

表演儀隊

110 學年度第二學期社團評鑑



嶺東中學學生社團評鑑項目暨自評表

社團名稱	表演儀隊	填表人	許凱茵	繳交日期	6/23
評鑑項目	評鑑內容及配分			評分	備考
行政作業 (20%)	1. 指導老師參加本校「社團指導老師會議」5%				由學務處依會議簽到表、巡堂紀錄表評分
	2. 社長或其他社團幹部參加本校「社團幹部研習」5%				
	3. 社員無故缺課或曠課 5%【最高 5 分，缺曠課每次扣 1 分】				
	4. 違反法令或校規 5%【最高 5 分，最低 0 分】				
基本資料 (10%)	1. 社團簡介及指導老師簡介 5%				由社團製作評鑑資料，學務處彙整後交審議小組評分
	2. 選任社團幹部並訂定分工執掌 5%				
社團運作 (60%)	1. 排定課程或活動計畫(行事曆)5%				
	2. 詳實填寫課程或活動紀錄 5%				
	3. 參加社團成果展示或展演 10%				
	4. 參加校外各類競賽成績優異 10%				
	5. 配合學校辦理活動或主動辦理社區活動 10%				
	6. 收取社費具合理性並向社員說明用途 5%				
	7. 詳列社費收支紀錄及單據 5%				
	8. 社團財產列冊保管 5%				
	9. 蒐整活動心得回饋與經驗傳承紀錄 5%				
社團滿意度 10%	實施社團滿意度調查 5%【按社員填寫比例配分】				
	社員對社團整體滿意度 5%【按社員滿意度配分】				
特別加分 (10%)	1. 評鑑資料精緻度 5%				
	2. 評鑑資料完整性 5%				
總分					

嶺東中學 表演儀隊社 110 學年度 第二學期社團評鑑資料冊目錄

項次	項目內容	頁次	備註
1	社團簡史及指導老師簡介	2	
2	組織章程/組織架構	3-5	
3	課程或活動計畫	6	
4	課程或活動紀錄	7-8	
5	社團成果展示或展演紀錄	9-28	
6	參加校外各類競賽成績紀錄	29-30	
7	參與或辦理社區活動紀錄	31-32	
8	收取社費說明會議紀錄	33	
9	社費收支紀錄及單據	34	
10	社團財產列冊保管	35	
11	活動心得回饋與經驗傳承紀錄	36-39	
12	社團滿意度調查記錄	40	
13	社團滿意度統計結果	40	

社團名稱	表演儀隊社	
社團簡介 (含榮譽事蹟及課程或活動績效)	堅持下去就是你的，辛苦的果實最終都會百花盛開，我們一同演出的表演，創造屬於嶺東儀隊的故事，歡迎熱愛儀隊的你與我們共同創造屬於我們的青春回憶。 儀隊是校隊，平常會利用中午午休時間以及課後時間練習槍法 儀隊主要是學習個人及團體操槍技巧，並在團練、交流及比賽中，展現帥氣的儀態、槍法、刀法、旗法與自信的榮耀 從儀隊中學習團隊精神，以儀態、紀律、禮貌、尊重、團結為五大紀律堅持遵守原則。 曾受邀到多所國中、小參加校慶表演 多次參加國防部全國高中儀隊比賽 參加台南市議長盃全國儀隊競賽 曾受邀參加多種遊行踩街	
指導老師簡介	歷任	柳綺雅 曾任福科國中儀隊教練嶺東高中儀隊教練 現任於清水高中儀隊教練、台中高工秩序糾察隊
	現任	李靖涓 經歷 福科國中儀隊1字一區區長 嶺東高中儀隊4字隊員 現職 福科國中儀隊教練 嶺東高中儀隊教練 儀次方工作室員工

社團 名稱	表演儀隊社				
組織 章程 (若無 可略)	儀隊隊規第 4-5 頁				
組織 架構 (幹部 職掌)	幹部職稱	職掌	現任幹部		
			班級	學號	姓名
	社長	在指導老師指導下綜理社團事務，並撰寫每學年及每學期的社團課程或活動計畫書，同時對外代表該社團。	觀二甲	915011	許凱茵
	副社長	社長代理人，協助指導老師於社團課程或活動時確實點名，填寫紀錄課程或活動內容，及繳交社團課程或活動紀錄簿。	觀二丙	915109	陳奕帆
	總務組長	管理社團經費及帳目，社團幹部交接時，應備妥財務帳冊、器材設備清冊、社團印鑑及相關資料移交新任幹部。	商貿二甲	917030	陳柏呈
	文資組長	蒐集社團各項課程或活動紀錄，並保管社團一切文書資料，以利社團經驗傳承及製作社團評鑑所需資料。	多二甲	914029	鄧鼎祐
	公 關 長	跟別校交流的主要幹部，所有活動的主辦人。	觀二丙 多二乙	915097 914061	賴亞昕 陳昱融
	槍訓	管理一年級，整理學習進度，教導一年級的負責人，在一年級眼裡是像老師一樣的幹部。	多二甲	914018	王崇凱
	說明	本表幹部職稱得經指導老師同意後視需要增列。			

