

計畫2-1：學校實施戶外教育成果報告〔員山國中〕

一、計畫名稱		聖母山莊步道生態人文探索之旅		
二、學校名稱		宜蘭縣立員山國中		
課程實施地點	<input type="checkbox"/> 跨縣市，_____縣(市) <input checked="" type="checkbox"/> 無跨縣市 地點：宜蘭縣礁溪鄉聖母山莊步道			
課程實施單位	<input type="checkbox"/> 班級 <input type="checkbox"/> 班群 <input checked="" type="checkbox"/> 學年	參與學生數	85	
		參與教師數	7	
課程主題類型	<input checked="" type="checkbox"/> 生態環境 <input checked="" type="checkbox"/> 人文歷史 <input checked="" type="checkbox"/> 山野探索 <input checked="" type="checkbox"/> 休閒遊憩 <input type="checkbox"/> 社區走讀 <input type="checkbox"/> 場館參訪 <input type="checkbox"/> 職涯探索 <input type="checkbox"/> 水域活動			
外部協作師資	共__0__位 協作師資屬性 <input type="checkbox"/> 專業課程____位 <input type="checkbox"/> 安全風險管理____位 <input type="checkbox"/> 其他：_____需求師資，____位			
協作師資資訊 (若有多位師資，請自行新增欄位)	姓名		師資類型	請選擇師資類型
	單位	(若無免填)		
	聯絡資訊	電話： 信箱：	教學類型	請選擇教學類型
	專業證書		教學專長	請選擇教學專長
協作師資資訊 (若有多位師資，請自行新增欄位)	姓名		師資類型	請選擇師資類型
	單位	(若無免填)		
	聯絡資訊	電話： 信箱：	教學類型	請選擇教學類型
	專業證書		教學專長	請選擇教學專長

三、計畫實施過程記錄

1、學期初召開戶外教育任務編組會議，

行政組：負責行程規劃、活動說明、檢討會議

總務組：交通車租賃、午餐安排、經費核銷

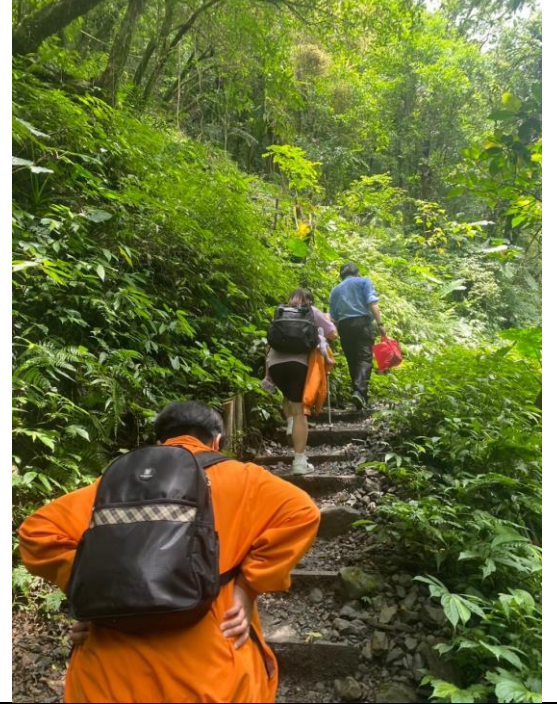
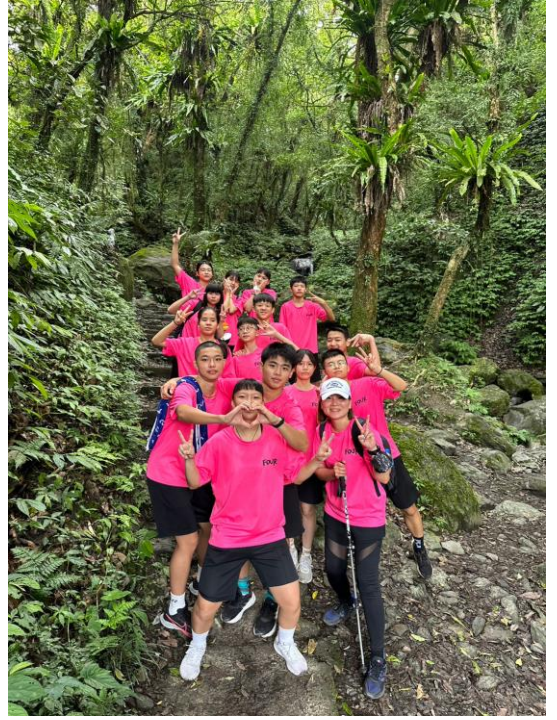
導覽組：班級學生活動中安全連繫、導覽介紹、家長通知單、設計與彙整學習單

