

# 台北市私立復興實驗高級中學 114 學年度第 2 學期

## 小學部四年級探索體驗教學課程通知單

探索體驗教學課程是為了促進個人發展，增加「人與人」、「人與自然」、「人與自己」的互動。藉由大自然中種種新鮮且富挑戰性的經歷，激發學生對自我責任與能力的認知，進而展現群體力量，體現對人文的關懷，乃至於對自然的尊重。

### 一、課程實施地點：

YWCA 聽濤營（宜蘭縣頭城鎮協天路 288 號，電話：03-9771350）。

悠遊森活－宜蘭縣礁溪鄉林美石磐步道。。

### 二、課程實施日期/內容：

班級	第一次課程	第二次課程
忠	4/8	6/8
	猴子攀樹	悠遊森活
	馬術	
孝	4/8	5/25
	悠遊森活	猴子攀樹
仁	3/2	3/11
	悠遊森活	猴子攀樹
愛	3/2	3/11
	猴子攀樹	悠遊森活
	馬術	
信	2/26	6/15
	悠遊森活	猴子攀樹
義	2/26	6/15
	猴子攀樹	悠遊森活
	馬術	
和	3/20	6/8
	悠遊森活	猴子攀樹
平	5/5	6/8
	猴子攀樹	悠遊森活
	馬術	

### 三、課程流程：

時 間	課 程 實 施	
07:40	校本部發車	
07:50 ~ 09:00	國道風光	
09:00 ~ 09:30	抵達園區，安全教育，課程說明	
09:30 ~ 11:30	課程一	悠遊森活
11:30 ~ 12:30	午餐、休息	
12:30 ~ 14:30	課程二	
14:30 ~ 14:50	回饋與分享、環境整理	
14:50 ~ 16:00	賦歸，返回學校	

### 四、學生及家長協助配合事項：

1. 若學生於到校前出現發燒(額溫超過 37.5°C)、咳嗽、流鼻水、打噴嚏、肌肉痠痛、頭痛、腹瀉或極度倦怠等類流感症狀，務必配合生病、發燒不上課，請家長完成請假手續，儘速就醫，依照醫生指示做好自主健康管理。
2. 適逢流感疫情盛行期間，學生務必自備足夠份量口罩配戴，備用 2 枚以預防飛沫傳染。
3. 務必攜帶物品：

悠遊森活		猴子攀樹、馬術	
雙肩背包	可重複使用雨衣	雙肩背包	可重複使用雨衣
水壺(至少 1 公升)	健保卡	水壺(附背帶)	健保卡
筆	探索護照	手套	探索護照
帽子	袖套	帽子	袖套
衛生紙、手帕	個人藥品	筆	個人環保餐具
塑膠袋 2 個(備用衣物防水、午餐行動糧裝袋)		口罩(另備用 2 枚)	個人藥品
備用衣物 (含上衣及褲子、內衣褲及鞋襪)		備用衣物 (含上衣及褲子、內衣褲及鞋襪)	

#### 4. 選擇攜帶物品：

悠遊森活		猴子攀樹、馬術	
防蚊液、防曬用品	太陽眼鏡、登山杖	防蚊液	雨傘
相機(需防水)	薄外套、工作手套	相機	防曬油

5. **建議雨衣規格：**

戶外天候變化大，有時市區無風無雨，郊區卻颳風下雨，請務必攜帶雨衣，除了防雨，在郊區更具防風保暖的功能，尚請家長費心，協助維護學生戶外活動之人身安全。

● **兩截式雨衣最佳。**

● **輕便雨衣容易破損，請勿使用。**

● **披風式雨衣因無法遮蔽全身且袖子部分長度過短，不適合登山健行活動，請勿使用。**

6. 探索體驗教學課程視同正課，如無法參加，請務必完成請假手續。

7. 一律穿著學校運動服、**運動長褲**及球鞋。

8. 所有個人物品及衣物請加註姓名，貴重物品請自行保管。

9. 同學如患有先天性疾病，或因接受醫療而需服用指定藥物等特殊狀況，請事先告知導師轉達本中心。

10. 戶外活動需有較高之自治精神與較多之體力消耗，請家長試著讓孩子從**親自**收拾自己的行裝開始，並適時鼓勵孩子積極參與、勇於嘗試。

復興實驗高級中學 探索體驗教學中心 敬啟