嶺東高中 儀隊 隊規

1	要有禮貌，看到教練與學長姊都要主動問好 (團練室中與練習場地看到的任何學長姊都要問好)
2	嚴禁(樂/儀/旗)三隊男女有交往之行為，或在校內有任何越矩親密之行為。
3	請假一定要主動告知社長、副社或者教練，並說明原因。
4	不可遲到或未告知就進行早退，若遲到、臨時有急事或任何理由須離開，必須主動告知學長姐，並說明原因。
5	進入團練室前要先敲門示意學長姊，以免有開會之情況。
6	練習時手上不可佩戴任何飾品。 (此規定是不讓隊員因配戴飾品練習而造成飾品毀損甚至傷及自身)
7	練習中有任何問題都需向帶訓者報備再進行動作。
8	練習時不可攜帶(使用)手機，違者會視情況給予懲處。(若造成毀損自行負責!)
9	聽到指令、動作時，一定要謝謝下令者在進行動作。
10	遵守「一個口令，一個動作」。(尤其是在學習新槍法或表演時)
11	服儀規定都依校規執行。
12	槍要擺整齊，不可沒人顧槍就將其丟在一旁。
13	嚴禁將 槍/刀/旗 給予非儀隊的人碰，更不能將槍法教給非儀隊的人。
14	槍頭不可朝地，不可跨槍，不可揮動、射擊等槍法以外的動作或不尊重槍之舉動。
15	表演前一天，需將 槍背帶 帶回家清洗，並於表演當天裝上。
16	走路時“提槍”、練習時“托槍”，站儀態以及縮小集合要“持槍”。
17	槍 不能碰水。
18	嚴禁以社團團練為由，欺騙師長或家人，來當作任何行為之藉口，且提不出任何證據或證明來保障自身權益！

以上之規定若有違反或觸犯之行為，會先以口頭提醒或警告！

累犯或屢勸不聽，意圖違反社團規定者，將做體能訓練引以為戒，視情況 輕、重 給予記點或依校規處分。

處分之辦法於以下幾點：

1. 進行體能訓練培養耐力或團隊默契，同時維持團隊紀律，以此取代記點、記過之處分。

2. 輕則 ” 記點” ，以此告誡！

(記兩點者，進行獎逗考核程序，並保留本學期因社團活動給予的任何記功獎項，待
期末送審之前如表現良好，則予以恢復所有獎項)

(記滿三點者，無須考核，保留本學期因社團活動給予的任何記功獎項，待下學期初，
觀察表現及態度後，恢復所有獎項/恢復部分獎項，或扣除所有記功獎項並直接記
警告)

3. 重責 “停隊” “校規處理” (警告、小過) “退隊” ！

(記滿三點，經評估 情節嚴重者以 破壞社團規範、屢勸不聽、不服管教、干擾

他人學習為由給予警告、停隊 或 直接退隊！) 同時扣除所有記功獎項！

(如有牽涉記過/記點者將由指導老師約談該同學了解情形後，再與 同隊 學長
姊、社長、副社、指導老師進行一審開會評估，由社長、指導老師、教官 進行二
審考核/決議。)

(若 幹部 或 學長姐 觸犯規則，將加重處分，嚴重將廢除職權，沒收獎項甚至退
隊，且依校規懲處)

此外如有發生雙方任何誤解，不實指控以致體罰/記點/記過，或不滿懲處結果，可親自與社團指
導老師提出上訴，使程序暫緩，待指導老師了解後再進行程序、撤銷懲處或改罰對象。

嶺東中學表演儀隊社 110 學年度第二學期課程或活動計畫/行事曆

項次	課程或活動計畫名稱/內容	日期	地點	預計人數	課程活動預算	備註
1	第一次社課	2/25	黎明館前	17	0	
2	第二次社課	3/4	黎明館前	17	0	
3	第三次社課	3/11	黎明館前	17	0	
4	第四次社課	3/18	黎明館前	17	0	
5	第五次社課	3/25	黎明館前	17	0	
	星光大道	3/25	嶺東校園	11	0	
6	第六次社課	4/1	黎明館前	17	0	
7	第七次社課	4/22	黎明館前	17	0	
8	第八次社課	4/29	黎明館前	17	0	
9	第九次社課	5/6	黎明館前	17	0	
10	第十次社課	5/20	黎明館前	17	0	
11	送舊	5/27	操場	19	0	
12	第十一次社課	6/10	黎明館前	17	0	
13	畢典:薪火相傳	6/2	黎明館五樓	17	0	

嶺東中學表演儀隊社 110 學年度第二學期課程或活動紀錄					
活動名稱	寒假集訓	活動日期	2/8~2/9	活動地點	嶺東高中
應到人數	16	實到人數	13	缺席人數	3
缺席名單	賴亞昕、陳柏呈、鄧鼎祐				
活動內容	1. 表演編輯 2. 表演教學 3. 雕槍法				
決議事項	無				

嶺東中學表演儀隊社 110 學年度第二學期課程或活動紀錄					
活動名稱	星光大道表演	活動日期	3/26	活動地點	司令台前
應到人數	11	實到人數	11	缺席人數	0
缺席名單					
活動內容	1. 星光大道表演				
決議事項	無				

嶺東中學表演儀隊社 110 學年度第二學期社團成果展示紀錄表

【活動名稱：課餘練習 活動地點：黎明館雕像前 活動日期：】



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習

嶺東中學表演儀隊社 110 學年度第二學期社團成果展示紀錄表

【活動名稱：課餘練習活動地點：黎明館雕像前 活動日期】



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習

嶺東中學表演儀隊社 110 學年度第二學期社團成果展示紀錄表

【活動名稱：課餘練習 活動地點：黎明館雕像前 活動日期：】



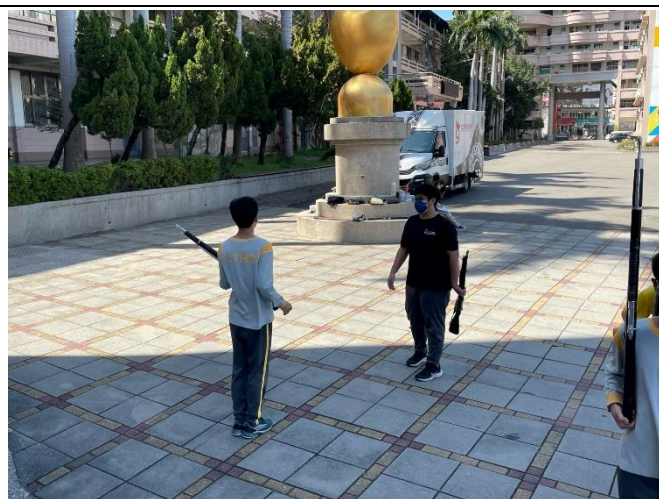
課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



