

臺北市110學年度推動與發展國民中小學戶外教育計畫

成果報告表

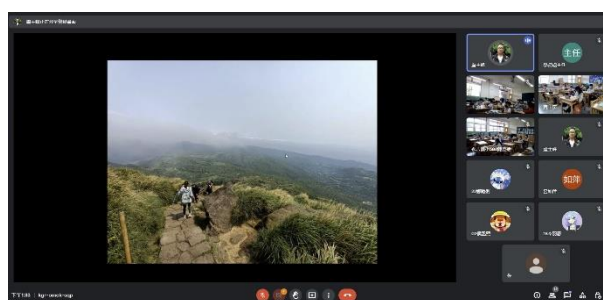
校名	臺北市信義區永吉國民小學	方案類別	<input checked="" type="checkbox"/> 臺北市城市遊學 <input type="checkbox"/> 跨縣市校外教學 <input type="checkbox"/> 優質戶外教育路線 <input type="checkbox"/> 戶外教育自主學習課程
		方案名稱	登峰造極

辦理時間		梯次	參加人數				地點 (請加註縣市名)
起	迄		教師 (含兼行政)	職員	學生	家長	
111.2.11	111.6.30	一	10	0	44	2	臺北市-七星山

方案特色

- 一、結合學校推行的SH150計畫在學校操場進行練習，由體育課規劃跑步之體能練習，再加上爬樓梯上下1-4樓5次來回，漸進式訓練以逐漸提高學生體適能、培訓師生肌耐力。
- 二、結合自然與生活科技、健康與體育、綜合領域，延著七星山步道之自然生態與地質環境特殊，透過實地走訪觀察，認識小油坑是「後火山作用」所形成之的火山地形噴氣孔、硫磺結晶及壯觀的崩塌地形；以校園內常見的赤腹松鼠及校鳥-臺灣藍鵲為對象，認識兩者的分布與習性，從而引導認識認識七星山其他的動植物生態，學習建構人與動物和諧相處的校園。
- 三、登上七星山山頂後，引導學生觀賞台北盆地周邊山岳及河流。天氣晴朗時，可以眺望西北側林口台地、觀音山系與北側大屯山火山群所圍塑而成的台北盆地，基隆河與新店溪匯流入的淡水河等自然地理景觀。

課程實施照片(請提供突顯方案特色或主軸之照片)

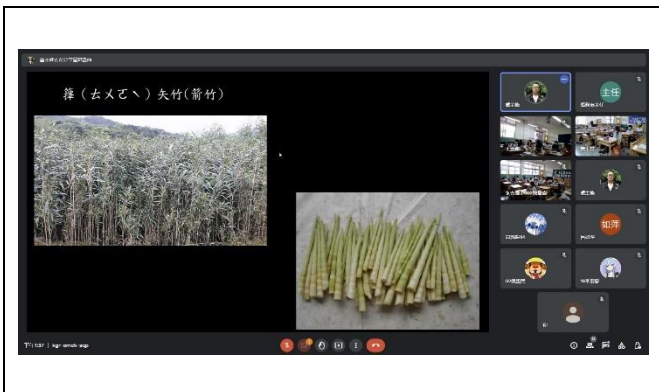


文字說明：

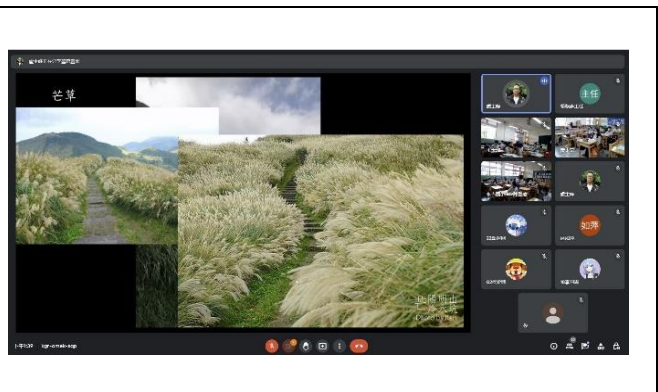
此次戶外教育-登峰造極活動請關渡國小盧主峰老師擔任七星山生態導覽講師，但因為攀登七星山時間與盧老師的行程撞期，因而改成線上導覽方式，以小油坑服務中心為出發點，介紹七星山的地形特色及生態樣貌。

