

《 一眼千年 - 國寶正青春。時尚老靈魂 》

高中青年國寶文物營 公益活動 招生簡章

一、營隊名稱：「一眼千年-國寶正青春，時尚老靈魂」高中青年國寶文物營

二、活動緣起：

(一) 豐厚文化底氣，是另一種年輕的壯遊。國寶正青春，時尚老靈魂－青銅鐘鼎，見證江山永固祭祀祈求；玉器精魂，護佑主人平安如意吉祥；陶瓷輝映，傳遞悠遠文化歷代美學；茶文化，萬里東風，風靡全球深入生活；字與畫，歷代文青，慰藉心靈縱情自然。

(二) 人世間所有的邂逅都是久別重逢，尋找正青春的你，與國寶千年相遇；你，喚醒內在最時尚的老靈魂！

(三) 「藍海文化力協會」為高中生特別設計的公益學習活動，以深入淺出的引導、有趣活潑的活動，讓學員們認識國寶文物，領略悠久的中華文化及體驗豐富的藝術美學。

三、主辦單位：臺北市立麗山高中、臺灣藍海文化力協會

四、贊助單位：大成文教基金會

五、活動日期：2025/7/1~7/3（週二~週四），每日 08:00~16:30

六、活動地點：臺北市立麗山高中校區及國立故宮博物院（臺北院區）參觀

七、活動進行：

(一) 7/1~7/3 中午：講座與分組活動等，互動式學習體驗（教室場地：麗山高中北棟美術教室 N403、N405）

(二) 7/3 下午：國立故宮博物院(臺北院區)參觀（藍海講師專場導覽）

八、招生對象：現就讀公私立高中職之學生 36 名（內湖、南港區學生優先錄取。學生報名後，由主辦單位審核決定錄取名單）

九、活動費用：免費公益活動

(一) 本活動由大成文教基金會全額贊助，提供 7/1~ 7/3 三日的午餐便當及前往故宮博物院的交通車，學員僅需自備個人文具、餐具與水杯。第三日故宮參觀請攜帶學生證，即可免費參觀。

(二) 文物營三日期間之住宿請自理。

(三) 請同學珍惜資源，錄取同學務必準時全程參加。除課程學習外，請確實簽到與簽退，切勿無故缺席，並遵守活動期間之安全與活動規範。

十、結業證書：全程參與者將於結業式頒發中英文結業證書，可做為申請大學之多元學習歷程證明。

十一、報名時間：即日起至 6 月 2 日（一）截止

十二、報名網址：<https://forms.gle/ChsW47N6VvWX3cGy7> 或掃描右側 QRCode （請務必自行填寫送出，才能完成報名。表單最後須上傳家長同意書檔案，並於第一日報到時繳交紙本正本回條。）



十三、錄取通知：6月9日（一）前以Email通知（請務必留下正確Email以利通知）並同時公告於麗山高中官網最新消息。

十四、活動將進行攝影與錄影，以作為活動紀錄與未來非營利用途使用。報名參加即表示同意，主辦單位「藍海文化力協會」可永久、非獨占、可轉讓地使用活動中拍攝之照片與影片，並可將其用於協會及合作單位之相關活動推廣中。若參加者為未滿18歲之未成年人，報名視為其法定代理人已知悉並同意上述內容。

十五、活動流程：如下表列。

7月1日（星期二）					
時間	分鐘	活動主題	學習內容簡介	講師	進行方式
08:00-08:20	20	學員報到	簽到領取講義與分組就座、環境介紹	藍海老師	分組活動
08:20-08:30	10	開場致詞	開場致詞	北市麗山高中/陳汶靖 校長 臺灣藍海文化力協會/ 周明律理事	開場儀式
08:30-08:50	20	國寶正青春—相見歡	分組隊名隊呼，學員介紹，建立營隊學習目標、及學習態度的共識。	藍海講師 馮麗蘭	認識學員
08:50-09:50	60	乾隆爺來了一國寶總動員	「乾隆」是清宮劇的第一男主角，大家都太熟悉了，但你認識真正的乾隆嗎？乾隆是位文武雙全的皇帝，在位六十年，不僅完成十大武功，還編纂四庫全書，他最愛的休閒活動是玩賞古董、喝茶、寫詩、練書法。而他當年費盡心力所收集的古董，現在都成為故宮豐富的國寶收藏。我們將由這些故宮文物，來認識這位十八世紀的風雲皇帝—「乾隆」。	藍海講師 劉海蒂	簡報講座 問答互動
09:50-10:00	10	課間休息	小憩一下		
10:00-11:00	60	文化基因—璀璨美玉	只要是華人，對玉一定不陌生，但是玉到底是什麼？近萬年以來，華人崇玉、愛玉的心沒有改變過，遠古時期把美玉用作祭拜祖先神靈的祭器，到現代多用來做飾物，這是經過怎樣的轉變？世界許多地方都有玉，為什麼唯華人對玉情有獨鍾？藉由故宮豐富的藏玉，探討這些耐人尋味的問題。從敬天格物的玉器來解讀留在我們血液裡的玉文化。	藍海講師 王文玲	簡報講座 問答互動

