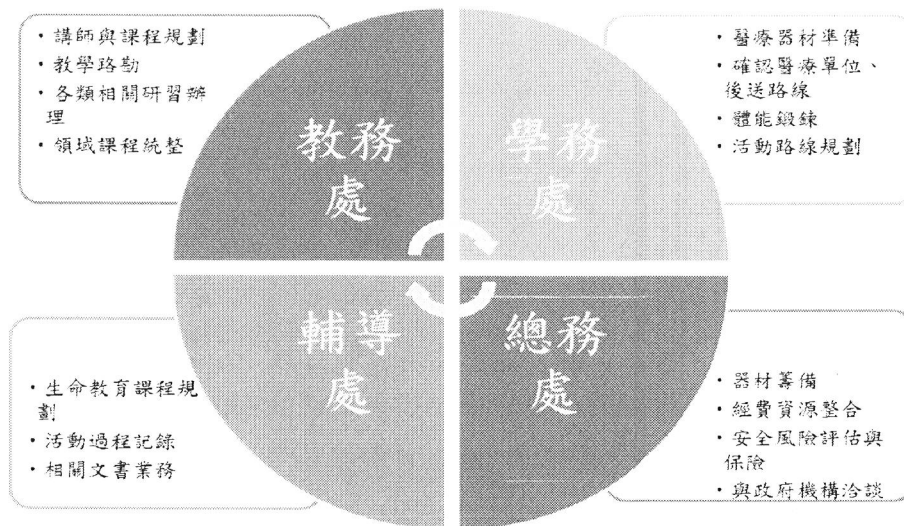


## 宜蘭縣 108 學年度學校實施戶外教育計畫

編號：1-16

## 子計畫一：學校實施戶外教育方案申請表

主題名稱	東方之光 L.I.F.E. 方案--「烏山野外探索生活營」
申請學校	宜蘭縣立東光國民中學
計畫 目標	<p>一、Lifelong：一輩子的素養。</p> <p>透過戶外學習，讓學生打開視野，能自主行動，補足生命成長的經驗，培養個人價值觀並擁有主動研究探索與解決生活問題的素養。</p> <p>二、Interesting &amp; Integrated：興趣與整合。</p> <p>多元的教育讓孩子有更多發揮的空間，能正確運用知識、工具和資訊能力與他人互動等。並且能在異質性的社群中互動中，發展和經營良好人際關係的能力、團隊合作的能力完成學習任務。</p> <p>三、Flip：翻轉。</p> <p>學校課程規劃以領域學科為範疇，著重學科知識概念；而戶外教育課程則強調真實情境中的學習，為整合知識概念與技能的學習方式，戶外教育以探索體驗為媒介，藉由直接經驗啟發五感的學習並發展主體經驗，因此透過讓學生自己掌握學習主導權，從查詢資料探勘，在戶外環境照顧自己、獨立生活等課程。能讓學習的知識緊密連結且可以讓學生互助合作，完成學習任務。</p> <p>四、Effective：效能。</p> <p>戶外教育方案的推動，能夠培養學生良好的學習態度與經驗學習，讓學生主動探索周遭環境並學得統整的知識，提升學習的成效。而教師們也透過研習講座的精進與分享經驗，增廣學科專業知識與戶外教學的連結，導引出每個孩子的潛能。讓戶外教學不僅是量的變化，也是質的提升。</p>
計畫 能力 指標	<p>1-4-2 透過不同的活動或方式，展現自己的興趣與專長。</p> <p>2-4-2 規劃適合自己的休閒活動，並學習野外生活的能力。</p> <p>4-4-2 分析人為和自然環境可能發生的危險與危機，擬定並執行保護與改善環境之策略與行動。</p> <p>7-4-0-6 在處理問題時，能分工執掌、操控變因，做流程規劃，有計畫的進行操作</p> <p>1-4-2 分析自然環境、人文環境及其互動如何影響人類的生活型態。</p>
計畫 要點	<p>一、路線：烏山野外生活營</p> <p>二、辦理時間：108 年 11 月中旬，二天一夜</p> <p>三、實施對象：東光國中七、八年級學生</p> <p>四、參與人數：100 人</p> <p>五、任務分工：</p>