文字說明：

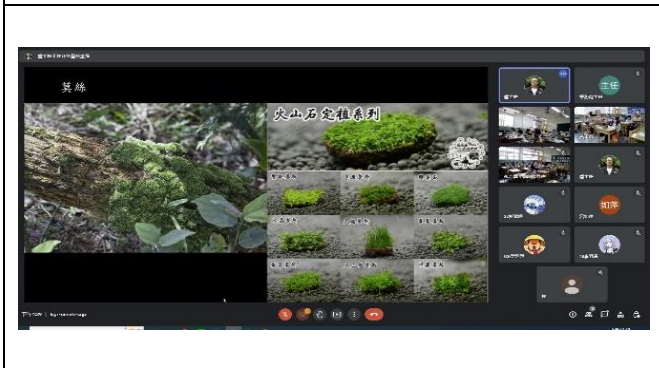
七星山是臺北市最高峰，但因這裡的天氣常常是多霧狀態，若想要清晰的美景，便需要遇到晴朗的好日子！也因為七星山是火山地形，一路往上攀登時，不時能看見噴氣孔及聞到濃濃的硫磺刺鼻氣味，這些都是火山地貌的特色及證明！



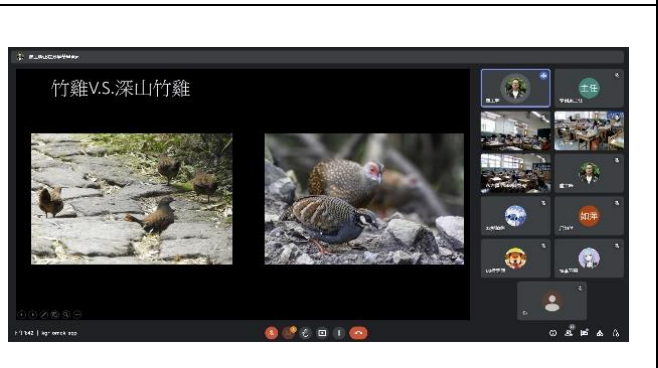
文字說明：
七星山也有豐富的植物生態，像是小油坑服務中心的登山口，兩側便長滿了矢竹(箭竹)，我們會拿來料理成菜餚之外，以前也是原住民拿來製成箭桿的原料之一，再加上分布廣泛，可說是當地的優勢植物之一。



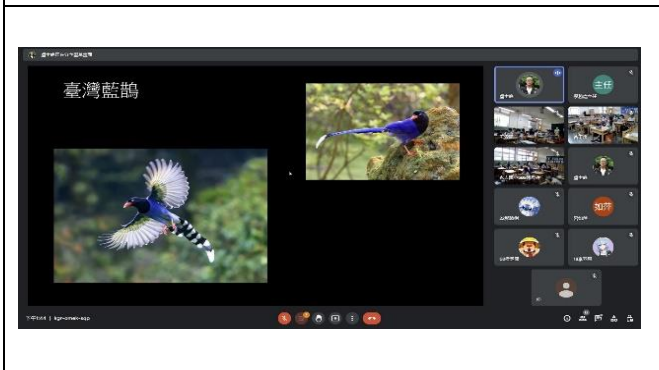
文字說明：
再往上一段路程，植物景觀慢慢轉換成一片片芒草海，這是春夏時節常見的景色，盧老師提醒若是秋冬時節便可以看到一片的芒花，美不勝收！