2、出發前召開戶外教育行前會議，確認活動當日天氣概況，說明活動流程、注意事項、學生當日服裝及裝備。發放家長通知書、學生學習單，叮嚀學生活動當日若身體狀況不適，則請假不參加。

3、活動當日，再次強調注意自身安全，活動當中，不可單獨行動，應以班或小組為單位，一起集體行動。集合時務必準時，途中身體若有異狀或受傷時，速通報師長協助處理。最後發放中餐及飲用水後由各班導師親自點名並做最後確認後才上車。

4、活動前一、兩天下過雨，部分路段濕滑，提醒學生注意，避免滑倒受傷。







聖母山莊步道生態人文探索之旅學習單

班級：101 姓名：林冠樺

1. 聖母山莊朝聖地的建築「天主教堂」是模仿北京的天壇所建設，建築風格頗有中西合璧之風，也是天主教徒朝聖的所在地。
2. 聖母山莊為義大利籍的巴達修士，因多次攀登此座山頭，感應天主的啟示，花盡積蓄，雇工搬運建材所蓋建的；聖母山莊現已成為山友的避難小屋。
3. 聖母山莊步道傍溪而行，此溪流名稱為：得子溪；潮濕的溪谷環境讓森林呈現熱帶雨林的樣貌。
4. 冬季因受東北季風影響，所以山頂上僅有耐強風的植物可以生長，如：箭竹、芒草等。而原本高大的喬木為了對抗稜線上強勁風勢，長成一株株矮小密集稱為的「風衝矮林」特殊景象。
5. 抹茶山真正名字叫三角山，為蘭陽五大名山之一，也是台灣小百岳。
6. 請寫出你對此次活動的感想：

這一次的戶外教育，是我目前最累的一次。可所見到的風景也滿不錯的。雖然不是非常驚豔的景色，但也別有一番風味。上山跟下山，簡直就是不同型態的折騰。上山是容易滑倒且一不小心容易一個滾一個地滾下山，非常危險。還有回程路上因為走錯方向，過程中一度迷路，之後才跟隊友走散了。雖然出所後很累，但對這些經歷感到好奇了。

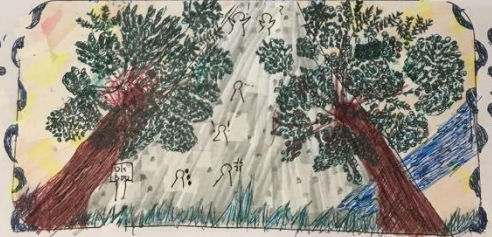


聖母山莊步道生態人文探索之旅學習單

班級：903 姓名：張銘奇

1. 聖母山莊朝聖地的建築「天主教堂」是模仿北京的天壇所建設，建築風格頗有中西合璧之風，也是天主教徒朝聖的所在地。
2. 聖母山莊為義大利籍的巴達修士，因多次攀登此座山頭，感應天主的啟示，花盡積蓄，雇工搬運建材所蓋建的；聖母山莊現已成為山友的避難小屋。
3. 聖母山莊步道傍溪而行，此溪流名稱為：瀑布溪；潮濕的溪谷環境讓森林呈現熱帶雨林的樣貌。
4. 冬季因受東北季風影響，所以山頂上僅有耐強風的植物可以生長，如：箭竹、芒草等。而原本高大的喬木為了對抗稜線上強勁風勢，長成一株株矮小密集稱為的「風衝矮林」特殊景象。
5. 抹茶山真正名字叫三角山，為蘭陽五大名山之一，也是台灣小百岳。
6. 請寫出你對此次活動的感想：

原本以為自己的體力負荷的，在剛起步時都懶懶地在聊天，走到半處就開始累了，只能團隊彼此依偎對方。到山頂時真心感到感動，看見這種壯麗的景色，15年以來第一次爬上山頂。最後下山也不能掉以輕心，下坡時因使腳步加快停不下來，還差點摔個5次。適合這些活動讓我領悟到對腳管理的觀念，管理不用像平常一樣，需無時無刻注意到瞬間變化，對這些活動的感想會佩服自己能完成挑戰。



