

國立東華大學教學卓越中心
113-2IDEAS 教學課程計畫成果報告書

計畫主持人：林滌榕
單位：觀光暨休閒遊憩學系

目錄

壹、113-2 期末成果報告確認-----	01
貳、執行成果總報告-----	02
參、附件-----	11

國立東華大學-IDEAS 教學課程計畫 113-2 執行成果報告書確認表

課程/學程名稱：休閒哲學		
授課教師：林濶榕		
服務單位：觀光暨休閒遊憩學系/ 副教授		
班級人數：28		
勾選	檢核項目	說明內容
<input checked="" type="checkbox"/>	本確認表	請確實填報，以俾利核對
<input checked="" type="checkbox"/>	執行成果總報告表-電子檔 (Word)	字型：標楷體 (中文)； Times New Roman (英文) 行距：單行間距 字體大小：12 號字
<input checked="" type="checkbox"/>	活動記錄表	當期程全部活動紀錄，如講座、參訪、期末成發展等
<input checked="" type="checkbox"/>	AI 培訓講座/工作坊	<input checked="" type="checkbox"/> A 類 素養導向、 C 類 跨領域課程 6/17 (二) 13:30-16:30【透過 AI 工具事半功倍：快速上手行銷工作自動化】/花蓮新創基地 <input type="checkbox"/> B 類 AI 科技運用(2 場)
依據 IDEAS 教學課程計畫辦法第四條，受補助計畫主持人 有義務 參加舉辦之 AI 培訓講座/工作坊， A 類 素養導向課程與 C 類 跨領域課程 1 場講座 ； B 類 AI 科技運用為 2 場講座 ，以培養教師 AI 應用的能力，因應未來發展趨勢。		

- 繳交期末成果報告時，請確認繳交項目是否齊全
- 本年度所有受補助課程/學程之成果報告，將上述資料匯集成冊(封面、目錄、內容、附件)，做為本期成果報告書
- 若有相關疑問，請與承辦人郭心怡助理聯繫
(#6591；imyeee@gms.ndhu.edu.tw)

IDEAS 教學課程計畫-執行成果總報告

素養導向/AI 應用/跨領域課程

一、教學/計畫目標

本課程「休閒哲學」以素養導向的教學理念為核心，結合哲學理論、多元文化與實務體驗，透過 AI 科技輔助與真實場域的學習情境，帶領學生探索休閒的本質與價值，強化其面對未來社會與職場挑戰的綜合能力。課程設計以「知識理解、行動實踐、提案應用」三階段推展，教學目標如下：

1、理解休閒的多元文化樣貌，設計屬於自己的幸福休閒型態

課程透過每週主題式教學，涵蓋東西方休閒哲學、文化休閒、自由與無聊感、認真性休閒、共睦態與轉換體驗等概念，搭配靜態與動態的實地活動，讓學生以體驗為基礎，覺察自己偏好的休閒方式與影響其選擇的背景因素。透過反思紀錄與學習歷程整理，學生將培養規劃與安排生活節奏的能力，提升自我照顧、生活平衡與幸福感的實踐素養。

2、促進自我覺察與哲學思辨，體驗靈性休閒的深層意義

透過參與 Stebbins 提出的認真性休閒（Serious Leisure）及靈性體驗理論，引導學生從真實活動中與自己對話。課程安排參與 2025 年大甲媽祖遶境活動，搭配課前引導與課後反思，幫助學生理解亞里斯多德所主張的「理想中的休閒」，進而體會休閒對心靈、文化與人生意義的提升。學生將學習在感知經驗中運用哲學語言進行思辨，培養文化感知力與價值判斷能力。

3、培養創新思維與問題解決能力，實踐休閒哲學於企業場域

課程結合產學合作與問題導向學習（PBL），安排學生企業參訪及與企業人資直接對話，了解企業在面對 Z 世代員工時所面臨的休閒觀差異與生活平衡挑戰。學生需提出針對觀光產業員工的工作與生活平衡（Work-Life Balance）創新提案，實地前往遠雄悅來大飯店參訪並進行回饋討論。學生將整合所學理論、現場觀察與 AI 工具（如 ChatGPT 進行資料分析與提案撰寫），提升其職場應用力、創意思考與跨領域合作能力。

二、課程內容特色

本課程「休閒哲學」以「從生活中體會哲學、在行動中實踐休閒」為核心精神，運用 IDEAS 教學理念進行課程設計與教學實踐，結合理論概念、實務操作及企業提案，帶領學生從思辨、體驗、設計到提案，完成一段兼具深度與廣度的休閒哲學之旅。

