

表演儀隊社

113 年度第二學期社團評鑑



嶺東中學學生 114 學年度第 2 學期社團評鑑項目重點暨自評表						
社團名稱	表演儀隊社	填表人 (社長)	郭芯綾	繳交 日期		
項目	評分重點				有	無
組織架構 及運作 (25%)	1.是否訂定社團幹部分工及職掌明確？					
	2.是否訂定組織章程或社團規範？					
	3.是否依章程或規範運作？					
	4.社員之間的凝聚力如何？					
	5.是否定期召開社員大會及幹部會議？出席狀況如何？					
	6.幹部、社員及指導老師資料是否完備？					
	7.是否建立歷屆社員聯絡資料？					
	8.社長及社團幹部產生方式及程序？					
	9.社團交接及經驗傳承是否完善？					
	10.社團是否辦理研習或訓練活動，以強化專長及經驗傳承？					
經費及 財產管理 (15%)	1.是否專人專帳負責管理？符合帳/錢分管？					
	2.是否有社團的各項活動及年度總預決算表？					
	3.各項經費收支登帳及單據之整理是否顯示清楚？					
	4.社團器材、設備之財產清冊是否清楚？					
	5.是否有明確的保管制度（辦法或方式）？					
年度活動 計畫及資 料傳承 (30%)	1.是否訂定社團年度計劃（或活動行事曆）？					
	2.年度計劃內容是否符合社團成立宗旨？					
	3.社團年度各項活動依據年度計劃執行程度？是否有執行成效？					
	4.年度計劃活動目標、對象、地點、時間、如何實施是否明確？					
	5.社團各項活動資料及成果保存之完整性？					
	6.各項會議或活動記錄是否詳實(含簽到手稿)？					
	7.活動紀錄、會議是否送請社團指導老師簽名？					
	8.社團檔案資料電腦化程度？					
	9.社團電子網頁(含 FB、LINE、IG……等)經營情形？					
	10.校內外課餘社團活動是否依規定申請？是否有經驗傳承資料？					
活動績效 (30%)	1.各項活動計劃是否周詳、活動企劃與內容是否充實、具創意？					
	2.活動辦理成效及社員參與程度？					
	3.各項活動是否召開檢討會？記錄是否詳實完整？					
	4.大型活動是否實施問卷回饋分析？					
	5.社團活動力與社團規模相互配合情形？					
	6.是否積極協助、配合辦理學校舉辦之各項活動？					
	7.社團是否參與或主辦社區服務或帶動中小學社團特色之活動？					
	8.是否積極參與校際所舉辦之活動或展演？					
	9.社團活動或課程成果呈現情形？例如製作之成品或活動影片展示。					
	10.社團活動是否有即時呈現且具正面影響力之績效？					
特別加分 (10%)	1.社團代表學校參與全國或縣市級展演或競賽成績、績效。(3%)					
	2.社團代表參與校外特色展演或活動，確實增進校譽。(3%)					
	3.社團積極參與校內展演或活動，表現優異者。(4%)					
違規扣分	1.社團活動內容違反法令或校規。按次依情節扣 1~5 分。					
	2.社團活動個人違反法令或校規。依人次扣 1~2 分。					
文資組長 (製作人)			指導老師 簽 章			

嶺東中學 表演儀隊社 114 學年度第 2 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	4	
2	組織章程/組織架構	5~7	
3	課程或活動計畫	8	
4	會議/課程或活動紀錄	9	
5	經費收支表、財產清冊	10	
6	團練時間表	11~12	
7	團成果展示或展演紀錄	13~15	
8	活動心得回饋及經驗傳承紀錄	16~17	

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 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、於清水高中儀隊教練、台中高工秩序糾察隊 李靖涓 曾任福科國中儀隊 1 字一區區長、嶺東高中儀隊 4 字隊員、福科國中儀隊教練、嶺東高中儀隊教練、儀次方工作室員工	
		許凱雯 經歷 福科國中儀隊 7 字一區區長 嶺東高中儀隊 0 字總指揮 現職 嶺東高中儀隊教練 儀次方工作室員工	
	連絡電話(手機)	0976-804725	

