

宜蘭縣 113 學年度戶外教育與海洋教育體驗路線教學活動設計

一、套裝方案摘要表：

特色系列	鄉土騎俠	撰寫人	游佳鈴、邱婷芳 林穎秀、廖婉秀
方案名稱	溪南線-流動的歷史. 騎行流流社	連絡電話	03-9962664#101
適用年級	高年級	e-mail	ycl022@tmail.ilc.edu.tw
方案時間	☒ 一日遊 ☐ 二日遊	地址	冬山河中下游
關鍵字	冬山河、三奇美徑、五十二甲溼地、流流社、利澤老街、溪和水產觀光工廠		
行程概說 設計理念	1. 課程與景點特色描述(活動課程請簡述)表格不足請自行增添		
	學習點名稱	學習點特色描述	
	學習點 1 三奇美徑	三奇美徑，這條稻間美徑長約兩公里，寬度五米，在三奇村奉尊宮到協松路之間，沿途有九個 S 形彎道，卻沒有礙眼的電線桿。每年的五月初至六月底稻子成熟期間，它像一條躺臥在黃金稻禾之間的巨龍；徒步或騎自行車經過，可以欣賞稻田與農村的風光，如果進入細狹的田埂，更可聞到濃濃的稻香與泥土的芬芳。	
	學習點 2 五十二甲溼地	五十二甲位於宜蘭縣五結鄉、冬山鄉、蘇澳鎮之間，早期原為冬山河舊河道，濕地擁有豐富的生態資源，是學生認識濕地生態、環境功能與環境保護的重要學習場域。	
	學習點 3 親水公園青龍岸	冬山河發源於山地，因土質鬆軟，上游地段坡陡流急，一旦進入平原後，流速減緩，帶來上游大量的泥砂，使河床積高，加上河口地形低窪不易渲洩，常常洪水為患，後經政府整治，並積極發展水上運動休閒，親水公園並成為冬山河最重要的遊憩據點。自古相傳有青龍及黃龍護岸，因此河畔用卵石築起高低起伏、彎曲有致的龍坡，分別鑲上青、藍和黃、橘的陶片，龍坡的階梯上，一方方有趣的嵌鑲畫，是宜蘭小朋友拼貼的傑作。北岸為黃龍岸，種植黃槿，南岸為青龍岸，岸邊上種的水黃皮及大葉山欖等植物。	
	學習點 4 噶瑪蘭人的家 流流社	流流社位在利澤簡之北側，因其獨立之地形，腹地雖小但聚落形式完整，是蘭陽平原唯一的單一噶瑪蘭族血緣聚落。隨著冬山河整治，將河道截彎取直後，舊河道逐漸淤積廢棄，多數的住民已向外遷移，目前僅存幾戶人家在此落居。目前在流流社有一棵大葉山欖的百年縣樹，噶瑪蘭族人在離開故鄉時會帶著大葉山欖，並在新定居地種下，是噶瑪蘭族的精神指標。	
	學習點 5 利澤老街	利澤老街有左右兩排對稱的街屋、中間為南北向街道的線性街道，長約 100 公尺左右。因水路而發達，又因陸運發達而沒落。老街有特色鮮明的建築物-利生醫院、利澤戲院、利澤簡教堂、永安宮等，也有最知名的節慶民俗活動「走尪」	
	學習點 6 溪和水產觀光 工廠	溪和水產觀光工廠有全新趣味漫畫風格導覽及認真摸魚的產線展示、多元親子 DIY 活動、水產蒸煮區。學生可以認識沿岸的漁獲，體驗小小職人汆燙海鮮，了解漁業與在地生活的影響。	
2. 教學行程規畫之課程理念：			
(1)藉由冬山河中下游環境的體驗及走訪，認識生態的可貴及獨特，並了解噶瑪蘭族與宜蘭在地文化的關係。			

- (2)增進親師生對冬山河流域的認識，了解森川河海資源與人類生活之密切性，體認蘭陽平原資源的珍貴性。
- (3)藉由認識蘭陽森川河與海之戶外教育，培養學生對戶外海洋議題的敏感度及認同感，轉化想法為實際行動，內化森川里海的生活素養。

