

蘭園風雲榜

比賽名稱	參賽同學	成績	指導老師
九十五年度宜蘭縣學生美術比賽高中普通班組			
漫畫類	105 曾雅蓓	第一名	郭讚典老師
	207 江姿穎	第三名	
墨畫類	302 劉雨芬	第二名	郭讚典老師
書法類	204 劉培誼	第二名	黃素琴老師
	106 劉維濤	第三名	
版畫類	302 劉雨芬	第三名	郭讚典老師
	105 曾雅蓓	第三名	
平面設計類	302 劉雨芬	第三名	郭讚典老師
	201 楊喻如	佳作	
	311 曾智儂	佳作	
西畫類	301 林宜嫻	佳作	郭讚典老師
	302 劉雨芬	佳作	
臺灣省北區國稅局宜蘭縣租稅教育			
演講比賽	213 陳怡君	第一名	林慧娟老師
95 學年度宜蘭縣學生音樂比賽			
團體組	合唱團	優等	曹慧貞老師 邱冠誌老師 曾怡華老師
	管樂合奏	優等	
	絲竹樂	優等	
個人組	長笛獨奏 205 林宜萱	第一名	
	法國號獨奏 105 林好嫻	第一名	
	揚琴獨奏 201 李璟佑	第一名	
	琵琶獨奏 212 劉雅筑	第一名	
	琵琶獨奏 206 邱凱莉	第三名	
	樂曲創作 212 劉雅筑	第一名	
九十五年度全國學生美術比賽			
版畫類	302 劉雨芬	入選	郭讚典老師
	105 曾雅蓓	入選	
漫畫類	105 曾雅蓓	入選	
	207 江姿穎	入選	
95.12.06 臺灣省北區國稅局租稅教育			
演講比賽	213 陳怡君	第五名	林慧娟老師
海報設計	105 陳蓉君	佳作	郭讚典老師
第十二屆遠哲科學趣味競賽			
東區大會	213 蕭婉勻、蕭淡如	第二名	魏佩瑩老師
全國賽封神演義	陳玠文、張庭瑄	優勝	
東區大會	113 黃詩婷、李敏綺 徐嘉微、林思嘉	封神演義 創意競賽	蔡秉泓老師
95 年慧燈盃作文競賽			
作文競賽	312 俞人文	第一名	于懷錦老師
	312 陳麗生	第三名	
	311 丁子凡、柳吟璇 312 曾伊濃、劉嵐婷、 李欣怡、宋怡宣	佳作	

台大校友會第九屆英文寫作及演講比賽

作文	312 黃郁芸	第一名	許晉安老師
演講	212 莊敬	第一名	簡淨音老師
	312 李旻盈	第二名	簡淨音老師
95 年北區英文作文、演講決賽			
作文	312 蔡欣蓉	優勝	孫淑芬老師
演講	312 李旻盈	優勝	林得惠老師
	212 莊敬	佳作	林得惠老師
95 年度全國性別平等及生命教育網路心得寫作比賽			
性別平等 教育	212 吳奕萱	特優	黃子娟老師
	212 林廷珊	優等	黃子娟老師
	212 林芯妤	優等	黃子娟老師
生命教育	212 張芳瑜	特優	黃子娟老師
	212 陳人華	優等	黃子娟老師
	112 林微鈞	佳作	李宜靜老師
羅東拓墾 200 週年系列活動-徵文比賽			
主題： 我與羅東	212 張芳瑜	第一名	黃子娟老師
	212 莊敬	第二名	黃子娟老師
	212 吳芳晏	第三名	黃子娟老師
	212 杜欣佑	佳作	黃子娟老師
	212 俞品慈	佳作	黃子娟老師

蘭園花絮

第十六屆舞展 95.11.17、18 日兩天舉辦「舞蹈班第十六屆舞展」。每年舞蹈班精湛的演出均獲得外界熱烈迴響，這一屆的演出同樣讓觀眾讚譽有加。



在形式多樣的作品中，每位學生都極力展現出最完美的一面，在身體的律動中舞出自己的情感，這一群蘭園中的飛舞精靈，帶來蘭園美麗靈動的藝術氣息。

跑出青春活力 為提昇學生體能，紓解生活壓力，學務處體育組推行晨間運動實施計畫，於每學期第一、二次段考後隔日早自習舉行路跑。地點為宜蘭運動公園內環道，希望全體師生一同跑出健康與活力！

