



啟動

學 校：羅東高商

年 級：一年級

姓 名：李同學

參與徵件類別：課程成果類

目錄

- 課程總覽
- 研習證書
- 鏡頭下的世界
- 一頁企畫書
- 商業視覺化簡報
- 創新與創意啟發
- 創新生態/綠色/農業旅遊
- 青出宜蘭-從農的路上
- 課程與分組
- 專題主題討論
- 甘特圖
- 我的反思

課程總覽

課程內容

「研究方法」這門課程是提前為我們的專題內容所做的預備，老師帶領我們參與各式各樣講師的課程，讓我們吸取講師們的精華。

課程活動

我們的研習有：鏡頭下的世界、一頁企畫書、商業視覺化簡報、創新與創意啟發、創新生態/綠色/農業旅遊、青出宜蘭-從農的路上，透過這些研習活動，加上老師配合課程進行分組，**讓自己了解未來所需的夥伴以及在團隊裡需要的特質**，並在這學期完成專題主題討論的初稿。



課程學習

學習對我來說是除了**「吸取專業知識外，也要動手實作」**，這些研習課程的共通點是講師告訴我們專業知識外，也會讓我們實際操作。對我來說實際操作的學習方式，效益比只是聽來的更好。

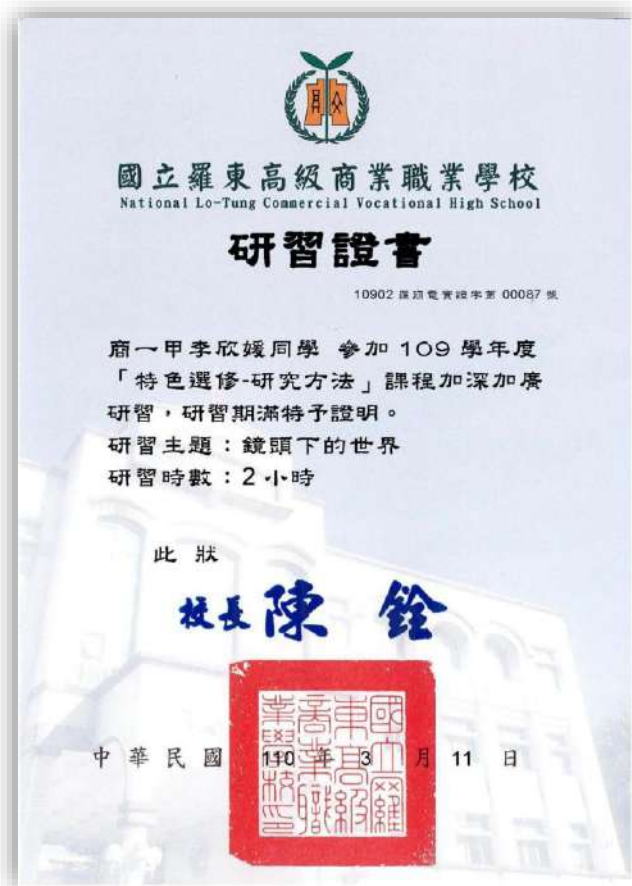
未來的我

未來的我不知道會是如何，但期許自己不被拖延症所絆住，而是做好**今日事今日畢**，且在做任何事**用最大的力量完成**。

未來遇到問題時

未來遇到問題，**首先**我會與組員們進行**溝通**，因為我們都是不同的個體，討論問題難免會有些許的摩擦，遇到問題時**保持三要**，**要傾聽**、**要提問**、**要討論**，才能有效讓我們專題持續發展。

