

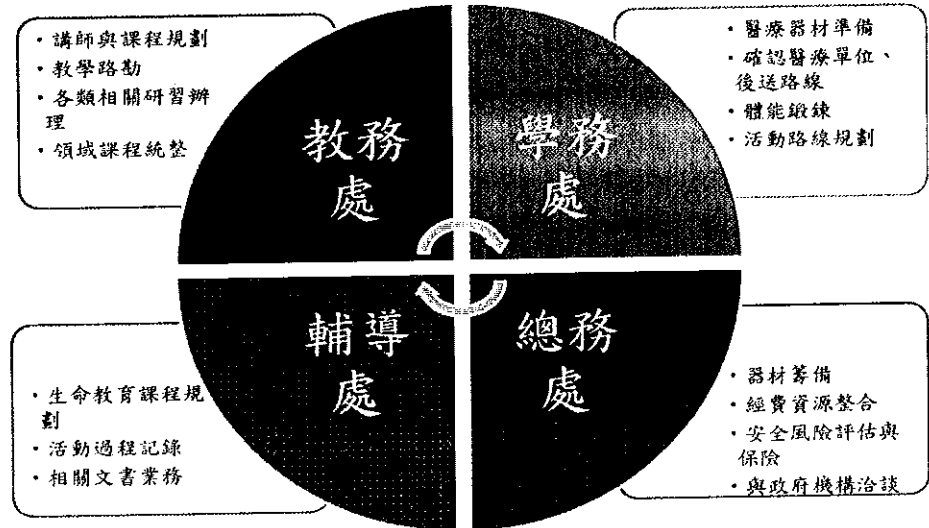
## 宜蘭縣 113 學年度學校實施戶外教育計畫

## 子計畫 2-1：學校實施戶外教育方案申請表

申請學校	宜蘭縣立東光國中	
計畫名稱	成就東光 C.E.O.~「草嶺古道踏查」	
課程實施地點	<input type="checkbox"/> 跨縣市，_____縣(市) 地點：(請填列鄉鎮及場域名稱) <input checked="" type="checkbox"/> 無跨縣市 地點：宜蘭縣頭城鎮草嶺古道	
課程屬性	<input type="checkbox"/> 搭配部定課程延伸實施，結合領域、單元： <input checked="" type="checkbox"/> 屬於校訂課程設計規劃，校訂課程名稱：成就東光 C.E.O.	
課程實施類型	<input type="checkbox"/> 生態環境 <input type="checkbox"/> 人文歷史 <input checked="" type="checkbox"/> 山野探索 <input type="checkbox"/> 休閒遊憩 <input type="checkbox"/> 社區走讀 <input type="checkbox"/> 場館參訪 <input type="checkbox"/> 職涯教育 <input type="checkbox"/> 水域活動	
課程實施單位	<input type="checkbox"/> 班級 <input type="checkbox"/> 班群 <input checked="" type="checkbox"/> 學年	
課程是否搭配外部協作師資(請逐一詳列所屬單位及姓名)	<input checked="" type="checkbox"/> 是 (協作師資所屬單位及姓名：Give Training 肌力與體能訓練中心，吳南毅教練、輔仁大學體育系畢、MJP-CNDS 青少年體能訓練專家，專長：肌力與體能訓練，聯絡電話：0925-128032) <input type="checkbox"/> 否	
計畫	計畫目標	<p>一、Caring &amp; Creation：關懷&amp;創造</p> <p>在生活中學習，戶外教育方案進行反思與創造。透過學習任務，積極與同學互動，使學生在課程中增加生命經驗，在生活中關聯閱讀內容，懂得如何溝通與表達，將學到的知識自然運用在生活中。</p> <p>二、Experience &amp; Effective：體驗&amp;效能提升</p> <p>培養學生良好的學習態度與經驗學習，教師提供多元資源與經驗學習的機會，讓學生主動探索周遭環境學得統整知識，透過主題設定，進行探索學習，讓學生自己提問，找資料，找答案，形成系統性知識，提升學習成效。</p> <p>三、Object&amp;Organism：觀察學習、有機調整</p> <p>學習過程的本質就是一個有機體，強調過程中的認真與負責，而進步的幅度由孩子自行確認、發覺與修正。戶外教育以探索體驗為媒介，藉由直接經驗啟發五感學習並發展主體經驗，因此室內外課程是相輔相成。以任務及合作學習方式，重視學生個別學習差異，發掘學生亮點，強調責任與態度學習，不只看學習成果，而是讓孩子在過程中修正，持</p>