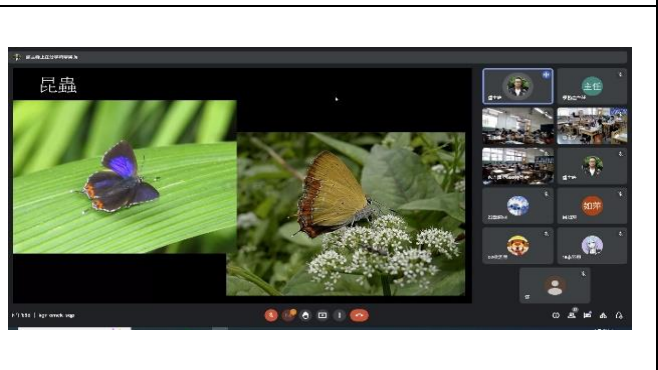
文字說明：
盧老師不止喜愛登山活動，對水域的植物也涉獵廣泛且專精，在七星山的背光樹幹上有時可看到類似苔蘚的植物，其實叫做「莫絲」，常用於水族箱的造景植物，若是沒特別介紹，大家真的不會在意。



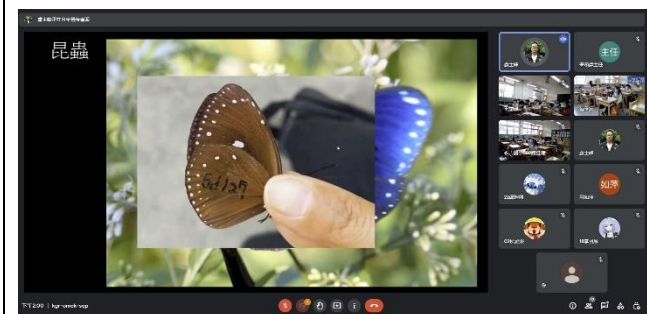
文字說明：
再來是七星山裡的常見動物-竹雞，叫聲清脆且不怕人，但原來還有另一種深山竹雞，叫聲較尖銳，而我們常吃的烤鳥蛋原來出自於牠！無論兩者有何差異，盧老師鄭重提醒，到了戶外活動，要記得尊重當地的動、植物，不隨意動手亂採亂碰。



文字說明：
台灣藍鵲身上的藍羽毛及紋路是眾所皆知的，牠跟喜鵲一樣屬於鴉科鳥類，叫聲不是很好聽，但有旺盛的好奇心，常會有頑皮或挑釁其他物種的舉動，盧老師此番介紹，也推翻了許多學生對台灣藍鵲的既定印象。

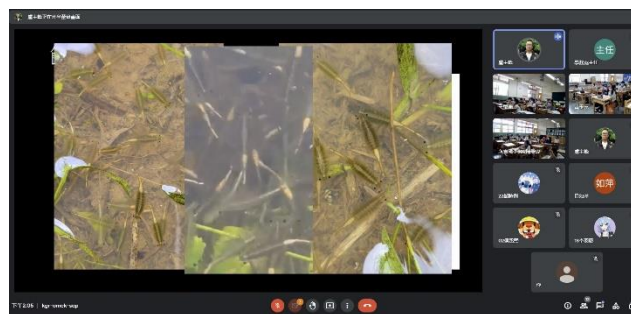


文字說明：
說到動物，七星山不乏還有許多昆蟲類，像是紅邊黃小灰蝶，與一般蝴蝶不同，紅邊黃小灰蝶後翅長有特別的尾突，像指揮棒一樣會動來動去，這是為了迷惑與欺騙敵人的生存手段！



文字說明：

學生的社會及自然課程中皆學習過紫斑蝶有遷徙的特性，也知道是遷徙距離最長的蝴蝶，但大多師生不知道，原來紫斑蝶的翅膀上還可以有編號，從編號上能得知牠是從中國或是日本來的，盧老師的一番介紹讓大家驚嘆不已，又長知識了！



