

宜蘭縣四結國民小學五年級校外教學計畫

※ 說明：計畫分為「年級校外教學資源整合表」、「申請表」及附件「教學活動設計-簡案」，請於校外教學日前二週提出計畫申請。

一、五年級校外教學資源整合表

資源整合類別		學習資源內容介紹	請填寫合適地點
1	歷史人文	宜蘭設治紀念館、宜蘭縣史館、蘭陽博物館、楊士芳紀念館、慈林紀念館、縣政府、縣議會、鄉公所、頭城老街、協天廟、石板橋、吳沙紀念館、草嶺古道、陳氏鑑湖堂…	楊士芳紀念館、陳氏鑑湖堂、機堡
2	自然生態	跑馬古道、林美步道、無尾港濕地生態、外澳海灘、龍潭湖、仁山步道、宜蘭河濱公園、羅東運動公園、雙連埤生態教室、羅東自然教育中心	
3	產業活動	頭城農場、螃蟹紀念館、宜蘭酒廠、勝洋水草場、蜂采館、甲子蘭酒文物館、橘之鄉蜜餞形象館…	
4	藝術典藏	獅子博物館、呂美麗精雕藝術館、台灣戲劇館、珊瑚法界博物館…	
5	環境教育	環保局、羅東自然教育中心、深溝淨水廠、蘭陽發電場、安農溪分洪堰、雙連埤生態教室…	
6	社區營造	白米社區、無尾港生庇社區、珍珠社區…	

二、申請表

配合的學習領域/ 重大議題 ● 單元名稱 ● 教學活動名稱	綜合領域、社會領域、環保議題 歷史人文之旅 珍愛地球真愛台灣珍惜生命			
起迄時間	預定離校時間：100年4月19日8時30分 預定返校時間：100年4月19日15時30分			
路線規畫	1. 陳氏鑑湖堂水生植物及歷史文物介紹 2. 楊士芳古厝導覽 3. 機堡、通訊所導覽解說。 4. 宜蘭運動公園 童軍定向活動			
參加人員	班級	忠	孝	
	教師	楊彼得	陳玉森	
	在籍人數	25	24	
	預定參加人數	25	24	
領隊	楊彼得、陳玉森、李光浩老師			
外聘講師及經費需求	講師		經費	
預計收費	學校補助每人	150 元	學生每人收費	0 元
交通工具	<input type="checkbox"/> 火車 <input checked="" type="checkbox"/> 遊覽車 <input type="checkbox"/> 公車 <input type="checkbox"/> 徒步 <input type="checkbox"/> 其他			
午餐	<input type="checkbox"/> 學生自備 <input checked="" type="checkbox"/> 午餐廠商提供 <input type="checkbox"/> 學校用餐			
保險公司名稱				
申請人	教學組 午餐秘書	教學事務處 學生事務處 行政事務處	校長	

附件一：教學活動設計

教學活動設計【簡案】

年 級	五年級	教學設計者	五年級教師群
教 學 目 標	1. 了解歷史人文古蹟與生活的關聯，達到珍愛地球。 2. 愛護環境，人人有責，珍愛地球，真愛台灣，珍惜生命。 3. 運動身體好，定向活動體能好，珍惜生命，活出健康。		
活動流程		教學資源(或情境)	評量方式
一、準備活動 〈一〉教師蒐集相關的教學資料。 〈二〉教學前，協調教學的地點。 〈三〉發校外教學通知書。 〈四〉辦理校外教學保險及交通事宜。 〈五〉請仰山基金會義工協助導覽解說。 〈六〉將學生分組，並說明攜帶物品。 二、發展活動 這次的校外教學活動，是一個多元學習的課程，所以從出發開始，進行【歷史人文之旅—配合社會領域】，珍愛地球真愛台灣珍惜生命，【環保教育】、童軍定向活動【配合綜合領域】，每個活動都要用心的規劃，留給孩子一個不一樣的學習足跡。 活動流程：			學習單評量 口頭報告
時間	活動內容	備 註	
8：30	集合完畢，上車		
8：3~09：	搭車交通安全教育		
9：00~12：00	1.陳氏鑑湖堂水生植物及歷史文物介紹 2.楊士芳古厝導覽 3.機堡、通訊所導覽解說.	仰山基金會義工協助導覽解說	
12:00~12:20	搭車、整理準備用餐	到宜蘭運動公園	
12:20~13:00	午餐饗宴		
13:00~15:30	宜蘭運動公園 童軍定向活動		
15: 30-15:50	快樂賦歸	回家作業： 完成學習單	
三、綜合活動 〈一〉透過發表討論及省思，加深學生學習印象。 〈二〉書寫學習單。 〈三〉將作品佈置於教室內，供學生欣賞。			

