

淡江大學 107 學年度第 1 學期蘭陽校園住宿學院主題活動一覽表 (107.9.7)

一、主題活動分組

主題活動_書院教育		多元文化	生態環境	藝術品味	休閒樂活
活動組	召集人	施懿芹老師	惠 霖老師	莊晏甄老師	陳凱智老師
	住校導師	葉劍木主任 洪復一老師	黃煌文老師	謝顥音主任 朱 留老師 紀珊如老師	武士戎主任 齊嵩齡老師 阮聘茹老師
宣傳組	住校導師	周應龍老師			

二、活動時程安排

月份		9月			10月				11月				12月				1月					
日期(週一)		10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7			
上課週別		一	二	三	四	五	六	七	八	九	十	十一	十二	十三	十四	十五	十六	十七	十八			
主題系列活動	多元文化									考前 活動 暫停	期 中 考				④					成 果 展 覽	考 前 活 動 暫 停	期 末 考
	生態環境					①																
	藝術品味								②													
	休閒樂活															③						

備註：1.第 1 學期自 107 年 9 月 10 日開始上課，9/10~9/14 為上課第 1 週。

2.「日期」欄位係呈現當週週一的日期，實際舉辦時間依各組規劃辦理。

3.活動日期與校園特色活動結合者，已依行事曆排定（9/19 中秋師生聯誼會、12/19 聖誕晚會），非特殊狀況不得與校園大型活動日期衝突（11/26~29 師生盃排球錦標賽）。

三、活動內容說明（依舉辦時間排序，確定資訊以個別活動公告為準）

序號	活動主題	活動名稱	活動時間	活動地點	主辦社團	活動內容說明
1	生態環境	健康瘦身 快活人生 (Healthy diet for happiness)	107年10月 18日(四) 19:30~21:00	CL328 教室	爵士樂社	<p>在我們的日常生活中，大多數人追求健康與完美的體態，我們需要多加注意這方面的飲食以及運動，才能有一個健康又窈窕的姿態。有了健康的身體才能有好的生活。這個講座將邀請專業的講師來告訴我們需注意飲食上的均衡以及身材上的維持。只要多加注意相關的營養的攝取和規律的運動，健康和魔鬼身材就離我們不遠了。</p> <p>In our normal life. Most of the people would like to pursue the healthy, perfect and beautiful body. That's why we need a healthy body to balance our lives. This presentation will invite a professor to tell us how to maintain our figures and balance our diet. Just need to pay more attention on the regular exercise and something relative to the health. The dream of fitness body and healthy will be fulfilled soon.</p>
2	藝術品味	出棋制勝： 西洋棋入門 (Introduction to Chess)	107年10月 29日(一) 17:30-19:30	CL506 會議室	國標舞社	<p>一般公認西洋棋起源於印度的恰圖蘭卡棋，是訓練邏輯判斷和思維能力的最佳利器。本學期住宿學院於10月29日舉辦西洋棋入門講座，邀請職業賽手教授基本規則、記譜方式和常見戰略，從未修習過西洋棋的學生亦可參加，歡迎各位同學踴躍報名。</p> <p>Originated from India's <i>Chaturanga</i>, chess is one of the most popular and culturally significant board games worldwide. By common consent, chess provides a way of intellectual stimulation that trains rational thinking. On October 29th, we arrange a chess class for beginners. Those of you who are interested in chess are welcome to attend the lecture.</p>

3	休閒 樂活	登峰造極 無人能敵 (Reach the Great Height)	107 年 12 月 5 日 (三) 13:00~17:00	紹謨紀念 活動中心 攀岩場	桌球社	<p>攀岩是從登山衍生出一項運動，目的只是為了克服登山過程中的困難。本活動希藉由在攀岩過程中，讓同學從中體會如何克服攀爬時恐懼，學習互相協助，相互信任，並從認識全新的自己及培養團隊合作的精神。</p> <p>Climbing is all about balance, knowing your body and being able to reposition it in space. It's about creativity, learning to adapt to what the rock has to offer. It's a whole-body exercise and though your upper body gets a fair share of grunt work, your legs and feet are your most important instrument for upward motion. It's about concentration and overcoming your fears for the void..</p>
4	多元 文化	懷舊經典 復古長存 Best of Juke Box	107 年 12 月 12 日 (三) 18:00~22:00	學生餐廳 一樓	搖滾來搖滾 去研究社	<p>本次搖滾社大成發—「懷舊經典 復古長存」可以讓熱愛音樂的夥伴們擁有一個很 棒的機會展現一年努力下來的成果，除了流行音樂以外，還有更多曲風，包含搖滾、抒情、藍調等。不僅提供全校師生充實心靈的享受，感受音樂的美妙與樂趣，更有助於學生在社 團獲得心理層面的成長。</p> <p>The rock music performance can give music lovers a great opportunity to show off the results of the efforts of a year. Also, the performance allows teachers and students to participate in this grand music show to feel the sense of happiness of music and enjoy the various kinds of music !</p>