



東山晨曦



32期

發行人：郭鴻耀 校長
 發行單位：臺中市立東山高級中學
 地址：40642臺中市北屯區景賢六路200號
 閱讀網址：http://140.128.173.14/sys1.htm
 編輯群：校長秘書翁文修、朱承泰主任、鄭仲達主任、施信華主任、蘇桂慧主任、張宇嘉主任、吳夢翔、陳巨峰、校刊社朱恩喬(代表)。
 顧問群：家長會、學務處、教務處、輔導處、總務處、會計室、人事室。
 中華民國九十八年十二月一日創刊
 中華民國一〇六年十月二十日出版
 承印：昇揚印刷事業有限公司：04-23956778

新學年·新氣象

舊東山校址受921大地震損毀，民國90年10月搬遷現址東山再起，十六個年頭過去，東山已經是北屯區首屈一指的高中。今將邁入第17年，本校仍秉持作育英才、造福鄉里的理念，朝向東山願景「優質、關懷、希望」繼續前進，新學年新氣象，各處室也有新規劃以因應未來新課綱的實施，讓我們來看看各處室主任未來的規劃。



總務主任給大家的話：(張宇嘉主任)

東山高中是一所90幾班的大學校，校內外有許多大大小小的設備，可謂家大業大。總務處除了會盡力維護及修理各項設備之外，也希望各位同學，在使用這些設備時，能夠更加愛惜。期許同學們，多點同理心與公德心，屬於大家的校園環境將會更加美好。

教務處施信華主任(106.09.22.)

STEM Square (STEM2) New Curriculum @ Dongshan Senior High School
 咱東山高中是臺中市公立高中職最大的學校，不但是人數多、校地也大、事務也繁重，因此，自成立高中部以來，高中師資與課程都是一時之選，面對未來10年的課程挑戰與前瞻，東山高中不可不為學生、老師與教學環境等等，規劃好有「素養力(competency & literacy)」的課程，面對12年國教的浪潮，課程改革是最核心的議題，踵武前賢的步履，東山高中有太多優質的條件可以更貼近學生需求的發展，也為學生鋪設更具素養力的課程，今天就舉學校本位課程中的一項規畫，做簡要的分享。

科學、科技、工程與數學 (Science, Technology, Engineering, Mathematics, 簡稱STEM) 的科際整合教育議題在近年來受到許多的關切與重視，從美國國家科學委員會與美國總統科技顧問委員會的報告中，可看美國重視培育STEM人才的趨勢。美國推動STEM科際整合教育的主要目的，以提升其國民科學與數學素養為主軸。學校課程最常被人所詬病的便是過度著重在學習科學、數學等學科的知識，而缺乏實務應用這些科學、數學等學科知識的能力，因此，東山希望透過教師課程的協作，提供STEM2的課程，如下表所示：

字首	名稱	跨領域課程	課程主題	課程子題
S	Science & Sport	科學與運動的課程	運動科學專題	...
T	Technology & TOCIE	科技與英語的課程	科技英語專題	...
E	Engineering & Environment	工程與環境的課程	環境工程專題	...
M	Mathematics & Medical	數學與醫學的課程	醫學統計專題	...

東山課程希望多一些透過動手實作活動，讓學生可以培養整合理論與實務的能力，畢竟多數學生在設計解決方案時，常憑直覺進行設計，而非確實應用科學、數學、語言等學科知識進行理論導向的設計，因此，東山若欲推動STEM科際整合教育，希望藉此培養能夠整合理論與實務的科技與管理人才，可將實務導向的設計、探究等策略納入動手實作過程中，以藉此培養學生具有整合知識與實務的能力。

輔導處未來規劃(蘇桂慧106.9.26)

在東山，優質、關懷、希望是我們共有的信念！
 在東山輔導處，建構國際化與在地化並重的生涯藍圖、專業輔導與諮商的關懷、強化生生不息的軟實力是我們共同努力的目標！
 從高中到國中，輔導處規劃一系列的生涯專業服務—
 包括：生涯規劃學習歷程、心理測驗探索評估、特色大學與傑出產業參訪、模擬面試甄選培訓、產學達人會客室、生涯軟實力工作坊、體育生涯規劃、適性建構學習檔案、適性輔導多元選項、技職博覽參訪實作、多元技藝課程學習、個別生涯諮詢、班級諮詢專輔、特殊個案管理...
 另外，結合社區推動耕讀傳愛計畫、親師成長讀書會、親師諮詢、輔導志工長者服務、學長姐攜手學弟妹生涯引領，不分年齡，讓生命教育都能處處發光發亮。
 在東山，輔導處將會一路專業陪伴，為師生、為家長，共同邁步成長。

