

臺中市新社區福民國小 113學年度山野教育活動手冊

活動日期：114 年4 月21 、22日

活動地點：南投清境、合歡山區

班級：_____年_____班

姓名：_____★



山是一所學校

臺中市新社區福民國小是山林裡的迷你學校，長期發展戶外教育特色，推動山野學校本位課程。

孩子天天鍛鍊體能，學習各項生活技能，養成愛自然重生態的好習慣。年年帶著孩子去親近山林，以山為學習場域，在活動過程實踐所學，在學習中反思，讓12年國教的核心素養深植孩子心裡。

這學期我們將探訪清境迷露1850露營區與合歡山區，二天一夜的戶外教育課程規劃如下：

- (一) **1850 露營區課程檢核**：在露營區內，實際檢視日常山野課程所學、野炊、生火、等技能

- (二) **合歡山**：親近山林，運用登山技巧，漫走山道，登上合歡尖山、石門山、小奇萊步道。

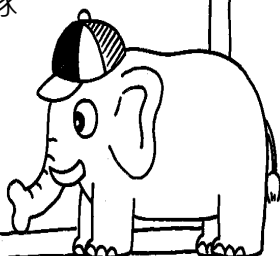
【執行團隊】

☆主辦：福民國小熊愛山教卓團隊

☆領隊：鍾珠霞校長

☆執行：林昱志主任

☆指導：鄭僥龍教官（登山）



【愛的叮嚀】

- 1.請事先詳細閱讀活動手冊。
- 2.出發前一晚上，能把校外教學**要帶的東西**準備好。
- 3.出發日早餐不要吃太多，不吃**酸性食物或奶製品**。
- 4.會暈車的人在家要先吃暈車藥。
- 5.自己要帶面紙和個人藥品。
- 6.活動前做好暖身運動，行進中適時補充水分。
- 7.不可單獨行動，請以家族為單位進行活動。
- 8.帶高熱量行動糧，耐熱水壺、1200CC 的水。
- 9.衣著：
上半身--4/21藍色校服；4/22任意運動上衣
下半身--有彈性之運動長褲、**鞋底刻痕夠深**之運動鞋或登山鞋。
- 10.如果身體不舒服，請立刻向老師報告。

【活動流程】

第一天 4月21日(星期四)		
時間	內容	備註
07:30(A車)	白毛台師生上車(7:20集合)	鮭魚葡萄停車場
08:00(B車)	其餘師生上車(7:50集合)	東勢麥當勞停車場
10:30~11:00	認識迷霧 1850 露營區	認識營區設備
11:00~11:20	房間分配及整理	寢室老師指導
11:20~13:30	午餐炊煮及飯後休息	家族導師指導
13:40~15:10	營區寫生課程	郭珮辰老師指導
15:10~17:00	生火及焚火台的使用	怡旻筱婷老師指導
17:10~19:10	晚餐炊煮及收拾	家族導師指導
19:10~20:10	洗澡時間	寢室導師指導
20:10~21:30	寢室時間及就寢	寢室師長指導
第二天 4月22(星期五)		
07:40-08:00	起床盥洗	整理行李
08:00~08:40	早餐時間、集合出發	退房
08:40~09:40	前往合歡山遊客中心公有停車場	全校老師指導
10:00~12:00	攀登小奇萊步道	鄭堯龍教官指導
12:00-13:00	午餐及休息時間	全校老師指導
13:00-15:00	攀登合歡尖、石門山 (視情況而定)	鄭堯龍教官指導
17:00	東勢、新社師生放學	東勢麥當勞
17:30	白毛台師生放學	鮭魚葡萄停車場

【活動區域海拔、氣溫】

★迷露露營區:海拔1850公尺，氣溫較平地低10度

★合歡尖、石門山: 海拔 3237 公尺，氣溫較平地低 18 度

【高山症、紫外線預防】

★做好頭部保暖:到山區，要戴頭巾或毛帽，不要讓頭、頸受寒

★高山紫外線強，可佩戴太陽眼鏡和擦防曬乳保護眼睛、避免曬傷。

【團隊合作】之一

職 稱	姓 名	任務分配
校 長	鍾 ○ 霞	督導活動進行
總務主任	林 ○ 志	統籌活動執行
教導主任	劉 ○ 玉	1. 協助指導敬山活動，準備敬山物品。 2. 指導寢室學生 3. 登山-獨角仙(指導學生、拍照攝影)
輔導主任	施 ○ 君	1. 協助指導敬山活動。 2. 指導寢室學生。 3. 登山-黑熊(指導學生、拍照攝影)
訓導組長	江 ○ 旻	1. 中巴 A 車車長-鮭魚葡萄集合點名 & 發文家長群組。 2. 指導寢室學生。 3. 協助學生保險。 4. 登山-黑熊(指導學生、拍照攝影)
教務組長	陳 ○ 婷	1. B 車驗車協助點名 2. 登山-水青蛾(指導學生、拍照攝影) 3. 協助訂購第二天午餐食材。
幹事	張 ○ 真	1. 協助分發房間鑰匙 2. 協助退房，歸還鑰匙 3. 登山-黑熊醫務組
護理師	蕭 ○ 芳	1. 醫護、防疫事務 2. 登山-水青蛾醫務組

