

113 學年度「全國家事類科技藝競賽」行前說明會會議紀錄

壹、開會時間：113 年 10 月 16 日(三)中午 12：00-13：00。

貳、開會地點：行政大樓 3F 行政會報室。

參、主 席：汪校長冠宏。

肆、歷屆得獎選手回校分享：

一、111 學年度服裝設計得獎選手—陳怡靜

1. 專注於自己設定的目標及想完成的事，成績及表現就會迅速提升。
2. 高二時，為了要證明自己的能力，開始參加技藝競賽的選拔，經過老師不斷的鼓勵，及自己努力的投入，非常幸運入選，在培訓練習期間，每晚都練習到 11 點，非常感謝指導老師耐心陪伴練習及解答疑問，期間透過練習不斷地提升自己，看到努力的成果，自信心也大幅提升了許多。
3. 如果競賽時遇到突發狀況，以我自己為例，競賽時，手不慎受傷，千萬不要慌亂，先穩定心情，然後使用競賽提供的剩布包紮，保持冷靜，然後按照自己平常練習時的節奏、時間，最後順利完成。
4. 競賽時，一定要看清楚題目，思考一下題目的意思，及題目的要求，然後再動手開始做，一定會順利完成。
5. 最後，希望大家都有好成績。

二、111 學年度中餐得獎選手—林雨禎

1. 自己從小學到高中對課業都沒甚麼興趣，雖然家裡是開餐廳，但是自己卻沒碰過廚刀，一直遇到「中餐烹飪」後，才開始產生興趣。高二時，經過老師的鼓勵參加技藝競賽選手的選拔，經過老師的鼓勵和耐心的指導，非常幸運獲選，就開始了選手練習時段。
2. 剛開始練習時，有一點擔心，擔心自己跟不上進度，又怕做不好，所以自信心不足，幸好指導老師非常仔細、很有耐心的指導，自己慢慢有了信心，成績也提升了起來。
3. 當上選手之後，有機會參加校外的競賽，剛開始的時候都沒有辦法得獎，經過指導老師的說明和指導，了解自己的錯誤和需要改進之處，就開始慢慢獲獎，非常感謝老師的耐心指導。
4. 競賽培訓期間，遇到撞牆期，此時心態很重要，一定要保持冷靜和信心，有問題隨時請教老師，就會逐一漸漸克服。
5. 最後，感謝學校給我機會分享競賽心得，希望大家都有很好的成績。

伍、主席致詞：

- 一、今天非常感謝指導老師和選手都到齊參加說明會，希望大家對此次參賽的行程、服裝穿著、學科、術科、及各職種的競賽規則都能清楚了解，以應對及從容備戰。
- 二、競賽前的練習，要時時刻刻記得今天會議上分享得獎選手的叮嚀與提醒，要保持以穩定的心情和心態，去準備競爭激烈的競賽。
- 三、競賽前的模擬考，或是競賽現場，首先，最重要的是詳細的審題，好好的閱讀題目，清晰認知題意，然後依題目的要求，發揮耐心，細心的解題，一定可以獲得好成績。
- 四、競賽期間，穿上本校特別為選手訂製的外套戰袍，既可以增強應考信心，又可以震懾競爭對手，展現本校技藝競賽選手的氣勢和雄風，相信一定可以增強選手的自信心和獲獎的強烈動

機。

五、參加競賽，得獎固然使人高興，但是，也不要怕失敗，今日辛苦的努力與堅持，一定會有收穫，未來也會成為我們成長的養分和成功的基石。

六、最後，勉勵在場的每一位選手，一旦設定目標，就要盡全力，在指導老師的教導下，專注於練習的每一天，努力不懈，堅持到最後，以達成目標為最高指導原則，相信大家一定會有充實而豐富的收穫，祝大家都能獲得自己滿意的成績。

陸、宣導事項：

一、實習主任：

競賽將屆，請各參賽選手特別留意自身的身體狀況，生活作息也應該要調整好進入比賽狀態；另外，請再次確認好參賽工具，務必清點清楚自備工具，對於所有參賽規則也要再次逐條詳閱。

二、實習組長：

1. 競賽日期：113/11/12(二)-113/11/14(四)。

2. 競賽地點：學科：嘉義家職

術科：嘉義家職

3. 本次家科技藝競賽將由陳韻如主任帶隊，比賽期間有任何疑問可詢問指導老師或實習組。

4. 參賽師生名單和聯絡方式請見附件一；學生公假和老師課務調代已由實習組統一處理，煩請隨隊老師們自行上差勤系統完成請假手續及加班申請手續(隨隊住宿的指導老師可報加班時數 8 小時)。

5. 選手崗位編號技藝競賽報到後才抽出。

6. 本次競賽重要集合時間如下：(若有行程異動，隨時 line 群組公告)

● 11/11(一)早上 8：00 學校勤毅樓前集合發車(請帶好所有行李及用具)！

◇ 學校→安娜與國王旅館

● 11/12(二)

◇ 安娜與國王旅館(7：00 早餐，8：00 發車)→嘉義家職(拍照)→午餐→學科→術科場地檢查用具→安娜與國王旅館

● 11/13(三)

