幹部經歷

活動參與

在課堂中學不到的那些事

多元表現類別_技高組

競賽成果

基隆商工
楊同學

僅供全國歷程獎活動使用
請勿抄襲

學習簡述

對於剛踏入高中的我，對很多事情都很迷茫，唯一的信念就是想要變得優秀，不只是維持課業成績，也想要在其他領域學習到東西，當個會做人做事的人，也想從中建立自己的自信心。而我選擇精進自己的方式就是擔任幹部、參與各項活動與競賽。

雖然擔任幹部對我而言不算很生疏，國中時的幹部經歷也算豐富，但高中所要面對的同學、師長，是完全截然不同的，中間也面對了同儕之間相處的壓力。以及參與活動與競賽面對的問題與解決辦法。

僅供全質歷程學活動使用
請勿抄襲

目錄

擔任幹部

競賽與活動參與

挫折與困難

分析與解決

心得與收穫

僅供金質歷程獎活動使用
請勿抄襲

幹部經歷

僅供金質歷程獎活動使用
請勿抄襲

擔任幹部的原因

擔任幹部對我而言並不算陌生，從國小到高中的幹部經歷十分豐富，國中時也因為擔任幹部，得到了師長的肯定，讓我逐漸開始建立自信心，所以升上高中的我，也決定想繼續，雖然國中的導師曾跟我說過，擔任高中的幹部並不簡單，但我還是決定嘗試看看，在新生訓練時自告奮勇擔任了班長，也加入了班聯會，成為了文宣組的副組長。

僅供金質歷程獎活動使用
請勿抄襲

擔任幹部

班聯會文宣組副組長

一開始加入班聯會是因為每班需要派一位代表，而導師是指派我去。之後參加了代表大會，被學長姐邀請進了幹部組織，協助學校舉辦各項活動。

基商學訓班字第 11112008 號

服務證明

本校國貿一甲 楊妍琳 同學
擔任 111 學年度第 1 學期
全校學生班級代表聯合會
文宣副組長

特頒此狀 以示證明

國立基隆高級商工職業學校 校長 洪光賢

中華民國 111 年 12 月 31 日

獨供全質歷程獎活動使用
請勿抄襲

擔任幹部

青年選舉工作人員

青年選舉是基商每年的傳統，由班聯會和社發會共同舉辦。我的工作是在投票前幫忙布置投票所，在投票時擔任選務人員，負責入口處簽領、清點選票的人員。

2022/12/16

提供全資歷程獎活動使用
請勿抄襲

困難與挫折

擔任班聯會文宣組的副組長，因為是幹部，在每週中午都會有例行會議，倘若有舉辦活動，在活動前幾天的放學也會需要留校協助布置。因為有補習，加上正在準備檢定考，需要留校上課，時間上常常會重疊到，所以有時在兩者之間需要做取捨，也會因為沒有幫到忙而感到自責。

提供全學歷獎活動使用
請勿抄襲

擔任幹部

分析與解決

班聯會與課業的衝突，我是以課業為優先的，一開始會害怕因為沒有幫忙而讓人觀感不佳，但在向學長姐說明狀況後，他們也能夠體諒並且安慰我不用自責，所以有時候可能真的是我想太多了，其實不用去顧慮太多，造成自己的壓力。

僅供全體歷程獎活動使用
請勿抄襲

擔任幹部

班長

國中時當幹部所帶來信心，成為了我自願當班長的動力，想努力做好每一件事情，處理班上的公務，以及協助導師管理班上秩序。

提供金質歷程獎活動使用
請勿抄襲

困難與挫折

因為是班長的緣故，依導師規定要在每天的第一節下課負責收手機，一開始大家都會配合，但在彼此熟識之後，就會礙於人情壓力以及同學的為難。起初我的態度是很強硬且堅定的，但後來逐漸被孤立，以致於我開始做事不公正。