學務處鄭仲達主任

在東山邁入第17年頭之際，今年又回到之前待過五年的學務處，感覺似乎熟悉又陌生。其實教師對學生只有「愛與榜樣」，不管擔任任何職務皆應盡善盡職，藉由教育專業引導孩子各適其所。只是今年又重回以形塑學生良好品德為主要職責的學務處，肩負重擔不由自覺加重些。
 東山的孩子與市區相較雖然質樸些，然在大環境尊師重道日漸式微之下，難免有些觀念已受周遭環境影響而改變，並非眾人亦云就可積非成是。在培育東山學子成為各階段領導者的過程中，有些似是而非的觀念需與大家共同討論：
 1.個人自由以不侵犯他人自由為自由，隨時檢視是否侵犯到他人權益。學生因為是受教育階段，自由本應有所限制，如同軍人身分受限制一般。
 2.貫徹古訓：「嚴以律己，寬以待人。」著力培養自己本身自制力與挫折回復力。
 3.強調尊師重道：尊敬師長，才能敬重所學習的課業。師生之間感情再好也有一定的分際，也只有長輩與同輩才能直呼師長姓名。
 4.思辨能力的培養需以落實在知識探求為主，非本末倒置用於挑戰舊有規定與權威。
 綜上，達哥名言：「優秀是教出來的」與大家共勉之。

榮譽榜 106年度臺中市語文競賽(市賽) 東山高中獲獎名單

組別名稱	競賽項目	名次	單位	姓名	指導老師
1 高中學生組	國語朗讀	第二名	市立東山高中	林宜靈	洪憶梅老師
2 高中學生組	閩南語朗讀	第二名	市立東山高中	張靖彤	王晉修老師
3 高中學生組	客家語朗讀	第二名	市立東山高中	楊子欣	張淑惠老師
4 高中學生組	國語演說	第三名	市立東山高中	許為庭	吳筱文老師
5 高中學生組	客家語朗讀	第三名	市立東山高中	賴宣妤	羅鳳惠老師
6 高中學生組	原住民族語朗讀(泰雅族語)	第三名	市立東山高中	湯亞昕	湯光明老師
7 高中學生組	寫字	第四名	市立東山高中	廖泓懿	高婉甄老師
8 高中學生組	客家語字音形	第三名	市立東山高中	吳孟宜	羅鳳惠老師
9 國中學生組	原住民族語朗讀(泰雅族語)	第三名	市立東山高中	羅譜澄	羅萍老師
10 國中學生組	閩南語朗讀	第四名	市立東山高中	楊凱婷	王仁純老師
11 國中學生組	寫字	第四名	市立東山高中	林翊旭	才美娟老師

徒步環球

名師講座一

我徒步環球。我的故事



校長致贈陳仲仁講師感謝狀與書籍

「過度的冒險會失去生命，但是，過度的安逸會失去靈魂。」這段話是勇闖世界追求不凡的運動冒險家陳仲仁先生的座右銘，他就在過度冒險與安逸間行旅世界各地，行旅間有歡笑、有愉悅、有溫馨、有艱困、有痛苦、有孤獨、有恐懼、有驚嚇、...還有許許多多充滿血淚的體驗與感受。這天，他與我們分享「尋找成吉思汗遠征」及之後「西伯利亞留學」與「旅居阿根廷」的故事。就像鄰家男孩的他，講故事般引領著我們，隨著所拍攝照片的播放，大家彷彿回到成吉思汗當年，只能用人力和獸力前進，像是駱駝、馬、划船，循著蒙古大軍西征的路線從蒙古大草原開始走，走到新疆、哈薩克、吉爾吉斯、

