

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 | |