	續茁壯為擁有認真與負責態度的東光 CEO，做自己學習的主人。	
落實 SDGs 指標	本計畫配合宜蘭縣政府於 2021 年提出「2021 聯合國永續發展目標宜蘭縣自願檢視報告」並落實執行 SDG 4 優質教育 細項指標 4.5 提供弱勢學生參與多元教育。 SDG15 陸域生態 細項目標 15.4 保護生物多樣性和自然棲息地。	
對應 12 年 國教核心 素養、學 習重點	領域核心素養  (應與下列學習表現及學習內容有對應關係)	綜 J-C1 探索人與環境的關係，規劃、執行服務學習和戶外學習活動，落實公民關懷並反思環境永續的行動價值。 自-J-B2 能操作適合學習階段的科技設備與資源，並從學習活動、日常經驗及科技運用、自然環境、書刊及網路媒體中，培養相關倫理與分辨資訊之可信程度及進行各種有計畫的觀察，以獲得有助於探究和問題解決的資訊。 社-J-C3 尊重並欣賞各族群文化的多樣性，了解文化間的相互關聯，以及臺灣與國際社會的互動關係。
	學習內容	綜合活動 童 Cc- IV-2 戶外休閒活動知能的整合與運用。 童 Db- IV-3 友善環境的樂活旅行與遊憩活動。 自然科學 Lb-IV-2 人類活動會改變環境，也可能影響其他生物的生存。 社會 歷 D-IV-1 地方史探究
	學習表現	綜合活動 3d-IV-1 探索、體驗個人與環境的關係，規劃並執行合宜的戶外活動。 自然科學 po-IV-1 能從學習活動、日常經驗及科技運用、自然環境、書刊及網路媒體中，進行各種有計畫的觀察，進而能察覺問題。 社會 歷 1b-IV-2 運用歷史資料，進行歷史事件的因果分析與詮釋。

- 一、實施地點：草嶺古道
- 二、辦理時間：113年10月~11月（視學校行事曆安排）
- 三、實施對象：本校七年級學生
- 四、參與人數：預計 100 人（學生 90 人、教師 10 人、家長 0 人）
- 五、任務分工：



六、風險評估與安全管理機制：

A、活動前

計畫要點

(1) 根據「山野活動戶外教育風險評估與安全管理矩陣表」（如附表一）進行風險評估，找出活動之潛在危機，並擬定適當之應對措施。

附表一

山野活動戶外教育「風險評估與安全管理矩陣表」表

課程名稱： 活動地點： 戶外實作日期： 年 月 日（天數： 天 夜） 活動屬性： <input type="checkbox"/> 步道踏青 <input type="checkbox"/> 進行登山 <input type="checkbox"/> 探勘登山（雲林等地） <input type="checkbox"/> 技術攀登（冰/雪/海/溪） 人員結構：領隊級（教練/指導員） 人、嚮導級（助教/助理學員） 人、 學員 人、學員 人			
風險類別 評估與控制	A. 環境風險 (增城環境好壞因素)	B. 人員風險 (人員結構素質因素)	C. 裝備風險 (使用器材器材質量)
一、識別可辨識的因該與危險	人為因素： 1. 2. 非人為因素： 1. 2.	人為因素： 1. 2. 非人為因素： 1. 2.	人為因素： 1. 2. 非人為因素： 1. 2.
二、列舉風險項目 (潛在意外及意外造成之傷害損失)	人為因素： 1. 2. 非人為因素： 1. 2.	人為因素： 1. 2. 非人為因素： 1. 2.	人為因素： 1. 2. 非人為因素： 1. 2.
三、評估發生風險的機率與危險程度	發生機率： (低/中/高) 危害類別與程度： (各類別低/中/高)	發生機率： (低/中/高) 危害類別與程度： (各類別低/中/高)	發生機率： (低/中/高) 危害類別與程度： (各類別低/中/高)
四、控制策略 (評估控制與降低風險的有效手段)	內部可解決： 1. 2. 外部可解決： 1. 2.	內部可解決： 1. 2. 外部可解決： 1. 2.	內部可解決： 1. 2. 外部可解決： 1. 2.
五、評估是否已採用有效策略	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
六、評估風險結果 (評估可承擔或不可承擔)	可承擔程度： <input type="checkbox"/> 團隊可高空承擔 <input type="checkbox"/> 團隊僅能中座承擔 <input type="checkbox"/> 超出團隊可承擔範圍	可承擔程度： <input type="checkbox"/> 團隊可高空承擔 <input type="checkbox"/> 團隊僅能中座承擔 <input type="checkbox"/> 超出團隊可承擔範圍	可承擔程度： <input type="checkbox"/> 團隊可高空承擔 <input type="checkbox"/> 團隊僅能中座承擔 <input type="checkbox"/> 超出團隊可承擔範圍
總結評估 與安全防護建議			

