

實中青橄欖

◎ 林坤燦 撰 ◎ 吳三賢 題



國立中科實驗高級中學
National Experimental High School at
Central Taiwan Science Park

地址：42878臺中市大雅區平和路227號
電話：(04) 2568-6850 傳真：(04) 2568-5612
發行人：秦文智校長 總編輯：陳子珪秘書
稿件提供：各處室
出刊日期：民國114年6月30日 雙月刊

113學年度畢業典禮～夏午實三・回憶博物館 ◎ 學務處 林瑞馳主任

Good morning, Museum of Memories: The Class of 2025 Graduation



▲ 管理局許茂新局長致詞

▲ 校長致詞

▲ 畢業會合照

114年06月02日上午，大雅區金黃的麥田旁，中科實中校園內驪歌輕唱，本校高中部第13屆、國中部第7屆暨雙語部第6屆畢業典禮在長官來賓及全校師生的祝福及不捨下圓滿完成，經過三年辛勤學習，校園裡許多角落都有與同學、老師共同的回憶，回首剛入學時的青澀，這三年間的成長茁壯讓自己面對未來挑戰更有信心。

為了能給畢業生難忘的回憶及祝福，許多家長紛紛在親友陪同下親臨現場觀禮，一同參與包含校園巡禮、典禮觀禮、畢業生表演、頒獎等流程，感受畢業榮譽及離別氛圍，並獻上最大的祝福。

在離別氣氛下，由秦文智校長、家長會張宏浩會長引領著全體畢業生進行校園巡禮，一路經過風雨走廊、運動球場、天橋、楓香大道及在校生教室前接受祝福，三年在實中的點滴不斷縈繞在每一位畢業生心中，最後抵達畢業典禮活動場地-活動中心，現場嘉賓、在校生及親友們掌聲不斷歡迎畢業生進場。而事前高三同學組成的畢業籌會以「夏午實三・回憶博物館」為主軸，將活動現場布置的極具特色。

典禮首先由長官來賓致詞，勉勵全體畢業生並獻上祝福，期許畢業後展現樂觀進取、勇於嘗試的學習態度，緊接著播放各班的畢業影片，藉由一段段生動感人的校園回顧影像，重新勾起同學在校期間的日常點滴回憶。最後由三部畢業生代表上台致詞，傾訴心聲，互道珍重再見；最終由畢業籌會創作的畢業歌曲「13p.m.」響起，為畢業典禮劃下溫馨美好的句點。

在此祝福中科實中全體畢業生，攜手並進，勇敢追夢！



▲ 校園巡禮

高三 1 班

▲ 畢業生音樂表演

▲ 畢業生得獎合照

雙語部畢業暨結業典禮

◎ 雙語部 黃懿德組長

Celebrating with Stars: IBSC Graduation Ceremony

今年的5月29日是值得開心慶祝的一天，不僅是連假前最後的上班日，對於雙語部G6、G9以及G12的同學來說，今天同時也是象徵著學業圓滿的一天——雙語部畢業暨結業典禮。

時間逐漸接近10點鐘，可以看到陸續有不少的嘉賓以及家長們步入會場。很榮幸地，本次畢業典禮能夠邀請到中科管理局的許正宗副局長，以及家長會副會長蔣王月琴女士親自蒞臨會場，為學生們獻上一份真摯的祝福。觀眾席第一排除了與會貴賓們，也坐著畢業典禮的另一群主角——他們是悉心陪伴著準畢業及結業生的導師們：G12導師 Marlon Lindsay、G9導師 Gretchen Lutz、G6導師 Daniel Jenne，以及雙語部的Jerry Ho主任。

隨著雙語部的典禮司儀李珮琳以及蘇靖媛老師一聲"Let us begin by welcoming our Grade 12 students as they make their entrance"，首先步入會場的是身著黑色學士服、頂著成熟的面龐卻滿是少年少女感的12年級準畢業生，緊隨其後的是昂首闊步準備邁向高中生活的9年級學生，最後入場的是依然透露著稚嫩可愛、即將迎向國中生活的6年級學生。

