

目錄 CONTENTS

◎、市長序	2
◎、局長序	3
◎、技職教育簡介	4
◎、臺南市國中技藝教育簡介	6
◎、臺南市108學年度國中技藝教育競賽第一名獲獎學生小故事	7
◎、技術型高中及五專類科簡介	
●、機械群	29
●、動力機械群	31
●、電機與電子群	33
●、化工群	36
●、土木與建築群	37
●、商業與管理群	38
●、外語群	40
●、設計群	41
●、農業群	43
●、食品群	45
●、家政群	47
●、餐旅群	49
●、海事群	51
●、水產群	52
●、藝術群	53
●、醫護群	55
◎、技職教育網路資源	57

長久以來，配合社會發展及產業快速更迭交替，臺南市根據大數據及產業分析，培育國家所需專業技術人才，創造合適環境予產業發展，日趨成熟之技職教育功不可沒。

因應社會及科技轉變，臺南市傳統產業面臨了凋零危機，轉型或跨領域結合等具多元經營模式之人才成為傳統產業永續經營的關鍵；而新興技術或科技產業，更是需要相對應之技術或科技專業人才，才能夠促進臺南在地經濟發展，因此臺南市開發優質三生一體之產業園區，提供優質投資環境，另提供數位就服平台，縮短媒合時程，並聯合轄區內高中、職學校及全國大專院校建構青年就業服務網絡。辦理多元人才培育訓練，縮短職能落差，針對不同市民需求及產業類別，因地制宜辦理多元訓練課程，以縮短參訓者職能落差，提升職能促進就業。

在技職教育方面，臺南市配合教育部技術及職業教育法規及綱領，規劃本市技職教育，除了於市府勞工局、經濟發展局等單位推動青年事務外，更特別設立「青年事務委員會」，邀請本市18歲至40歲、關心臺南在地議題、具參與公共事務熱忱的學生或社會青年，以有效整合青年資源及研析發展策略為目標推動青年政策。但因臺南市目前僅轄管市立高中及公私立國中以下學校，因此積極發展技職教育中之「職業試探教育」，每年規劃技職博覽會、暑期體驗課程及營隊，提供國中師生認識技職教育，並提供學生生涯探索。

未來技專校院階段，將是國中學生職業選擇重要關鍵，本技職教育宣導成果手冊，簡介國中技藝教育16職群內容，並列出所對應技術型高中及五專升學進路之相關科系，更展現了本市學生在技藝教育上之成就，以提供本市莘莘學子能夠於日新月異的社會中探索及開創自己的道路。

市長 **黃偉哲**

傳統社會中，因為士農工商等傳統刻板印象及徵才制度，技職教育長期被忽視，但為了培育相關產業技術人才，教育局積極推動技職教育，亟待翻轉傳統教育觀念。

臺南市在十二年國民基本教育及 108 新課綱基礎上，落實以學生學習為主體之適性教育，持續推動（非）學校型態實驗教育、領域融入英語教學，打造前瞻智慧學習教室，應用資訊科技於互動與創新教學，成立科學社團，辦理科學營隊；擴增數位機會中心服務功能，普及終身學習管道；強化本市技職發展環境，結合產、官、學界資源，延伸產業人才在地發展趨勢，開辦技藝專班及抽離式技藝教育課程，輔以專業知能適性輔導，規劃辦理技職博覽會、暑期國中小師生認識技職教育體驗活動，以協助本市學生瞭解自我性向，培養其正確的職涯觀念與態度。

為實踐及規劃本市技職教育，提供學生更完善生涯探索進路，以及相關國中技藝教育與技職科系等資訊予國中學生，教育局特彙整本技職教育宣導成果手冊，內容除了包含國中技藝教育職群簡介、技藝教育職群對應技術型高中及五專之相關科系列表等學生生涯輔導資料外，更分享本市 108 學年度國中技藝教育競賽第 1 名學生之獲獎心得或小故事，希冀更多學生閱覽後，也能夠在技職教育道路上，發展自己的未來，開創非凡的成就。

局長 鄭新輝

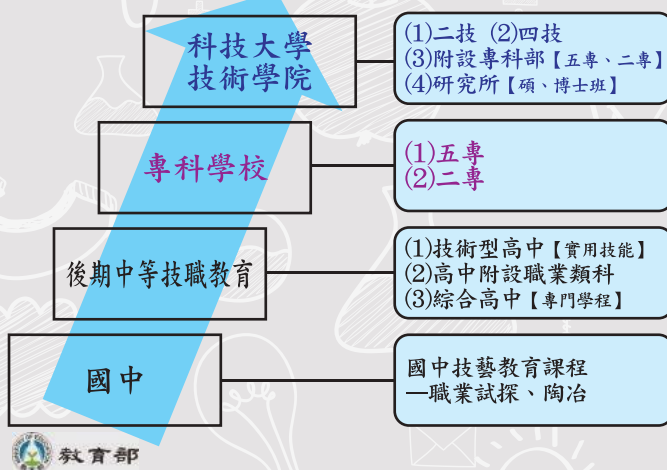
技職教育相關法規

依據教育部技術及職業教育法及相關法規規定辦理，詳細法規規定請詳教育部技術及職業教育司網站 (<https://depart.moe.edu.tw/ed2300/Default.aspx>)。

