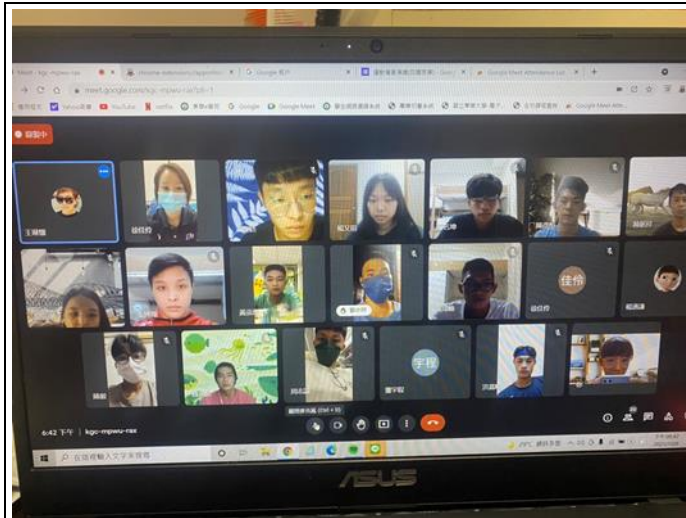


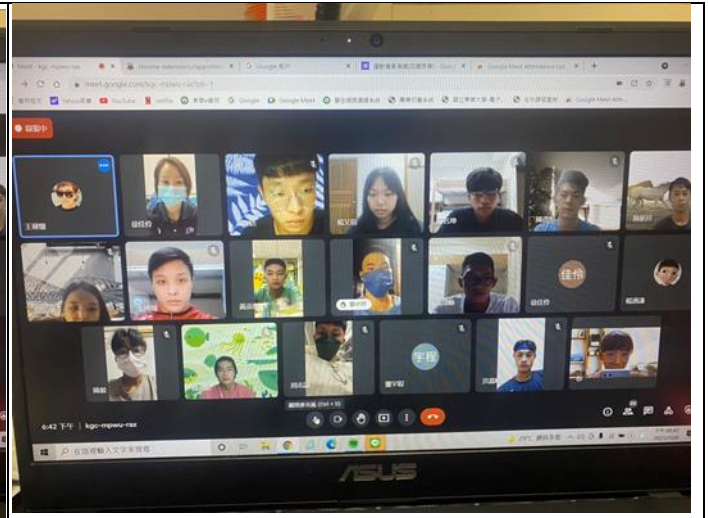
110年「校友卓越講座」計劃 活動執行

| 系所名稱 | 國立東華大學體育學系 | 校友人數 | 2 人 | 活動參與人數 | 14 人 |
|----------|--|------|-----|--------|------|
| 活動內容概述 | <p>畢業校友卓越講座主要是邀請到在花蓮農校當任運動防護員工作的徐佳玲學姊以及曾擔任過國家女足代表隊運動防護工作的王琳懷學姊來針對運動傷害領域如何考照、修課以及在成為運動防護員的前中後整個準備過程需具備的特質以及會遇到的問題，運動防護考照與修課的部分主要分享的是針對防護的相關課程進行修課，在進一步了解如何取得報考資格與考試的方式以及如何準備運動防護工作的考試相關內容；而後是講述防護工作應具備哪些特質、如何有兩項以上的興趣要如何作時間規劃、如何確定自己的目標方向與增進能力的方法、如何克服困難與挫折、推薦防護相關課程、運動防護與物理治療師的差異、如何應對教練與選手、以及防護臨危處理的相關問題，學姐以過來人的角度來為大家分享及說明，讓大家未來能夠充分的準備以及規劃。分享完後給大家提問，雖然提問的人數沒有很多但學姊回覆的非常詳細。</p> | | | | |
| 校友對於活動建言 | <p>(一)建議大家多思考勇敢嘗試，試著多表達學會互動，未來無論想做什麼類型的工作，只要在體育相關領域都免不了跟人接觸。</p> <p>(二)運動防護員與國中小老師的工作都可以試看看在學習的過程中能同時進行，取得資格後都去做看看，看何者覺得自己比較合適。</p> <p>(三)運動防護員工作不會受到少子化而縮減，只要學校還在且有開設體育班，反倒要先取得防護證照或得到更多的資源。</p> | | | | |
| 執行檢討及建議 | <p>(一)優點—參與的學弟妹都想要從事運動防護員所以都特別認真聽講座，兩位學姊準備相當豐富的內容，參與的學弟妹收穫良多並了解運動防護工作的真實面貌。</p> <p>(二)缺點—由於 google meeting 同學和學弟妹不善於表達，讓講者不知道該從哪個面向提供資訊，並給予同學和學弟妹適性的協助與規劃。</p> <p>(三)建議—事前提醒並且要求同學和學弟妹務必打開鏡頭及麥克風與講者互動，注意基本禮儀。</p> <p>(四)活動期間曾遭遇到那些困難？如何克服？未來應如何改進？</p> <p>因為疫情的關係，將實體的演講改為線上演講，系學會工作人員調整演講方式並且立刻聯絡演講者，以利順利進行。</p> | | | | |