畢業典禮不只是屬於師生、家長們展現他們這些年來榮耀與驕傲的舞台，也是對於這段日子以來的總回顧。畢業生代表G12 Maha Dilshad、G9 Eric Wu、G6 Fellicia Chan藉著致詞抒發對於過往點點滴滴的依依不捨，以及面對未來的展望。G12 Maria則以歌唱搭配Sunny Weng教師的鋼琴伴奏，用一首《Times like this》表達出難以言喻的情緒與激動。除此之外，這也是表達謝師之情的場合，G12 Alan Kang、G9 Jimmy Kagawa、G6 Fellicia Chan紛紛在三位導師致詞後獻上滿懷感激之情的鮮花。

最後，這場有著成長的喜悅、離別的傷感、回憶的感動，以及面對未來時振奮人心的希望的典禮，就在各種情緒的交織下落下了帷幕。希望畢業及結業生們能夠帶著許正宗副局長贈送的畢業禮物，裝載過往精彩難忘、深植人心的感動，寫下屬於他們未來一篇又一篇壯麗的篇章。



▲ 中科管理局許正宗副局長贈送畢業禮物給G12畢業生Alan Kang

Happy Graduation! Classes of 2025.



▲ 家長會蔣王月琴副會長頒發G6熱心服務獎

▲ 各班級畢業生代表獻上滿懷感恩的鮮花

▲ 雙語部何永健主任為G12學生頒發畢業證書

一場準備好的相遇：中科實中新鮮人的第一站

An Encounter by Design: The First Stop for Future NEHSers

迎向嶄新旅程- 雙語部與國小部攜手打造歡迎新鮮人的招生體驗日

◎ 李珮琳組長



△校園巡禮，一起和新大樓拍張合照吧！

今年夏天，中科實驗高級中學即將迎來一批充滿活力的新鮮人。為了讓家長與孩子們更深入地了解學校多元且富啟發性的課程內容，雙語部與國小部特別攜手舉辦了一場溫馨且充滿學習驚喜的招生說明會與課程體驗活動。



△外籍老師與孩子親切的互動

活動以本校的教育願景為出發點，為一年級至三年級的孩子設計了五個充滿創意與挑戰的關卡，結合國際文化探索、科技應用及智高積木操作，讓孩子們在遊戲中學習，在笑聲中成長。每一張滿溢笑容的臉龐，都是對我們教育理念最真摯的肯定。

四年級及其他年級的參與學生則體驗了雙語籃球課程與Robotics機器人課程，透過應用電學原理DIY製作風扇小車，在動手實作中培養邏輯思維與解決問題的能力，展現跨領域學習的魅力。

這場活動的順利舉行，離不開我們敬業的老師們與無私奉獻的志工同學。從課程規劃、場地佈置到流程引導，他們以滿滿的熱情和細心，讓來訪的家庭深刻感受到中科實中所孕育的溫度與用心。

中科實中不只是一所學校，更是一個凝聚愛與夢想的學習共同體。我們誠摯地期待每一位孩子在這裡展翅飛翔，開啟屬於自己的精彩篇章。



△閱讀中的孩子總是閃閃發亮

△電動車DIY讓孩子充滿成就感

美感藝術家—花草生物炭扎染」活動 ◎ 教務處 黃春英主任

Weaving with Nature: The Floral Tie-Dye Experience



△手作花草生物炭扎染

114年教育部國民及學前教育署「大手牽小手—我國高中生與大專校院外籍生交流計畫」第2場「美感藝術家—花草生物炭扎染」活動於114年5月22日辦理，本校學生與來自西班牙、越南、印尼及烏干達等國家的大學外籍生20位，共同搭乘中科巡迴巴士前往科學園區中科數位創新中心，首先，參訪從德國引進的氣候機器—臺灣山椒魚號，了解生物炭的產製過程，實際體驗觸摸生物炭的特性，並以手作的方式為布染上淺淺墨色，以實作連結感官經驗，療癒心靈。過程中，講師以雙語講述生物炭如何成為國際上不可或缺的氣候解方，認識在地的氣候行動，也從生物炭技術的介紹與應用中，發想出更多元的氣候方案與氣候宣言。從手作到理論，再到自我的氣候宣言，串聯出屬於學生內在的氣候解方，也和外籍生交流心中不同的永續思維。



