一未經授權轉到114年技優社群多用文业未經授權轉到119 轉载①2025社群事用禁止未經核化轉载①2025社 干技像社群争用授權轉载 ①2025114年技像社群争用授 2025114年技優禁止未經授權轉級〇2025114年技優特 上未經授權轉到114年技優社群事用禁止未經發權轉章 權轉载①2025社群争用禁止未經授權轉載①2025 作科教会社群事用发權轉数©2025月4年技像社群等用 4年技像社群事用发權轉数©2025月4年技像社群等用 (C)2n25114年技像校业未经按措施整理 經接禮轉到1十年技優社群事的學士經接轉 社群等的大业未经授權等於 ①202 福地农 © 2025114年 100 社群等 社科多思禁止未經授權 (2025114年技優社為 整位第一〇2025114年 经接權轉载 祥争用禁止未經授 25114年技修 禁止未經授權轉载① 多载 ①20 持用 禁 经投作 未經境准轉载 ①2025 經路標為整个了11 025114年技像社群専用发 接像社群事用禁止未經1 上未經授權轉載 ①2025 社群等所禁止未經授權轉載 ①

## 025114年技像禁止未然按推野致心之以一 题高114年技像社科等用茶业未经设施转载①2025社 CONTENTS

## 平技俊

日球	多用学了202511中年技术	大工0十月11日
CONTENTS	專用祭 © 2025 11中午技術 轉载 © 2025 11中午技術 轉载 © 202 未經授權轉載 © 202 年接機 科專用禁止未 年技優社群專用禁止某	
01 自主學習	年技像社科习出入權轉	数 ①2025
02 證照	在特教 (202) [1]	23
03 企劃撰寫	中年刊	知為社科等
04 語言能力	1 1 1 1 C 202)	4,5114439
05 投資競賽	禁止未知其事用禁	4 C20
。岫本审古		- + 1 1/B 71-707
oz 基立參師	月授權特致極轉載	C) 202)
08 全國技藝競	賽	6
09 專題競賽	度禁止不能慢性持事用 賽14年技像社群事用 李月发程等致 (C2025)	60202511
本篇 (D)	李月 李月 李月 李月 李月 李月 李月 李月 李月 李月 李月 李月 李月 李	

上未经按權勢裁 ①2025 社科事用禁止未經按權轉载

#### ○1 自主學習:睡眠品質之探討-以高中生為例

升學的競爭壓力仍左右著我們的學習與未來,也因此,大多數的學生都得犧牲睡眠來讀書,希望<u>能透過本文的探討,了解睡眠對於學習的影響,以便好為自己找出睡眠與學習間的平衡點。</u>研究結果發現,對學生在晚上無法有充分睡眠時,只要30分鐘的午睡,就能夠提升34%的認知表現,也可彌補前一晚睡眠不足的損失,即午睡可以增進下午的學習效率。 成品連結:<u>https://reurl.cc/VDWlaY</u>

成品連結:<u>https://reurl.cc/VDWlaY</u> 證照

#### 02 證照

高一考了會計人工記帳內級,為了因應大數據時代來臨,高二時我再去考了會計資訊內級。除了國貿科必考的會計、國貿證照,我也在課餘時間自行報名數位行 對證照及金融常識證照,拓展領域技能。考取這些證照 讓奠基我的專業能力,在日後進入貴系能夠更加游刃有餘的應用。

#### 03 企劃撰寫

升上高二後,便挑起隊長職務,帶領團隊執行第一個行銷企劃,結合過往比賽的經驗,將小組有<u>系統化的</u>整合,運用雲端硬碟將零散的工作分配,最高效率的合併,大大加速了我們在製作企畫上的效率,也從團隊中學習到:工作分配的重要性,<u>發覺每位組員的專長並發</u>揮最大效能。