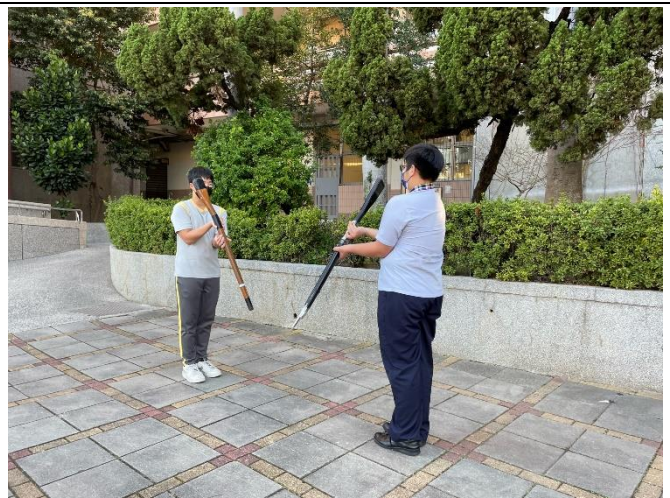
課餘練習

嶺東中學表演儀隊社 110 學年度第二學期社團成果展示紀錄表

【活動名稱：課餘練習 活動地點：黎明館雕像前 活動日期：】



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習

嶺東中學表演儀隊社 110 學年度第二學期社團成果展示紀錄表

【活動名稱：課餘練習 活動地點：黎明館前 活動日期：】



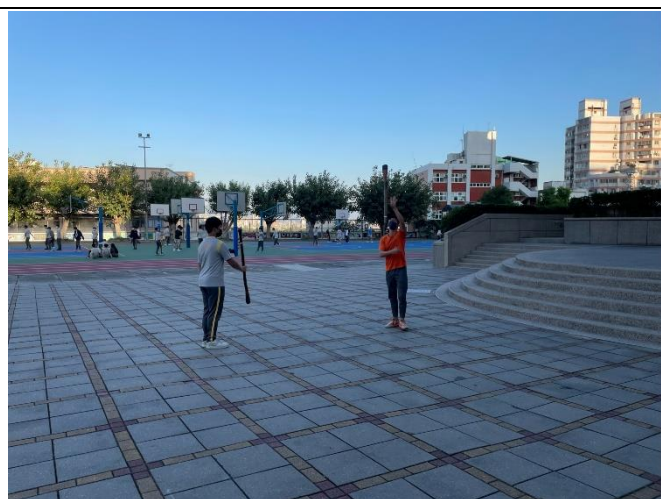
課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



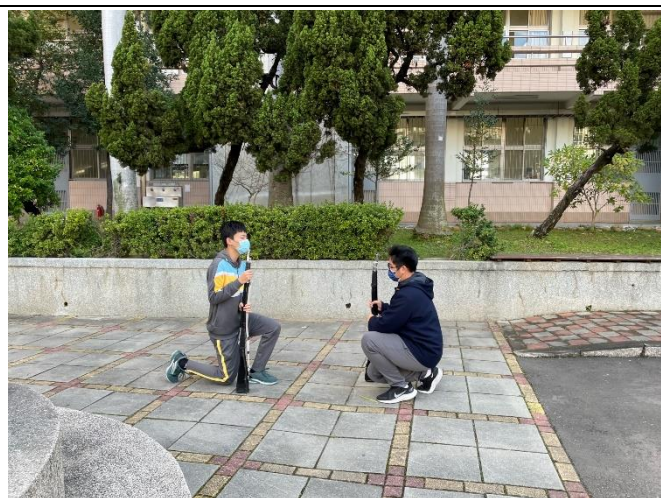
課餘練習

嶺東中學表演儀隊社 110 學年度第二學期社團成果展示紀錄表

【活動名稱：課餘練習 活動地點：黎明館雕像前 活動日期： 】



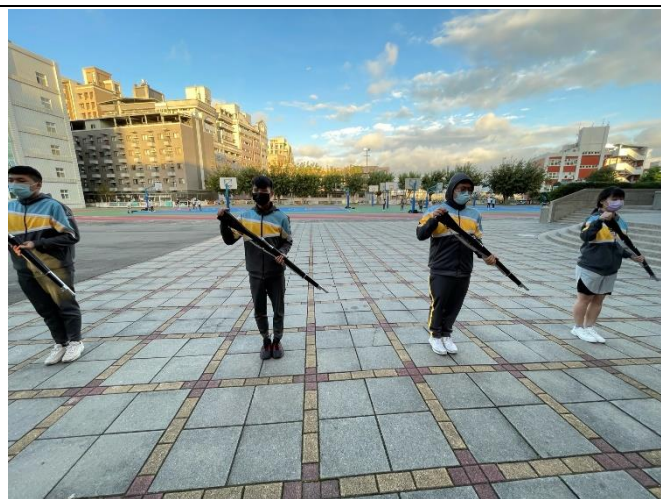
課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習

