

人文國中小 戶外教學活動填報單

提出時間： 103 年 8 月 14 日 18 時 00 分

班群、班級、領域	國中部	聯絡人	李宗儒	手機	0933158893
戶外活動地點	宜蘭縣	地址	各組到的地點不一樣，會依當天讓孩子選擇		
活動目標	國中部大整合，讓孩子有重新開始，打破舊團體，進行大團動。 第 0 週兩日以大團體 129 人為目標，再進入新家族小團體。 第 1 周三日以興趣團體出發，打破舊團體，進行新同儕人際、新教師建立連結。				
時間： W0〔四〕〔五〕 W1〔一〕〔二〕〔三〕	8/21, 8/22, 8/25 ~ 8/27				
<input checked="" type="checkbox"/> 自行前往(走路, 腳踏車, 火車)	出發時間	08:00	地點	人文國中小	
	回程時間	16:00	地點	人文國中小	
參加人員	老師 13 人	李英彥、林佩蓉、林玳聿、鄭仕翎、 蔡國榮 、陳雅惠、馬駿良、李宗儒、黃詩芳、張潯方、方泉景、周樂生、樊琦 13人			
	學生 129 人	全部 G6-G9 101 + 20 = 121			
行政支援 (請勾選所需要的支援)					
<input type="checkbox"/> 本次活動已完成協調，不需其他支援。					
保健中心	<input checked="" type="checkbox"/> 保險事宜。〔老師+學生〕游家寧 2/21 <input checked="" type="checkbox"/> 急救包/盒 13 個				
圍 膳	<input checked="" type="checkbox"/> 午餐自行處理→直接不收費。				
其他須支援事項					

負責老師簽章	班群或領域負責人簽章	課外活動組	主任簽章	校長簽章
李宗儒	李宗儒	行政游家寧	行政中心 主任 連禹森	代理校長 黃友勇

需補行程。

各位同學、家長：

在每個新的學年度開始，每位同學很可能會接觸到許多變化，如：新的同儕關係、師生關係、新的上課環境等等，在這許多的新事物及新經驗的環境中，為了讓之後的學習能夠銜接得更順暢，我們認為在新團體的初期，和緩的暖身是相當重要而且必需的。

因此，延續開學二日團隊氣氛的經營，接連三日我們安排了多元興趣的活動選擇，安排這些多元的興趣活動，除了拓展孩子的生活經驗之外，更重要的是，希望成功建立起新的師生連結、新的人際關係、新的學習同儕團體，使得接下來對於各方面的學習能夠更順暢。

此次活動的成功關鍵，家長的支持是是不可或缺的，希望您可以陪同瞭解孩子的選擇，如果有不夠清楚的地方，建議您可先與孩子的導師聯絡，釐清疑問，如果有參與上的困難，也請務必讓導師瞭解，謝謝您。

國中社群全體教師 敬上

各位同學：

在你填寫之前，有幾件事情請注意：

- (1) 活動內容、說明在另一張說明，請自行仔細閱讀過。
- (2) 各項活動依現場情形，有不同的需求、費用及自備物品，除了你自己以外，請務必與家長確認取得同意。
- (3) 填寫時，請就「每一天」的活動，將你的第 1、2 志願填上。
- (4) 部分活動是半天的行程，如果你有選半天的行程，請記得要同時選另外半天的行程。

如：星期二選了「上午半天」的口足創作，那就需要再選另一個「下午半天」的行程。

星期一	志願	星期二	志願	星期三	志願
衝浪		衝浪		衝浪	
東澳山水		三貂嶺步道健行		藝文展	
大溪釣魚		飛行傘微旅行		龍洞浮潛	
雙溪探險		枕山採果樂		竹安釣魚	
溯溪浮潛		南澳海蝕洞探險		宜蘭誠品閱讀	
鶯歌陶瓷博物館		烹飪 (上午半天)		單車郊遊	
鷹石尖步道		口足創作 (上午半天)		彈跳床	
茶壺山縱走		點心 (上午半天)		羽球與桌球 (上午半天)	
溜冰		洗車換食 (下午半天)		一起做 pizza (上午半天)	
		烏石港釣魚 (下午半天)		水果創意拼盤 (下午半天)	
				寫生 (下午半天)	

