

財團法人普仁青年關懷基金會
「大手拉小手」青少年引導計畫

「尖山之風·大將之風」

成果冊



單位：新北市尖山國中

單位主管：陳宜慧 電話:0988-134946

計畫主持人：錢姝君 電話:0912-829858

主要參與人員：郭耀文、錢姝君

中華民國 100 年 11 月 28 日

附表2

(A4封面格式)

財團法人普仁青年關懷基金會
「大手拉小手」青少年引導計畫

「尖山之風·大將之風」

執行計畫書

首次申請

曾接受本會_____年度贊助

申請單位：新北市尖山國中

單位主管：陳宜慧 電話：0988-134946

計畫主持人：錢姝君 電話：0912-829858

主要參與人員：郭耀文、錢姝君

中華民國 100 年 01 月 28 日

附表 2-1

學校基本資料表

單位名稱	新北市尖山國民中學		設立時間	78 年 9 月
單位屬性	<input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> 都會區 <input checked="" type="checkbox"/> 偏遠 <input type="checkbox"/> 特偏 <input type="checkbox"/> 原住民 <input type="checkbox"/> 離島			
校 長	徐淑芬	電 話	26781670 轉分機 10	
E-mail	suefen@tpc.edu.tw	傳 真	26782091	
通訊地址	新北市鶯歌區國中街 1 號			
學校網址	http://www.jsjhs.tpc.edu.tw/			
計畫承辦人	錢姝君	電 話	26781670 轉分機 41 手機 0912829858	
E-mail	tetsuell@gmail.com	傳 真	26782091	
學生屬性概況	<p>全校學生人數 <u>467</u> 人，每班 <u>31</u> 人</p> <p>低收入戶人數 <u>26</u> 人，佔 <u>6</u> % 外籍配偶人數 <u>15</u> 人，佔 <u>3</u> %</p> <p>隔代教養人數 <u>8</u> 人，佔 <u>2</u> % 單親家庭人數 <u>88</u> 人，佔 <u>19</u> %</p> <p>清寒家庭(不含低收入戶)人數 <u>51</u> 人，佔 <u>11</u> %</p>			
學校背景 與 發展特色	<p>尖山國中為新北市教育局認定之偏遠學校，本校位於鶯歌發展較為落後的地區，學生家庭背景大都屬於社經地位地落的階層，有三分之一的學生來自單親家庭、隔代教養、低收入戶，生活環境欠佳，參加武術隊的學生亦大都如此，經濟環境較佳的學生可謂極少數。</p> <p>在這樣不利的環境中，學校除了課業上的協助外，還申請舉辦多樣活動讓學生能展現自信，像是角力和武術隊。其中尖山武術隊便是本校發展特色中最不可或缺的一項。</p>			

附表 2-2

普仁「大手拉小手」青少年引導計畫 學校承諾書

本校 新北市立尖山國民中學 (學校全銜) 接受財團法人普仁青年關懷基金會「大手拉小手」青少年引導計畫贊助，願訂立本承諾書，承諾遵守下列約定事項：

- 第一條 本校承諾願意配合於基金會網站每月定時上傳進度報告 (如：靜態文字或圖片、動態影片或簡報檔等)，以供徵信。
- 第二條 本校承諾願意配合進行年中評估及年度結報工作，若年中評估未達評審標準時，基金會得暫緩或停止第二期贊助款。
- 第三條 計畫獲得核准贊助設備或服裝費用時，本校將願意在適當處放置基金會標誌及基金會名稱 (附表 5) 以協助推廣引導計畫精神。
- 第四條 本校承諾本計畫贊助款專款專用，於年度終核實結報經費及彙整成果資料一份。
- 第五條 本校願配合參與基金會相關成果展出，協助推廣引導計畫成效。

本校若有未依上述承諾執行之情事，願自動放棄各項贊助並繳回之前已贊助之經費。

學校單位負責人
(蓋關防或機關印信)

中 華 民 國 100 年 01 月 28 日

附表 2-3

執行計畫書

一、計畫摘要

擬以尖山國中武術隊為主，提升在校內武術隊練習與出外參與比賽所需基本武術器材，例如：苗刀或銅劍等，以期讓學生能在練習時間有足夠的器材使用，不讓練習因此中斷或必須等待使用，使學生有足夠的練習經驗，讓其在參與比賽時能發揮辛苦練習的成果，展現自己的潛能與成就，讓學生能夠從中獲得自信心、榮譽感，學著對自己的表現負責，進而擁有良好的學習態度和尊重別人的行為。

另一方面，由比賽中取得好成績或擁有得獎名次，在國三參與免試入學的時候，能以此武術能力為主軸，報名體育班，或其他相關類科；也可以一般生身份報名其他學校，但可以爭取到加分機會，以利國三學生未來升學發展時，能夠多一個機會脫穎而出。

二、計畫動機與目的

尖山國中地屬偏遠，校內學生家長的社經地位弱勢者眾多，許多孩子放學後很無聊，不像市區學生有安親班、補習班或是個人家教，孩子通常不知道能夠做什麼，家裡面也沒有人可以管教甚至陪伴，於是就在社區內到處亂逛，不會利用時間寫作業，沒有任何的後續學習，也不懂得培養休閒興趣或其他專長能力，就只是在浪費時間。而更危險的是校外亦有素行不良之團體（如：官將首、八家將等宮廟團體），常常集結在公園或是宮廟附近，等待學校學生放學後，就接近學生，有意要拉攏本校學生加入，給予金錢利誘或是透過免費香菸、毒品的控制，來招募新成員。常常會有學生就因為好奇、無聊，而開始和這些不良團體有了接觸，第一次、第二次……，久了之後，也就習慣於這些團體內的生活方式，接著漸漸的不常來學校，因為玩太晚起不來；來了學校，就發現學生可能染上不好的習慣，有了煙癮、網路沈迷、毒癮……等等，通常等發現這些外顯的不當行為時，學生就已經和這些不良團體成為「好朋友」，想要拉開學生與這些團體的距離，就變得好困難，甚至還會和學生起衝突，而接著，因為擔憂、關心，老師開始追蹤學生去向；而學生卻開始討厭學校老師的管教和叮嚀，於是不再來學校，變成校外的游離份子。當學校老師求助於家長時，等到的回應通常都是：「我要工作阿！很忙，沒辦法管他。」或是「我也管不動他。」最後，家長也不再接電話，也不再回應，都關機。於是，學校的中輟生就可能又多了一個……。

此外，有些學生雖然不會受到宮廟等不良團體的誘惑，但外面宮廟很厲害的是，這些不良團體份子的成員裡面總有人愛挑釁或很會挑起別人的情緒，就開始辱罵、嘲笑或甚至對我們的孩子動手動腳。一開始我們學校的學生很純樸，如果無

緣無故被罵了，就要反擊，被罵就要罵回去，但卻演變成更嚴重的口角紛爭，更可能就開始動手打架。在孩子心理面認為不出手很遜，但是若打人又會被處理，所以常常無所適從，就被這些校外因素給影響。尤其可以在學生天真的臉龐中所透露出對善惡不定的茫然及對自己力量的不了解，不懂得如何去面對所在環境，也不懂得找尋、發覺自己的能力，使得不敢反擊的學生就容易被長期欺負，而反擊的學生卻不斷的記過和被警告，聚眾鬧事。如此一來，卻讓這裡弱勢的孩子變成更弱勢，久而久之，甚至開始放棄自己。

期待透過這次申請來強化原有尖山武術隊的組織與設備，讓更多的學生在平日練習的時候能夠了解自己的能力和力量，消極面是保護自己不被校外的有心人士找上，被打、被欺負，因為武術可以防身；積極面則是讓學生知道他們是有能力脫離這樣不斷打架鬧事的環境，有能力不被騷擾，然後控制自己的情緒和行為，進而表現出該有的態度和學習表現。而在外的表演或是比賽中，讓更多有能力的學生可以透過公開的表演來建立信心，接受大家的讚美，進而修飾起自己的品行和注意起自己的學習成就。從中更可以經由比賽讓學生看到繼續就學的希望，即使目前成績不盡理想，但可以透過專才來繼續升學，由這個管道給他們更多平常無法用到的資源和機會。

三、 問題界定與需求評估

(一) 學生狀況：目前入隊男學生 31 位，女學生 6 位，共計 37 位。

1. 九年級 3 位男生：

三位都曾有打架、與老師爭執的狀況，其中一位還是在單親和低收入的家庭中長大。但如今其中兩位自從入隊以後再沒有發生打架滋事，而單親扶養的那位學生，更是認真學習，會主動問問題，成績漸有起色，任課老師皆稱讚不已。

2. 八年級 15 位男生，6 位女生：

其中八位男生有打架、破壞公物、與老師爭執等事，一位為單親、低收入，三位為家中經濟環境不佳。六位女生中一位有打架，三位為家庭經濟狀況不佳。

3. 七年級 13 位男生：

四位男生有打架、與老師爭執之事，如今有改善。

4. 整體統計：

	單親	經濟弱勢	原住民	低成就	心理諮商	外顯行為
七年級	0	1	1	2	1	4

八年級	4	8	2	11	0	10
九年級	1	1	0	3	0	3
統計	5	10	3	16	1	17
百分比	14%	27%	8%	43%	3%	46%

*備註：百分比為此類型學生占武術隊總成員之百分比。

(二) 平日練習困擾：器材、設備老舊

武術隊的成員練習項目範疇很廣，有拳術、棍、槍、刀……等等。會依照學生的興趣和他本身的能力來選擇適合的兵器來練習，練習一陣子後，學有專精或有一定程度後，才慢慢引進其他的兵器，讓自己更多才。所以不可能為每一個學生都買一個兵器，也不可能、不希望限定每一個學生都只能學一種兵器。即使是練拳術，身上其實也是要穿著護具，尤其當練習到對打的時候，學生更是必須要穿上的，以免打傷、摔傷。所以在這樣的情況下，校內的兵器就容易變成不敷使用的狀態，不然就要冒著風險來練習拳術對打。

目前練習所使用的道具都是武術隊成立後，一個一個買，一個一個留下來的，很多都已經使用多年，且因為武術器材並不普及，又帶有危險性，需要專業老師帶領才能放心使用，所以價格都偏高，當然學生就不可能自行準備，也不會有類似的替代物件可以用。最後就會因為器材數量不足，學生練習的時候必須輪流使用，使用的時候更要小心，不能摔到、撞倒，萬一弄壞、損毀了，下一個人就沒的用了。

(三) 寒暑期集訓問題：支出經費超出報名費用

武術隊傳統都會在寒假和暑假的連假中舉辦武術隊集訓，三天到五天不等，採集中住宿式集訓，全體住在學校的校長宿舍裡面，武術教師會全程陪同，但是生活起居的部分會要求要學生自行負責來管理，這樣的集訓目的有二：一是可以讓學生更多的時間來專心練習武術動作，二來是在集訓中，學生必須學會自己處理自己的生活起居，他要能自己準時起床到場練習，要自己整理住宿的環境，要能收拾自己吃完的廚餘、資源回收和洗碗筷，因為再也沒有母親或是父親會叫他起來、會幫他準備吃住，會做好家務、整理環境，全部都要學生自己動手維護自己的生活品質。而且在這樣密集訓練的過程中，更能學著如何與人相處，且是用尊重和包容的方式，因為長時間的黏在一起，這些血氣方剛、青春期的孩子就容易有磨擦，於是就必需學著如何尊重自己也尊重別人，不然就可能破壞友誼，甚至影響團隊默契。於是，學生開始學著獨立，以及和同儕相處，這些過程中武術教師都會陪同學生和引導學生，實際的去體驗和瞭解生活中種種小事帶來的意義

和影響，然後學著思考、學著做決定，學著如何去評估事情的狀況，然後做出一個最適宜的判斷，然後再回來思索這樣的下決定過程給自己什麼幫助，然後化為自己的能力，

未來就能夠擁有帶著走的能力，價值澄清與判斷。

在這樣的簡易但意義重大的集訓中，還是有些部分是學生需要負擔的，所以會向學生收取最基本的費用，只包含餐點和校內水電支出。可即使是這樣，由開始報名到集訓結束，仍然還是收不齊。每次集訓就是有學生是無法繳交，不是不願繳交。常想若我們硬逼學生繳交，不管家庭經濟狀況的困難，會造成怎樣的後果？所以，便選擇算了，不足的部分就由老師自己墊。可是，學生心理其實很明白，他沒有繳錢，他會愧疚、會難過，會在老師旁邊小小聲的說：「老師……，老師……。」不斷的叫你，卻又說不出什麼話。因為籌錢，真的超出他們現在的能力範圍。而這樣的過程，慶幸的是，有些學生會更認真練習、更珍惜機會；難過的是，有些學生就不敢說：「我要參加。」

