

一眼千年

高中生國寶文物營

時尚老靈魂

國寶正青春



2023

7/3-5

活動對象 | 現就讀公私立高中職學生36名(含應屆高三)

活動地點 | (1) 7/3-4兩日及7/5上午：北一女中
(2) 7/5 下午：臺北故宮現場導覽參觀

活動費用 | 完全免費

報名方式 | 即日起至6/24，額滿為止



報名表單

主辦單位 | 臺北市立第一女子高級中學、臺灣藍海文化力協會 贊助單位 | 介唐社會福利信託基金

《 一眼千年 - 國寶正青春 • 時尚老靈魂 》

高中生國寶文物營 公益活動實施計畫暨招生簡章

壹、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。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；邀請你，喚醒內在最時尚的老靈魂！

(二) 「臺灣藍海文化力協會」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感！

貳、主辦單位：臺北市立第一女子高級中學、臺灣藍海文化力協會

參、贊助單位：介唐公益信託社會福利基金贊助，活動完全免費。

肆、活動說明：

(一) 活動主題：《一眼千年-- 國寶正青春，時尚老靈魂》高中生國寶文物營

(二) 活動時間：2023/7/3 ~7/5 (周一 ~周三)

(三) 活動地點：

1. 7/3、7/4 兩日至 7/5 上午：北一女中至善樓 511、512 美術教室，進行講座與體驗、互動式學習活動。

2. 7/5 下午：國立故宮博物院(臺北院區) 參觀活動，由臺灣藍海文化力協會講師現場導覽。

(四) 活動對象：現就讀公私立高中職學生 (含應屆高三生)

1. 欲了解中華文化與藝術，或對於申請大學藝術、設計、文史相關學群有興趣者，想累積多元學習歷程之同學。

2. 因考量體驗活動場地容量與課程品質，錄取人數為 36 名。

3. 報名人數超過時，依報名表單填寫情形，由主辦單位審核決定錄取名單，即日起先報名先審核錄取資格，額滿為止。



(五) 報名方式：以 google 表單報名。掃描 QR Code 或點選連結

<https://forms.gle/dQJAXMgNtTs54Wi18>

(六) 報名時間：即日起至 2023 / 06 / 24 (週六) 23:00 截止；請早報名，額滿為止。

(七) 錄取公告：錄取名單將於 2023 / 06 / 26 (週一)於北一女中首頁公告周知，主辦單位並於名單確定後寄送活動錄取通知 E-mail 至錄取同學信箱。

(八) 活動費用：

1. 本活動經費由介唐公益信託社會福利基金贊助全額贊助。
2. 參加學員不需繳交任何講義、材料費，並提供 7/3~ 7/5 三日活動的午餐便當，及 7/5 至故宮博物院(臺北院區)的交通租車，學員僅需自備個人慣用文具、環保餐具及飲水用杯瓶，第三天參觀故宮請攜帶學生證可免費參觀，文物營三天期間之住宿須自理。
3. 請同學珍惜難得資源，錄取同學務必準時參加，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。

(九) 活動證書：全程參與者將於結業式頒發活動參與證書，可增加未來申請大學科系之多元學習歷程證明。

(十) 避免浪費研習資源，錄取同學因突發身體不適之外的其他原因無法參與本次活動，請務必於活動開辦前三日上午前 (6/30 周五 12:00 前)聯繫主辦單位，以利通知候補同學參加。

伍、課程主題介紹與實施內容流程：2023/7/3 ~7/5 (周一~周三)三天活動

第一天：2023 年 7 月 3 日(周一)				
時間	活動主題	學習內容簡介	師長、講師	活動方式
08:15-08:30	學員報到	•學員簽到：至善樓 512 美術教室報到 •分組，認識環境	北一女 / 張素卿、 林思廷、劉念儒老師	現場接待 分組活動
08:30-08:40	開場	開場致詞	北一女/陳智源校長 臺灣藍海文化力協會 /梁惠生理事長	開場儀式
08:40-08:50	國寶正青春 - 相見歡	分組隊呼，學員介紹，建立營隊學習目標、及學習態度的共識	臺灣藍海文化力協會 /馮麗蘭講師	認識學員
08:50-09:50	乾隆爺來了 - 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」。	臺灣藍海文化力協會 講師/劉海蒂老師	簡報講座 問答互動
09:50-10:00	課間休息	小憩一下		
10:00-11:00	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。	臺灣藍海文化力協會 講師/王文玲講師	簡報講座 問答互動
11:00-11:10	課間休息	小憩一下		

11:10-12:10	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。	臺灣藍海文化力協會 講師/俞彩蓮老師	簡報講座 問答互動
12:10-13:30	午餐時間	提供午餐便當，午休小憩	北一女 / 張素卿、 林思玟、劉念儒老師	
13:30-14:30	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。	臺灣藍海文化力協會 講師 / 梅朵老師	簡報講座 問答互動
14:30-14:40	課間休息	小憩一下		
14:40-15:00	- 中式香氛第一課 - 與古琴相遇	介紹體驗課程內容： 品香 / 古琴	臺灣藍海文化力協會 講師/梅朵老師、俞彩蓮老師	簡報講座
15:00-16:20	生活美學的五感體驗： - 文青樂事 - 品茶 / 聽琴 / 聞香 - 打香篆 / 賞畫	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...等活動，打開眼耳鼻舌多重感官，經驗優雅的文化生活、賞心樂事！	臺灣藍海文化力協會 全體講師 北一女 / 張素卿、 林思玟、劉念儒老師	沉浸式體驗活動
16:20-16:30	回顧與分享	複習一日所學，預告明日學習任務	臺灣藍海文化力協會 講師/馮麗蘭老師	小組形式
16:30	賦歸	收拾整理，平安賦歸！		