人文科學講座 為拓展學生視野，觸發各種不同面向思考，本校特別舉辦人文科學講座系列活動。本學期預計舉辦四場講座，目前已辦理兩場。第一場於 96.03.23 邀請本校傑出校友師範大學科教科所吳心愷副教授暢談「生涯抉擇與科學教育研究」。吳副教授以自身的求學經歷與在座學妹分享，從中建立學生勇於嘗試並自我實現的態度。第二場由校內教師李健浩老師談「網路小說

的虛幻與真實」。探討虛擬的網路世界，小說呈現的風貌。第三場次為配合本校自然科學教育大樓興建計畫，預計於 96.05.02 邀請文化大學黃浩德講師進行公共藝術講座，增進學生的美學素養與對公共藝術的欣賞。第四場預計於 96.05.09 邀請本校傑出校友台大工商管理學系莊瓊嘉副教授談「生涯規劃」，期盼透過學姊經驗分享與專業指導，引導藍衫女孩正確的方向。

部落格讀書會 為推展閱讀活動，突破傳統讀書會時間及場地的限制，本校圖書館將推行「部落格讀書會」，透過部落格互動交流的特色，提供閱讀討論的知識平台，讓更多的人分享彼此意見及問題，隨時隨地均可加入討論的行列，期待你的加入！讀書會平台如下，歡迎大家註冊使用：<http://www3.lygsh.ilc.edu.tw/f2blog>

96 年度學生社團幹部研習營 本校於 96 年 2 月 13、14、15 依據教育部友善校園計畫，承辦 96 年度社團幹部研習營，參加對象包括基隆市、宜蘭縣、花蓮縣公私立高中等學校學生社團社長，透過「與大師對談、社團玩創意、社團經營實務、從社團到社區總體營造、社團聯歡」等五大課程，交換彼此社團經驗，提升社團幹部領導能力，期待各校社團領導者都能有效運用學習來的經驗及技巧，促進社團發展。

2007 牛津英語研習營 本校遊學團已有多年歷史，繼去年美國西雅圖之旅後，今年學生將至英國倫敦展開為期 23 天的遊學行程。內容包括牛津大學三週的分級課程及英國著名景點包括大英博物館、劍橋大學、溫莎古堡等旅遊行程，期間安排寄宿家庭，讓學生更貼近英國民情，體會多元文化。

女兒回娘家 4 月 21 日（星期六）適逢本校 69 週年校慶，歡迎校友返校共同慶祝蘭園 69 歲生日。此外，為建立完整的校友聯絡網，目前學校正積極規劃「女兒回娘家」活動，將透過網站讓校友上網填寫資料，請校友們密切注意相關訊息。期待明年蘭園的 70 大壽，能號召更多校友回娘家！

感恩的心

家長會 本學期家長會會員代表大會預定於 4/21(星期六)上午 10:30 召開，同日 9:00-15:00 並進行「校長遴

選本校家長代表」選舉，敬請各位會員代表踴躍出席，讓蘭園未來更美好。

愛心滿蘭園 本校仁愛基金從 95 年 3 月成立至今，募款金額已逾 18 萬，期間提供學生急難救助共計 26 人次，總支出超過 13 萬，感謝蘭園全校師生慷慨解囊，發揮相互扶持的精神，讓愛心充滿蘭園！

教育基金會 本校教育基金會自從民國 84 年成立迄今已邁入第 12 年，除定期辦理學生各項獎助學金頒發事宜外，還積極獎勵優秀學生在各項學藝、體育的優越表現，並設置資深優良教職員工服務獎及卓越指導樹人獎等獎項。第四屆董事計有 13 位，皆是熱心教育、社會賢達之士，在董事長蔡金杞先生號召下另募款近百萬元，作為鼓勵優秀國中生升學本校及提升學校自然科學課程發展等基金，獎掖後進，輔弼教育，不遺餘力，在此特表感激。

活力涵養、內蘊外華 本校曾耀松校長於今年二月榮退，至八月一日新校長到任前，由教務主任蔡玖玲代理。蘭園四年，曾校長以「活力涵養、內蘊外華」的教育信念，帶領師生創造蘭園新氣象，期間更極力爭取補助，改善蘭園設備並推動「自然科學教育大樓」的興建，蘭園師生將永遠感念曾校長對蘭園的付出與貢獻。