△每位同學發想不同的氣候方案與氣候宣言

△探訪臺灣山椒魚號

實中攀高，未來更高 ◎ 學務處體育組 許嘉修

Climbing High, Reaching Higher



△樹梢掛著畢業驚喜小禮物

△攀止樹的過程需要手腳並用

在校園老樹的綠蔭下，113學年度畢業季體育活動圓滿完成。活動以「實中攀高，未來更高」為主題，象徵畢業生即將邁向人生新階段，勇敢追夢、逐步攀登高峰。

活動由校長親自攀上老樹揭開序幕，象徵教育者的陪伴與祝福；家長與教師隨後也穿戴裝備，親身體驗學生們的挑戰歷程，感受孩子們在繩索間展現出的專注、毅力與成長。畢業生則分批完成攀樹任務，在安全指導與夥伴鼓勵下，一步步向上，最終成功抵達指定高度，並領取象徵勇氣與紀念的專屬繩索扣環圖卡。

本次活動融合科技與自然、傳承與挑戰，讓學生運用在校所學，實踐戶外技能與團隊合作精神，同時也留下珍貴的青春記憶。這不僅是一場畢業活動，更是一场身體力行的成長儀式，讓「勇敢向上」的信念，深植畢業生心中。



高二戶外教學 Learning Beyond the Classroom:

The Sophomore Field Trip

◎ 201 郭宇哲



△六福村班級紀念照

本次高二的校外教學行程，我們走訪基隆、宜蘭、新竹等地，陸續參觀有關生態及人文的景點。這些行程不僅帶我們走入自然，更讓我們了解當地的文化和歷史。學生在本校外教學中獲得的經驗及樂趣實屬無價。

旅行的第一天，我們首先造訪了充滿歷史氣息的山城—九份老街。在享受霧氣氤氳的山景與道地的芋園後，我們由山向海，前往基隆和平島地質公園。在此欣賞砂岩因侵蝕作用構成的獨特地貌，如海蝕平臺與蕈狀岩等。結束了在基隆的行程，我們便一路向東，下榻位於羅東夜市旁的飯店。安頓好行李後天色已黑，滂沱大雨仍下著，於是我們撐起傘，開始在羅東夜市的自由活動。

隔日一早，大家換上拖鞋，前往外澳沙灘活動。腳踩細沙，聆聽海浪聲，令人心曠神怡。之後我們來到外觀獨特的蘭陽博物館，館內展示宜蘭的自然地理與文化歷史。短暫停留後轉往松山文創園區，參觀富特色的文創展區，包括景觀設計與文學，充滿現代設計年輕的氛圍。

結束宜蘭的活動，我們返程，傍晚抵達六福莊生態園區，入住能近距離觀察動物的特色飯店。隔天，大家在六福莊園區簡單導覽一圈後，便前往旅程的最後一站—六福村主題樂園。各式刺激的遊樂設施與動物表演，讓大家玩得不亦樂乎，使旅程在笑聲與尖叫聲中劃下句點。

這趟校外教學不僅讓我們走入自然、探索生態，更讓我們親身感受到在地文化與歷史的魅力。從九份的山城風情到和平島的地質奇景，從宜蘭的人文底蘊到松菸的文創氣息，每一站都充滿驚喜與收穫。三天的行程中，我們增進友誼，留下了無數難忘的回憶。而這些經驗將支持我們向下一個人生階段邁進。



△班級大合照時間

△團體合照

卡內基慢養心法：家長的五堂必修課

◎ 輔導室 黃晨閱專輔老師

The Carnegie Way of Mindful Parenting: 5 Essential Lessons for Parents



這次的親職教育講座，我們邀請到卡內基講師蘇義文老師與卡內基的團隊，帶來「家長必修的五堂課」，內容實用又生動，讓現場的家長們收穫滿滿。面對α世代的孩子，家長和老師常常都有一樣的感受——我們用心陪伴，卻總覺得很難靠近孩子的世界。這一代的孩子選擇很多、想法多變，我們有時候真的會覺得力不從心。