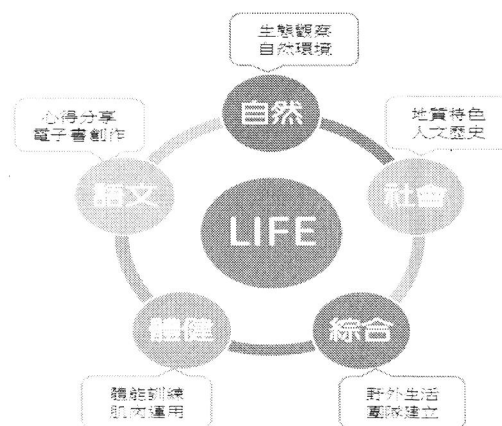
六、專業成長規劃：由教務處針對本次課程內容（如：無痕山林理念與操作），安排專長師資對本團隊成員及有興趣參與之教師，辦理專業增能研習。

七、教學策略：

- (一) 分組合作學習：以小隊分組方式進行分組合作學習，讓學生在真實情境中學習，擁有溝通協調、團隊合作的能力。
- (二) 數位資訊與科技融入：運用資訊與數位科技載具，讓同學擁有離開教室內的學習活動。
- (三) 實做：透過「做中學、學中做」的體驗式、操作型學習活動，讓每個學生擁有解決問題及戶外探索的能力。

一、課程架構

針對野營所需之知識與技能，先在學校進行先備的學習課程，透過「做中學、學中做」體驗式、操作型的課程活動安排，讓學生具有野外生活的基本能力，再帶領學員自行背負野外生活所需裝備，以一步一腳印的健行方式，前往自然教室場域——烏山營地，在營地進行野外生活的體驗與自然生態課程，並針對真實遭遇的問題，進行分析討論、團隊合作，實際解決問題。



實施內容

## 二、活動設計

### (一) 自然場地環境資源

「有人登玉山，我們爬家鄉的山；讓宜蘭的山成為東光自然教育的場域，更是東光學子驗證學習的場所。」

「鄉土教育」是教育部在 97 年起增列的重要議題教育，強調立足鄉土，促進愛鄉情懷的養成，培育出未來具有創造力的國民。本校試著從宜蘭地區出發，藉由認識宜蘭地區的古道歷史與自然環境，來強化本校學生愛鄉情懷。因此選擇了頭城鎮外澳地區的烏山，採野營方式實際走訪石空古道及梗枋溪上游，透過自然環境的生態體驗課程及古道歷史的探訪，培養學生愛家愛鄉的情懷。

### (二) 教師準備活動

將本團隊教師依專長分為行政組、課程設計組、戶外活動組、安全醫療組。

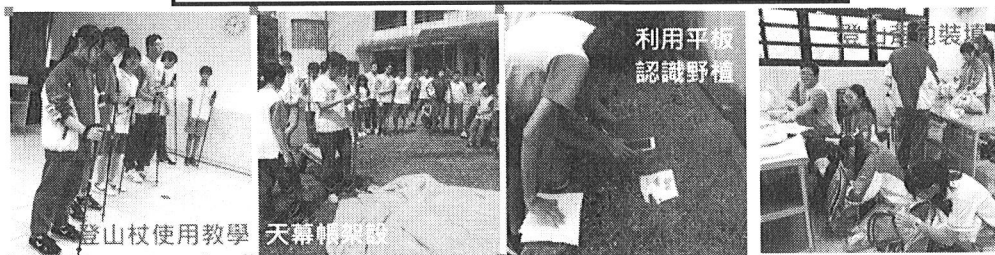
- 1、行政協調與支持：行政組負責辦理保險、器材保管與借用、規劃各項會議、召開親師生課程說明會，讓親師生理解課程進行方式、個人在課程扮演的角色是積極的自我學習、課程相關安全規定的重要性
- 2、協調領域課程融入與設計：課程設計組教師，依照課程目標設計以素養為導向之課程，讓學生透過合作學習及任務型課程進行學習。

### (三) 學生準備活動

為了讓學生在進行戶外課程前具備自然觀察、探索古道的先備知識因此規劃

- (1) 古道歷史文化課程：由社會領域教師群設計學習單，讓學生透過數位閱讀方式深入認識蘭陽先民與古道的故事。
- (2) 自然環境與生態課程：由自然、地理教師針對石空古道及烏山營地常見的動、植物生態、地質環境等內容設計學習單，整合數位科技載具讓學生進行合作式學習，並能將相關知能進行報告分享。
- (3) 無痕山林 (LNT) 課程：由綜合領域教師設計無痕山林 (LNT) 課程，讓同學在參與戶外探索前，均擁有無痕山林的知能並具備愛護自然的態度。