星期一	星期二	星期三	台北華山藝文特區展覽
<p>1.行程： 早上 08：00 頭城火車站集合出發 早上 09:30~11:30 衝浪體驗課程 中午 11:30~13:00 午餐與休息 下午 13:30~14:30 沙灘活動 下午 14:30 賦歸</p> <p>2.攜帶物品： □ 換洗衣物一套。 □ 請穿著防曬輕薄上衣及輕便短褲及遮陽帽。</p> <p>□ 泳衣、泳褲 □ 健保卡(如臨時需要就醫使用)。 □ 防曬乳液。 □ 個人換洗用品(洗髮精、沐浴乳)。 □ 足夠的水。 □ 環保餐具。 □ 請穿球鞋或運動型涼鞋。 □ 火車票車資，來回共30元。 3.注意事項： □ 凡患有心臟病、高血壓、氣喘病、癩病等慢性疾病不宜劇烈運動或外戶活動者，請家長告知切勿勉強。 名額：9位 費用：500元</p>	<p>枕山 採果樂</p> <p>活動：高接梨採果體驗+導覽+試吃=免費 門票100元，可抵採果消費，目前有紅心芭樂、珍珠芭樂、香水檸檬可採(已談妥用拼湊幾樣水果各採幾顆的方式體驗) 地點：員山鄉枕山村枕山路106之2號，曾先生電話為 (03) 9231427或0920237543。 交通：台灣勁好行宜蘭轉運站(宜蘭車站前搭車)至望龍埤線 去程：搭9:34區間車,接 1010台灣好行免費接泊至枕山休閒農業區。 回程：搭13:00台灣好行回宜蘭車站,午餐後搭 14:58區間車回頭城,15:22分抵達頭城火車站 自備並自主管理：門票100元+區間車來回42元+午餐80元+其它78元+飲水=300元</p>	<p>藝文展</p> <p>費用： 捷運費：單程票40元;悠遊卡32元 國光公車費 (去程09:05)(回程14:05) 全票：120元(來回票：220元) 半票：66元 1. Fun 大吧！積木村 走進積木的甜蜜世界 巨型積木展：250元 2. LINE Friends Pop-Up Store 夏日限定店與周邊景色：免費 3. 臺北國際藝術村：免費 預估總金額：650元</p>	<p>台北華山藝文特區展覽</p> <p>★全球首創，四米高巨型積木屋，八種建築滿足積木人的日常生活，讓你拍照拍不停！ ★巨大的六米鐘樓，即將坐落華山1914文創園區，打造台北全新新景景點！ ★獨家公開，日本電視冠軍「樂高積木王」三屆冠軍 秋長祐子 原創作品，充滿無限創意與甜甜心情的積木村原型！ ★來留下相片記錄、感受創意與文化 自備用品：飲水、午餐(費)自備</p>
<p>東澳山水</p> <p>費用：採學生自己管理制，但至少300元 (車費費約150 餐點費：100 其他：50) 備註：下午5：30到校 攜帶物品：換洗衣物一套</p>	<p>衝浪</p> <p>同星期一「衝浪」</p>	<p>衝浪</p> <p>同星期一「衝浪」</p>	<p>同星期一「衝浪」</p> <p>費用：採學生自己管理制，但至少550元 (火車費約：80元、公車：30元、門票：100元、餐點：100元、無用具者須租用具費約：200元、其他：40元) 攜帶物品：換洗衣物一套、溯溪鞋、呼吸管、救生衣)</p>
<p>大溪釣魚</p> <p>1.需會釣魚 2.需會騎並自備腳踏車、安全帽 3.需自備釣具、餌料、飲水、遮陽帽、防曬衣褲 4.需自備午餐</p>	<p>三貂嶺 步道健行</p> <p>1.適合想散散步又沒去過三貂嶺步道的年輕朋友們。 2.費用：火車費用來回120元，以及中餐自定。 3.自備物品：輕便運動衣物、水壺及行動爐。 費用：1210元 (飛行傘體驗費1000元+車資110元+中餐費約100元) 自備用品：遮陽帽、水、雨具、相機。</p>	<p>龍洞 浮潛</p> <p>1.需會釣魚 2.需會騎並自備腳踏車、安全帽 3.需自備釣具、餌料、飲水、遮陽帽、防曬衣褲 4.需自備午餐</p>	<p>龍洞 浮潛</p> <p>1.內容或行程_看書與幫國中社群添購青少年書籍。 2.費用_火車費用來回45元，以及中餐自定。</p>