研習證書



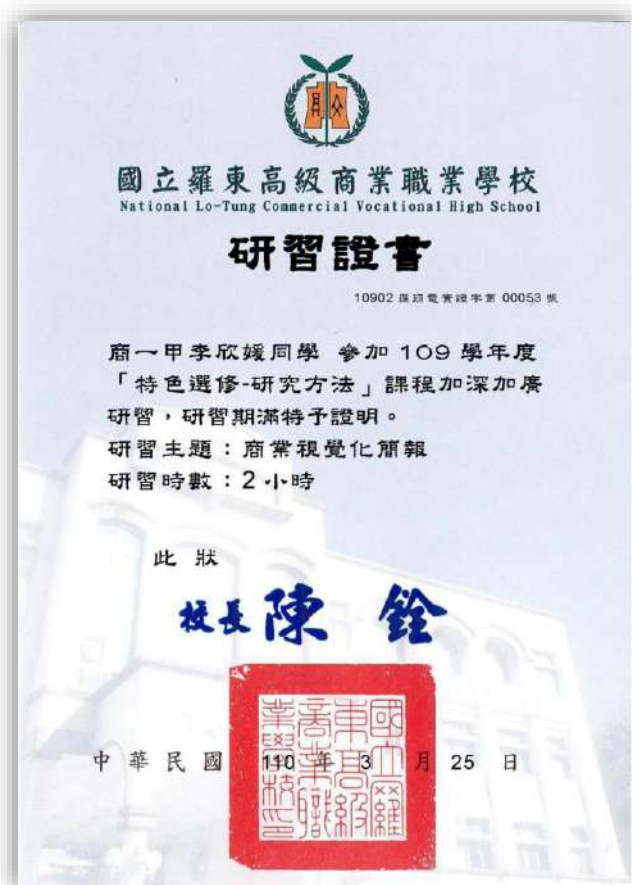
➤ 鏡頭下的世界

我們通常會在影像下訂標準，像是餐廳業者食物的影像，如果拍得好時，食物就會吸引更多顧客向前來消費。



➤ 一頁企畫書

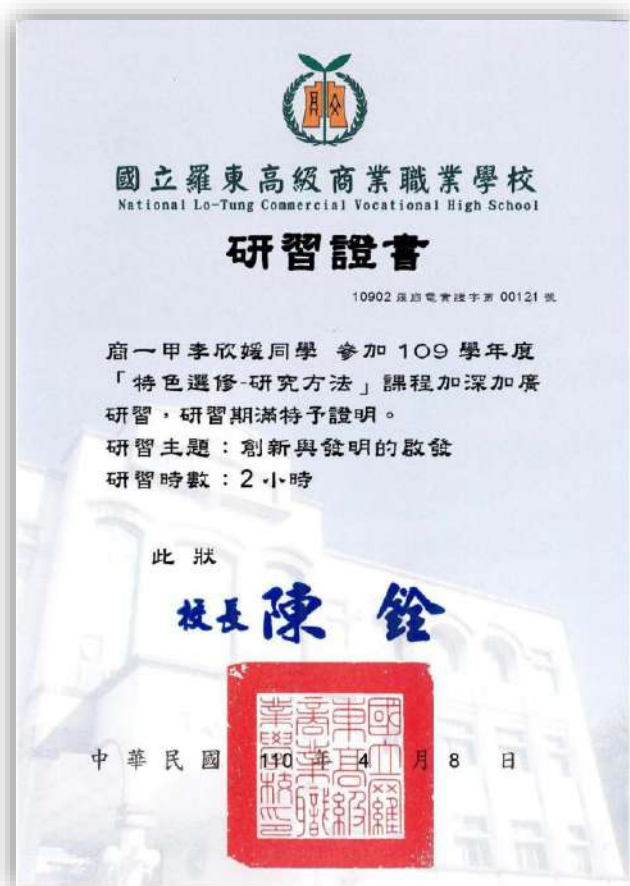
用數字明確的訂定目標。還有問問自己為甚麼要這麼做，企劃雖然看似簡單，但執行起來，要突破的任務是很多的。