感謝有您 本校林美智老師已於今年二月退休，感謝美智老師近 40 年對蘭園的辛勤付出與無私關懷，蘭園師生永遠感激您！

蘭園新建設

自然科學教育大樓

本大樓為六層樓建築，由黃建興建築師規劃設計。一樓為多功能視聽室與展示室，二至五樓為自然科學專科教室，屋頂層為天文臺。本大樓完工後將是蘭陽平原上高中職校最完善的自然科學教育園地，並將擁有最新的天文臺與星象館設備。本工程係屬綠建築，在設計上並達保水、節能、綠化等多項指標。同時為保持生態自然環境，特別將基地上原有植栽移植到校園中永續生長，達到自然科學教育的精神。

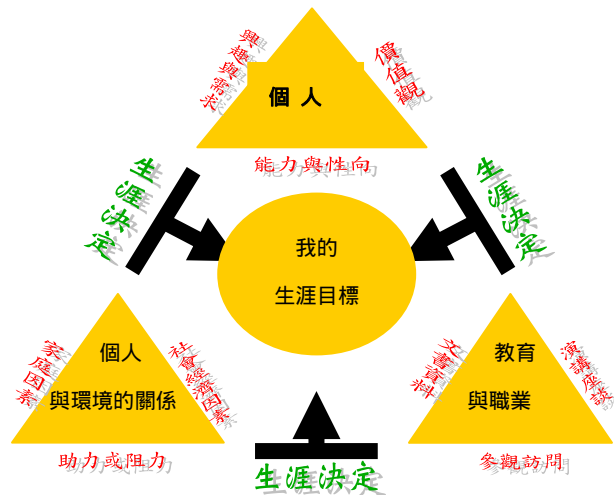


本期專題：【藍衫女孩的藍海策略 讓每一顆星都閃亮】

蘭陽女中是宜蘭縣唯一僅招收女生的學校。一路走来，蘭園教師們始終秉持因材施教與菁英培育的教育理念，來引導孩子們學習成長。從孩子踏入蘭園的那一刻開始，我們早已做好充分的準備，與孩子一同揭開她們生涯中青春的扉頁，輔導孩子開展璀璨的未來。

生涯輔導活動內容

我們以Swain的生涯規劃模式來作為生涯輔導的主軸，配合 Gardner 的多元智慧論以協助孩子培養語文、數理、空間、肢體、音樂、人際與內省能力，成為全球化時代具備公平、尊重、責任、值得信賴之人才。



生涯規畫模式圖(Swain, 1984)

(一) 個人方面：

1. 學習成就指數分析：將學生入學成績與各次段考做比較追蹤，讓導師更精確掌握學生學習狀況。
2. 心理測驗實施：透過標準化測驗之分析與彙整，幫助學生自我瞭解。(性向、興趣、人格、學習診斷及學系探索等測驗及量表)
3. 學習檔案競賽：鼓勵學生有系統地整理高中學習歷程資料，提早為高三多元入學備審資料作準備。
4. 關懷小語：朝會時間由各班輪流上台分享小故事，以培養學生人文關懷、正面思考等特質。
5. 生命教育：藉由週會活動與課程融入，積極落實生命教育，讓學生體認生命的價值。
6. 讀書會討論：學生可藉由閱讀以及與同學分享之際，獲得更多省思與拓展學習之深度與廣度。
7. 班會討論：透過班會討論「重新塑造新的自己」等相關主題，讓學生對自我有更深層的思考。

(二) 個人與環境的關係方面：

1. 親師座談會：建立家長與學校的溝通平台，並且讓老師與家長共同陪伴學生成長、茁壯。
2. 班會活動：經由班會結合親職教育主題，讓學生了解自己家庭所給予之支持並學習良好親子溝通。
3. 參考書籍提供：提供輔導刊物及各種雜誌月刊，讓學生借閱，使學生瞭解社會發展趨勢。
4. 班際競賽活動：藉由班際競賽活動，學習在團體中的人際互動及團隊合作的重要。

