



臺東均一高級中等學校（附設國中部、國小部）

Web | [www.junyi.tw](http://www.junyi.tw)

E-mail | [info@junyi.tw](mailto:info@junyi.tw)

950 台東市中興路二段 366 巷 36 號

入學洽詢電話

中學部 | 089-223301# 201、207、210

小學部 | 089-223301# 318

**Junyi Experimental  
High School**

**臺東縣均一高級中等學校**

附設國中、國小部



教育真的可以不一樣，  
為孩子選擇一條尋找自我天賦之路。

「教育，才是探索一切問題的根源與答案！」最近幾年當線上學習成為全球顯學，城鄉教育資源的落差可望縮短，最新型態的 Minerva School 教育實驗與示範的出現，我深深感受到這正是翻轉偏鄉教育的契機。2011 年底接任均一中小學後，為了讓孩子能擁有一以貫之的全人教育，歷經漫長的努力，均一終於在 2015 年獲得教育部國教署核定改制為「臺東縣均一高級中等學校」及通過「實驗課程計畫」，成為從一年級發展到十二年級的完整學校。

在偏鄉的教育實驗，均一已從華德福教育的基礎逐步提升。為了打破傳統的填鴨學習，均一高中部把真實的生活體驗，視為年輕人在成熟階段中最重要的學習元素，許多思辨表達和深度探索都在逐步落實，希望讓孩子瞭解世界的趨勢，更真實地準備未來。同時我們也積極了解國外的就學管道，為孩子的未來鋪路，實踐「開啟天賦」、「雙語國際」、「在地連結」、「正向創新」四大核心價值，期待每一位均一學生都是擁有良好「品格」、「人文藝術」、「公民思辨」三大素養的自信青年。

嚴如壽

均一高級中等學校 董事長



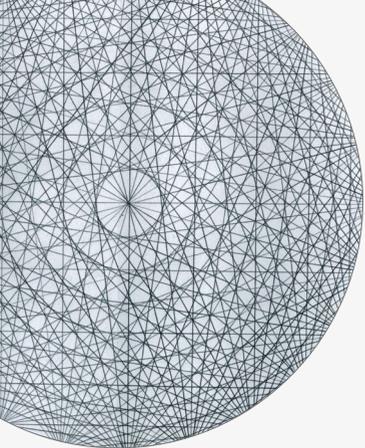
## 小學深耕華德福教育 完整六年學習圖像

嚴長壽董事長於 2013 年邀請宜蘭  
慈心華德福創辦人張純淑女士擔  
任台東均一學校的教育顧問，於  
小學部引進華德福教育，同時透  
過各班的家長活動，藉由主題演  
講、讀書會交流以及藝術體驗等  
課程，和家長共同成長，攜手實  
踐華德福教育，陪伴孩子不同階  
段的學習。

Waldorf Education

華德福教育配合孩子「善」、「美」、  
「真」三個重要成長階段的不同需  
求，以健康、平衡的方式，追求  
孩子在意志（身）、情感（心）及思  
考（靈）等三個層面能力的全方位  
成長，不強調競爭、分數和太早認  
知讀寫之灌輸，才能讓孩子放心地  
用自己的節奏和步伐，學習發展自  
己的天賦，華德福教育主張以人為  
本，實踐作息正常的家庭生活、健  
康的飲食、選擇親近大自然的活

動，讓孩子動手做玩具，不讓孩子  
太早接觸電腦、電視，是希望保護  
孩子與生俱來的感官能力、豐富的  
想像力與創意力，培養孩子的意志  
力與情感的平衡，奠定成長所需的  
基石。最終希望為孩子排除根深蒂  
固的記憶餵養及成就取向的成長型  
態，回歸重視對社會情感的認同，  
學習道德和崇敬之心，以正確的價  
值觀看待生命。