➤ 商業視覺化簡報

眼睛是第一感官，**透過視覺化效果讓記憶更加深刻**，也會讓人視覺暫留。

研習證書



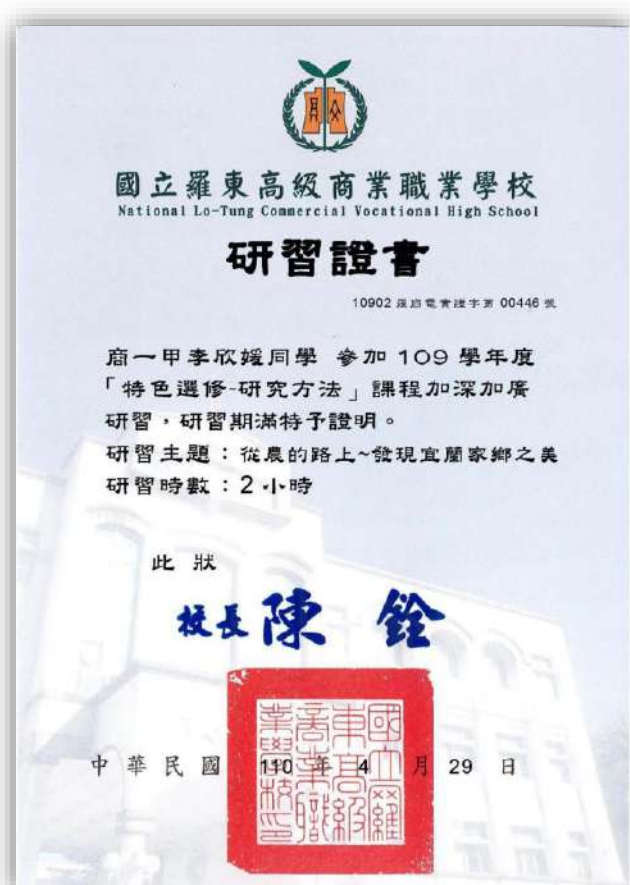
➤ 創新與創意啟發

創新，創造出新的價值。在這個世代講求新事物，我們把任何事物，做出新的價值，營造額外的獲利。



➤ 創新生態/綠色/農業旅遊

透過本次研習，老師讓我們了解能如何規劃我們的遊程，尤其是擬定行程景點是最重要，怎麼樣的景點是吸引顧客的。



➤ 青出宜蘭-從農的路上

這一次的主題與我們小組未來的專題進行方向，有很高的價值性。也讓我們了解宜蘭的環境可利用的性質很高，加上講師的創新想法，讓現代的孩子能體驗以前童年生活。

鏡頭下的世界

攝影機內部的幾個功能，有光圈、快門、感光度、PASM等，學會了這些的功能，我們即便沒有專業相機，但能利用手機找角度，雖然手機的功能沒有像相機那麼多，但是抓到角度拍出來的效果也不輸相機，期待自己能拍到好的影像。