一、觀念醞釀 | 從哲學出發的休閒思辨（I+E：創新學習法+探索與體驗）

在本階段，學生將以哲學視角重新思考休閒的本質與價值，從亞里斯多德的「休閒為幸福之源」到莊子的「順應自然、無為而遊」，展開東西方休閒哲學的對話。課程中透過經典休閒理論的導讀及教師引導討論，搭配課堂靜態體驗活動（如沒有手機的自由時間、休閒選擇的體驗時間等），引發學生的自我探索與內在覺察，更能從活動中體驗理論本質。

在探索與體驗（Explore/Experience）的實踐上，課程將逐步引導學生辨識自己日常中的「非休閒」與「真休閒」，思考何種活動能觸發心流、意義與自我超越。此階段同時安排休閒理論學習（如休閒參與、休閒自由、休閒無聊感、認真性休閒、靈性體驗、轉換體驗等），培養學生具備休閒判斷力與概念脈絡。

創新應用（Innovation）方面，本階段課程安排於每週理論教學結束後，設計一個情境式的小組討論活動，鼓勵學生將所學哲學概念延伸至日常休閒經驗中進行批判與對話。例如，在討論「休閒的意義與價值」時，學生將針對「這次的活動，對你來說是「真正的休閒」嗎？為什麼？」、「滑手機是否算是真正的休閒？」等問題進行小組辯證與觀點分享。每組可自由選擇討論主題，經過 10–15 分鐘的討論與全班交流後，學生需進行個人反思撰寫並上傳至教學平台。

二、實境學習 | 從場域中體驗休閒的真實樣貌（D+E+S+A：設計+體驗+技能發展+AI 科技輔助）

本階段聚焦於將理論內化為實際經驗與可操作技能，透過沉浸式體驗與真實場域接觸，讓學生將休閒哲學觀念落實於生活與工作脈絡中。課程安排涵蓋科技應用、宗教文化參與與企業實務觀摩等多元主題，培養學生整合理論與實務的能力。重點活動包括：

1、無人機操作與應用體驗

結合中華民國導遊無人機協會鍾錦銓理事長之專題演講與實地操作體驗，學生將初步學習無人機的休閒應用及其與旅遊導覽的整合潛力。課程特別強調無人機活動可作為「認真性休閒」的實例，學生需理解其中「技能習得—自我挑戰—持續投入」的特徵，並反思個人在科技休閒中的學習與投入經驗。

2、參與 2025 年大甲媽祖遶境活動

學生將實地參與全台最大型的宗教性休閒活動，透過群體共行的方式感受文化與靈性轉化所帶來的內在體驗，進一步理解高層次休閒（如靈性休閒、共睦態 Communitas、轉換體驗 Transformative Experience）在現實生活中的展現。活動後學生需撰寫反思期中報告，探討個人在參與過程中的情感變化與休閒價值意識提升。

3、企業參訪與專題演講：幸福企業的休閒哲學實踐

課程安排前往花蓮遠雄悅來大飯店進行現地參訪，並由人資副理周秀美於飯店現場主講「幸福企業：遠雄悅來大飯店與海洋公園的工作生活平衡措施」。學生不僅能了解觀光業者實際執行 Work-Life Balance（WLB）政策的挑戰與創新作法，更能與企業人資對話，探討 Z 世代員工對職場中的休閒期待。

此外，本課程鼓勵學生運用 AI 工具（A）包括 ChatGPT（協助資料統整與問答模擬）、Canva（製作圖像簡報）、Notion（筆記與行事紀錄）等，進行活動紀錄與討論、團隊簡報與期末提案視覺化設計，提升科技應用與專業表達能力（S：Skills）。此階段學習設計不僅強化學生的實作經驗，更培養其觀察力、同理心與設計思維，為進入最終的提案設計階段做好充分準備。

三、提案實踐 | 以休閒觀點設計企業工作生活平衡方案（I+D+S：創新學習法+思考與提案+團隊與簡報技巧）

課程最終階段將結合企業參訪與企業真實課題解決，進行「工作與休閒平衡方案」之團隊提案挑戰。學生將有機會與遠雄悅來大飯店之人資部門對話，瞭解該企業目前在面對 Z 世代員工時的挑戰。

學生將以 PBL（專題導向學習）與 TBL（團隊導向學習）進行任務導向提案設計，整合休閒哲學理論、企業資源條件與政府 WLB 政策方向，設計出符合 Z 世代需求且可行的工作生活平衡策略，並以簡報方式向企業代表展示。此過程將重訓學生的提案設計能力（Design）與職場溝通表達力（Skills），同時體現「休閒為人類幸福」之核心價值，實踐哲學進入生活的目標。