伊朗、亞塞拜然、喬治亞、俄羅斯、烏克蘭...等11國家，費時617天完成全程11,000公里的徒步遠征。從成吉思汗年代還沒回神，時光穿梭來到現代，在高緯度的西伯利亞寒冬裡，因為俄語不輪轉而買不到麵包挨餓，因此，為了學好俄語交了個金髮俄國女朋友，這引來哄堂大笑也讓人狐疑了一下，同學們還好奇想知後來呢？

成為臺灣挑戰世界七頂峰(指世界七大洲各洲的最高峰)的代表成員，在挑戰第三座南美第一高峰「阿空加瓜山」時，遇到人生中一次的瓶頸，就此滯留阿根廷一年，其間除了重新面對自己，找回自我外，學會西班牙語是另外的收穫，所以現在是能說英、俄、西三國語言。可惜時間有限，故事分享只好打住，大家帶著好聽的故事，或是懷著欣羨的心情結束這場的享宴。

同學心得與回饋

401班 謝孟璋

在這場演講中我學會四件事：第一，不是只有認真學習學業能使人成功；第二，語言是很重要的生活工具；第三，要學會永不放棄；第四，應該多多摸索自己的興趣，找出自己的才能。

401班 張容

我想對陳仲仁先生說：你能在3個月內學會俄文基本會話，真的很厲害。敬佩你那股勇敢向前的動力，期許自己也能夠擁有這種向前的力量。

402班 陳俊憲

真心佩服講師完成六百多個日子的徒步遠征，若是我，可能走一天就會放棄了。在途中遇到攸關性命的事仍不退縮，繼續勇往直前，看出講師永不放棄的精神和那股毅力，才能在人生中擁有這樣艱難卻美好的回憶，謝謝講師帶給我這樣的啟發。

403班 林辰諭

聽完這場演講讓我更加清楚二件事的重要性，也就是不管人生中遇到什麼挫折，只要找到自己的興趣發展，就會有不一樣的人生，還有在生活中學習語言，是要不斷的去嘗試練習，就有可能會在短時間內抓到訣竅，現在覺得自己可以坐在教室裡學英文，是多麼的難得可貴，希望有朝一日也可以像您一樣找到自己的興趣，去發光發熱。

403班 許翔竣

在「尋找成吉思汗」遠征當中，講師一度想放棄，但是卻靠著「毅力」來完成這項考驗，令人覺得十分厲害之外，更發現任何事情要有成就「毅力」是不可缺的要素。

403班 盧欣妤

聽完這場演講觸感良多，在人生中遇到的每件事都要好好的去體會與感受，就可以感受到生命的美好，希望我以後也能勇敢的到世界各地闖一闖，在我的生命中做一件大事。

404班 李相進

常聽人說行萬里路，勝讀萬卷書，但卻只有部份人實際行動去完成，今天演講者是其中之一。在這場演講中，了解用自己的雙腳認識這個世界，是一件多麼有趣的事情，雖然途中可能會有危險，但我還是希望在未來的某一天，也能夠用我的雙腳踩過這世界每個角落，用我的眼欣賞這世界各個風景。



陳仲仁講師贈送個人著作給第一位發問的405班游克勤同學



風趣的演說，加上肢體動作更讓聽講者深入其境。



同學們對講師種種經歷感到好奇，問題不斷，歡笑聲此起彼落。



靦腆的講師與兩位獲贈著作同學合影

404班 翁祥庭

非常感謝陳仲仁先生蒞臨分享自己的人生經歷，讓我了解人生還沒有到盡頭千萬不要輕言放棄，或太早下定論，若是太早投降，那麼人生的一切將會被命運操控，而不是掌握在自己的手上。很想問陳仲仁先生：「當阿富汗民兵槍口抵在你頭上時，在你心中當下第一個浮現的想法是什麼？」

405班 蕭琇雅

今天演講中印象最深刻是關於世界上最美的風景和食物，在你最渴望、最需要食物的時候，突然有個人給了你一塊麵包還是一碗湯，即使那麵包並沒有那麼美味可口，但在當下你會覺得這是世界上最好吃的食物。在你期待到達某個地方時，路途中卻遭遇許多波折耽誤時程，千辛萬苦終於到達目的地，當下的風景會是你覺得世界上最美的風景。對於一件相同的事物每個人有著不同的觀點，例如，有些人認為錢是最重要的東西，但有些人並不這麼認為，這是今天演講給我的啟發。