（四）外出表演、比賽困境：高額團費負擔不起

當武術隊的學生練習到一定的程度之後，下一步就是希望他們可以越上舞台，進而參與大型比賽，得到殊榮。學生自己也會給自己一個期許，也會給自己一個挑戰，想知道自己的能力和練習的成效，也很想要展現給親朋好友、大眾們欣賞，接受表揚。所以校方積極的給予學生表演的機會，像是校慶、家長日、各類的活動場合都會請武術隊表演，但我們深知這樣還不夠，必須走到外面去。所以鶯歌鎮上附近邀請表演，武術教師都會帶隊去。這樣積極的帶領學生是希望能夠透過這些大型場合的表演，讓學生站上不一樣的舞台，展現自我、爭取榮耀，進而培養他們的自信心，尊重起自己，也開始尊重別人。但是，目前都只能限定在鶯歌鎮附近，因為若是太遠，學生出團的車資就會是一個阻礙。但這樣一來，其實失去了一些給學生機會教育的契機。例如在鶯歌鎮會讓學生去參與公益的活動，像是到陶瓷博物館表演，然後接著協助附近清掃、美化大街，瞭解環境衛生，也學習綠化環境。所以其實很希望可以讓學生走出鶯歌鎮，去其他的社福單位或是基金會裡面，做一些服務性的活動，像是到場表演、關懷老人、教小朋友打武術……等等。讓學生知道自己並不是最可憐的，也不用因為家裡的經濟狀況、家庭組織感到自卑或難過，相反的，自己是個有能力、有才能的人，學著付出，才知道自己擁有的更多。

而在參與比賽部分，也遇到相同的難題。即使在比賽的規劃中，武術教師已經篩選過，目前只報名值得參加的大型、正式的比赛，一年大約只參加四場重要的比賽。還是在每次要比賽之前，不斷的籌措經費和收報名費。武術比賽報名的方式是以項目類計算，參與一個項目就要五百到六百塊，而學生通常會參

與不只一個項目，還有團體的比賽再加上去，少的就要五、六百，多的則可能到一千出頭，對學生來講是一個很大的負擔，尤其又落在低收入或單親扶養的家庭時，常常學生會因為家庭經濟困難繳不起比賽報名費，不敢跟家長或老師說，自己忍痛不參加或偷偷暗自落淚。尤其學業低成就的學生很想透過比賽得獎，來獲得機會去參加體育班的推甄，因為那是個與他原本成績差距很大的學校，那唯一的機會，卻因為報名費，又讓學生再次的挫敗。常常指導教師自己偷偷幫學生出報名費，尤其是團報的部分，不讓學生知道或去分擔，但這樣的情況又能撐多久？有幾個學生？尤其一個比賽，需要的絕對不是只有報名費而已。其實校方常為提供學生參與比賽機會，增強其團隊榮譽感，而苦於籌措經費，而且最需要資助的都是基本必須的花費，像是車資、住宿、餐點。而有些很值得去的比賽，也因為團費實在太高，沒有辦法籌措，而打消念頭。

像去年就是一個很好的例子。去年四月時，武術教師帶領學生參加在台中的『全國中正盃武術錦標賽』，榮幸的尖山武術隊得到了全國青少年組冠軍。因此尖山武術隊成了台灣區的青少年組的代表隊，中正盃的委員透露，非常希冀我們的學生能代表台灣去參與七月大陸浙江舉辦的『國際傳統武術大賽』。這是何等的榮耀，給學生多少的希望和可以開拓多少的視野。但仔細思考下來，一個學生團費就要 2 萬，37 個學生就要 74 萬，還不包含當地的吃住以及其他開銷，校方才籌措完四月中正盃的經費，不到兩個月，又要想辦法籌出 74 萬，真的吃不消。於是，只好讓這樣的機會讓給別人，即使我們真的很想參與，即使我們認為我們的孩子最適合出席。等到了五月，沒想到同樣的事情又發生了，武術教師受邀請參與六月在大陸舉辦的海峽兩岸論壇武術比賽。真的替我們的學生感到倍感榮幸，能由不同的單位再度邀請我們的孩子出外比賽，但一聽一個人需要一萬多，看看現實的情況，我們仍然出不起，只能再度忍痛回絕。

四、計畫內容

(一) 武術練習課程計畫

1. 平日校內練習

(1) 行程安排：每天執行，遇國定假日或段考日放假。

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
	中午午休	放學後	中午午休	中午午休	放學後
練習時間	12：30～ 13：00	17：30～ 18：30	12：30～ 13：00	12：30～ 13：00	17：30～ 18：30
地點	中庭	中庭	中庭	中庭	中庭
總計	30 分鐘	60 分鐘	30 分鐘	30 分鐘	60 分鐘

(2) 課表安排：

依照學生屬性和練習情況的不同隨時調整，教師先整班教授基礎功，並分段教授拳法和腿部法。然後分專長帶隊練習，各有小隊長（學長或專精者）到前帶領，教師在旁調整學生動作、姿勢和維護安全。

2. 假日加強班

(1) 行程安排：每週星期六早上 9 點至 12 點

(2) 課表安排

時間	活動內容	地點
08：50~09：00	集合和點名	中庭
09：00~10：00	拳法和腿部法複習	中庭
10：00~10：20	休息	中庭
10：20~11：00	團練	中庭
11：00~12：00	兵器練習	中庭

3. 寒暑期集訓

(1) 行程排定：

- a. 1 月 19 日報名截止，繳交報名費與家長同意書。
- b. 1 月 20 日下午三點集合，清理住宿地。
- c. 1 月 21 日~1 月 22 日照課表上課。
- d. 1 月 23 日至下午四點結束，清掃環境與赴歸。

(2) 課表安排：

時間	活動內容	地點
6：00~6：30	起床、盥洗	宿舍
6：30~7：30	晨操	操場
7：30~8：30	早餐與休息	中庭
8：30~12：00	拳法基本功	中庭
12：00~14：00	午餐與午休	中庭
14：00~15：00	腿部法訓練	中庭
15：00~17：00	兵器訓練	中庭

(二) 武術練習以及協助管理師資

1. 武術教師：尖山國中國術隊指導老師郭耀文，是一位習武長達十多年的國文教師，師承台北武壇八極拳名師張光宏先生。

2. 學生生活管理：

(1) 對於學生在校的表現給予適當的引導，其可由帶隊的指導老師郭耀文老師以及協助教師楊昌融老師負責學生在練習時的團隊規則和學生安危。

(2) 對於學生在家的生活會邀請各班導師一同與家長商量學生的學習狀況，如何安排未來生涯規劃以及做適當的考量。

3. 行政協助：主要由學校輔導組協助本次武術隊學生的經費申請與核銷，以及出外比賽的聯絡事宜，紀錄練習和比賽情況，並彙整做成果。

(三)活動空間規劃

1. 平日練習以學校前庭空地為主，遇雨或天候不佳時，則轉至地下室空地練習。

2. 集訓住宿則以校長宿舍、家政教室、幼稚園地板教室為主。

五、計畫評估及預期效益

(一) 於九年級學生部分

1. 現況：

(1) 九年級共 3 位學生，平均 PR 值為 23%，最高為 PR35，最低為 PR4。

(2) 三人皆有打架紀錄。

2. 計畫評估：

(1) 夠過申請經費來提升學生練習武術時的品質，期能在最短的時間練習到最大的極限。使學生在下學期的比賽中能夠繼續得獎。

(2) 與學生相談未來生涯就學計畫，瞭解需具備怎樣的資格和目前應該管理好自己的行為與態度，以防止記過處分阻礙升學之路。

3. 預期效益：

(1) 希望透過武術隊的培訓與出外比賽，來得到殊榮，在國三申請之時能夠加分，或上有武術培訓的體育班，以海山完全中學高中部以及清水完全中學高中部為主力。

(2) 至畢業前，三人皆不能有增加任何記過或是警告之違反校規事情發生。

(二) 於八年級學生部分

1. 現況：

- (1) 共 21 位學生，其中 10 位有打架滋事之記錄。
- (2) 而最高 PR 值為 95，最低為 PR2，平均 PR 值為 38。

2. 計畫評估：

- (1) 希冀透過武術隊之團體培訓精神，教導學生學習與人相處的適當尊重態度，不再以不當方式對待同儕，或學著自己能夠掌握自己的情緒管理，不做出不當的反應。
- (2) 以九年級或以畢業學長為模範，依照學習成就不同，規劃不同學習目標。針對學習頗有成就之學生，以武術練來作為興趣嗜好之培養，防身以及可作為未來升學之加分依據。
- (3) 針對學習較低成就之學生，鼓勵多練習武術，並參與大型比賽，以得到殊榮能夠升學海山高中或清水高中的體育班。

3. 預期效益：

- (1) 透過武術隊的訓練，使學生瞭解團體合作的重要性，學著尊重他人，便不再發生與人爭執或衝突之行為。
- (2) 促使學生開始思考自己未來的生涯走向。看是要經由甄試體育班的管道來升學，或本身學習成就尚佳，作為加分。或可作為自己的休閒嗜好。
- (3) 若決定要以甄試體育班的方式來升學，則要求其校內表現不能有不良紀錄，曾有記過要開始消過，做愛校服務……等等。且校內作業要依規定繳交，學科期末成績需三科以上及格，出席正常不遲到早退，以拿到畢業證書為原則。

(三) 於七年級學生部分

1. 現況：

- (1) 共 13 位學生，有 4 位有打架生事之記錄。
- (2) 目前無明確 PR 值可參照學習成就，但有作業繳交之校內學習態度檢核。

2. 計畫評估：

- (1) 透過武術隊之練習，培養學生良好態度，了解自己的力

量後，能夠做到基礎防身，但不攻擊別人。

- (2) 透過練習時間，使學生減少受到校外不良團體之誘惑機會，降低危險因子。
- (3) 學生若為學業高成就者，鼓勵繼續升學；若目前為低成就者，也要求基本課業內容之瞭解，配合班級課堂學習內容繳交作業。

3. 預期效益：

- (1) 使曾經在國小階段打架鬧事之學生，到國中後不再以暴待人，不再增加這些不好之記錄。
- (2) 使學生和校外不良團體分離，提升學生對學校的認同感，以及對自身的認同，不透過校外不良活動來證明自己。
- (3) 透過基礎課業之要求，促使學生繼續在課業上努力，不要太早放棄。

六、學校對於社區回饋及交流想法

本校武術隊於今年一月 8 日支援鶯歌關懷協會慈善活動，且定期前往鶯歌陶博館做社區服務環境整潔的工作。在社區家長的眼中，武術隊已經成為學校特色團隊，給予很大肯定。這樣的肯定也激勵武術隊的孩子，學習到習武不僅是強身健體，更能學習到”武德”。

七、附錄

如下所附。

附表 2-4

學校執行預期成效自評量表

※本表『評估成效』項需含：高關懷學生數及比例、中輟人數、未來繼續升學高中職人數…等項目。

評估成效	量化指標	評估方法與工具	期中量化評估結果(數據)	期中量化評估結果說明(文字)	期末量化評估結果(數據)	期末量化評估結果說明(文字)
1 增加九年級三位學生升學進路機會	1. 參與大型比賽得到殊榮	獎狀或獎牌等記錄	依照比賽結果作計算	依照得獎之狀況來做申請學校之依據	依照參與場次以及比賽結果作計算	三位學生皆有以正式大型比賽得獎紀錄
	2. 申請海山或清水等學校	確實提出升學申請表	三份以上學校申請甄試表	三位學生皆準備申請資料以及寄出	申請甄試錄取結果	三位學生寄出申請甄試表後，錄取的结果
2 九年級三位學生不犯任何記過警告之違反校規情事	於畢業前不能因其外顯不當行為受到記過之處分	校內記過記錄	無因行為不當而再度記過	無記錄則積極輔導升學；若有則輔導其行為態度若一直未改善，可能遭禁賽一次處理	無因行為不當而再度記過，甚至因消過而減少原先的警告或大小過	利用期末警告紀錄或消過記錄來評估學生在外顯行為上是否有做修正，若一直未改善，可能遭禁賽處理
3 改善八年級十位學生之外顯行為	於下學期末都不能因其外顯不當行為受到記過之處分	校內記過記錄	無因行為不當而再度記過	學生瞭解本身行為會影響別人對自己的評價，以及對練習武術的映象。若無法收斂自己	無因行為不當而再度記過	統整學生記過、消過記錄，瞭解是否有修正自己行為，若無，則下學期可能只能跟者練習，並列出觀察期，期滿都表

				的不當行為，則不能代表學校出賽，也暫不教授學生武術招式，以免作為攻擊別人的利器。		現良好才能繼續練習新招式，且要表現良好才能代表學校，否則仍無法參與競賽。
4 七年級四位易與人爭執之學生在校不再發生衝突事件	於下學期末都不因與人衝突至學務處前靜站反思	導師 B 卡記錄	無因不當事故而記錄之	學生瞭解本身態度影響學習成效，若常與人發生爭執或衝突，易破壞團隊合作默契，則難以與武術隊成員合作，因此要先學習與人相處，才放入團練名單。	無因不當事故而記錄之	統整學生在校與人衝突記錄，若有改善除繼續練習武術、也加入團練名單，甚至給予小隊長之職；若表現需加強者，給予觀察期，直到表現良好外，不得參與比賽與表演，只能跟著練習。