三、整體活動執行成果效益

主要教學法	課程大綱		學習(質化/量化)成果
	學習主題	執行過程	
分組討論 + 個人反思 (SBL)	課堂討論探究休閒相關議題	每週課堂講授後設計分組問題討論。學生進行約10分鐘小組討論、5分鐘分享，並於課後上傳個人反思至E學院或完成紙本討論學習單。	1、每週約90%以上學生完成當週反思作業或小組討論。 2、產出15份課程討論小組學習單。 3、產出約50份個人反思作業。
體驗式學習 (SBL+技能實作)	從無人機體驗探索科技導向的認真性休閒	安排中華民國導遊無人機協會鍾錦銓理事長至課堂進行專講題目「越飛越認真：讓玩無人機成為一項專業的認真性休閒」。課後安排學生進行基本飛行體驗與基礎知識，學生實際操作無人機，學習如何控制方向與拍攝，並進行反思撰寫。	1、100%學生完成飛行體驗練習。 2、產出28份心得報告。 3、多數學生能理解「認真性休閒」需具備長期投入與技術學習。
體驗式學習(探索+轉化)	靈性休閒與大甲媽祖繞境進香活動體驗	參與4月12日遶境前進行相關課程，介紹共睦態 (communitas) 與轉換體驗 (transformative experience) 概念，並簡介活動背景與參與禮儀。學生個人參與行程，實地觀察、記錄，回校後撰寫報告及進行期中報告。	1、產出28份參與報告，並進行口頭簡報。 2、約7成學生報告中提及文化觸動與個人情緒轉化，為學生認知「高層次休閒」提供真實感受來源。
企業參訪學習	企業職場中的休閒觀與實務觀察	教師事先安排遠雄悅來大飯店參訪流程。由人資部門簡報介紹公司休閒福利制度與推動背景、員工訓練課程等。學生分組與飯店人資進行對話，目的是完成期末專題提案報告。	1、多數學生表示透過企業現場理解員工工作生活平衡措施更具真實感。
專題講座學習	從遠雄悅來看企業如何實踐工作生活平衡	演講移至飯店現場舉行，由人資副理周秀美主講，介紹企業遠雄悅來與海洋公園的工作生活平衡措施。學生事前完成講者背景與議題閱讀，當日分組提問，講後提交心得反思。	1、完成1場專題演講。 2、學生現場提出超過10項提問。
專題製作 (TBL+PBL)	企業面向的創新「工作生活平衡方案設計」提案	學期後半段，學生依據企業參訪與專題演講內容，分組設計針對 Z 世代員工的工作生活平衡 (WLB) 提案。企劃書內容依循勞動部所公布之工作生活平衡推動指引架構撰寫。課程最後邀請遠雄悅來大飯店人資副理與專員擔任評審，由企業端從實務角度出發，針對各組提案的「可執行性」與「創意性」進行講評與評分，讓學生接受真實產業端的專業回饋與肯定。	1、產出5組企畫書，面向企業進行提案報告。 2、獲得評審高度的正面肯定，企業將採納部份提案內容，並提供獎勵給提案組別。

期末總結性評量	綜整休閒理論與實務應用能力檢核	<p>期末安排一份紙筆測驗，題型都是簡答題，內容包括：各類休閒理論（如：認真性休閒、靈性休閒、休閒自由、ABC 模型等）；工作與休閒平衡相關理論；Z 世代的工作價值觀等。所有教材都放在 E 學院，考試當天限時 60 分鐘，可開卷考試。鼓勵學生事前進行整體性思考與整理。</p>	1、28 位學生完成期末測驗
---------	-----------------	--	----------------

四、多元評量尺規

各項評量內容說明如下：

1、期中報告（30%）

本課程期中採個人簡報形式，主題為「大甲媽祖繞境體驗」。學生需結合親身參與經驗，進行 10 分鐘上台分享，內容不限於感受、觀察、照片、影片紀錄，亦可包含與其他信眾對談、田野紀錄等。報告內容需結合課堂所學的休閒理論（如靈性休閒、轉換體驗、共睦態等）進行分析與反思。評分重點包括：

評量方式為教師評分佔 60%，同儕互評估 40%。同儕將根據報告內容進行回饋與打分，填寫老師設計的 Google 表單(<https://forms.gle/TVe4QSUq52UXvV1j7>)。評分重點包含：參與描述是否具體、感受是否真誠具體、是否能連結理論概念，以及是否展現出深度的自我反思能力。

2、期末報告（35%）

本課程期末以小組專案報告形式進行。學生分組設計一套「適合 Z 世代飯店員工的工作與生活平衡（WLB）方案」，企劃書須參考勞動部公布之工作生活平衡推動指引進行撰寫，包括公司簡介、資源盤點、需求評估、計畫擬定與執行、成效檢視等面向。

