仁德醫護管理專科學校

112年度高等教育深耕計畫　執行成果

111學年度 第 2 學期

一、分項計畫：分項 8_8.1 提升專題實作技能競賽成效

二、活動主題：2023 年第九屆全國技專校院老人福祉產品/服務創新設計競賽

三、活動地點：林口長庚科技大學

四、活動內容：創新設計競賽決賽

五、活動花絮：

<table>
<tr><td>執行單位：護理科</td><td>活動日期：2023年11月17日</td></tr>
<tr><td colspan="2">參加人數：學生2人、帶隊老師1人</td></tr>
<tr><td> </td><td> </td></tr>
<tr><td>拍照日期：112.11.17
照片說明：抵達會場</td><td>拍照日期：112.11.17
照片說明：參賽過程</td></tr>
<tr><td> </td><td>
</td></tr>
<tr><td>拍照日期：112.11.17
照片說明：頒獎</td><td>拍照日期：112.11.17
照片說明：獎狀</td></tr>
</table>

六、成效分析(含質化成果及量化成果)：

(一)競賽結果： 2023 年第九屆全國技專校院老人福祉產品/服務創新設計競賽獲得佳作

(二)選手心得：

選手: 何佳歡	建議與心得
選手心得	在要發表成果前，準備充分是很重要的一環，因為必須確保設計的作品在展示前得到充分的測試和優化，也要確保有足夠的宣傳材料，例如:海報、展示說明、傳單等。以便向觀眾和評審展示作品的獨特性和創新，還有在溝通的過程，因為對方是外國人，所以口語的表達能力必須要很清晰，在表達的過程，雖然無法完全表達全部的想法和回答評審的問題，但其實自信才是最重要的，因為沒有人會更了解自己的作品，到最後評審的反饋時無論是正面還是負面的，都必須接受從中學習，這會有助我的專業成長。
對賽前訓練之建議	在賽前須先制定明確的訓練計劃，包括訓練內容、頻率和持續的時間，提供足夠的時間來優化自身的技能，還有根據比賽的類別及要求，來專注於相關的技巧訓練，能夠在比賽中展現技能，以及模擬比賽的情況，以便習慣壓力和環境，幫助自己提高比賽時的表現，並減低緊張感，賽前訓練應該是一個有計畫、有目標和多方面的過程，讓自己在比賽的過程中更出色，充分發揮自身的潛力。
總體心得 (訓練與參賽過 程收穫、感受、對自己的幫助:	參加比賽和經歷相關的訓練過程是一個具有挑戰性和有價值的經驗。訓練和參賽過程中，我經歷了巨大的成長和學習。我不僅提高了我的專業技能，還學會了更好地管理時間、壓力和資源。這種成長是無價的，對我的未來事業和個人發展都有積極的影響。參賽過程需要克服挑戰、競爭對手和不確定性。提高了我的自信心。我學會了相信自己的能力，無論在什麼情況下，都可以應對挑戰。比賽的結果不一定總是成功的，有時我們會面臨失敗。然而，我學會了從失敗中汲取經驗，並找到改進的方法，這種韌性和應對失敗的能力是非常寶貴的。參加比賽和相關訓練過程對我來說是一個豐富和有價值的經驗。它幫助我成長，提高技能，建立自信，擴展經驗和連結，並培養了許多重要的生活技能。這種經驗對於我的個人和專業生活都有深遠的影響，並激勵我繼續追求更高的目標和挑戰。