

生醫學院大一新生課程：探索學習
CLSM-FYS: Exploratory Studies
Fall 2025

Instructor: 焦傳金

Contact info: 生科二館 646, 03-574-2464,
ccchiao@life.nthu.edu.tw

Classroom: 教育館 101

Class time: F5F6 (13:20-15:10)

課程目的

本課程目的是幫助大一新生在學業和個人方面順利從高中過渡到大學，藉由促進參與大學課程和課外生活，建立對學校的歸屬感，協助學生培養和運用批判思考技能，以順利適應大學生活，並幫助學生找尋人生目的、意義與方向。

課程目標

A 協助學業成功：透過本課程，學生將能

1. 應用適當的策略來調整他們的課程學習方式
2. 運用有效的方式來進行時間管理
3. 熟悉與他們學習有關的彈性學制

B 認識清華並與清華建立連結：透過本課程，學生將能

1. 使用適當的校園資源，並參與有助於他們在課堂內外學習的機會
2. 與同學、老師和行政同仁建立正向的關係
3. 瞭解清華大學的歷史與傳統

C 促進個人發展、幸福和社會責任：透過本課程，學生將能

1. 建立自己的價值觀和身份認同，並瞭解這些價值觀和身份認同如何形塑他們的觀點，以及發展與自己相同或不同立場的人的關係
2. 發展促進健康的策略，並理解身心健康如何影響他們的學業和個人成功
3. 進行自我的生涯規劃，並對未來的職場方向有所瞭解

課程閱讀材料

1. 學務處新生領航營新生手冊
2. 保持原來的樣子就很好了(稻垣榮洋 2024/10/09)

課程要求及評分

課堂參與及討論 15%

拜訪教授與撰寫心得 10%

參加校園活動紀錄 10%

探索校園神秘地點 10%

撰寫履歷 10%

期中狀況分享 15%

期末專題 30%

課程安排

週次	課程主題	課程目標	內容
----	------	------	----

Week 1 9/5	認識彼此	BC	相見歡、認識學校、認識學院 EYP 工具 （九宮格、 way-finding-map ）
Week 2 9/12	自我探索	C	瞭解自我、 MBTI EYP 工具 （ way-finding-map 、生涯卡） 示範 Show and Tell
Week 3 9/19	設計人生	C	EYP 工具 （奧德賽計畫 1.0, 2.0） 奧德賽計畫 3.0 回家做
Week 4 9/26	學習策略 學術倫理/ AI 素 養	A	做筆記、寫作業、準備考試 誠信原則、學務章則、著作權、 AI 素養與倫理
Week 5 10/3	時間管理與睡眠 管理	AC	規律作息、習慣養成、睡眠品 質、睡眠時間與長度 完成參加校園活動紀錄
Week 6 10/10 （雙十節放 假）學生以 課外時間完 成	學習規劃	B	彈性學制、學務與教務資源、圖 書館 完成拜訪教授與撰寫心得
Week 7 10/17 科管院教室 R321	身心健康與壓力 調適	C	50 分鐘 Mindfulness 課程 規律運動、心理諮商、壓力釋放
Week 8 10/24 （光復節補 假）學生以 課外時間完 成	探索校園	B	認識清華的歷史與傳統 完成探索校園神秘地點
Week 9 10/31	期中狀況分享	ABC	學習成效檢核、分享校園資源使 用
Week 10 11/7	探索校園	B	清華校園走讀（通識中心張繼瑩 老師與助教帶領）
Week 11 11/14	人際互動與多元 文化	C	同學/室友關係、親密關係、師生 關係 多元共融、性別平等、與外籍生 對話或一起探索校園（小組活 動）、討論各國文化議題、討論 微歧視 繳交期末專題構想書
Week 12 11/21	表達與溝通	AC	簡報製作、短講技巧

Week 13 11/28	目標設定	C	職涯訪談、學長姊分享（畢業 3 年內，每人 20 分鐘） 與授課老師討論期末專題方向與實施方式
Week 14 12/5	履歷撰寫	C	CV、自我介紹 完成撰寫履歷
Week 15 12/12	工讀、實習與出國交換	AB	校內外工讀、實驗室專題生、企業實習、出國交換
Week 16 12/19	期末成果分享	ABC	給下一屆新生的信與影片、解決校園真實問題的專題研究 繳交期末成果並進行專題研究成果分享

課堂參與及討論 15%

每週 2 人進行以物件為導向的 **Show and Tell**（說故事與公眾短講）
參與課堂分組討論

拜訪教授與撰寫心得 10%

邀請一位生醫學院教授在校內 **Café** 聊天，瞭解他的學習歷程，他對生醫學院學生未來發展的想法，並撰寫最少 500 字心得（提供\$\$\$）

參加校園活動紀錄 10%

參加校內各式活動 2 次，並提供證明（照片或收據）

探索校園神秘地點 10%

詢問同學（街訪同學）2 個清華神秘地點，親自前往且說明神秘之處，拍照上傳

撰寫履歷 10%

寫一份暑期實習申請的個人履歷

期中狀況分享（個人報告） 15%

分享開學後到現在所面臨的挑戰與嘗試解決的成效（每人 5 分鐘）

期末專題 30%

1. 寫一封給下一屆新生的信，並拍攝一個 3 分鐘影片，讓下一屆新生瞭解這門課對新生的影響（個人成果）
2. 針對清大生醫學院學生或清大全校學生所面臨的問題，進行研究並試圖找出解決方案（團體報告）

加分項目 5%

探索校園附近美食或新竹市景點探索（拍照打卡）