(2) 根據「山野環境戶外教育安全檢核表」(如附表二)進行事前評估,經評估為低風險時則可依規劃執行;若評估於中風險時,則即刻採取降低風險之必要措施及改進策略。若評估為高風險,則提交相關會議決議是否終止活動。

附表二

山野環境戶外教育安全檢核表

類別	題次	自我檢核題項	1、完全同意	2、同意	3、尚可	4、不同意	5、完全不同意
人	1	(專業人力) 山野教育活動安全課程之專業人力十分充足。					
	2	(行政支持) 學校主管對此次山野教育活動行政協助完全支持。					
	3	(體能準備) 所有參加人員均於事前積極訓練並達基本體訓要求。					
	4	(團隊建立) 活動前充分編組並培訓中隊/小隊幹部、小隊守護生。					
事	5	(課程主題) 對此次山野教育活動課程目標與主題內容充分了解。					
	6	(活動類型) 對此次山野活動類型潛在風險與安全規範充分了解。					
	7	(行前課程) 對此次山野活動之行前課程與各項準備充分而詳實。					
	8	(緊急應變) 充分了解山野活動意外事故 SOP 並備妥緊急應變計畫。					
時	9	(季節因素) 充分了解此次山野活動之季節與天候因素並做好準備。					
	10	(課程安排) 因應課程目的與人力組成已精確安排好活動時間。					
	11	(日夜因素) 充分了解山區日夜溫差與夜間風險並妥當規劃活動時間。					
	12	(行進速度) 對於全隊人員體能與團隊行進速度控管已經精確掌握。					
地	13	(環境危機) 對目標地點潛藏的環境危機與風險類型已做好事前評估。					
	14	(山區路徑) 已充分掌握目標地點與活動類型之山野路徑環境現況。					
	15	(山野民主) 前進目標地點之衣/食/住等資訊掌握充分並妥當妥善。					
	16	(緊急救護) 對目標地點周邊之醫療與緊急救護資源已詳實掌握。					
物	17	(裝備整備) 對此次山野環境與活動所需各項專業裝備已充分備妥。					
	18	(裝備使用) 所有參加人員對於所需使用之裝備都能正確使用。					
	19	(後勤整備) 此次山野活動後勤補給與通訊等整備作業已充分完成。					
	20	(醫療用品) 隊伍中有專人統整應所需急救與相關醫療藥品用品。					

說明:

1. 學校端若沒有足夠的專業經驗來填表檢核, 得有「專家協力」共同評估。
2. 檢核表採 5 級分, 滿分 100 分。80 分以上為低風險, 建議仔細檢核出發前的各項整備; 60-80 分之間為中風險, 建議應採取降低風險的必要措施與改進策略, 再重新檢核一次, 看看是否已經降低風險; 60 分以下為高風險, 短時間內恐未必可以找出降低風險的手段, 建議取消此行, 待重新整備就緒再重新評估。

(3) 出發前, 召開行前說明與各項檢查相關會議, 確保安全整備到位。

(4) 於活動前, 提供活動行前通知予學生及帶隊教師, 並利用集會與師生進行確認。

(5) 學生與學生之間、各班導師與領隊之行政人員之間, 以及各領隊人員之間建立適當之通聯管道。

#### B、活動中

(1) 依據學生生理與心理狀態確實進行適當分組, 指定身心素質相對穩定的學生擔任組長, 並確實賦予組長應有的任務與回報機制。

(2) 各班導師隨時注意班級學生之隊伍紀律和小組自主管理能力, 確保每一位成員都能隨時受到關注與照顧。

#### C、緊急應變與安全通報

(1) 發生意外事件時, 若非危急且能立即處理之問題, 則由隨隊之救護人員進行適當之處置。

(2) 意外事件若為危急個案, 或需進階處置之非危急個案, 則立即請求外部救護單位協助(119), 並即刻進行校安通報並與教育主管機關

聯繫通報，同時即刻通知家長現場情況與後續處置方式。

- (3) 意外事故若未影響活動整體之進行，則可依原計畫繼續執行之，惟應針對意外事件之發生原因、可預防之措施等於現在再次提醒學生注意。意外事故若對於活動進行產生影響，則由現場領隊及副領隊討論決議是否立即終止活動，或於無風險之前提下進行適當之行程變更。
- (4) 隨隊醫療人員由本校護理師擔任，意外傷害發生第一時間經在場醫療人員或帶隊師長評估需進階處置之非危急個案，會請求(119)宜蘭縣消防局大里分隊協助轉送個案，至本縣陽明交通大學附設醫院進行救治。

