育組
國立體育大學 休閒產業經營學系碩士班 (正取 4)
國立體育大學 國際體育事務碩士學位學程 (正取 4)
國立清華大學 運動科學碩士班 (備取 6)

高 ○ 舜 · 報考

國立臺灣師範大學 運動休閒管理與餐旅管理研究所(備取 3)
國立體育大學 休閒產業學系碩士班
國立體育大學 國際體育事務碩士學程(備取 1)

三位組員在報考研究所的部分皆有成功錄取的好消息，達成率為 100%，過程中各個組員互相扶持對方，是彼此的精神支柱，加上指導老師和學姊的教導和模擬面試的練習，讓這次報考研究所的挑戰可以成功過關。

另外在參與創業企劃競賽的部分，組員們相互討論過後決定參加這次中原大學舉辦第三屆【你可以改變未來】創新創業競賽，並報名社會實踐組。活動企劃目的在於培育在地樂齡教師，以課程的方式傳遞傳統文化，達到永續文化的經營，內容以臺東在地長者栽種農作物的經驗為開端結合課程的教導與實作，透過這樣的形式培育出第一代的樂齡教師。在整個討論的過程中，統整前一年所學習到的企劃經驗並結合在大學裡所學的專業課程，呈現在這一次的企劃書裡。在 12 月 23 日公告書審結果中，本小組也順利的進入到複賽階段，讓上一次企劃書和影片比賽失利的我們又能夠重振士氣，繼續在企劃書上增進。

成員心得分享

【註：每位成員均需有心得分享，總字數需超過 2000 字】

陳 ○ 俐:

在這個小組裡，身為組長的我同時也身為其他組員的學姊，這是個有一定壓力的角色，來自老師對於自己研究生的期望與看待，學弟妹對於學姊的敬佩與認同，以及自己對於自我要求的標準等等，但這些壓力並不會壓垮我，反而卻成為我的助力。在這個學習的環境下，

看到學弟妹願意為這個學習小組付出時間與精力，考取研究所的學弟妹們都用心思著自己未來研究的生涯規劃，討論企畫書的過程中，大家一同擠盡腦汁的想出創新做法；一同嚴肅的看待競賽簡章；一同深入的探討分析企畫執行面的可行性.....，在次的共學小組中，大家都有不同的成長與突破，在這個部份我認為我受益最多，不僅學會了如何以他人能明白的語句傳達意見與回饋，同時學習了要成為一個領導者必備的技能，如內容分配恰當程度，點出思緒盲點，歸納統整能力等。很謝謝大家願意跟我在學習的當下一起努力，期望這個學習成果對於我們而言都是成長茁壯的肥料。

高○舜:

在這一次專業共學小組中，我終於下定決心要考取研究所！我總共報名了三個系所分別是國立師範大學的運動休閒與餐旅管理研究所，以及國立體育大學兩個系——休閒產業經營跟國際體育事務研究所。在準備備審資料的過程中經歷許多的挫折，雖然一開始並沒有抱著非常大的夢想，不過也希望能夠拿到面試的入場卷，除此之外，也期望透過在這次準備備審資料的時候更了解自己有哪些不足之處，之後我得到面試老師的賞識，得以進入下一個面試階段，心中感到無比的興奮，也告訴自己我跨出了一步。

接下來的面試，又是另一個門檻，我在進入大學的時候是以指考的方式入學的，所以這次的面試對我來說，是個全新的挑戰！在第一場面試當天，我的回答並不如自己的預期，甚至能說是有點糟糕，經過一段時間後，好不容易終於沉澱下自己的心情，準備好好的跟其他面試官對話時，才發現面試時間已經結束了，但這次的挫折並沒有讓我沮喪非常久，因為我告訴自己不要慌亂，我還有另外兩場面試機。透過這次的經歷，讓我瞭解需要在逆境中穩住自己的腳步。

賴○緣:

此次參與共學小組，和一群擁有共同生涯規劃的夥伴們，為了考取碩士生的資格，在緊迫的時間內，製作出一本又一本的被審資料，互相提醒準備的注意事項，並且共同分享彼此的面試歷程，從中補足自我欠缺的部份，因為有伙伴的陪伴，即便遭受面試官的打擊，也能夠快速的整頓狀態，重新再出發。