本課程在報告前已安排遠雄悅來大飯店企業參訪與專題演講，由學生與企業人資主管深度互動，瞭解飯店員工實際面臨的休閒與工作挑戰，作為提案設計的背景依據。同時，本次報告亦邀請遠雄悅來大飯店人資副理周秀美女士與李姓專員擔任業界評審，從企業實務角度進行提案評選，評量重點包括：

- (1)內容完整性：是否涵蓋公司簡介、資源盤點、需求評估、計畫擬定與執行、成效檢視等核心內容。
- (2)資料分析深度：是否能深入分析並提出具體的觀點與洞察，並結合學理或實務應用。
- (3)創意與亮點：是否有創新性或亮點，提出獨特觀點及具體可行的建議。
- (4)表達與呈現力：簡報設計美觀、口語表達清晰有條理，並能有效傳達報告的重點與想法。

評量方式由兩位企業評審各自進行評分，最終成績以兩人平均分數計算，佔總成績的 100%。

3、期末測驗（10%）

本課程期末以紙筆簡答題形式進行，為開卷考試，限時 60 分鐘。測驗重點在於評量學生對課堂所學理論的理解與應用能力，範圍涵蓋全學期共 16 份教材內容，包含休閒哲學的基礎觀點（亞里斯多德的休閒觀、莊子的自然無為思想）、休閒自由、休閒參與、休閒體驗 ABC 模型、認真性休閒、隨性休閒、靈性休閒、共睦態、轉換體驗、休閒無聊感，以及與實務連結的工作與休閒平衡理論、Z 世代的工作價值觀等。學生需能針對指定問題進行概念分析與情境應用，展現其對整體課程內容的統整理解能力。

4、平時成績（15%）

包括課堂中進行的 4 次個人或小組討論的回饋單、1 次實作體驗心得（無人機體驗）、2 次專題演講心得等。

5、課堂出席率（10%）

每週進行點名，學生最多可請假一次，超過一次之缺課，每次扣 1 分，至 10 分扣完為止。遲到、早退、未參與討論者視情節酌減分數。完整出席且積極參與者可獲得加分回饋。

五、學生整體意見與回饋 (整體活動滿意度、文字意見回饋等)

下列為針對期中教學意見所進行的回饋整理與分析：

「113-2 IDEAS 課程」期中教學意見回饋分析表

課程名稱：37 休閒哲學

授課教師：老師

填答人數：23

題項	非常不同意		不同意		普通		同意		非常同意	
	次數	%	次數	%	次數	%	次數	%	次數	%
(一)教學策略方面 (M=4.5739)										
1.考慮學生先備知識。	0	0.0	0	0.0	2	8.7	10	43.5	11	47.8
2.能注意學生學習情形。	0	0.0	0	0.0	0	0.0	11	47.8	12	52.2
3.能與學生生活經驗連結。	0	0.0	0	0.0	0	0.0	6	26.1	17	73.9
4.能引起學生學習動機。	0	0.0	0	0.0	0	0.0	10	43.5	13	56.5
5.根據學生學習狀況調整課程。	0	0.0	0	0.0	0	0.0	8	34.8	15	65.2
(二)教材準備方面 (M=4.5797)										
1. 上課內容符合教學目標。	0	0.0	0	0.0	0	0.0	8	34.8	15	65.2
2. 課程內容安排有組織、有條理。	0	0.0	0	0.0	1	4.3	9	39.1	13	56.5
3. 課程內容與安排符合我們的程度與需求。	0	0.0	0	0.0	0	0.0	10	43.5	13	56.5
(三)師生互動方面 (M=4.8261)										
1.老師很願意幫助我們解決學習上的困難。	0	0.0	0	0.0	0	0.0	5	21.7	18	78.3
2.老師重視我們的反應，能隨時修正教學方式。	0	0.0	0	0.0	0	0.0	5	21.7	18	78.3
3.老師很鼓勵我們自由發問及表達意見。	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	13.0	20	87.0
4.老師尊重不同性別、性傾向之學生。	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	13.0	20	87.0
(四)評量方法方面 (M=4.7174)										
1.教師清楚說明評量方式。	0	0.0	0	0.0	0	0.0	6	26.1	17	73.9
2.評量內容能反映學生學習情形。	0	0.0	0	0.0	1	4.3	6	26.1	16	69.6
3.評量方式能合理反映出教學重點。	0	0.0	0	0.0	0	0.0	9	39.1	14	60.9
4.作業或報告給予回饋	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	13.0	20	87.0