3. 本課程戶外教育主題與 12 年課綱之連結內涵：

學習點	戶外教育主題	對應 12 年國教核心素養	對應學習領域
三奇美徑	五感體驗與環境覺知	B3 藝術涵養與美感素養	藝術、社會
五十二甲溼地	認識自然環境與生態	A2 系統思考與解決問題	自然科學
親水公園青龍岸	造景藝術及環境觀察	A3 規劃執行與創新應變 B3 藝術涵養與美感素養	藝術、自然科學
流流社	文化探索與地方認同	C1 道德實踐與公民意識 C3 多元文化與國際理解	社會
利澤老街	地方文化與社區發展	B3 道德實踐與公民意識	社會
溪和水產觀光工廠	環境保護與永續發展	C1 道德實踐與公民意識 A3 規劃執行與創新應變	社會、自然科學

風險評估

4. 預期達成之學習目標

師生透過自行車探索、體驗、互動與觀察等多元學習方式，提升宜蘭學子對家鄉文化與在地價值的認同感。

(1)增進對自然與環境的理解

學生能了解三奇美徑與沙丘、五十二甲溼地等地的生態保護重要性，並學習如何保護自然資源。

(2)體驗與欣賞地方文化與歷史

學生能夠認識流流社、溪和水產及利澤老街等地的地方特色，了解當地的產業發展和人文歷史。

(3)促進探索與學習興趣

學生能夠在過程中產生對戶外探索的興趣，並願意在日常生活中積極參與更多的戶外活動。

5. 課程風險評估、管理與應用：

環境風險評估	此次戶外教育課程的環境風險包括崎嶇的地形、濕滑區域、天氣不穩定、密集車流和暴露於自然環境中的潛在危險。 為了有效管理這些風險，應在事前進行路線勘查、設置警示和安全措施，並在活動中保持對學生的密切監控，確保他們的安全。
設備風險評估	進行戶外自行車活動時，設備風險主要來自於自行車設備的故障、騎乘裝備的缺失、導覽通訊設備問題以及應急醫療設備不足。 風險管理措施應該包括活動前的車輛檢查、要學生準備安全帽及穿著適當的服裝及鞋子，確保急救設備齊全，

		並在過程中隨時監控騎行環境，確保學生的安全。			
人員風險評估		這次戶外教育課程的人員風險評估，主要風險來自學生騎乘能力不均、體能差異與突發健康狀況問題、隨行人員的管理問題。為了有效管理這些風險，需提前了解學生的健康與體能狀況，配置充足人力(1:10)，確保隨行人員具備足夠的管理與急救能力，並設計清晰的溝通與應急流程，保障學生的安全與順利進行活動。			
風險管理矩陣					
名稱	流動的歷史. 騎行流流社				
項目	危險因子	傷害徵狀	發生機率(1~5)	控制策略	活動名稱
環境風險					
1	溪流暴漲(範例)	受困、失溫	3	監控天候狀態、避免大雨後進行	活動3
	崎嶇、濕滑的地形	跌倒、摔傷	3	1. 在騎行前進行路面狀況評估，選擇適合學生騎行的路段。 2. 提醒學生保持穩定的騎行速度，並設立休息點以確保學生的體力。	
	車流密集的區域	交通混亂或、行人汽機車相撞	2	1. 進行路線規劃，選擇行人和車輛較少的時間段進行騎行。 2. 嚴格要求學生在這一區域步行騎行，並保持警覺。 3. 五十二甲溼地定點解說時，自行車停放位置及學生觀察時動線規劃。	
	天氣不穩定	失溫、中暑	3	準備充足的水、備用衣物、雨具等	
設備風險					
1	裝備不足(範例)	失溫、外傷	2	安排課程，提醒學生裝備重要性	
	自行車故障	跌倒、摔傷	1	安排專業維修人員，並提供基本維修工具和應急設備，如輪胎修補工具、備用內胎等。	
	騎乘裝備的缺失	跌倒、摔傷	2	1. 強制學生佩戴安全帽，並確保正確扣緊。 2. 要求學生穿著合適服裝及運動鞋，不可穿拖鞋或涼鞋，禁止穿著過長或寬鬆的衣物。	
	導覽通訊設備缺失	隊伍行進時，前後無法溝通	1	提供無線電對講機，以便溝通。	