講座的五堂課，分別聚焦在如何幫助孩子建立自信、提升溝通與人際技巧、學會面對壓力，以及培養正向積極的態度。蘇老師透過許多互動活動，帶著家長們一起演練實際情境，練習用孩子的角度去思考，重新理解孩子的想法與行為，也學習到更有效的溝通方式。講座中也介紹了卡內基的「金科玉律」，提醒我們其實親子關係不只是管教，更是互相理解與成長的過程。當家長願意多一點耐心、多一點同理，家庭氣氛就會更好，孩子也會更願意打開心房，從中學習怎麼與人合作、甚至怎麼帶領團隊、怎麼面對未來生活中的挑戰，並妥善的處理壓力與照顧自己。

正向心理學認為幸福與成功的人生來自正向的心態與良好的人際關係，而這樣的養成，在親子關係裡始於每一次親子之間真誠的交流。透過本次講座，期盼可以提供家長更多的親子相處方法，能夠與孩子能夠共同成長，彼此成為更好的人，也一同實踐學校「在良好環境中學習與長大」的教育理念。

打開世界的窗口：轉角國際七號蒞校演講

A Window to the World -UDN-Global Speech

◎ 學生分享1 國中部704 鍾湫沂

五月二十日學校邀請了轉角國際七號主編蒞臨實中演講，講座一開始七號就以深度的口吻帶領我們探討「為什麼要讀國際新聞？」、「讀懂國際新聞」以及「判斷新聞真偽」的重要性。

七號也以各種議題，讓我們以不同的觀點切入時事：像是談論《鬼滅之刃》帶給疫情下社會的影響；從梨泰院悲歌思考公共安全的省思等等。七號同時會與台下互動，請同學分享心得，氣氛也變得輕鬆活絡，使人沉浸於中。

藉由七號的精彩介紹，讓我獲益良多，還認識了國際新聞平台——轉角國際，七號不只談論時事，更分享了他對社會和人生的看法，又上了寶貴的一課呢！



▲ 同學認真回應主編七號的提問



▲ 轉角國際主編七號精彩演說實況

◎ 學生分享1 國中部803 許煜真

在八下的時候，我聽了《轉角國際》專欄作者林齊皓先生的演講。最讓我印象深刻的是在一開始，他調查我們平常關注的新聞內容，有人提到國際政治，有人說經濟變化，但他接著提到一些我們幾乎都忽略的議題。他分享的新聞包含戰爭、難民、氣候災難與AI等，都是我過去比較少注意的議題。透過他的敘述，我才真正感受到，世界不是靜止的地圖，而是一個正在變動、充滿故事的現場。演講中我有時心痛、有時感動，甚至對自己過去的冷漠感到自責。從那以後，我開始主動關心國際新聞，學習去理解事件背後的意義，也和家人討論時事。未來我希望能持續關注世界，成為一個有責任感的人，盡自己的力量去了解並幫助這個社會。這場演講不只是一次聽講，更是一扇窗，讓我看見更廣闊的世界。

學生增能講座「簡報邏輯與應用」

Level Up Your Slides: Mastering Presentation Skills

◎ 高中部 101 郭芷妍

上個月在地理研究法很榮幸的有機會上到鄭冠中老師的簡報課程，本以為會是平淡無奇、嚴肅講課讓人感到有點無聊的課程，結果卻與我想的大相逕庭。

老師上課的方式不會只自顧自的講著簡報上的內容，會和我們有互動，回答問題就可以得到一次抽獎的機會。這也是課程中講到上台報告時要有的元素之一：「和觀眾互動」這也讓我整堂課下來完全沒有打起一點睡意，老師講解的節奏控制的十分得宜。