社團名稱	表演儀隊社				
組織章程 (若無可略)					
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。	商營二乙	217051	郭芯綾
	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。	觀光二乙	215075	劉家好
	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。	商營二乙	217051	郭芯綾
	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。	觀光二乙	215075	劉家好
	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**，進行獎懲考核程序，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程序、撤銷懲處或改罰對象。

嶺東中學 表演儀隊社 114 學年度第 2 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	3/7	雕像前	23	0	
2	第二次社課	3/21	雕像前	23	0	
3	星光大道	3/21	嶺東校園	23	0	
4	第三次社課	3/28	雕像前	23	0	
5	第四次社課	4/25	雕像前	23	0	
6	第五次社課	5/2	雕像前	23	0	
7	第六次社課	5/16	雕像前	23	0	
8	第七次社課	5/23	雕像前	23	0	
9	夜校畢業典禮	5/29	黎明館五樓	7	0	
10	日校畢業典禮	6/2	黎明館五樓	7	0	
11	第八次社課	6/6	雕像前	23	0	
12	第九次社課	6/13	雕像前	23	0	
13	社團成果發表會	6/20	黎明館五樓	8	0	

嶺東中學 表演儀隊社 114 學年度第 2 學期第 10 次會議/課程或活動紀錄			
會議 名稱	日校畢業典禮	會議 地點	黎明館五樓
主席	郭芯綾	記錄 人員	劉家好
參加 人員 簽到	1.郭芯綾 2.劉家好 3.郭梓琪 4.吳蘊宴 5.陳俞辰 6.齊詠渝 7.廖翊鈞		
會議 內容 (條列 式)	日校畢業典禮表演		
決議 事項			
指導 老師	指導事項及簽名：許凱雯		

嶺東中學 表演儀隊社第 114 學年度第 2 學期經費收支紀錄表 總務組長：郭芯綾					
項次	收支內容	收入	支出	結餘	備註
1	招生單影印		200	4800	
2	陸軍官校表演	3600		8400	
3	文昌宮	3200		11600	
4	老虎鉗		150	11450	
5	公用社服		1170	10280	
6	音響		2500	7780	
7	醫藥箱		250	7530	
8	聖誕節糖果		258	7272	
9	三年級送舊		1500	5772	
10	印泥		50	5722	
11	醫藥品		349	5373	

嶺東高中 表演儀隊社第 114 學年度第 2 學期財產清冊 總務組長：郭芯綾				
項次	物品名稱	放置地點	保管人	被註
1	黑色禮槍(包含個人購入)	白色槍櫃	劉家好	共 47 隻
2	彩色禮槍	紅色槍櫃	劉家好	男 11 女 23
3	白色禮槍	紅色槍櫃	劉家好	男 1 女 2
4	指揮刀	刀櫃	郭芯綾	男 2 女 6
5	練習木槍	槍櫃	劉家好	共 34 隻
6	直立旗(國旗、校旗、隊旗)	服儀室	童學淵	國旗 1 校旗 2 隊旗 2
7	西洋旗	服儀室	童學淵	1
8	工具箱	團練室	郭芯綾	1
9	醫療箱	團練室	郭芯綾	1
10	黑膠	團練室	劉家好	16

團練時間表

2025 年 2 月						
週日	週一	週二	週三	週四	週五	週六
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11 開學	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24 開訓	25 練習	26	27 練習	28 和 平 紀念日	

2025 年 3 月						
週日	週一	週二	週三	週四	週五	週六
						1
2	3	4	5	6	7 社課	8
9	10 練習	11 練習	12 練習	13	14	15
16	17 練習	18 寧 靜 週	19 寧 靜 週	20 寧 靜 週	21 社課 星光大道 寧靜週	22
23	24 寧 靜 週	25 段考	26 段考	27	28 社課	29
30	31 練習					

2025 年 4 月						
週日	週一	週二	週三	週四	週五	週六
		1 練習	2	3 假練	4	5
6	7 練習	8 練習	9	10	11	12 假練
13 走大 甲媽	14 練習	15 練習	16	17	18	19
20	21 練習	22 練習	23 練習	24	25 社課	26
27	28 練習	29 練習	30 練習			