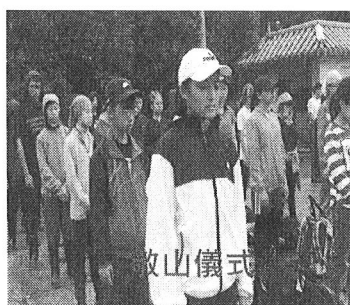
校內先備課程	授課老師
裝備課程	童雅蘭老師
LNT 觀念與炊事課程	童雅蘭老師
營地建設課程	方士源老師
野外可食植物課程	游淑惠老師



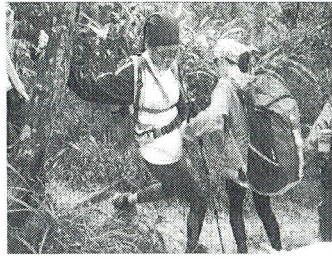
#### 四、戶外野營課程

- (1) 以石空步道和烏山營地進行野外露營生活體驗課程，
- (2) 交通方式：以徒步健行方式，規劃登山行進路線與營地規劃安排。
- (3) 行進方式：依學生人數及體能測驗分級進行小隊分組。
- (4) 安全醫療組依據戶外行進路線規劃醫療人員待命提供緊急醫療服務。
- (5) 敬山儀式：活動出發前一刻，我們會要求所有學生低頭眼睛閉上，由總領隊來鼓勵學員，並強化無痕山林的理念。
- (6) 人員掌控：行程中隨時點算人數，確認學生都在活動場域內。
- (7) 時間掌控：控管作息時間，確認學生有足夠休息時間。
- (8) 安全確保：戶外教學安全是最高指導原則。帶隊師長的專業經驗、安全意識、活動態度及體能是很重要的指標。而參加者也必須要有良好的參與態度、基本的應付能力及安全的活動意識訓練。
- (9) 糧食與飲水供應：須確認飲水及食物的充足。

時間	第一天
0800-0830	報到（東光國中）
0830-0930	出發
0930	抵達「石空古道」登山口
0930-1430	課程一：古道動植物生態實察
1430-1630	課程二：野外營地規劃與帳棚搭設
1630-1830	課程三：野外炊事技巧
1830-2000	課程四：溪流生態夜間觀察
2000-2100	課程五：團體互動與分享
2100-2130	盥洗
2130	就寢
時間	第二天
0630-0700	起床、盥洗
0700-0800	早餐
0800-1000	課程六：梗枋溪源頭生態探索
1000-1100	課程七：拔營滅跡技巧與實做
1100-1300	午餐
1300-1500	課程八：無痕山林理念與實踐
1500	抵達外澳車站
1500-1600	賦歸



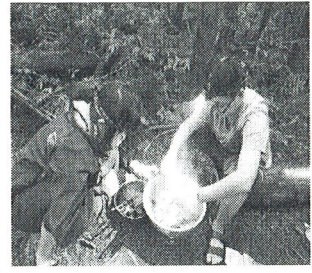




林道行進



營地建設



夜間炊事

### 五、回饋與反思

活動後聚會、心得分享完整的戶外教學，並非在活動執行結束就告一段落，而是須要一個讓師生反思的過程，透過這個過程---讓彼此成長。



這幾天  
 體驗了在溼溼冷冷的山上生活  
 體驗了東倒西歪走過鬼馬路的山路  
 體驗了從容清涼的溪邊打水、抓魚蝦、曬太陽、洗菜、取水煮飯...  
 體驗了只睡在(上面一塊布+天幕)+(下面一塊布+地布)的夜晚  
 體驗了好溫暖的篝火烤自己、烤雞六條、烤棉花糖、烤鞋子...  
 體驗了升火煮飯、圍爐吃火鍋、羊肉爐、泡麵...  
 體驗了奇異的山景  
 體驗了雨鞋VS登山鞋VS布鞋  
 體驗了腳走到快斷了還不能放棄的心曠神怡  
 體驗了山裡頭的空氣、聲音、味道...  
 體驗了每個人互相打氣、互相幫忙  
 體驗了跟一羣大老山上生活的好多、好多、好多.....