### 週期課程

每天早上二小時透過故事、晨詩、歌曲、遊戲或繪畫等方式，完整主題教學，持續三週，讓孩子專注沉浸在一個主題上工作，生命力也因此得到鍛鍊與增強。

### 藝術課程

藉由濕水彩、蜜蠟、泥塑、形線畫、木工、肢體律動、戲劇等各種藝術活動，讓孩子在溫暖的氛圍裡，培養健全的身心、發展敏銳的感官，激發孩子的創造力。

### 節慶活動

節慶是一年韻律的重要元素，也是連結家庭與學校的重要活動。透過慶典儀式，讓師生與家長在戲劇、音樂、歌唱或肢體活動，編織出對土地、自然與地球的愛與虔敬。

### 工作紀錄本

孩子每天累積所學、睡眠充足，再藉由老師引導喚醒與重述，學習的內容因而被吸收內化，繪製於工作紀錄本中，是孩子獨一無二的課本，也是成長的學習紀錄。

### 班級學習情境

環境與人際間流動著無形的力量，深刻影響孩子內在的感官。導師運用季節桌、規劃遊戲角落，讓孩子接觸最天然的玩具，孩子自然對生長的這塊土地有所熱愛並感恩。

### 評量方式

每學年費心撰寫「個別質性評量表」，紀錄孩子詳實的學習樣貌、人我關係、能力狀態、身心發展等，讓家長能看到孩子完整的生命樣態。





## 打造英語學習環境 開啟孩子國際視野



International  
Curriculum

為了落實學校「國際雙語」與「正向創新」的核心價值，學校九位英文老師，其中以副校長 Anthony Cluver 帶領五位外籍老師及國際部老師，用心結合各領域課程，共同打造英語學習環境，新學期學校首次嘗試「英語混齡式教學」，主要用意在幫助不同學習進度的孩子，培養正向的學習態度，老師可以針對孩子的實際需求設計適合的主題內容，無論是透過節慶的飲食文化、多元遊戲，適時啟發學習的興

趣，讓孩子慢慢熟悉外語的語感，同時累積聽說讀寫的英語能力，希望各程度的學生都能具體提升英語能力。

為了讓孩子具備寬廣的國際觀，學校不斷爭取與其他國際學校交流的機會。2016 年底，十位美國大西洋學院 College of Atlantic (COA) 師生蒞校參訪。副校長 Anthony Cluver 和國際部教師經過一個多月的討論，最後透過社會領域政

暉老師的國際連結課程 (Combined Studies)，以分組報告及提問的方式，和來自美國、法國、荷蘭、日本、泰國、薩爾瓦多、哥倫比亞及以色列等八個國家的 COA 學生進行教育、宗教、種族、政治及婚姻平權等各種議題的討論。

此次交流讓均一孩子經歷了一場文化衝擊，並瞭解「資訊」與「觀點」的差別，親自體驗交流不是一份停留在資訊蒐整的報告，而是必須認真思考自己到底想了解這個國家的什麼面向，出自同理

心去了解不同國家的處境與差異，讓自己藉由英語的表達與溝通，成為一位具有觀點的學習者。

交流活動結束後，均一高中生發現各國所面對的社會議題，其實和台灣非常相近，透過彼此討論的確可達到互相學習的效果。當十位均一高中生每個人都可以為遠道而來的客人介紹自己的校園及學習點滴時，象徵均一努力栽培學生的英語能力和國際視野，又向前邁開了一大步。



**Outdoor  
Education Program**

**生命探索課程**  
鍛鍊溝通力、領導力與意志力





花東在地最重要的資源是「大自然教室」與「原住民文化」，學校努力將這兩大元素融入各科教學課程中，同時發展生命探索課程成為均一實驗高中特色課程之一，學習目的在於讓孩子了解如何與花東大自然環境相處，如何尊重與保護這塊美麗的淨土，藉由最佳的大自然生命力，激發每位學生探索生命中各種不同的可能性。

