

## 子計畫四：宜蘭大湖國小學107學年度辦理

### 「大湖底圳頭五十溪溯溪山野探源」成果報告書

#### 壹、量之分析：

##### 一、107學年度教育部國民及學前教育署補助實施戶外教育計畫成果績效表


(請選擇對應之子計畫欄位填寫成效，其他多餘之子計畫欄列請刪除)

#### (四)學校實施戶外教育(子計畫四)

月份	計畫/活動/研習名稱	地點	對象	人數	執行經費(元)
5	大湖底圳頭五十溪溯溪山野探源	圳頭五十溪	高年級學生及教師	40	45000

#### 貳、質之分析

##### 一、活動辦理之課程內涵與成效

主題名稱：大湖底圳頭五十溪溯溪山野探源		
一、戶外教學景點概說	二、學習目標	三、成效
 <p>圳頭鴛鴦溪又稱為五十溪遊憩區，位於台七丙員山往雙連埤和福山植物園的路邊，清涼的河水清澈見底，溪水的清涼令人暑氣全消，溪中生態多樣性，水質好、水量穩定，而且鴛鴦溪水十分淺，非常適合小朋友前往溯溪，溪裡還有許多蝦、蟹、魚悠游其中，每到夏日總是吸引無數遊客前往游水嬉戲，或於岸邊露營野炊，可說是絕佳的自然生態探索環境。</p>	<p>1、探訪圳頭五十溪河床水文、地質及生態環境。</p> <p>2、學生在溯溪過程中學會克服困難及團隊合作。</p>	<p>一、豐富環境體驗及學習經驗，拓展學童學習視野。</p> <p>二、將已開發之校外教學路線與領域課程充分結合，供縣內校外教學實施參考。</p> <p>三、藉由校外教學資源整合運用，熟悉在地校外教學資源與內涵。</p> <p>四、校外教學結合與落實課程目標，增進學童認識關懷家鄉環境。</p> <p>五、體驗生命、互助合作與探索自然，了解在地溪流之地理及人文環</p>

			境。 六、發揮文學創造能力，真情紀錄心情點滴。
--	--	--	----------------------------

四、課程資訊

場域類型	觀光工廠	休閒農場	蘭博家族	文教社政	人文歷史	自然景點	遊憩教室
						√	
	美食特產	生態步道					
鄉鎮別	頭城鎮	礁溪鄉	壯圍鄉	宜蘭市	員山鄉	五結鄉	羅東鎮
					√		
	三星鄉	大同鄉	冬山鄉	蘇澳鎮	南澳鄉		
年段	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級	
					√	√	
	七年級	八年級	九年級				
融入領域	語文	數學	自然與生活科技	社會	藝術與人文	健康與體育	綜合
	√		√	√	√		√

五、注意事項：

- 1、感受大自然的驚奇、浩瀚與美，但衡量自身的身體狀況，身體一旦不適請主動告知教練及老師。
- 2、學習自我探索與互助合作、增進溝通表達技巧、培養挫折容忍力並肯定自我的信心。
3. 攜帶輕便衣服(不要穿裙子)、運動鞋、水壺、個人藥品、健保卡、涼鞋或拖鞋、替換衣物、毛巾、防曬(視個人需要)

六、教材內容

活動別	教學活動說明	教學時間	參考資料
大湖底圳頭五十溪溯溪山野探源	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 溯溪裝備介紹(安全帽, 救生衣, 防寒衣, 溯溪鞋.. 等)</li> <li>2. 穿戴裝備/拍照</li> <li>3. 暖身活動</li> <li>4. 溯溪環境介紹/安全注意事項說明/教練介紹</li> <li>5. 溯溪體驗: 請你跟我這樣做/漂浮/團隊攀爬挑戰/清涼 spa/信任後倒/同心圓/跳水(需評估狀況)</li> <li>6. 卸裝備/賦歸</li> </ol>	180分	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 增進學生和環境友善的互動關係。 (1) 從環境體驗或探索中獲得喜悅、感動。 (2) 感受大自然的驚奇、浩瀚與美，對自然產生好奇和敬畏。 (3) 珍愛關懷環境中的生命和事物。 (4) 以友善姿態對待環境，例如不留下垃圾，知道活動對環境造成影響。 (5) 願意為環境需要，要求自己付諸</li> </ol>

		<p>行動。例如，保護自然環境、節能減碳。</p> <p>2. 學習自我探索及互助合作：</p> <p>溯溪體驗，讓參與者在每一團隊中藉由共同解決任務的經驗中，學習自我探索、人際溝通、面對問題、信任學習、受挫因應、團隊互助合作等之五育均衡活動。</p> <p>(1) 激發孩子的創造力，並提昇其面對及解決問題的能力。</p> <p>(2) 以團隊整體達成任務為目標，將增進孩子對團隊合作的信心。</p> <p>(3) 使孩子探索自己的能力，進而培養挫折容忍力並肯定自我的信心。</p> <p>(4) 增進溝通表達技巧、情緒管理與控制及互信互助的精神。</p> <p>(5) 增進孩子了解山野及在地自然環境特色資源。</p> <p>(6) 培養孩子能尊重、關懷、珍惜自己生活的土地。</p> <p>3. 淬煉強健體魄及心性意志：</p> <p>以鄰近學校的山林溪流為活動範疇、以溯溪知能與環境素養為核心，以培養土地情感、創造力、勇氣、智慧與團結等等跨領域核心能力的教育課程。用正確的態度與方法來認識山林環境，藉著山野教育鍛鍊強健強體魄、淬煉心性意志、激發活力創意、孕育土地倫理；落實環境教育及其安全面向，藉著健全山野教育體制的行動，提高學童戶外教育和山野活動安全的知能，以培養「愛山愛台灣、活力有創意」的卓越世代！</p>
七、學習資源		
<p>1. 語文、自然與生活科技、社會、藝術與人文、綜合領域課程</p> <p>2. 宜蘭自得團隊體驗課程</p>		
八、聯絡資訊		