1. 心得分享：參加學生的心得報告。
2. 推廣教育：將學生優秀作品及活動記錄以影片、粉絲頁、校刊方式呈現，讓全校師生及家長欣賞。
3. 檢討改進：召開工作檢討會議，針對課程實施前、中、後提出建議，並於下次課程規劃執行時予以修正。

預期成效

#### 一、量化預期成效

1. 發展教師專業學習社群並建置本校戶外教學教材庫資料(教案、影片、教材、學習單)。
2. 辦理戶外教學主題活動、辦理成果發表會。

#### 二、質性預期成效

1. 建立戶外教學課程發展歷程教學檔案及學生學習成果教學檔案。
2. 能學習野外活動知識及技能。
3. 落實合作學習與圖資利用教育，扎根學生 5C 能力與閱讀力：
  - (1) 能利用平板電腦進行資料蒐集、能利用群組互動工具進行小組討論。
  - (2) 能利用閱讀理解策略自行學習課外相關課程。

經費概算表

如附件 2

承辦人：

李師兼代學務處主任 方士源

主任：

李師兼代學務處主任 方士源




會計主任：

會計室主任 李美青

校長：

校長陳志勇

教育部國民及學前教育署  
補助計畫項目經費  
(子計畫一)

申請單位： 宜蘭縣立東光國中				
計畫名稱：東方之光 L. I. F. E. 方案--「烏山野外探索生活營」				
計畫期程： 108 年 8 月 1 日至 109 年 7 月 31 日				
計畫經費總額： <u>56,900</u> 元，向國教署申請補助金額： <u>56,900</u> 元，自籌款： <u>0</u> 元				
經費項目	計畫經費明細			
	單價(元)	數量	總價(元)	說明
外聘講師鐘點費	1,600	6	9,600	依實際授課情形核支
代課鐘點費	360	5	1,800	依實際課程所需核支
交通費	9,000	1	9,000	依實際課程需求安排交通車輛或大眾交通系統運輸人員、裝備
裝備、器材費	18,000	1	18,000	依戶外課程實際需求核支(例：登山杖、爐具、背包、帳棚、攀登繩索等)
膳費	80	100	8,000	午餐*2、晚餐*1，參與 100 人次，不足部分由學校自籌
印刷費	7,800	1	7,800	學習單、成果印製等碳粉、紙張
雜支	2,700	1	2,700	文具、紙張等其他未列之辦公事務費。
合計			56,900	業務費得依實相互勻支
承辦單位：		主(會)計單位：		機關學校首長：
				



宜蘭縣辦理戶外教育實施計畫學校申請案審查作業表（子計畫一）

學校名稱	宜蘭縣立東光國中				
學校基本資料	1. 107~109 學年核定學校類型： <input checked="" type="checkbox"/> 一般地區學校 <input type="checkbox"/> 非山非市地區學校。 2. 全校班級學生數： <u>24</u> 班 <u>639</u> 人。 3. 弱勢學生人數： <u>168</u> 人，佔全校學校學生比率： <u>26.29</u> % (含低收、中低收、原住民、身心障礙、新住民)				
審查項目	指標	配分	自評 分數	審查小組 核定分數	備註
一、計畫目標性及完整性	1. 成立工作小組。 2. 計畫內容符合「教育部國民及學前教育署補助實施戶外教育要點」目標及補助範圍。 3. 計畫完整周延，推動策略具體可行。 4. 經費具可行性。	20	18		
二、課程特色性	1. 課程（活動）規劃與在地特色及學校課程結合。 2. 課程規劃優先發展、深化學校本位之課程及教學。 3. 有配合之作業單或學習單。 4. 有配合之教學活動及教學補充資料。	20	18		
三、專業成長性	1. 借重參訪或體驗活動解說系統之專長，帶動師生體驗欣賞及創作風氣。 2. 協助學校師資專業成長。	15	13		
四、資源整合性	結合校外各場館戶外教育策略聯盟及學校教學優勢共同推展，運用系統觀戶外教育資源整合網路平台成果，以提升戶外教育實施成效。	15	13		
五、普遍務實性	課程務實推展戶外教育，能使多數學生普遍受惠，發揮最大教育價值。	15	13		
六、永續發展性	戶外教育之進行考量學校永續發展原則，發展各學年縱向規畫，建立戶外教育支持體系，確保戶外教育安全流暢。	15	13		
合計		100	88		

學校承辦人：



主任：



校長：



審核小組委員：