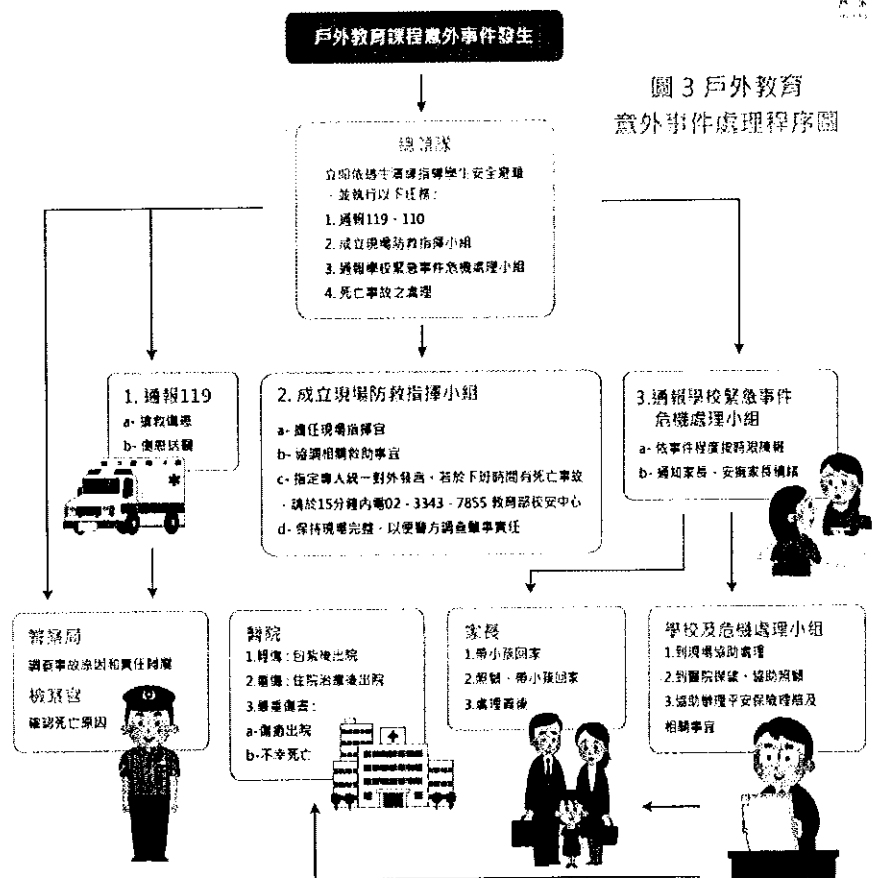


圖 3 戶外教育意外事件處理程序圖

#### D、特殊災害防救與應變措施

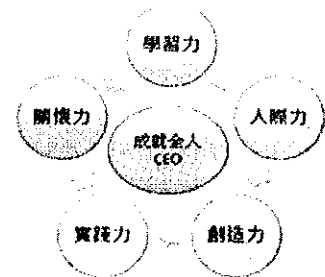
- (1) 活動中如遇天災類緊急事故(如地震、無法預期之土石流等)，立即終止活動以避免二次傷害，並儘速依循相關措施進行安全防護與撤退。
- (2) 若遭逢非預期性的重大人禍事件，例如交通事故、火災、其他意外傷害、及各項非預期性重大事故等等，若未影響活動之進行，則依原計畫繼續執行之；若有影響活動之進行，則依現場領隊及副領隊討論決議是否立即終止活動。

實施內容

## 一、課程計畫

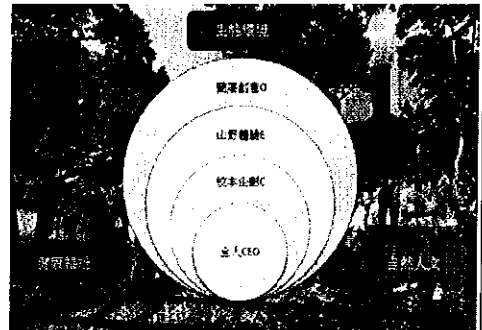
### (一) 課程架構

透由跨領域戶外課程之發展建構，落實十二年國教學習體驗，並發展團隊，建構跨學科課程模組，而非單一領域之特色課程，整合完備戶外教育，建立完整教學資源網絡。讓學生透過課程設計及活動策略的營造學習到生活素養，完成學校對學生設立的學習圖像，期待本校同學成為具有「學習力、人際力、創造力、實踐力、關懷力」等 CEO 特質的東光之子。