四結國小戶外教學活動教案

活動名稱	團體動能	教案編號	四結國小戶外教學活動教案-01
活動時間	13:10-14:00 共 50 分鐘	人數	約 50 人
活動場地	宜蘭運動公園田徑場入口廣場	附件	

活動簡介

活動內容：

1. 分組遊戲----蛋蛋蛋
2. 暖身動一動----瞎操心
3. 團隊活動----豬搬家

活動方式：

由活動帶領人員帶領活動進行。

活動流程：

13:10-13:15 活動帶領人員自我介紹

13:15-13:25 分組遊戲----蛋蛋蛋，活動介紹、操作

13:25-13:40 暖身動一動----瞎操心，暖身操帶動跳(含教學、試跳、實際操作)

13:40-13:55 團隊活動----豬搬家，活動規則介紹、操作

活動介紹：

1. 分組遊戲----蛋蛋蛋

活動目的：以遊戲方式分組，可使全場活動氣氛不會因為要分組或是轉換活動而冷場。

活動規則：當活動帶領員說：『蛋蛋蛋』，學員則需回答：『幾顆蛋?』，回答後便由活動帶領員下達指

令(希望一組之數量), 例如『三顆蛋』, 學園接收指令及需馬上找到三位夥伴並蹲下, 蹲下前需一同大喊『我們好了!』

2. 暖身動一動---瞎操心

活動目的：借由帶動跳讓學員動動身體，為今天下午的活動做一暖身操。

活動規則：由活動帶領人員示範帶動跳『瞎操心』後，開始以分解動作的方式教學，接下來再完整的跳一次。

舞蹈提辭：瞎操心，瞎操心，左手左手，歐嗨啾，瞎操心，瞎操心，公雞~~

就是瞎操心 2345678，左跳右跳，左跳右跳，左跳右跳，左跳右跳

跳繩，2345678，畫一個大圈搖一搖，心跳，跳出去，思考，

左手右手轉一圈，開門，開門，(換邊)開門，開門，悶在勳口裡

左手，右手，搖一搖，轉轉轉成心 **整段需重複 3 次**

3. 團隊活動---豬搬家

活動目的：以遊戲方式增加團體間的互動以及和樂感。

活動規則：借由蛋蛋蛋分組活動讓學員分成每 3 人一組(1 人為爸爸，1 人為媽媽，1 人為小孩)，再由活動帶領人員下達指令，當指令顯示媽媽離家，各組的“媽媽”則須對換。

活動注意事項：

所需器材：

1.需特別注意小朋友的安全

1.拖曳式喇叭

3.音樂(瞎操心)

2.請大家適時的補水

2.麥克風/大聲公

準備人員：

活動帶領人員 x3

四結國小戶外教學活動教案

活動名稱	探索教育	教案編號	四結國小戶外教學活動教案-02
活動時間	14:00-15:00 共 60 分鐘	人數	約 50 人
活動場地	宜蘭運動公園田徑場入口廣場	附件	

活動簡介

活動內容：

1. 認識遊戲----猜猜我是誰
2. 團隊默契----逼逼阿勒
3. 領導能力與問題解決----翻葉子

活動方式：

由活動帶領人員帶領活動進行、活動心得分享。

活動流程：

14:00-14:20 進行認識遊戲----猜猜我是誰(含活動介紹、試玩、實際操作)

14:20-14:40 團隊默契----逼逼阿類(含活動介紹、試玩、實際操作)

14:40-15:00 領導能力與問題解決----翻葉子(含活動介紹、試玩、實際操作)