聖母山莊步道生態人文探索之旅學習單

班級：90410 姓名：李雨潔

1. 聖母山莊朝聖地的建築「天主教堂」是模仿北京的天壇所建設，建築風格頗有中西合璧之風，也是天主教徒朝聖的所在地。
2. 聖母山莊為義大利籍的巴達修士，因多次攀登此座山頭，感應天主的啟示，花盡積蓄，雇工搬運建材所蓋建的；聖母山莊現已成為山友的避難小屋。
3. 聖母山莊步道傍溪而行，此溪流名稱為：得子溪；潮濕的溪谷環境讓森林呈現熱帶雨林的樣貌。
4. 冬季因受東北季風影響，所以山頂上僅有耐強風的植物可以生長，如：箭竹、芒草等。而原本高大的喬木為了對抗稜線上強勁風勢，長成一株株矮小密集稱為的「風衝矮林」特殊景象。
5. 抹茶山真正名字叫三角山，為蘭陽五大名山之一，也是台灣小百岳。
6. 請寫出你對此次活動的感想：

從開始到結束有開心，有無畏，有成就，雖然這過程很辛苦很累，但到最後成功登頂的時候，中間的艱辛都一瞬間就都不見了。開心到到到到到，一切苦都值得了。還遇到了一隻小鳥，牠的翅膀也很大，牠在飛，牠的聲音和那鳥的叫声不一，我就抱著牠一起登頂了。還拍了很多照片，這一天很開心。

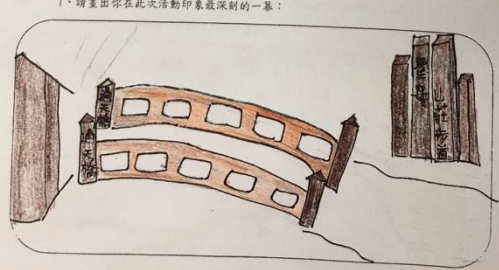


聖母山莊步道生態人文探索之旅學習單

班級：90407 姓名：殷恩齊

1. 聖母山莊朝聖地的建築「天主教堂」是模仿北京的天壇所建設，建築風格頗有中西合璧之風，也是天主教徒朝聖的所在地。
2. 聖母山莊為義大利籍的巴達修士，因多次攀登此座山頭，感應天主的啟示，花盡積蓄，雇工搬運建材所蓋建的；聖母山莊現已成為山友的避難小屋。
3. 聖母山莊步道傍溪而行，此溪流名稱為：得子溪；潮濕的溪谷環境讓森林呈現熱帶雨林的樣貌。
4. 冬季因受東北季風影響，所以山頂上僅有耐強風的植物可以生長，如：箭竹、芒草等。而原本高大的喬木為了對抗稜線上強勁風勢，長成一株株矮小密集稱為的「風衝矮林」特殊景象。
5. 抹茶山真正名字叫三角山，為蘭陽五大名山之一，也是台灣小百岳。
6. 請寫出你對此次活動的感想：

今天的聖母山莊登山戶外教育，真的是又好玩又好玩阿！上山時前面幾公里因柏油路大家都走得很慢，到了後面的階梯很滑很難走，大家的腳步也跟著放慢了下來，上山我們又花了差不多兩個小時，我和同學堅持他上了最高點，雖然不是最快但上去也是很有成就感。上面風景超美，幸好我們早一步到山上，不然後面的同學上來時煙已經差不多蓋過抹茶的顏色了。真的很好玩。



聖母山莊步道生態人文探索之旅學習單

班級：912 姓名：邱嘉瑩

1. 聖母山莊朝聖地的建築「天主教堂」是模仿北京的天壇所建設，建築風格頗有中西合璧之風，也是天主教徒朝聖的所在地。
2. 聖母山莊為義大利籍的巴瑞士修士，因多次攀登此座山頭，感應天主的啟示，花費積蓄，雇工搬運建材所蓋建的；聖母山莊現已成為山友的避難小屋。
3. 聖母山莊步道係溪而行，此溪流名稱稱為得子口溪；潮濕的溪谷環境讓森林呈現熱帶雨林的樣貌。
4. 冬季因受東北季風影響，所以山頂上僅有耐強風的植物可以生長，如：箭竹、芒草等，而原本高大的喬木為了對抗強線上強勁風勢，長成一株株矮小密集稱為的「風衝矮林」特殊景象。
5. 抹茶山真正名字叫三角山，為蘭陽五大名山之一，也是台灣小百岳。
6. 請寫出你對此次活動的感想：