執行成果表

執行單位名稱	尖山國中輔導室	承辦人	錢姝君	電話	26781670 轉 41
申請計畫名稱	尖山之風·大將之風				
實際支用經費總額	211840	本基金會贊助	215565		
		自籌金額	54600		
		繳回金額			
辦理概況 (請依實際需要自行增加欄位空間)	<p>1. 器材購置： 善用經費購置武術練習需要器材，使學生能夠利用於平日練習以及比賽和表演，並學習感恩和惜物，至今已使用在大小練習和比賽中，皆未毀損。尤其學生自行搭建簡易的器具收藏架，每次練習和比賽結束都會讓器材放置好，不須教師特別叮嚀，由此便看的出來學生珍惜之心。</p> <p>2. 辦理暑訓寒訓： 經由暑假辦理的營隊訓練學生生活管理和自理能力，過程中學生早起、膳食和整理環境皆由自己親手處理，帶隊教練則從旁協助和叮嚀，由此訓練學生未來生活自理能力。</p> <p>3. 普仁委員來訪： 普仁委員到校來關心學生，除了學生有表演的舞台外，還有最喜愛的麥當勞可以享用，尤其委員對學生的鼓勵和期許，學生都放在心裡面，其中一名學生，是武術隊的帶領小隊長，很多事情都會協助武術教師，但在班上有時卻不甚配合，在與委員談過後，委員期待他發揮他的領導能力，於是該生在班上儼然變成小班長，管秩序、分配工作和協助導師都是他每天必做的事情，也獲得很多老師的稱讚。</p> <p>4. 參與普仁暑期夏令營 參與普仁基金會在暑期辦理的夏令營，學生皆意猶未竟，直說下次還想要去。途中他們交到了朋友，協助晚會活動也獲得了很大的成就感，更能夠透過贊助幫助他們”第一次”坐捷運。</p> <p>5. 小巨人成果營 協助在新北市政府小巨人成果發表會上公開演出，其中還有檢察長迄臨，給予學生很大的鼓勵和支持。</p> <p>6. 參與各項大型比賽 學生參與全國性大型比賽，場場得獎，建立自信心以及對未來升學有助益。</p>				
效益自評	<p>1.參與各項大型活動增加自信心與增廣見聞</p> <p>2.由寒暑訓、比賽過程中學習生活自理</p> <p>3.比賽中學到團體合作以及領導能力</p> <p>4.以武術隊為榮，重視自己行為態度</p>				

1、「辦理概況」請詳執行過程；培訓、練習、表演、比賽等活動

2、本表各欄請依需要自行增加空間。

學生心得日誌

班級:804,904

姓名:王妙寧

日期	心得內容
3/29	要去台中比賽了，有一點小緊張，不過到了那時候，在比賽時，就不會緊張。加油!
4/8	比賽結束了，開心，這次去比賽都有得名，大家都好厲害。YA!!
5/16	這次要去台北比賽，每次要去台北體育館比賽都超緊張，相信我可以做到，加油go!!
5/23	這次比賽雖然個人沒有中，但團練有得名，下次再加油下去。
5/27	自從參加武術隊之後，專注力變得更好，課業也慢慢在進步了。
七月集訓	Oh Ya!!每到集訓都超開心，因為又可以減肥，希望這次減兩公斤，也可以消耗一下課業壓力，雖然很辛苦，不過值得。
八月集訓	集訓一個月了，集訓常常都會練不一樣的動作，也更讓我知道如何保護自己。
開學後的心得	開學了，課業壓力又來了，不過幸好每天都可以練武術，雖然不能完全消掉課業壓力，但至少壓力有減少。
十月	YA!我比我們班多表演一項，每次只要一到表演就會很開心，而且下面的觀眾看得開心，我也會覺得開心。
十一月	YA!! 比賽 好興奮唷!! 雖然這次去沒有得名很多，但這整個過程中我是既開心又緊張，在每一次比賽都是我自己成長的一部份。

學生心得日誌

班級:804

姓名: 王聖介

日期	心得內容
3/29	又要去台中比賽了，好興奮哦~雖然七年級已經去過了，但我還是想去！
4/8	這一次去台中比賽我個人兵器第一名、個人拳術第二名，有付出果然就有收穫，雖然個人拳術第二名差點第一名，我相信只要我更努力個人拳術也可以第一名！
5/16	比完台中媽祖盃之後接著台北又有青年盃了，又要準備迎接新的對手，有一點緊張，因為這次對手比較多，我只要盡力做到最好就ok~
5/23	哇~這次的對手都好強，我個人兵器只有第11名、個人拳術也只有第八名，不過我書得心服口服，因為她們都很利害，是我自己不夠好才會輸。
5/27	我覺得加入武術隊可以讓自己的品性變好，也不會動不動就發脾氣，而且武術是一個很好的運動，可以讓人身體健康，如過有機會的話，我要一直學下去。
十月	這次的運動會我們武術隊又表演了!~雖然只有短短的5~10分鐘，這次表演的不多，可是觀眾掌聲連連，這種感覺真的很棒!~
十一月	去淡水去道生盃，雖然沒有贏，但是我知道我輸在哪裡，把自己的缺點改掉，前往精英盃!一定要得到好的名次。

尖山武術隊 學生學習心得紀錄

學生心得日誌

班級:802

姓名: 吳英傑

日期	心得內容
3/29	比賽前我很緊張，很怕忘招，所以一直練攔門刀，因為很多動作很像的地方。
4/8	比完賽了，心情放鬆下來了，成績也不錯，滿高興的。
5/16	又到了比賽前的準備，這次比較放鬆了，沒有之前緊張了。
5/23	比完了，這次跟上次的成績差不多，也是團練一跟二，雖然之前是團練都第一，不過有得就好了。
5/27	參加這個隊，我覺得很不錯，讓我能練練身體，老師很搞笑，讓我每次都笑嘻嘻的
十月	這次表演很順利，沒有出差錯，可是場地很小 好緊張。
十一月	這次比賽個人兵器第三，好開心，這是我第一次個人就得名，可是團練太緊張了，打錯，好對不起他們。

尖山武術隊 學生學習心得紀錄

學生心得日誌

班級:904

姓名:林怡珊

日期	心得內容
七月集訓	第一次 好期待。 晚會好好玩。好累 皮膚曬黑了
開學後的心得	A組班不能練武術. 不甘心 練武術能紓解課業壓力 很有趣也很累.
十月	第二次在運動會上表演，好開心又多一項表演。
十一月	因為沒比賽，所以無心得。

學生心得日誌

班級:801,901

姓名: 林嶸和

日期	心得內容
3/29	在比賽前,我會一直跟我練習的同伴講我們一定會贏這樣子的話不只是為自己以後的升學,也為學校爭光。
4/8	比賽完以後成績出來了,可以輕鬆了,我這比個人兩個都第一名但是團體書女生所以下次我會加強練習。
5/16	在比賽前青年盃已經 60 年了一甲子了,這次比賽劍和刀一起比,所以我要加強練習。
5/23	比完賽個人我都贏自己隊上的人,但是名次沒有到第一名我的目標是第一名我現在才知道這才是真正的比賽。
5/27	我加入這個武術隊後我的生活作息都改變了在校的功課成績不及格變及格了,老師對我們八年級付出了很多也很辛苦還有我們自己努力來的才會有今天這些成果。
十月	每次要表演時都會很緊張,但是也要想辦法克服緊張,在台上打完就鬆了一口氣。
十一月	我報四項,兩項個人、兩項團練,我對自己很有信心,成績出來我覺得還好,不夠好,下一次比賽一定要加強練習。

尖山武術隊 學生學習心得紀錄

學生心得日誌

班級:905

姓名:施涵湘

日期	心得內容
開學後的心得	開學了,要開始讀書了,還有練武術了 雖然課業壓力變大,大事練武術流流汗就可以忘記壓力
十月	運動會 這是我第一次在運動會上表演武術,我覺得比其他同學增加了一項表演項目,所以很開心。
十一月	比賽 雖然這次比賽沒有得名,但是還有待加強了下次比賽我會更努力的。

學生心得日誌

班級:802,902

姓名: 柯詩蓓

日期	心得內容
3/29	再過不久就要去台中比賽了，大家都很努力的練習，第一次在台中比賽，好緊張！很怕自己會出錯，所以把握每次練習的時間，雖然有點小偷懶，但老師說我比上次進步很多了，信心大增欸！比賽要好好加油
4/8	比完了！站在台上還是很緊張，但是有不錯的成績，非常開心。每比一次就多了一次經驗，了解自己哪裡不好，需要改進，好的地方要繼續保持！一次要比一次更好。
5/16	又有一個比賽了！就是去台北小巨蛋，這次個人拳換打小翻車！這套拳似乎還有一些問題，找人幫我找出還要加強的地方，反覆練習，為了好的成績要好好加油！
5/23	這此比賽的人數跟場次好多，女生個人就有十七個人了！大家看起來都好厲害，可能是因為自己沒好好練習，加上緊張，我有小出錯，一出錯就慌了，但還是打把它打完，在這場比賽看到自己的目標，只要好好練習，一定可以超過他的！加油！
5/27	參加武術隊，雖然很累，但獲得了許多經驗和好成績，所以很開心，遇到了很多不同的人，也看見了好多自己應該學習的地方，只要努力，相信會更好！
七月集訓	這次暑訓練了刀，很難揮出聲音，如果真的練好了應該是還不錯!!哈哈~之前都覺得暑訓好累，可是這次卻一點都不覺得累，練完之後覺得還蠻不錯的^^
八月集訓	這次第一次參加高雄的集訓，也是最後一次吧!每天早上起來跑步，剛開始跑好累，可是跑完時，心情變好好!!那裡的空氣很好很舒服，練習之外的時間，我大部分都在睡覺吧..後幾天有去宮裡練習，師父人很好!!在那練習太陽好大!!快受不了了><那幾天過的很充實
開學後	開學之後練的是摘一，可是我都沒有練到..不過有私底下問練同一套拳的朋友!!真的要多練習了!!比賽又快到了，我的小虎燕好久沒打好奇怪...很怕拖累團練..要多加油了!!
十月	又去區公所表演了！這次算表現好吧！可是我有出錯，好丟臉= =
十一月	這次去淡水鄧公國小比賽，第一次去，人好多！！這次沒有名次，下次一定要加油！！

學生心得日誌

班級:802

姓名:陳亮嘉

日期	心得內容
3/29	在比賽前，跟自己比賽的同伴說我們一定第一不用看了！我們比完後面就不用比了啦！以後生學有幫助，也能為校爭光！
4/8	比賽完了，我只有預估中了兩個人拳術第一團練兵器第一、拳術第二。
5/16	比賽前，還是一樣平常心看待！！跟自己同伴說不用看了我們是最好的！！第一名還是我們的，那麼多人在幫我們一定要更努力
5/23	比賽後，果然是競爭很大，個人拳術只有第四名，可是團練都不用看了我們依舊是第一名！上場一定要有信心，肯拚屬於你的就是你的！
5/27	今天去了新北市政府，是一個大場合，表演起來果然有不同感覺，因為有很多大貴賓，所以更要展現出自己的實力，別人的演出都很好看！
十月	鎮公所表演 去鎮公所表演有點緊張，可是還要想辦法克服，讓鶯歌人知道也有武術這項運動 表演都會有一種成就感。
十一月	道生盃比賽 總是比賽時，都會讓自己不要那麼害怕，結果雖然不是我所想像的一樣，很可惜差點拿到精神總錦標，只要再努力一點相信皇天不負苦心人。

尖山武術隊

學生學習心得紀錄

學生心得日誌

班級:801

姓名:陳政廷

日期	心得內容
3/29	在比賽前，我會一直複習套路，以前比賽的時候，都很緊張，比久了，就沒有這麼緊張。
4/8	比賽完了，每次比賽完就可以輕鬆了，比賽完，都會有一張獎狀，都是我們辛苦練出來的成果
5/16	這次青年盃我有比個人巨闕劍，我第一次比個人劍，我很緊張。
5/23	這次刀和劍一起比我倒數第三，如果分開我就第四名了。
5/27	我加入武術隊讓我長高了很多，也學到了武德，也讓我變強了。
十月	那是我第二次打空手奪刀，超緊張怕會打錯翻不好，上台打完沒有出錯，我克服了緊張。
十一月	道生盃比賽，我報五項這是我九年級第一次有個人拳上台打的時候我什麼都沒想認真的打完這套拳，下一次還有菁英盃我要更努力練習。

尖山武術隊 學生學習心得紀錄

學生心得日誌

班級:805

姓名:陳昱達

日期	心得內容
3/29	這次要去台中，太棒了!又可以玩了，重點是我要抱獎牌回家!
4/8	太棒了!爽耶~四個第一名，爽死了~
5/16	這次要去台北，我要好好衝刺了，加油!
5/23	輸了，這次個人劍我輸仔李，人好多喔!
5/27	我很高興自己能參加武術隊，加入武術隊，使我的生命更多彩多姿，我會更加努力的練習!
十月	運動會，這次表演，感覺這次的表演比去年要少的多!不知為啥~
十一月	這次比賽，我發現我打拳的節奏變得有點快，雖然空手奪刀有得名，但兵器、全數都落榜，菁英盃要比陳太，我要好好練習，目標：第一名!