技職教育學制

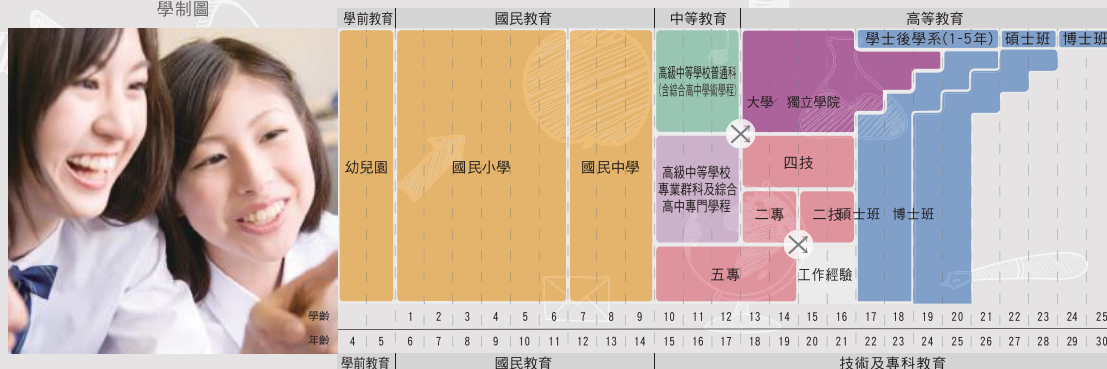
技職教育涵括中等教育及高等技職教育兩大體系。中等技職教育體系包括國民中學之技藝教育課程，及技術型高中、普通高中附設職業類科或綜合高中專門學程。高等技職教育體系包括專科學校、技術學院及科技大學。

技職教育學制



(取自教育部技術及職業教司網站)

學制圖



(取自中華民國技術及職業教育簡介)

技職教育發展特色

(一) 培育專業師資及人才

依據教育部2018年出版之《中華民國技術及職業教育簡介》，技職教育師資可依技術教學需求，聘請業界專家協同教學，以雙師制度，共同規劃實務專題，促使技職教育與產業接軌。技職教育課程除以專業實務技能培訓為導向，並鼓勵學生透過專題及創意製作參與各項國際競賽展現所學。

(二) 推廣產學合作機制

技職教育重視學校實習到產業實作人才的接軌，政府、企業及學校相互合作，辦理學生實務技術實習課程或產學合作專班學程，使學生得以建立正確工作態度、適性發展及提升就業專業技術能力。



設計繪畫練習

(三) 營造科技發展環境及國際交流場域

為創造未知產業與商機，促使技職教育人才具備創新思考與實踐及跨領域整合能力，設立自造實驗室，提供先進、完善的數位自造硬體設備與軟體資源。以「以人為本、雙向交流、資源共享」為核心目標，與國際學校進行實質的教育交流，營造雙語化的校園環境。



多媒體繪圖應用



食品製作體驗



飲料調製教學

自100年臺南合併以來，原臺南市及原臺南縣國中技藝教育課程逐漸整合一致，並且依據教育部「國民中學技藝教育實施辦法」、「國中技藝教育課程大綱」及「教育部國民及學前教育署補助辦理國民中學生涯發展教育及技藝教育相關經費作業原則」規定，由國中洽詢學校、業師專家或職業訓練機構合作辦理技藝教育課程(含抽離式及專案編班)，截至自101學年度迄今，共開設2,165班，計4萬1,071人參與。

除國中技藝教育課程外，教育局另於暑期辦理國中小師生技職教育體驗活動、博覽會等活動，提供國中學生多元試探國中技藝教育各種職群課程活動，並於本市公私立國中推動生涯發展教育，透過辦理心理測驗、性向測驗、技職達人講座、生涯輔導課程（含志願選填輔導等）、技術型高中及產業參訪等試探體驗活動，提供學生探索未來之參考。



家政按摩體驗



美工設計體驗



汽車基本結構說明

黃柱正**臺南市108學年度國中技藝教育競賽
動力機械職群機車修護主題第一名**

學校：太子國中

小故事分享：

參加技藝課程讓我有基本原理概念和實際操作經驗。在學習過程中，我一度落後，尤其學科方面備感壓力，常常搞混原理概念，眼看大家都那麼強，心想要進入前三名談何容易？唯有更加用心才能迎頭趕上！不愛念書的我，因為濃厚興趣，以及不服輸的個性，終於靜下心來加強學科的不足。補強了學科，也間接讓我的實作更得心應手。

我始終相信自己不比別人差，「只要肯努力，第一名非我莫屬」的信念，是推動我前進的動力。我想透過這個比賽讓別人對我刮目相看，讓家人與有榮焉。這些念頭有如機車燃料，引燃著我的熱情與堅持。

當比賽結束、公布成績的那一刻，我竟有種作夢的幻覺，沒想到我真的做到了！「不怕慢，只怕站。」只要肯努力，即使起步比別人慢，依然可以有意想不到的結果。未來我將朝興趣與目標，持續前進。



姜鳳

臺南市108學年度國中技藝教育競賽(專班)
動力機械職群機車修護主題第一名

學校：南寧高中

小故事分享：

國二時知道技藝專班有動機班時，可以學習機車修護和汽車修護時，我很開心，因為我很喜歡學習這兩項專業技術，尤其是機車修護是我未來想要的目標，因此就參報名參加。開始上專班課程後，我發現自己在學習機械原理時較難理解，但開始搭配實作項目後我能逐漸理解機械的概念，即使有些面向對我來說仍然困難，我仍努力學習。

學校在遴選技藝競賽選手時，我熱切的希望自己能入選，但是有題庫200題，當時我

很焦慮能否背好，所以我一直認真背誦，畢竟想當選手就要用盡全力。後來很幸運的獲選，我一樣努力準備比賽時的筆試，但有些真的背不起來，師長同學鼓勵我要加油，所以我一直想辦法讓自己能夠越背越好。學校老師們也會抽考題庫做為加強，讓我們可以更加熟悉。離比賽日期越來越近時，我更是緊張，因為認為自己筆試實力還是不太夠，還好在實作方面我較有自信。