在課程中我也學到一些非常受用製作簡報和上台報告時的知識，像是「把小抄變大抄」。我們在台上難免會有忘詞或是想要看稿的時候，老師說那就把你講的重點，直接大大的放在簡報上面，去除那些不重要的文字，只留下精華，再也不用偷偷的看自己掌中小小的字，生怕漏講了哪些重點。老師也建議可以從Q&A開始，把問題變成標題，刪去那些無意義的名詞標題，圖片則建議放置實際的照片，捨去那些沒有幫助的Icon。

上完課才知道自己以往做了很多不必要的事情，但還好從現在開始我可以將簡報製作的更完善、講解的更動聽。我也很快的將所學應用在接下來的研究法成發中，可以說是做出了目前最滿意的一份簡報了！

謝謝冠中老師無私的分享，讓我們聽講的學生收穫良多。



▲「簡報邏輯與應用」講座實景



▲ 講座精彩互動實景

◎ 高中部 102 洪宛汝

在製作簡報時，我們常將重心放在字體大小、背景設計等表面細節，卻忽略了簡報的真正目的——「映入眼簾」。這次的講座讓我重新認識了簡報的本質，不僅學到了如何讓觀眾快速掌握重點的設計理論，也透過實際操作，深入理解了如何把簡報做「對」。我們總以為標題要最大、最顯眼，但其實應該將視覺焦點放在內容的核心訊息上，只有當關鍵資訊被有效凸顯，觀眾才能真正「一眼」接收到我們想表達的內容。我會將這次的學習帶入未來簡報製作中，讓每一頁投影片都能準確傳達我想表達的重點，透過這場講座，讓我對簡報設計有了全新的理解與啟發。

雙語部教師兒童權利公約暨輔導管教辦法全英研習

◎ 雙語部 何永健主任

Empowering Educators: A Workshop on CRC and Student Discipline & Guidance

雙語部教師於四月圓滿完成一系列教師專業成長課程，課程主題著重在「學生輔導與管教」，而課程的核心理念建基於《兒童權利公約》的四大原則。

此次課程共進行三場次，內容涵蓋WISER學生輔導模型、校內可運用之資源與協作系統，並透過輔導手冊的案例分析，加深教師在實務上的理解與應用。其中一大重點是《兒童權利公約》的歷史沿革與核心價值，尤其在該公約正式納入臺灣法律體系後，對校園學生輔導實務所帶來的啟發與挑戰。

在最終場次中，教師們使用由國立臺灣師範大學公民教育與活動領導學系林佳範教授團隊所研發的「輔導與管教檢核表」，並進行了深度討論，針對具體指標，共同發想出具實用性且符合法規精神的輔導策略，最後以分組海報方式進行成果分享與交流。

老師們一致反映本次研習不僅是專業知能的成長，更是一場跨文化背景下教師彼此協作、互相學習的寶貴機會。雙語部致力於營造多元文化的



▲外籍教師Mr. Emiliano Monchilov與教師們分享討論成果

▲雙語部教師分組集思廣益，思考適切的輔導與管教方式

學習氛圍，發展以人為本的品格教育，並共同建構安全且平等的學習環境。

此外，雙語部也透過成立「教師輔導管教專業學習社群」，持續精進教師們的輔導及管教相關知能，期望社群教師透過定期討論、案例研討與工作坊，建立一個支持教師持續學習與成長的平台。

本次課程特別感謝秘書，同時也是雙語部升學輔導教師Sophy的帶領，以及林教授與研究團隊所提供的豐富資源與實用工具。相信雙語部的教師從課程中深受啟發，獲益良多。

美國大學生Rachel Mey Charles陳美美的文化分享及校園體驗之旅

Building Bridges, Sharing Cultures: Our International Volunteer Project

攜手國際志工，展現文化交流力 ◎ 輔導室 巫孟容主任



▲高中英文科陳怡君老師利用周末時間帶著Rachel暢遊台中

今年六月，中科實驗高中迎來一位特別的訪客——來自美國Davidson College的大一學生 Rachel Mey Charles陳美美，以教育志工身份參與為期近一個月的文化交流與校園支援活動。因對中文與亞洲文化充滿興趣，她主動申請經費來台，並選擇本校作為教育活動交流場域。

