



不識廬山真面目 只緣身在AI中

文 / 校長 施雅慧

宋·蘇軾〈題西林壁〉詩：「橫看成嶺側成峰，遠近高低各不同。不識廬山真面目，只緣身在此山中。」後人常用後面二句來比喻人因陷於事物環境中，以致只見局部，不能知道事物的全貌。

我最近在工作上也遇到類似的困擾。當我嘔心瀝血交上一份報告，委員跟我開玩笑說：這是AI代寫的嗎？校長你這麼忙，怎麼有時間寫這麼多、這麼完整。我笑說：保證原創，我能理解您的疑慮，因為我最近也正在力抗AI。

事情是這樣的，最近我收到幾件外部意見資料，發現書寫者疑似採用與AI共創的模式，讓這些訊息像是從平行時空寄來的，怎麼說？例如：表達具爭執性的意見時，看似能主張自身的立場見解，卻又好像跳過探討問題形成的過程。又如：訴說遭致誤解而產生的委屈時，卻層層疊疊不斷地累加鋪天蓋地的形容。手裡拿著這些與事實脫節的文件資料，我會擔心自己是否陷於AI代為描述的情節迷霧中，我需要多花時間，依據我對於真實世界人事物的理解經驗，用更多角度去探究才能還原事件的本質。這些不識廬山真面目的新經驗，可能是享受AI科技帶

來的便利，伴隨而來的新挑戰。

AI出現了。正如同你我的新體驗一般，激發更多觸類旁通的創造力，促進相互理解的語言工具越來越多，AI讓寫作變得快速有效率，也提供可參考的資料讓我們去修改應用，分擔了一部分書寫者的痛苦和掙扎，擺脫那種腸枯思竭、白頭搔更短的困境。有了如此善解人意的小助理，點點幾個按鍵，說說幾個關鍵字，一篇從天國來的文章就能拯救書寫者於水火之中，不論是學校作業、職場行銷，都能一鍵搞定。

我們何其幸運，能參與這個科技進步的時代。連國內許多大學也開始開設一些基礎AI與人文課程，例如「生成式AI的人文導論」，以及「AI與數位人文研究專題」等。AI不再是理工人的專利，而是每個人的生活日常。學習者在與AI共創的學習任務中，不僅能跳脫既定思維框架，還能學到更多的表達面向，它也是自主學習者的好幫手。

然而，誠如我在本文一開始所分享的經驗，面對書寫或寫作這一件事，我們不能過度依賴AI，我們需要內建一種自我認知系統來表達深刻的情感或想法，讓文字不再只是單調的鋪陳，或偏離我們的生活情境。何況，故事的

主角是我們，寫作的本質是思考，而故事展開的目的是溝通，思辨的歷程要回扣到現實問題情境，甚至需要傳達交流彼此的理念。即使人類和AI智能共創的混合寫作變得普遍，如果主角不瞭解自身的理念，無法感受生命故事帶來的溫度，甚或讓AI重置我們的學習經驗、生活習慣以及價值取向，試問，我們將會錯過什麼？

我常常跟老師們分享，現在的老師真的很難為，尤其是要學習者認真上課、把手機交出來委託代管，而批閱學生作業又是一項考驗，唯有老師能掌握每位學生真實的學習狀況，才能避免被AI代寫唬得團團轉。也就是說，我們可以善用科技帶來的便利促進學習，但是更需要對資訊事實核查，對自己的學習負責，說出自己的反思與成長。

世界愈快心則慢，儘管科技進步日新月異，探究自我內心世界，促進人我之間的欣賞、尊重並追求共好是永遠無法被取代的，這可能與學校成績、考試分數無關，卻能帶動更多的創造力、解決問題能力、溝通力與自我實現的學習。也就是說，在引用、參考資訊科技產物的同時，如何成為有思辨能力的人，這個課題還是自己的。