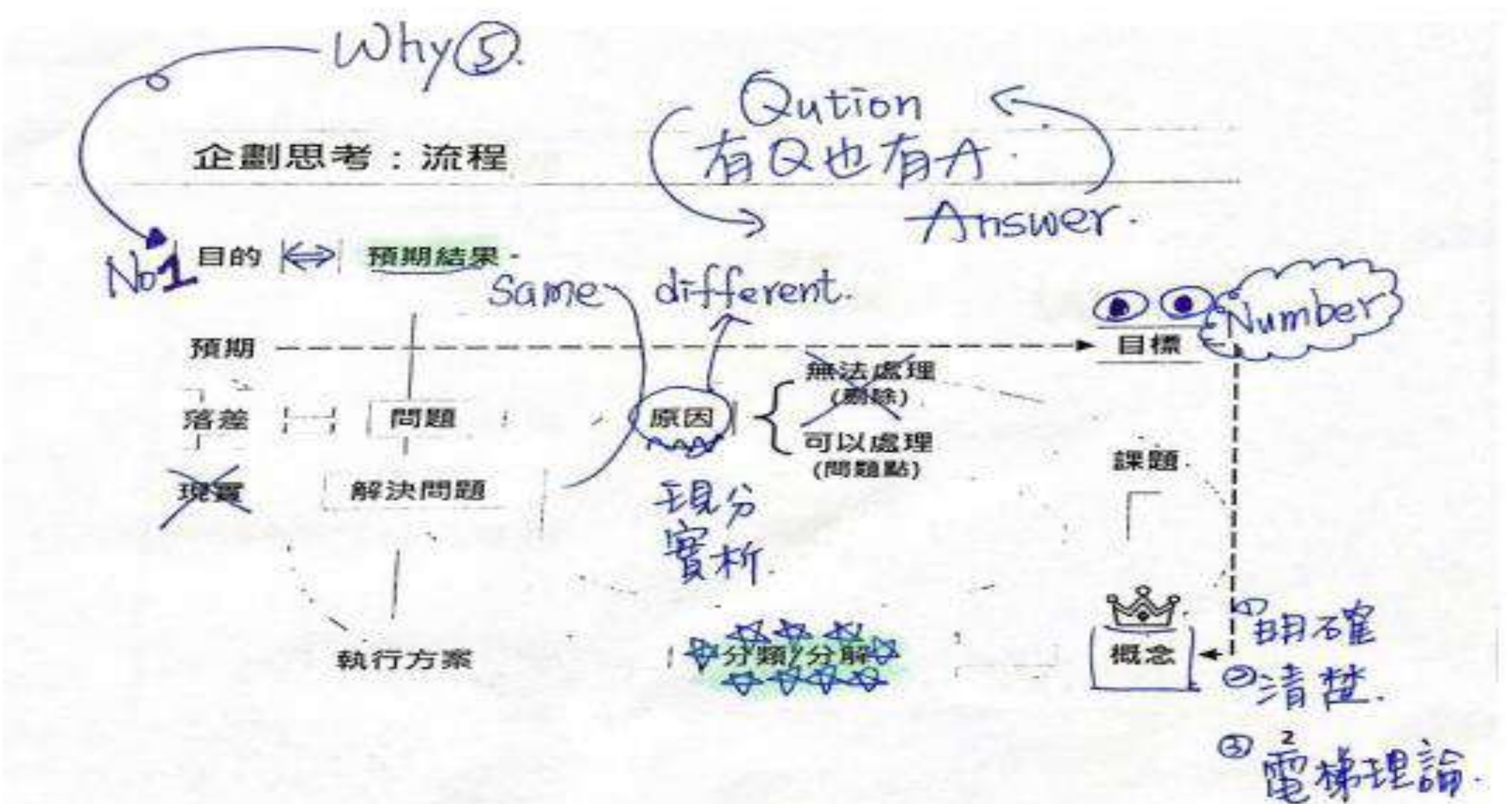
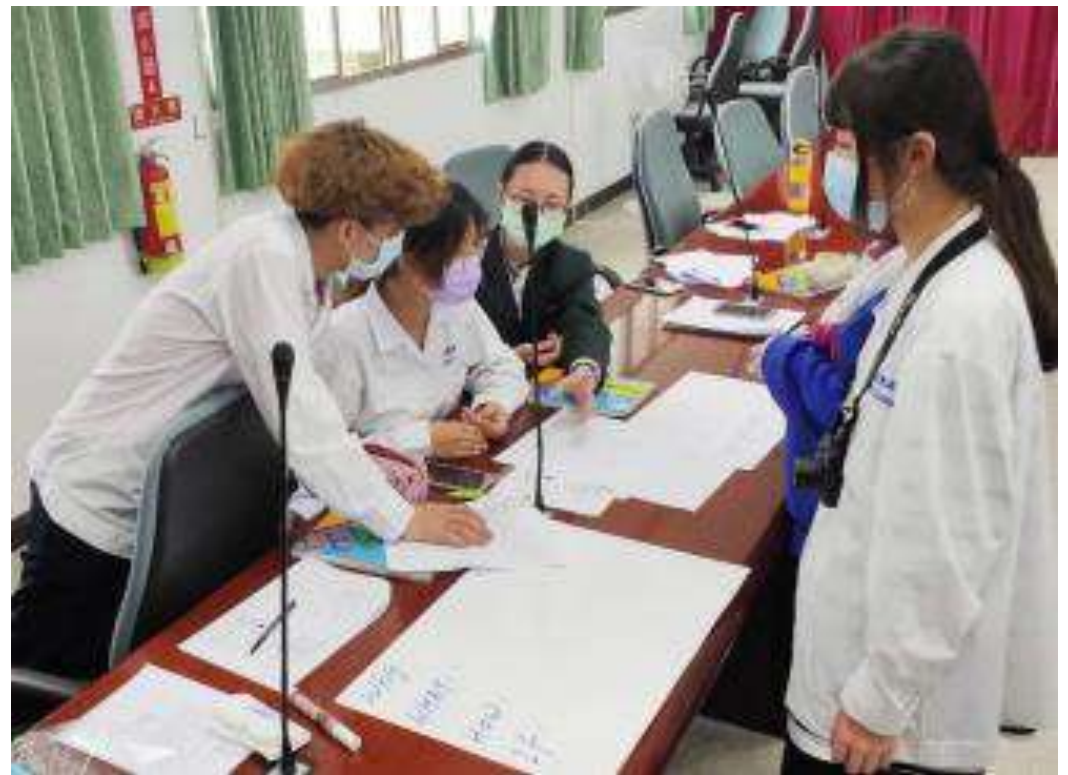


一頁企畫書

企劃書的架構：

「4MAT」以環台夢舉例

why	想要突破自我
what	在路途可以學習克服難關，也能沿途欣賞風景
how	如何執行，規劃好路線，帶上自己前進
if	得到心靈上的滿足



商業視覺化簡報

甚麼是簡報？

化簡為繁的資訊設計。投影片越好，觀眾花在理解的時間越少。

視覺化有甚麼效果？

有字型粗細、文字大小、顏色改變、利用表格凸顯重點。



上台之前應該檢查的12件事

觀眾區的部分,確認場地燈光的配置、確認投影幕投影範圍,以及確認投影機的機況
講台區的部分,則是要確認講桌系統的使用方式、進行外接筆電投影的測試,以及測試音源與麥克風
硬體類的部分,要確認自備筆電、滑鼠及充電線、預先配對能控制音量的簡報筆,同時記得帶水
軟體類的部分,要多備份與攜帶檔案、先確認延伸螢幕模式的操作,並永遠做好Plan Z的準備