尖山武術隊 學生學習心得紀錄

學生心得日誌

班級:802,902

姓名: 游凱鈞

日期	心得內容
3/29	比賽前為了得名所以很認真練習，得名的話可以為學校爭光，對自己也很有幫助！
4/8	比賽完了，上場前還是有點緊張，但是又多一次經驗，成績也不錯
5/16	青年盃必賽前，跟我一起練的同學配速度，希望在這次比賽也有很好的成績！
5/23	這次比賽有得到獎牌，又獲得了經驗跟成就，感謝郭老師的指導！
5/27	我們武術隊去小巨人畢業季表演，表演完還有蛋糕吃，謝謝校長！
七月集訓	要九年級了，這次是最後的暑訓，既期待又害怕受傷害，我很興奮，因為每次集訓都會讓我成長很多，不管體力和品德，雖然很累，但這也是一分耕耘一分收穫，我很開心能參加這次暑訓
普仁基金會	這次快開學前我和幾位去了普仁基金會所辦的夏令營，我有這次機會很感謝普仁，我在這次活動學到的也非常多，認識很多朋友跟做人的道理，也感謝普仁這樣的贊助
開學後的心得	開學後我開始以課業為主，兒暑假這兩次活動讓我更成長，獲得很多收穫，我很開心加入武術隊
十月	又有機會表演，這次去鶯歌區公所，又一次讓自己更有信心，希望以後還有機會。
十一月	我們去淡水比道生盃，我報名了三項，只中了一項很可惜，十二月比賽要更努力囉。

尖山武術隊 學生學習心得紀錄

學生心得日誌

班級:804

姓名: 楊婉真

日期	心得內容
3/29	這次要到台中比賽，又可以跟好朋友們在一起了，不過這次多了學弟妹們，不曉得這次的比賽結果如何，好期待唷~
4/8	終於比完了，假期也跟著結束了，總覺得時間過的好快，但有件事是值得慶祝的，那就是我得了「金牌」，第一次耶~而且團練也得到第一名，太高興了。^^
5/16	這次比賽的地方和第一次比賽的地方一樣，也不算陌生，而且也有了比賽經驗，就全力以赴衝了，希望也能得到好成績。
5/23	第一天就比完了，但我認為成績並不怎麼亮眼，只有團練有得名次，個人的都沒有，劍就只差那麼一名就可以得名了，好可惜…
5/27	自從因為某些因素加入了武術隊，到現在為了興趣而學武術，真的改變了好多，不僅可以參加校外比賽，也可以增長體力，更使自己朝理想中的完美進了一步。以後我要更加努力，成為理想中完美的自己。
七月集訓	這次的暑訓真的蠻開心的，雖然很累，但有不一樣的體驗—教學弟妹兵器，而且是和好朋友一起教。教的過程中，難免會因想法不同而有些衝突，不過我們都以最好的方式來教導學弟妹，且會互相監督對方。偶爾也會遇到需要個別指導的學弟，真的讓我快抓狂了，幸好他到最後有學好整套劍法，並通過老師的檢定，頓時讓我覺得好有成就感。經過這次暑訓，我的體力增強了不少，也有新的經歷，希望我以後還會有這種不同的體驗。
開學後的心得	國中最繁忙的生活終於正式來臨了，每天上課上到九點，回家後根本沒有自己的時間，而且每天都很晚才睡，還好我已經習慣了，所以對我沒有太大的影響和不適應。我也持續在練武術，隨時讓自己的體力保持在最好的狀態，才能夠面對這種生活。
十月	第一次跟七年級的學弟妹們一起上台表演，原先還有些擔心他們第一次上台會緊張到出差錯，不過幸好沒有出錯，還很成功，下台後媽媽還跟我說我們表演的很好，尤其是我們幾個女生穿粉紅色表演服走出來，超好看的，好高興喔！
十一月	這是我有史以來打拳最認真的一次，雖然有些小小的失誤，但還是繼續打完了，不過我打這麼認真，卻沒有得名，真的好可惜。

尖山武術隊

學生學習心得紀錄

學生心得日誌

班級:805

姓名: 廖郁嘉

日期	心得內容
3/29	去台中比賽是我第一次參加武術比賽,行前很緊張,怕自己拖累別人。 • _ •
4/8	沒想到居然得名了!我一直以為我們不夠好,真開心:)
5/16	這是第二次要去比賽了!因為跟上一次比的一樣,所以沒那麼緊張了~
5/23	在比賽場地等了很久,終於到我的那場了!打得超認真的,我覺得是我打最好的一次。
5/27	打武術很開心,雖然很累☺而且我還瘦了!
十月	要準備運動會的表演!好緊張,劍才剛學完而已,我又是第一次表演,好怕會出錯。
十一月	真可惜,我因為要上課就不能去比賽 失望。

學生心得日誌

班級:805,905

姓名:鄭思錡

日期	心得內容
3/29	YA~要去台中比賽了讓人超緊張的，現在要做的事情就是『練習、練習再練習，加油、加油再加油』！
4/8	開心到不行，因為回家時帶了第一名團練兩張和第一名個人一張的獎狀回家！
5/16	哇~這一次又要去台北小巨蛋旁的體育館比賽了，雖然很緊張但還是要加油！
5/23	雖然台北這一次的比賽成績沒有很好看，但還是有得名，只好再接再勵囉！
5/27	自從參加武術隊之後就變得更活潑了~身體也越來越健康了~而且還可以和老師一起到處去比賽和到處去得名！
七月集訓	因某些原因,沒參加
八月集訓	因某些原因,沒參加
開學後的心得	我因為某些原因,所以就沒機會參加七月集訓和八月集訓~ 但在這兩個月裡我都很懷念 每天和大家一起練武術的滋味!!! 開學了~開心!! 大家又聚再一起練武術 那種合作的滋味又回來了 真的很喜歡練武術 在武術隊上我過的很快樂!!
十月	在運動會要開始的前一、兩個禮拜大家就開始很積極的練習!!大家一直在培養團練的默契要的是甚麼。。。要的是有一個完美的END!!大家這麼的積極練習、一直培養默契。。。付出了那麼多，但大家的目的都一樣，就是完美END!!
十一月	比賽前我一直練習、一直練習雖然出去比賽很多次了但我到了每次的比賽都會很緊張!!因為我很重視每一次的比賽!!所以很緊張!! 這一次的比賽... 我一個得名的機會都沒有!!我深深體會到了一句話...「台上十分鐘，台下十年功」 只要在台下偷懶的人 在台上的成績也不會很亮眼!!我要認真、努力練武術!! 加油中!!

學生心得日誌

班級:801

姓名:蕭仔孝

日期	心得內容
3/29	哇~就要比賽了，又到了一年一度的媽祖中正盃，就這麼回憶起來，去年時媽祖中正盃比賽的我，還是七年級呢!
4/8	比賽就這麼結束了，在本次的比賽當中，因為我是比劍(短兵)，而同隊當中，也有一名比劍，雖然這一次的比賽只有拿下第二名，那第一名又是誰?是和我們同隊的人—陳昱達，我相信下一次一定會贏他!
5/16	這一次的比賽—青年盃，是一個在七年級時沒有來過的比賽，而這一次的目標就是要贏過陳昱達~加油
5/23	這一次的比賽果然對我很感到奇怪，為什麼這麼說呢?因為我遇到了之前都沒有遇上的現象，之前短兵會被分為刀一組、劍一組，而這一次卻沒有分開，但是~我的分數贏了陳昱達 0.04 分我拿了 8.3 陳昱達拿了 8.27
5/27	自從加入武術隊之後人緣也變好了，體能也越來越好了，我要加油~持續下去~
十月	鎮公所表演 星期六時我們武術隊去鎮公所表演，我這一次的表演有上四項，表演結束之後，老師就在做有獎徵答，突然老師就要我去拿單刀，拿出去時我就站在老師的旁邊，老師拿著苗刀，一面介紹、一面說著兩把刀不同的用法和特色。
十一月	這一個星期六我們武術隊去淡水道生盃比賽，我們早上七點二十就到了學校集合，不久後我們上了遊覽車，出發去淡水道生盃! 到達了目的地我們知道了比賽都是在下午所以我們就拿著自己要比賽的兵器去練習了。這一次的比賽我都沒有得名，真的很可惜。下一次的比賽一定會得名的!!

尖山武術隊 學生學習心得紀錄

學生心得日誌

年級：804

姓名：蕭育仁

日期	心得內容
3/29	在去比賽之前大家都很興奮，而我也一直的練習，到比賽前絕不鬆懈。
4/8	比賽完了，大家的成績都還不錯，我個人兵器拿了第一，團練也有不錯的成績。
5/16	在這次比賽前一定要比上次更努力，才能有好的成績，而且這次可能比上次的人數更多。
5/23	雖然只有團練得到第一，不過其他成績都還可以，只是沒得名還是有點遺憾。
5/27	經過這麼多次的比賽，讓我學到很多，也懂了什麼是團體生活，所以我還要繼續的努力。
十月	運動會完，這次的表現不是很好但是這次的表演也有很大的收穫。
十一月	淡水的道生盃雖然沒有名次但是表現得還算不錯。

尖山武術隊

學生學習心得紀錄

學生心得日誌

年級：802

姓名：賴信諺

日期	心得內容
3/29	YA~~又有比賽了！很開心，練習又要比平常更加的努力！
4/8	這次比賽拿回很多的金牌下次比賽要更努力
5/16	這個比賽是第一次比，所以很緊張，不過我還是很認真練習
5/23	雖然這次比賽成績不怎麼好，不過下次我會更努力練習，再來拿好成績
5/27	參加武術隊後，我的行為比之前更好了，身體也變強壯，在隊上的練習我也比之前認真，因為我想超越學長！
十月	好久沒表演了~~十月居然有一個表演！！不知道要打，所以讓我好怕唷。
十一月	又有比賽了 太棒了！！看我又去拿金牌。

尖山武術隊 學生學習心得紀錄

學生心得日誌

班級:804,904

姓名: 謝宇勝

日期	心得內容
3/29	快要比賽了，大家都努力的加緊練習，每個人都不敢休息，總是一直再練習團練，個人的項目，不敢浪費練習的每一分每一秒，因為練習的時間非常少，所以練習時間，大家都很勤快，雖然比賽的成績很重要但是比賽前流下的汗才是最棒的，與其幸運得獎不如努力練習，得到更好的名次，有努力過，所得到的果實才是最甜最棒的。
4/8	比完賽了，大家的成績都很好，我得到個人拳術第二名耶，好開心喔，雖然沒有第一很可惜，拳術團練的名次也是第二名都很不錯，大家比賽前的努力，都在比賽中得到了美好的果實，我希望我們能夠在各個比賽中都可以拿到亮眼的成績。
5/27	我參加武術隊之後，不但身高長高了，也認識了許多的朋友和學長，懂得和學長相處，雖然參加武術隊很累也很辛苦，還要花自己的空閒時間練習，不過我累的很心甘情願，苦的很甘願時間花的也是心甘情願的，因為參加武術隊讓我改變了很多，讓我變的更好更成熟。
十月	運動會上場表演，雖然時間不長但是能表演真好，沒有表演新學的真可惜！
十一月	這次比賽雖然沒得名，但是我已經努力了，太緊張了，好可惡喔。

尖山武術隊 學生學習心得紀錄

學生心得日誌

年級：702,802 姓名：王馨儀

日期	心得內容
3/29	再過幾天，就是去台中比賽了，也是我們7年級現在唯一的第一次比賽，所以我們就要加緊練習。
4/8	比賽比完了，就有一種輕鬆的感覺，現在還要準備5月的比賽。
5/16	現在的我是在努力的把5月多的比賽，趕快練好，才可以拿到好成績。
5/23	現在比賽完了，我們女生得了第三名，很開心。
5/27	台中、台北都比完了，成績都算很好，希望下次比賽也可以得到好成績。
七月	雖然是在十天的暑假集訓，但這十天我們練的很開心，雖然很辛苦，但每一天練的幾乎都是不一樣的，不過卻是練得很直得，期待還有這樣的集訓。
八月	高雄五天集訓雖然是短短的五天，有幾天雖然很累，但可以讓我們有著健康的身體，所以這五天的集訓是非常有充足感的值得。
九月	開學了！要繼續加油因為快要比賽了。
十月	這次的表演，又是讓人可以勇敢的上台表演，讓人在比賽的時候，可以不會很緊張。
十一月	這次的比賽，雖然沒有得名，但接下的比賽，會努力的得名。

學生心得日誌

年級：805

姓名：李堃丞

日期	心得內容
七月	在7月訓練的時候，雖然很辛苦，但是體力有上升，筋骨也有拉開，也學到螳螂拳的特性，以及和伙伴一起訓練的快樂，和吃便當的痛快，等多種樂趣，雖然有時被念，但是暑訓真的好好玩。
九月	剛開學沒多久，就有不少新生已經加入了武術隊行列，雖然淘汰率很高，但是也有不少新生撐下來了，九月剛開始，老師就開始分配大家要練的拳術，我練的是摘盔，跟我同班的浩瑋是練小虎燕，我們倆都練很認真，雖然打的沒有很好，但是我會加油！
十月	運動會表演之前我們都一直練習排隊和套路的整齊度，雖然表以當天有出錯，但是老師說：「已經很好了」，讓我覺得很高興。
十一月	到比賽會場時，大家都先休息一會兒，已恢復坐車時的疲勞，到我們比賽的時候，有出了一點小小的錯誤，害大家都沒有得名，真的是很抱歉。