題項	非常不同意		不同意		普通		同意		非常同意	
	次數	%	次數	%	次數	%	次數	%	次數	%
學生自我學習評量										
創新(M=4.3043)										
1. 我能夠產生更多新的想法並應用於課堂活動中。	0	0.0	0	0.0	5	21.7	7	30.4	11	47.8
2. 我能夠跳脫框架思考，提出不同以往的解決方案。	0	0.0	0	0.0	4	17.4	7	30.4	12	52.2
3. 我能夠有效融合學到的知識與想法，創造新的概念。	0	0.0	0	0.0	4	17.4	8	34.8	11	47.8
設計(M=4.4058)										
4. 我能夠運用不同的設計工具與方法，清楚傳達我的想法與概念。	0	0.0	0	0.0	2	8.7	8	34.8	13	56.5
5. 我能夠根據使用者需求設計更符合需求的產品或解決方法。	0	0.0	0	0.0	2	8.7	10	43.5	11	47.8
6. 我能夠不斷調整和改進我的設計，讓它變得更實用、更貼近需求。	0	0.0	0	0.0	3	13.0	9	39.1	11	47.8
體驗/探索(M=4.4928)										
7. 我樂於嘗試新的事務，並在探索與實踐中不斷學習與成長。	0	0.0	0	0.0	2	8.7	9	39.1	12	52.2
8. 我能夠透過實地觀察或體驗，獲得更深入的理解。	0	0.0	0	0.0	0	0.0	9	39.1	14	60.9
9. 我能夠將不同領域的知識與經驗，應用於課堂學習與生活中。	0	0.0	0	0.0	1	4.3	11	47.8	11	47.8
AI 應用(M=4.4638)										
10. 我能理解並運用 AI 工具提升創意設計與解決問題的能力。	0	0.0	0	0.0	1	4.3	10	43.5	12	52.2
11. 我能善用各種 AI 工具來輔助學習與專案開發。	0	0.0	1	4.3	0	0.0	8	34.8	14	60.9
12. 我能判斷 AI 生成資訊的準確性與適用性，並加以修正再應用。	0	0.0	0	0.0	2	8.7	10	43.5	11	47.8
能力(M=4.4348)										
13. 我變得更有邏輯組織能力，能夠清楚並有條理地表達自己的想法。	0	0.0	0	0.0	1	4.3	11	47.8	11	47.8
14. 我變得更有團隊溝通與合作能力，能有效協作並共同完成目標。	0	0.0	0	0.0	0	0.0	13	56.5	10	43.5
15. 我能夠運用課堂所學，在專案、社團活動或職場實踐中展現成果。	0	0.0	0	0.0	2	8.7	9	39.1	12	52.2

- 題目八、從開學上課至今，我對於這門課最喜歡的有哪些？請簡單說明
- 題目九、請簡單扼要說明對於這門課，如果老師能再做那些調整，我覺得更有助於我的學習（包含教學內容、方法、評量方式...等方面）
- 題目十、老師在課堂上或學習評量上是否讓你覺得有性別或性傾向之差別待遇？

1.從開學上課至今，我對於這門課最喜歡的有哪些？請簡單說明

不死板

一起去走媽祖遶境！超級創新的體驗

課程內容深入淺出，教學方式深受喜愛

課程內容很活化，受學生喜愛

去走大甲媽，因為可以接觸不一樣的事物

大甲媽祖遶境

老師依情況調整上課內容，課程細心回應問題

老師人很好 給予很大的彈性

大甲媽祖遶境，因為可以跳脫舒適圈

不同主題的自由時間、遶境體驗

戶外教學，很好玩

例如課外去學習跟實地感受

彈性多元，有時候會有不同的活動，蠻有驚喜感的

老師很活潑 遇到困難都可以溝通

遶境

無人機體驗，很少有機會能實際學習如何操控。

戶外教學、老師的特別課程安排（大甲媽祖遶境）

老師上課的風格很輕鬆，不會太嚴肅

自由活動，結合教學內容的活動，增加趣味性

無人機教學、校外教學（參加大甲媽繞境）

有很多戶外或沒有體驗過的活動，很感謝老師願意帶我們去做

2.請簡單扼要說明對於這門課，如果老師能再做哪些調整，我覺得更有助於我的學習（包含教學內容、方法、評量方式...等方面

尚可

都不錯

無

我覺得很好不用調整

無

希望申請到更多經費！讓這堂課經濟壓力小一點～

無

無

都很棒

不用調整，很棒

評量方式可以更多元一些

無

每個都很好

都很棒，如果有更多經費的話，我們就不必自費這麼多錢。

沒有

地點下次可以挑比較近的嗎

有時候會到有點遠的地方上課 雖然上的內容是我們喜歡的

3.老師在課堂上或學習評量上是否讓你覺得有性別或性傾向之差別待遇？

0

沒有

無

不會

無

無
無
無
沒有
無
無
無
無
否
無
沒有
否
否
無
沒有

本課程透過 ChatGPT 4o 模型分析上述學生提供的質性意見如下：

（一）學生最喜歡的課程部分：

從回饋中可歸納出學生特別喜愛本課程的三大要素：

1、戶外與實地體驗活動

- 多數學生強烈提及「大甲媽祖遶境」活動，認為這是創新、特別、跳脫舒適圈的學習經驗，能實際接觸不同文化與信仰。
- 無人機操作體驗亦獲多數學生肯定，覺得難得有機會能實際學習科技休閒技能。
- 認為戶外教學、自由活動與實地感受帶來趣味與驚喜，提升學習動機。

