

【114 學年度新生營】 工作坊一覽表

順序	活動性質	課程名稱	講師／單位	活動說明及備註
1	學藝性	防災尖兵你我他	黃盈豪老師	從認識災害到熟悉避難流程，培養防災意識與責任感，讓校園安全文化扎根並延伸至家庭與社區。 備註：課程時長 80 分鐘。
2	學藝性	圖書館資源探索工作坊	陳昱佐老師	記憶中的圖書館什麼樣？東華有哪些圖書資源？透過工作坊，帶你走進圖書館，讓你有一個短暫的圖書館之旅。 備註：課程時長 60 分鐘。
3	學藝性	東華攝影工作坊	攝影社	大學時期的青春一閃即逝，為了留念，拿起相機捕風捉影，在攝影社的帶領下，我們將從人像、風景中紀錄那些稍縱即逝。 備註：請準備有相機的帶相機、記憶卡、水、雨傘、防蚊液。
4	學藝性	校園走讀	後山自然人	傳說東華有三寶：環頸雉、野兔、綬草。想要親眼看見他們的身影嗎？就讓我們一起漫步在美麗的校園中來一場精彩的自然之旅吧！ 備註：由於大部分時間會在戶外活動，校園內的小黑蚊眾多，建議帶防蚊液，並且夏季太陽較大，記得攜帶水壺補水及做好防曬。
5	康樂性	物理魔法師：動手做甜點	張嘉珍老師、張可叡、莫三毅	社團提供中西餐與甜點 DIY 平台，結合創意巧思，讓同學們做出美味料理，體驗烹飪的樂趣與成就感。 備註：上課時間 15 時，課程時長 120 分鐘；建議參與活動時，自備袋子放置成品，若要當場食用，請自備湯筷。
6	康樂性	原民配飾製作課程	原住民族學生資源中心	從律動到手作，透過身體與雙手認識原住民族文化，原資中心邀請你共學共創、不限身分歡迎參加！
7	康樂性	編織卑南族花環課程	原住民族學生資源中心	從律動到手作，透過身體與雙手認識原住民族文化，原資中心邀請你共學共創、不限身分歡迎參加！
8	康樂性	初藍．初見	金城五團隊	青春不只拍照留念，還能用藍曬把回憶印進藍圖，一起認識新城

				的文化與歷史，同時在手作中開啟大學生活的第一頁。 網址： https://reurl.cc/Y34jA4 備註：上述網址請新生上傳欲藍曬之檔案，並將照片檔名改為第_場次(姓名)。
9	康樂性	皮革鑰匙圈製作體驗	王思元	編織、打孔、裝上銅釘。掛上機車與宿舍鑰匙、或者背包拉鍊。就讓我們跟著皮革鑰匙圈，暈染山風海雨的顏色。
10	康樂性	twista 吊飾製作	東華火舞社	開學不孤單！火舞社帶你手作 Twista 吊飾，零經驗也能完成，留下東華第一份溫暖回憶～
11	康樂性	生命手作__扭扭棒、水晶 DIY	崇德青年服務社	水晶 DIY 用生命密數認識自己，搭配水晶手鍊補能量；扭扭棒手作送長輩，不只學手工，還能博得長輩一笑！ 備註：9/4 課程內容扭扭棒；9/5 課程內容水晶 DIY。
12	康樂性	新生音樂會	音樂系、魏廣皓主任	在藝術學院演藝廳，演出薩克斯風重奏、鋼琴獨奏及爵士重奏音樂，享受專業設備及環境，欣賞音樂演出也獲得校內藝文活動資訊。 備註：課程時長 60 分鐘。
13	體能性	高低空探索體驗	賴顯辰老師	高低空探索讓新生在繩索和木樑間穿梭，在一系列低空間抓取平衡，在高空上突破自我，在探索體驗裡找尋穩定與快感的交織。 備註：課程時長 180 分鐘；上課時間為 9 時或 14 時；勿穿拖鞋、防護小黑蚊、課程攀爬登高，請評估自身能力、綁馬尾以策安全、多喝水、聽從教練指示。
14	體能性	獨木舟	陳孝夫老師	網頁持續更新… 備註：綁馬尾以策安全、聽從教練指示。
15	體能性	阿美族—美式肢體律動	原住民族學生資源中心	從律動到手作，透過身體與雙手認識原住民族文化，原資中心邀請你共學共創、不限身分歡迎參加！
16	綜合性	大學生存記	嗎哪團契、許芳銘院長	初入大學別緊張！本工作坊透過世界咖啡館及分組交流的形式，你將與同儕和學長姐暢聊，快速掌握校園大小事，解鎖學長姐的私房生存指南。助你自信迎接嶄新旅程！
17	綜合性	走出教室，走進社區：智慧洄瀾	李美玲老師	網頁持續更新… 備註：課程時長 60 分鐘。