供金質歷程獎活動使用
請勿抄襲

擔任幹部

分析與解決

一開始因為覺得自己很沒用所以不敢向老師報告這個情況，但到後來真的覺得不能再繼續下去，經過不斷的自我掙扎後決定向老師求助，之後是由老師在課堂上勸戒同學們，以及制訂更加嚴格的保管辦法。孤立與排擠，老師也逐一與同學進行談話，化解了彼此的心結，也給予了我很大的幫助。

僅供全民歷程獎活動使用
請勿抄襲

心得與收穫

在擔任幹部上有許多需要加強的地方，前面在擔任班長時面對的問題主要都是依賴導師協助解決，我應該要去做心態的調整，並且壯大自己的心理素質，也要多主動與同學互動、聊天，拉近與同學間的關係和增進感情。

僅供全員歷練獎活動使用
請勿抄襲

活動與競賽參與

僅供金質獎活動使用
請勿抄襲

參與活動的動機

一開始是因為加入了班聯會這個組織而接觸到這個活動，我覺得去活動上認識到不同學校的人也是一個很好的機會，也增加了彼此交流的機會。雖然我個個性比較偏內向，但還是決定去試一試。

僅供全賞歷指獎活動使用
請勿抄襲

八校聯合外迎

2022/10/23

八校聯合外迎是由各校班聯會(學生會)共同舉辦，讓各校班聯會的高一新生在活動上透過團康遊戲互相認識，促進學校自治組織間的合作和夥伴關係。

此課程將活動使用
請勿抄襲

困難與挫折

因為我一直都比較內向，但是在外迎的時候，學弟妹需要去找學長姐們要點數，要去說笑話、唱歌、跳舞等團康活動，這些對我來說覺得很難為情，也一直不敢跨出那第一步，導致我拿到的點數真的蠻少的。

供金質歷程獎活動使用
請勿抄襲

分析與解決

在外迎上有另一位女生，她很外向，也拿到了很多點數，真的超級羨慕的!!在她鼓勵以及建議下，我們決定一起組了一個雙人歌唱小隊，也蒐集了很多點數~

僅供全員歷程獎活動使用
請勿抄襲

心得與收穫

在外迎上學到了團隊合作!雖然我的這組普遍都偏內向，但是大家都很努力!也認識到了很多人，雖然下雨，有一些不太方便的地方，但或許一起撐著雨傘，也是另一種拉近我們距離的方式。

僅供全民歷程獎活動使用
請勿抄襲

參與活動的動機

參加e-Peer校園大使是因為當時是高職新生，沒有關於學習歷程的經驗，對於學習歷程檔案如何編撰，脈絡該如何架構而感到有些迷茫，所以想利用學習平台及培訓曰等相關活動充實並精進自己，以及和其他同學們交流心得，學習到不一樣的東西。

僅供金質歷程變活動使用
請勿抄襲

e-Peer校園大使

在第二次的校園大使培訓，有一個環節是每組要介紹自己的組別，而我是負責代表報告的，報告前很緊張，還把要說的打在備忘錄，害怕自己表現不好，報告結束後得到了組員以及其他校園大使們的誇獎跟鼓勵!

僅供金質課程將活動使用
請勿抄襲

校園大使活動參與

校園大使組別線上聚會

僅供學員線上活動使用

校園大使活動參與

校園大使最佳團隊獎

僅供履歷程獎活動使用
請勿抄襲

校園大使活動參與

志工服務證明

Certificate of volunteer service

茲證明

國立基隆商工 楊妍琳同學

擔任 111-1 期 e-Peer 校園大使，於 111 年 10 月 1 日至 112 年 1 月 20 日期間，積極協助平台開發與推廣，共計服務時數 28 小時，特頒此證，以資鼓勵。

社團法人 慧治教育協會 Paramitas Education Association

理事長 黃文欽

校園大使服務證明

僅供學習歷程獎活動使用
請勿抄襲

參與活動的動機

因為我是班聯會的幹部，以後我也很有可能會接重要幹部，在舉辦學校的活動，或者和其他學校聯合辦活動，都需要撰寫企劃給學校、班聯會成員、其他合作學校，傳達活動的內容和目的。因為就讀的科系，行銷企劃、商業企劃都是我有可能會接觸到的。