		應急醫療設備不足	無法處理學生受傷	2	隨行人員攜帶急救包（包含消毒藥水、繃帶等）	
	人員風險					
	1	體能不足	未能完成路線	1	安排課能訓練體能	
		學生騎乘能力不均	摔車或發生碰撞	4	安排課程訓練騎乘技術	
		學生體能狀況	跌倒、摔傷	3	1. 安排課程訓練體能 2. 騎前做健康檢查評估	
		師生比例不佳	難以有效監管學生	3	配置充足人力(1:10)	
		隨行人員的管理	無法有效管理隊伍或應對突發狀況	2	參加行前研習增能	

二、教學行程表：表格不足請自行增添

時間	活動行程		教學者	地點
	活動名稱	學習內容		
08:00_08:30	坐車前往東興國小	教師於車上提醒本日活動流程及注意事項。	帶隊老師	
08:30_09:30	三奇美徑停看聽	認識三奇美徑的生態環境與自然觀察 (1)了解三奇美徑周邊的農作、河流、植被，認識其對環境的重要性。 (2)觀察周遭地形及農作物，思考人類活動對生態環境的影響。 (路線:東興國小□宜 30-3□福路□成興路□奉路□三奇美徑(2.7km))	帶隊老師	三奇美徑 
09:30_10:10	五十二甲溼地知多少	五十二甲濕地擁有豐富的生態資源，是學生認識濕地生態、環境功能與環境保護的重要學習場域。 (1)濕地生態系統與環境功能了解 (2)濕地動植物觀察 (路線:三奇美徑□利澤西路□五十二甲溼地)(1.8km)	帶隊老師	五十二甲溼地 
10:10_10:40	雙龍護河親水公園青龍岸	親水公園是冬山河最重要的遊憩據點其景觀設計與植物種植更是富有深意。 (1)冬山河的整治 (2)青龍岸的景觀設計緣由(雙龍故事) (路線:五十二甲溼地□親河路□冬山河青龍岸)(3km)	帶隊老師	親水公園青龍岸 
10:50_11:10	噶瑪蘭人的家流流社	流流社周圍大片水田魚塭，平野地勢與僅存之冬山河舊河道，使樹林圍繞之沙丘聚落特別凸顯，目前僅存四戶人家在此落居。從流流社現存的植物生態，可窺見早期利澤地區環境風貌及噶瑪蘭人的種植習慣。 (1)認識噶瑪蘭文化與歷史背景 (2)大葉欖仁與噶瑪蘭族的關係。 (路線:冬山河青龍岸□新店路□噶瑪蘭古厝)(1km)	帶隊老師	噶瑪蘭古厝 
11:10_11:40	老街巡禮	「利澤簡」的地名來自平埔族噶瑪蘭人利澤簡社，意指「休息之地」。 (1)了解利澤老街的歷史，興起與沒落 (2)探究建築特色與文化活動 (路線:噶瑪蘭古厝□新店路□利澤路□利澤老街)(1.3km)	帶隊老師	利澤老街 

11:40_ 13:00	午餐	溪和特色餐點 職人汆燙 DIY(小卷炊粉+白蝦一份) 魷仔魚羹 (路線:利澤老街□利實路□利工三路□利興二路□溪和水產觀光工廠)(2.8km)	溪和導 覽員	溪和水產 觀光工廠 
13:00_ 15:30	河海的恩賜 水產職人大進 擊	溪和水產觀光工廠從一間魚寮，轉變成一間現代化生產的觀光工廠，提供了導覽解說與各種手作體驗。 (1)了解蘭陽沿海漁業與水產加工 (2)食品加工的理解與手作	溪和導 覽員	溪和水產 觀光工廠
15:30_ 16:00	賦歸	搭車返回學校 帶回滿滿的感動與回憶.	帶隊老 師	