教務處活動



怪獸老師帶動物與同學互動



學長姐返校分享讀書經驗



螢光加油團暖食送祝福



學生專注體驗射箭活動



寶島淨鄉團林藝演講

丹麥行 開啟本校海外教育旅行新篇章

文 / 外語中心主任 蕭行恕

暑輔結束後，20名高中部學生在校長的帶領下，訪問了丹麥首都哥本哈根近郊的Birkerød Gymnasium。雖然此次交流活動只有短短的10天，學生們在這個全然不同的文化背景下，經歷了深刻的文化衝擊，開闊國際視野，收穫頗豐。

丹麥的教育哲學給學生們留下了深刻印象，與臺灣的應試教育不同，丹麥更注重學生的自主學習和創意思

維的培養。當地的教育方式強調學生自我規劃學習，尊重個人興趣與選擇，學校則提供足夠多元的課程滿足學生需求，攤開每個人的課表皆不盡相同，這與臺灣相對嚴謹的課程設計形成了鮮明對比。這種自由且開放的學習環境讓延平學生們深受啟發，對自主學習也有了新的認識。

而在這樣教育制度下培養出來的丹麥學生展現出的氣質也讓我校學生感到新奇。無論是學校的課堂討論，

或是課後的社交活動中，丹麥學生表現出來的獨立性、自信心和團隊合作精神都讓人印象深刻。這樣的文化差異促使我校學生反思自己的學習與生活方式，並激勵他們在未來更加注重自主學習與個人發展。

這次丹麥之行，不僅拓展了學生們的國際視野，也讓他們有機會認識不同的教育理念和文化的，相信這段寶貴的經歷將對他們的學習態度和人生規劃產生積極的影響。



程式設計點燃學習熱情 助學生站上競賽舞臺

文 / 資訊教師 陳妙如

在 AI 時代的今天，程式設計不僅是科技應用的基礎，更是追求卓越、實現突破的關鍵！今年，我們的學生在全國競賽中大放異彩，拿下全國資訊學科能力競賽決賽的二等獎與三等獎，及資訊月 C++ 團體組全國第一名、Python 團體組全國第三名，這些傲人的成績是學生努力與熱情的最佳

證明，也展現了學校在程式設計教育上的深耕與成果。

學習程式設計雖然充滿挑戰，然而學校配合108課綱從國中開始系統規劃課程，無論是融入課程還是程式設計班，透過扎實的訓練，學生不僅有堅實的邏輯運算思維和問題解決能力，更在高中深化技能，在競賽中脫穎而出，成為佼佼者，為未來大學申

請加分！

身為指導老師，我為學生們的成就感到非常驕傲，並期待未來在更大的舞臺上看到他們更亮眼的表現！加油，未來是屬於你們的！



資訊月C++參賽心得

文 / 109 廖子德同學

這次比賽真的讓我學到很多！不僅累積了滿滿的經驗，還感受到團隊合作的熱血與美好。能拿下 C++ 組第一名真的超開心！感謝這群最強夥伴，以及妙如老師平常的指導和支持。練習真的很重要，唯有不斷努力，才能在賽場上閃閃發光！

未來我會繼續努力，挑戰更高的目標，希望能在更多競賽中有更精彩的表現！

文 / 207 郭祐旻同學

這次資訊月比賽，對我而言是十分珍貴的經歷。在準備過程中，我不僅提升了技術能力，還深入了解了自身的不足之處，例如語法不夠熟練和經驗的缺乏，並努力克服這些挑戰。總的來說，這次比賽無論是在技術層面還是心理層面，都讓我獲得了許多成長。未來，我將繼續參加此類比賽，挑戰自我、拓展知識面，並為自己的學習旅程增添更多精彩的色彩。

文 / 207 張讓辰同學

本次資訊月競賽，本人參加 Python 組。賽前對較不熟悉的 Python 語法輸出的格式部分著重訓練，比賽當天，果然將這些技巧派上用場，一路順水推舟，最後成功獲得全國團體組第三名，當站上頒獎臺的那一刻，儀式感十足，希望各位學弟妹們繼續加油，讓我們延平的光芒在科技舞臺上閃耀不停，勇敢挑戰更高高峰！