第二天：2023 年 7 月 4 日(周二)

時間	活動	學習內容簡介	講師	進行方式
08:15-08:30	學員報到	簽到：至善樓 512 美術教室報到	北一女 / 張素卿、 林思玟、劉念儒老師	現場接待
08:30-08:50	美好新發現	昨日學習心得與分享	臺灣藍海文化力協會 講師/馮麗蘭老師	問答互動
08:50-09:50	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。中國是最早生產瓷器的地方，中國的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窑的菁華，我們從中選取最具代表性的精品介紹給學員。	臺灣藍海文化力協會 講師/周明律老師	簡報講座 問答互動
09:50-10:00	課間休息	小憩一下		
10:00-11:00	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。	臺灣藍海文化力協會 講師/梁惠生老師	簡報講座 問答互動
11:00-11:10	課間休息	小憩一下		
11:10-12:10	皇帝的玩具箱 -多寶格	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。	臺灣藍海文化力協會 講師/梅朵老師	簡報講座 問答互動
12:10-13:30	午餐時間	提供午餐便當，午休小憩	北一女 / 張素卿、 林思玟、劉念儒老師	

13:30-14:30	龍飛鳳舞 -- 書法世界的通 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，從通篇佈局到點畫結構等，經有系統的引導，保證你將學會線條藝術的理性與感性。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。	臺灣藍海文化力協會 講師/馮麗蘭老師	簡報講座 問答互動
14:30-14:40	課間休息	小憩一下		
14:40-16:00	筆歌墨舞--我 的一方黑與白	我用毛筆我驕傲！藉由老師的引導示範，協助同學掌握毛筆書寫的技巧，體驗線條書寫的質感與提按的動作，藉由水墨揮灑創作出屬於自己的一件筆墨作品。	臺灣藍海文化力協會 講師/伊玉桂老師、 馮麗蘭老師	筆墨揮毫 創作分享
16:00-16:30	國寶出任務!- 英雄聯盟	• 宣布各組的國寶任務與挑戰 • 了解明天團體競賽方式 • 各組發揮創意、團隊合作為國寶出任務	全體學生 臺灣藍海文化力協會 全體講師	分組討論 活動設計彩排
16:30	賦歸	收拾整理，平安賦歸！		

第三天：2023 年 7 月 5 日(周三)

時間	活動	學習內容簡介	講師	進行方式
08:15-08:30	學員報到	簽到：至善樓 512 美術教室報到	北一女 / 張素卿、 林思妤、劉念儒老師	現場接待
08:30-08:50	美好新發現	昨日學習心得與分享	臺灣藍海文化力協會 講師/馮麗蘭老師	問答互動
08:50-10:30	國寶出任務 -大家來獻寶	• 各組進行 5 分鐘的發表 (可以戲劇、歌唱、舞蹈、多媒體等方式發表，呈現創意並爭取優勝) • 選出優勝團隊、老師講評	臺灣藍海文化力協會 講師/馮麗蘭老師	多元發表 團隊競賽
10:30-10:40	課間休息	小憩一下		
10:40 -11:40	課程回顧及結 業典禮	• 課程心得分享與問答互動	全體學生	Q&A

		- 填寫回饋問卷 - 頒發獎品與結業證書，團體合照	臺灣藍海文化力協會 全體講師	心得分享 問卷回饋
11:40-13:00	午餐時間	提供午餐便當，午休小憩	北一女 / 張素卿、 林思玟、劉念儒老師	
13:00-14:00	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	共乘前往故宮
14:00-16:00	一眼千年-- 故宮現場參觀 導覽	親眼目睹，和文物相遇： 故宮展品文物參觀 -- 銅器、玉器、瓷器、書畫...等精選展件。	臺灣藍海文化力協會 全體講師帶領分組導 覽 現場協助：張素卿、 林思玟、劉念儒老師	現場參觀 分組導覽
16:10	緣起不滅~ 平安賦歸	營隊活動結束，於故宮解散， 學員自行返家，平安賦歸。		

陸、聯絡人：臺灣藍海文化力協會馮老師 E-mail：711fong@gmail.com，

北一女張老師 E-mail：scchang@gapps.fg.tp.edu.tw

柒、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，於第一天活動報到時繳交正本予主辦單位。

捌、交通建議：

(一) 北一女中位於中正區博愛特區，交通方便，請參加文物營同學盡量搭乘大眾交通工具前來。搭乘捷運在台大醫院站、中正紀念堂站、小南門站或西門站出站步行約需 10~20 分鐘。搭乘公車 5、18、235、236、251、241、245、270、630、656、706 在北一女站下車步行約 3~5 分鐘可抵達。

(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 112 年度《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：7/3（一）~7/5（三）三天

二、活動地點：

1. 7/3、7/4 兩日至 7/5 上午：北一女中至善樓 511、512 美術教室

2. 7/5 下午：國立故宮博物院（臺北院區）參觀活動

三、活動費用：參加學員不需繳交任何講義、材料費，主辦單位提供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，學員僅需自備個人慣用文具、餐具及飲水用杯瓶，第三天參觀故宮請攜帶學生證，文物營三天期間之住宿須自理。

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，將授予活動參加證書。

此 致

臺北市立第一女子高級中學・臺灣藍海文化力協會

----- 家長同意書撕切線 -----

茲同意本人子弟/女_____就讀_____學校_____年_____班，參與 112 年 7 月 3~5 日（周一~三）《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：

中 華 民 國 112 年 月 日