三、參考資源：

教材名稱	教材照片	內容簡介
三奇美徑		三奇美徑是一條結合了自然景觀、地理特色與休閒運動的步道，能讓人感受到大自然的奇妙與壯麗。它不僅是宜蘭旅遊的熱門路線，也是喜愛健行和探索自然的遊客的天堂。 以生產稻米為主的三奇村，當地保留了原始田野風貌，時而蜿蜒時而筆直的田間小徑長達2公里，從三奇村奉尊宮到協松路之間，會經過九個S型彎道，一路上沒有任何路燈跟電線杆，幽靜純粹的自然美景，有著宜蘭版「伯朗大道」的美譽。
五十二甲濕地		五十二甲濕地位於台灣宜蘭縣的五十二甲地區，這是一片珍貴的濕地生態區，也是台灣東北部的重要自然保護區。這片濕地因為其特有的生態環境，成為多種水鳥、昆蟲和植物的棲息地，具有非常高的生物多樣性。 五十二甲濕地的名稱來自於當地的地名「五十二甲」，這裡的地理位置使得它在生態上扮演著極為重要的角色，尤其是對於候鳥的遷徙具有重要意義。每年秋冬季節，許多水鳥會在此停歇、覓食，成為觀鳥愛好者的熱門地點。 此外，五十二甲濕地的水質清澈，這裡擁有豐富的水生植物與濕地植被，形成了適合水鳥和其他野生動物棲息的環境。這裡的濕地景觀不僅是生物觀察的天堂，也是攝影師和自然愛好者理想的拍攝場所。 為了保護這片濕地生態區，當地政府及環保團體進行了多項保護與復育工作，包括設立觀察平台、步道和教育中心，讓遊客可以在不干擾生態的情況下參觀和學習。 總的來說，宜蘭五十二甲濕地是台灣東北部的自然珍寶，不僅具備豐富的生態價值，也是當地社區及生態保護的重要象徵。
親水公園		冬山河發源於山地，因土質鬆軟，上游地段坡陡流急，一旦進入平原後，流速減緩，帶來上游大量的泥砂，使河床積高，加上河口地形低窪不易渲洩，常常洪水為患，後經政府整治，並積極發展水上運動休閒，親水公園並成為冬山河最重要的遊憩據點。親水公園以重建人與水的自然倫理為訴求，模仿大自然造景並融入蘭陽本土色彩，如水上舞臺、五座圓錐形卵石丘及海面上的龜山島，不經意的將蘭陽地標引入園中。冬山河自古相傳有青龍及黃龍護岸，南岸為青龍岸，龍頭面海，代表年輕然出外打拼。北岸為黃龍岸，龍頭著向山邊，意味著年長榮歸家鄉，雙龍守護著宜蘭。因此規劃時，河畔用卵石築起高低起伏、彎曲有致的龍坡，分別鑲上青、藍和黃、橘的陶片，龍坡的階梯上，一方方有趣的嵌鑲畫，是宜蘭小朋友拼貼的傑作。