406班 邢雅筑

為了找尋成吉思汗，講師與隊友一起徒步行經許多國家，經歷差異極大的天氣變化，從-20°C到60°C，被軍隊以不熟悉的語言逼問著，甚至連隨行的馬和駱駝也跑了，看似淒涼的徒步遠征，卻讓人收穫不少。在演講中聽取許多特別的經驗，也學到講師那樂觀的態度，像他不會俄語就跑去西伯利亞讀大學，娓娓道來一串趣事，我看見的不只是趣事，還看見他的蛻變。無論是旅行還是跑步，都有想放棄的時候，但是他沒有放棄仍然繼續，參加許多比賽和旅行，尤其那為期一年八個月的成吉思汗遠征，他讓我了解「原來人生要靠自己去闖」。

406班 葉亭好

講師從年少不懂事，剛接觸跑步時吃足了苦頭，歷經賽事與教練的指引，開啓人生智慧門。成年後四處遊歷，經歷接觸過各種臺灣見識不到的

人、事、物，他靠著自己的雙腳走過世界許多地方，就算失敗了，也要留在當地學到些什麼的心，真的很讓人敬佩，希望我也能靠自己的力量，讓自己的生命跟他一樣精彩。

407班 李偉銘

沒想到純粹一個跑步運動就能改變一個人那麼多，從一個令人討厭傷腦筋的渾噩小子，蛻變成一個家喻戶曉的英雄，還到處比賽打破紀錄，成為臺灣之光，讓全球都知道「臺灣有一個這麼努力的人」，堅持做自己喜愛的事，突破重重困難，只為了自己的面子而讓他有這樣的勇氣，真的是非常偉大令人佩服不已。

407班 李竺昇

得知仲仁老師年少時生活態度是消極的，感到訝異，後來對自己人生的挑戰過程，卻又是充滿許多艱難驚險刺激，非常佩服他，也讓我了解到人只要努力，就有機會成功。在老師說明如何學習多國的語言後，就印證了一句話：「天下沒有做不到的事，只有不想做到的人。」

408班 林育丞

走進音樂廳雖然開著很強的冷氣卻感覺很熱，我想這是講師的熱情所影響吧。一開講就令人陷入故事的情境中，彷彿我就是故事裡的主角，跟著講師的腳步一路從蒙古走到新疆，再走到中亞，我好像也環遊世界了一趟，令人感動萬分。希望在我有生之年也能有過相同的經歷，好跟我的後代子孫講故事。

408班 林義騏

這場講座打破我以往的觀念，以前都覺得演講非常無聊，但今天終於知道有的演講也是風趣橫生，今天真是見識到，讓我非常開心感覺好享受。從演講中學到很多，不管做任何事都要全力以赴，因為有可能會有奇蹟出現，即使失敗也不會留下任何遺憾；此外，還復習到不少地理和歷史，更學到些新知識。佩服講師能夠在多個國家短時間內學會當國語言及文化，還有謙虛的態度，都是值得我

們學習的。

306班 賴靜儀

從來沒想過居然有人會徒步走過許多國家，以前只有聽過有人在沙漠中跑馬拉松，當時就覺得厲害，但現在聽完這場演講，覺得震驚又奇妙，震驚的是居然可以徒步走過這麼多國家，奇妙的是人的意志力真的無限大。

這是第一次接觸馬拉松，不懂為什麼跑步可以堅持那麼久？跑的時候在想什麼？但我知道對喜歡的事物一定要堅持，不然可以學習的機會錯過了，就不能反悔。

306班 賴昀歆

聽完講師的環球經驗，覺得很有趣，每個地方都有一件特別的事發生，其中印象最深的是：最好吃的食物是包含眼淚的那碗湯和麵包。講師的勇氣也讓我佩服，即使人生地不熟、語言也不通，還敢去讀那裡的大學，這讓我打破對語言學習的想法。

306班 鄭竣峰

我覺得陳仲仁先生的演講非常好，既生動又有趣，他與同伴的互動以及跟當地人打交道，非常的耐人尋味，尤其是在沙漠中丟了馬那件事，讓人覺得有趣無比，感謝仲仁先生的演講。

506班 張雨婷

每個人都有自己想做的事情，也有自己才能完成的事情。講師在談論自己兒少時的故事，無疑是個不良少年，可是後來他卻完成很多人做不到或根本不想做的事情。這給了我一個啟發，一件事情或許看起來很困難，像跨過沙漠、異地上大學或是打破世界紀錄，但是下定決心做了，那就是你獨一無二的經歷，沒有比進行自己喜歡的事情來得幸福的了，痛苦和疲累都將蒸發成水氣，映出彩虹。