體驗人文醫學的精髓 北醫人文醫學營

文 / 設備組長 翁為宏

今年暑假，教務處與臺北醫學大學合作辦理了人文醫學營，我們帶領著同學，一同探索醫學中的人文關懷與專業倫理。

活動首日，透過「相見歡」活動，學生彼此分享了對醫學的期待與目標。隨後參與林碧珠老師的專題講座，深入了解臨床倫理的重要性，也在「印模刻牙」實作課程中，親身體驗牙醫臨床工作的專業挑戰。

第二天的「世界咖啡館」分組討

論活動，同學們針對臨床倫理情境進行深刻交流，展現出認真而多元的思考角度。緊接著，馮琮涵老師的講座以「生死自在」為題，帶領學生從科學與人文視角反思生命的意義。

第三天，學生們走進大體實驗室，透過專業導覽，實地觀察人體結構，不僅增強了學生的學術認知，也讓他們對生命的脆弱和奇妙有了新的感受。結營典禮中，大家熱烈交流心得，紛紛表示收穫滿滿。

北醫人文醫學營的學習內容結合

理論與實作，讓學生對醫學有更全面的理解，也啟發了他們對醫療責任與人文關懷的深層思考，為未來學習與生涯規劃奠定了堅實基礎。



學生心得

文 / 109 包芸瑄同學

在牙科的活動中，我不僅收穫了關於牙齒方位與結構的相關知識，也了解一個人的牙齒模型要如何生成。第一次調alginate的時候，我幾乎像無頭蒼蠅般手足無措，想當然爾，失敗了。幸好第二次在同學的協助之下，我成功完成了這一步。接下來的過程當然也不簡單，但我卻漸漸在實作中體會到了它的魅力，尤其是最後把我的石膏完整脫模後，那一瞬間的成就感幾乎滿溢而出。

文 / 108 吳易芯同學

進到大體實驗室，一股莊嚴、尊敬的感覺油然而起，經過一系列跑臺時，各桌的老師會滔滔不絕地和我們講起各種知識點，雖然想像海綿一樣快速吸收，但頭腦好像快爆炸了，好像有點體驗到醫學生的辛苦了。雖然這樣的辛苦只是冰山一角，但並沒有澆熄我對人體的探索心，反而想要更深入地了解，因此，更能確定自己的志向。

校園災損修繕與防災強化 全力守護師生安全

文 / 總務主任 蘇明淦

暑期以來，總務處持續進行地震後校園災損修繕復原作業，已順利完成綜合大樓伸縮縫蓋板與天花板修復改善最後工程；八月份的北部強降雨造成的校園積水情況，讓我們重新檢視本大樓與綜合大樓的排水效率，進行排水改善工程、增加洩水孔清淤頻率，加購防汛科技沙包等等作法，強化學校防災能力。

夏季校樹修剪是綜合大樓109年完工以來第一次，除了美化校園外也具備防颱功能，讓10月底康芮颱風來襲時，沒有造成嚴重災情，災後隔日學校也在最短時間內，依危險嚴重程度一一修繕，使師生能盡快恢復正常上課作息。

總務處是一個總是為你服務的處室，這是在研習時其他主任的分享，值得我們效法此服務的精神，推動校園環境持續進化，但是這也需要全校

教職員生共同配合，防範蓄意破壞的行為，讓大家都優質的學習與工作環境。



修繕伸縮縫蓋板

輔導室活動



認輔會議



大手牽小手學習輔導



家長成長團體



西醫手術縫合體驗



國一心理衛生講座

學測倒數百日 祝福滿滿，攜手迎戰未來

文 / 輔導組長 鄧佳紋

為了給高三同學加油打氣，學校於學測破百日舉辦了一場溫馨又充滿祝福的活動。當天，除了學校準備了祝福禮物和美味的包高粽餐點外，各班家長們也為此次活動付出了極大的心力。家長們精心準備了各式祝福禮物和象徵好運的食物，像是必勝披薩、金榜題名餅、成功洋芋片、致勝點心