流 流 社		根據傳說，平埔族之一的噶瑪蘭族在不知名的年代，從南方原居地 Sanasai，乘船渡海來到了蘭陽平原，成為活躍在蘭陽平原的主人，十七世紀時，溪南溪北共有四十餘聚落，將近萬人的規模。噶瑪蘭族親水擅水，主要分佈在蘭陽平原海拔五公尺以下之低濕、沼澤地帶，以及沿海海岸沙丘西側漫流的河流沿岸高地，以鱗甲捕魚打獵，採集海藻貝類為生，同時也在濕地間或沙丘上，施行小規模的稻作或旱田。清朝時期漢人大量湧入，噶瑪蘭族的傳統獵場漁場被迫讓與漢人進行開墾，生存空間備受擠壓。為求生存，開始大規模向蘇澳、花蓮遷徙。而位在利澤簡北側之流流社，因其獨立之地形，腹地雖小但聚落形式完整，享有河海兼具之豐富漁業資源，因此能以漁撈、旱地、水田並行方式，維持傳統聚落生活，在周圍漢人聚落之間，難得的保存了蘭陽平原唯一的單一噶瑪蘭族血緣聚落。流流社至今仍維持著庄中之社的獨立樣貌，周圍大片水田魚塭之平野地勢與僅存之冬山河舊河道，使樹林圍繞之沙丘聚落特別凸顯。隨著冬山河整治，將河道截彎取直後，舊河道逐漸淤積廢棄，多數的住民已向外遷移，目前僅存四戶人家在此落居。從流流社現存的植物生態，可窺見早期利澤地區環境風貌及噶瑪蘭人的種植習慣。其中最具噶瑪蘭文化代表性的，是族群精神象徵—大葉山欖。噶瑪蘭人在離開家鄉時會帶著大葉山欖的種子，希望子孫們面對再艱困的環境也要勇敢的站起來，努力活下去。
利 澤 簡 老 街		利澤簡老街是一左右兩排對稱的街屋、中間為南北向街道的線性街道，長約 100 公尺左右。「利澤簡」的地名來自平埔族噶瑪蘭人利澤簡社，意指「休息之地」。由於利澤簡位於冬山河旁，水路上通冬山鄉，下接冬山河口的加禮宛港，而成為宜蘭溪南重要的貨物集散地，也造成了利澤簡的商業繁榮。 然而，隨著日據時期冬山河的改道，再加上鐵公路陸路運輸的興起，利澤簡的商業機能衰退，市況於是逐漸蕭條。老街上特色鮮明的建築物包括利生醫院、利澤戲院、利澤簡教堂、永安宮等。 老街最知名的節慶民俗活動「走尪」是街道上季節性的文化景觀。每逢農曆春節，利澤簡地區就會由永安宮，結合八大庄的廟宇，從年初開始，各庄頭熱鬧抬神轎繞境，一直到農曆正月十五日由永安宮供奉的媽祖禮尚往來做東，八大庄的神轎都來進行「走尪」民俗活動。
溪 和 水 產 觀 光 工 廠		溪和水產觀光工廠從一間魚寮，轉變成一間現代化生產的觀光工廠，從傳統漁獲加工，衍生到各種生鮮魚類，同時也提供了觀光導覽解說等活動。 溪和觀光工廠有趣味漫畫風格導覽、親子 DIY 活動。在溪和可以體驗當個小小職人川燙海鮮、製作小魚飯糰，還可以吃頓新鮮的海鮮大餐，也有伴手禮。踏進溪和，不但可以顛覆觀光工廠的思維，也能感受到濃濃的人情味！

(若表格不敷使用請自行添加)

四、收費說明：

行程		經費預算	備註
活動名稱	活動內容		
漁業職人大進擊	溪和水產觀光工廠導覽、午餐及手作 DIY	290*25=7250	*經費視活動規畫及體驗場驗收費調整

五、預約及聯絡資訊：

編號	單位名稱	聯絡人	預約電話	單位網址&地址
1	溪和水產觀光工廠	盧定廷經理	03-9907998	宜蘭縣五結鄉利興二路 11 號 https://www.siho.com.tw/blog/13155

六、行程建議與注意事項：

(一)行程建議

1. 噶瑪蘭ㄟ古厝目前沒有營業對外開放，且內有住家，建議可以在縣樹的位置進行流流社相關內容的教學，也須提醒注意音量及秩序，避免干擾到住戶。

(二)注意事項

1. 行前增能研習請體驗學校帶隊老師務必參加。
2. 交通地理位置及教學資訊，請參酌教案計畫。
3. 腳踏車騎乘，個人安全人身備品請自備。
4. 依天候狀況，準備適當衣物，做好防曬，雨天須攜帶雨衣及準備一套替換衣物。
5. 若攜帶貴重物品(如：手機、錢)，自行保管，活動進行中無法提供保管。
6. 騎乘路線中，沒有補水站，須提醒學生多帶水或在機動車上準備礦泉水，以便適時的補給。
6. 其他相關行前說明及規劃不周之處，請聯絡承辦人員。

七、教學參考網頁：

1. 蘭陽博物館-利澤簡

<https://www.lym.gov.tw/ch/collection/epaper/epaper-detail/1d5135cd-4973-11eb-b345-2760f1289ae7/>

2. 蘭博電子報 55 期流流社

<https://www.lym.gov.tw/ch/collection/epaper/epaper-detail/97915fec-5bbf-11eb-b345-2760f1289ae7/>

3. 大葉山欖與噶瑪蘭人

<https://www.tacp.gov.tw/CulturalPark/AreaGuideDetail?ID=8d9f0a4f-53e3-4348-8a2e-b348aa608071>