本次活動涵蓋國高中英文科、雙語部、學務處與輔導室等單位合作。在這段時間裡，Rachel積極參與國中及



▲與國中學生分享美國生活

▲國三學生在畢業前，在課堂與Rachel一對一互動，練習英文口說，分享台美生活大不同

▲國三學生在畢業前，在課堂與Rachel一對一互動，練習英文口說，學生熱烈參與

高中的英文課堂，分享美國中學生的生活日常、學習經驗、自我介紹，並以活潑自然的方式與學生討論台灣與美國的文化異同，讓學生感受到英語不只是考科，更是連結世界的橋樑。

在課堂互動以外，Rachel也參與學校的畢業典禮、社團成果展、國中部國際文化闖關活動、雙語部暨國小部招生體驗活動等大型活動，深入校園行政不同面向。不只僅止於課堂與學生的語言互動，Rachel更透過與英語科及雙語部教師對談、入班觀課、與行政參與，展現高度投入與學習熱情。

老師們對她的表現讚譽有加，認為她充滿活力、自信大方，與學生的互動高品質且真誠，是雙方互相成長的難得機會。許多師長也表示，未來若能持續安排這類國際交流，不僅能提升學生外語能力，更能拓展國際視野與文化理解。

透過這段跨文化的互動時光，學生體會到語言的真實用途，也學會尊重差異、理解多元。Rachel的到來，為實中校園注入豐富的文化交流互動，也為中科實中師生們帶來了不同以往的學習體驗，留下許多溫暖又難忘的回憶。

My time at the National Experimental High School in Taichung

◎ 美國志工 陳美美



▲Rachel加入高一彈性課程「用外語走遍世界」，小組討論進行台美文化美食交流分享

▲Rachel加入雙語部CSL課程，與雙語部學生共同練習中文，也分享自己學習中文的動機及歷程

▲Rachel與高二社會組的學生，透過近距離互動了解台美文化，也讓學生有機會實際練習英文口說

As I was on the plane flying to Taiwan, I had many anxious thoughts invade my mind. This was the first time I had ever been to a foreign country on my own. I had only taken one year of Chinese language courses, and my fluency was worse than that of a 5-year-old. My biggest fear was whether or not I would feel accepted or welcomed. As a Black person from the United States, I knew that many people in Taiwan would be curious about me and why I've come here. Becoming a person who is knowledgeable about other cultures and languages is my goal in life, and by coming to the NEHS and IBSC schools here in Taichung, I have been able to achieve that.

From the very beginning, all of the teachers and faculty I had met at the school had been so kind and accommodating. Whenever I had a question, someone was willing to explain it to me and help me understand the reasoning why. The NEHS teachers became my resources for global research, but also my local friends. The IBSC teachers became mentors in the foreigner lifestyle and candid friends.

Throughout my time interning, I was able to visit over 10 different NEHS classes and share in a cultural exchange. The students were a highlight of my trip. Many of them shared different Taiwanese fruits and snacks that I've grown

to love. My favorite moments were the conversations we had about Taiwanese culture versus American culture, both in school and daily life. I can say, without a doubt, the students at NEHS are some of the smartest students I've ever encountered in all my years of education. The potential that they have is unlimited. They kindly welcomed me into their school life and even taught me some Taiwanese. My time with them will always be remembered fondly, 水啦!

The division I spent most of my time however, was the IBSC department. Just like NEHS, they welcomed me wholeheartedly. I was able to be a witness to the wonderful talents of the students in their musical performance and in their kindness to one another. All of these students had interesting backgrounds that made them open-minded and excited about learning about the world around them. They were my language partners as I tried to improve my Chinese along with them, and they were my guides in helping me adjust to the Taiwanese culture shock. The students have confidence and bravery that I am sure will take them far. My time with them will be cherished.

Taiwan, as a country, has proven to be a safe and welcoming place for global learners like me. While coming to Taiwan was initially very scary, I am sure that as I take off in the plane on my way back to the U.S., all I will be able to think about is how I can come back sooner.