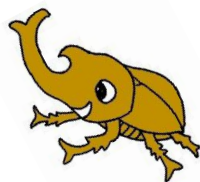
【團隊合作】之二

職 稱	姓 名	負責工作
六甲導師	黃 ○ 秝	1. 指導家族、寢室學生 2. 登山-獨角仙(指導學生、拍照攝影)
五甲導師	林 ○ 豪	1. 指導家族、寢室學生 2. 登山-黑熊(指導學生、拍照攝影) 3. 中巴 A 驗車協助點名
四甲導師	林 ○ 瑜	1. 指導家族、寢室學生 2. 登山-黑熊(指導學生、拍照攝影)
三甲導師	楊 ○ 琴	1. 指導家族、寢室學生 2. 登山-水青蛾(指導學生、拍照攝影)
二甲導師	陳 ○ 玲	1. 指導家族、寢室學生 2. 登山-獨角仙(指導學生、拍照攝影)
一甲導師	黃 ○ 淳	1. 指導家族、寢室學生 2. 登山-獨角仙(指導學生、拍照攝影)
科任教師	張 ○ 娟	1. 器材準備與歸位 2. 登山-獨角仙(指導學生、拍照攝影)
科任教師	郭 ○ 辰	1. 器材準備與歸位 2. 登山-水青蛾(指導學生、拍照攝影) 3. 活動錄影
外師	Lucia	1. 參與活動登山-獨角仙

【任務編組】

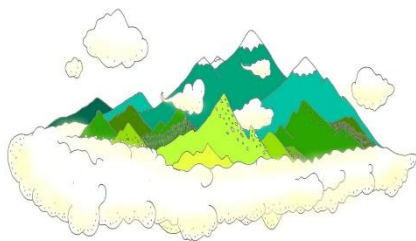
水青蛾家族	黑熊家族	獨角仙家族
楊○昌★ 傅○筠☆ 沈○宸☆ 王○佑 李○凱 許○瑄 詹○佖 李○翰 黃○竣 陳○婷老師 郭○辰老師 楊○琴老師 蕭○芳護理師 林○志主任	傅○栩★ 楊○澤☆ 顏○恩☆ 江○帆 吳○菲 江○潔 黃○昀 李○韻 朱○玆 林○豪老師 林○瑜老師 江○旻老師 張○真幹事 施○君主任	顏○晏★ 賴○融☆ 戴○☆ 傅○玢 荒井○奈 陳○言 王○全 郭○希 葉○熙 黃○秝老師 張○娟老師 陳○玲老師 黃○淳老師 Lucia 老師 劉○玉主任
家族工作分配		
1.各家家族分組 2.各家族工作分配： 指揮調度、環境清潔、物品搬運、小醫護組 3.學生裝備檢核 4.學校配發裝備檢核-需打開確認物品完好，歸還時需清理。		

【敬山儀式】



祈禱文

偉大的「合歡山山神」，
請賜給我們晴朗的天氣，
讓我們能夠親近您；
如果遇到陰雨天，
也感謝您給的試煉。
請讓我們能夠順利進行活動，
平安回家！



【無痕山林(LNT)課程】

原則一:事前充分的規劃與準備

重點:登山裝備、當地環境與入山規定、天氣、可能風險.....

原則二:在可承受地點行走宿營

重點:使用現成的步道和營地，避免開發出新步道與營地。

原則三:適當處理垃圾維護環境

重點:1.背上山的東西都要背下山，沿路協助淨山。

2.排遺埋在深遠的貓洞裡，衛生紙(用品)要帶下山。

原則四:保持環境原有的風貌

重點:保持自然物的原貌，只觀察，不去觸碰遺蹟

原則五:減低用火對環境的衝擊

重點:用火儘量使用爐具，非得生火，就要注意合法與安全性。

原則六:尊重野生動植物

重點: 保持適當距離觀察，不要餵食野生動物。

原則七:考量其他的使用者

重點:保持應有的禮貌，禮讓負重者和上坡者



【山野教育】回饋單

★在露營區內，你觀察到、學到什麼？

★這次山野教育第一天的課程，你印象最深的事是什麼？

★爬合歡山尖山、石門山、小奇萊步道，你有什麼感想？

低年級小朋友可以用畫的哦！