4. 青龍岸與黃龍岸的典故-宜蘭童玩日報貼文

<https://www.facebook.com/YICFFNEWS/posts/1346432598704735/>

5. 濕地保育資源網

<https://wetland-tw.nps.gov.tw/tw/GuideContent.php?ID=66&secureChk=f106356c9b58a66de51a6a8b6c42f4c9>

6. 銀髮一起玩-三奇美徑

<https://today.line.me/tw/v2/article/1DRQRR9>

7. 文化部國家文化記憶庫收存系統-走尙

https://tcmb.culture.tw/zh-tw/detail?indexCode=Culture_Event&id=284424

8. 溪和水產觀光工廠

<https://www.siho.com.tw/>

9. 宜蘭縣戶外與海洋教學資源網-悠遊流流社

<https://lyoe.ilc.edu.tw/image/1652425782.pdf>

10. 蘭博電子報 030 期-細說冬山河親水公園的生成

<https://www.lym.gov.tw/ch/collection/epaper/epaper-detail/58498bea-ab8b-11ea-94d3-2760f1289ae7/>

八、教學方案設計：

「流動的歷史. 騎行流流社」--主題教學方案設計

設計者	游佳鈴、邱婷芳	適用教學對象	高年級
協作者	林穎秀、廖婉秀		
結合學習領域/議題	■融入領域：社會、自然	教學時間	08:00-16:00
融入議題	戶外教育. 海洋教育. 資訊教育. 閱讀教育		
設計理念	(1)藉由冬山河中下游環境的了解及體驗，認識生態的可貴及獨特，並了解噶瑪蘭族的文化。 (2)增進親師生對噶瑪蘭族的認識，了解森川河海資源與人類生活之影響與密切性。 (3)藉由認識蘭陽森川河與海之戶外教育，培養學生對戶外海洋議題的敏感度及認同感，轉化想法為實際行動，內化森川里海的生活素養。		
落實SDGs指標	SDGs2/終結飢餓 SDGs6/淨水與衛生 SDGs14/保育海洋生態系		
對應12年國教核心素養學習重點	領域核心素養	社-E-A2 敏覺居住地方的社會、自然與人文環境變遷，關注生活問題及其影響，並思考解決方法。 社-E-B3 體驗生活中自然、族群與文化之美，欣賞多元 豐富的環境與文化內涵。 海 E15 認識家鄉常見的河流與海洋資源，並珍惜自然資源。 自-E-C1 培養愛護自然、珍愛生命、惜取資源的關懷心與行動力。	
	學習內容	Af-III-1 為了確保基本人權、維護生態環境的永續發展，全球須共同關心許多議題。 Ca-III-2 土地利用反映過去和現在的環境變遷，以及對未來的展望。	
	學習表現	2a-III-1 關注社會、自然、人文 環境與生活方式的互動關係。 表達對在地與全球議題的關懷。 3d-III-3 分享學習主題、社會 議題探究的發現或執行經驗，並運用回饋資訊進行省思，尋求調整與創新。	
戶外教育主題	有意義的學習	戶 E2 豐富自身與環境的互動經驗，培養對生活環境的覺知與敏感，體驗與珍惜環境的美好。	
	健康身心	戶 E3 善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。	
	尊重關懷他人	戶 E4 覺知自身的生活方式會對自然環境產生影響與衝擊。	
	友善環境	戶 E7 參加學校校外教學活動，認識地方環境，如生態、環保、地質、文化等的戶外學習。	