嶺東中學表演儀隊社 110 學年度第二學期社團成果展示紀錄表

【活動名稱：課餘練習 活動地點：黎明館雕像前 活動日期：】



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習

嶺東中學表演儀隊社 110 學年度第二學期社團成果展示紀錄表

【活動名稱：課餘練習活動地點：黎明館前 活動日期： 】



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習

嶺東中學表演儀隊社 110 學年度第二學期社團成果展示紀錄表

【活動名稱：星光大道表演 活動地點：司令台前 活動日期：3/25 】



星光大道表演



星光大道表演



星光大道表演



星光大道表演



星光大道表演



星光大道表演

嶺東中學表演儀隊社 110 學年度第二學期社團成果展示紀錄表

【活動名稱：星光大道練習 活動地點：黎明館雕像前 活動日期：】



星光大道練習



星光大道練習



星光大道練習



星光大道練習



星光大道練習



星光大道練習

嶺東中學表演儀隊社 110 學年度第二學期社團成果展示紀錄表

【活動名稱：課餘練習 活動地點：黎明館前 活動日期： 】



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習

嶺東中學表演儀隊社 110 學年度第二學期社團成果展示紀錄表

【活動名稱：課餘練習 活動地點：黎明館前活動日期：】



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習

嶺東中學表演儀隊社 110 學年度第二學期社團成果展示紀錄表

【活動名稱：課餘練習 活動地點：黎明館前 活動日期：】



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習



課餘練習

嶺東中學表演儀隊社 110 學年度第二學期社團成果展示紀錄表

【活動名稱：寒假集訓 活動地點：嶺東高中 活動日期：2022/2/8~2/9】



表演教學



感性時間



表演練習



表演練習



表演教學



表演練習

團練時間表

2022 年 2 月						
週日	週一	週二	週三	週四	週五	週六
		1 春節	2 春節	3 春節	4 春節	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21 晚上	22 晚上	23 晚上	24 晚上	25 晚上	26
27	28 228 和平紀念日					

2022 年 3 月						
週日	週一	週二	週三	週四	週五	週六
		1 晚上	2 晚上	3 晚上	4 社課 晚上	5
6	7 晚上	8 晚上	9 晚上	10 晚上	11 社課 晚上	12
13	14 晚上	15 晚上	16 寧靜周	17 寧靜周	18 寧靜周 晚上	19
20	21 寧靜周	22 寧靜周	23 段考	24 段考 晚上	25 社課 晚上	26
27	28 晚上	29 晚上	30 晚上	31 晚上		

團練時間表

2022 年 4 月						
週日	週一	週二	週三	週四	週五	週六
					1 社課 晚上	2
3	4	5	6 晚上	7 晚上	8 晚上	9
10	11 晚上	12 晚上	13 晚上	14 晚上	15 晚上	16
17	18 晚上	19 晚上	20 晚上	21 晚上	22 社課 晚上	23
24	25 晚上	26 晚上	27 晚上	28 晚上	29 社課 驗收 晚上	30

2022 年 5 月						
週日	週一	週二	週三	週四	週五	週六
1 勞動節	2 晚上	3 晚上	4 晚上	5 寧靜周	6 寧靜周 社課	7
8	9 寧靜周	10 寧靜周	11 寧靜周	12 段考	13 段考 晚上	14
15	16 晚上	17 晚上	18 晚上	19 晚上	20 晚上	21
22	23 停課	24 停課	25 停課	26 停課	27 停課	28
29	30 停課	31 停課				

團練時間表

2022 年 6 月

週日	週一	週二	週三	週四	週五	週六
			1 停課	2 停課	3 停課	4
5	6 停課	7 停課	8 停課	9 停課	10 停課	11
12	13 停課	14 停課	15 停課	16 停課	17 停課	18
19	20 停課	21 停課	22 停課	23 停課	24 停課	25
26	27 停課	28 停課	29 停課	30 停課		

團練出席紀錄

[illegible]

上音 不 要 為 了 五 斗 米 折 腰 要
[大] 為 月 窗 子 裡 的 水 會 流

參加校外各類競賽成績紀錄

歷年參加學生行進管樂比賽績效暨行政團隊：

比賽日期及項目名稱 (學年度)	地點	成績	專業教練	校長 / 學務主任
2005.12.7 台中市賽 (94 學年度)	大新國小	男子組第二名 (無等第排名)	謝文杰	王學財 陳鴻全
2006.3.21 全國中區 賽 (94 學年度)	新民高中	男子組第二名 優等	謝文杰	王學財 陳鴻全
2006.12.6 台中市賽 (95 學年度)	大新國小	男子組第二名 (無等第排名)	謝文杰	王學財 陳鴻全
2007.3.21 全國中區 賽 (95 學年度)	中港高中	男子組第二名 優等	謝文杰	王學財 陳鴻全
2008.3.8 全國中區賽 (96 學年度)	彰化 員林國小	男子組第二名 優等	謝文杰	王學財 陳鴻全
2008.12.3 台中市賽 (97 學年度)	大新國小	男子組第二名 (無等第排名)	謝文杰	王學財 陳鴻全
2009.3.1 全國中區賽 (97 學年度)	苗栗 體育場	男子組第二名 優等	謝文杰	王學財 陳鴻全
2009.12.9 台中市賽 (98 學年度)	大新國小	小型第一名 (無等第排名)	謝文杰	王學財 陳鴻全
2010.3.5 全國中區賽 (98 學年度)	斗南 體育場	小型第一名 特優	謝文杰	王學財 陳鴻全
2010.12.8 台中市賽 (99 學年度)	大新國小	小型第一名 (無等第排名)	謝文杰 鍾如琪/ 蔡慰親	王學財 陳鴻全
2011.3.4 全國中區賽 (99 學年度)	南投 體育場	小型第一名 優等	謝文杰 鍾如琪/ 蔡慰親	王學財 陳鴻全
2011.12.9 台中市賽 (100 學年度)	新民高中	小型第一名 (無等第排名)	謝文杰 鍾如琪/ 蔡慰親	王學財 陳鴻全
2012.3.11 全國中區 賽 (100 學年度)	南投 體育場	小型第二名 優等	謝文杰 鍾如琪/ 蔡慰親	王學財 陳鴻全
2012.11.14 台中市賽 (101 學年度)	大里高中	小型第一名 特優	謝文杰 鍾如琪/ 蔡慰親	王學財 陳鴻全
2013.3.2 全國中區賽 (101 學年度)	彰化 體育場	小型第一名 特優	謝文杰 鍾如琪/ 蔡慰親	王學財 陳鴻全
2013.11.14 台中市賽 (102 學年度)	大里高中	小型第一名 特 優	謝文杰 鍾如琪/ 蔡慰親	王學財 陳鴻全
2014.3.1 全國中區賽 (102 學年度)	苗栗 體育場	小型第一名 特優	謝文杰 鍾如琪/ 蔡慰親	王學財 陳鴻全

