

順安國中 108 學年度畢業生「乘單・承擔」單車成年禮活動計畫

壹、依據：

一、本校 108 學年度環境教育實施計畫。

貳、目的：

一、健康環教：以正當的運動營造健康的心理，並藉由舒適的外在環境調適身心。

二、交通安全教育：學習安全的自行車騎乘觀念。

三、鄉土教育：藉由鄉土踏察瞭解鄉土特色進而體會旅遊、溪流、美食、部落之美。

四、品德教育：從騎乘中觀察沿路自然生態與風景，關懷生活環境與自然永續發展。

參、主辦單位：學務處。

肆、協辦單位：教務處、總務處。

伍、對象：

一、主要對象：本校 9 年級學生。

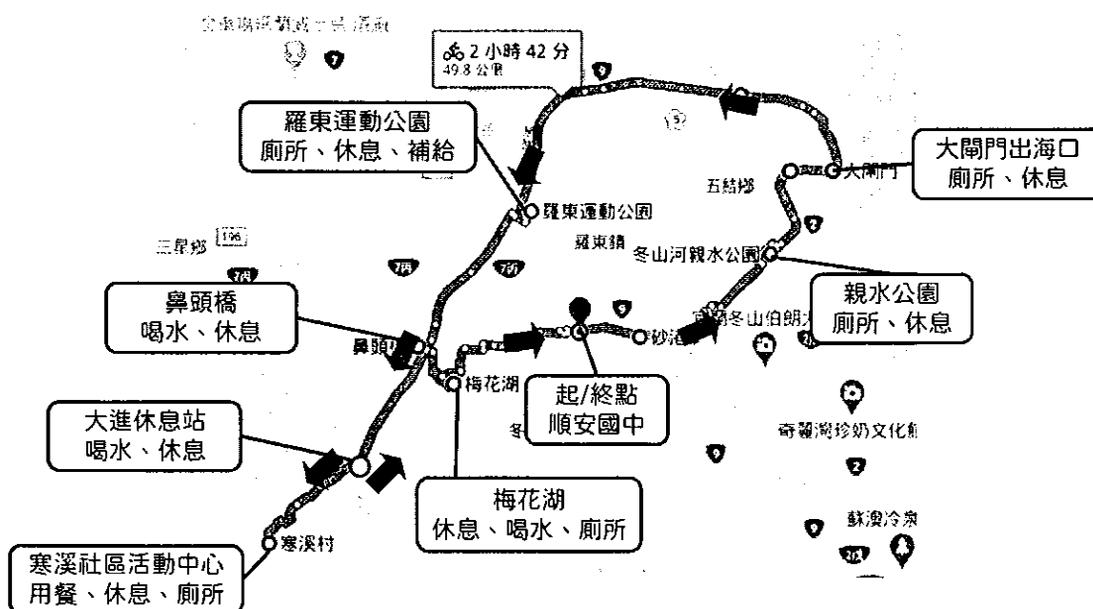
二、次要對象：有興趣參加之教職員工與社區家長。

三、師資：亞至商行蔡慶裕老師。

陸、實施時間：正式騎車 109 年 6 月 2 日(二) 7:30~16:00，活動期間帶隊老師無法執行之校內課程，請教務處予以課務調整。

柒、騎乘路線：

順安國中—砂港—冬山河自行車道—親水公園—大閘門出海口—蘭陽溪自行車道—羅東運動公園—羅東溪自行車道—鼻頭橋—大進休息區—寒溪社區活動中心—梅花湖—順安國中。



※休息、整隊定點：親水公園 (8K) (8:30)、大閘門出海口(9:10)、羅東運動公園 (11K) (9:50)、鼻頭橋 (9K) (10:40)、大進休息站(11:30)、寒溪社區活動中心 (6K) (12:00)、梅花湖 (7K) (14:30)、順安國中 (9K)。

