

108聖心女中國一樂活觀音山活動



一、宗旨：培養欣賞大自然、愛護環境之胸懷，發揮環境教育之功能並認識社區。藉由登山的歷程，體會相互扶持、勉勵的精神的精神。

二、活動內容：109年2月7日(週五)第二~八節、國一各班

三、事前規劃活動

<p>行前探路</p>	<p>※時間：1月8日早上8:30探勘路線，約11:00下山 ※參與人員：體衛組邀請老師等4人由總務處老師支援接駁至觀音山。 ※午餐：請總務處當天準備六人份之登山午餐 ※交通：請總務處老師協助開車接送。 ※協助事項：請教務處協助調課 預約觀音山遊客中心、關渡水鳥公園</p>																																
<p>行前會議</p>	<p>【各班行前宣導】 時間：1月9日(四)中午12:30，地點：恩德堂 議題：說明登觀音山行前會，請國一全體同學準時出席(含老師)</p>																																
	<p>【行前會議】 時間：2月3日(一)中午12:00，地點：大團輔室(敬備午餐20份)。 議題：說明登觀音山行前會，請相關老師準時出席 ※敬邀參加： 魏雪玲校長、學務主任、總務主任、薛宇傑老師、李佩貞老師、林宇涵老師、曾惠雀老師、池佳芳老師、護理老師及各班導師與協助老師</p> <table border="1" data-bbox="418 1355 1417 1798"> <thead> <tr> <th>班級</th> <th colspan="2">老師</th> <th>協助老師</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>前導</td> <td colspan="2">PENNY 老師、曾惠雀老師、宇涵老師</td> <td>護理老師、薛宇傑老師(公務車)</td> </tr> <tr> <td>國一忠</td> <td>46人</td> <td>陳心彤導師</td> <td>James 老師</td> </tr> <tr> <td>國一孝</td> <td>46人</td> <td>吳郁澄導師</td> <td>楊麗雪老師</td> </tr> <tr> <td>國一仁</td> <td>46人</td> <td>陳諺芳導師</td> <td>張珮玢老師</td> </tr> <tr> <td>國一愛</td> <td>47人</td> <td>柯瓊瑜導師</td> <td>陳可欣老師</td> </tr> <tr> <td>國一和</td> <td>44人</td> <td>朱心怡老師</td> <td>劉錫軒老師</td> </tr> <tr> <td>留校支援</td> <td colspan="3">陳睿嫻老師、池佳芳老師</td> </tr> </tbody> </table>	班級	老師		協助老師	前導	PENNY 老師、曾惠雀老師、宇涵老師		護理老師、薛宇傑老師(公務車)	國一忠	46人	陳心彤導師	James 老師	國一孝	46人	吳郁澄導師	楊麗雪老師	國一仁	46人	陳諺芳導師	張珮玢老師	國一愛	47人	柯瓊瑜導師	陳可欣老師	國一和	44人	朱心怡老師	劉錫軒老師	留校支援	陳睿嫻老師、池佳芳老師		
班級	老師		協助老師																														
前導	PENNY 老師、曾惠雀老師、宇涵老師		護理老師、薛宇傑老師(公務車)																														
國一忠	46人	陳心彤導師	James 老師																														
國一孝	46人	吳郁澄導師	楊麗雪老師																														
國一仁	46人	陳諺芳導師	張珮玢老師																														
國一愛	47人	柯瓊瑜導師	陳可欣老師																														
國一和	44人	朱心怡老師	劉錫軒老師																														
留校支援	陳睿嫻老師、池佳芳老師																																
	<p>【國一行前提醒】 時間：2月4日(二)第一節下課 議題：發下行前通知、班級，請相關班級幹部準時出席 ※敬邀參加：國一各班康樂股長、環保股長、服務股長。</p>																																

四、注意事項

1. 建議不要只穿毛衣或衛生衣。(高領衣服自行斟酌，爬山時會流汗，皮膚較敏感者不適合)
2. 請務必於學校長袖運動服外再加穿一件厚的可擋風外套，因為山頂上停留一個鐘頭，流汗後風大會冷。爬山攻頂時可先綁在腰間。
3. 建議準備中大型後背式包包一個，兩手可空出，並請同學負責攜帶自己的物品，勿加重別人負擔。
4. 中午出太陽時頗刺眼，可準備遮陽帽或眼鏡、毛巾擦汗。
5. 午餐準備：三角飯糰、滷雞腿、滷蛋、豆干三片、海帶二片、橘子一顆。零食請斟酌攜帶。
6. 準備開水，於爬山時潤口用，也預備個人用水需求量。
7. 出發前請上好洗手間，因為到風管所時才有洗手間。
8. 飲用水部份要到觀音山區風管所才有飲水機可添加。
9. 請康樂股長務必將全班班旗帶上山，服務股長請攜帶垃圾袋，帶走班級垃圾，不可丟在山上垃圾桶，並清理周遭環境整潔。
10. 學生若攜帶手機照相，活動過程及坐車中禁止使用通訊功能、mp3或影音播放功能，並請勿過度自拍。