2014.11.11 台中市賽 (103 學年度)	大里高中	大型第一名 特優	謝文杰 鍾如琪	王學財 陳鴻全
2015.3.8 全國中區賽 (103 學年度)	斗南 體育場	大型第一名 優等	謝文杰 鍾如琪	王學財 陳鴻全
2015.11.11 台中市賽 (104 學年度)	新民高中	大型第一名 特優 91.38	謝文杰 鍾如琪	王學財 陳鴻全
2016.3.9 全國中區賽 (104 學年度)	南投 體育場	大型第一名 特優 90.167	謝文杰 鍾如琪	王學財 陳鴻全
2016.11.16 台中市賽 (105 學年度)	新民高中	大型第一名 優等	謝文杰 張芮菁	王學財 陳鴻全
2017.3.3 全國中區賽 (105 學年度)	大里高中	大型第二名 優等 86.367	謝文杰 張芮菁	王學財 陳鴻全
2017.11.15 台中市賽 (106 學年度)	豐原 體育場	大型第一名 優等	謝文杰 張芮菁/柳綺雅	王學財 陳鴻全

近年校外大型表演：

2012~2017 連年受邀參加【台中市爵士音樂節】/【花都藝術節】踩街/表演活動

20130723 金龍旗盃青少棒球賽開幕表演

20130810 台中后里樂器節活動踩街表演

20130811 金龍旗盃青棒菁英賽開幕表演

20131207 桃園管樂嘉年華活動踩街表演

20140219 台中市中等學校運動會開幕表演

20140427 中華民國儀隊槍法錦標賽初賽 4 人組第 3 名/12 人組第 3 名

20140524 中華民國儀隊槍法錦標賽決賽 4 人組第 3 名

20140817 彰化市「儀」氣風發儀隊槍法表演賽

20140917 台中市第四屆全市運動會開幕表演

20141018 萬和宮 330 年週年慶祝活動儀隊表演

20150328 逢甲大學校慶運動會室外行進管樂表演

20150531 全國中區儀隊學生槍法錦標賽 4 人組第 3 名/12 人組第 5 名

20150606 成功嶺營區開放日活動樂儀旗隊舞台表演

20150812 台中市第五屆全市運動會開幕

20151111 台中市學生音樂比賽行進管樂 71 人以上組特優(第一名)

20151212 受邀參加桃園管樂嘉年華表演(國內 5 隊，國外 2 隊受邀)

20160127 台中後備指揮部晉任表揚活動儀隊開場表演

20160528 東勢巧聖先師節踩街

20160127 台中後備指揮部晉任表揚活動

20161030 桃園勞工趣味競賽開場表演

20161113 黑豹旗青少棒決賽開場表演

20161210 春安國小校慶活動開幕表演

20161210 國際人權日踩街遊行暨定點表演

20170530 南屯木屐節踩街遊行暨定點表演

20170809 台中市第六屆運動大會開幕表演

20171015 台中市花都藝術節踩街遊行暨地點表演

20171025 文山國小校慶表演

20171208 五權國中校慶表演

20171209 惠來國小校慶表演

20171210 國際人權日踩街遊行暨定點表演

20180527 辦理 2018(台中市)國中管樂研習營

20181021 臺灣山林復育協會

2018《我愛臺中，復育大肚山》踩街&音樂會活動

20181103 清泉國中校慶表演

20181212 學聯盃籃球聯賽開場表演

20181214 大華國中校慶表演

20190329 球學聯盟四強賽開場表演

20190420 全國高中儀隊競賽中區預賽

20190526 辦理 2019(台中市)國中管樂研習營

20190616 偕新民高中管樂社辦理兩校聯合音樂會

20191022 大墩國中 10 周年校慶表演

20191123 文山國小 67 週年校慶表演

20191207 大肚國小 120 週年校慶表演

20200810 台中市市政府防毒記者會表演

20201121 永寧國小 90 周年校慶表演
20201226 台南市議長盃全國學生儀隊比賽
20210410 全國高中儀隊競賽中區預賽
20211211 大道國中 60 周年校慶表演