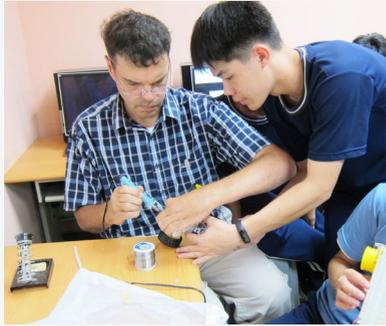
七至九年級國中生，透過校內課程訓練體能、認識登山裝備、行進技巧，學習地圖判斷、登山正確態度等，希望每一位師生都能勇敢挑戰橫渡活水湖、都蘭山攻頂、單車環騎玉長公路，以及攀登台灣知名高山湖泊「嘉明湖」。課程到了高中，特別為十年級學生規劃了自製獨木舟遠程航行挑戰課程，十一年級完成三天自行車騎乘並紮營於東海岸，十二年級挑戰山區健行並結合深度自我覺察的系列活動。



一般私立學校多半選擇委外承包戶外活動，但是均一實驗高中的老師們，靠著的是團隊的力量，適時尋求外界專業的協助，多半利用自己的課餘時間，共同規劃課程內容、討論任務執行、學習專業知識、凝聚團隊的共識，這種充分展現教育的熱忱與熱血，正是改變台灣教育最需要的原動力。



## 多元社團 探索自我興趣



多元社團課程是均一的特色之一。均一社團時間在每週一至週三下午共約六堂課，是一般學校社團時間的兩倍，透過社團實作，學生可以發掘自我的興趣及探索未來職涯的方向。

以往十分受學生歡迎的運動、舞蹈、手工等類型的社團外，近期還增設學習程式語言的「機器人與程式設計社」，與均一高中特色課程高度連結的「麵包製作與餐飲服務社」；此外，在推行一年的「記者培訓社」後，新學年特別邀請在地社會企業工作者擔任指導老師，讓孩子學習思考在地連結的觀點，關懷社會議題。

## Diverse Extracurricular Program

「機器人與程式設計社」由外籍教師 Frank Gibson 擔任指導老師，他向台東大學商借程式電路板，規劃自走車課程，教學結合程式語言學習和實做，讓同學透過操作自走車學習硬體和軟體的應用，培養運算思維能力。社團同學回饋：學習程式設計最大的收穫除了知識的吸收，莫過於了解分工合作的重要，有些同學寫程式較為上手，有些則擅長組裝實作，互助合作讓同學也學習欣賞彼此的優點。

「麵包製作與餐飲服務社」由熱心的學生家長黃建峯擔任指導老師。未來當學生技術越益成熟時，希望邀請捐贈烤麵包機給均一的吳寶春師傅團隊前來指導，為學生開啟烘焙領域的專業學習。此外，曾任五星級飯店總經理的基金會顧問范希平，多次指導學生餐飲服務和國際禮儀，豐富和情境式的實作演練讓學生培養人文涵養，也對餐飲服務行業有更深入的了解。

## 公民參與活動 培養公民思辨的能力

## Civic Engagement Activities

原只是學校一個「記者培訓社團」的活動，後經老師鼓勵參加「社企爆米花」的甄選，卻意外獲得一萬元獎勵金，同學們經過討論，決定將獎金當作基金，希望進一步提案在台東實踐，因而有了「Be The Change — 社會企業博覽會」的構想。均一首屆熱血的高中生，利用週末假日與寶貴的暑假時間進行各項準備工作的討論，包括撰寫計畫、邀請優質社會企業單位、安排討論議程、設計活動宣傳海報、現場活動場地布置……，每一項工作都是挑戰與學習。

這場由均一高中生自己籌辦的社會企業博覽會在鐵花村舉行，當日出席包括「邱 Tai Dang」、「丟丟銅青年協會」、「孩子的書屋」、「以立國際服務」、「愛樂活社會企業」及台東大學「產學營運及創新育成中心」等六個單位，同時吸引許多關心台東未來發展的民眾參加，大家針對「城鄉」、「農業」與「教育」三大議題，踴躍發言，希望能讓改變成真。博覽會總召集人邱同學在活動後分享自己最大的學習是：「除了自己要有熱情，也要幫助夥伴們找到熱情，才能成就一個好的團隊，並完成使命。」