捌、實施進程

一、擬訂計畫：

依據 108 學年度環境教育實施計畫，與校內相關行政人員溝通與協調後擬定本計畫。

二、路線勘查：

109/05/06 13:00~16:00 與校內相關行政人員至規劃路線勘查，確定路線的可行性。

三、行前自行車騎乘教育：

1. 時間：109/05/19 下午 3 時 15 分至 4 時。
2. 地點：本校活動中心。
3. 師資：亞至商行蔡慶裕老師。
4. 授課內容：講解自行車結構、行車安全須知、保養、維修、單車騎乘安全及鄉土特色導覽等。

四、單車成年禮試騎：

※騎乘路線：順安國中-親水公園-大閘門出海口-親水公園-大閘門出海口-順安國中

1. 第一梯 (901、902)：109/05/20 (三) 13:30~16:00。
 - 帶隊老師：林容妤主任、黃政國組長、蘇郁涵組長、陳又菁幹事、何晴婷老師、盧芳瑋老師。
2. 第二梯 (903、904)：109/05/22 (五) 13:30~16:00。
 - 帶隊老師：林容妤主任、黃政國組長、蘇郁涵組長、陳又菁幹事、鍾玫琳老師、黃鈺霖老師。

五、單車成年禮：109/06/02 (二) 7:30~16:00 正式上路。

玖、活動當天 (109/06/02) 流程：

時間	地點	活動	負責單位	備註
07:30~07:40	順安國中	集合說明 / 出發	學務處	大聲公 對講機
07:40~08:20	冬山河自行車道	鄉土踏查	帶隊老師	
08:20~08:30	親水公園	廁所、休息、喝水		
08:30~09:00	冬山河自行車道	鄉土踏查		
09:00~09:10	大閘門出海口	廁所、休息、喝水		
09:10~09:40	蘭陽溪自行車道	鄉土踏查		
09:40~09:50	羅東運動公園	廁所、休息、補給		宜珍補給
09:50~10:30	羅東溪自行車道	鄉土踏查		

10:30~10:40	鼻頭橋	補給、喝水、休息	
10:40~11:20	羅東溪自行車道	鄉土踏查	
11:20~11:30	大進休息站	廁所、休息、喝水	
11:30~12:00	寒華聯絡道路	鄉土踏查	
12:00~13:30	寒溪社區活動中心 03-9517475	喝水、午餐、休息	宜珍團膳
13:30~14:30	寒華連絡道路	鄉土踏查	
14:30~15:20	梅花湖	休息、喝水、 梅花湖生態踏查	
15:20~16:00	順安國中	賦歸	

拾、注意事項

一、學生必備物品、服裝：

1. 自行車：事前確認自行車安全性，如：煞車、輪胎.....等。若家中無自行車，可向鄰居、親朋好友借用。
2. 安全帽：每人必須準備一頂。以自行車安全帽為最佳，或以機車之安全帽替代。
3. 隨身背包：內含飲用水（以 600c.c.小瓶礦泉水為佳）、補給品（香蕉、餅乾、巧克力、麵包...等）、雨衣、口罩、個人衛生用品（定點休息時使用）。
4. 服裝：上身-本屆單車成年禮車衣；下身-學校夏季運動褲或車褲。可自備袖套、手套、遮陽帽等防曬衣物。

二、次要物品：

1. 毛巾：以小方巾為宜，沿途擦汗用。
2. 手錶：核對自由活動後的集合時間。
3. 手機：必要時連絡師長用。
4. 些許零錢：可自備 200 元以內零錢，於休息站購買補給品。

三、活動當天上學後，請將自行車於本校車棚停放整齊。避免失竊，最好能上鎖。

四、請各班導師協助編組，每 4 人編為一組，保持隨時能於視線之內的安全行車距離，互相照應，切勿並排、追趕或脫隊。

拾壹、工作分配

年級	行政支援	導師	工作分配
901	張秀梅校長	何晴婷	負責點名及集合班級學生，並回報副指揮官

902	林容好主任	盧芳瑋	負責點名及集合班級學生，並回報副指揮官
903	黃政國老師	鍾攻琳	負責點名及集合班級學生，並回報副指揮官
904	蘇郁涵老師	黃鈺霖	負責點名及集合班級學生，並回報副指揮官