▲ 為一開始原圖

上台之前應該檢查的12件事

觀眾區

場地燈光的配置
投影幕投影範圍
投影機的機況

講台區

講桌系統的使用方式
外接筆電投影的測試
音源與麥克風

硬體類

自備筆電、滑鼠
充電線配對
音量的簡報筆、水

軟體類

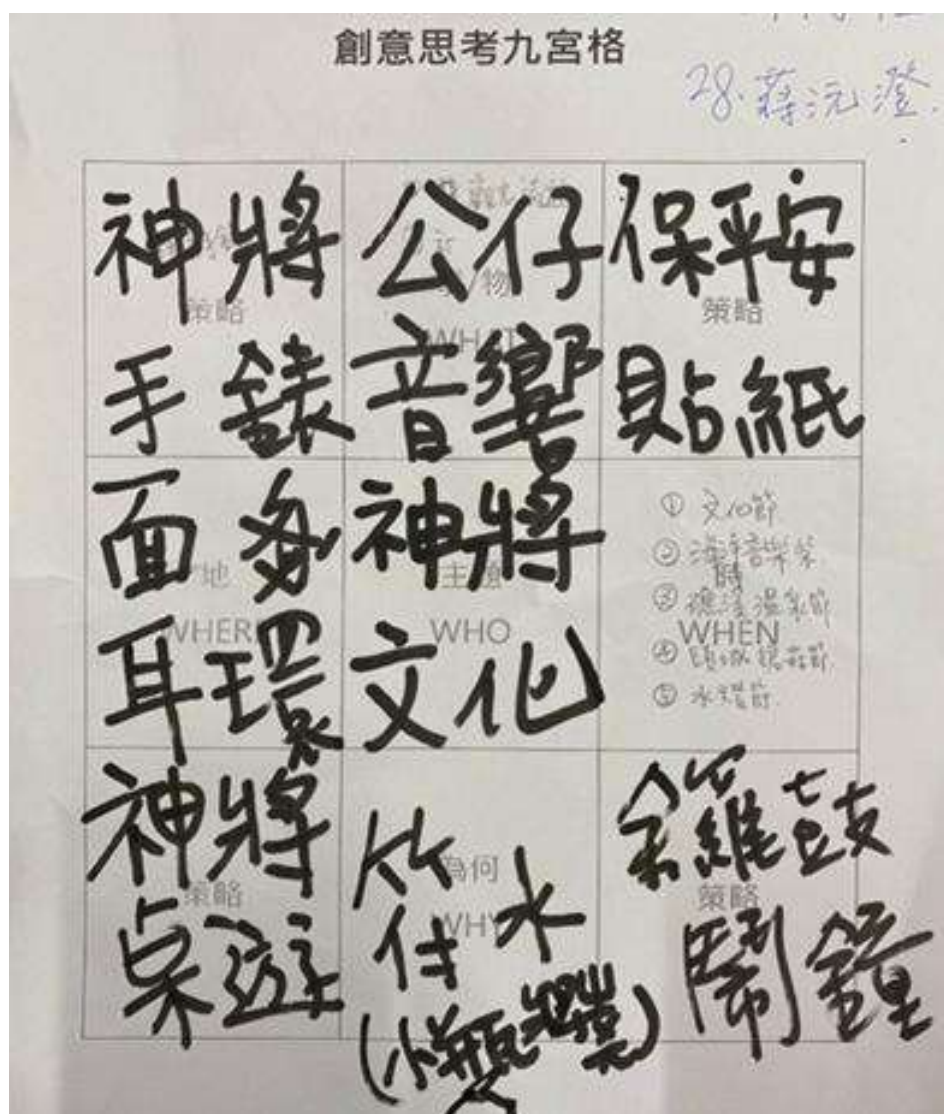
多備份與攜帶檔案
延伸螢幕模式操作
永遠做好Plan Z的準備

▲ 利用圖形擷取重點，讓整個文字更清楚明瞭。

創新與創意啟發

創新以及創意對我來說很困難，因為我會想太多，覺得這個不行那個不行，侷限自己的想像力。這次課堂中討論主題為神將文化，與同學共同合作，是個與宜蘭文化相呼應的主題。