另外，透過這次的學習，增加自我的企劃經驗，即便已經參加過好幾次相關的競賽，但對於每次的企劃書，都是全新的學習，整體的架構從不同目標、對象的擬定來做安排，大家透過意見不斷的衝撞，找出創意點子，把在地現有的特色作結合，然而，還需要評估可實行的程度，並且在矛盾點裡找出相對應的解決之策，為了創作出完善的企劃案，我們需要耗費許多的時間、心力，持續的修改及補充，但也是因為長時間的相處下來，大家才能夠很快進入狀況一同處理事情，感情也因此越變越好！

許○彥:

從 9 月一開學就開始準備應戰 110 學年度研究所推甄，一路忙就是忙到 11 月底，整個推甄的程序才告一段落，整個心情可以說是像在坐雲霄飛車一樣起起伏伏，尤其在最終放榜階段更是緊張刺激阿！雖然說最終的結果不盡理想、非自己所期望的，但是還是很感謝在準備過程中，老師還有學姊給予的支持與建議，才能夠讓我在這次國立臺灣師範大學運動休閒與餐旅管理研究所的推甄，從人群當中脫穎而出，獲得運動休閒管理組的榜首，同時也經過這次的洗禮，更加了解到什麼叫隔行如隔山，想要進入其他領域不是那麼容易的，就如同老師所說，那你就必須比別人付出更多努力，讓委員們知道你是有這樣的能力的。

在這次共學小組當中，除了進行研究所的推甄外，同時也參加了企劃案的競賽，大家各司其職，完成自己所分配到的每一部分，在繳交期限急迫的狀態下，大家還是能如期完成所有的規劃，就目前階段，我們已經獲得評審的青睞，即將進到第二階段的複賽，希望大家能一起攜手獲得好成績。

張 ○ 涵:

這次參加了社會實踐組的企劃書撰寫，在過程中跌跌撞撞了好幾回，也真的學習到了很多，起初我對我們的服務對象感到模糊，也不知道自己在團隊中所扮演的角色為何，但我卻忘記了我們是一個團隊，我並不是一個人！所以漸漸地，我開始在每次的討論中提出自己的問題與想法和隊員們一起討論，在無數次討論中，目標也跟著越來越清晰明確。我非常喜歡我們的主題「洛地身耕」其中，洛：是當地推廣的作物洛神花，地：當地所推廣的農作物，且以在地社區做為目標，深：深入人心，也深入社區進行企劃，耕：耕種是主要活動的內容，對我而言耕也有更新的意義，在耕種的同時也更新自己的內心，它有著很深很深的含意，好像象徵著這片土地一直與我們密不可分，豐富地給予我們身和心所有的支配！做這份企劃的同時，我也將自己的感恩投入其中。

朱 ○ 融:

這是第一次參加社會實踐相關的競賽，於是就用以前參加過的活動與競賽經驗去討論，一開始出發的構想有太多種，像樹狀圖一樣散發出去，想法多是好事，但後面卻像在茫茫大海裡找不到燈塔，沒有了主要的目的，當然最後我們以老幼共學的這個方向去延伸。

因為生活在台東，不同於喧囂的都市，多了點部落味，且有非常多的農業人口，很多都是祖先傳承下來的老智慧，而隨著時代與社會結構的變遷，壯年人口忙碌於工作中，總是兩頭燒的擔憂著工作與孩子，而我們希望藉由社區營造的方式，讓小孩多了與不同世代的互動及照顧的地方，也讓長輩能將所知傳承下去，也是成就感的來源。

討論過程中，最困擾的大概是要如何有別以往，並找出在地特色，於是才發想出以台東在地特色的農產品為出發點的方式，讓家鄉的人不僅更了解自己所生活的土地外，也是長輩們更容易參與的部分。當然在實際執行面上我相信一定還有很多缺漏，但很多事都是從一個發想而來，如果有一天真的有機會這麼做，我相信這一定是個很大的挑戰。而每次的討論