僅供全國歷屆獎活動使用
請勿抄襲

初級企劃撰寫

寫企劃也要富有敏銳的觀察力以及創造力，要如何讓自己提出的企劃方案吸引人、讓別人有興趣，都是需要去下功夫的，也是一門很大的學問。

僅供金質歷程獎活動使用
請勿抄襲

校園大使活動參與

企劃撰寫課程參與

困難與挫折

參加校園大使及初級企劃撰寫，因為需要固定上平台發貼文，以及繳交作業，在時間上就會有點難安排，需要額外花時間完成，有時也會有學校課業以及多元課程、校園大使活動兩頭燒的狀況。

提供金質歷程獎活動使用
請勿抄襲

校園大使活動參與

企劃撰寫課程參與

分析與解決

多元課程與校園大使與學校課業時間上的碰撞，很多時候是時間安排的不夠恰當，所以也必然要捨棄掉閒暇時的放鬆時間。

僅供全國歷程獎活動使用
請勿抄襲

心得與收穫

在寫企劃時，一定會有需要與組員、主管、客戶討論的時候，也會接收到與自己不一樣的觀點、意見，當發現有人和你持不同意見的時候，不要急著去否認，先去了解、參考，一定會有意想不到的收穫的。

僅供企劃歷程獎活動使用
請勿抄襲

心得與收穫

寫企劃時，也要先知道你面對的客群是誰、活動的對象是誰，以及是向誰報告這份企劃，針對這些人，對你的企劃去做調整、改變。以及去觀察、模仿那些成功的企劃，內化成自己可以運用的。

僅供企質歷程獎活動使用
請勿抄襲

心得與收穫

在報名參加校園大使、自願擔任報告的人之前，這些都是我所認為我做不到的，害怕會因為沒有申請成功、害怕會在報告的時候出了差錯，而讓自己失去信心。雖然害怕，但我鼓足了勇氣去做，而結果也不是想像中的失敗，我也體認到了：不要害怕挫敗而不敢去試，做就對了，當你勇於跨出第一步時，你就戰勝了你自己。

僅供全體獎活動使用
請勿抄襲

心得與收穫

不只在校園大使的活動上，在學校的課堂報告和學校的活動上，我也鼓起勇氣去嘗試自己原本害怕的事情，雖然過程中有遇到挫折，但是我也沒有因此而放棄，就算不會得到好的結果，我也會堅持把事情做好、做完。當我有下一次的機會，我也會去努力嘗試。

僅供金質歷程獎活動使用
請勿抄襲

參與競賽的動機

國中的時候曾經參加過朗讀、作文 比賽，不過並沒有取得亮眼的成績。上學期沒有參加是因為剛踏入高中，對很多事情都不太熟悉，就對於參加比賽沒有什麼想法。但這次會報名國語朗讀是因為國文老師推薦，而且只要參加，不管有沒有得獎，都會拿到參加證明，而我想了之後也覺得好像可以試試！

僅供金質歷程獎活動使用
請勿抄襲

比賽前的準備

學校提供的篇目有三篇，分別是「岳陽樓記」、「出師表」、「赤壁賦」，國文老師給我的是畢仙蓉老師的音檔（YouTube），回家聽音檔練習、模仿語氣後，在每堂國文的下課時間找老師驗收。雖然國中曾經參加過，但因為也有很長一段時間沒有接觸到國語朗讀了，所以就幾乎是從頭開始。

僅供金質歷程獎活動使用
請勿抄襲

困難與挫折

可能因為個性比較含蓄，所以面對一些需要強調、大聲、浮誇的段落，我會放不開，投入的情緒也不夠多，像是出師表中的「先帝創業未半，而中道崩殂」我就很難將先帝去世的悲痛之情表現出來，以及「此誠危急存亡之秋也！」沒辦法體現出那種老臣對國家存亡感到著急的情緒。