五、環保事項

- 1、鼓勵同學攜帶環保餐具，環保餐具需要能密封為主並自行貼上姓名。
- 2、請於 2/3 開始攜帶餐具到教室放置洞洞籃，2/6 掃地時間由學務處指導班級環保股長協助抬到餐廳。
- 3、有準備環保餐具者可以獲得環保時數 1 小時認證。
- 4、所有垃圾全部都要帶下山，不可於活動中留下垃圾汙染環境。

六、活動內容：

- (一)、集合時間：109年2月7日(週五)各班請依表定時間
- (二)、參加年級：國一各班，各班康樂股長負責攜帶班旗。
- (三)、服裝：當天請**穿制服**來校後換穿運動長褲、長袖運動服，帽子、外套不限。
(另請務必準備保暖外套)。

(四)、出發前 15 分鐘於小禮堂集合領取午餐。

(五)、各班行程表

前導人員	李佩貞老師	PENNY、阿雀老師、宇涵老師跟國一忠先出發到風管所 (阿雀老師協助照相、宇涵老師上山後留守山上涼亭，控制上山人數與涼亭環境衛生)				阿雀老師帶下山														
國一忠 46人 陳心彤導師 James老師	導師時間	領取午餐	國一忠先出發	國一忠先登山	登山,至硬漢嶺下方之涼亭	休息及午餐	出發至硬漢嶺,登頂觀景並合照	下山-從凌雲禪寺回風景區管理所	風管所看觀音山簡介	風管所休息	上車回程	回教室整理 (導師負責)								
外加車													抵達後，請其他班同學等待班級一起活動				外加車同學影上外加車			
國一孝 46人 吳郁澄導師 楊麗雪老師													車程	1000國一孝、仁看簡介	登山,至硬漢嶺下方之涼亭	休息及午餐	出發至硬漢嶺,登頂觀景並合照	下山-從凌雲禪寺回風景區管理所		
國一仁 46人 陳諺芳導師 張珮玢老師																				
國一愛 47人 柯瓊瑜導師 陳可欣老師													風管所上廁所	1020國一愛、和看簡介	登山,至硬漢嶺下方之涼亭	休息及午餐	出發至硬漢嶺,登頂觀景並合照	下山-從凌雲禪寺回風景區管理所		
國一和 44人 朱心怡老師 劉錫軒老師																				
殿後人員	宇涵老師協助收路標、PENNY確認大家都有上車回學校																			

班級	老師	協助老師
前導	PENNY 師、惠雀師、宇涵師	護理老師、薛宇傑老師(公務車)
國一忠	46 人 陳心彤導師	JAMES 老師
國一孝	46 人 吳郁澄導師	楊麗雪老師
國一仁	46 人 陳諺芳導師	張珮玢老師
國一愛	47 人 柯瓊瑜導師	陳可欣老師
國一和	44 人 朱心怡老師	劉錫軒老師
留校支援	陳睿嫻老師校內點名、池佳芳老師餐廳前置事項(2/3 發餐籃 10 個、2/5 抬到餐廳、餐點確認、餐點發放)	

請協助老師餐具放到學務處，活動當天8:50到小禮堂集合
前導人員請坐總務處老師的車，8:20領完餐後，8:30請在前花園集合出發。

七、兩備啟動機制說明

- 1、宣布時間:在校宣布早上 8:00，前導宣布 9:30
- 2、宣布人員:學務主任會同校長、體衛組長、前導人員討論後宣布

關渡水鳥公園參訪內容

- 1、集合時間：109 年 2 月 5 日(週五)，各班請依表定時間
- 2、參加年級：國一各班，各班康樂股長請帶班旗，出發前 15 分鐘於停車場集合。
- 3、服裝、裝備：當天請穿制服來校後穿運動長褲、長袖運動服，帽子、外套不限，並攜帶雨具。
(另請務必準備保暖外套)。
- 4、關渡水鳥公園資料、聯絡電話：(02)2858-7417、地址：112 台北市北投區關渡路 55 號
- 5、各班行程表

國一 忠、孝、仁	下午導師時間	國一 愛、和	早上導師時間
8:00~8:50	班級教室整理	11:05-11:55	小禮堂用餐
9:05~9:20	小禮堂集合，出發	13:30~12:40	小禮堂集合，出發
預計 9:30	抵達關渡水鳥公園	13:00-13:10	抵達關渡水鳥公園
10:00~11:00	溼地影片欣賞	13:30-14:30	溼地影片欣賞
11:00~12:00	參訪關渡水鳥公園	14:30~15:30	參訪關渡水鳥公園
12:00	準備離開	15:30~15:50	準備離開
12:00~12:30	回到聖心，準備用餐	16:10	回到聖心，換裝整理
	返校後整理服裝儀容，進行班級活動或小組分享，班級打掃		

- 中午用餐，請提醒學生餐具要帶回去洗，住校生晚上可帶到餐廳洗，並注意廚餘處理。
- 請總務處協助小禮堂廚餘桶設置，學務處留校同仁協助小禮堂用餐秩序與環境維護。

班級				導師	協助老師
前導		請假	外加車		
國一忠	46 人			陳心彤導師	李佩貞
國一孝	46 人			吳郁澄導師	
國一仁	46 人			陳諺芳導師	
國一愛	47 人			柯瓊瑜導師	
國一和	44 人			朱心怡老師	