比賽當天我們很早就到會場，比賽開始講解完，先抽筆試題號。筆試時，我有些緊張，怕自己忘光了，考完筆試我仍認為自己一定錯很多，心裡有些失落。下午開始實作測驗，原本有信心的我，突然心情非常緊張。我希望我可以冷靜，卻好像冷靜不下來，開始有點慌，比賽結束我是第三個完成的選手，看著前兩位選手游刃有餘的樣子，真是讓我焦慮。

回家的路上，我依然不斷地回想著比賽的片段，覺得自己好像忘了很多步驟跟題目，心裡整個一團糟，想著我沒希望了吧！

過了幾天，得知自己竟然是第一名，我興奮到手舞足蹈。謝謝家人在我挫折氣餒的時候全力挺我，感謝班導梁慧芬老師、高職端指導老師國輝老師、欣宜主任，以及陪伴我的同學們，真的好感謝這麼多協助我的力量。

未來我的目標是想進入臺南高工汽車修護科，畢業後成為機械修護工程師，我會努力地朝自己的夢想前進。



吳佳恩**臺南市108學年度國中技藝教育競賽
動力機械職群汽車修護主題第一名**

學校：大成國中

小故事分享：

一開始，我其實對動力機械職群沒有太大的興趣，也沒有想過未來要選這個科系，就只是想多了解這個職群，也趁機探索自己的潛能，但是當我練習久了之後，慢慢的我在裡面找到成就感，這讓我想更加深入地去了解它。

比賽前我常常到華德工家的動力機械教室練習，一練就好幾個小時。一開始我什麼都做不好，連最基本的輪胎拆卸和彈簧組裝都弄不好，就只知道快，卻不得其法，以致

於常常事倍功半。

相信一定有很多人會說為什麼一個女生會想去做這些粗活的工作，其實我也曾因為速度不如男生，所以有好幾次練習時心情都很低落，也想過要放棄。但華德的老師不斷地告訴我說：「學習任何事情時，都不要想去求快，一步一步的慢慢來，速度自然就帶起來了。要先把不熟的地方反覆地練習，然後在去做下一步。」是老師的這番話，才讓我找到學習的信心，除此之外，不管是帶隊老師、班導還是爸爸媽媽也都不斷鼓勵我，給了我很大的勇氣。

比賽當天，我很緊張，我怕在比賽時會因為一點小失誤而失分或喪失比賽資格，所以我特別謹慎。在比賽的過程中我告訴自己要保持平常心，告訴自己不要求快，務必做到最好。最後終於獲得第一名的好成績，我真的很開心，也很感恩。能得到這樣的好成績，我非常感謝所有教導我和一直支持著我的老師、爸爸媽媽，還有和我一起華德練習的同學，謝謝大家陪我走過這段學習的冒險之路。也希望自己將來在高職動力機械這個領域有更好的學習與發展。

黃丰澤

臺南市108學年度國中技藝教育競賽 機械職群識圖與製圖主題第一名

學校：六甲國中

小故事分享：

剛開始上技藝課程時，發現機械製圖是需要有好的空間感做基礎，透過算數學與角度，還有特殊工具來完成繪圖。在學習的過程中，我發現自己對於這個部分可以理解，且覺得繪圖很好玩，越上覺得越有興趣。當老師在選選手時，我就舉手爭取，很開心最後可以錄取成為選手。

在成為選手到比賽前，我一直認真寫題庫，每天中午一直練習題庫，每天都覺得很緊張。在術科方面，把握每次的技藝上課，以及配合高職老師安排集訓時間練習。到了比賽時，因為有一點點緊張，所以我就把握等待比賽的時間練習題庫，來消除緊張感。

比賽後，看完自己畫的圖知道自己是第一名時，感覺很有成就感，也很開心。我知道努力不一定會成功，但要成功就一定要先努力。這次比賽透過認真的準備，能有不錯的名次，真的超級有成就感，很謝謝老師們的指導與陪伴練習。



郭書丞**臺南市108學年度國中技藝教育競賽
電機電子職群基礎電子主題第一名**

學 校：民德國中

小故事分享：

我從以前即對動手操作的電子機械類感到好奇和興趣，在國中一二年級的職涯試探中更確定我的目標，所以在技藝課程就以電機電子職群作為我的第一志願。在這一學期的研習中，讓我獲得許多意想不到的收穫，對未來的方向有較清楚的瞭解。我很幸運能獲得老師的肯定被選為選手進行訓練。

當我一知道後，即開始準備我的學術科，例如學科方面，學校有進行多次模擬考，

我每一次都會把握機會參加，盡量拿到滿分，雖然內容對我而言，非常艱澀難懂，但我一有時間就開始念題庫。至於術科方面，慈幼工商對我們很用心教導，除了統一集訓，還可以登計額外時間。不僅如此，民德也允許我們利用午修進行練習，只要我們願意練，就提供材料和時間，特別的是在比賽前一週，去年得獎的學長特別回來指導和鼓勵我們，讓我充滿鬥志。

我很開心能夠在這次的技藝競賽中，拿到第一名的成績，很感謝師長們的鼓勵及指導，在學習中或許會遇到挫折、失敗，但每位師長都會給予鼓勵，加油打氣，讓我更加有信心上進。這些種種的回憶依然歷歷在目，相信這些回憶會一直烙印在我的腦還海裡，將會成為最深刻的回憶。最後，感謝師長的指導和鼓勵，也真心誠意地希望最後能夠參與到甄審，進入理想的第一志願。