文字說明：

雖這次路程不會經過二子坪步道，但盧老師說附近的向天池有特別的向天蝦！與其說是蝦，是更類似海蟑螂的存在，我們還可以從其半透明身體是觀察否有卵來判斷雌雄之分。



文字說明：

在出發前，校長再次叮嚀攀登七星山不可一開始就走太快，太累就停下暫時休息再走，每班學生都會有師長跟隨，若有任何問題可向師長報備。



文字說明：

由於今日遇到了晴朗的大好天氣，大家先來個意氣風發的大合照，迎接即將到來的登峰造極挑戰！



文字說明：

「登七星而小台北」登山口的介紹牌，讓大家清楚得知，努力登頂後，台北皆在我們底下！



文字說明：

兩側的矢竹蒼鬱搖曳，為師生們擋去些許熱氣，徐徐微風伴隨著愉悅的交談聲，大家踏著輕盈歡快的步伐往前進。



文字說明：

今日七星山是難得沒有霧氣瀰漫的好天氣，遠眺周遭景色清晰可見，有帶手機的學生開心紀錄這美好風光，與同學一起登山的樂趣是相當難能可貴的。



文字說明：

隨著越來越多的階梯，箭竹林的遮蔭不在後，儘管伴隨著難得的無霧晴天與一旁的奇景-地熱活動，但在炎熱的陽光曝曬下，學生已汗如雨下，但仍努力仔細欣賞沿途風光。



文字說明：

一路上，高高低低不斷的階梯，許多蝴蝶紛飛其中，最多遇到的是青斑蝶，好多位學生氣喘吁吁之餘，還是努力觀察是否有盧老師特別介紹到的紫斑蝶，還試圖找出是否有編號的翅膀！



文字說明：

雖然路途中有聽到許多蟲鳴鳥叫，也有間歇幾段疑似竹雞的叫聲，但是可惜並未親眼見到竹雞的廬山真面目，或許是因為老天爺的厚愛，當天天氣真的是太晴朗炎熱了，讓竹雞隱身於較涼爽的箭竹林中窺伺著我們的動向吧！



文字說明：

聆聽完大自然的交響樂後，學生開始表示體力下降、口乾舌燥，即使中途休息了一陣子，還是萌生想放棄的念頭，在師長鼓勵下，勉強移動腳步。然而在大家都以為快要到達時，又出現了更陡峭的階梯，有些學生因為直呼腿腳無力，便乾脆也不等師長鼓勵了，直接以手當輔助，扶著階梯慢慢一步一步前進，身體前傾穩住自己的重心，繼續努力邁向登峰造極之路！



文字說明：

登峰造極的背後，是毅力與汗水的付出，當快要被炎熱與疲累打倒時，同學的一句話：「沒關係，我等你一起走。」比任何的靈丹妙藥更有用，更可看出孩子們戶外教育時的互助合作精神，彼此的加油打氣更顯彼此友情的可貴！



文字說明：

好不容易登頂成功，緩和一下呼吸，大家迫不及待分批與老師合照紀念，今日七星山登頂成功！



文字說明：

日頭赤炎炎，汗流浹背又飢腸轆轆，眼睛被亮到快睜不開，但是站在巔峰的紀念旁，一切都值得了！



文字說明：
登七星而小台北，我們做到了！雖然導師無法一同見證大家登峰造極的這一刻，但希望藉由照片讓導師看到大家努力登頂了！



文字說明：
所有師長與家長志工也一同慶賀這美好時光，晴朗天空照映出大家歡樂的笑容！



文字說明：
下山時，雖然大部分都是向下的階梯，但因為有些學生的腿痠軟無力，下山時更需慢慢一步一步往下走。



文字說明：
回到最初的起點，驕傲的拍下大家滿頭汗水的成就，這是大家最開心的一刻。



文字說明：
用餐及休息是到冷水坑服務遊客中心，吃飽喝足後的學生，發現旁邊有展示七星山特有的蕨類植物-臺灣水韭，一邊閱讀解說牌內容，一邊觀賞其樣貌。



文字說明：
得到充分休息後，冷水坑旁有許多特別的景點，在不影響回程的情況下，大家細緻勃勃地到附近的冷水坑生態池、牛奶湖多認識當地特色，尤其是最受大家歡迎的菁山吊橋！