而我個人則是想以阿嬤手工古早味作為發想，推廣在地古早味。



▲ 課堂與同學的討論

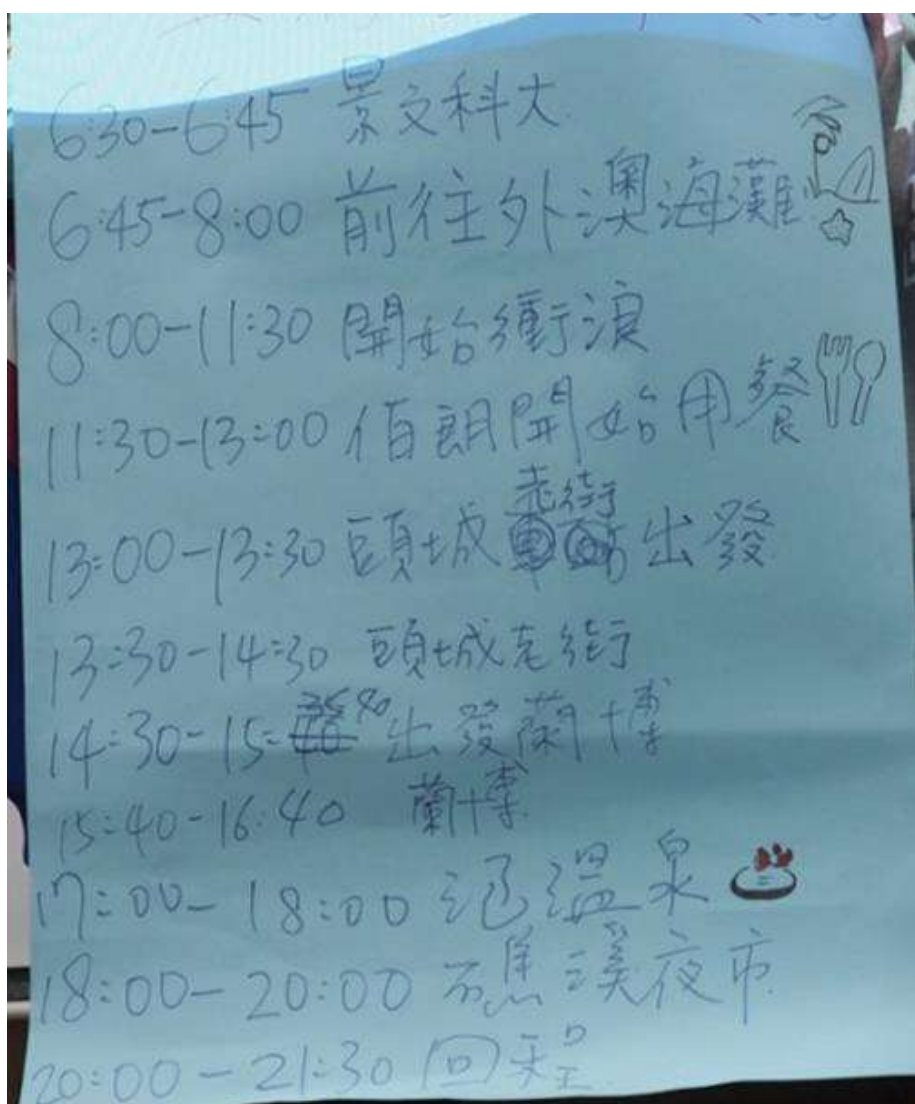
創意思考九宮格

古早味 博物館	龜山島型 的 蘿蔔糕	豆腐乳 火鍋
觀光 工廠	阿嬤 的 古早味	瓜仔 義式 開胃菜
豆腐乳 奶凍	豆腐乳 牛排	特製 醬料

▲ 自己的想法

創新生態/綠色/農業旅遊

我很喜歡旅遊，近幾年，我喜歡往老街或古蹟、還有爬山涉水這一類的地方走，我覺得古蹟老街是需要我們好好保留下來的，也是我們需要深入了解。我與同學課堂討論是以頭城做為深度旅遊規劃。而我自己個人規劃的遊程是以生態旅遊為主軸。