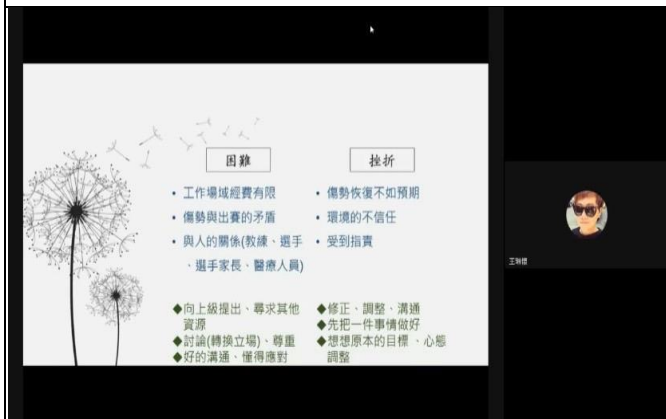
110年「校友卓越講座」計劃 活動剪影



圖一、全體大合照(與校友及紅布條合照)



圖二、與校友合照(與海報或紅布條合照)



圖三、講座過程實況(一)



圖四、講座過程實況(二)

110年「校友卓越講座」計劃 活動文宣

文宣海報

- 一、主題名稱：110年「校友卓越講座」
- 二、辦理時間：110年10月06日 17:10-18:30
- 三、辦理地點：線上會議 <http://meet.google.com/kgc-mpwu-rax>
- 四、參與人員：徐佳玲學姐、王琳懷學姐
- 五、主辦單位：國立東華大學學生事務處
- 六、協辦單位：國立東華大學體育與運動科學系

體育系有前途之工作坊

日期 110年10月06號(星期三)
時間 12:00-14:00
地點 線上google meet

一、領域名稱：運動創業領域 演講者：李祈緯、宋若怡
google meet : <https://meet.google.com/zjy-ijhc-eqc>
二、領域名稱：體能訓練領域 演講者：翁梓恆
google meet : <https://meet.google.com/mev-jxrq-jkt>
三、領域名稱：運動訓練領域 演講者：江凱為、陳冠州
google meet : <https://meet.google.com/gtn-nzjz-ddj>
四、領域名稱：運動教育領域 演講者：李孟凡
google meet : <https://meet.google.com/vtg-zwgy-bim>
五、領域名稱：運動傷害領域 演講者：王琳懷、徐佳伶
google meet : <https://meet.google.com/kgc-mpwu-rax>



運動創業領域 
演講者：李祈緯


體能訓練領域 
演講者：翁梓恆

運動訓練領域 
演講者：陳冠州


體育教學領域 
演講者：李孟凡

運動傷害領域 
演講者：徐佳伶

運動教育領域 
演講者：王琳懷

110年「校友卓越講座」計劃 教學改善與課程規畫建言具體作法

(系所名稱：國立東華大學體育與運動科學系)