2025 年 5 月						
週日	週一	週二	週三	週四	週五	週六
				1	2 社課	3
4 假練	5 練習	6 練習	7 寧靜週	8 寧靜週	9 寧靜週	10
11	12 寧靜週	13 寧靜週	14 段考	15 段考	16 社課	17
18 假練	19 練習	20 練習	21 練習	22	23 社課	24
25	26 練習	27 練習	28 練習	29	30	31

2025 年 6 月						
週日	週一	週二	週三	週四	週五	週六
1	2 畢業禮 練習	3 練習	4 練習	5 大道國中表演	6 社課	7 僑仁國小表演
8	9 練習	10 練習	11 練習	12	13 社課	14
15	16 練習	17 練習	18 練習	19 寧靜週	20 社團成發	21
22	23 寧靜週	24 寧靜週	25 寧靜週	26 期末考	27 期末考	28
29	30 結業式					

嶺東中學 表演儀隊社 114 學年度第 2 學期 會議/課程或活動
佐證照片及課程或活動績效



課程或活動/會議名稱：課餘練習
日期/地點：2/25 黎明館雕像旁



課程或活動/會議名稱：課餘練習
日期/地點：2/27 黎明館雕像旁



課程或活動/會議名稱：課餘練習
日期/地點：3/11 黎明館雕像旁



課程或活動/會議名稱：社團課
日期/地點：3/28 黎明館雕像旁



課程或活動/會議名稱：社團課
日期/地點：4/25 黎明館雕像旁



課程或活動/會議名稱：社團課
日期/地點：5/2 黎明館雕像旁

嶺東中學 表演儀隊社 114 學年度第 2 學期 會議/課程或活動
佐證照片及課程或活動績效



課程或活動/會議名稱：課餘練習
日期/地點：黎明館雕像旁



課程或活動/會議名稱：中秋晚會表演
日期/地點：9/13 文山里



課程或活動/會議名稱：中秋晚會表演
日期/地點：9/13 文山里



課程或活動/會議名稱：中秋晚會表演
日期/地點：9/13 文山里



課程或活動/會議名稱：中秋晚會表演
日期/地點：9/8 春社里



課程或活動/會議名稱：中秋晚會表演
日期/地點：9/8 春社里

嶺東中學 表演儀隊社 114 學年度第 2 學期 會議/課程或活動
佐證照片及課程或活動績效



課程或活動/會議名稱：大甲媽遶境
日期/地點：4/13 大甲



課程或活動/會議名稱：大甲媽遶境
日期/地點：4/13 大甲



課程或活動/會議名稱：大甲媽遶境
日期/地點：4/13 大甲



課程或活動/會議名稱：大甲媽遶境
日期/地點：4/13 大甲



課程或活動/會議名稱：日校畢典
日期/地點：6/2 黎明館五樓



課程或活動/會議名稱：華山基金會表演
日期/地點：6/7 僑仁國小

嶺東中學社第 114 學年第 2 學期 幹部及社員課程活動心得回饋與經驗傳承	
項次	填寫人員及內容
1	☐ 社員 ☒ 幹部職稱：社長 類別： ☒ 心得回饋 ☐ 經驗傳承 這一年來出了許多場表演，尤其是第二學期，感覺出了特別多的表演，我是刀官，刀官是整個團隊裡的指揮，要下口令和喊報備詞，其實報備詞也不好喊，需要用肚子發力來喊，但是我不太用肚子發力，總是用喉嚨喊，導致喉嚨會痛，我之後有改了，喉嚨就不會痛了，而且我發現用肚子發力喊，聲音也會比較大聲，在練習時，也盡量要帶著手套練或纏繃帶，不然練久了，手會起水泡。 班級：商營二乙 姓名：郭芯綾