嶺東中學 表演儀隊社 110 學年度 第二學期 收取社費說明會議紀錄			
日期	2022/4/23	會議地點	線上會議
主席	許凱茵	記錄人員	鄧鼎祐
參加人員簽到	陳敏莉、陳奕帆、陳柏呈、許凱茵、賴亞昕、王崇凱、鄧鼎祐、林松德、陳昱融、廖彥睿		
會議內容 (條列式)	本學期收社費 100 元(社團活動支出)		
決議事項			
指導老師	指導事項及簽名： 李靖涓		

社費收支紀錄及單據

嶺東中學表演儀隊社 110 學年度第二學期經費收支紀錄表 總務組長：陳柏呈					
項次	收支內容	收入	支出	結餘	備註
1	110-1 社團評鑑第一名	3000		5756	2/14
2	集訓費用，一人 250/10 人	2500		8526	2/14
3	集訓花費		1753	6533	2/14
4	社費，一人 100/7 人	700		7233	3/8
5	買燈管		200	7033	4/30
6	送舊聚餐		1218	5815	6/10

支出收據明細



社團財產列冊保管

嶺東中學表演儀隊社 110 學年度第二學期 財產清冊 總務組長：陳柏呈				
項次	物品名稱	放置地點	保管人	備註
1	彩色禮槍	紅色槍櫃	陳柏呈	男槍 11 女槍 23
2	黑色禮槍(包含個人購入)	白色槍櫃	陳柏呈	男槍 26 女槍 30
3	白色禮槍	白色槍櫃	陳柏呈	男槍 1 女槍 2
4	指揮刀	刀櫃	陳敏莉	男刀 2 女刀 6
5	練刀的傘	服儀室	陳敏莉	5
6	練習木槍	槍櫃	陳柏呈	男槍 11 女槍 12
7	直立旗(國旗、校旗、隊旗)	服儀室	陳奕帆	國旗 1 校旗 2 隊旗 2
8	西洋旗	服儀室	陳奕帆	1
9	工具箱	團練室	陳柏呈	1
10	醫療箱	團練室	陳柏呈	1
11	黑膠	團練室	陳柏呈	黑膠

嶺東中學表演儀隊社 110 學年度第二學期 幹部及社員心得回饋與經驗傳承	
項次	填寫人員及內容
1	幹部職稱：副社 ☐ 社員 類別：心得回饋 ☐ 經驗傳承 進來儀隊已經兩年了，在這裡學到了很多很酷的槍法，從完全沒基礎到現在學會了很多東西讓我覺得很有成就感，但在儀隊學到的不僅僅是槍法而已，還讓我們懂得團隊合作，也學到了很多很有幫助的東西。 雖然練在練習的時候很累很辛苦，但是每天都讓我覺得過的很充實，儀隊就像一個大家庭只要跟大家在一起就會覺得很開心，接下來三年級也會比較少下來練習，但在高中三年一定會在儀隊留下美好的回憶 班級：觀二丙 姓名：陳奕帆
2	幹部職稱：文書 ☐ 社員 類別：心得回饋 ☐ 經驗傳承 雖然練習的過程很辛苦，但還是學習到很多槍法和團隊精神，和同伴的默契也越來越好了。 班級：多二甲 姓名：鄧鼎祐
3	幹部職稱：總務 ☐ 社員 類別：心得回饋 ☐ 經驗傳承 之前不懂都要教練的提示真的要好好檢討自己，因為自己的個性有時比較迷糊，尤其在學業正忙的時候加上做為儀隊的總務常常不知所錯，常常兩邊做的不是很完美，希望接下來三年級做任何事，都能有條有理做的更完美，還有做任何事都會跟同伴一起討論。 希望我接下來槍法能夠更熟練，之前一年級的時候儀隊動作的槍法都練得不熟悉，因為教練跟同伴們還有學姊的幫我的加強讓我二年級的槍法越來越順，也都能參加各種儀隊的表演，真的謝謝學姊們跟教練還有同伴們讓我的槍法越來越厲害，越順手，接下來快要三年級的以後可能就不能像一二年級常常在儀隊著練習，跟儀隊同學們相處，真的有點失望，可是為了功課升學也沒辦法一起並肩了。 班級：商二甲 姓名：陳柏呈
4	幹部職稱：活動 ☐ 社員 類別：心得回饋 ☐ 經驗傳承 我覺得我很幸運能加入儀隊，身為二年級的我發現所學習的事物比以往的更多，是苦撐也是成就，我們扛著嶺東的招牌嚮往著亮麗的舞台。在最後的日子我想要好好珍惜每一刻，讓自己不要帶著遺憾畢業。 班級：多二乙 姓名：陳昱融

嶺東中學表演儀隊社 110 學年度第二學期 幹部及社員心得回饋與經驗傳承	
項次	填寫人員及內容
5	社員 ☐ 幹部職稱： 類別：心得回饋 ☐ 經驗傳承 參加儀隊的時間不知不覺要過完一整個學期了，雖然疫情關係導致我們的表演一而再再而三的取消，不過希望有機會能跟學長姊還有同伴們一起下表演，雖然練習和表演時是嚴肅的，但心中還是有許多開心的片段，希望疫情能快點過去，讓我能跟夥伴們一起有嶄露頭角，一起上台的一天，也謝謝學長姐們的照顧與教導。 班級：建一甲 姓名：陳世穎
6	社員 ☐ 幹部職稱： 類別：心得回饋 ☐ 經驗傳承 學長姐人非常好我受傷時他們都會幫我處理傷口，我不會的東西學長姐都有教我，讓我這學期學了許多新的東西，非常有趣。 班級：多一乙 姓名：葉家好
7	社員 ☐ 幹部職稱： 類別：心得回饋 ☐ 經驗傳承 社團的學長姐們都很認真，完全不敢有一絲懈怠，在社團裡主要上跟同伴練默契，比如同步步伐、動作之類 比想像中的複雜呢，但因為學長姊的教導，現在變得熟練許多。 班級：多一乙 姓名：林玟君
8	社員 ☐ 幹部職稱： 類別：心得回饋 ☐ 經驗傳承 第二個學期槍法有明顯變好一點但我覺得我還是有點拖累大家很對不起同伴們但我會在之後更努力的去練習讓自己趕快追上他們。上學期覺得自己跟同伴們都很陌生可是這學期之後明顯也變得很好大家有時還會聊天相信之後的默契會越來越好，因為疫情所以這學期沒有表演的機會蠻可惜的雖然自己也很怕站上台但還是會持續努力練習自己的槍法等到下學期一定會讓自己變得更好！ 班級：汽修一甲 姓名：趙師賢