## 規律的宿舍生活 養成獨立自主與自律的習慣



Boarding  
Program



均一團隊持續五年的努力，營造一個給予學生自主學習的生活場域，激發學生正向積極的動機，學習做自己的主人。為了能夠培養學生的自治能力和落實生活規範，均一實驗高中宿舍的每間寢室都會選出一位寢室長，每個層樓也會推舉高年級的學長姐擔任樓長，負責溝通領導及扮演監督提醒的角色，在宿舍生活老師的指導下，學生們可以透過幹部領導、發現問題與檢討、主動積極提出建議等練習，有效回報住宿生活的狀況，成為師生之間重要的溝通橋樑，同時，寢室長與樓長也會帶領其他學生們參與生活競賽，不論從環境整潔到個人內務整理，都是讓住宿生學習對自我負責的態度。

夜讀是一天中最適合學生自主學習的機會，安靜的學習氛圍有助於思

考，而均一宿舍不論是環境設備或是秩序管理都提供了高品質的夜讀環境，讓學生能有效的回顧一天所學的知識。每週一至四晚間由北一女退休的陳富貴校長所召集的 30 多位退休志工老師，輪流陪伴學生課業的輔導，讓學生們能依照自己學習上的需求，即時解答問題。

學校在新學年起，積極鼓勵學生假日留宿，主要考量均一的孩子每天都在學校的安排下進行學習，老師又採取啟發式教學，學生需要高度自主學習力，才能進入各領域知識的深度學習，因此，學生每週可以自由申請假日留宿，學習安排自己的假日生活，無論是學科增強、比賽練習、科展準備、專題報告或是假日活動，都可以充分利用學校的資源，完成學習任務，並享受在假日自我安排的時間。



## Volunteer Learning

### 學習餐飲服務與國際禮儀

為了讓孩子學習國際禮儀，同時與未來高中課程發展連結，學校鼓勵舉辦餐會，提供師生學習餐飲服務以及接待的禮儀，以2016年一場「公益感恩餐宴」為例，學校邀請由連昌記及范希平兩位五星級飯店總經理，為35位七到十年級均一同學進行三次密集服務培訓。從餐桌擺設、餐具、用餐順序、以及飲品種類、上菜與收盤、餐具清潔等服務訓練外，更讓學生學習接待問候、應對進退等國際禮儀細節。活

動當晚，孩子們挺著胸膛充滿自信的笑容，展現出專業的服務態度，令在座貴賓留下深刻印象與好評，也為均一學校未來訓練同學從生活中學習國際禮儀，培育種子，奠下最佳的基礎。此外，學校舉辦年度正式晚宴 (Formal Dinner)，因為高中相對重視培養學生對其他文化的覺知及認識，並鼓勵學生針對感興趣部分深化學習，無非希望學生在未來多元文化與語言的環境中能夠自信、得體地與人相處應對。





謝君明 繪 / 均一實驗高中九年級

## 公益平台 「偏鄉種子培育計畫」

「來到均一快滿五年了，不管是喜怒哀樂，和同學的悲歡離合，都是成長中必經的過程，均一就像是我的家，老師們像父母親一樣的關照著我們，不管在課業或是生活，都受到非常良好的教育，我的成長都有各位的身影，這也是我一直向前的動力。」一位基金會支持五年的同學在高二寫下的心得分享。

公益平台自 2012 年起成立「偏鄉種子培育計畫」，並擬定獎助學金辦法，每年提供 7 年級新生約 1/3 名額給予具高度學習動機、領導特質、綜合學習潛力及人文藝術天賦但經濟弱勢的花東原住民、新住民及偏鄉的孩子，五年下來已支持超過 100 位。因應均一高中部成立，獎助金補助也延長至高中 12 年級，而對於具高度學習潛力的偏鄉優秀青年，我們甚至會再延續提供畢業之後出國繼續升學的支持。希望他們有機會能在優質的學習環境中，培養良好品格與雙語能力，選擇一條尋找自我天賦之路，成為發揮正面能量、改變偏鄉未來的優秀青年。

---

■簡章下載：[www.junyi.tw/admission](http://www.junyi.tw/admission)

■洽詢電話：089-223301#205