學生心得日誌

班級:702,802

姓名:卓俞成

日期	心得內容
3/29	因為是第一次去比賽所以心理既期待又害怕。
4/8	因為比完賽之後心中所心中所有的壓力都消失了,現在又換期待能不能得名,後來才知道第二名。
5/16	因為這一次的比賽較大所以更是希望可以得名。
5/23	雖然這次的比賽沒有得名,但是我不會很難過,下一次在拿回我們的獎狀。
5/27	我都很期待沒一次比賽的結果,也很希望可以得名。
7月	集訓的雖然都很辛苦,但是都辛苦的很值得,因為集訓完後我發現我變壯了。
8月	這一次的集訓雖然也很辛苦,但是從這一次的集訓中我學到了做一件事要持續才會有最好的收穫。
9月	開學後的訓練雖然不像集訓那麼辛苦,可是還是會累,因為還是有在練所以我的體育越來越好。
10月	這一次表演讓我知道原來我可以在別人的面前表演的這麼好。
11月	雖然這一次的比賽沒有很多名次但是從這次的比賽讓我增加許多勇氣。

尖山武術隊

學生學習心得紀錄

學生心得日誌

班級:703,803

姓名: 林百謙

日期	心得內容
3/29	要比賽了，我好緊張，我想知道，會得第幾名？
4/8	YA!我們得第一名了！好爽！
5/16	這次因為我犯錯而無法比賽！
5/23	雖然我沒比，可是他們沒得名，好可惜！
5/27	記住失敗，下次會更好！
7月	7月是集訓的一個月，大約有10天左右，過程很辛苦，只是因為我爸媽的關係，不能留晚上。
8月	我們去中南部的山莊，那裡空氣很好，練習時很舒服，要離開時還有點不捨。
9月	開學了，在這個暑假，收穫很多，也很辛苦，不過還是熬過來了！
10月	要去表演了，一定得好好準備，在全校面前一定要好好表演。
11月	要去比賽了，一定要好好加油，就算輸了也沒關係，下次再加油。

尖山武術隊

學生學習心得紀錄

學生心得日誌

班級:705,805

姓名: 林浩璋

日期	心得內容
3/29	第一次比賽，非常的緊張，當然也比平常辛苦許多
4/8	比賽結束了，我們竟然拿了第一，超開心的。
5/16	第二次比賽，因為有經驗了，所以比較不會緊張了
5/23	比賽結束了，我們非常的失望，因為我們沒有得名，但是我們會更努力的
5/27	武術隊雖然很累，但是一定都是會讓我們更厲害的。
7月	我終於學到了我想要學的兵器，雖然真的很累，但是我覺得非常值得，下次我還要參加。
9月	開學了，又可以繼續練武術了，雖然很累，但為了去比賽，我一定要繼續努力下去。
十月	第一次在學校表演，難免有點緊張，怕被同學笑，所以比外面的表演還要加倍緊張。
十一月	這次比賽我第一次上個人兵器，真的好緊張，希望不要打得太差。

學生心得日誌

班級:703,803

姓名: 秦嘉宏

日期	心得內容
3/29	這是第一次比賽，所以大家都有點怕怕的，後來越打越好，就不太怕了。
4/8	比完過後，原本以為會第二名，成績下來了，結果得了第一名，我們這隊都很高興。
5/16	這次比賽就不太緊張了，可是這次練習就有點不太好，到了比賽場地時，就有比較好了。
5/23	比賽完了，有點傷心，因為沒有得名，可是「失敗為成功之母」，所以下次再努力就好了。
5/27	有成功也有失敗，所以成功不要太，失敗也不要太傷心
7月	暑訓的時間比寒訓長，當然就比較辛苦，但練的也比較多，有時候因為要補習，所以就沒有留晚上
8月	我們去了高雄的某某山莊，那芬多精很多，在練習時感到很舒服也很舒爽，離開的前一晚還有烤肉大會，要離開的當天非常的不想離開，但還有明年，下次再來。
9月	已經開學了，這個暑假收穫很多，不但體能變好，練的東西也變多了，比賽的項目也變多了，還是要謝謝老師付出這麼多時間教我們。
10月	這是第一次在運動會上表演，雖然時間很短蛋還是很金張，還好沒失誤。
11月	要比賽了，這次有參加個人比賽，也比別人多一個得名的機會，也比別人更緊張。

學生心得日誌

班級:702,802

姓名:高震勛

日期	心得內容
3/29	快要去比賽的前幾天我一直很緊張，因為這是我第一次去比賽，不知道會不會出糗。
4/8	比賽完的時候，我們雖然輸給另一組，但也得到了不錯的名次，所以下次我一定要更努力。
5/16	當老師說要去青年盃的時候，我突然想要認真起來，因為上次比賽輸給另一組，所以這一次我一定要打敗他們。
5/23	比完後我學的超不爽的，因為我們原本可以得第三的，可是大會的人卻以一個第一、二、三，我們原本第三卻變到第四。
5/27	經過這兩次的比賽我知道團結是多麼的重要，所以我下次一定要得第一。
七月	這次暑訓雖然只有10天，但我有好好的利用，不但把上學期要教的學完而且連我以前的一些動作都有重新修正。
八月	這次的練習雖然沒有比七月的練習好，但還是會讓人累到不行。
九月	剛開始雖然很輕鬆，但後來就開始慢慢變累了。
十月	這次的運動會表演我覺得很緊張，因為這次是由全尖山國中的學生和老師來當觀眾，而且我超怕我會打錯。
十一月	這次的比賽實在太難了，不但同一組的對手很厲害，而且我們也沒有完全練熟。

尖山武術隊

學生學習心得紀錄

學生心得日誌

年級：802

姓名：曹冠霖

日期	心得內容
七月	沒參加
八月	頭一次到高雄!!雖然天天晨跑,不過我覺得很有趣!!
九月	開學了!!雖然才剛開始練拳!!不過還是學到很多東西
十月	快運動會了,我們開始準備表演,如果表演很好,說不一定會很厲害呢!
十一月	比賽完了,我們雖然沒有獎狀,不過這是經驗,下一次一定要得獎狀。

學生心得日誌

班級:702,802

姓名:許文軒

日期	心得內容
3/29	這一次比賽是我的第一次，也是全七年級的第一次，既緊張又期待，希望能得到好成績！
4/8	這一次比賽上場的時候很緊張，感覺超乎我的預料，不過幸好還是順利的結束了！
5/16	這場比賽是我的第二次上場比賽，雖然說是第二次，但是跟第一次一樣，只是沒有這麼緊張了！
5/23	必賽完了，雖然這次沒有得名但是大家都盡力了，只能下次在加油了！
5/27	七年級的比賽結束了，再來就是等八年級的時候，這段期間要好好努力，以後的比賽要得名！
七月	沒參加
八月	到高雄的那次，第一次到高雄，雖然天天晨跑，但是我還是覺得很開心。
九月	雖然沒有去集訓，學到的東西比較少，但是開學還是學到不少東西，希望八年級的暑訓，可以學到新的兵器。
十月	在這麼多人的面前表演真的好緊張，不過這也增加我的自信心和膽量。
十一月	雖然現在我只參加團體的比賽，但是我相信以後可以參加個人比賽而且可以得好成績。

尖山武術隊

學生學習心得紀錄

學生心得日誌

班級:702,802

姓名: :詹皓鈞

日期	心得內容
3/29	這次台中的武術比賽是我第一次出賽,心理也有些緊張,也希望會比出一個好成績。
4/8	比賽完之後得到第二名,也覺得成績不錯了,可是沒拿第一名也覺得很可惜。
5/16	這次的武術比賽在台北,已經比過一次了,所以不會緊張,可是多少也會有點害怕,怕忘招。
5/23	比賽完之後我覺得大家口中的男女平等根本不是說好聽吧!真讓我沒話說了。
5/27	比賽完讓我覺得只有努力兩個字才是最重要的,不努力沒得名,有努力得第一,所以還是需要努力的
十月	在那麼多人面前表已很緊張,但同時也能訓練自己在大家面前表演時才不會緊張。
十一月	雖然比賽都沒得什麼多次,但下次我一定拿到,讓自己更強。

學生心得日誌

班級:704,804

姓名: 潘信宏

日期	心得內容
3/29	我們要去比賽的前一天，我很緊張，我就趕快加強練習，希望可以得到好成績。
4/8	我們比賽完之後，我們知道這次我們得第一名，我很高興，希望下次還可以有這麼好的成績。
5/16	我們要去台北比賽的時候，我很緊張，因為我都跟不上，我怕我會害到我們那一組的人，好險學長再幫我們做最後練習，我終於再跟上了。我就不會害到我們那一組了
5/23	結果我們知道成績輸女生一分，我們以後我們會用功的練習，希望以後去比賽時可以贏
5/27	自從我加入武術隊以後，我就覺得武術很好，因為可以練好體力，也可以防身。有可以去比賽，我覺得武術是最好的，希望可以練到九年級畢業為止。
7月	我在暑訓的武術練習，雖然很累可是我覺得很有幫助，因為不但可以跟同學一起練習，或一起吃飯，我覺得這種感覺很不錯。
8月	我第一天要準備去高雄的時候，我覺得會怪怪的有點怕怕的，因為我是第一天跟老師和學長還有同學一起去，那麼遠的地方。
9月	我開學的時候，我覺得就不會那麼的累了因為在暑假或去高雄都很累，可是我覺得開學的時候我覺得比較輕鬆，也比較不會那麼的累，我覺得開學是我最快樂的時候
十月	我在運動會表演我覺得有點害怕因為如果打錯就會被人家笑。
十一月	我去比賽的時候我很緊張因為我很怕打錯就很丟臉。

尖山武術隊

學生學習心得紀錄

學生心得日誌

班級:802

姓名:劉兆倚

日期	心得內容
七月	集訓很累,但是身體變更好。
八月	高雄那四天都在跑山,第一次跑覺得好累。
九月	開學之後的練習,就比較沒那麼累了,很好玩。
十月	十月的時候,我們去鶯歌,要表演給很多人看,當時很緊張,但是快換到我們這組要表演的時候就不緊張了,因為已經知道要上場表演了。(讓我學習到,訓練自己的膽量)
十一月	11月19日,我們對上去淡水比賽,我覺得裁判好嚴格,但是是我自己的問題,我蹲得不夠低,站太高就會扣分,我以後會記得自己的動作,和蹲的低不低。

尖山武術隊 學生學習心得紀錄

學生心得日誌

班級:701,801

姓名: 簡冠崴

日期	心得內容
3/29	馬上就要比賽了,我很緊張。
4/8	得了第一名我很開心,因為是我第一次比賽。
5/16	第二次的比賽要來了,不過沒有這麼緊張了。
5/23	這次的比賽非常可惜,雖然第三名,但是第一名有兩個所以變成第四名,所以只有拿參加獎。
5/27	練武術是需要花時間練才有成果的。
七月	暑訓雖然很累,但是可以學到很多東西,所以很值得。
八月	去高雄的訓練只有四天,但這四天就可以累死了,不過可以邊練習邊親近大自然真好。
九月	開學之後就沒有那麼累了,不過還是要加油!
十月	運動會要表演了,所以要努力準備,絕對不能失誤。
十一月	這次比賽很難得名,不過當作經驗就好

附表 4-3

尖山國中武術隊 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加武術隊的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：_____ 姓名：_____ 練習的武術項目：

◎填寫日期：_____年_____月_____日

本表採 5 等計分；非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input type="checkbox"/>				
2. 讓我對武術學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>				
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input type="checkbox"/>				
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>				
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>				
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>				
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>				
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>				
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>				
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>				
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input type="checkbox"/>				
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>				
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>				
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>				
15. 武術隊會是我國中生活重要的回憶。	<input type="checkbox"/>				
16. 這學期我學習到……					
17. 我增強了（或突破）……					
18. 我的期待（或我的承諾）……					

表 4-3

尖山國中武術隊 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加武術隊的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：802 姓名：許文軒 練習的武術項目：摘盔·勒·插捶

◎填寫日期：100年11月21日
本表採5等計分：非常同意(5分)、同意(4分)、尚可(3分)、不同意(2分)、非常不同意(1分)

非常同意 同意 尚可 不同意 非常不同意

- | | | | | | |
|----------------------|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 我覺得自己增加一項能力。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 讓我對武術學習更有興趣。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 讓我有勇氣公開表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 讓我對自己更有自信。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 讓我學會為自己負責任。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. 讓我認識更多朋友。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. 不會影響我的課業。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. 在社團中，我會主動教導其他同學。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. 我喜歡參與對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. 每一次演出後，我感到很有成就感。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. 我喜歡老師安排的課程。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. 我願意參與每一次對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. 下學期我願意繼續參加。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. 武術隊會是我國中生活重要的回憶。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16. 這學期我學習到…… | | | | | |
| | | | | | |
| 17. 我增強了(或突破)…… | | | | | |
| | | | | | |
| 18. 我的期待(或我的承諾)…… | | | | | |
| | | | | | |