(三) 教育與職業的資訊方面：

1. 夢想起飛-大學校系宣導活動：邀請就讀大學學姐及大學教授返校蒞校座談，介紹科系發展特色。
2. 學習座談會：邀請學習表現優異的學姊及富有豐富教學經驗的老師進行座談，以協助學生及早適應高中課程。
3. 選組座談會：邀請學姊至高一各班進行班級輔導，發揮同儕輔導的功能。
4. 人文與科學研習營：舉辦各種研習營，如：人文科學講座、文藝研習營、創意科學研習營、英語生活營等，多元學習，適性發展。
5. 海外遊學團：利用暑假舉辦海外遊學團，讓學生透過遊學參觀教學活動，擴展視野並具有國際觀。
6. 週會演講：安排專題演講、音樂演奏會、舞蹈表演、舞台劇、傑出校友座談、空英 Rally 列車等，讓學生接受多元資訊。
7. 多元入學管道說明會：完整介紹大學多元入學管道，掌握自我優勢以適性選擇校系。
8. 大學多元入學管道第二階段輔導：邀請各科老師及校外專業人士為學生展開專業指導與模擬面試。
9. 多元入學經驗傳承座談：彙整甄選入學之面試心得紀錄，並印製『甄選入學築夢手札』，提供學生完整參考資訊。
10. 甄選入學錄取名單輔導研習營：舉辦研習活動以協助學生提早規劃大學生活，迎接全新學習階段。
11. 選填志願說明會：配合本校特別研發之『大學指考選填志願輔導系統』，協助學生選擇適合自己能力、興趣、價值觀之科系就讀。
12. 大學博覽會：結合全國大專蘭友會之資源，讓學生對大學校系有清楚的認識，提供選填志願參考依據。

我們始終相信：學生給我們機會，我們給她們希望，透過彼此的共同努力，讓蘭園的每顆星星都能發光發熱，找到屬於自己的耀眼未來。

無法投遞時請退回



印刷品



蘭園通訊

出版者：國立蘭陽女子高級中學

編輯小組：林慧娟、黃文凌、黃子娟、許義淵、陳幼君

發行者：蔡玫玲

地址：宜蘭市女中路2號

中華民國八十八年元月創刊

http://www.lygsh.ilc.edu.tw

蘭陽女中學測捷報

本校今年應屆畢業生參加大學學測成績甚為優異，總分整整進步了三個級分。

1. 今年成績比去年總分整整進步了 3 個級分，遠高於全國均標。50 級分以上的人數比去年大幅增加 65 人，表現極為亮眼。
2. 相較於三年前入學成績，全體學生成績在全國成績百分等級 (PR 值) 呈現大幅提昇。而國文科的語文表達能力達滿分 (A+) 者更高達 21 人，這優異成績全校師生甚為滿意。
3. 縣內唯一經教育部核定的語文資優班：國文、英文、社會全班平均達 14 級分 (滿分 15 級分)，各科及總分均高於全國前 12.5% 頂標。
4. 數理實驗班平均遠高於全國頂標。其中表現突出的有：吳蕙安 74 級分 (自然科 14 級分，其餘四科均為滿分 15 級分) 胡毓萍 71 級分。--展現出蘭陽女中數理實驗班三年下來穩紮穩打的亮麗成果。

這些耀眼的進步，除了歸功於蘭園特為女同學營造出專心學習的優質環境外；更要感謝蘭園全體師長秉持循循善誘、耐心教導、用心把每一個孩子帶上來的信念。大家辛苦了，蘭園以你們為榮！

蘭園全體師生同賀

賀

★ 繁星計畫錄取名單：黃郁芸 (臺灣大學農業經濟學系)、陳筱涵 (交通大學資訊與財金管理學系)、蔡欣蓉 (政治大學英國語文學系)、胡毓萍 (陽明大學醫學生物技術暨檢驗學系)、邱夢禎 (中央大學機械工程學系)、蔡靜雯 (清華大學化學工程學系)

★ 105 曾雅蓓榮獲 95 學年度宜蘭縣美術比賽漫畫類第一名

★ 213 陳怡君參加北區國稅局宜蘭縣租稅教育演講比賽榮獲第一名

★ 95 學年度宜蘭縣音樂比賽團體組管樂、合唱、絲竹樂均獲優等、個人組更囊括多項冠軍 (詳情見內文)