文字說明：
左搖右晃的菁山吊橋，滿載學生們的熱情，此時微風吹來，又有青山綠野的風景加持，享受融入大自然的奢侈時光。



文字說明：
走訪完菁山吊橋後，正是即將踏上歸途的時候了，七星山登峰造極活動，今日挑戰成功！

活動成效評量(必填)

一、場域選擇地點：

臺北市七星山，考量當天天氣有40%降雨機率，路線原本為小油坑-七星山-冷水坑，改為小油坑-七星山-小油坑。

二、交通方式：搭乘遊覽車來回

三、課程進行方式規劃：

透過學生五官和環境實際接觸互動，促進學生深刻體驗，進而達到深化且有意義的學習；也因部分學生可能未曾有過面臨超越體能極限之經驗，透過此次實際登頂活動，讓學生了解人的潛力無窮，只要堅持成功的信念，就能體會很多事情沒有想像中的困難，即使遇到困難也能努力試著用團隊合作與分工解決。

四、導覽方式：

預定完成攀登七星山後，由導覽老師帶著學生們於小油坑實地走訪及介紹其著名的火山地形、動植物生態等，但由於開放本市可進行校外教學時間較晚，導覽老師無法配合活動時間，故改為線上導覽，也做為學生們行前的七星山生態教育。

五、導覽手冊或學習單：

結合高年級資訊素養能力，請學生可自行先上網蒐集關於七星山的資料，結合導覽老師所介紹的內容，閱讀導覽手冊的介紹後，完成裡面的相關問題。

資源、經驗分享/執行建議：提供其他學校(含臺北市及外縣市)執行本方案的參考意見

一、經驗分享

1. 因七星山位於臺灣北部的陽明山國家公園轄區內，行政區為台北市北投區，海拔1,120公尺，是台北市第一高峰的山岳。行車路線對台北市的小學而言位置不算太遠的距離，以搭乘遊覽車的方式。以地理位置及交通方式，在執行戶外教育都算便利。
2. 以綜合領域為主軸再結合社會、自然領域課程，從小油坑遊客服務區上去北麓步道旁，有許多噴氣孔、硫氣孔、硫磺結晶等後火山活動所形成的火山地質景觀特色。登頂後，制高點視野寬闊，可眺望整個大台北盆地，蜿蜒的淡水河流域，俯臥在台北盆地中，新店溪與大漢溪交會處在新莊、萬華，基隆河交會在士林，可一覽整個

大台北地區。再由七星山南麓下來為濃密的闊葉森林，森林生態豐富，野生動物多樣性高，走完全程將可充分體驗七星山南、北麓截然不同的生態景觀。

3. 本次活動推可結合的周邊戶外教育地點，可以結合小油坑、冷水坑、夢幻湖、菁山吊橋、牛奶湖。
4. 因臺北市地處臺灣本島多雨的北部，課程推薦使用的教學資源：如：高雄科學工藝博物館的防災教具「洪水來了」、「暴風雨」。讓學生多多認識與山野相關環境教育及自我保護能力。
5. 本方案課程需要一定體力及耐力，學生與教師平常必須有規律性的體適能訓練。攻頂七星山有一定之風險，隨隊師生比應至少為1：5，學校應動員相關行政人員及家長志工，在攀登過程提供活動隊伍前、中、後之支援。
6. 除了行前路線探勘、緊急救護及危機處理需完備，避免發生意外事件。除了遊覽巴士以外，建議相關行政人員自行開兩部車，以備緊急救護之需求。