努力是要持續的。

增強了自己的骨節能

我期待我的體能可以更好

表 4-3

尖山國中武術隊 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加 武術隊 的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：904 姓名：蕭詠 練習的武術項目：扁要一起

◎填寫日期：100 年 11 月 21 日

本表採 5 等計分：非常同意 (5 分)、同意 (4 分)、尚可 (3 分)、不同意 (2 分)、非常不同意 (1 分)

非常同意 同意 尚可 不同意 非常不同意

- | | | | | | |
|----------------------|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 我覺得自己增加一項能力。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 讓我對武術學習更有興趣。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 讓我有勇氣公開表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 讓我對自己更有自信。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 讓我學會為自己負責任。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. 讓我認識更多朋友。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. 不會影響我的課業。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. 在社團中，我會主動教導其他同學。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. 我喜歡參與對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. 每一次演出後，我感到很有成就感。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. 我喜歡老師安排的課程。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. 我願意參與每一次對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. 下學期我願意繼續參加。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. 武術隊會是我園中生活重要的回憶。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16. 這學期我學習到…… | | | | | |
| | <u>我學到了如何領導別人。</u> | | | | |
| 17. 我增強了 (或突破) …… | | | | | |
| | <u>我的體能變好了。</u> | | | | |
| 18. 我的期待 (或我的承諾) …… | | | | | |
| | <u>我期待能更強壯。</u> | | | | |

表 4-3

尖山國中武術隊 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加武術隊的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：905 姓名：廖郁嘉 練習的武術項目：迷蹤-趟

◎填寫日期：100年11月21日

本表採5等計分：非常同意(5分)、同意(4分)、尚可(3分)、不同意(2分)、非常不同意(1分)

非常同意 同意 尚可 不同意 非常不同意

- | | | | | | |
|------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 我覺得自己增加一項能力。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 讓我對武術學習更有興趣。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 讓我有勇氣公開表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 讓我對自己更有自信。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 讓我學會為自己負責任。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. 讓我認識更多朋友。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. 不會影響我的課業。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. 在社團中，我會主動教導其他同學。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. 我喜歡參與對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. 每一次演出後，我感到很有成就感。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. 我喜歡老師安排的課程。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. 我願意參與每一次對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. 下學期我願意繼續參加。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. 武術隊會是我國中生活重要的回憶。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16. 這學期我學習到……
<u>團隊精神</u> | | | | | |
| 17. 我增強了(或突破)……
<u>體力</u> | | | | | |
| 18. 我的期待(或我的承諾)……
<u>以便可以更好</u> | | | | | |

表 4-3

尖山國中武術隊 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加武術隊的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：904 姓名：郭怡珊 練習的武術項目：迷踪-腿

◎填寫日期：100年11月31日

本表採5等評分：非常同意(5分)、同意(4分)、尚可(3分)、不同意(2分)、非常不同意(1分)

非常同意 同意 尚可 不同意 非常不同意

- | | | | | | |
|----------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 我覺得自己增加一項能力。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 讓我對武術學習更有興趣。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 讓我有勇氣公開表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 讓我對自己更有自信。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 讓我學會為自己負責任。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. 讓我認識更多朋友。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. 不會影響我的課業。 | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. 在社團中，我會主動教導其他同學。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. 我喜歡參與對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. 每一次演出後，我感到很有成就感。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. 我喜歡老師安排的課程。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. 我願意參與每一次對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. 下學期我願意繼續參加。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. 武術隊會是我國中生活重要的回憶。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16. 這學期我學習到…… | <u>原來練武術可以減少課業壓力。</u> | | | | |
| 17. 我增強了(或突破)…… | <u>勇氣、自信。</u> | | | | |
| 18. 我的期待(或我的承諾)…… | <u>體能增加</u> | | | | |

尖山國中武術隊 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加武術隊的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：904 姓名：王聖介 練習的武術項目：六合棍

◎填寫日期：100 年 11 月 21 日

本表採5等計分：非常同意(5分)、同意(4分)、尚可(3分)、不同意(2分)、非常不同意(1分)

非常同意 同意 尚可 不同意 非常不同意

- | | | | | | |
|----------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 我覺得自己增加一項能力。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 讓我對武術學習更有興趣。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 讓我有勇氣公開表演。 | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 讓我對自己更有自信。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 讓我學會為自己負責任。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. 讓我認識更多朋友。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. 不會影響我的課業。 | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. 在社團中，我會主動教導其他同學。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. 我喜歡參與對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. 每一次演出後，我感到很有成就感。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. 我喜歡老師安排的課程。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. 我願意參與每一次對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. 下學期我願意繼續參加。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. 武術隊會是我國中生活重要的回憶。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

16. 學期我學習到.....

新的寬路、責任

17. 增強了(或突破).....

增強我的兵器及拳術

18. 的期待(或我的承諾).....

我比賽六合棍要得第一名

表 4-3

尖山國中武術隊 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加武術隊的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：902 姓名：賴信諳 練習的武術項目：太極拳

◎填寫日期：100年11月21日

本表採3等計分：非常同意(5分)、同意(4分)、尚可(3分)、不同意(2分)、非常不同意(1分)

非常同意 同意 尚可 不同意 非常不同意

1. 我覺得自己增加一項能力。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對武術學習更有興趣。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 武術隊會是我國中生活重要的回憶。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……
團隊精神

17. 我增強了(或突破)……
體能

18. 我的期待(或我的承諾)……
能把學業操出來西

尖山國中武術隊 學生自評表

荷

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加武術隊的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：902 姓名：吳英傑 練習的武術項目：

◎填寫日期：100年11月21日

摘要一

本表採5等計分：非常同意(5分)、同意(4分)、尚可(3分)、不同意(2分)、非常不同意(1分)

非常同意 同意 尚可 不同意 非常不同意

- | | | | | | |
|---|-------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|-------------------------------------|--------------------------|
| 1. 我覺得自己增加一項能力。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 讓我對武術學習更有興趣。 | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 讓我有勇氣公開表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 讓我對自己更有自信。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 讓我學會為自己負責任。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. 讓我認識更多朋友。 | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. 不會影響我的課業。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. 在社團中，我會主動教導其他同學。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。 | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. 我喜歡參與對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. 每一次演出後，我感到很有成就感。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. 我喜歡老師安排的課程。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. 我願意參與每一次對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. 下學期我願意繼續參加。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. 武術隊會是我國中生活重要的回憶。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16. 這學期我學習到……
前人艱辛的修業 | | | | | |
| 17. 我增強了(或突破)……
我的增強了, 自己的勇氣 | | | | | |
| 18. 我的期待(或我的承諾)……
承諾
我期待我永遠可以繼續在武術隊 | | | | | |

表 4-3

尖山國中武術隊 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加武術隊的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：901 姓名：陸政廷 練習的武術項目：攔截

◎填寫日期：100年11月21日

本表採5等計分：非常同意(5分)、同意(4分)、尚可(3分)、不同意(2分)、非常不同意(1分)

非常同意 同意 尚可 不同意 非常不同意

- | | | | | | |
|----------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|-------------------------------------|
| 1. 我覺得自己增加一項能力。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 讓我對武術學習更有興趣。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 讓我有勇氣公開表演。 | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 讓我對自己更有自信。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 讓我學會為自己負責任。 | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. 讓我認識更多朋友。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. 不會影響我的課業。 | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. 在社團中，我會主動教導其他同學。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 10. 我喜歡參與對外的表演。 | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. 每一次演出後，我感到很有成就感。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. 我喜歡老師安排的課程。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. 我願意參與每一次對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. 下學期我願意繼續參加。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. 武術隊會是我國中生活重要的回憶。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

16. 這學期我學習到……

我學到了怎麼帶領學弟練習。

17. 我增強了(或突破)……

我增強了我的速度和力量

18. 我的期待(或我的承諾)……

讓我拳打的更好
我期待我比賽都可以得名。

尖山國中武術隊 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加 武術隊 的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：901 姓名：蕭作平 練習的武術項目：六合棍

◎填寫日期：100 年 11 月 21 日

本表採 5 等計分：非常同意 (5 分)、同意 (4 分)、尚可 (3 分)、不同意 (2 分)、非常不同意 (1 分)

非常同意 同意 尚可 不同意 非常不同意

1. 我覺得自己增加一項能力。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對武術學習更有興趣。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 武術隊會是我國中生活重要的回憶。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 這學期我學習到……	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

紀律

1. 增強了 (或突破) ……

我增強了我的體能，比 7 年級進步超多的。

2. 的期待 (或我的承諾) ……

我希望我可以把六合棍練得更好。

並在下一個比賽得名。

尖山國中武術隊 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加武術隊的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：901 姓名：趙廷 練習的武術項目：搏擊

◎填寫日期：10年11月21日

本表採5等分：非常同意(5分)、同意(4分)、尚可(3分)、不同意(2分)、非常不同意(1分)

非常同意 同意 尚可 不同意 非常不同意

1. 我覺得自己增加一項能力。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對武術學習更有興趣。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1. 讓我有勇氣公開表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對自己更有自信。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我學會為自己負責任。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我認識更多朋友。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 不會影響我的課業。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 我喜歡參與對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡老師安排的課程。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 我願意參與每一次對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 下學期我願意繼續參加。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 武術隊會是我國中生活重要的回憶。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

14. 學期我學習到.....

團隊精神、靠自己付責任、怎麼對華別人、紀律

15. 增強了(或突破).....

突破自卑常常對自己沒信心
的期待(或我的承諾).....
期待我們回國時能比賽每個人都能

表 4-3

尖山國中武術隊 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加武術隊的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：九二 姓名：王慶佳 練習的武術項目：少林、太極、八卦、詠春、白鶴

◎填寫日期：100 年 11 月 21 日

本表採5等計分：非常同意(5分)、同意(4分)、尚可(3分)、不同意(2分)、非常不同意(1分)

非常同意 同意 尚可 不同意 非常不同意

- | | | | | | |
|----------------------|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 我覺得自己增加一項能力。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 讓我對武術學習更有興趣。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 讓我有勇氣公開表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 讓我對自己更有自信。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 讓我學會為自己負責任。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. 讓我認識更多朋友。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. 不會影響我的課業。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. 在社團中，我會主動教導其他同學。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. 我喜歡參與對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. 每一次演出後，我感到很有成就感。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. 我喜歡老師安排的課程。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. 我願意參與每一次對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. 下學期我願意繼續參加。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. 武術隊會是我國中生活重要的回憶。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

16. 這學期我學習到……

忍耐、七個基本功

17. 我增強了(或突破)……

我的體能與耐力

18. 我的期待(或我的承諾)……

希望老師能到年終的學校!

表 4-3

尖山國中武術隊 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加武術隊的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：802 姓名：曹冠霖 練習的武術項目：芭刀四路、摘盔、拍捶

◎填寫日期：100年11月21日

本表採5等計分：非常同意(5分)、同意(4分)、尚可(3分)、不同意(2分)、非常不同意(1分)

非常同意 同意 尚可 不同意 非常不同意

- | | | | | | |
|----------------------|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 我覺得自己增加一項能力。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 讓我對武術學習更有興趣。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 讓我有勇氣公開表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 讓我對自己更有自信。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 讓我學會為自己負責任。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. 讓我認識更多朋友。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. 不會影響我的課業。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. 在社團中，我會主動教導其他同學。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. 我喜歡參與對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. 每一次演出後，我感到很有成就感。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. 我喜歡老師安排的課程。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. 我願意參與每一次對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. 下學期我願意繼續參加。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. 武術隊會是我國中生活重要的回憶。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

16. 這學期我學習到……

我學習到許多武術, 例如, 摘盔等

17. 我增強了(或突破)……

我的體力增強了, 比以前更好了

18. 我的期待(或我的承諾)……

我的期待: 可以超越隊長

表 4-3

尖山國中武術隊 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加武術隊的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：805 姓名：李堯元 練習的武術項目：摘盔

◎填寫日期：100年11月21日

本表採5等計分：非常同意(5分)、同意(4分)、尚可(3分)、不同意(2分)、非常不同意(1分)

非常同意 同意 尚可 不同意 非常不同意

- | | | | | | |
|--|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 我覺得自己增加一項能力。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 讓我對武術學習更有興趣。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 讓我有勇氣公開表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 讓我對自己更有自信。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 讓我學會為自己負責任。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. 讓我認識更多朋友。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. 不會影響我的課業。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. 在社團中，我會主動教導其他同學。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. 我喜歡參與對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. 每一次演出後，我感到很有成就感。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. 我喜歡老師安排的課程。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. 我願意參與每一次對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. 下學期我願意繼續參加。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. 武術隊會是我國中生活重要的回憶。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16. 這學期我學習到……
<u>這學期我學到了新的套路，以及應用的方法。</u> | | | | | |
| 17. 我增強了(或突破)……
<u>我增強了自己的體格和力量。</u> | | | | | |
| 18. 我的期待(或我的承諾)……
<u>我希望可以為隊上多付出一些力量。</u> | | | | | |

表 4-3

尖山國中武術隊 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加武術隊的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：802 姓名：劉兆倚 練習的武術項目：小虎鎗刀、崩步、插捶、巨攆劍、連環腿、連環拳、雙刀雙棍三路。