單位名稱	聯絡人	電話	開放時間	收費明細
宜蘭自得戶外冒險親子體驗園地	何紹明	0929080045	早上及下午，視天候而定	團隊督導費用3 小時*1人4800 教練費3時*7人 3*800*7=16800 溯溪裝備費 1 人*1組*50人 300*50=15000 雜支400元
九、網頁連結				
<a href="https://www.facebook.com/%E5%AE%9C%E8%98%AD%E8%87%AA%E5%BE%97-195501070492528/">https://www.facebook.com/%E5%AE%9C%E8%98%AD%E8%87%AA%E5%BE%97-195501070492528/</a>				

「大湖底圳頭五十溪溯溪山野探源」之旅學習單—高年級

大湖國民小學\_\_年\_\_班 姓名：\_\_\_\_\_

1. 溯溪前，需要準備哪些裝備呢？溯溪時，又該注意什麼原則呢？

---



---

2. 你在此次溯溪體驗的課程中，發現什麼樣的植物、動物或是地形景觀？

---



---

3. 宜蘭還有哪些溪流是你所知道的呢？有什麼特性呢？

---



---

4. 在今天的體驗課程中，讓你印象最深刻的是哪一項活動？為什麼？感到最困難的活動又是什麼？如何克服？

## 二、過程檢討

檢討時間:108.05.21

檢討地點:二樓禮堂

重點紀錄:

1. 活動進行時有一學生有擦傷且表示體力有些透支，由隨隊教師陪同前往集合終點休憩，當機立斷，考量學生身心狀態。
2. 此次未有家長參與此戶外教育，希望透戶外親子溯溪活動能增進親子情誼亦讓家長屏除對於讓孩子溯溪之恐懼感，並藉由參與過家長的經驗散播此戶外教育之意義及其安全性，未來欲邀請更多家長參與。

## 三、問題解決策略

1. 輔導與鼓勵: 不論行前、活動中及活動後，班級導師、行政人員及隨隊教練都是孩子可倚賴的貴人，對於懼怕水域活動的學生給予支持及鼓勵，使其克服恐懼，肯定自我；對於較為衝動的孩子則給予正確的水域及團體活動觀念。
2. 種子散播: 未來力邀更多家長共同參與，體現對家鄉環境的認同了解、尊敬與愛護。

## 四、成員滿意度調查方式或問卷樣本

### 大湖底圳頭五十溪溯溪山野探源 滿意度調查表

親愛的老師及學生:

您好，為調查此次戶外教育之周全性，使未來活動更臻完善，請您協助完成此份滿意度調查表，就下列問題一一勾選其滿意度，謝謝!

	非常滿意	滿意	普通	不滿意	非常不滿意

1. 請問您覺得此次戶外教育活動的內容活動如何?					
2. 請問您覺得此次戶外教育活動的路線規劃如何?					
3. 請問您覺得此次戶外教育活動的時間安排如何?					
4. 請問您覺得此次戶外教育活動的裝備如何?					
5. 請問您覺得此次戶外教育活動的行前準備如何?					
6. 請問您覺得此次戶外教育活動的隨隊教練指導方式如何?					
7. 請問您覺得此次戶外教育活動整體而言如何?					
8. 其他建議：					

問卷到此結束，感謝您的協助!

### 五、滿意度相關統計

	非常滿意	滿意	普通	不滿意	非常不滿意
1. 請問您覺得此次戶外教育活動的內容活動如何?	18	6	1		
2. 請問您覺得此次戶外教育活動的路線規劃如何?	15	7	4		
3. 請問您覺得此次戶外教育活動的時間安排如何?	16	6	4		
4. 請問您覺得此次戶外教育活動的裝備如何?	17	6	3		
5. 請問您覺得此次戶外教育活動的行前準備如何?	18	5	3		
6. 請問您覺得此次戶外教育活動的隨隊教練指導方式如何?	19	5	2		
7. 請問您覺得此次戶外教育活動整體而言如何?	20	5	1		
8. 其他建議：希望可以把時間延長到下午					

### 六、活動照片或學習紀錄

(請附上清晰照片至少20張、學習單或相關回饋圖表，並加註說明文字)



108.05.09 總指導教練到校辦理行前教育



活動前的風險管理



介紹裝備與如何正確穿戴(防寒衣、救生衣、頭盔以及溯溪鞋)



示範互助時切記握住手腕而非手掌



108.05.16總指導教練行前叮嚀



學生開始進行溯溪裝備著裝



學生排隊領取裝備



隨隊教練檢查學生著裝情形



108.05.16 五六年級分組進行及精神喊話



默契練習



跟屁蟲原則



漂流在河面上好清涼！





互相信任才是同心圓



伸出援手，共同前進



雙人漂浮真有趣!



向上攀爬，手腳並用



專心一致



成功抵達小瀑布



開心大合照



愉快賦歸

承辦人：

代理教師  
兼學務組長  
**孟圓緣**

單位主管：

教師兼任  
教導主任  
**張淑靜**

校長：

**校長黃義添**