2、課程設計彈性與多元

- 學生普遍認為課程內容活潑、不死板，主題多元又能結合實作，呈現「彈性但不鬆散」的教學風格。
- 喜歡老師依據狀況調整內容與安排不同型態的教學活動，覺得課程安排貼近學生需求、具新意與親切感。

3、教師風格與教學態度

- 學生對教師給予正面評價，認為老師上課風格輕鬆、不嚴肅，願意傾聽學生想法並給予彈性空間。
- 多位學生提及老師願意與學生溝通、安排特別活動，感受到教學的用心與熱忱。

（二）學生對課程調整的建議：

1、整體滿意度高，僅有小幅建議

- 多數學生回應「無」、「都不錯」、「不用調整」或「都很棒」，顯示對課程內容、教學方式及氣氛普遍滿意。

2、經費與資源面

- 有學生提及戶外課程或活動會有自費情況，建議未來若能申請更多經費，將有助於減輕經濟負擔、提升參與意願。

3、地點與距離考量

- 有學生反映部分課程地點距離較遠，雖然內容喜歡，但建議未來安排可適度考量交通與時間負擔。

4、評量方式

- 僅有一位學生建議評量可再更具多元性，例如結合更多形式的呈現與回饋機制，以鼓勵不同特質學生展現所學。

六、檢討與建議

當前困難/問題	未來改善/精進
<p>(一) 課程經費資源不足，限制創新教學規劃實踐</p> <p>本課程原先規劃邀請全國首位國際攀樹師翁恒斌先生進行戶外哲學課程體驗，結合其專書《樹上看見的世界》進行一日攀樹活動，引導學生在自然場域中進行哲學性思考。然而受限於經費無法支應，最終改以系上教師業務費補助，安排無人機專題講座，雖具成效但仍感可惜。</p>	<p>(一) 強化課程經費規劃與整合資源能力</p> <p>未來將提前規劃並積極尋求課程補助資源，例如教卓支持經費、USR 或地方創生專案資源，以支持戶外體驗課程與專業講者邀請，落實結合場域、哲學與體驗的教學理念。</p>
<p>(二) 部分學生出席率不佳，影響課程參與與學習連貫性</p> <p>本課程強調理論與實務交錯推進，前期每週皆有理論建構與討論，若學生出席率不足，將導致對課程脈絡理解不清，進而影響期末報告品質與整體評量。然而，目前缺課並未設有退選或補充學習機制，致使少數學生難以融入整體學習進程。</p>	<p>(二) 明確課程參與門檻與退選機制，維護學習品質</p> <p>針對修課學生將建立基本出席與參與標準，於課程初期明確說明缺課處理機制與期中退選建議，確保課程能由具學習動機與投入意願的學生參與，提升整體課堂運作與學習成效。</p>
<p>(三) 初至花蓮任教，缺乏在地產業資源連結基礎</p> <p>此次雖成功與遠雄悅來大飯店與海洋公園人資部門進行合作，但對於剛到花蓮服務的我而言，尋找合適的在地合作企業仍具挑戰，尤其在企業配合度、主題契合度及時程安排上尚需摸索與建立信任關係。</p>	<p>(三) 深化在地連結，逐步建立產學合作網絡</p> <p>未來將持續拓展與花蓮在地觀光、休閒與旅宿產業的合作關係，透過參與地方活動與專案合作，逐步建立長期產學連結機制，並據企業實務需求發展多元主題專案，促進學生問題解決能力與實務應用力。</p>
<p>(四) 企業互動時數有限，學生深化學習機會受限</p> <p>雖安排企業參訪與人資專題演講，但因時間安排仍受限於課程節數與企業營運狀況，學生與業者的互動偏重單向聆聽，難以進行更深層對話與實務探討，降低了產學交流的深度與效益。</p>	<p>(四) 擴增企業互動時數，規劃移地教學方案</p> <p>後續可規劃短期移地教學或實作型工作坊，將學生直接帶入企業現場進行深度學習與實作任務，提升與業者互動頻率與品質，補足目前企業參訪時間受限的不足。</p>