都是大家分享想法的寶貴時間，任何想法都是一個方法，記下每一個，在未來如果有需要改變執行面都可能是個很好的想法。

未來是否會再參與專業共同學習小組之申請 (組長填寫)

- 是，
- | | | | |
|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | 會以目前成員為主，再選讀其他主題 | 會再邀請其他成員，選讀其他主題 | |
| | 會以目前成員為主，選讀相同主題 | 會再邀請其他成員，選讀相同主題 | <input type="checkbox"/> |
- 否

學生專業共同學習小組 共學紀錄



共
照



共
照

學生專業共同學習小組 共學紀錄



共學日期：109/11/04 地點：H202-5

照片敘述：面試應對技巧講解



佐證資料

(說明：如是申請各式競賽、專業證照考試、公職考試、研究所考試等小組需於檢附報名資料、准考證或通過成績單；申請科技部計畫小組需檢附申請計畫之初稿；教師檢定小組屆時需檢附師範學院會考成績或者前後測成績。)

研究所報考相關資料：

許○彥同學：

國立臺灣師範大學 體育與運動科學研究所



國立臺東大學

身心整合與運動休閒產業學系

研究所書面備審資料

運動休閒與餐旅管理研究所運動休閒管理組

一般生（正取12名，備取3名）

正取	50311029 呂○樂	50311040 許○彥	50311016 孫○凱
	50311023 江○	50311020 周○	50311017 許○棚
	50311013 顏○修	50311038 吳○波	
備取	50311018 陳○杰	50311012 程○涵	50311021 高○舜

研究所通過成績單

高○舜同學:

國立體育大學
國際體育事務碩士學位學程
Master Program of international Sport Affairs



國立臺東大學身心整合與運動休閒產業學系
 申請人：高

研究所書面備審資料

110學年度碩士班甄試

招生缺額內獲遞補資格之備取生名單公告

- 本校110學年度碩士班甄試登錄報到意願已於109年11月27日截止。
- 因正取生聲明放棄遞補之備取生名單如附下，請於110年7月12日(星期一)前將學歷證件正本、影本各乙份(或報到切結書)寄送至本校教務處註冊組繳驗(以郵戳為憑)，始完成遞補報到程序，逾時未完成遞補報到程序者，視同放棄遞補資格，考生不得異議。
- 其餘已完成就讀意願登記但未獲遞補之備取生，日後遇有缺額時將另函通知依序遞補，碩士班甄試入學之遞補期限不得逾109第二學期行事曆所訂開始上課日。


系所	組別	缺額	遞補考生
競技與教練科學研究所	教練科學組	1	無備取
運動科學研究所	運動營養組	1	162010 滕梓濤
	運動科技組	1	163008 吳承祐
運動保健學系	運動防護組	2	131015 蕭秉沅 131017 蕭儀均
	健康體適能組	1	132008 葉寬
體育研究所	運動心理組	2	151006 曾煒燭 151005 黃柏勳
	運動社會組	1	152008 李佳歡
國際體育事務碩士學位學程	不分組	2	181003 高琬舜 181008 盧鳳歆

研究所通過成績單

賴○緣同學:

國立臺灣師範大學

公民教育與活動領導學系



國立臺東大學

身心整合與運動休閒產業學系

申請人: 賴

研究所書面備審資料

休閒產業經營學系							
正取 12 名							
120009	藍品韻	120018	呂宗翰	120012	蕭秩新	120027	賴 <input type="text"/>
120001	吳苑如	120006	張竹	120023	陳滄棋	120009	游榮謙
120025	高詩偉	120022	彭世賢				
備取 7 名							
120015	莊乙苓	120013	金奐宇	120007	梁家瑋	120008	陳昇帆
120028	吳佳穎	120011	吳明波			120005	
國際體育事務碩士學位學程							
正取 5 名							
181004	王鈞誼	181007	古育庭	181002	吳宣霈	181006	賴 <input type="text"/>
備取 3 名							
181003	高琬舜	181008	盧夙歆	181005	劉育傑		

研究所通過成績單



▲心動系上研究所錄取恭賀海報



▲創新創業競賽之企畫書

(另外附上競賽切結書)