### (二) 設計理念

本方案由學生圖像出發，透過課程設計連結融入領域課程，讓學生都能學習到探索戶外的知識與技能；結合在地人文及自然環境，帶學生走入社區、邁入山林，培養敏銳觀察力，讓學生將課堂所學實際運用提升解決問題能力，「做中學、學中做」落實戶外教育核心素養：強化與環境連接，培養尊重關懷他人，開拓視野，激發自信，發展創意，對環境關懷並實際行動。



### 二、教學流程表：

時間	活動名稱	內容	師資
7:00~7:30	行前準備	1.學習單發放 2.當日行程介紹 3.緊急流程說明	學務主任
7:30~8:50	搭車至貢寮區遠望坑入口	1.搭乘遊覽車	校長、行政同仁及班級導師
8:50~12:00	草嶺古道踏查	途經遠望坑親水公園、 跌死馬橋、雄鎮蠻煙 碣、休憩亭、虎字碑、 埡口休憩亭	校長、帶隊行政同仁、班級導師
12:00~13:00	午餐	1.享用午餐 2.垃圾自行攜帶下山	班級導師
13:00~14:30	草嶺古道踏查	埡口遠眺龜山島、觀景 亭、客棧遺址、護管 所、大里天公廟、大里 遊客中心	校長、帶隊行政同仁、班級導師
14:40~16:00	搭車	搭車返回東光國中	
活動後	學習單、學習心得		班級導師

### 三、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。」

教育部在 103 年 3 月宣示「戶外教育宣言」，強調學習走出課室讓孩子夢想起飛，並更進一步在 108 年 10 月發表「戶外教育宣言 2.0」強調扎根課綱接軌聯合國全球永續發展目標 SDGs。

本校試著從宜蘭在地出發，藉由認識宜蘭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「草嶺古道」，其為先民開闢淡水廳到噶瑪蘭廳之間的淡蘭古道中的一段，亦為目前僅存的路段之一。淡蘭古道為暢通東西之間的重要孔道，行旅興盛達百年之久。沿途中除了零星遺留的先民足跡，另有清同治 6 年（1867 年）台灣鎮總兵劉明燈為了鎮壓山魔所題之「雄鎮蠻煙」石碣，及其同年行經古道受風暴所阻，取《易經》「雲從龍、風從虎」之義，以芒花為筆，就地揮毫而成、著名的「虎字碑」。這些都是值得深入認識的歷史文化遺跡。同時本校以踏查方式實際走訪古道，體會先民入蘭開墾的艱辛，培養學生愛家愛鄉的情懷。

#### (二) 課前準備：

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) 課中教學：

##### 1. 準備活動

為了讓學生在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、地理教師針對草嶺古道常見的動、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。

(4) 山野體能課程：外聘體能專長教練，針對山野活動設計安排體能訓練課程，讓同學在參與戶外探索前，能強化體能並適當運用正確肌群力量避免運動傷害。

校內先備課程	授課老師
郊山步道裝備課程	方士源老師（校本）

LNT 觀念課程	楊淑菁老師 (綜合)
草嶺古道歷史課程	童雅蘭老師 (社會)
草嶺古道常見植物課程	游淑惠老師 (自然)
山野體能課程	吳南毅教練，輔大體育系、專長：肌力與體能教練 (外聘)