一、110年度教學改善與課程調整作法：

- (一)讓各位同學與學弟妹能提早了解運動傷害領域的工作，成為正式運動防護員。
- (二)為增加同學與學弟妹運動傷害防護的領域，現在開設越來越多與運動傷害領域的課程來增強學術科能力。

二、對校友之「教學改善與課程規畫相關建言」回饋處理情形：

- (一)校友意見：建議大家多思考勇敢嘗試，試著多表達學會與演講者互動，認真思考未來方向的問題
處理情形：請大家試著問問題或是可以私下詢問學長姊或請負責人協助。
- (二)校友意見：講座的過程整體流暢，但實體面對面分享會有更多的互動且了解實際問題。
處理情形：原本是實體的活動但因疫情關係改成線上演講分享，所以未來還有問題可以私下詢問學姊或者之後有時間再辦一次講座活動。

三、110年「校友活動」辦理情形(含本活動)一覽表

| no | 活動日期 | 系所名稱 | 活動名稱 | 活動地點 | 校友數 | 參與數 |
|----|-----------|----------------|------------|--|-----|-----|
| 1 | 110/10/06 | 國立東華大學體育與運動科學系 | 體育系有前途之工作坊 | GOOGLE MEET http://meet.google.com/kgc-mpwu-rax | 2 | 14 |
| 2 | | | | | | |
| 3 | | | | | | |
| 4 | | | | | | |

※※「校友相關活動」範圍說明：

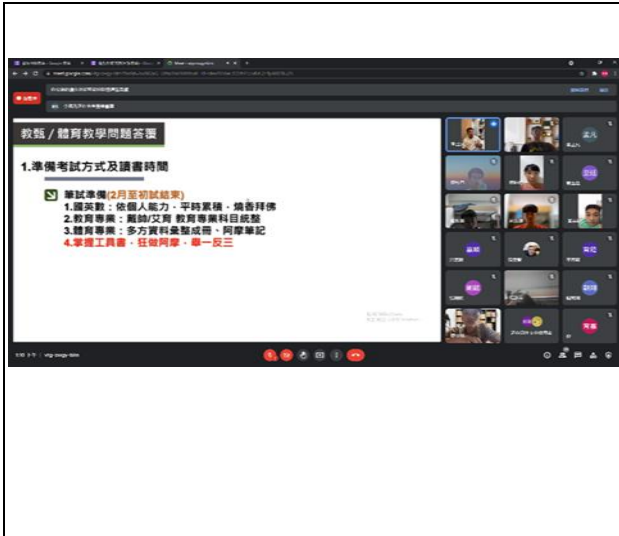
- 一、只要與「校友」有關之活動皆納入(含講座、座談會、分享會、茶會、展覽、體育活動、系友活動…等)。
- 二、無論是系所主辦、系學會主辦或者自籌經費、相關單位補助者亦皆涵蓋。