畢業校友感言分享

★ 儀 101 吳孟珊

起初接觸儀隊是看到精彩的學長姐表演，站在舞台自信的模樣讓他們光芒萬丈於是 我被吸引，期許自己也能擁有這種成就感。儀隊練習很辛苦但有學長姐陪伴著就能有力 量堅持下去，傳承著“撐下去”的精神，出社會更適合運用在工作上甚至生活上遇到挫 敗時告訴自己儀隊精神，不要氣餒，撐下去會苦盡甘來的。儀隊就是 個大家庭，有樂同享，有苦同擔 結識這群不只是隊友更是親人般的感情，不會說加入 儀隊是最好的決定 但沒加入儀隊會是最遺憾的事情！ 參加儀隊除了能與很棒的夥伴們相遇相識成知己還有對自己堅持度，抗壓性都有一 番很大的磨練以及提升。多年後的現在，最大的感想就是人生最寶貴的青春莫過於高中 生活，參加儀隊因此獲得的表演機會，以及和團隊相處的待人處事，尤其擔任職務後所學習的相關事宜都是很棒的經歷，這麼多采多姿的高中時代歸功於參加儀隊。

★ 儀 101 劉家吟

我，因為家離校遠，所以選擇了住宿，殊不知這個選擇開啟了我在嶺東瘋癲的生活。想當初，進學校前，我想當一位事不關己的邊緣人，沒想到到後來我變成了一位熱血的 年青人？！回憶起，在入宿的一晚，我跟所有一年級生分批睡在同一間寢室，在那一 個晚上有兩位非常熱血的學姐衝進我們的寢室，拉客人.....拉我們進社團，那兩位學 姐分別是儀隊的社長和中隊，那時說真的我很猶豫要不要進，畢竟那時也有很多社團我 也很心動，我媽還巴不得我進童軍。但，最後我選擇了儀隊，為甚麼呢？一部份的 原因是我被噓，被噓說我參加校隊一定會拖累成績，成績一定會很難看，聽到這個卻反而 燃燒我的鬥智，心裡的想法是我要參加而且也要證明我成績也可以顧得到，而另外最大 的原因是我看到儀隊的學長姐如此團結的表演及默契，或許我內心期望的就是那種大家 在一起的感覺吧。

一年級除了我這一位住宿生還有另外 7 位住宿生都進了儀隊，那時我們瘋狂的練習 學基礎，晚點名結束也在練習練到學校電燈都關了，才心甘情願的上去宿舍，我們這幾 位住宿生因為進入了儀隊感情變不錯，直到參加了我們人生中的第一次的寒訓，才有感 受到同甘共苦的感覺，不只住宿生的儀隊夥伴連不是住宿生的儀隊夥伴，讓我有 了團結 的感覺。升上了二年級，當上了儀隊幹部，儀隊正式由我們這屆接手，而爭吵卻也從 這時候開始，不得不說課業逐漸變重，一些夥伴也開始用無法兼顧課業這個理由開始退 出儀隊，那時我依然秉持我當初一年級的想法，決定了就不後悔，而我為了不讓各科老 師說話，花了比別人多一點的時間，讓成績保持前十，說實在我不是天才，必須要完全 的抄寫一遍我才記得住，而我並不會用成績來當藉口說而退出儀隊這種話，我練習時間 一次也不曾缺席，表演也是，但並沒有因為這樣而少顧課業，我只是犧牲了睡眠時間， 晚點名結束我就會開始預習隔天的課複習今日所學的，或許因此沒有任何一位老師再說 出你會被校隊拖累的這種話。

二年級，我們接下了最重要的一場表演「百人操槍」，為了這場表演我們請畢業學 長姐回校幫忙，卻也因為這場表演開始有了爭吵，二年級每個人因為這場表演的壓力都 哭過爭吵過，就只是為了要把表演做到最好，直到要表演的前一星期的晚 上，每個人說出自己的心聲和看法，會發現爭吵不是為了甚麼就只是為了儀隊，才會有 了這些爭吵，而也因為這次的爭吵，每個人更加的團結及珍惜夥伴的時光，表演當天每 一位幹部各司其職，分工合作，讓表演完美的演出，也讓我們更珍惜這段情誼。

三年級了，即將面臨統測，我們也從菜鳥變成老鳥，幹部也交給下一任，正式從注 意力轉到功課上，話雖那麼說啦，但心還是會飄到儀隊那邊去，有空還是會去儀隊那邊 儀隊需要幫忙還是會義不容辭的幫忙，畢竟一世儀隊人終生儀隊人。畢業多年了，高中 看看，的事情彷彿歷歷在目，也因為參加了儀隊，而有了一群知心的夥伴，甚至訂下一年一約的約定，也因為在儀隊所學 習到的態度，而影響我未來人生的決定，不做不知道，做了會發現很不一樣，更不會後悔所做的每一項決定，我想儀隊的理念會深深的影響我 面對未來人生的態度，如果再次問我後不後悔，參加儀隊，我依然還是會說我不會後悔！