蔡宛余**臺南市108學年度國中技藝教育競賽(專班)
電機電子職群基礎電子主題第一名**

學校：新化國中

小故事分享：

在一開始接觸電子這個科時我其實沒什麼太大的興趣，因為第一次焊接的時候，我整個焊的歪七扭八甚至沒什麼耐心，時常說好難好煩這樣的話，可是經過幾次的焊接心裡覺得焊東西就好像做出一個有趣的作品，有時候作品還會叫，這種感覺好像是經過了一些努力而聽到完成的聲音呢！

十一月的時候開始選競賽的選手了，當我被選上當選手時我很開心，但當時我其實沒什麼信心覺得自己可以拿獎，因為我們專

班只取一名也就是第一名……因為我們班上有一位他在焊接這個項目非常強，所以當時就算贏了別的國中也覺得第一名不是我的。

比賽前幾週要去集訓我看見了很多抽離式班級國中的漂亮的焊接，心裡想他們是在比美觀還是比速度啊？不過看到大家的努力覺得自己也要加油！我媽常常在我練習的時說多做練習一定會更快，而且比賽時不要緊張，我在家有空就來焊接，一直想著努力一定會有成果！

到了比賽當天我雖然有點緊張而且出了錯誤，但最終還是全力以赴的把比賽完成了！回家看到成績我真的不知所措，跑來跑去又不敢相信的去跟家人分享我的名字竟然在上面！

我覺得這次的比賽很有收穫學到了不少東西，而且也很謝謝幫我集訓的老師教導我！讓我了解到一開始不喜歡的事情並不是真的不喜歡，而是要實際去行動試著了解！

陳恩璋**臺南市108學年度國中技藝教育競賽
商業與管理職群文書處理主題第一名**

學校：後甲國中

小故事分享：

我一直對未來沒有什麼想法，但是參加了技藝教育課程後，我開始有了改變與動力。

當初會選商業與管理這職群是因為我的好朋友填了這一職群，以及這職群是以電腦為工具，這與我小學常使用電腦的習慣不謀而合，其實我也不知道是不是我的興趣。等到我真正上課後，這職群進行商管方面的知識與技能的訓練，而且學的東西上高中職後在每一科系都是需要使用到的技能，我覺得好高興，也很幸運。

因為我打字很快，也有可能我在電腦方面有天份，很快地我被選為技藝競賽選手。我不是一個個性很積極的小孩，練習過程中，老師、父母不斷的鼓勵我，使我漸漸有了目標，就是我要得獎，因為我想用我擅常的技能去做為日後升學的管道，也就是技優保送，這樣我也不用因為要跟大家拚會考，課業壓力就變得很重，因為升高中並不是我的興趣所在，我明確知道我要走「一技之長」之路。

經過了技藝教育課程、技藝競賽的洗禮，我對自己的能力又多了一些了解與認識，也讓我對自己的生涯選擇有更大的信心與肯定，不是「我做不到，而是我要努力去做」。我想，無論我將來遇到什麼挑戰，我也會盡我百分之兩百的努力去達到讓我自己滿意的目標。

林展祐

臺南市108學年度國中技藝教育競賽(專班) 商業與管理職群文書處理主題第一名

學 校：大成國中

小故事分享：

剛開始練習打字時，只是單純希望在玩遊戲時，可以加快傳訊息的速度，沒想到老師因為我打字速度的關係，選我為技藝競賽的選手！當下真的非常震驚。

本來以為距離比賽還有很多時間，所以在家時練習打字時，經常偷偷玩電腦遊戲，直到後來老師提醒比賽日期已經快到了，我才恍然大悟，加緊練習。不過雖然知道所剩時間不多，仍抵不過自己最愛的遊戲。時間漸漸的過去，連到最後練習文書處理時，仍常常因為一小部分沒做好而被扣分，直到比

賽前夕才把全部的題目給做好。

到了比賽當天，本來不抱任何希望，只想說好好的把比賽給完成，沒想到比賽完回到家時，老師傳來訊息，說我得了第一名，當下我還半信半疑，直到老師把得獎名單傳給我，我才相信這個奇蹟。

在準備技藝競賽的期間，老師、組長不斷的督促學科的練習，還有多次的模擬測驗。在比賽前兩天，臺南海事的老師甚至犧牲假日的休息時間，幫我們加強術科的操作，如果沒有這些老師的耐心教導，我根本不可能可以得到這樣的獎項，非常感謝學校老師及臺南海事老師的細心教導，經過這個比賽經驗，我對自己的能力更有自信，也了解只有認真努力才有機會成功。



朱怡慈**臺南市108學年度國中技藝教育競賽
食品職群中式麵食主題第一名**

學 校：民德國中

小故事分享：

想當時參加技藝課程，是為了尋找自己未來的志向，和五專加分。沒想到在上了幾堂課，我被告知並徵詢是否成為技藝競賽的選手。我很高興被師長肯定，並開心向家人分享我的喜悅。

之後，術科考試抽籤結果出爐，整個人都快昏了過去，因為比賽的項目居然是最難的---菊花酥。但為了比賽，我很積極準備和練習，非常感謝指導我們的慈幼工商，提供

無限量的材料、場地練習和專業的指導。而在練習中，也交到了有相同志向和目標的朋友，彼此鼓勵與打氣。在自主練習前，老師通常會先教我們撇步，而我們就在旁邊觀摩。剛開始自主練習時，我還沒將步驟記得一清二楚，所以一直無法完成作品，心情有點低落，但自我激勵，利用在家時間，比別人多幾次的練習機會，和朋友分享自己的成果！我也會常常去看其他人做的成品，看到別人的優點，將它學起來；看到別人的缺點，用來惕勵自己。