七、與本課程相關成果報導、競賽獲獎或研討會發表

暫無。

陸、活動紀錄表

活動主題	專題演講與無人機實作：從無人機體驗探索科技導向的認真性休閒
活動日期	114 年 3 月 27 日
活動地點	管理學院 B111 教室+校內草地
演講者	中華民國導遊無人機協會鍾錦銓理事長
參與人數	28 人
活動內容	<p>● 活動或講座進行方式與內容</p> <p>本次活動特別邀請「中華民國導遊無人機協會」鍾錦銓理事長擔任講者，進行主題為〈越飛越認真：讓玩無人機成為一項專業的認真性休閒〉之專題演講。鍾錦銓理事長長期投入無人機教育推廣，具備觀光導遊與空拍專業背景，致力於將無人機應用於觀光領域，並推動相關證照制度與教學訓練，具有豐富的實務與教學經驗。</p> <p>講座旨在引導學生認識科技休閒的多元面貌，並理解無人機操作如何從娛樂活動昇華為「認真性休閒」的具體實踐。課程首先由理事長分享其休閒歷程與專業發展經驗，並簡要介紹無人機的操作原理、飛行安全與觀光應用實例。演講後，進行戶外體驗操作，學生分組實際操作無人機，學習基本控制技巧與簡單攝影拍攝。透過講授與實作並行的方式，不僅提升學生對科技休閒的理解，也讓學生能從實際參與中思考興趣、投入與專業發展的可能性，並完成一篇與認真性休閒理論相關的反思心得，深化學習。</p>
活動回饋 與 成效	<p>● 意見與回饋</p> <p>以下是例舉學生回饋：</p> <p>-「第一次親手操作無人機真的很有成就感！一開始其實有點緊張，但在理事長的指導下，我學會了如何控制方向和高度，也拍下了不錯的畫面。這次體驗讓我意識到，科技休閒其實也能很有深度，只要願意投入，就能從玩樂中學習到新的技能。」</p> <p>-「理事長分享自己如何把興趣變成專業，讓我開始思考自己是否也有類似的興趣可以深耕。這堂課不只是體驗，更讓我想要去追求一項能長期投入的休閒活動。」</p> <p>● 成效</p> <p>無</p> <p>● 其他</p> <p>無</p>
活動剪影(請檢附二至四張活動照片，並予以簡述)	



專題演講



學生先在教室內練習基礎操作



用無人機拍攝的大合照



學生分組進行無人機操作

附件二

陸、活動紀錄表

活動主題	戶外教學-靈性休閒與大甲媽祖繞境進香活動體驗
活動日期	114 年 4 月 12 日
活動地點	台中大肚-清水
演講者	無
參與人數	28 人
活動內容	<p>● 活動或講座進行方式與內容</p> <p>本次活動為課程單元之一，安排學生於 2025 年 4 月 12 日參與大甲媽祖繞境進香活動，課前特別進行專題講授，由授課教師介紹「共睦態（communitas）」與「轉換體驗（transformative experience）」等休閒理論概念，並簡介大甲媽祖繞境的文化背景、參與方式與基本禮儀。此課程設計目的在於引導學生進行靈性休閒實踐，從親身參與的過程中，感受群體共享的情感連結、身心轉化經驗與文化活動所帶來的深層意義。</p> <p>活動當天早上 8 點，學生於台中大肚車站集合，隨即分組或個別出發，融入信徒隊伍，徒步前往清水朝興宮，全程路程約需 8 至 10 小時。由於人潮眾多且路線一致，特意設計為開放式行程，鼓勵學生依自身節奏參與，觀察並記錄過程中所見所聞、內心感受及與人互動的點滴，強調主觀體驗與理論連結。活動後學生須繳交書面觀察紀錄並進行期中口頭報告，統整其參與經驗與反思。</p>
活動回饋 與 成效	<p>● 意見與回饋</p> <p>以下是例舉學生回饋：</p> <p>-「這是我第一次參加宗教繞境，一開始只是想完成作業，但走著走著，看到路邊補給站的人，感受到大家的溫暖，我真的有一種被感動的感覺。老師課堂講的共睦態我終於懂了！」</p> <p>-「那一天真的很累，但也是很有成就感的一天。我開始思考為什麼這麼多人願意這樣走下去，也讓我重新思考自己對信仰、對生活的態度。」</p> <p>● 成效</p> <p>無</p> <p>● 其他</p> <p>無</p>
活動剪影(請檢附二至四張活動照片，並予以簡述)	



2025 年大甲媽祖遶境活動開始



沿途感受旅客與信眾之間的共睦態狀態



學生抵達清水朝興宮

總結



共睦態



靈性體驗

深度反思：

雖然這次沒有成功鑽轎，當下難免失落，但也因此走了一段原本沒預料到的路。過程中，我開始思考：「如果沒有跟著神轎走，這樣還算是遶境嗎？」、「會不會為了走而走？」這樣的疑問不斷在腦中浮現。後來慢慢地我意識到，信仰不一定只有在最靠近香火的位置才會發生，它也可能存在於混亂之中、退後之間，甚至是在一邊走一邊懷疑自己的時刻。