行政分配	人員	工作分配
總指揮官	校長張秀梅	校外聯絡
副指揮官兼前導組	組長：林容好主任 組員：黃政國組長、蘇郁涵組長	前導及機動組，隨時回報
照相組	蔡青妘組長 (以機車代步)	負責活動圖像紀錄
交管組	順安守望相助隊	負責各路口交管
維修組	蔡慶裕先生	負責車輛維修及運載
補給機巡組	組長：陳宜鴻組長 組員：陳奕宏教練、李宗穎教練、陳又菁幹事、陳筱雯組長	機車不定點來回巡視+補給水
	張韻如組長	汽車載送身體不適同學+補給水
醫護組	簡慧瑩護理師、技術救護人員 (救護車)	負責師生救護事宜
午餐補給組	宜珍團膳	於羅東運動公園補給、 寒溪社區活動中心準備午餐
後勤組	何方綺主任	協助管理未參加活動之學生
	林志仁工友	騎乘活動期間， 於學務處協助處理緊急事件
	易建春主任	騎乘活動期間， 留校協助聯繫緊急事件

拾貳、風險管理

- 一、所需補給品瓶裝礦泉水 10 箱、運動飲料 10 箱。
- 二、雨天備案：請參與者於前一天密切注意天氣預報，如當天下小雨，準備雨衣照常進行。如雨勢過大，則延期另行辦理。
- 三、交通安全：守望相助隊沿途協助重要路口之交通指揮、管制。
- 四、若有學生受傷，帶隊老師立即通知醫護組（救護車）前往察看學生情況，並由醫護

組負責救護事宜。

五、必要時，先與順安派出所聯絡，並遞送本計畫及路線圖，請求增加巡邏及交通管制。

拾參、本研習全程參與人員，核發環境教育時數 8 小時。

拾肆、實施本計畫呈校長核可後實施，修正後亦同，實施細節得隨時與承辦人討論。

拾伍、活動經費

單車成年禮活動						
項次	品名	單位	數量	單價	小計	備註
1	講師費(外聘)	時	3	2000	6,000	由校本研習經費項下支應
2	講師費(內聘)	時	3	1000	3,000	由校本研習經費項下支應
3	救護車(含司機、技術救護員、AED、耗材)	輛	1	6000	6,000	由家長會費項下支應
4	礦泉水	箱	10	100	1000	部分經費(500元)由校本研習經費項下支應;其餘(500元)由家長會費項下支應
5	運動飲料(鋁箔包裝)	箱	10	200	2000	由家長會費項下支應
4	工作人員餐盒	盒	35	80	2,800	由家長會費項下支應
合計					20,800	
經費合計：貳萬零捌佰元整						

承辦人

單位主管

教學組長

代理教師兼任
教學組長 蔡青姘

校長

校長張秀梅

教師兼任
活動組長 蘇郁涵

教師兼任
學務處主任 林容好

教務主任

教師代理
教務處主任 陳建瑜

午餐秘書

護理師兼任
午餐秘書 簡慧瑩

總務主任

教師兼任
總務主任 易建春

輔導主任

教師兼代
輔導處主任 何方綺

人事主任

人事室
主任 黃秋華

會計主任

會計室
主任 陳麗玉

宜蘭縣順安國民中學 109 年度

推動環境教育成果報告

- 1、 項 目：108 學年度健康促進暨節能減碳-單車成年禮
- 2、 內容簡述：結合社區守望相助隊及地方仕紳共同為即將畢業同學舉辦的單車成年禮。親近大自然，瞭解冬山鄉地形及其生態足跡，同時落實節能減碳的重點，培養環境永續發展的目標。
- 3、 活動照片：