比賽前的晚上，在睡前round過一次做菊花酥的先後順序。但一進到考場，我緊張到爆炸，而且有些器具和練習時不一樣，有點驚慌失措。然而我告訴自己，定下心來，將其他考生視為陌生人，專注在完成作品，當最後階段進入烤箱，清洗桌面，等待熟成，提交成品，時間只剩短短幾分鐘而已，可以算是壓線過關！當晚，成績公布在網上後，我驚訝發現自己的名字在第一個，居然是第一名，我開心尖叫和家人分享。很慶幸這段時間的努力，沒有白費，也獲得評審師長的肯定與認同，在這段時間也獲得許多難得的寶貴經驗。



王琬琇**臺南市108學年度國中技藝教育競賽(專班)
食品職群中式麵食主題第一名**

學校：六甲國中
小故事分享：

我原來是體育班的學生，因為對專班所開設的食品職群感興趣，評估過自己的狀況後，決定在國二下申請進入技藝專班。很开心通過專班遴選，國三時可以進到專班學習。在這個班級裡因為大家對技藝志同道合，很快就交到許多朋友，他們也對我超好的。在這個班級裡，我可以開心的學技藝，在開心的學習之下，技藝比賽也得到很好的名次。我覺得我做出申請加入技藝專班這個決定是對的。

因為我喜歡食品，我就很認真的上課，但有時候也有做不好的時候，但我不氣餒，把握每次上課，認真聽講、認真寫學習單、認真參與每一次實作。雖然我一開始不是實作最好的學生，但我把握每次上課，認真學習，並積極爭取當選手，最後因為自己的積極態度與作為勝出當選選手。

之後我就有配合輔導室的學科練習時間，利用中午去練習考題庫，同時也把握每次去中華醫事科技大學練習的時間。一開始練習的時候，難免會出錯，但後來有進步了，只是沒在時間內完成，因此我就在思索如何在時間內完成。但第二次去練習的時候，是佩真老師陪我們去，老師她有丙級證照，那時候想說什麼時候要加水，結果老師來跟我說要在它成糰前加水，這樣就不用揉很久了，真的，而且我還在時間內完成，後面的自主練習也越做越上手。除了去中華醫事科技大學練習外，我也利用週六參加烘培社團以及在校的課餘時間的自主練習術科，增加手感，希望熟能生巧。

到了考試那天，我早上起床是生病的狀況，但我還是去參加考試，幸好考術科的時候沒有不舒服，一開始我還很慌張我要幹嘛，但後面我就漸漸抓到手感，本來我是第二個送進烤箱的人，但因為老師說過不一定要烤滿25分鐘，所以我是第一個完成，之後把工作臺整理好，就把成品送上去，還要跟成品一起拍照，這樣就比完了。心情整個放鬆下來，隔天我去網頁看成績，看到我第一名，整個超開心的，謝謝老師們看好我，也謝謝我自己。

薛宇城**臺南市108學年度國中技藝教育競賽
食品職群中式米食主題第一名**

學 校：忠孝國中

小故事分享：



在參加技藝課程始業式時，聽到輔導主任說若上課表現良好就能獲選為技藝競賽選手，比賽得名後，還能以技優生的身分被薦送到公立高職。這個訊息對於成績不佳的我，實在是個很棒的升學管道，因此，從第一堂課起，我便很認真地學習，記筆記，終於通過校內初選，取得技藝競賽選手的資格。集訓的過程中，我每天除了努力地把考古題背得滾瓜爛熟之外，假日我還會到高職找指導老師現場練習。這次的比賽題目是「油飯」，一開始做的很不理想，不是太鹹，就是味道太淡；好不容易味道對了，但賣相卻不佳，無法勾起人的味蕾。經過不斷地練習，技巧也純熟許多，慢慢能做出令自己與別人都滿意的「油飯」。比賽當天，我的心情非常緊張，拿著鍋鏟的手不聽使喚的狂發抖，我閉上眼睛告訴自己：「把意志力集中在做油飯這件事上，你一定能做出令評審滿意的作品！」比賽成績公布後，我欣喜若狂，除了感到喜悅之外，也很開心自己沒有辜負老師們的期待。

李祐甄

臺南市108學年度國中技藝教育競賽 食品職群烘焙主題第一名

學 校：民德國中

小故事分享：

我生長在一個烘焙的家庭，從小就耳濡目染的看著爸爸製作精緻華美的蛋糕，看著姑姑靈巧的手指把一個個的麵糰便成一個個小胖子，看著奶奶把一球球的豬肉包進麵皮裡變出一個個包子，我覺得很神奇，從小就很喜歡DIY的我，常常在爸爸的細心指導下做出美味好吃的點心，烘焙對小時候的我就像魔術一樣奇幻，因為麵團可以做出很多有趣好玩的東西，因為這樣才讓我對這個行業充滿好奇心。



在國二的社團課我選擇點心社，也被選為社團班長，讓我對於烘焙已經有了基礎的認知，我也積極參加學校舉辦的校外參訪，想對食品職群跟餐旅職群有更深入的了解，並在國三我選擇了慈幼的食品職群，在這期間我努力學習技術，也不斷的充實自己的學科，在比賽前幾個月我無時無刻都讀書，每個禮拜都從早上六點半做蛋糕到九點，我每做出一盤蛋糕每捲得一條戚風捲都要試吃、比較，錯了就要改正，做出來的蛋糕才會一盤比一盤好。