有時候不是非要參與到某個儀式，才算有參加。或許，繞境的儀式感本來就不只是在某個環節，而是發生在走的每一步裡。

學生期中反思報告之一

附件三

陸、活動紀錄表

活動主題	企業參訪+專題演講-從遠雄悅來看見職場中的休閒價值與工作生活平衡實踐
活動日期	114 年 5 月 22 日
活動地點	花蓮遠雄悅來大飯店
演講者	周秀美人資副理
參與人數	28 人
活動內容	<p>● 活動或講座進行方式與內容</p> <p>本次活動為「企業參訪與專題演講」融合進行，由教師事先聯繫安排遠雄悅來大飯店之參訪流程與講座內容。講者為遠雄悅來大飯店人資副理周秀美，具多年飯店人資管理實務經驗，專長於員工訓練制度、福利政策規劃及工作生活平衡制度設計。活動目的在於讓學生透過實地參訪與人資主管對談，觀察企業如何實踐休閒觀與工作生活平衡理念，並作為期末專題提案的實務基礎。</p> <p>活動流程安排為：下午 1 點 30 分於校內集合出發，搭乘遊覽車前往遠雄悅來大飯店。首先由人資專員李怡庭帶領進行飯店導覽，接著進行約一小時的企業參訪，內容包括公司休閒福利制度、推動背景及員工訓練課程簡報。參訪後隨即進行為期兩小時的專題演講，地點設於飯店會議室，由周副理主講，針對遠雄悅來及海洋公園內部員工的工作與生活平衡措施進行分享。學生事前完成講者背景閱讀與議題了解，並於現場分組提問，講座結束後撰寫心得反思。活動於下午 5 點結束返校，整體參與氣氛熱絡，學生互動積極，獲益良多。</p>
活動回饋與成效	<p>● 意見與回饋</p> <p>以下是例舉學生回饋：</p> <p>-「這是我第一次實地走進飯店後場，原來人資單位除了處理行政事務，還需要設計這麼多針對員工身心健康的措施，讓我對工作生活平衡的實踐有更具體的理解。」</p> <p>-「周副理的分享很真誠，也很實際，不只是講理論，還提到他們在推動過程中遇到員工不參與的難題，這讓我覺得企業其實也有很多努力和挑戰，是我以前沒想過的。」</p> <p>● 成效</p> <p>無</p> <p>● 其他</p> <p>無</p>
活動剪影(請檢附二至四張活動照片，並予以簡述)	



遠雄悅來大飯店參訪合照



人資周副理進行專題演講



講師與學生之間互動踴躍



學生非常踴躍提問與回答

附件四

陸、活動紀錄表

活動主題	期末報告-企業面向的創新「工作生活平衡方案設計」提案
活動日期	114 年 6 月 5 日
活動地點	管理學院 B111 教室
演講者	無
參與人數	28 人
活動內容	<p>● 活動或講座進行方式與內容</p> <p>本次活動為期末專題報告「企業面向的創新工作生活平衡方案設計」，特別邀請遠雄悅來大飯店人資副理周秀美女士及人資專員李怡庭擔任評審。活動目的為讓學生從企業實務出發，設計出一套具創新性、實用性且符合 Z 世代特性的工作生活平衡（WLB）方案。</p> <p>活動流程由教師開場，簡介活動目的與評分標準後，5 組同學依序上台進行簡報與提案。過程中，學生積極運用企業參訪與專題演講所獲得的知識與觀察，設計出多項具亮點的方案，如「數位休閒補助」、「演唱會友善假」、「職涯探索平台」、「員工理財法律知識講座」等，獲得業界評審的高度肯定。其中部分方案甚至被企業評估納入未來施行考量，並頒發獎勵予表現優異組別。</p>
活動回饋 與 成效	<p>● 意見與回饋</p> <p>以下是例舉學生回饋：</p> <p>-「這次報告讓我真的有走進企業思維去思考員工需要什麼，不再只是寫一個理想的提案，而是要從飯店的限制與需求出發，這是我以前沒有過的學習經驗。」</p> <p>-「企業評審給的回饋很實用，不只是點出我們的不足，也鼓勵我們的創意，這讓我更有信心未來可以把創新點子應用在真實職場。」</p> <p>● 成效</p> <p>無</p> <p>● 其他</p> <p>無</p>
活動剪影(請檢附二至四張活動照片，並予以簡述)	



期末報告大合照



評審專注聆聽同學們的提案



教師與評審合照



評審每組皆提供具體建議