11:00-11:10	10	課間休息	小憩一下		
11:10-12:10	60	堂堂鉅鑄—國寶青銅	毛公鼎五百字，勝過尚書一篇。銅器上的銘文，猶如瞬間封印的歷史；銅器的造型文飾與功用，更體現 3000 年前中國科技與藝術的偉大成就。夏商周三朝是考古史上的青銅時代，也是華夏文明起源，深刻影響中國數千年的政治和社會發展，讓我們藉由國寶青銅器，來一趟文化溯源之旅。	藍海講師俞彩蓮	簡報講座 問答互動
12:10-13:30	80	午間休息	提供便當、午休小憩	麗山高中/ 李佳釗、李奕萱老師、 小隊輔	教室用餐
13:30-14:30	60	茶之道，茶知道— 由文物談茶文化	中國是茶的故鄉，種茶、喝茶都始於中國，經過 2000 年的流傳，茶已成為僅次於水最多人飲用的世界飲料。不同時空演化出不同的喝茶方式，形成多樣有趣的茶文化。且讓我們話說從頭，談談茶的前世今生。	藍海講師 梅朵	簡報講座 問答互動
14:30-14:40	10	課間休息	小憩一下		
14:40-15:00	20	1. 中式香氛第一課 2. 與古琴相遇	簡介下階段體驗課程內容 品香/古琴	藍海講師梅朵 俞彩蓮	簡報講座
15:00-16:20	80	文青樂事 品茶／聽琴／聞香 打香篆／賞文物觀書畫 生活美學的五感體驗	透過情境佈置，讓學員身歷其境一場生活美學的五感體驗。在優雅古琴聲中，透過茶席，花藝、品香、打香篆… 等文化活動，打開眼耳鼻舌多重感官，經驗優雅的文人生活、賞心樂事！	藍海講師 全體 麗山高中/ 李佳釗、李奕萱老師	沉浸式體驗 活動
16:20-16:30	10	回顧與分享	複習一日所學，預告明日學習任務	藍海講師 馮麗蘭	小組形式
16:30		賦歸	收拾整理，平安賦歸！		

7月2日(星期三)

時間	分鐘	活動	學習內容簡介	講師	進行方式
08:10-08:30	20	學員報到	簽到：北棟美術教室 N403 報到	麗山高中/ 李佳釗、李奕萱老師、 小隊輔	現場接待
08:30-08:50	20	美好新發現	昨日學習心得彙整與小組報告	藍海講師	問答互動

				馮麗蘭	
08:50-09:50	60	浴火重生土變金- 國寶陶瓷-	China 可以翻譯成「中國」或是「瓷器」，可見瓷器代表中國。中國是世界上最早生產瓷器的地方，中國瓷器外銷更是國際貿易中非常重要的一環。陶器是瓷器的前身，早在八千年前，先人就開始採土製陶，歷經數千年，陶瓷器逐漸由原始走向成熟以至精美。國立故宮博物院匯聚歷代名窯的菁華，我們從中選取最具代表性的精品介紹給學員。	藍海講師 周明律	簡報講座 問答互動
09:50-10:00	10	課間休息	小憩一下		
10:00-11:00	60	龍飛鳳舞 -書法世界 通關密語	書法藝術是用毛筆書寫漢字的獨特表現形式，如何掌握鑑賞的通關密語，從點畫結構到通篇佈局…等，以系統化的引導，保證你將掌握欣賞書法的理性與感性。藉由故宮的書法名品，培養賞析的眼力，優游豐富的書法藝術。	藍海講師 馮麗蘭	簡報講座 問答互動
11:00-11:10	10	課間休息	小憩一下		
11:10-12:10	60	彩墨登場- 聚焦中國 畫	你常覺得中國畫千篇一律好無聊嗎？奇偉的北宋山水畫、家喻戶曉的清明上河圖、影響明清畫壇 600 年的富春山居圖、張大千的潑墨廬山圖，透過古今的大師之作，將會帶你進入一個超乎想像、精彩絕倫的中國畫世界。	藍海講師 梁惠生	簡報講座 問答互動
12:10-13:30	80	午間休息	提供便當、午休小憩	麗山高中/ 李佳釗、李 奕萱老師、 小隊輔	教室用餐
13:30-14:30	60	皇帝的玩具箱 -多寶格	多寶格又叫做皇帝的玩具箱，是用來收藏各式珍玩的小櫥櫃，以不同的材質，設計出精巧多變的空間，擺放古今中外各式珍寶，今天流行的文創概念，早就展現在這類文物中。	藍海講師 俞彩蓮	簡報講座 問答互動
14:30-14:40	10	課間休息	小憩一下		
14:40-15:50	70	文創初體驗~ 一則來自國寶的訊息	我的國寶我驕傲！藉由老師的引導，協助同學搜尋故宮官網的典藏系統，與各類教育學習影片資源，藉由一件國寶發揮創意，創作出自己	藍海講師 馮麗蘭	國寶文創 創作分享