活動介紹：

1. 認識遊戲----猜猜我是誰

活動目的：以遊戲方式，讓大家更認識彼此，並可藉此炒熱氣氛。

活動規則：將所有參與者分成 2 大組，開始進行猜名字大賽，於兩組之間放置一帆布，將兩組分開，

並確保兩方無法看到對方，請兩方派出一代表蹲在帆布兩旁，兩方代表須在帆布放下後，喊出對方名字，先喊出對方名字並正確方為勝利方。

2. 團隊默契----逼逼阿勒

活動目的：借由活動增進團隊的向心力已默契。

活動規則：先將所有人分為兩兩一組，並依造活動領導員指令讓各組由蹲著的狀況轉變為站立狀況，並以循序漸進方式由兩兩一組，轉為四人一組，依此類推。

3. 領導能力與問題解決----翻葉子

活動目的：以活動方式激發學員的領導能力以及問題解決的能力。

活動規則：將學員分為兩組，並請兩組分別站立於帆布上，並需由各組自行討論如何將帆布翻面，過程中不可將雙腳站立於帆布之外，凡將雙腳站立於帆布之外及需從頭來過。

活動注意事項：

- 1.需特別注意小朋友的安全
- 2.請大家適時的補水

所需器材：

- 1.拖曳式喇叭
- 2.麥克風/大聲公
- 3.音樂(HIGH 歌)
- 4.帆布

準備人員：

活動帶領人員 x3

四結國小戶外教學活動教案

活動名稱	定向運動	教案編號	四結國小戶外教學活動教案-03
活動時間	15:00-16:00 共 60 分鐘	人數	約 50 人
活動場地	宜蘭運動公園各處	附件	

活動簡介

活動內容：

1. 學習如何使用地圖
2. 認識定向運動

活動方式：

於宜蘭運動公園各處設置定向標誌，並在講解活動規則後，讓參加者各自依循著地圖於運動公園各處尋找定向標誌，並於手冊上填入標誌上圖案。

活動流程：

- 15:00-15:10 講解地圖使用方法
- 15:10-15:20 講解活動規則及其注意事項
- 15:20-15:50 活動開始
- 15:50-16:00 活動結束---頒獎(取前 10 名)

活動介紹：

1. 認識地圖

活動目的：以活動方式讓參與者可以更了解地圖的使用方式。

活動規則：由活動引導員講解地圖的使用方式，讓參與者可以確切的了解地圖的使用方式，進而增加參與者的方向感。

2. 定向運動

活動目的：定向活動以部分列入奧運比賽之中，也是個體力與方向感的考驗，我們將『定向』做些微調整，調整為國小生也是合的活動，進而了解宜蘭運動公園。

活動規則；在講解活動規則後，讓參加者各自依循著地圖於運動公園各處尋找定向標誌，找到定向標誌後，將標示牌上的圖案填入手冊上。

活動注意事項：

- 1.需特別注意小朋友的安全
- 2.請大家適時的補水

所需器材：

- 1.拖曳式喇叭
- 2.麥克風/大聲公
- 3.音樂(HIGH 歌)
- 4.定向地圖、核對卡

準備人員：

活動帶領人員 x3



文化。歷史

- ◎ 陳家祖先來自福建漳浦的藍湖湖畔。大堂號叫「湖川」，後為緝獲祖先，小堂號自稱「藍湖」。你家的大堂號、小堂號呢？堂號是什麼意思？
- ◎ 現在看到的陳家入口山門，旁邊修剪了兩隻大象的樹叢，為什麼不是獅子，而是大象呢？它有什麼意義？
- ◎ 藍湖堂前陳列幾顆方形石塊，是以前武科科舉考試用的。他是做什麼用的呢？中舉了以後，稱作「魁」？
- ◎ 這裡有以前人榨甘蔗汁的石頭。你可以畫出來以前的牛力榨甘蔗機長什麼樣子嗎？
- ◎ 登瀛書院是以前讀書的地方。書院裡卻放了一個燒金紙的亭子。它叫「惜字亭」，不是燒金紙的。有什麼意義呢？
- ◎ 登瀛書院橫批「夢筆生花」。你知道是什麼意思嗎？
- ◎ 台灣唯一叫進士社區的，就是我們這裡了。你知道這位蘭蘭唯一進士住哪裡？名字叫什麼嗎？
- ◎ 書院過去的水田，是以前二次世界大戰的南機場。起飛的戰鬥機是神風特攻隊，你聽過神風特攻隊的故事嗎？
- ◎ 從前的大宅外埕，會放一個金魚壺。你知道它真正的作用嗎？是爲了看金魚嗎？藍湖堂的金魚壺是圓一個，放在哪裡，你知道嗎？
- ◎ 陳家四合院有防禦設施「銃眼」。是防誰呢？為什麼？
- ◎ 整個陳家老房子都朝向一個方向，你知道朝向那一方向嗎？有什麼道理？