▲ 課堂與同學的討論

時間	地點	備註
7.00-7.30	台北車站集合/出發	租小巴士前往
7.30-9.00	出發前往豆腐岬	
9.00-12.00	豆腐岬浮潛及太平洋跳水體驗	
12.00-13.30	富美活海鮮餐廳	
13.30-14.30	祝大魚物產文創館	海產文化
14.30-15.20	出發前往勝洋水草休閒農場	
15.20-16.00	勝洋水草導覽解說	
16.00-17.00	水草DIY體驗	
17.00-18.00	禮之鄉/超品購買伴手禮	有額外時間再到龍潭湖
18.00-18.30	出發前往豐華藝宜蘭店	
18.30-20.00	晚餐/豐華藝宜蘭店	
20.00-21.00	回程	

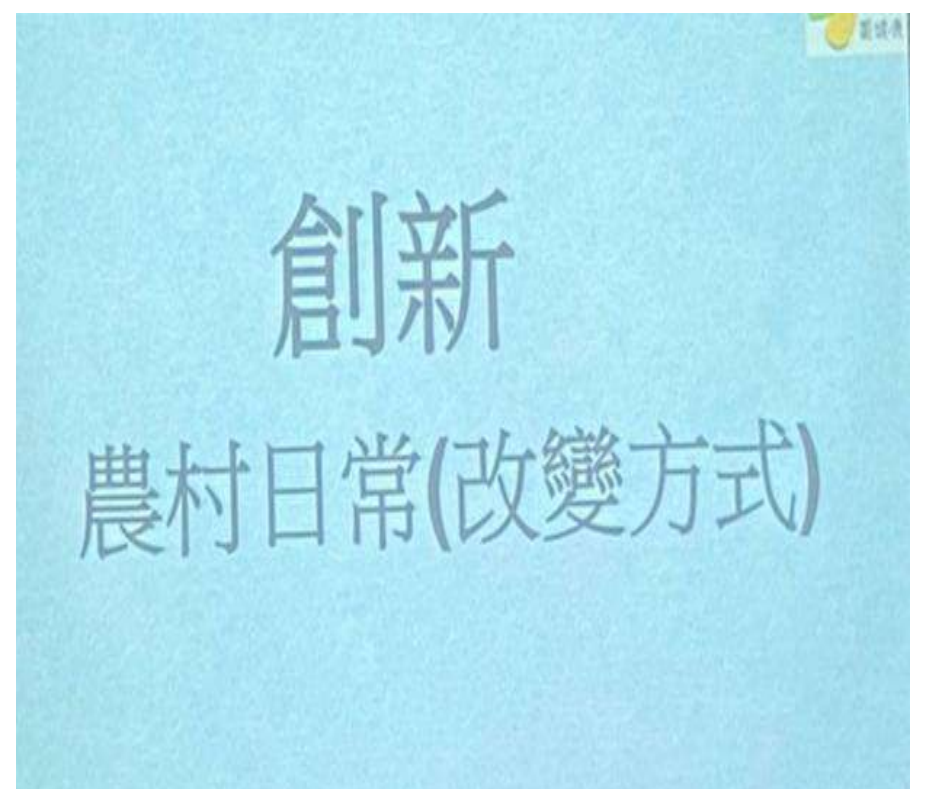
▲ 自己的想法

青出宜蘭-從農的路上

講師是一位返鄉的青年，用宜蘭這塊土創造更大的價值。課堂上，令我印象深刻的是「框」，老師說明**別框住自己，設限於自己**。侷限自己讓自己無法想像更多。他與我們分享他用土地發展宜蘭觀光，也將創新融入到從農這條路上。