◇ 安娜與國王旅館(6：20 早餐打包餐盒，6：40 發車)→嘉義家職→術科

◇ 第二天術科晚餐，請自行用餐並返回飯店(請團體行動並在 line 群組回報各職種動向)術科競賽後若有規畫行程，請與指導老師商議。

● 11/14(四)

◇ 安娜與國王旅館(6：30 早餐，7：15 發車)飯店退房搭乘遊覽車出發，集合時間若有更動，以 line 群組通知。

◇ 中午 11:30 起各職種師生可前往嘉義家職各職種作品展示區參觀作品。

◇ 頒獎典禮後乘遊覽車回程返校，集合時間若更動再 line 群組通知。

7. 住房名單請見附件一

● 嚴禁同學私下換房間，老師將於夜間不定時查房。本次比賽屬於學校的團體活動，請選手配合全隊集合、解散時間，不可自由行動，違者將依校規嚴處。

● 住房提供物品：毛巾、浴巾、熱水壺、杯子、吹風機、衛生紙。

● 從 2024 年 9 月 1 日起，安娜與國王酒店將響應環保倡議，**不再提供**免費的一次性

旅行用備品：牙刷、牙膏、拖鞋、梳子、浴帽、刮鬍刀、清潔組和洗衣袋等

8. 本次競賽的活動日程表詳見附件二。

9. 本次學、術科測驗注意事項(競賽規則)詳見 line 群組

請同學特別注意比賽相關服裝規定(鞋子請以黑色、白色為主)，不可戴任何飾品，頭髮請務必用素色橡皮筋紮好。本校同學統一依下列規定穿著：

- 11/11(一)制服(短袖白上衣、長褲、競賽外套)。
- 11/12(二)學科考試當日的制服(短袖白上衣、長褲、競賽外套)。
- 11/13(三)術科考試當日必須身著工作服，工作服將於 11/12(二)當天由學校統一發放；工作服裡穿圓領白 T、制服長褲(搭競賽外套)。
- 11/14(四)制服(短袖白上衣、學生裙或制服長褲、競賽外套)。

10. 請同學務必攜帶 口罩數個、學生證(請記得核章)、身分證、健保卡、參賽所需用品、個人藥品及衣物。

11. 本次競賽本校各職種報名人數如下：

競賽職種	班級	姓名	指導老師
飾品製作	305	胡喆喻	張淑芬
服裝製作	305	游喬煊	陳依璇
服裝設計	305	吳宜柔	陳依璇
美髮	314	吳慧琴	陳文子
美顏	303	蕭雅芯	徐女琇
美顏	303	曾珮儀	徐女琇
幼兒教具製作	302	張芸毓	林欣巧
幼兒教具製作	302	林靖婷	林欣巧
餐飲服務	307	曾歆蓉	莊惠珍
中餐烹調	307	曾丞玄	黃淑冠
烘焙	307	吳若瑤	陳建志

12. 競賽(詳細時間表請參閱附件二「113 學年度全國高級中等學校學生家事類技藝競賽活動日程及時間表」)

- (1) 學科測驗：113 年 11 月 12 日(星期二)13 時 10 分至 14 時 10 分(共計 1 小時)舉行，命題方式以測驗題為主，佔總成績 20%。
- (2) 術科測驗：113 年 11 月 13 日(星期三)舉行，測驗方式採實際操作，佔總成績 80%。

13. 優勝錄取及金手獎數如下：(依據教育部「高級中等學校及專科學校技藝技能優良學生甄審及保送入學實施要點」110 年 11 月 12 日臺教技(一)字第 1100151246A 號令辦理)

- (1) 個人獎

參賽人數	優勝錄取人數 (含金手獎人數)	金手獎數
220 人以上	76 人	17
190-219 人	72 人	16
160-189 人	64 人	15
140-159 人	56 人	14
120-139 人	50 人	13
100-119 人	44 人	12
80-99 人	38 人	11
70-79 人	32 人	10
60-69 人	28 人	9
50-59 人	24 人	8
40-49 人	20 人	7
30-39 人	16 人	6
20-29 人	12 人	5
10-19 人	8 人	4
9 名以下	5 人	3

(2) 團體獎

- 團體獎頒發職種：飾品製作、服裝製作、服裝設計、室內設計、幼兒教具製作、膳食製作、美顏、美髮。
 - 團體獎以每組 2 名參加學生成績核算各佔百分之五十，成績計算以總成績評定名次(如有同分者，則以個人成績較高者決定排序)；未薦派 2 名正選手參賽之學校，該校該職種不計團體成績。
 - 每一職種錄取團體組成績優勝前六分之一名額，依名次頒發團體獎。
14. 各職種相關競賽規則請撥空至「全國高級中等學校技藝競賽資訊平台」查詢。
15. 請參賽選手及模特兒於 10/31(四)放學前將家長同意書(附件三)交至實習組。
16. 賽後請選手記得填寫「參賽心得單」(附件四)，並於比賽結束後一週內交回實習組。

柒、臨時動議：無

捌、散會：13：00