			小組的一個3分鐘的簡報或動畫小影片簡介。		
15:50-16:00	10	課間休息	小憩一下		
16:00-16:30	30	國寶出任務!~ 爭取成為最佳國寶代言團隊	*宣布各組的守護國寶任務與挑戰! *了解明天團體競賽呈現方式 *分組練習批判性思考，構思說服力的簡報架構，發揮多元創意、團隊合作為國寶出任務。	全體學生 藍海講師 各小隊輔	分組討論 活動設計與 規劃彩排
16:30		賦歸	收拾整理，平安賦歸！		

7月3日（星期四）

時間	分鐘	活動	學習內容簡介	講師	進行方式
08:10-08:30	20	學員報到	簽到：北棟美術教室 N403 報到	麗山高中/ 李佳釗、李 奕萱老師、 小隊輔	現場接待
08:30-08:50	20	美好新發現	學習心得彙整與小組簡報	藍海講師 馮麗蘭	問答互動
08:50-10:50	120	國寶出任務 -大家來獻寶!	各組進行5分鐘的團體發表 (可以戲劇、歌唱、舞蹈、多媒體等 多元方式發表，呈現創意並爭取優 勝。) 選出優勝團隊、藍海講師團講評頒獎	藍海講師 馮麗蘭 藍海講師團	多元創意呈 現與發表 團隊競賽評 選講評與頒 獎
10:50-11:00	10	課間休息	小憩一下		
11:00 - 12:00	60	課程回顧及結業典禮	課程心得回饋分享與問答互動 填寫回饋問卷 頒發獎品與結業證書/團體合照	全體學生 藍海講師團 梁惠生理事 長	Q&A 心得分享 問卷回饋
12:00-13:20	80	午間休息、用餐	午餐後，收拾復原教室與個人行囊。	麗山高中/ 李佳釗、李 奕萱老師、 小隊輔	
13:30— 14:00	30	搭車前往故宮博物院	B1 團體集合區，報到、領取耳機 故宮一樓外，拍攝團體照	全體師生	分3組導覽
14:00-16:00	120	一眼千年 --故宮現場導覽	親眼目睹，和文物歡喜相遇。 故宮展品文物參觀 -- 銅器、玉器、 瓷器、書畫...等精選展件。	藍海講師分 3組導覽	現場導覽
16:10		緣起不滅~平安賦歸	營隊活動圓滿結束，學員自行返家。		

十五、活動聯絡人：臺灣藍海文化力協會 馮老師 E-mail：711fong@gmail.com

麗山高中李老師 E-mail：r019283at@lssh.tp.edu.tw

十六、家長同意書：如附件於後，請自行印出紙本填妥，由家長親自簽章後，將圖檔上傳於 google 表單最後一題，並務必於第一天活動報到時繳交正本回條予主辦單位。

十七、交通建議：

(一) 麗山高中校址: 台北市內湖區環山路二段 100 號



捷運：文湖線-港墘站（沿港墘路往環山路步行至本校，約 10 分鐘）

公車：參考路線如圖，詳細公車資訊，可上「大臺北公車」網站查詢

站名	公車
麗山高中站 (港墘路)	214、222、256、268、551、藍 20 區、藍 27、紅 31、 國光客運 1801(基隆---臺北護理健康大學)
捷運港墘站 (內湖高工)	21、28、222、247、267、286 副、287 區、287 內湖幹線 620、646、681、683、紅 2、紅 3、藍 7、藍 26
西湖圖書館站	0 東、小 2、552

(二) 國立故宮博物院（臺北院區）交通參考圖：



家長同意書

親愛的家長，您好！

貴子弟/女參與114年《一眼千年-國寶正青春・時尚老靈魂》高中生國寶文物營三天活動，活動時間、地點及相關訊息如下：。

一、活動日期：7/1（二）~7/3（四）三天

二、活動地點：

1. 7/1、7/2兩日至7/3中午：臺北市立麗山高中校區教室

2. 7/3下午：國立故宮博物院（臺北院區）參觀活動

三、活動費用：免費公益活動，主辦單位提供學生活動保險與三日活動的午餐便當，及前往故宮博物院（臺北院區）的交通租車。學員僅需自備個人文具、餐具及水杯，第三天參觀故宮請攜帶學生證。參加學員不需繳交任何講義、材料費。文物營三天期間之住宿須學員自理。

四、活動提醒：務必準時參加，於課程中認真學習，確實簽到、簽退，切勿無故缺席，並遵守活動期間之安全與活動規範，全程參與者，將授予中英文結業證書。

五、本活動將進行攝影與錄影，以作為活動紀錄與未來非營利用途使用。相關說明請詳閱簡章。

此致

臺北市立麗山高級中學・臺灣藍海文化力協會

---請家長親簽，翻拍或掃描圖檔上傳至報名表單後，沿此線撕下此回條於活動第一天報到時繳交---

茲同意本人子弟/女 就讀學校 （校名） 年 班，
參與114年7月1~3日（周二~四）《一眼千年-國寶正青春・時尚老靈魂》高中生
國寶文物營三天活動，並敦促其遵守活動期間之安全與活動規範。

※立同意書人（家長/監護人）： （簽章）

※家長緊急聯絡電話（請務必填寫）：

中華民國 114 年 月 日