麵、特上紅茶、臺大學生證、各式加油手板等，讓高三同學們感受到學校和家長滿滿的愛與支持。

這場活動不僅是物質上的祝福，更是心靈上的鼓勵。家長、師長們的溫暖祝福，讓每一位學生都倍感振奮，並激發了全力以赴的決心。希望高三同學們能帶著這份祝福，勇敢迎接學測挑戰，邁向屬於自己的成功！



高一探索教育 跨越心牆的成長旅程

文 / 學務主任 彭敬淑

113年8月5日至7日，新竹縣峨眉鄉的IDEA探索基地見證了高一新生們的蛻變。一整天的探索教育，通過團體動力與高空挑戰活動，讓同學們在協作與突破中逐漸打開心門。



活動伊始，同學們學習遵守共同約定：尊重、專注、說出心裡話、注意身心安全、凡事從我開始。在團體任務中，他們全心投入，為找到最佳解方而積極討論，深刻體

會到彼此間合作的重要性。最令人動容的是空中擊球的高空挑戰，當同學面對高度遲遲不敢邁出那一步時，地面上的夥伴不斷給予指引與鼓勵，最終，他鼓起勇氣完成挑戰。那一刻，全場響起了熱烈的歡呼與掌聲。

活動結束後，同學們帶著滿滿的收穫與自信離開。他們不僅為挑戰自己的勇氣感到自豪，更深刻體會到：「一個人可以走得很快，但一群人可以走得更遠。」這一天不僅是身心的突破，更是一堂關於團隊與信任的深刻課程，為他們的高中生活開啟了充滿希望的篇章。

104 陳鈺婷同學

最令我印象深刻的是空中擊球，勇敢地把自己夢想說出口，像是把一項人生的目標具象化，在未來不管是遇見什麼挫折，只要想到今天就會堅持下去。

106 林虹妤同學

我深刻感受到團隊合作的重要性，每個人都需要付出努力，一個人雖然可以走很快，但很多人一起可以走得又久又遠。

我期待高中可以交到許多陪我走得又久又遠的朋友，一起邁向充滿夢想的未來。



學務處活動



防震防災演練與檢討



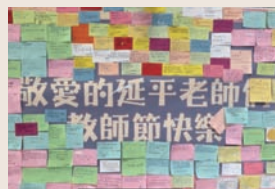
社團博覽會動態表演展



榮獲北市教育盃高男排亞軍



春河劇團表演藝術講座



整牆滿滿的教師節祝福與感恩



高山逐光：螢光山野的挑戰與成長

文／童軍老師 詹恆隆

在山野中學習：螢光山野的旅程

「登高而望，舒心而壯志。」這句話生動詮釋了我們「螢光山野教育計畫」的核心精神。登山，不僅是一場體能挑戰，更是一場心靈的磨練，讓學生通過攀登探索自己的極限，並在高山之上找到新的視野。

自111年起，我們將戶外教育融入課程，帶領學生逐步走進臺北近郊的象山、金面山，並逐漸挑戰更高的七星山、大屯群峰等山脈。隨著學生們的體能和心態逐漸成長，我們在112學年度難得申請到教育部的山野教育計畫，進一步帶領他們踏上百岳之路，包括合歡北峰、石門山，並最終成功踏上壯麗的玉山前鋒。

準備與成長：山野教育的影響

登山的過程，不僅是腳步的前行，更是細緻的準備與堅持的考驗。學生們學會了如何打包裝備、規劃路線，並應對高山症等潛在風險。這些技能，讓他們不僅在山野中成長，更學會在生活中應對挑戰。