2	☐ 社員 ☒ 幹部職稱：副社長 類別： ☒ 心得回饋 ☐ 經驗傳承 在儀隊裡，我學會了團隊合作，儀隊不是個人的表演，而是要整個團隊一起培養默契，表演時，需要動作、速度一致，不然會看起來很亂也很醜，所以需要培養默契，我還學會了許多的特技，雖然練的時候，會一直掉槍，有時候沒有做好，也會打到自己，被槍打到非常的痛，還會很快就腫起來，有的會瘀青，有時候也會被刮到，會流血，但都沒有影響到我練槍，等到學會後，非常有成就感。 班級：觀光二乙 姓名：劉家妤
3	☒ 社員 ☐ 幹部職稱： 類別： ☒ 心得回饋 ☐ 經驗傳承 初入儀隊時，一切單純而穩定。與高中部成員默契良好，彼此尊重、互助，與學長姐相處也分寸得宜，整個上學期幾乎沒有衝突與指責，是段令人懷念的平和時光。 然而，下學期情況丕變。隨著高職部一年級新成員的加入，隊內氛圍急轉直下，爭執與對立逐漸頻繁。高中部因課業繁忙，參與度下降，團隊開始出現分裂與內耗。在這樣的混亂中，我逐漸學會如何在矛盾中尋找平衡，試著成為調解的角色。 諷刺的是，在高職部一年級成員「訓練」下，我對學長姐的敬畏反而消退了。那些曾令人緊張的上下關係，在混亂與失序面前變得模糊，甚至無力。雖然我至今仍說不清這段歷程帶給我什麼具體的成長，但至少，我學會了冷靜、堅持，以及在不合理中保持理性。 班級：高一丙 姓名：陳俞辰
4	☒ 社員 ☐ 幹部職稱： 類別： ☒ 心得回饋 ☐ 經驗傳承 剛加入儀隊的時候真的什麼都不懂，每天就是不斷練習基本動作，雖然很累但看到自己有進步，就算是一點點心裡也會有成就感，儀隊最重要的就是團隊合作每一個動作都要整齊一致不能只顧自己，我學會了怎麼配合別人，也開始懂得什麼叫「為團隊負責」。 雖然過程中也有一些不愉快，在後期跟同學之間有一點摩擦，因為高中的課業真的比較忙一點導致我們比較少去練習，溝通又不夠，才讓氣氛一度變得有點僵，但至少讓我也學會了怎麼放下情緒去面對或解決問題，雖然到現在也沒解決，總而言之，加入儀隊還是有很多值得開心的事。 班級：高一己 姓名：齊詠渝

5	☒ 社員 ☐ 幹部職稱：	類別： ☒ 心得回饋 ☐ 經驗傳承	在儀隊社團的這段時間，我學到了許多課堂以外的重要課題。不僅鍛鍊了體力與毅力，更學會了團隊合作與紀律的重要。每一次訓練雖然辛苦，但在表演時能夠整齊劃一地完成動作，那種成就感是無法取代的。透過儀隊，我也變得更有自信，學會了如何在壓力下保持冷靜，這些經驗對我未來面對挑戰有很大的幫助。 班級：商一甲 姓名：吳蘊宴
6	☒ 社員 ☐ 幹部職稱：	類別： ☒ 心得回饋 ☐ 經驗傳承	在這學期裡我學到了如何完成一場表演，雖然剛開始在學刀的時候甩的不好，也沒什麼力氣，但在努力練習以後發現其實刀沒有那麼難，只是在練習喊口號的時候總是無法用肚子來喊，只能一直用喉嚨喊 但在一直練習相信可以慢慢越來越進步越來越好，表演之前有很多練習，雖然很累但是只要在表演的時候完成一場整齊的表演，就有一種成就感，自己是一個沒耐心的人，沒辦法專注在一件事情上，但自從加入儀隊之後發現如何讓自己在一件事情上面專注了。 班級：商一甲 姓名：郭梓棋
7	☒ 社員 ☐ 幹部職稱：	類別： ☒ 心得回饋 ☐ 經驗傳承	在儀隊社時我學到了很多東西，儀隊有時候比較忙我常常會因為精神不足，不管是班上還是社團都無法做好，是因為我時間上的分配沒好，還發現了自己有時候說話常常沒注意太多跟學長姐說話時很不禮貌，所以說話時要想清楚改說什麼。 班級：觀一乙 姓名：廖翊鈞