110年「校友卓越講座」計劃 活動執行

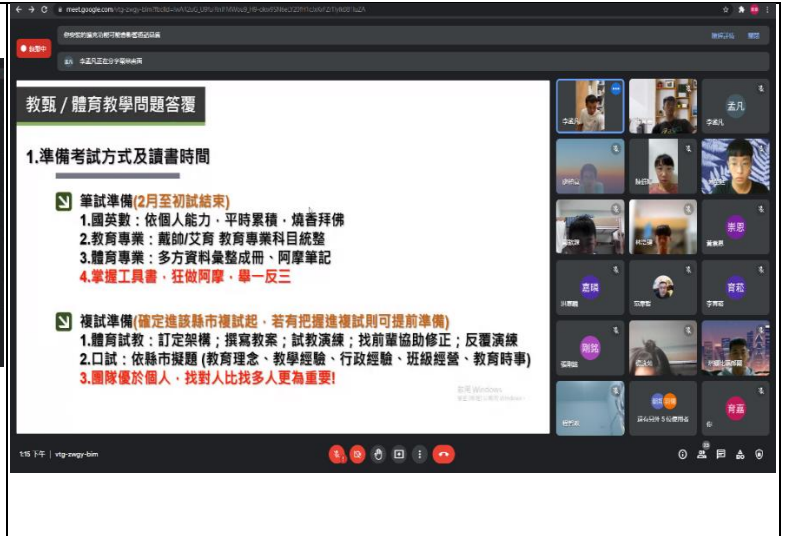
| 系所名稱 | 國立東華大學體育與運動科學系 | 校友人數 | 1 人 | 活動參與人數 | 25 人 |
|----------|---|------|-----|--------|------|
| 活動內容概述 | <p>主要是邀請今年考取教甄的李孟凡學長來分享如何應對考取教師這條路。學長分成幾個階段來介紹分別是：教檢、教甄、以及教學現場會面臨的問題，教檢部分主要是分享考筆試如何準備，以及重點整理；教甄部分就講得比較深入一點，初試及複試的準備還有口試的應對，也給了我們考用書的推薦；而後是教學現場的臨危處理，學長以過來人的角度分享了許多他的小撇步讓大家參考。分享完後有留時間給大家提問，大家也都熱烈的發表提問。</p> <p>成為正式體育教師的三個階段：</p> <p>一、準備教檢與教甄應考心態：我建議考生要具備「認清身分」、「習慣規律」心態。「認清自己是考生」，我不再只是跟朋友聊是非，而是一起分享教檢與教甄如何準備、相互排解壓力，相互切磋學習。念書在於「持久」。做讀書計畫時，考量自己的能力再做進度的安排，而且計劃做彈性緩衝，讓執行上更有可行性</p> <p>二、教育科目筆試準備：隨著考試月份將近，選擇做考古題的方式來準備。寫考古題並非無益，只是你要寫對時機、寫對方法，才能衝高你的筆試成績。</p> <p>三、教甄複試準備：通過筆試進到複試階段，已經是考生中大約前百分之十的菁英，如何在菁英群中脫穎而出就得各憑行家本事。試教、口試的呈現沒有一定的規準，只有能把自己的優勢、風格妥善呈現，才有機會說服評委的心！</p> | | | | |
| 校友對於活動建言 | <p>(一)希望時間安排能不這麼緊湊，這樣能分享更多深入的經驗。</p> <p>(二)這個活動對於要當老師的學弟妹會有實質性的幫助，如果還有機會希望能再回到學校分享。</p> <p>(三)有點可惜因為疫情無法實體講座，改成線上分享與學弟妹較少面對面互動的機會，提問的問題有較少，可以提供學習單讓學弟妹寫問題。</p> | | | | |

| | |
|-------------|--|
| 執行檢討 及建議 | <p>(一) 優點：聯絡校友時很順利，雖然遇到疫情但日期上的安排也能快速解決。 講座主題也貼近體育與運動科學系運動教育學程的職涯規劃及自我準備方向，本系同學與學弟妹熱絡參與並了解未來規劃。</p> <p>(二) 缺點：僅安排一小時的講座分享時間安排有些短，希望能規劃兩小時講座時間， 可以讓學長講師多深入講一點如何正式上岸成為正式體育老師。</p> <p>(三) 建議：講座時間能拉長，也讓同學與學弟妹能吸收更多的實務經驗分享</p> <p>(四) 活動期間曾遭遇到那些困難？如何克服？未來應如何改進？</p> <p>活動期間遇到疫情爆發，導致不能實體演講，系主任與系學會馬上改為線上講座並且通知演講者改為線上講座的方式，感謝演講者配合讓此次講座順利圓滿完成。未來將提供更充裕的時間讓演講者準備 PPT。</p> |
|-------------|--|

110年「校友卓越講座」計劃 活動剪影



圖一、



圖二、

文宣海報

- 一、主題名稱：體育系有前途之工作坊
- 二、辦理時間：110年10月06日 12:00~14:00
- 三、辦理地點：線上會議 <https://meet.google.com/vtg-zwgy-bim>
- 四、參與人員：李孟凡學長
- 五、主辦單位：國立東華大學學生事務處
- 六、協辦單位：國立東華大學體育與運動科學系