八年級的蔡宏胤同學回憶道：「即使遇到困難路段，我都告訴自己一步一步走。一次我因為沒做好裝備準備，

吃了不少苦頭，這讓我深刻體會到準備的重要性。」

另外曾彥均與黃靜勝同學分享了他們策劃玉山前鋒之行的經歷：「在山野計畫結束後，我們主動向老師提出挑戰玉山前鋒的想法。老師沒有因此拒絕我們，反而陪伴我們資料搜集、提案報告、並設計體能訓練和安排交通住宿。這次的籌備過程，讓我體會到自主規劃與實現目標的成就感，甚至比登頂百岳還有意義。」

致謝：螢光山野團隊與展望

螢光山野計畫的成功，離不開教師們的全力支持。無論是體能訓練的指導、登山知識的傳授，還是登山過程中的陪伴，老師們無私的奉獻為學生提供了廣闊的學習平臺。我們希望這些山野中的經驗，能夠成為學生一生中寶貴的回憶與智慧，並伴隨他們未來走過更多的高峰。



2023-2024 WRO國際奧林匹亞智能機器人競賽任務挑戰賽

巴拿馬世界賽金牌世界第四名

文 / 302 蘇致丞同學

團隊組成及最終成績

為拼進WRO世界賽，我與兩位桃園的學弟組成桃園市聯隊「Lego Lau Xiao」。我們皆從幼稚園或國小一年級開始學習動力機械到LegoEV3程式，都在機器人比賽中身經百戰。我們在WRO機器人任務挑戰賽中陸續榮獲「北區高中組第一名」、「全國賽高中組第二名」，代表臺灣參加世界賽後更榮獲2023WRO巴拿馬世界賽機器人任務挑戰賽「世界金牌」拿到「世界第四名」，收到總統及副總統的電賀。從國小累積到高中的機器人競賽能力和半年來的努力研發，加上反覆改機測試修正，並在世界賽解出「難度最高的surprise rule特殊規則」和「全新12項任務」，能站上世界舞臺替臺灣爭光，所有辛苦都值得了。

比賽當下策略與問題解決能力

WRO世界賽第三天，是最考驗選手臨場反應的一天，只有比賽底圖一樣，至於底圖上有何物件、物件擺放位置、要達成的目標都跟以往比賽不同。當天採取的做法是一人編寫程式，一人分析如何改車身結構，最後一人負責規劃路線，且一定要每做一個階段就下場測試。最大的考驗是，這天只有兩輪比賽機會，不只考驗選手們帶來的機構能否應付題目、選手們解任務的能力，更考驗選手們沉著冷靜的心。第二輪比賽前的排隊測試時，其中一個學弟竟失手把整臺機構摔到地上，整臺車摔成了三部分，旁邊各國選手無一不瞪大雙眼等著看我們如何收拾殘局。我和另一個學弟立刻把殘骸撿起來重新拼裝，但因剩沒幾分鐘就要正式上場第二回合了，當下學弟手抖到連插銷都裝不上去。我

邊組裝邊跟學弟說：「有臺車能跑比較實在，擔心太多沒什麼用。」最後，我們兩個在時間內成功把車子拼完放上審查桌。只是結構摔過後，未經測試就得直接上場面對WRO世界賽的最後一回合了。

比賽當下的臨場反應和不放棄的心態是最終成功的關鍵，在遇到挫折，甚至賽中最重要的機器人本體近乎損毀的狀況，不用想自己和「完美達成」還差多少，或時間不夠該如何，不管在準備任何競賽或課業上，只有盡最大努力不放棄任何機會，才能離成功更接近。



註：WRO (World Robot Olympiad) 國際奧林匹亞機器人大賽，為全球三大機器人比賽三大聯盟之一，近年來已成為重要的國際性教育機器人競賽，2023年有77個會員國參與，參與隊伍須經各國國內賽排名篩選才能晉級國際賽。

我的學數之路

文 / 108 雷起航同學

我學數學的路上，並非看起來那麼順遂。小學中年級時的段考成績都未高於90分。那時非常挫折，直到遇見一位數學老師，透過「搶24」、「八后問題」、「換方」等遊戲，刺激我的思考，讓我在有趣的遊戲中產生對數學的熱愛。久而久之數學成績也逐漸提升。