鑑穎發干枝
湖川分萬派



姓名：_____ 電話：_____ 地址：_____

陳姓鑑湖堂嬉遊記

文史

- 1 陳家四廳：不忘本源的陳家，將家廳取名為鑑湖堂，裏面找找陳家有些有趣的歷史呢？
- 2 銃眼、狗洞：1百年前的房子，為什麼會有這些好玩的設施呢？
- 3 八房古厝：成口形的三合院，是台灣常見的傳統建築，壁上的彈孔痕跡，是怎麼來的呢？
- 4 半月池：古人挖半月池，可聚氣生財、可調節氣候、可補充靈氣。還可緊急救火。不過，為什麼要挖成半月形呢？
- 5 登瀛書院：登瀛？瀛是到哪裡呢？古時候的學校這麼小，可見以前人愛讀書是多麼不容易的事。

生態

- 1 宜藥原生植物：這裡的水生池以保育雙連神的水生植物為主，小鳥們的家築在樹裡呢？
- 2 食用水草：很多水生植物都可以吃，你認得他們嗎？
- 3 好用水草：以前沒有塑膠袋，常用鹹草等植物來捆綁東西，鹹草是幾角形的，你知道嗎？
- 4 護岸植物：以前的水畔都種滿了樹和草，映著流水，非常漂亮。水茄苳與水芭樂是宜藥最具代表的護岸植物。
- 5 落羽松：興山神社移來的美麗水松，羽葉紛飛，會隨著季節呈現不同風貌。



指導單位：行政院農委會林務局

八房古厝 陳氏家廟 銃眼 登瀛書院 落羽松

水生植物

連連看

有號碼的植物是哪一種水生植物？

- 1. 沉水植物：像魚一樣，完全生活在水裡。
- 2. 浮游植物：根沒有固定在土壤，會隨著水流四處漂游。
- 3. 浮葉植物：根或球莖在水底和土壤，葉片平貼在水面上。
- 4. 挺水植物：根長在土壤，葉片或莖部挺出水面。
- 5. 濕生植物：生長在水邊潮濕的壤土。

選選看

可以吃的水生植物有哪些？

- 水稻（種子）
- 芋頭（莖、葉）
- 空心菜（莖、葉）
- 茭白筍（莖）
- 菱角（種子）
- 蕪菜（葉）
- 蓮花（莖、花、種子）
- 其他_____

想想看

有看到那些水生植物正在開花呢？
你可以拍照或把他畫下來，帶走他們美麗的倩影，但不可以摘取。

想想看

屬於我們宜蘭代表的水生植物有哪些呢？
你可以畫下或寫下他們的特徵嗎？

辨別看

摸摸看水生植物的莖？

圓形的有：_____

三角形的有：_____

四方形的有：_____

五角形的有：_____

想想看

你最喜欢哪一種水生植物？為什麼呢？

姓名：_____ 電話：_____ 地址：_____

附件二：成果照片



照片說明：落羽松及各種植物介紹



照片說明：機堡介紹



照片說明：定向活動結束五年級大合照



照片說明：分組熱身活動同學們玩得不亦樂乎！



照片說明：楊士芳古厝導覽



照片說明：楊士芳古厝導覽，同學們勤記筆記。



照片說明：陳氏鑑湖堂--登瀛書院導覽



照片說明：楊士芳古厝導覽