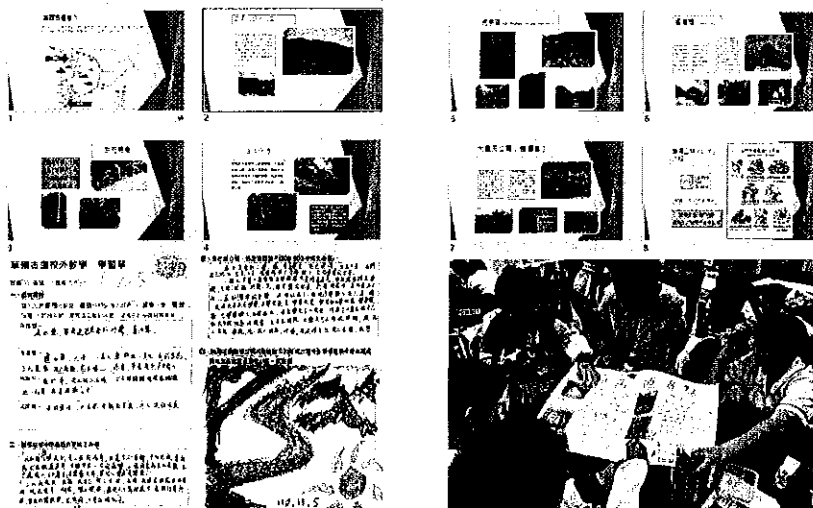
## 2.發展活動

草嶺古道踏查，學生透過課程教學，仍必須透過真實情境的驗證。

- (1) 行進方式：依學生人數及體能測驗分級進行小隊分組。
- (2) 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。
- (3) 人員掌控：行程中隨時點算人數，確認學生都在活動場域內。
- (4) 紀錄與觀察：透過行前課程的教學，請同學利用數位工具紀錄與觀察古道上的重要歷史景點與生態，為後續課程作準備。

## 3.統整活動

小組整理紀錄與觀察的內容，並透過小組合作製作成果海報，於校本課程（議題探究）與班級同學分享，再讓學生以互評的方式，給予其他組別建議。



## (四)課後反思與評量：

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。



	<p>(五)後續延伸課程</p> <p>本校校本課程，規劃七年級「草嶺古道踏查」、八年級「太平山探索」、九年級「龜山島挑戰 401 高地」，藉由先民入蘭開墾，進而羅東林業的興盛起源，最後走入宜蘭的精神象徵「龜山島」並挑戰自我的 401 高地，為一系列戶外教育課程。</p>
<p>評量與回饋機制</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教學活動後採用多元方式評量，個人心得撰寫、製作小組踏查海報並上台分享。</li> <li>2. 推廣教育：將學生優秀作品及活動記錄透過影片、粉絲頁及校刊方式呈現，讓全校師生及家長欣賞。</li> <li>3. 教學活動後召開工作檢討會，針對課程實施前、中、後提出改善建議，並於下次課程規劃執行時予以修正。</li> </ol>
<p>預期成效</p>	<p>一、量化預期成效</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>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)。</li> <li>2.辦理戶外教學主題活動、辦理成果發表會。</li> </ol> <p>二、質性預期成效</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>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。</li> <li>2.能學習野外活動知識及技能。</li> <li>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: <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 能利用平板電腦進行資料蒐集、利用群組互動工具進行小組討論。</li> <li>(2) 能利用閱讀理解策略自行學習課外相關課程。</li> </ol> </li> </ol>
<p>經費概算表</p>	<p>如附件</p>

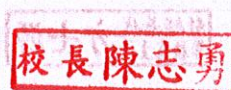
承辦人：



主任：






校長：





## 教育部國民及學前教育署補助計畫項目經費表(子計畫 2-1)

申請單位：宜蘭縣立東光國中				
計畫名稱：成就東光 C.E.O.~「草嶺古道踏查」				
計畫期程：113年08月01日至114年07月31日				
計畫經費總額：60,000元，向國教署申請補助金額：60,000元，自籌款：0元				
經費項目	計畫經費明細			
	單價(元)	數量	總價(元)	說明
代課鐘點費	378	5	1,890	依實際授課情形核支
講師鐘點費	1,000	6	6,000	山野活動體能訓練課程
交通費	10,500	3	31,500	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
雙肩小背包	300	20	6,000	健行使用
膳費	90	100	9,000	午餐*1，參與100人次，不足部分由學校自籌
印刷費	3,000	1	3,000	學習單、成果印製等碳粉、紙張
雜支	2,610	1	2,610	文具、紙張等其他未列之辦公事務費。
合計			60,000	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 2-1）

學校名稱	宜蘭縣立東光國中				
學校基本資料	1. 112 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>21</u> 班 <u>496</u> 人。 3. 弱勢學生人數： <u>91</u> 人，佔全校學生比率： <u>18.3</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，具體可行。 4. 經費運用合宜。 5. 納入風險評估與安全管理機制。	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(校訂或彈性課程)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，能運用教育部或本縣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	15		
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	90		

承辦人：

教師兼代學務處主任 方士源

主任：

教師兼代學務處主任 方士源

校長：

校長陳志勇

審核小組委員：