在這次活動中我到了感為特殊，森林如濃霧，已聽到了幾分年喘工無聲的響聲，彷彿看到了有人在山頂揮舞著旗幟，聽著風吹到耳邊的聲音，原來在山上頂層就感覺像有股氣流，而風聲聲大為什麼聽不到，在去山下山腰感覺，而是之微風你聽覺我前能辨別，打雷，而正石強後為有陣陣的陣陣還是沒的，等到我獲勝腳底酸了，這一路上的陣陣風與山迴響我長登頂，但在同時的互相幫助，鼓勵下我走了幾程，途中也遇到幾位好心的遊客們引導，感覺大山也可以很輕鬆。

7. 請畫出你在此次活動印象最深刻的一幕：



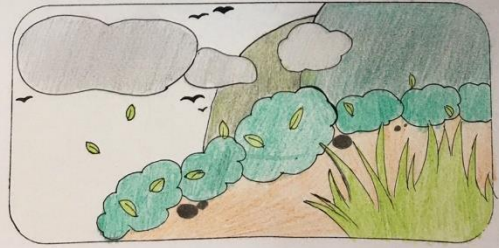
聖母山莊步道生態人文探索之旅學習單

班級：92 姓名：林奇時

1. 聖母山莊朝聖地的建築「天主教堂」是模仿北京的天壇所建設，建築風格頗有中西合璧之風，也是天主教徒朝聖的所在地。
2. 聖母山莊為義大利籍的巴瑞士修士，因多次攀登此座山頭，感應天主的啟示，花費積蓄，雇工搬運建材所蓋建的；聖母山莊現已成為山友的避難小屋。
3. 聖母山莊步道係溪而行，此溪流名稱稱為：得子口溪；潮濕的溪谷環境讓森林呈現熱帶雨林的樣貌。
4. 冬季因受東北季風影響，所以山頂上僅有耐強風的植物可以生長，如：箭竹、芒草等，而原本高大的喬木為了對抗強線上強勁風勢，長成一株株矮小密集稱為的「風衝矮林」特殊景象。
5. 抹茶山真正名字叫三角山，為蘭陽五大名山之一，也是台灣小百岳。
6. 請寫出你對此次活動的感想：

看了看見上面的景色，雖然爬得很累，滿頭大汗，但我沒有停下腳步，都已經爬了這麼高，這時候放棄就不行了！所以我一直堅持往上爬，但是爬到最頂端時，我有些大意，把上面全是霧，幾乎什麼都看不見，沒被霧擋住的三人呈現灰綠色，與我想像中的景色跟今天大不相同。雖然沒有看見美景，但我覺得很值得，因為我靠自己成功登頂了，我也突破了自己的極限。

7. 請畫出你在此次活動印象最深刻的一幕：



聖母山莊步道生態人文探索之旅學習單

班級：902 姓名：林佑欣

1. 聖母山莊朝聖地的建築「天主教堂」是模仿北京的天壇所建設，建築風格頗有中西合璧之風，也是天主教徒朝聖的所在地。
2. 聖母山莊為義大利籍的巴瑞士修士，因多次攀登此座山頭，感應天主的啟示，花費積蓄，雇工搬運建材所蓋建的；聖母山莊現已成為山友的避難小屋。
3. 聖母山莊步道係溪而行，此溪流名稱稱為：得子口溪；潮濕的溪谷環境讓森林呈現熱帶雨林的樣貌。
4. 冬季因受東北季風影響，所以山頂上僅有耐強風的植物可以生長，如：箭竹、芒草等，而原本高大的喬木為了對抗強線上強勁風勢，長成一株株矮小密集稱為的「風衝矮林」特殊景象。
5. 抹茶山真正名字叫三角山，為蘭陽五大名山之一，也是台灣小百岳。
6. 請寫出你對此次活動的感想：