		×VIP 課程介紹		
18	綜合性	校園導覽—新宿舍區	親善大使團員	校園面積 251 公頃不用怕！親善大使帶你走過重點區域，搭配空拍全景導覽，新航之舟還有趣味複習活動，讓你在開學前就變成校園小達人！ 備註：課程時長 60 分鐘；天氣炎熱，請自行補充水分。
19	綜合性	校園導覽—蛋黃區	親善大使團員	校園面積 251 公頃不用怕！親善大使帶你走過重點區域，搭配空拍全景導覽，新航之舟還有趣味複習活動，讓你在開學前就變成校園小達人！ 備註：課程時長 60 分鐘；天氣炎熱，請自行補充水分。
20	綜合性	校園導覽—行政大樓	親善大使團員	校園面積 251 公頃不用怕！親善大使帶你走過重點區域，搭配空拍全景導覽，新航之舟還有趣味複習活動，讓你在開學前就變成校園小達人！ 備註：課程時長 60 分鐘；天氣炎熱，請自行補充水分。
21	綜合性	備戰未來 師培學程×教師證照超前部署	師資培育中心	多一張證，多更多選擇！透過講座帶你認識中教、小教、學前特幼學程，探索教師證照與職涯多元發展。 備註：課程時長 30 分鐘；上課時間：第一節 11：00、第二節 14：30、第三節 15：30。
22	綜合性	一箱玩劇—關於戲劇的小小體驗活動	一箱人戲劇社團幹部	你對演戲有興趣嗎？想知道我們戲劇社平常都是怎麼訓練及玩遊戲的嗎？不要猶豫！快來參加我們的工作坊吧！ 備註：參加工作坊者請盡量穿著輕鬆方便活動的衣物、記得帶水以利休息時間多補充水分。
23	綜合性	新生必修課—大學生的永續生活議題工作坊	氣候行動社	組隊挑戰關卡，透過討論認識花蓮在地的環境議題，還能交到不同院系的朋友，一起思考如何創造更具韌性的未來！ 備註：課程時長 60 分鐘。
24	多元成長性	心的棲息地：在創作中與自己相遇	心理諮商輔導中心	網頁持續更新...
25	多元成長性	新生名人講堂—語言是生活 表	朱德剛老師	從語言溝通的角度，闡述了語言和表演之間的關係。語言是我們

		演是態度		生活的基礎，而表演則是展現態度的舞台，兩者共同影響著溝通效果和人際關係。
26	多元成長性	新生名人講堂—人際溝通與愛情心理學	隋彧彬老師	分享大學生活中會遇到的人際關係，協助新生在校園中建立健康的人際互動及情感管理觀念。
27	多元成長性	新生名人講堂—走讀東華鄰近地區文史	潘繼道老師	以認識花蓮歷史為主題，分享花蓮在地歷史與故事，讓新生從不同角度理解所處環境並激發學習與關懷在地的動力。
28	多元成長性	新生名人講堂—選錯科系沒關係，選對自己比較重要	洪敏真老師	分享東華小大一的一百萬種焦慮跟應對方法，如何打破紙上經驗擴大教室內學習，提早實習、跨系修課，奠定跨領域能力，也以開放心胸，認識不同背景的人、累積多元人脈，成為理想中的樣子！
29	多元成長性	新生名人講堂—跨出去，你就有機會—數位力×溝通力×自學力：大學生的科技素養起手式	連貫傑老師	剛升大學，你可能還不確定要學什麼、怎麼學、或學了有什麼用。這堂課將帶你認識數位時代最關鍵的三種能力：數位力、溝通力與自學力。

新生營報名網站持續更新中.....手刀報名！

(2025/08/18)