在比賽當天，我真的好緊張，但進了考場我想起家人跟我說用平常心，表現出最好的自己，拿出自己的實力，當天晚上爸爸媽媽陪我等待成績公布，成績公布的那刻我留下了眼淚，這時才知道，努力終究有回報，要相信自己可以。

我用我的成績證明我自己的實力，這一路來我走得很辛苦，但我也在辛苦的過程中收穫很多，我很開心這一路支持我的老師和家人，因為有你們的支持我才能一直堅持下去，也朝我的夢想更進一步了。

郭歆淇**臺南市108學年度國中技藝教育競賽(專班)
食品職群烘焙主題第一名**

學校：南寧高中
小故事分享：

當初加入技藝專班的時候，本來只是想學一技之長，但聽說可以藉由技藝競賽考取學校，就決心要努力試試看。這一學期以來，在老師的指導下，一步步的學習烘焙知識，直到老師要遴選選手，這幾個月學習要派上用場了。於是我努力的練習，展現我這陣子的學習成果，很幸運地被選上了，終於辛苦是有代價的。老師告訴我們選上選手就要開始接受魔鬼訓練了，要辛苦一陣子了，練習、練習再練習，直到比賽的到來。

比賽練習期間，每個選手都很認真的練習，老師們也努力的教導我們，在練習當中的失敗，我們都謹記在心，一次次的失敗，一次次的成功，都是為了我們將來的打算，一整天下來的練習，也只是成功的一小步，雖然辛苦，但想到未來的目標我們還是堅持繼續，互相鼓勵彼此。

比賽前一天，心情更是緊張睡不著，腦海裡不斷地轉著蛋糕的步驟和學科的題目，默默地祈禱自己明天不要太緊張，步驟不要做錯，學科不要忘。只要撐過明天，就不會再有壓力了！

比賽當天，心情沒有比較放鬆反而心情更是緊張，手腳都不自主發抖，但心裡只想到，練習時的努力、老師的教導，萬一被緊張影響不就白費了。於是比賽開始前，我不斷的深呼吸，不斷的告訴自己放輕鬆，要把考場當作練習時的教室一樣。開始比賽，雖然仍然緊張，但幸好所有的材料、所有的步驟，都記得很清楚，節奏也沒有亂掉，烤出來的蛋糕也沒有破掉。雖然不知道結果如何，但看著烤出來的成品，覺得這些日子的辛苦值得了。

榮獲第一名，真的很感謝老師的指導，訓練過程中不厭其煩的教導我，每字每句我都謹記在心。謝謝班導梁慧芬老師的支持與鼓勵，因為她的鼓勵才會有今天的我。謝謝我的家人，鼓勵我支持我。尤其謝謝姑姑，為了讓我比賽還買了一台攪拌機給我，讓我在家練習的時候可以用。謝謝你們的陪伴，在練習當中過得辛苦，也過得快樂，謝謝你們，能拿到第一名真的真的很開心。

未來我想當一位烘焙師，運用我的獨特風格和創意，開一家屬於自己風格的店。我知道這是一項很大的考驗，未來的路也還很長，現在也還只是起步，但我會繼續堅持我的夢想，開創一條烘焙的路。

廖婧頤

臺南市108學年度國中技藝教育競賽 設計職群電腦繪圖主題第一名



學校：後壁國中

小故事分享：

國二下時，在技優人員頒獎典禮上，看著學長姊一個個上去領獎，我的熱血就上來了，熱愛繪畫的我，替自己立下目標，要以學長姐為表率，在心裡宣示：我也要當上設計職群電繪選手，像他們般優秀！所以後來要填寫技藝課程時，我二話不說馬上就填了設計職群。

在技藝課程中，我將所有的功課都盡力做到最好，為了就是要讓老師看到，我不僅有興趣，更有能力去參加技藝競賽。最後當我知道我被選為了選手，我超級開心！但是艱苦的訓練之路就開始了。

訓練期間，每天中午不午休是常態，但之前在學校就有參加其他比賽，基本上每天也是中午都不能休息，所以我可以很快的適應。而這之前就有接觸過電繪一段時間，軟體上手沒甚麼難度。但在剛開始時，還是有點挫折的，稿子會被退回、顏色不對等等，種種問題都讓我感到些微失落，但我不會被這些問題打敗的！重新提起精神，就繼續我的練習！稿子除了在一開始的很常被老師大修改以外，後來就越來越上手，品質也愈來愈穩定，所以老師對我有很大的肯定。而我甚至還有空閒時間可協助教導其他選手電繪技術性的問題。

就這樣到了比賽日期，當天我真的非常緊張，飯都吃不下，全身都不舒服，連術科、筆試都考完了都還在很緊張的情緒下，一直跟我亦敵亦友的夥伴抱怨自己「我畫的不夠好啊！」、「我好緊張喔！」等等的，他們應該也快被我搞瘋了。我用了50%緊張、50%專注撐過了比賽，以前參加其他比賽都沒這麼緊張過！但知道名次的當下我還是很開心、興奮的，眼淚都差點掉了下來，心中的大石頭瞬間就放下了，可是心還是撲通撲通地一直在跳啊！有一段時間我都不敢相信第一名是屬於我的！

我在這次比賽學到了很多，例如：如何調適面對大型比賽的心情。我也更清楚了解我未來的路到底要如何走下去。我知道我跟設計的緣分是密不可分的了，我就是為了設計、創造而生，我要在這條路上，走出一段屬於我自己的故事！