世金質歷程獎活動使用
請勿抄襲

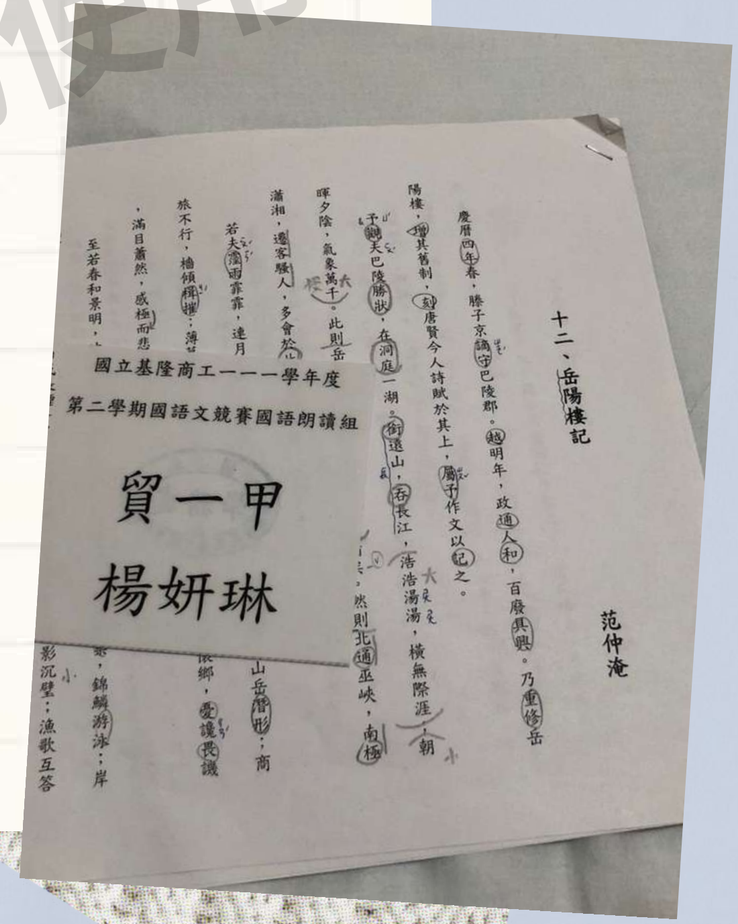
困難與挫折

赤壁賦中的歌曰：「桂櫂兮蘭槳，擊空明兮泝流光。渺渺兮於懷，望美人兮天一方」是歌，要有在唱歌的感覺，我就只能一本正經的唸。

提供全學歷程獎活動使用
請勿抄襲

分析與解決

老師和我說，在你認為你情緒已經很激昂的時候，在別人看來其實不夠，要再更浮誇、情緒更多，才是剛剛好、有起有落的。在多次的修正之後，也漸漸得到了肯定。而我也拿到了佳作的成績。