506班 黃婕怡

從演講中了解，原來一個人的個性真的可以因為生活上有了興趣而改變，也了解到生活中有個興趣是件很好的事。

校園花絮

花絮一—學生會

升上了高中，我們在朝會、新生訓練、校園活動中，遇見了一個嶄新，而充滿著挑戰性且未知的團體—學生會。你是否知道他們肩負的重任？你是否知道他們背後的付出？在此由東山高中校刊社，替你解答。以下是校刊社對學生會採訪的內容：

一、有關於學生會方面

1. 學生會是什麼樣的組織？

A: 學生會成立與設置以來秉持著學習、服務的立場與態度，在學校師長的指導下，協助辦理學生相關活動；也扮演著學校與學生之間的溝通角色與橋樑。

2. 學生會今年度提出的政見與歷屆的相較起來有哪些差別？而近期會先行實行的項目為何？

A: 歷屆學生會競選的政見一直以來都是從我們學生日常生活的需求為思考面向，今年的競選政見更具體讓全校所有學長姊、學弟妹能具體感受，例如，開學初我們已完成與高中福利社洽談，將高中福利社商品目錄發至各班，透過這樣方式來減少同學下課時間猶豫購物而造成大排長龍的問題；也透過各班班長協助處理東山紀念衫的預購單以及調查全校同學對自治會規劃東山背包訂製的實際需求，這都是我們今年提出的規劃。

2-1 延伸問題：上一屆學生會已經有發行過紀念衫，那本屆學生會目前的計畫是繼續延續同一個活動，讓紀念衫成為東山另一個標誌嗎？

A: 在延續東山自治會發行紀念衫的最初規劃，我們仍以多數人接受且最簡單大氣的黑色為選擇考量，也希冀未來學生自治會能延續東山紀念衫為東山的精神之一。



校刊社組員採訪學生會代表

採訪者：朱恩喬、張曉心、蘇彥誌、劉芷好、李亭勻

學生會代表：李紫沅、賴宣妤、陳怡雯

二，收費為二百元、高三，收費為一百元。東山是一個大家庭，歷屆學長姐傳承著溫馨的傳統，在學生會費支持下，規劃更屬於東山學子共同的活動，在高中生涯留下美好的回憶。

3. 學生會費若於當屆還有餘額，會如何處理？

A: 每年的學生會費都是公開且透明，學生會費若有結餘，學生會堅持著東山溫馨傳統，延續留個下一屆的學生會統籌規畫使用。

三、現任的學生會幹部

1. 現任的學生會各組幹部認為自己需要哪方面的特質或能力呢？

A: 學生會是一個以學生為主體的團體，我們是一個團隊，不論是會長、副會長，以及各組的組長、幹部，我們都還在學習，也是以服務同學的立場來面對學生事務，在團隊裡，我們彼此學習尊重、學習磨合，學習如何領導小組運作，學習如何分工，學習做好自己的工作；對外，我們代表著東山高中，言行舉止都必須更謹慎，我們更學習著如何展現屬於東山校風與學生會的特色。

2. 擔任幹部後有感受到哪些不同嗎？

A: 學生會的夥伴，一份工作，一份挑戰；在既有的高中課業壓力下，多了學生會事務，我們變得更忙，但團隊的我們每個人都很有熱忱，我們想延續學長姐的腳步與精神，我們想為東山做出更多貢獻。

我們也許不是最棒的，但我們肯定是認真的，對於我們學生會所有的關心與鼓勵，甚至於指教，我們都虛心接受，因為我們知道這些都是我們前進的動力，也是讓我們更好的元素。為了東山，我們一起努力、一起加油！

3. 關於在兩三年前被廢除的學權組，學生會取而代之的是哪些組織在與校方爭取權益？兩種方案的差異為何？

A: 學生自治會的設置，在符合教育理念與學校發展主軸上，輔以學務處指導的一個以學生為主體的自治團體，誠如先前提到的，學生會是一個團隊，學生會的核心在透過團隊活動，我們學習分工、各司其職與服務的精神，把活動規劃的理論與執行的實務結合，讓活動流程與成果更臻完善。