二、資源：

1. 陽明山國家公園駐站解說：需於活動14 日前預約，人數限制20~80 人。本次預約的駐站解說為小油坑站：遊客服務站影片簡介、火山噴氣孔、箭竹林步道。
* 導覽預約電話：(02)28613601 轉分機801 至809 (解說課)。
* 導覽預約網址<http://www.ymsnp.gov.tw/web/service1.aspx/>解說預約。
2. 陽明山國家公園生態保育網站：
http://www.ymsnp.gov.tw/index.php?option=com_content&view=article&id=18&gp=0&Itemid=231

活動辦理之課程內容檢核

項目	檢核規準	學校自我檢核結果 (請在相對應的欄位內打V)		
		達成	部分達成	未達成
教學目標擬定	1.可運用場域資源，以達成領域教學目標。	V		
	2.可促進學生和環境連結，擴展學習經驗。	V		
	3.教學目標多元且具多面向(包含感受、探索、體驗、操作、理解…等)。	V		
	4.建立學生和環境友善的關係。	V		
	5.建立學生和他人友善互動關係	V		
課程方案規劃	1.有系統的課程主軸架構，避免零碎分散的活動行程。	V		
	2.以學生為主體的課程規劃，重視啟發而非教導、強調互動而非灌輸。	V		
	3.課程規劃兼顧穩定和彈性，營造學生多元能力表現的情境和機會。	V		

	4. 結合場域資源特色，透過多樣化的活動（觀察、體驗、探究、調查…），引導學生主動學習。	V		
	5. 以小組合作方式進行活動，強化同儕互動機會，並且讓每個人都有展現的空間。	V		
場域選擇及安全準備	1. 具備學習資源的場域，如：自然生態場域、歷史文化館所、藝文展覽、地方產業活動等。	V		
	2. 軟硬體設計應與學生背景或學習經驗、關切事物、生活模式產生連結。	V		
	3. 各項設施與設計具當地特色，或具綠能設計、趣味性、知性、美學、人文與教育之意涵。	V		
	4. 軟硬體的規劃、設計與管理制度，能以人身安全為優先考量。	V		
	5. 完成活動場域和路線的安全評估，以及緊急事件處理和應變的準備。	V		
完整資源建構	1. 能連結本市或他縣市發展之戶外教育場域資源，豐富孩子之學習路線規劃與學習經驗。	V		
	2. 能運用本市或他縣市發展之戶外教育成果，深化學校戶外教育課程內涵及課程設計。	V		
	3. 經費編列與使用符合經濟效益原則。	V		

**臺北市110學年度推動與發展國民中小學戶外教育計畫
滿意度調查統計表**

項 目	統 計 百 分 比					
	滿意	普通	普通	普通	不滿意	不滿意
1. 你覺得本課程「地點距離」及「交通安排」滿意嗎？	滿意	56%	普通	42%	不滿意	2%
2. 本次活動「課程安排」可以擴展你的學習經驗嗎？	滿意	71%	普通	29%	不滿意	0%
3. 你對這一次的課程進多樣化行方式(講解、分組、體驗活動)滿意嗎？	滿意	53%	普通	45%	不滿意	3%
4. 你覺得老師(導覽人員)解說內容清楚嗎？	清楚	55%	普通	37%	不清楚	8%
5. 導覽手冊或學習單，能適度引導，讓大家方便學習嗎？	滿意	45%	普通	50%	不滿意	5%
6. 本課程能增進你對「當地特色及產業」的認識嗎？	可以	60%	普通	34%	無法	6%
7. 學習本課程後，你可以向別人簡述本次活動的經驗嗎？	可以	66%	普通	34%	無法	0%
8. 你會推薦別人參加【臺北趣學習】戶外教育學習活動嗎？	會	53%	還好	46%	不會	1%