◎填寫日期：60年11月21日

本表採5等計分：非常同意(5分)、同意(4分)、尚可(3分)、不同意(2分)、非常不同意(1分)

非常同意 同意 尚可 不同意 非常不同意

- | | | | | | |
|----------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 我覺得自己增加一項能力。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 讓我對武術學習更有興趣。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 讓我有勇氣公開表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 讓我對自己更有自信。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 讓我學會為自己負責任。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. 讓我認識更多朋友。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. 不會影響我的課業。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. 在社團中，我會主動教導其他同學。 | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. 我喜歡參與對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. 每一次演出後，我感到很有成就感。 | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. 我喜歡老師安排的課程。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. 我願意參與每一次對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. 下學期我願意繼續參加。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. 武術隊會是我國中生活重要的回憶。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

16. 這學期我學習到…… 有努力，就會有成果

17. 我增強了(或突破)…… 手部的力量 和 腿的力量

18. 我的期待(或我的承諾)…… 我希望我可以趕快學到新招

表 4-3

尖山國中武術隊 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加武術隊的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：802 姓名：卓俞成 練習的武術項目：三段,苗刀,棍,燒燕,插捶

◎填寫日期：100 年 11 月 21 日

本表採 5 等計分：非常同意 (5 分)、同意 (4 分)、尚可 (3 分)、不同意 (2 分)、非常不同意 (1 分)

非常同意 同意 尚可 不同意 非常不同意

- | | | | | | |
|----------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 我覺得自己增加一項能力。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 讓我對武術學習更有興趣。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 讓我有勇氣公開表演。 | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 讓我對自己更有自信。 | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 讓我學會為自己負責任。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. 讓我認識更多朋友。 | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. 不會影響我的課業。 | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. 在社團中，我會主動教導其他同學。 | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. 我喜歡參與對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. 每一次演出後，我感到很有成就感。 | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. 我喜歡老師安排的課程。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. 我願意參與每一次對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. 下學期我願意繼續參加。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. 武術隊會是我國中生活重要的回憶。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

16. 這學期我學習到……

努力是要一直持續的

17. 我增強了 (或突破) ……

我突破了以前的體能

18. 我的期待 (或我的承諾) ……

我期待可以讓我的體能更好

表 4-3

尖山國中武術隊 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加武術隊的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：905 姓名：鄭恩銘 練習的武術項目：迷蹤一極

◎填寫日期：100 年 11 月 21 日

本表採5等計分：非常同意(5分)、同意(4分)、尚可(3分)、不同意(2分)、非常不同意(1分)

非常同意 同意 尚可 不同意 非常不同意

- | | | | | | |
|--|-------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|-------------------------------------|--------------------------|
| 1. 我覺得自己增加一項能力。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 讓我對武術學習更有興趣。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 讓我有勇氣公開表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 讓我對自己更有自信。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 讓我學會為自己負責任。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. 讓我認識更多朋友。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. 不會影響我的課業。 | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. 在社團中，我會主動教導其他同學。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. 我喜歡參與對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. 每一次演出後，我感到很有成就感。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. 我喜歡老師安排的課程。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. 我願意參與每一次對外的表演。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. 下學期我願意繼續參加。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. 武術隊會是我國中生活重要的回憶。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16. 這學期我學習到……
如何在團體中培養出默契!!
如何帶人!! | | | | | |
| 17. 我增強了(或突破)……
體力增加、身體沒有以前那麼虛弱了!! | | | | | |
| 18. 我的期待(或我的承諾)……
認真、努力、不鬆懈 | | | | | |

尖山國中武術隊 學生自評統計表

親愛的老師辛苦了

經過您的努力「學生自評表」完成了，本會為讓本計畫能更清楚
 量化數據，煩請您再將「學生自評表」完成人數統計後，並製作統計
 分析圖表。

★學生背景資料(可複選)

◎參加引導計畫學生總人數： 人；國一： 0 人；國二： 13 人；國三： 18 人

◎曾中輟之慮： 0 人

◎學生身份別：一般生： 29 人、原住民： 2 人、外配子女： 0 人

◎學生家庭類型：雙親： 30 人、單親： 1 人、失親： 0 人、繼親： 0 人、隔
 代教養： 0 人、其他： 0

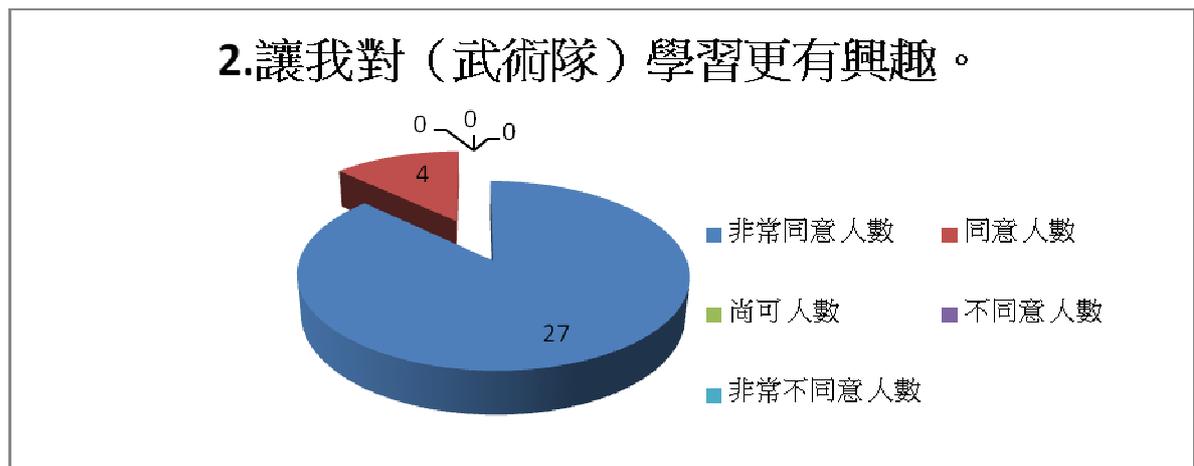
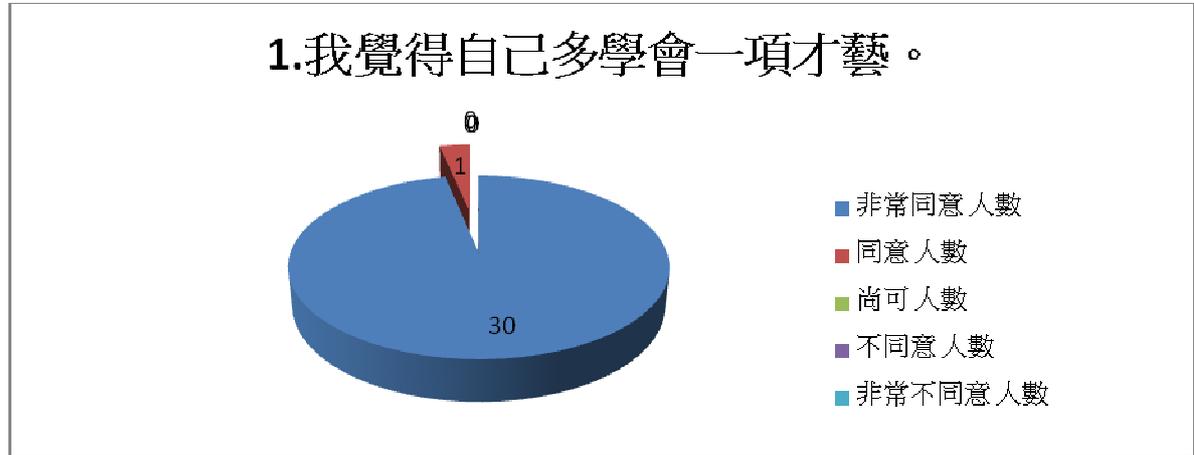
◎家庭經濟：低收入戶： 2 人、中低收入戶： 0 人、清寒家庭： 0 人、身障子女： 0
 人、其他： 0

◎請附學生升學狀況調查表(每年9月調查學生升學狀況之表)

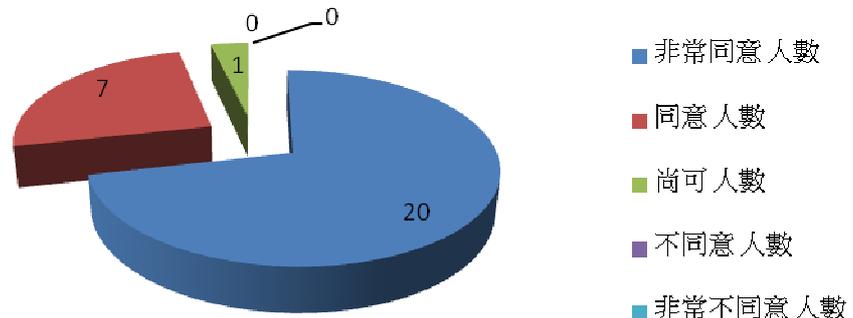
項 目	非常同意 人數	同意 人數	尚可 人數	不同意 人數	非常不同意 人數
1. 我覺得自己多學會一項才藝。	30	1	0	0	0
2. 讓我對(武術隊)學習更有興趣。	27	4	0	0	0
3. 讓我有勇氣公開表演。	20	7	1	0	0
4. 讓我對自己更有自信。	23	5	0	0	0
5. 讓我學會為自己負責任。	23	4	2	1	0
6. 讓我認識更多朋友。	28	1	0	1	0
7. 不會影響我的課業。	17	9	2	0	0
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	15	9	3	0	3
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	17	5	5	1	2
10. 我喜歡參與對外的表演。	27	3	1	0	0
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	24	4	0	0	0
12. 我喜歡老師安排的課程。	27	4	0	0	0
13. 我願意參與每一次對外的表演。	28	2	1	0	0
14. 下學期我願意繼續參加。	26	5	0	0	0
15. 武術隊會是我國中生活重要的回憶	28	3	0	0	0
合計	360	66	15	3	5

*備註：本表填寫學生為 100 年度在校之武術隊學生，原 99 年度申請之學生 7 年級已升為 8 年級，8 年級已升為 9 年級，而 9 年級生 3 位已畢業。