二、有關於學生會費方面

1. 學生會費的實際用途有哪些項目？

A: 學生會會費在教育理念與自治精神下，我們皆以尊重個人權益與規劃為前提辦理，學校傳統學生活動的辦理與延續，目前由學生會規畫與推展，舉凡每年耶誕節自治會、聖誕晚會、金嗓盃校園歌唱大賽、畢業晚會；在落實自治精神，學生會費的活動申請皆須透過班聯會議會審核後始能請購使用。

2. 會費於各年級的收費標準為何？

A: 學生會會費也在自治精神下，透過民主程序討論，兼顧使用者付費與公平正義原則下，考量高三學長姐為準備學測與指考，參與活動機會較為受限，高一參與活學生動機會較多；目前高一，收費為三百元、高

花絮二—辯論社參加「超級法律王」



採訪者：劉妍妮（右）
採訪對象：林一（左）

由謝震武律師主持的法律益智節目「超級法律王」，透過寓教於樂的方式，邀請各校同學進到錄影棚與學者專家一同討論問題，了解霸凌、毒品、網路、竊盜、性侵等五大主題的法律常識。今年6月，東山高中辯論社受邀至中視錄製此節目，以「毒品」為主題，在節目中一同討論圍繞於我們生活周遭，但卻似懂非懂的法律知識。以下是校刊社採訪參加者的內容：

Q: 請問你這次參加超級法律王的契機是什麼？

昀虹：參加這次活動以前，我個人就經常收看該節目，覺得這種邀請學生和專家一起討論問題、進行現場互動的機會很難得，本校辯論社風評不錯，所以收到邀請時，當下就毫不猶豫答應參加該節目的錄製。

Q: 參加這次活動你印象最深刻的地方是什麼？

林一：可以說這次參加節目錄製的所有都讓我印象深刻，因為是第一次參加電視節目錄製，坐在攝影棚裡錄影是很新奇的體驗，而且可以和知名人物面對面談話。另外，原以為拍攝過程會NG好幾次，但沒想到我們一鏡到底就完成了錄製的工作。



採訪者：朱恩喬（右）
採訪對象：吳昀虹（左）

靖怡：在還沒進入問題搶答錄製前，主持人問參加同學：有沒人的朋友或是家人有吸毒的相關經驗，甚至因此被抓去勒戒所？我當時有發言，分享一段經驗，所以印象很深刻。

Q: 實際錄製節目跟平常自己看電視有什麼不同的感受？

昀虹：平時收看电视時，是以旁觀者的心態在觀看節目內容，沒有壓力是輕鬆的。但親身參加電視節目錄製，發現在錄製節目的時候沒有什麼休息時間，面對鏡頭要一鏡到底還真需要體力，而且要與同學討論議題，需要專注思考，無形中有責任感和壓力存在，不輕鬆啊。

Q: 透過參與該節目錄製是否讓你對於毒品及其相關法律知識的認識有幫助？

林一：我認為是有幫助的。在節目現場每個人都有可能被指定回答問題或搶答問題，所以有關毒品分級、毒品特性及其所帶來的影響等皆要有所認識。因此，在準備錄製該節目過程中，不僅讓我對毒品有清楚的認知，且有更深入的看法，了解毒品是怎麼樣的東西，知道自己使用了這些東西後會帶來什麼樣的後續效應，對自己本身有一種嚇阻的作用。

昀虹：在準備上節目的時候，我們花了很多時間查看資料及討論，像是毒品等級、其對人體所帶來的傷害，還有緝毒過程是如何進行，以及青少年使用毒品的狀況…等，透過這次活動的行前準備，我們對毒品及其相關法律知識都有比較深入的了解。



採訪者：李亭勻（左）
採訪對象：林雨潔（中）、王靖怡（右）



<夢想、壯遊與探險> 課程



東京創價大學創辦人池田大作的教育理念：「教育的根本目的是在青年的胸中培養對人類的愛，和獻身社會的精神。」再鏈結十二年國教的目標：啟發生命潛能、陶養生活知能、促進生涯發展、涵育公民責任，因此，借重國立體大課程資源與師資，106年本校開設<夢想、壯遊與探險>課程，設計了8堂室內及4次戶外實作體驗課(表一)，透過授課及實作體驗將以上想達成的目標都涵蓋。