#### 04 語言能力

在語言方面,除了多益外,多益測驗準備的不夠充裕,沒有在考前側答題時間,匆忙之下只考了505分,對我來說十分可惜,相信可以在準備後克服此次考試遇到的難題以800分為目標。考慮實用性我開始自學日語,並且用了4個月的時間考到N4,在未來也打算持續精進日文能力朝N1前進。除了英日兩種語言,也計畫學習第三種外語一西班牙語。

#### 05 投資競賽

進入高職才開始接觸金融相關的專業,高一開始不斷 地參加各種金融投資競賽,然而初生牛犢不怕虎的我在第 一次的投資競賽飽受挫折,在賽後的復盤中找出錯誤已成 為我的習慣,而後投資競賽的排名也開始向上爬,觸及到 的金融知識也愈來愈多,為我奠定一個良好的金融基礎, 也讓我在後面的投資競賽都能取的一個好成績。



▲ 投資競賽佳作



▲ 投資競賽佳作

#### 06 體育賽事



▲賽後頒獎

#### 07 藝文參與

除了學術方面,我也參加了許多藝術性質的比賽,累 積實力的音樂演奏、能夠清楚表達內心想法的國文寫作、 即興發揮並且展現台風的國文朗讀、表達創造力的繪圖, 從不同性質的項目中成就自我。此外我也想充分利用音樂 在品牌行銷的價值,借助音樂行銷傳遞品牌精神與訴求。

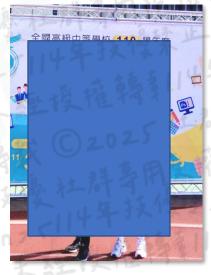
8	150	HHEN	H	MRUII	RAISH	MARK	Set.
ira	maz	<b>新商品の赤文</b>	N. FE	HOPI	nz:	_)	<b>范室</b>
isa	(B) (E) to	ANTORDER	B.	東チザ生	BRAN		27.00
110	mas	<b>Бикору</b>	H	HOWE	fiz.	155	dr
110.	但沒有	<b>和書名中華基于真子</b> む	ä	G 61 1	RU2196	P-11	G# S
112	建物类	BEROWENE	11	Hops	SERM	1.4	PE
160	非以其	<b>种面具中部温明器</b>	B 27	司十年生	MENA	30	DE!
110	ижх	PEROBA	B	M + BI	故事	13	de
110	の代数	<b>新國民中國議員</b> 第	R	유ተ부±	assa.	1.	己書 5
112	ARM	事業をおける 日本	n	Robi	電視医士用X 主教	39	CE
110	HIER	<b>新書名中間海高知謝</b>	10	日で学士	MHIRM	-4	281
110	one	никомпунун	H	ROBE	-	+	CE
190	422	新食品中飲食品飲養	*	日十年生	BRIDE	1	巴書作
110	TAR	DATIANAGEA	A	10.00.10	mence	0.2	CE

▲國語文縣賽參與名單



▲鋼琴彈奏

#### 08 全國技藝競賽



在選手培訓中,恰好與全縣國語文競賽訓練時間重疊,同時擁有兩種選手身分的我更能在其中充分展現了「時間管理」的能力,於我而言最大的「影響」是能在短時間透過資料分析及運用相關工具彙整出一份完整的報告說服甲方。



▲ 網站主頁截圖

準備期間為了提升美觀效果查詢許多網路上關於商業簡報視覺效果的資料,「發現」資料較分散。我的資料,「發現」資料較分散。我的「解決方法」是在賽後使用WIX建立網站,統整了歷年參賽作品、考題及藝術視覺相關資料、網站,並且持續更新,以供未來選手參考用。

#### 09 專題競賽



在製作的過程中,有許多與組員的衝突,工作的分配,溝通上的摩擦,多種不同層面的問題。在其中學到了,未來遇到相同的團體作業時,人員的工作分配如何進行,資料蒐集的方法、管道、與人溝通的平衡點,這些都是能讓作品更順利產出的要點。