這位老師還教會了我，數學公式就像工具，有強大的工具固然好，但能思考並選擇適當的工具來解決問題才是最重要的。比如解幾何題目時，比起使用三角函數，關鍵地畫出輔助線的解法更顯優雅，也更令人敬佩。

後來進入延平中學，發現大家的數學都非常強，自己並未特別突出。一開始我每天混吃老本，周考成績甚至掉到

後標，我也一度想放棄對數學的熱愛。然而一天，好友邀我一起學習微積分，當時因為好奇便答應了。尋找到的相關書本中的第一個符號 Σ 我就看不懂了，這讓我意識到學數學不能操之過急。

我幸運地遇到一位非常優秀的數學老師。他的教學方式非常適合我且補充很多關鍵知識，像是雙重根號、虛數等。於是我開始用心聽課、完成作業。隨時間推移，數學成績逐漸上升，也重新燃起對數學的熱愛。

後來到了幾何，我的成績更加穩定，開始有餘力學習微積分。老師鼓勵我接觸些高中數學打好基礎。於是我向哥哥借了課本，從最基本的觀念學習，遇到不懂就請教老師。慢慢地我開始能理解當初微積分書中所講的內容。最終

我學完了多項式微積分，才發現這僅是開啟一扇門，門後還有比高中數學更複雜的內容。

數學的學習永遠無止境，正因數學有無窮無盡的領域等待探索才如此有趣。這次競賽中，延平中學的三名學生占據年級前三名，這歸功延平老師們經常補充課外內容，使我們面對競賽題目時，能像對待課內題目一樣輕鬆。幸好在學習旅程中，遇到出色的老師和同學，讓我保持對數學的熱愛，並持續思考和探索。



雷起航 同學得獎紀錄

2024GMEC全球數學菁英總決賽：
數學組金牌、奧數組金牌、年級總成績冠軍、
臺灣區域第一名、全球不分年級第二名



歡慶78週年校慶紀實

文 / 訓育組長 蕭政宏

又來到每年11月份，學校一年之中最熱鬧的時節——『延平中學創校七十八週年校慶』，在跑道上此起彼落的鳴槍與喝采聲下正式展開！從校慶運動會預賽，到月初各處室安排的系列活動，在在表示延平師生對於慶賀學校生日的重視。

多元課程與藝文競賽成果展，集結探索與實作同學的思辨成果、及學生傑出的智育與美育技能；今年此項活動擴及各專科教室的展覽，老師們平時在課堂努力蒐集同學的作業成果，不論成果成績如何，其實都是同學的用心之作，值得妥善收藏保存。本學年度啟用，創意無限的藝文走廊，透過色彩鮮豔、具有延平意象的窗框設計，也同步展示許多精美作品，讓我們沉浸在美感的氛圍中。

圖書館的大型盛事，校慶書展依舊吸引眾多師生前往參觀選書，『AI來襲：科技大未來』的主題，因應時代趨勢，成功引起學生關注；嶄新的書展講座，在教務處簡主任言簡意賅的宣講之下，相信同學必能受益良多。也是今年首度舉辦的學習歷程校園展覽，鮮明清晰的圖文看板，可以讓迷惘在108課綱中的莘莘學子，更知道居中的各項流程，收穫滿滿。

董事長、家長會長、校友總會理事長的蒞臨，偕同校長給了延平最真摯的生日祝福；每年校慶也正是學校檢視教育成果的機會，佇足思考，才能看見最完整的未來。

校慶運動會克服一週以來的涼風細雨，順利地展開各項競賽；點燃的聖火象徵同學認真投入、奮力競爭的運動家精神。最吸睛仍然是高二創

意表演活動，除了同學們最喜歡的友善校園主題、用舞蹈與戲劇呈現出來的延平學生圖象，也讓今年活動高潮迭起、精彩不斷。

『延平出發，神采煥發』校園減塑環保園遊會，在細雨中展開，卻完全不減師生投入的熱情，校友來賓的積極參與，讓整個校園笑聲不斷。臺上的音樂舞蹈表演，悅耳動人、臺下的攤位，飲食、市集、遊戲、運動類的測速投球、本次最夯的人生命理攤，外語教師的首次投入，雙語氛圍再加分，都是滿滿的活動亮點！