人因夢想而偉大，古今中外偉人都是有夢想的，你有夢想嗎？如何才能實現你的夢想？本課程的所有講師雖不是偉人，但都是各據一方的夢想家，包括徐海鵬、陳仲仁、李清榕、黃一元、陳守忠、邵定國...等多位專家學者，有臺灣首度徒步環球的、建造獨木舟環島的、十年計畫挑戰世界七頂峰的、騎鐵馬環遊世界的、自籌建立臺灣首座登山博物館的...等，藉由他們實際經驗提供不同面向的學習機會，站在這幾位夢想家的肩膀上拓展視野。

壯遊是時下不少人的夢想，「壯遊」現在一般指英文「the grand tour」一詞的翻譯，意指「教育之結業旅行」，即十六世紀末英國富有青年學生至歐洲各大都市之旅行，做為教育的最後一個階段。鼓勵青年學生走出去，胸懷壯志的遊歷，具有積極的教育意義，這與英國日後強盛成為「日不落國」，有一定的關係。其實這個名詞在中國出現久已，最早出自唐朝大詩人杜甫所寫的詩作「壯遊」(如右)，那是一個壯遊的時代，高僧玄奘到天竺

(印度)取經，就是古今中外最著名的壯遊之一。

壯遊有三個特質：遊歷時間「長」、進程挑戰性「高」、與人文社會交互「深」。特別是壯遊者經過規劃，不局限於深入自然環境，更深入民間，以高度意志徹底運行，用自己的身軀去體驗世界之大。授課的講師們不儘是夢想家，更是壯遊的實踐家，在他們的傳道授業解惑下，來聽課的師生、家長們收穫良多，聽完前一期(1-7月)四個課題，現在繼續第二期(8-12月)的課題學習。現階段還無法長時間遊歷的狀況下，穿插幾個短暫實作體驗課，至少先離開每天所待的舒適圈，不做宅男宅女、看看方圓幾里外的世界，以考驗自己的意志和挑戰自己的極限，例如7月初在陳仲仁先生的陪同下，師生、家長一行十餘人以三天兩夜的時間，完成攀登台灣第二高峰(3886公尺)的夢想之一，對初次登高山的這些師生、家長來說，不只是體力的大考驗，更是挑戰自我的一項功課。最辛苦的一天，清晨五點出發，行走約14公里，先爬升1400多公尺登頂成功，再下降700多公尺暮色中回到山莊，腰背雙腿早已不聽使喚，回首不知何來的力氣走完這段路程。又走在寧靜狹小山徑上，經常幾個彎一過遍尋不見前後隊友的身影，只剩

壯遊 杜甫

往昔十四五，出遊翰墨場。
斯文崔魏徒，以我似班揚。
七齡思即壯，開口詠鳳凰。
九齡書大字，有作成一囊。
性豪業嗜酒，嫉惡懷剛腸。
脫略小時輩，結交皆老蒼。
飲酣視八極，俗物多茫茫。
東下姑蘇臺，已具浮海航。
到今有遺恨，不得窮扶桑。