體育系有前途之工作坊

日期 110年10月06號(星期三)
時間 12:00-14:00
地點 線上google meet

一、領域名稱：運動創業領域 演講者：李祈緯、宋若怡
google meet : <https://meet.google.com/zjy-ijhc-eqc>
二、領域名稱：體能訓練領域 演講者：翁梓恆
google meet : <https://meet.google.com/mev-jxrk-jkt>
三、領域名稱：運動訓練領域 演講者：江凱為、陳冠州
google meet : <https://meet.google.com/gtn-nzrj-ddj>
四、領域名稱：運動教育領域 演講者：李孟凡
google meet : <https://meet.google.com/vtg-zwgy-bim>
五、領域名稱：運動傷害領域 演講者：王琳懷、徐佳伶
google meet : <https://meet.google.com/kgc-mpwu-rax>



運動創業領域 
演講者：李祈緯
JETLIT

運動訓練領域 
演講者：陳冠州
NID

運動教育領域 
演講者：李孟凡
JETLIT

體能訓練領域 
演講者：翁梓恆

運動傷害領域 
演講者：徐佳伶

體育教學領域 
演講者：李孟凡

運動傷害領域 
演講者：王琳懷

110年「校友卓越講座」計劃 教學改善與課程規畫建言具體作法

(系所名稱：國立東華大體育與運動科學系)

一、110 年度教學改善與課程調整作法：因為學弟妹都還沒有經歷過教育現場的洗禮，所以請學長來帮大家解惑現場會遇到的各種問題，了解教檢與教甄的準備過程，幫助同學與學弟妹事先準備好進入教學現場的能力。

二、對校友之「教學改善與課程規畫相關建言」回饋處理情形：

(一)校友意見：希望時間安排能不這麼緊湊，這樣能分享更多深入的經驗

處理情形：先填問卷讓大家票選有空的時間，讓演講時間能變多也能讓更多人參加。

(二)校友意見：有點可惜因為疫情無法實體講座，改成線上的話會較少互動的機會

處理情形：疫情的關係改為線上演講與分享，所以演講完後學長有請如果還有疑問的學弟妹可以私訊他，他會在更詳細的告訴我們。

三、110 年「校友活動」辦理情形(含本活動)一覽表

| no | 活動日期 | 系所名稱 | 活動名稱 | 活動地點 | 校友數 | 參與數 |
|----|-----------|----------|----------------------|--|-----|-----|
| 1 | 110/10/06 | 體育與運動科學系 | 體育系有前途之工作坊 運動教育領域 | Google Meet https://meet.google.com/vtg-zwgy-bim | 1 | 25 |
| 2 | | | | | | |
| 3 | | | | | | |
| 4 | | | | | | |