這聖母山莊山莊，山莊的建築風格與天壇的相似，磚牆、屋瓦、窗戶，都充滿了歷史感，但最吸引我的還是山莊的歷史和故事，聽說山莊的建築風格與天壇的相似，磚牆、屋瓦、窗戶，都充滿了歷史感，但最吸引我的還是山莊的歷史和故事，聽說山莊的建築風格與天壇的相似，磚牆、屋瓦、窗戶，都充滿了歷史感，但最吸引我的還是山莊的歷史和故事。

7. 請畫出你在此次活動印象最深刻的一幕：



聖母山莊步道生態人文探索之旅學習單

班級：903 姓名：李冠恩

1. 聖母山莊朝聖地的建築「天主教堂」是模仿北京的天壇所建設，建築風格頗有中西合璧之風，也是天主教徒朝聖的所在地。
2. 聖母山莊為義大利籍的巴瑞士修士，因多次攀登此座山頭，感應天主的啟示，花費積蓄，雇工搬運建材所蓋建的；聖母山莊現已成為山友的避難小屋。
3. 聖母山莊步道係溪而行，此溪流名稱稱為：得子口溪；潮濕的溪谷環境讓森林呈現熱帶雨林的樣貌。
4. 冬季因受東北季風影響，所以山頂上僅有耐強風的植物可以生長，如：箭竹、芒草等，而原本高大的喬木為了對抗強線上強勁風勢，長成一株株矮小密集稱為的「風衝矮林」特殊景象。
5. 抹茶山真正名字叫三角山，為蘭陽五大名山之一，也是台灣小百岳。
6. 請寫出你對此次活動的感想：

今天能登上聖母山莊，大概是我目前為止最累的一天吧！剛開始爬的時候，還不知道最難爬的是在哪裏，其實爬到第二個休息站時，我已經不想放棄了，但為了不想拖累隊友們，還是硬著頭皮往上爬，但真正完成後，時常的成就感，下山時的階梯隨處可見，感覺是百倍的，雖然下山時，雖然階梯都是石階，但至少沒有受傷，但最難爬的是在的途中，感覺是百倍的，雖然下山時，雖然階梯都是石階，但至少沒有受傷，但最難爬的是在的途中，感覺是百倍的，雖然下山時，雖然階梯都是石階，但至少沒有受傷。

7. 請畫出你在此次活動印象最深刻的一幕：



五、成效檢討與建議

- 1、透過這次的校外學習經驗，同學們除了可以鍛煉身體意志，也可接觸並體驗大自然之美。
- 2、學生分組在爬山的活動過程中，學習互相幫助、互相扶持，是非常棒的一件事。
- 3、活動的行前規劃及行前教育完善，學生爬完山後雖然覺得很累，但還是很喜歡此活動。
- 4、活動一開始學生健步如飛，但過一陣子後，已有人體力不支，平時應加強學生體能訓練及上山時的配速，與下山的速度及動作技巧。
- 5、學生爬山時，很多人一開始衝得很快，想要一口氣往上到達目的地，結果不但可能導致爬到一半就沒力、氣喘吁吁。須讓學生明白在短時間內海拔爬升太多易引發缺氧、喘不過氣。上山應做好配速更持久、更有耐力。
- 6、每個人的體力不同，行動速度快慢，行進隊伍便拉得很長，照應上會發生困難，中繼站須加派人手支援。
- 7、山區收訊差，甚至完全收不到訊號，建議改以無線電作為連繫之用。
- 8、必須建立學生若不慎受傷時，救援處理的 SOP 機制。

六、計畫經費收支結算表

宜蘭縣員山鄉員山國民中學結報表

案件名稱：宜蘭縣111學年度學校實施戶外教育計畫					
子計畫二-1：學校實施戶外教育「聖母山莊步道生態人文探索之旅」					
依據：據宜蘭縣政府111年9月2日府教課字第1110130768B號函及111學年度宜蘭縣實施戶外教育與海洋教育計畫辦理					
核定項目	核定金額	支用項目	金額	憑證編號	備註
交通費	13,500	交通費	13,500	96	
保險費	3,400	保險費	2,273	98	
膳費	7,600	膳費	7,440	98	
印刷費	1,300	印刷費	1,300	114	
雜支	1,200	雜支	1,200	114	
合計	27,000		25,713		
填表人： 教師兼任課程發展組長 侯淑貞 教師兼任教務主任 吳宏達 主辦會計人員： 會計室 高如玉 機關長官： 校長 傅偉					
填表說明：本表請依核定計畫填報，各核定項目與支用項目應互相對應。					