▲ 與講師合影



在團體我們需要具備甚麼特質？

積極(參與度高)、聆聽、溝通。

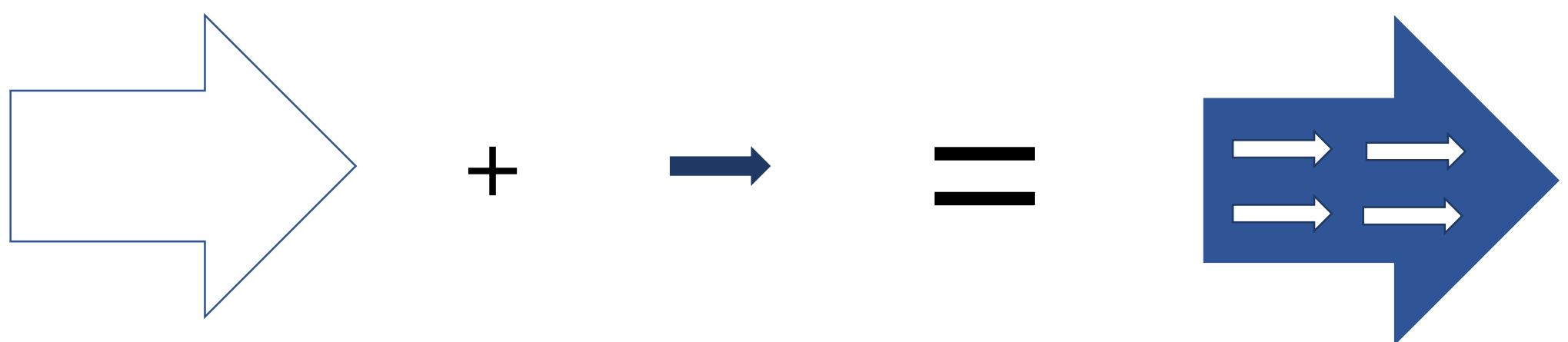
如何凝聚小組共識及訂定研究主題

- ◆有共同的目標(像是我們都是選擇遊程規劃)；
- ◆訂定小組討論時間，可以彈性時間但是不能沒有參與；
- ◆有問題立即提出並與組員討論；
- ◆是先建立好規範；
- ◆每一個都要提出關於主題的想法，在全部融合。

[小組] 及 [個人] 進行我怎麼看？

有夥伴時，可以有很多參考方向，大家可以分工合作，但可能會有人的想法不被採納或者是不敢說出來。

自己一人進行時，我可以盡情發展我所有的想法，東西全部是我自己喜歡的，會侷限發展的可能，缺少別人的反對，我會以為我的東西真的很好。



團體目標 + 個人特質 = 最佳協力的合作團隊

透過大大小小研習活動的探索，這學期結束前，我跟組員也為我們的專題做出初稿，包括動機、目的，接著將陸續進行蒐集文獻等，逐步地完成專題。

一、研究背景與動機

人口老化是全球所關注的議題，依據內政部（2021）統計資料顯示，台灣於2021年1月底老年人口（65歲以上）為380.4萬人，佔總人口比率16.2%。台灣已符合世界衛生組織（WHO）定義邁入「高齡社會」，因應高齡社會的來臨，老年生活的規劃將會是我們的課題。

UNWTO自1980年推永續發展，提倡永續旅遊和新冠肺炎（COVID-19）後，台灣積極發展自然生態觀光，在高齡社會及永續旅遊理念下，我們想規劃銀髮族群到宜蘭大同鄉進行森呼吸遊程，感受原鄉的自然與美。

二、研究目的

根據上述研究背景與動機，我們將以「宜蘭綠色旅遊」及「銀髮族」為主軸規劃綠色旅遊。

- （一）宜蘭大同鄉的介紹。
- （二）調查銀髮族的遊程需求。
- （三）規劃銀髮族的森呼吸遊程。

甘特圖

即便我們都知道計劃趕不上變化，但不計劃，就會讓自己怠惰。我們這組依主題內容，以半個月為一個階段，進行規劃完成的時序。

內容	時間	5、6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月		4月	
		底	15	31	15	31	15	30	15	31	15	30	15	31	15	31	14	28	15	31	15	30	
前言	動機	預計完成																					
	目的	預計完成																					
蒐集資料	文獻探討	預計完成		預計完成																			
	研究方法	預計完成		預計完成																			
遊程規劃	擬定遊程			預計完成																			
	實地堪察			預計完成		預計完成																	
	拍照記錄			預計完成		預計完成																	
	設計遊程					預計完成		預計完成				預計完成											
書面	統整作品													預計完成									
	整理修正													預計完成									
準備成果	簡報製作																	預計完成					
	口頭報告																		預計完成				
	成果發表																			預計完成			

▲專題製作時間規畫表

我的反思

透過**多次的研習課程**，累積了許多涵養量，為我們自己的專題**一步一步的打穩基礎**，從鏡像，我們都是視覺動物，影像可以讓我們馬上輸入，也能比較有印象。接著是企劃書，對我來說**企劃就像是我們的目標**，利用主要目標來規劃及執行。**視覺化簡報，凸顯表達的重點**。後幾週的課程都是以創新，創造新的事物為主的主題。這一次的專題，我選擇的是遊程設計，創新旅遊及青出宜蘭的研習活動中所學習到的觀念，對我選的主題幫助很大，期待我與組員能共同完成。