<p>雙溪探險</p> <p>7:50頭城火車站集合 自備物品：防曬用品、雨具、水 費用：250元以內(含中餐及交通)</p>	<p>飛行傘 微旅行</p> <p>自備午餐。 自備物品：防曬用品、水(至少2公升或零用金) 費用：交通費約220元</p>	<p>竹安 釣魚</p> <p>宜蘭誠品 閱讀</p> <p>1.補好胎壓的單車，安全帽必備 2至少1.5公升水(或沿途買水的錢) 3路上用餐 費用：交通費用220午餐費大約100，看你多會吃而定</p>	<p>宜蘭誠品 閱讀</p> <p>1.內容或行程_看書與幫國中社群添購青少年書籍。 2.費用_火車費用來回45元，以及中餐自定。</p>
<p>溯溪 浮潛</p> <p>1.行程_石城溯溪帶浮潛，或同學討論自定溯溪或浮潛地點。 2.費用_火車費用來回60元，以及中餐自定。 3.自備物品_浮潛相關用品</p>	<p>南澳海蝕洞 探險</p> <p>此烹飪以主食製作為主，四菜(肉)一湯 請勾選能提供家裡的佐料，如： 鹽巴、油、醋、醬油、糖、麵粉、鍋鏟、鍋子、平底鍋、水鍋、刀子、桿麵棍、沾板 費用：每人餐費製作100元，多退。</p>	<p>單車 郊遊</p> <p>費用：交通租估約三百元，活動費用一小時兩百元整，兩小時三百元整。午餐自行評估。 自備物品：需著襪。</p>	<p>單車 郊遊</p> <p>費用：交通租估約三百元，活動費用一小時兩百元整，兩小時三百元整。午餐自行評估。 自備物品：需著襪。</p>
<p>鶯歌陶瓷 博物館</p> <p>此行程約16:30~17:00回到學校。</p>	<p>烹飪 (上午半天)</p> <p>9:00 232教室集合 自備物品：個人喜愛的創作媒材及畫具。</p>	<p>彈跳床</p> <p>費用：120元 備註：願意體驗洗車打工，並確實會完成此任務，不會半途而廢。 攜帶物品：換洗衣物一套</p>	<p>彈跳床</p> <p>費用：120元 備註：願意體驗洗車打工，並確實會完成此任務，不會半途而廢。 攜帶物品：換洗衣物一套</p>
<p>騰石尖 步道</p> <p>搭9:44分區間車至大溪火車站之後步行上山,預計搭15:07區間車,15:21分抵達頭城火車站。 自備並自主管理：大溪火車來回車資+午餐+飲水+其它=200元。</p>	<p>口足創作 (上午半天)</p> <p>費用：0元 備註：願意體驗洗車打工，並確實會完成此任務，不會半途而廢。 攜帶物品：換洗衣物一套</p>	<p>羽球與桌球 (上午半天)</p> <p>12:00 232教室集合說明 1. 中午外出用餐順便買水果 2. 自備砧板和圍裙 費用：100元以內</p>	<p>羽球與桌球 (上午半天)</p> <p>1. 中午外出用餐順便買水果 2. 自備砧板和圍裙 費用：100元以內</p>
<p>茶壺山縱走 黃金博物館</p> <p>上午7：20頭城火車站集合 自備雨衣、午餐(麵包，餅乾)、水(至少1.5公升) 費用：交通費：約250元</p>	<p>點心 (上午半天)</p> <p>費用：0元 備註：願意體驗洗車打工，並確實會完成此任務，不會半途而廢。 攜帶物品：換洗衣物一套</p>	<p>水果創意 拼盤 (上午半天)</p> <p>費用：約20元(畫紙) *若有畫板、顏料、鉛筆、筆洗請自備，無則免。</p>	<p>水果創意 拼盤 (上午半天)</p> <p>費用：約20元(畫紙) *若有畫板、顏料、鉛筆、筆洗請自備，無則免。</p>
<p>溜冰</p> <p>歡迎喜歡溜冰、想學溜冰、挑戰自己沒做過的事情或享受冰涼的空氣與速度的同學，更期待有同學樂意手拉手幫助剛起步的我們。 用品：外套(披風)、襪子、毛巾、飲水、午餐自備(溜累了，可以在休息區吃食物) 費用： 溜冰：150元/2小時 捷運費：單程票40元;悠遊卡32元 國光公車費 (去程09:05)(回程14:05 / 15:05) 全票：120元(來回票：220元) 半票：66元 預估總金額：500元</p>	<p>烏石港 釣魚 (下午半天)</p> <p>1.需會釣魚 2.需會騎並自備腳踏車、安全帽 3.需自備釣具、餌料、飲水、遮陽帽、防曬衣褲 4.需自備午餐</p>	<p>寫生 (下午半天)</p> <p>費用：約20元(畫紙) *若有畫板、顏料、鉛筆、筆洗請自備，無則免。</p>	<p>寫生 (下午半天)</p> <p>費用：約20元(畫紙) *若有畫板、顏料、鉛筆、筆洗請自備，無則免。</p>