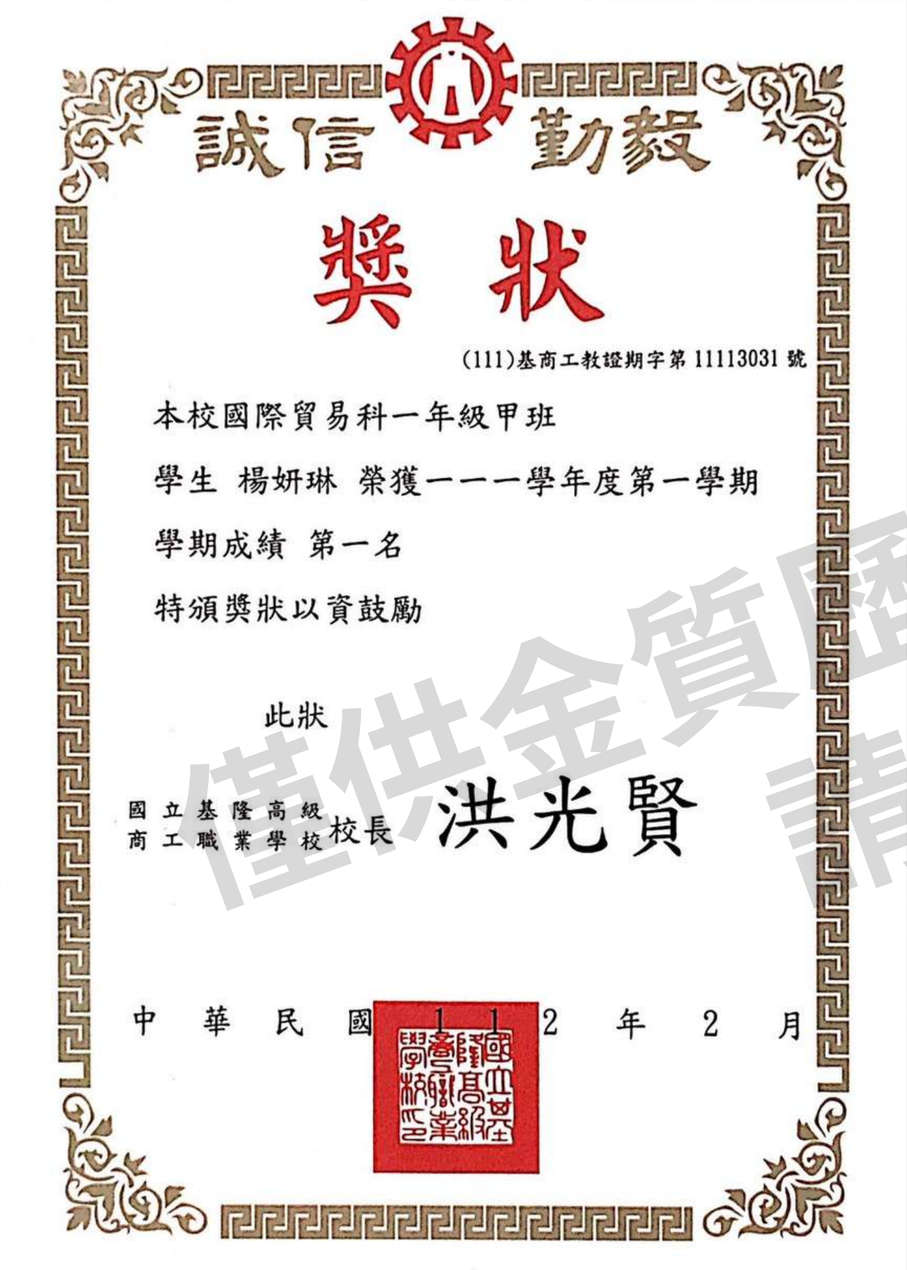


僅供全質歷程獎活動使用
請勿抄襲

心得與收穫

從國語競賽中我學到:不要在沒有去試之前就下定論，斷定自己一定連佳作都不會拿到，畢竟沒有期待就沒有傷害。即使比賽時抽到比較有把握的題目，但是我因為實在太緊張了，所以念的比平常快很～多。下台後也非常難過，覺得自己的表現真的很差。要相信自己，相信努力結果是值得期盼的。

僅供全學歷程獎活動使用
請勿抄襲



誠信 勤毅

獎狀

(111)基商工教證期字第 11113031 號

本校國際貿易科一年級甲班

學生 楊妍琳 榮獲一一一學年度第一學期

學期成績 第一名

特頒獎狀以資鼓勵

此狀

國立基隆高級商工職業學校 校長 洪光賢

中華民國 112 年 2 月

再充實自己多元表現的同時，我也沒有因此將自己本分內課業捨棄掉。

僅供金質歷程獎活動使用
請勿抄襲

謝謝觀看

僅供金質歷程活動使用
請勿抄襲

多元表現類別_技高組

國立基隆高級商工職業學校_楊妍琳