蔡孟洧

臺南市108學年度國中技藝教育競賽(專班) 設計職群電腦繪圖主題第一名

學校：大成國中

小故事分享：

第一次接觸電腦繪圖，聽過老師簡單介紹後，覺得這是個簡單又有趣的東西。此後每次上電腦繪圖課我都非常的認真，心中一直希望可以被選為選手。得知有被選到當選手，心裡超開心，每天都努力的練習。因為不知道當天會抽到哪個題目，所以我把「農夫市集」和「夏季國際旅展」這兩個題目不斷的練習和修正，務必把圖形、色彩都練到相當熟悉及完美。

比賽當天超緊張，人很多，評審一臉看起來很嚴格的感覺，到了抽題目時更緊張了，最後題目確定是「夏季國際旅展」，也是我覺得最難的，但圖形和色彩也是我練得最多次、最熟悉的。到了比賽教室時，壓力更大了，比賽完後，緊張難熬的就是等待成績了。到了下午公佈成績時，知道我是技藝專班組第一名時，那種感動是沒辦法用言語形容的，真的很感謝一路鼓勵、指導我的所有老師們！



王淑涵

臺南市108學年度國中技藝教育競賽 設計職群基礎描繪主題第一名

學校：永康國中

小故事分享：

我從小的興趣就是畫畫，到了國中也是一樣，很高興學校有技藝課程，光華的設計職群真的讓我學到了很多專業知識，當知道自己被選手技藝選手後，很興奮又期待，開始訓練時，幾乎每個禮拜都去練習，寒假也不例外，因為這次的競賽題目較特別，所以提早抽了，結果很不幸運的抽到最難的那題，沒有任何方法但也只能一直練習，練習的過程中李忠勇老師也常常送小點心給我們，也給了很多鼓勵！光華高中的王老師也很用心的教導我們，學到了很多技巧！1/31那天我畫得比練習時快了一小時，當天很冷又很緊張，所以可能腎上腺素爆發了吧！等到了公佈成績那刻，心臟都要停了，聽到第一名是我，真的開心得都要跳起來了！經過了總共約80小時的練習，覺得一切都值得了！很謝謝指導我們的光華高中王老師、雨蓁老師及永康國中的李忠勇老師。



蔡涵妃**臺南市108學年度國中技藝教育競賽
家政職群美容主題第一名**

學校：南寧高中

小故事分享：

這次的比賽準備過程其實有些轉折，一開始我並沒有想要去比賽的想法，所以老師邀請我參加美容比賽，覺得自己沒有辦法一邊兼顧課業一邊準備比賽，怕自己會應付不來所以就拒絕了老師。

隔了一週老師仍建議我參加比賽試試看，讓我又重新思考關於參加比賽這件事，猶豫了很久，想說給自己一個機會，決心要參加。原本我以為自己是參加美容競賽，但老師們卻建議我參加美髮的比賽，當下的心情

其實非常的失落，因為我比起美髮更喜歡美容，但美髮老師如此看重我的能力，我也不好意思跟老師提出，就決定硬著頭皮去參加。美髮練習了兩週後，學校的帶隊老師發現了我的心思，老師與我討論參加美容與美髮的差異及優劣勢，然後讓我選擇，但我當下想都沒想立刻說「我想選擇美容」，雖然我已經落後兩週，但我還是想要朝我有興趣的去比賽。

比賽前的集訓其實還蠻有趣的，雖然辛苦，有時候畫的不太好會很挫折，但隨著練習時間累積，發現自己有慢慢進步的跡象，被老師稱讚時，真的非常開心非常有成就感呢！到了比賽前，我的心情又更加緊張了，而且我先前練習時一直超過指定時間，很擔心沒辦法好好完成，但奇蹟似的，在最後兩次訓練，終於都在時間內完成了，真的很慶幸！

比賽當天我依然很緊張，也出了一些小狀況，畫的圖也沒有我預想中的好，從比賽會場出來時心情挺失落的。但出乎意料的，我得獎了，而且竟然拿了第一名，我完全沒想過自己會得名，一直到現在都覺得好像作夢。

現在回想起來真的很慶幸自己參加這次的比賽，讓自己學到了很多，也跟另外兩個隊友締結友情，真的很開心。非常謝謝每個幫助我們的老師，尤其是訓練我的指導老師，真的非常感謝她犧牲自己的時間，不斷的協助我、訓練我，我才能有這麼好的成績，這次比賽對我來說真的是個非常棒的經驗，我會好好記得這段奇幻的經歷，把它當成成就未來目標的養分，繼續努力。

曾譯嫻

臺南市108學年度國中技藝教育競賽 家政職群美髮主題第一名

學校：下營國中

小故事分享：

剛上技藝課程時，我完全不敢想像我是選手的模樣，直到測驗時，我才發現我好像有比別人多一點的天分。我當初選擇「家政」課程，原本是衝著美容去的，誰也沒想到，我竟然被選為「美髮」選手。對我來說，我對美髮興趣不大，不過我還是接受這挑戰，因為我並不是一個人人在努力。當初家人問我，為什麼沒興趣還要浪費時間在這上面，我只說了一句話，既然選擇了，就要做到最好。

在練習的過程中，我也遇過很多挫折，我也有一度想放棄，不過看著自己的夥伴也一樣努力著、還有用心指導我的老師、和朋友的鼓勵，我怎麼能這樣放棄呢？是他們給我的動力，真的很感謝他們。