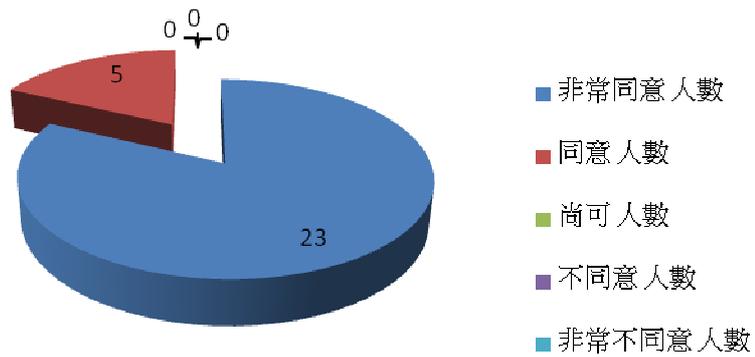
分析圖表一：各項目圓餅圖



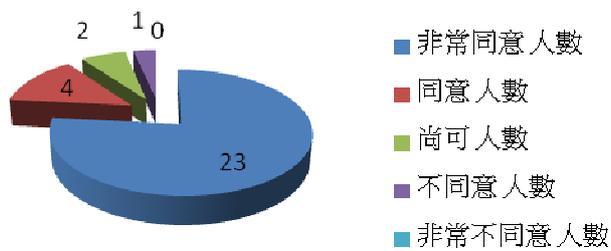
3.讓我有勇氣公開表演。



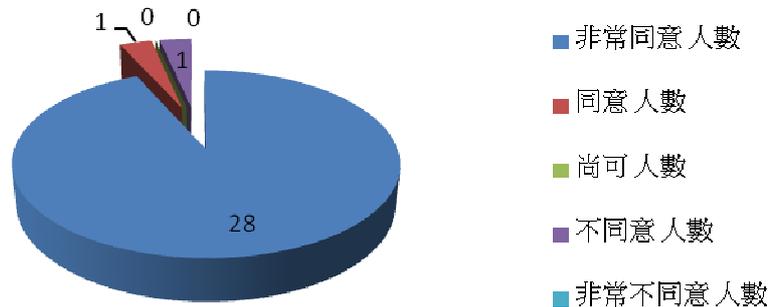
4.讓我對自己更有自信。



5.讓我學會為自己負責任。



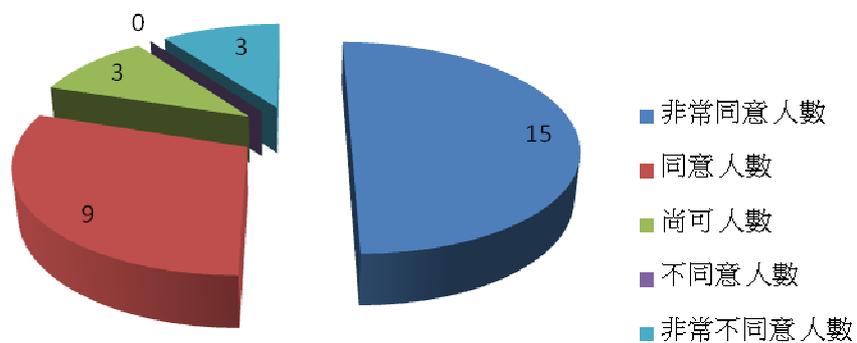
6.讓我認識更多朋友。



7.不會影響我的課業。



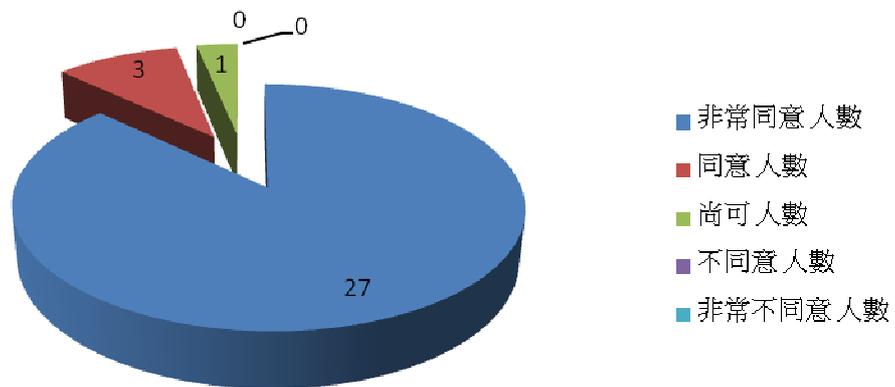
8.在社團中，我會主動教導其他同學。



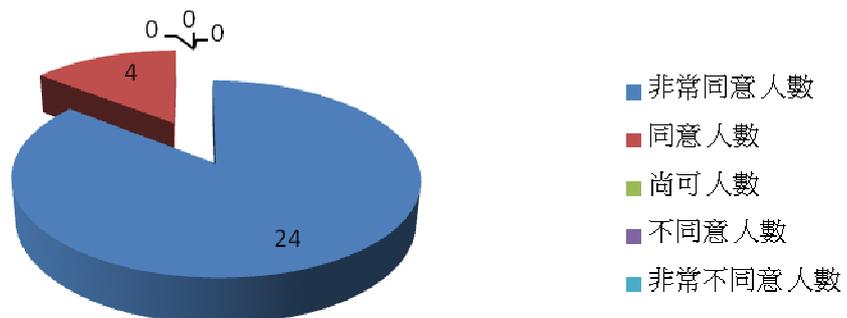
9.我樂於在班上跟同學分享學習的內容。



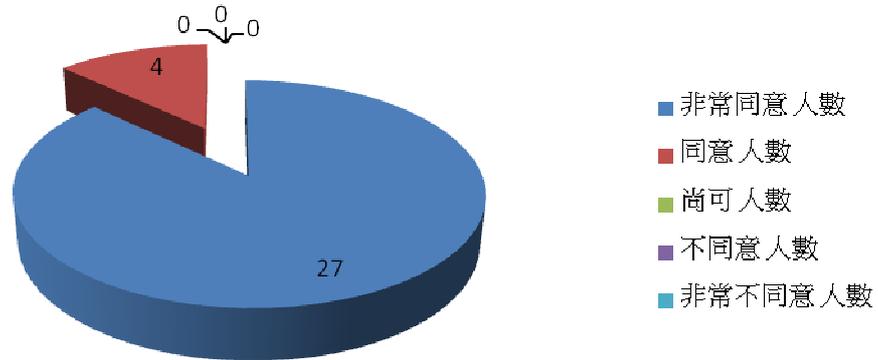
10.我喜歡參與對外的表演。



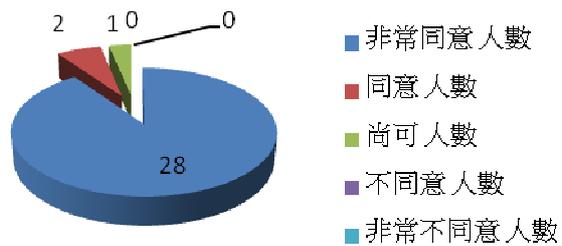
11.每一次演出後，我感到很有成就感。



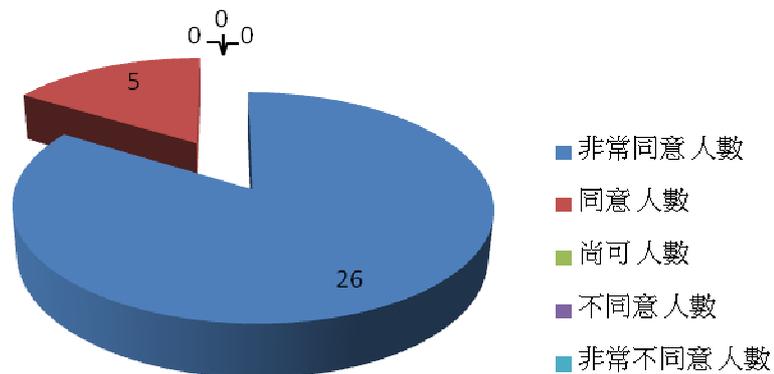
12.我喜歡老師安排的課程。



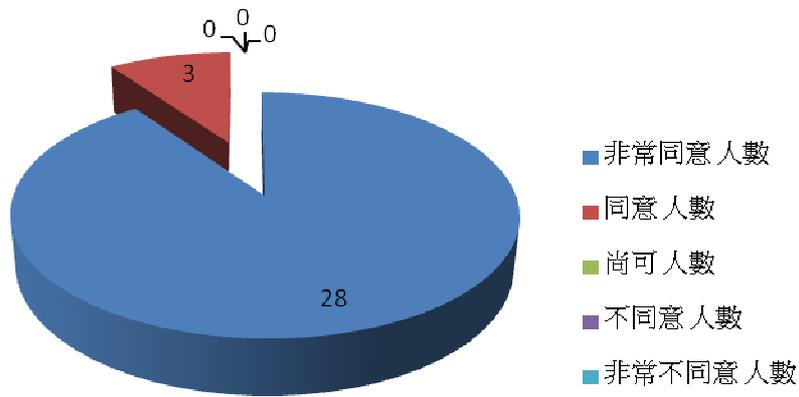
13.我願意參與每一次對外的表演。



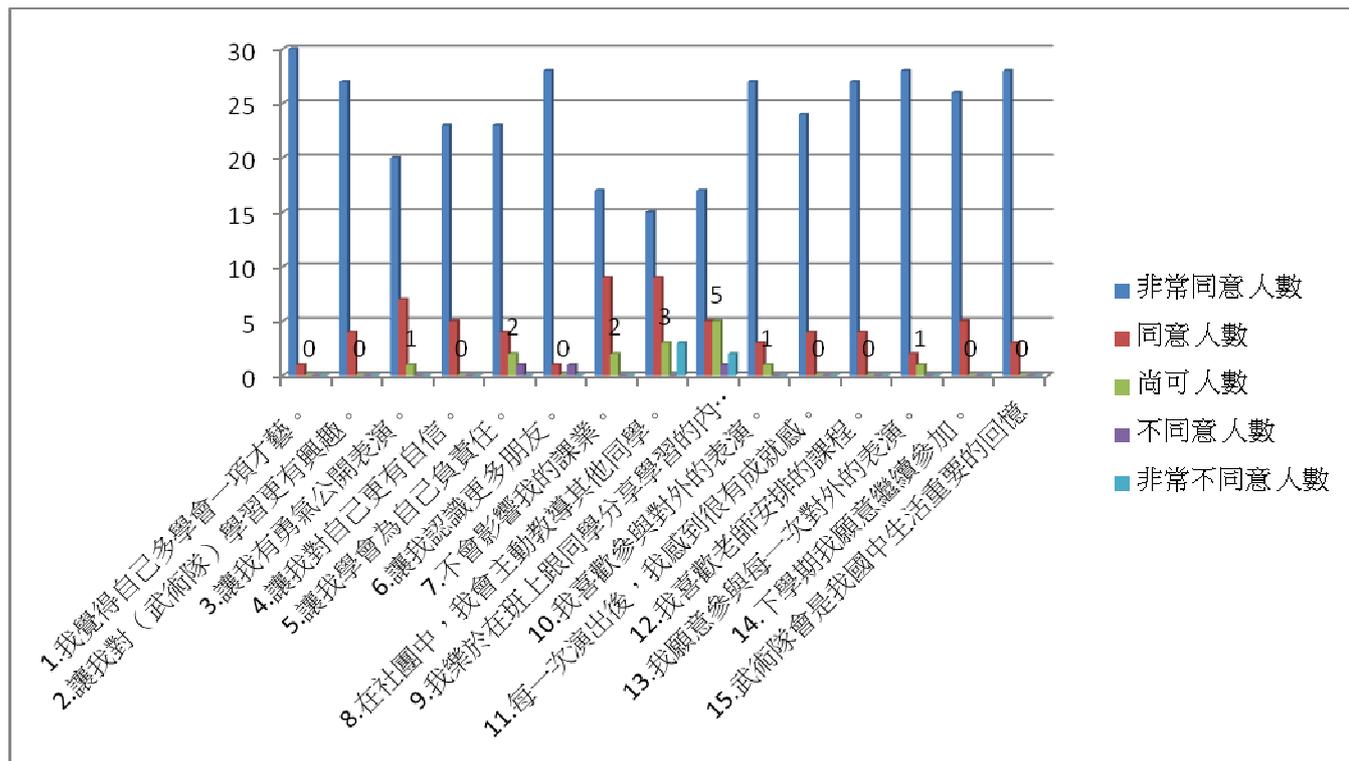
14.下學期我願意繼續參加。



15. 武術隊會是我國中生活重要的回憶



分析圖表二：總長條圖



99 學年度-100 年引導計畫學生升學狀況調查表 (100.8 月調查)

學校名稱: 尖山國中

引導計畫名稱: 尖山之風 大將之風

參加引導計畫學生總人數: 37 人; 畢業人數: 3 人

學生姓名	考取學校	附註
陳建儒	私立至善高中	1. 學業低成就 2. 申請入學
鄭閔元	私立豫章工商	1. 學業低成就 2. 申請入學 3. 低收入家庭
王韋盛	國立鶯歌高職	1. 學業認真上進 2. 因成績優異申請鶯歌高職 3. 低收入家庭 4. 單親家庭

附表 4-4

學校執行成效自評量表 (期末)

*本表請依原執行計畫書中之「學校執行預期成效自評量表」實際執行狀況填寫。

評估成效	量化指標	評估方法與工具	期末量化評估結果 (數據)	期末量化評估結果說明 (文字)
1 增加九年級三位學生升學進路機會	1. 參與大型比賽得到殊榮	獎狀或獎牌等記錄	台灣媽祖盃國際武術錦標賽國中男子個人項目(拳術)~~陳建儒(攔截) 第一名、國中男子個人項目(器械)~~陳建儒(攔門刀) 第二名。2010 國際少林武術大賽暨全國中正盃武術錦標賽外家象形拳: 第 1 名 王韋盛、第 3 名 陳建儒、第 3 名 鄭閔元。外家拳術對練: 第 2 名 王韋	三位學生皆有獲得獎牌。因獎項眾多, 只記錄個人和對練獎項, 其團隊獎項不列入。

			盛 陳建儒。2010 全國菁英盃拳術對練：第一名 王韋盛、陳建儒、個人北拳：第四名 陳建儒。2010 中華武道盃全國傳統武術錦標賽國男北拳組第一名 王韋盛、國男螳螂拳 B 組第一名 陳建儒。	
	2. 申請海山或清水等學校	確實提出升學申請表	3 位參與基測考試。	鶯歌高職、至善高中體育班。
2 九年級三位學生不犯任何記過警告之違反校規情事	於畢業前不能因其外顯不當行為受到記過之處分	校內記過記錄	九年級三人共計 8 支警告。	九年級兩位同學無不良紀錄，一位九年級有 8 支警告。雖仍有紀錄，但該生 8 年級曾計 3 支小過 2 支警告，已有大幅改善。
3 改善八年級十位學生之不當外顯行為	於下學期末都不能因其外顯不當行為受到記過之處分	校內記過記錄	1 位轉學，5 位無再度有不良紀錄，四位共計 14 支警告。	5 位同學中有三位以前有過不良紀錄，後改善良多。再度記警告的同學中只有一位有了 7 支警告，情況不佳外，其他三位與前年相比，皆減少被記警告之數量。
4 七年級四位易與人爭執之學生在校不再發生衝突事件	於下學期末都不因與人衝突至學務處前靜站反思	導師 B 卡記錄	導師記錄無違規記過情事	四位學生能管理自我行為態度。

*備註：原執行計劃書為 99 年度所設，本表追蹤該年度學生而評估成效。

尖山國中武術隊照片集

2011 鶯歌陶瓷嘉年華



2011 鶯歌陶瓷嘉年華



平日練習實況



平日練習實況



得獎合影



得獎合影



比賽前練習實況



比賽前練習實況



普仁委員來訪



參觀武術器材



合影留戀



與委員分享午餐



尖山國中武術隊獎盃、獎狀集