學習目標	(1)促進師生透過自行車探索、體驗、互動與觀察等多元學習方式，提升宜蘭學子對家鄉文化與在地價值的認同感。 (2)透過實際規劃與帶領，提升教學資源品質與教學效益。 (3)推廣本縣戶外教學體驗活動，落實在地化戶外教育的推展			
行動學習策略	課程實施前： 1. 資料收集策略：利用行動載具，行前先上網蒐集戶外教育所去場域的資料。 課程進行中： 1. 料收集策略：利用行動載具拍照或錄音，實做蒐集資料。 2. 遊戲學習策略：在市區尋旅時，透過尋找魚種模型並拍照記錄，學生可以互相比賽誰找得多或誰找得比較特別，藉此提升學生學習興趣。 課程回饋及評量： 1. 簡報發表策略：彙整資料透過簡報發表方式。			
參考資料來源	蘭陽博物館-利澤簡 https://www.lym.gov.tw/ch/collection/epaper/epaper-detail/1d5135cd-4973-11eb-b345-2760f1289ae7/ 蘭博電子報 55 期流流社 https://www.lym.gov.tw/ch/collection/epaper/epaper-detail/97915fec-5bbf-11eb-b345-2760f1289ae7/ 大葉山欖與葛瑪蘭人 https://www.tacp.gov.tw/CulturalPark/AreaGuideDetail?ID=8d9f0a4f-53e3-4348-8a2e-b348aa608071 青龍岸與黃龍岸的典故-宜蘭童玩日報貼文 https://www.facebook.com/YICFFFNEWS/posts/1346432598704735/ 濕地保育資源網 https://wetland-tw.nps.gov.tw/tw/GuideContent.php?ID=66&secureChk=f106356c9b58a66de51a6a8b6c42f4c9 銀髮一起玩-三奇美徑 https://today.line.me/tw/v2/article/1DRQRR9 文化部國家文化記憶庫收存系統-走尪 https://tcmb.culture.tw/zh-tw/detail?indexCode=Culture_Event&id=284424 溪和水產觀光工廠 https://www.siho.com.tw/ 宜蘭縣戶外與海洋教學資源網-悠遊流流社 https://lyoe.ilc.edu.tw/image/1652425782.pdf 蘭博電子報 030 期-細說冬山河親水公園的生成 https://www.lym.gov.tw/ch/collection/epaper/epaper-detail/58498bea-ab8b-11ea-94d3-2760f1289ae7/			
節次	活動名稱 (與摘要表對應)	教學活動流程 (呼應行動學習策略設計教學活動)	時間	學習資源 (QR code)
活動前	鄉土騎俠 Go! (行前準備)	活動一：騎趣冬山河 1. 請學生分組發表他們所認知的冬河。 2. 請學生利用行動載具搜尋本次腳踏車騎乘的學習點。 3. 請學生發表搜尋的收穫，並思考本次課程中自己最期待的學習點是哪一個。 4. 運用 Google map 認識本次腳踏車騎乘		 交通安全 E 網通

		的路線。 活動二:安全上路 1. 師生一起討論騎乘腳踏車時應有的裝備及應注意的安全事項。 2. 班級腳踏車隊團練。		
07:50~ 08:00	集合整裝	1. 學生應攜帶物品檢查	10 分	
08:00~ 08:30	前往東興國小	1. 當日行程說明。 2. 當日教學重點提醒。	30 分	
08:30_09:10	三奇美徑停看聽	活動一:聆聽導覽老師解說 介紹三奇美徑的特色（如生態多樣性、景觀變化、當地物種等） 活動二:遠眺三奇 觀察四周環境，並用相機記錄。了解三奇美徑周邊的農作、河流、植被，認識其對環境的重要性。 • 學習任務:地景藝術欣賞-拍照上傳雲端，完成任務。	50 分	
09:10_10:00	五十二甲溼地知多少	活動一:介紹濕地生態系統 老師導覽，讓學生了解濕地的生物多樣性、植物群落和濕地中常見的植物（如芒草、蘆葦）、動物（如候鳥等）及其在濕地中的生態角色。 活動二:溼地動植物觀察 觀察濕地中的動植物，候鳥或穗花棋盤腳，了解它們的生態行為和與植物的關係。 • 學習任務:掃描 QRC 在 padlet 上完成賞鳥須知注意事項，並拍下一張候鳥或海濱動植物的照片上傳，完成任務。	50 分	
10:00_10:30	親水公園青龍岸	活動一: 介紹冬山河整治 冬山河早年因上游大量的泥砂，使河床積高，加上河口地形低窪不易渲洩，常常洪水為患，後經政府整治，並積極發展水上運動休閒，親水公園並成為冬山河最重要的遊憩據點。 活動二:青龍與黃龍護岸傳說 設計團隊在冬山河沿岸以卵石創造出高低起伏、彎曲有致的龍形坡道及龍首龍尾。兩岸種下不同植栽，利用植物本身的色調，來營造青龍岸與黃龍岸的意象。	20 分	 