※※「校友相關活動」範圍說明：

一、只要與「校友」有關之活動皆納入(含講座、座談會、分享會、茶會、展覽、體育活動、系友活動…等)。

二、無論是系所主辦、系學會主辦或者自籌經費、相關單位補助者亦皆涵蓋。

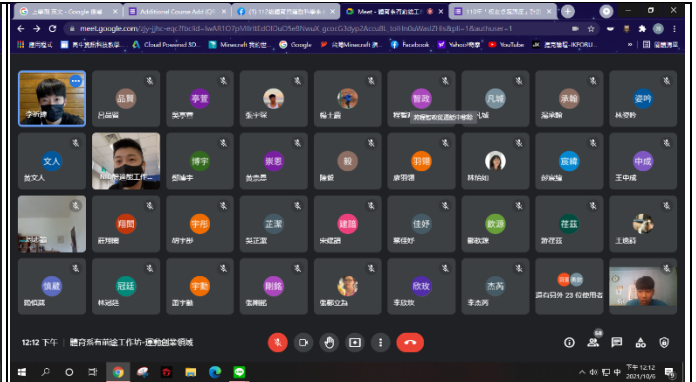
110年「校友卓越講座」計劃 活動執行

| 系所名稱 | 國立東華大學體育與運動科學學系 | 校友人數 | 2 人 | 活動參與人數 | 47 人 |
|----------|--|------|-----|--------|------|
| 活動內容概述 | <p>分享創業時會碰到的困難還有心態上的調整以及面對問題時的解決方式，時間與財務自由是創業者共同追尋的目標，但是在達到願望前，最好先有心理準備。創業過程辛苦，除了心理壓力，體力也是一大考驗，年輕就是本錢，確實有其道理。</p> <p>1. 剛開始創業時是怎麼起步的？從開始創業的第一部教學影片慢慢變成體育品牌和工作室在這段過程中的經歷體會還有分享作為老闆和員工各自不同的立場以及老闆面試員工和員工被老闆面試時的經驗分享還有寫履歷表的技巧。</p> <p>2. 說明創業的風險以及如果想創業該準備甚麼？創業成功和失敗是差很多的，而最重要的是耐心和堅持同時也有告訴我們如果真的想要創業的話還有很多東西是要自己摸索的例如：說話的技巧、怎麼管理員工和經營團隊、怎麼提升知名度等等。</p> <p>3. 看看對於創業有那部份是沒有提到或是有學弟妹想了解的會在分享完之後的問答時間讓對創業還有疑問的學弟妹問問題。</p> | | | | |
| 校友對於活動建言 | <p>(一) 由於是線上 google meeting 導致與學弟妹面對面的互動機會較少，若能進行實體的互動也許能夠聽到更多問題。</p> <p>(二) 這次用分領域的方式我覺得很好，來聽的學弟妹認真聽獎並且動機較強，主動積極詢問問題。</p> <p>(三) 如果下次還有機會的話可以請大家分享想要做的創業項目是什麼？以及如何規劃，或許這樣可以提供更具體的建議，也對於創業方向更為了解！</p> | | | | |
| 執行檢討及建議 | <p>(一)優點:本來要回到母校演講但是因為疫情的關係改成線上，演講者的邀請和通知都很順利，整個活動很流暢，學弟妹積極主動選擇他們想聽的領域。</p> <p>(二)缺點:因為分領域的關係有些同學想要聽如何規劃創業和如何成為教師，但是因為領域時間衝突所以沒辦法聽到 我覺得對於領域時間的規劃可以再規劃完善提供多個時段選擇。</p> <p>(三)建議: 如果下次還有機會的話可以請大家分享想要做的創業項目是什麼？以及如何規劃，或許這樣我們給的建議會更到位！</p> <p>(四)活動期間曾遭遇到那些困難？如何克服？未來應如何改進？</p> <p>對我來說我覺得最困難的應該是改成線上演講，因為要開設連結和提供問卷調查表表單，這方面我不太擅長所以特別研究了一下，最後還是順利的成功了。下次如果出現了自己不擅長的東西要多做幾次熟悉一下。</p> | | | | |

110年「校友卓越講座」計劃 活動剪影



圖一、全體大合照(與校友及紅布條合照)



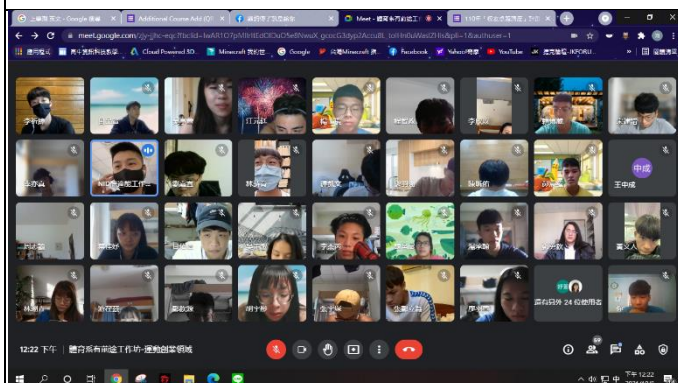
圖二、與校友合照(與海報或紅布條合照)