身體疲累了兩日，但相信師生的心靈收穫無與倫比。延平校慶，我們明年見！



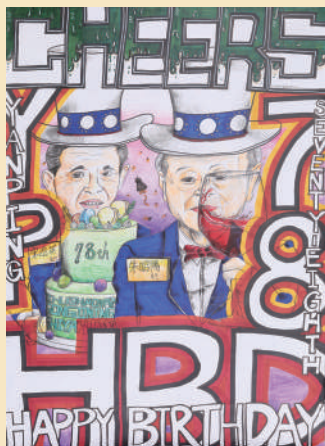
校慶藝文競賽得獎作品

海報比賽

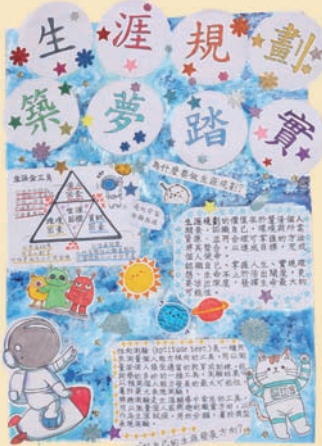
各年級第一名



七年級 709 班



八年級 810 班



九年級 903 班

繪畫比賽

第一名
育 205 黃蓁彥第二名
延平印象 704 崔敏耘第三名
AI 跨元 106 盧思瑀

高一組 109 班



高二組 208 班

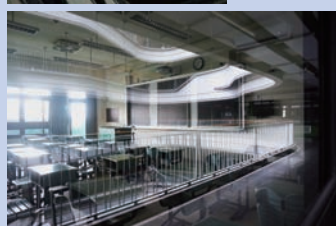
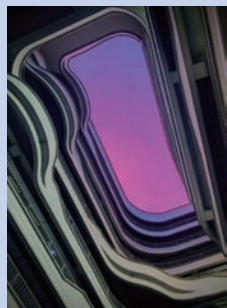
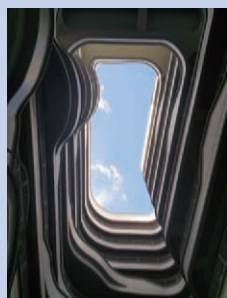


高三組 303 班

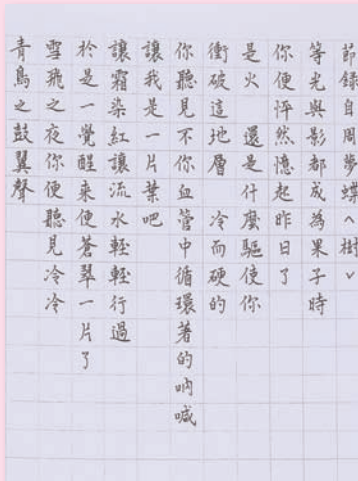
攝影比賽

第一名

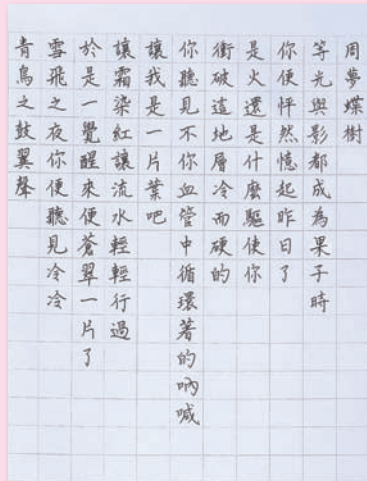
顏瓶延平 303 劉恩紘

第二名
無界 205 黃蓁彥第三名
別有洞天 205 黃蓁彥

硬筆書法比賽



高中組 第一名 206 張宸璋



國中組 第一名 811 簡湘瑾