★ 儀 102 郭 維

初踏入嶺東，從未想過能有這麼精彩的生活。參加儀隊是影響我到現在的

重要歷程。回首高一，轉眼間已是六七年前之事。許多人問我，會甚麼？曾熱愛甚麼？我便說我是嶺東儀隊的，會花式操槍。重考了兩年來到軍校就讀，在汗水與淚水的交雜中，不免憶起在儀隊大家庭中的點點滴滴；因為苦過，所以不怕更苦，因為忍過，所以不怕磨難。是儀隊帶給我的生命價值，讓我不被艱困環境所吞噬，讓我不被孤單所擊敗。

高一時我是應用外語科的學生，英文課業甚是繁重，加上儀隊的練習，使我從未有過歇息的一刻，從晨間儀態訓練，保持固定的姿勢，我們忍受汗水滴入眼睛時的鹹澀以及指甲陷入掌肉的疼痛，就這樣我們一站就是三十分鐘，再休息十分鐘，為了能通過考驗，早點摸到槍，豈知持槍基本教練又是再一次的考驗。但在苦熱的當下，總有人會拿起紙巾拭去我們流水般的汗水，是學長姊們的鼓勵與溫柔，幫助我們撐了過來。當然除此之外還有無盡的責罵聲與體能訓練，為的就是不許我們輕言放棄與鬆懈。若是自己在最後一刻放棄了，那就是對自己最大的殘忍，所有曾經的堅持與努力，也將付之一炬。

「撐過就是你的」是我們儀隊精神口號，伴隨著我直到今天。還記得每當我覺得撐不下去時，總有人說：「我陪你，加油！」這一生，也許只有在儀隊能結交到願意跟我同甘共苦的摯友了。高二起，我們擔任幹部，不離不棄的帶領這個儀隊的大家庭，陪伴後期的學弟學妹，共同成長，所有訓練的過程，都是我這輩子最忘不了的回憶～聽哨音 三分鐘定點集合、五分鐘內盥洗完畢、幾十公尺的天堂路和我闖了六次的人牆，當我覺得沒力氣闖不過去的時候，是我的夥伴們從後面推擠著、哭喊著叫我不放棄，於是我拖負著大輪胎，順利闖過人牆，與阿咪抱著一起流淚痛哭，她說等了我好久.....。

此後，我們從因個人對刀、槍的興趣而加入儀隊，變成了充滿熱忱，相約為儀隊而勇敢努力，讓我們的生命發光發熱！這樣的感情，可能有些父母親不能理解，擔心加入儀隊會影響功課，但是讀不讀書是個人自己的選擇，實在並不相干，如果有人因為成績不好而不能留在熱愛的儀隊，那實在是不明智啊！

每次晚上團練完回到家九點多，很累，但我不放棄課業，不論多晚，我都把作業做完，凌晨起床把書看完。當時母親一直不希望我太累，要我多休息，但我知道因為我熱愛儀隊，就應該更努力的把學生應盡的本分做好，不論再難熬再累，都要為我的選擇負責，甚至做的更好。那時我的成績都保持在前十名、前三名，不拿儀隊訓練當藉口；如此我與儀隊夥伴們如家人般，相互扶持陪伴，我們不但沒有失去甚麼，而是獲得許多無形中珍貴的至寶。多了磨練、懂得堅韌。秉持儀隊五大紀律：儀態、紀律、禮貌、尊重、團結。我們帶著這些走出嶺東，走入這世界。如今帶著這份熱忱與摯愛，更使的我在軍中發揚光大。或許花式操槍不怎麼樣，但秉持著這份榮耀與信仰，我不怕站上舞台，不論以前還是現在，在各種志工服務和表演活動，我都帶著這份快樂上台，每一次的掌聲與讚美，都如同一位長官所說的：「在你表演的當下，我都被你的快樂與自信所感動，謝謝你帶來歡樂給台下所有的人。」時常有人驚呼說：「郭維會操槍耶！」，問我說哪裡學的？我總是很驕傲的說：「我是嶺東高中儀隊！」

★ 儀 6 字 林芷萱

剛升上高一那幾天 看了好多精彩的迎新表演

唯獨被儀隊深深吸引住 精彩整齊的表演 滂薄的氣勢 還有主持人的那一句話：「想要有跟別人不一樣的高中生活嗎 那就來儀隊吧！」就這樣懵懵懂懂的進入儀隊

儀隊教會我很多事 為了一場 3 分鐘表演 大家都利用自己的課餘時間 一起為了同個目標努力 雖然總是困難重重 但當表演結束掌聲響起那刻 真的是成就感滿分

現在想起來高中最美好的回憶就是加入儀隊 這個溫馨大家庭～加入儀隊 絕對不會後悔！

★ 儀 6 字 王立丞

起初我連儀隊是什麼樣性質的社團都不懂在未知的情況下默默的加入了這一個大家庭，一點一點的了解同伴們，了解學長姐們，慢慢的知道了儀隊是為了什麼而存在的，在一個國家裡是多麼重要的門面，還好一年級的我練得很勤有學長姐的教導與提拔一步步的邁向了團隊中對學弟妹們最為重要的中隊長（槍訓），這讓我了解到學長姐們以前是多麼的辛苦多麼的煩惱，也很開心他們選上了我讓我高二時期過了一段輝煌的美好時光。

雖然高中的時間說長不長說短不短，學長姐們的提拔與學弟妹們的成長，永遠在我心裡揮之不去成為了高中時段美好的回憶。