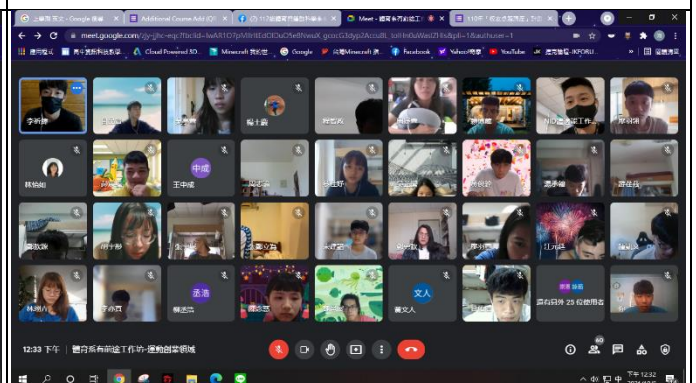
圖三、講座過程實況(一)



圖四、講座過程實況(二)



圖五、講座過程實況(三)



圖六、講座過程實況(四)

文宣海報

- 一、主題名稱：110年「校友卓越講座」
- 二、辦理時間：110年10月06日 12:00-14:00
- 三、辦理地點：Googl Meet 線上演講 <https://meet.google.com/zjy.jjhc-eqc>
- 四、參與人員：宋若怡學姐、李祈緯學長 (主講人) 系上同學(聽講人)
- 五、主辦單位：國立東華大學學生事務處
- 六、協辦單位：國立東華大學體育與運動科學學系

體育系有前途之工作坊



日期 110年10月06號(星期三)

時間 12:00-14:00

地點 線上google meet

- 一、領域名稱：運動創業領域 演講者：李祈緯、宋若怡
google meet : <https://meet.google.com/zjy-jjhc-eqc>
- 二、領域名稱：體能訓練領域 演講者：翁梓恆
google meet : <https://meet.google.com/mev-jxrq-jkt>
- 三、領域名稱：運動訓練領域 演講者：江凱為、陳冠州
google meet : <https://meet.google.com/gtn-nzrj-ddj>
- 四、領域名稱：運動教育領域 演講者：李孟凡
google meet : <https://meet.google.com/vtg-zwgy-bim>
- 五、領域名稱：運動傷害領域 演講者：王琳懷、徐佳伶
google meet : <https://meet.google.com/kgc-mpwu-rax>

運動創業領域 

演講者：李祈緯


演講者：宋若怡



運動訓練領域 

演講者：陳冠州


演講者：江凱為



體能訓練領域 

演講者：翁梓恆

體育教學領域 

演講者：李孟凡

運動傷害領域 

演講者：徐佳伶

演講者：王琳懷


110年「校友卓越講座」計劃 教學改善與課程規畫建言具體作法

(系所名稱：國立東華大學體育與運動科學學系)

一、110 度教學改善與課程調整作法：

- (一):因應疫情的關係所以講座改成線上以保持安全距離。
- (二):因為是線上講座避免學生都只是上線掛機所以要求開鏡頭增加互動和參與度。
- (三):分享方式用自身經驗去做分享增加和傳統的照表操課不同，讓同學與學弟妹更能體會。

二、對校友之「教學改善與課程規畫相關建言」回饋處理情形：

- (一)校友意見：除了系上的課程，要多學習其他跨領域的相關知識。
處理情形：學校有開設很多通識課，有興趣的同學可以去修自己有興趣的領域增加自己的競爭力。
- (二)校友意見：對於是線上講座的關係互動相對較低，實體講座或許會更好。
處理情形：等待疫情好轉，會找機會邀請校友回來做實體的演講。

三、110 年「校友活動」辦理情形(含本活動)一覽表

| no | 活動日期 | 系所名稱 | 活動名稱 | 活動地點 | 校友數 | 參與數 |
|----|-----------|----------|---------------------|--|-----|-----|
| 1 | 110/10/06 | 體育與運動科學系 | 體育系有前途工作坊 運動創業領域 | Google Meet https://meet.google.com/zjy.jjhc-eqc | 2 | 47 |
| 2 | | | | | | |
| 3 | | | | | | |

※※「校友相關活動」範圍說明：

- 一、只要與「校友」有關之活動皆納入(含講座、座談會、分享會、茶會、展覽、體育活動、系友活動…等)。
- 二、無論是系所主辦、系學會主辦或者自籌經費、相關單位補助者亦皆涵蓋。