		• 學習任務：觀察整治後的冬山河，拍下冬山河的美照，上傳拍照上傳 padlet。		
10:30_11:00	噶瑪蘭人的家 流流社	活動一：介紹流流社文化與歷史背景 流流社，因其獨立之地形，腹地雖小但聚落形式完整，享有河海兼具之豐富漁業資源，因此能以漁撈、旱地、水田並行方式，維持傳統聚落生活，周圍大片水田魚塢之平野地勢與僅存之冬山河舊河道，使樹林圍繞之沙丘聚落特別凸顯。 活動二：介紹大葉山欖與噶瑪蘭族關係 噶瑪蘭祖先在出發尋找適合居住的地方時，會帶走紀念故鄉的東西-大葉山欖。又因為大葉山欖在貧乏的土地上也能長的高大，祖先們在新居住地種植大葉山欖，希望子孫們面對再艱困的環境也要勇敢的站起來，努力活下去。 • 學習任務：觀察流流社的地形，並與縣樹-大葉山欖合照，上傳 padlet 完成任務。	30 分	  
11:00_11:40	利澤老街知多少	活動一：老街的興起與沒落 介紹利澤老街因位於水路交通位置而成為宜蘭溪南重要的貨物集散地，也造成了利澤簡的商業繁榮，但繁榮不過 20 年就因為鐵路與陸路的建設而沒落。 活動二：老街的建築 利澤老街上著名的建築物與廟宇介紹(利生醫院、利澤戲院、利澤簡教堂、永安宮)。 活動三：走尅 走尅的由來-走尅的「尅」意指神像；而走在台語的意涵中為「跑」，這個儀式就是把神像扛在肩上進行的賽跑競技。走尅的介紹-從年初開始，各庄頭熱鬧抬神轎繞境，一直到農曆正月十五日由永安宮供奉的媽祖禮尚往來做東，八大庄的神轎都來「走尅」。 • 學習任務：小組成員以影音(1 分鐘)方式介紹利澤老街著名地標及意義，並上傳 padlet，完成任務。	30 分	

11:40_ 13:00	午餐	職人余燙 DIY(小卷炊粉+白蝦一份) 魷仔魚羹	80 分	
13:00_ 15:30	河海的恩賜 水產職人大進擊	活動一:生米煮熟飯小魚飯糰 DIY+小卷壓片 親手從生米開始到煮成熟飯到包成飯糰，學會煮飯與包飯糰的基本步驟，並操作壓片機器製作小卷壓片。分享在操作過程中遇到的問題與挑戰（如米飯不夠軟、飯糰不易包裹等）並討論問題解決策略，及解決方案。 活動二:沿海漁業及加工認識 蘭陽沿海區域魚貨認識及水產加工產線了解。 活動三:創意貝殼貼畫 DIY 動手 DIY，創作一個獨一無二的貝殼貼畫。 • 學習任務: (1)完成小魚飯糰，品嚐美食拍照。(2)完成貝殼貼畫並拍照。(3)於 padlet 寫出鮮魚的保鮮技術，完成任務。	150 分	
15:30_ 16:00	整裝賦歸	本套裝行程方案結束，師生帶著滿回憶與收穫，搭車回學校。 • 回家任務:各組將照片匯整製作成簡報，在課堂上分享一日騎俠收穫與感想。		

(若表格不敷使用請自行添加)

備註：

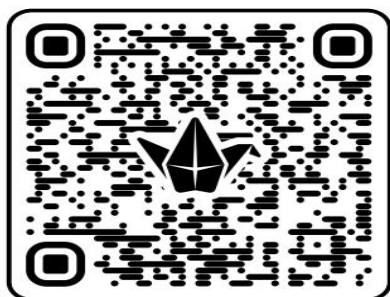
QR code 產生：將網址貼入 <https://quickmark.com.tw/cht/qrcode-datamatrix-generator/default.asp?qrLink> 即可產出，請貼入上述表格，以供學生載具使用。

九、相關附件及學習單(線上學習單請附上網址連結)

邱婷芳

Padlet 

溪南線-流動的 歷史.騎行流流 社



流動的歷史-騎行流流社

<https://padlet.com/ctf10/padlet-upbv293vt7d16g6j>