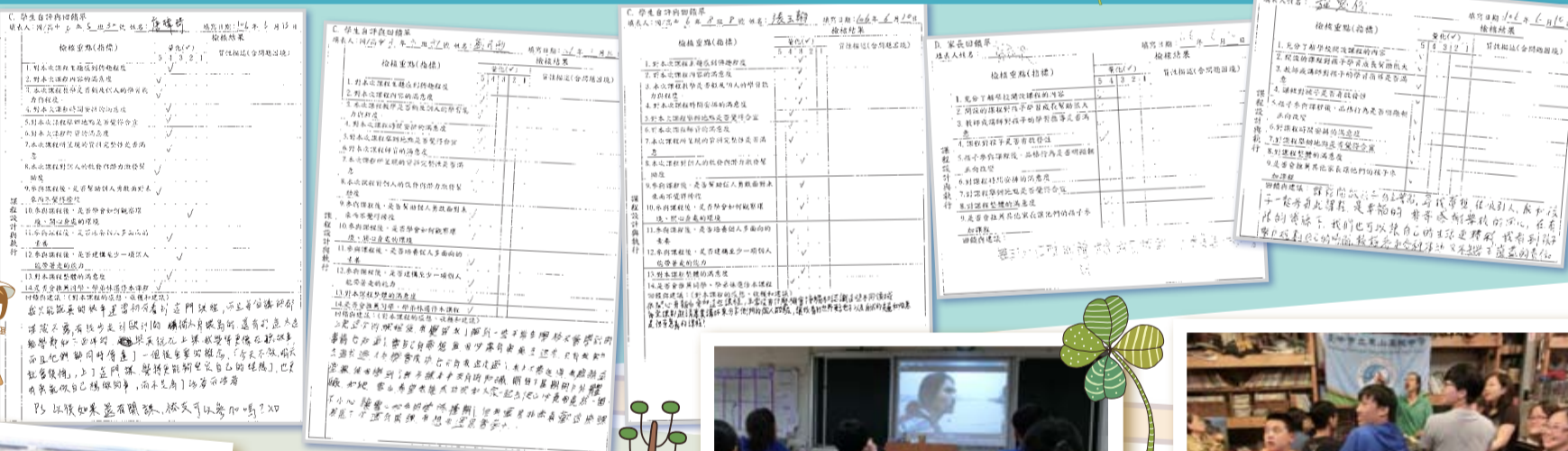
課題1.尋找成吉思汗與探險	課題7.絲綢之路探祕
課題2.鄭和八下西洋與探險	課題8.登山與探險
課題3.獨木舟與探險	實作1.攀岩
課題4.談登山與運動	實作2.特殊地景與部落文化巡禮探祕
課題5.醫學與探險	實作3.雪山行
課題6.傳騎環球	實作4.獨木舟生態探索

形單影隻的自己，好一段路是與自己對話，腦中成千上萬的盒子一一開啓，學習獨處且誠實面對自我，所以一趟山訓下來，身心靈皆有所長所獲。

上完一期課程家長和學生給予回饋皆是正向(見圖一)，更可喜的是目睹孩子的成長，畢業後的易昇和璋琦，就運用暑假時間下鄉打工換宿，協助農場主人建造生態廁所、石板屋，既度假也學習些技能，充實生活而不是虛度光陰。再者，升上國三的成諺，從導師的描述來看，由一個不太愛念書、好動、脾氣暴躁又叛逆的小孩，現在規矩穩重且專注念書，對自己未來也有非常清晰的志向，不再是爸媽、老師頭疼的孩子。從該課程中，學到「你的思維方式將會決定，你是否能夠逐漸地接近你的夢想，每天完成一件接近夢想的事，就算無法100%實現夢想，但是實現的過程也是彌足珍貴，老天爺是公平的，每個人一輩子都會遇到幾次機會，就看你平時準備的如何？及是否能掌握住每次機會。」



學生與家長回饋單內容



有臺灣鄭和外號的徐海鵬老師與大家談尋找成吉思汗的夢想、壯遊與探險。



父與子同來岩場學習，人工岩場要學的除了攀岩技術外，還有信任。



畫家李清榕老師夢想駕著獨木舟環遊世界，於是著手自製獨木舟，從環島開始，接著到歐洲橫渡北海，未來還要橫越大西洋，一步步完成夢想。



親訪登山博物館聽邵定國老師訴說著每個登山背包還是每雙登山鞋的故事。



珍枚老師、曜和同學與邵老師頭戴花環在排灣族頭目家屋前廣場，想像排灣族慶典時的歡樂氣氛。



武陵大水池登山口巧遇MIT臺灣誌也來錄製節目，於是邀請麥覺明導演與大夥合影留念。



進入登雪山主峰必經的黑森林，停下來喘口氣，享受一下林間瀟灑的芬多精，寧聽森林的聲音。



這年盛夏，體力、耐力加意志力量讓我們登上雪山主峰。(左至右：仲仁老師、易昇、璋琦、成諺、可彤、宜碩、曜和、郭爸、劉媽)

搶答時間

請問陳仲仁先生座右銘是語出何處？(限本校學生回答，前五位到圖書館2樓辦公室向主任說出正確答案者有獎。)