到了比賽下午，成績出來的那刻，我當時真的覺得那些努力都很值得。



黃佩綺**臺南市108學年度國中技藝教育競賽
餐旅職群飲料調製主題第一名**

學校：延平國中

小故事分享：

國三時自覺學科成績不出色卻又有想上國立學校的心情，從輔導室宣導中得知技優甄選入學的管道是多一個入學的機會，於是我便在技藝教育課程中努力學習為自己爭取當選手的機會，因緣際會下，我被老師選上餐旅群飲料調製組的選手。

在每一次訓練中，我保持著或許這是自己就讀國立高職唯一機會的心態，不斷努力練習著，雖然在練習過程中我常感到挫敗、沒自信，還記得最後一次訓練時，光華指導老師勉勵我的話，讓我在比賽時帶著不想讓家人、師長以及自己失望的心情站上競賽舞台，比賽過程中也發生一些預期之外的事，也看到許多優秀厲害的選手，頓時覺得又緊張了起來，這份緊張的心情一直等到成績出來那一刻，拿到第一名的好成績真是嚇了我一跳，我立馬和師長、家人與朋友分享這份喜悅。

在這段練習期間我學到了許多事，像是要多給自己信心，唯有努力才能擁有機會，也謝謝一路走來指導我並陪伴我練習術科的慈涵老師，在校陪我練習題庫和帶我去比賽的昱嫻老師以及這一路上鼓勵我的人，最後也謝謝當初願意鼓起勇氣爭取機會的自己，在未來的技藝路上我會帶著大家的祝福和鼓勵繼續走下去。

王睿暄

臺南市108學年度國中技藝教育競賽(專班) 餐旅職群飲料調製主題第一名

學校：新化國中

小故事分享：

老師選我當選手的時候，既期待又害怕，幸好還有兩個同學陪我一起訓練，我就比較沒有那麼害怕了，過程中遇到了很多挫折，像常常忘記把東西拿回去放，時間都會來不及，也做了一堆蠢事，因此被學罵，經過漫長時間練習，就越來越熟練。到了比賽當天超緊張的，我就告訴我自己還有同學陪我一起完成這比賽，賽後公布成績時我不敢相信自己居然得了第一名，真的非常開心，我迫不及待得跟家人講，家人也替我開心。

老師與學姐的指導一切都值得了，能為學校爭光是我的榮幸，雖然我功課不好，不過經過這次的比賽也讓我有所成長，這次比賽讓我印象深刻，我要感謝指導老師與學姐，還有同學們的陪伴，讓我拿下好成績。



陳俞臻

臺南市108學年度國中技藝教育競賽 餐旅職群餐飲服務技術第一名

學校：中山國中

小故事分享：

在參加技藝教育課程前，我對餐飲和烘焙都很有興趣，到了三年級知道有技藝課程可以參加，有自己喜歡的科目也就毫不猶豫的去參加了光華高中的餐飲科。在課程裡面我最喜歡的是調飲，因為我是一個喜歡喝飲料的人，所以每次參加完調飲課程就可以喝飲料，老師在選選手時，我也非常驚訝被選為選手，到了之後要開始培訓，我本來有一天不能去但是很慶幸可以排出時間來練習。

比賽當天，我跟其他選手一樣緊張，很怕自己可能不小心忘記老師提醒的重點，在比賽過程中，腦袋一直想著老師提醒的事情，兩階段的考試結束，彷彿心裡的牽掛忽然之間煙消雲散了，到了公佈成績時，心裡想著一切順期自然就好，沒想到自己竟得出一個好成績！之後很慶幸自己能遇到那麼好的老師們，能夠抽出時間來培訓我，讓我在比賽中得到一個好結果，讓我在準備上高中的時候有了一個可以立定目標的方向，在我的人生中寫下一次令人難忘的回憶。



謝佩珍

臺南市108學年度國中技藝教育競賽 餐旅職群廚藝製作主題第一名

學校：昭明國中

小故事分享：

比賽前幾個月，技藝班通知要甄選比賽選手，我非常緊張很想被選為選手，又害怕自己實力不夠，於是我認真的上每一堂課，希望有機會被選為選手，當被通知確定在選手名單內，此時快樂的心情已經不能用言語形容。上課時，總是專注在旁邊練習，常常上完課腰都很酸，假日在家也是都在為競賽準備。曾經一度想放棄，因為練習過程真的很辛苦，後來透過不斷的練習，漸漸熟能生巧，料理食物越來越上手。比賽當天到達現場，超緊張的，大家看起來都信心滿滿，更使我沒辦法靜下來讀學科，一場一場的賽程結束，此時內心忐忑不安，即將換我上場了，當考卷發下的那一剎那，我屏氣凝神認真作答，坐窗邊的我看著窗外調適心情，考術科時超害怕我的順序錯誤，一直告訴自己平常心看待，直到比賽結束才真的鬆了一口氣。公布成績了，我趕快問老師結果，得知自己獲得第一名，不由得興奮跳了起來。我相信只要肯努力，人人都有可能成為第一名。



黃法融

臺南市108學年度國中技藝教育競賽 農業職群蔬菜栽培主題第一名

學 校：仁德國中

小故事分享：

一開始，訓練的時候還蠻辛苦的，慢慢的在過程中，找到要用什麼方法去應對各種問題。在學科上反覆練習題目，加上老師們的用心教導，使得我在比賽過程中多了一份信心。

從學校出發到比賽地點，路途中我都是提心吊膽的，深怕在比賽時不能展現最好的狀態。在要公佈成績前，大家都非常緊張，不知道誰才是第一名，直到唸到我的名字的時候，震驚了一下，沒想到這次的比賽第一名居然是我，真是太驚喜了！

感謝陪著我們訓練、教導專業知識和用心栽培我們的老師，我想這一次的比賽，一定是我生命中最特別的一個旅程。

