



打造精緻旅遊，盡在中青旅

花蓮縣立美崙國中106學年度 八年級校外教學露營活動



指導單位：教育部、花蓮縣政府
主辦單位：花蓮縣立美崙國民中學
承辦單位：中國青年旅行社有限公司東部分公司
協辦單位：池上牧野渡假村
活動日期：106年11月1日～11月3日
活動地點：池上牧野渡假村

花蓮縣立美崙國民中學
106 年八年級學生露營教學活動注意事項

一、個人攜帶物品檢查表：

※【必需用品】

- (1)健保 IC 卡
- (2)適當金額零錢
- (3)雨傘或輕便雨衣
- (4)盥洗衣物、用品及禦寒夾克
- (5)個人專用藥物
- (6)鉛筆或原子筆

※【一般用品】

- (1)遮陽帽子
- (2)照相機
- (3)綠油精、防曬油
- (4)暈車(船)藥
- (5)運動鞋
- (6)環保筷、環保杯

二、活動地點聯絡地址電話：

11 月 1 日（三）～11 月 3 日（五） 池上牧野渡假村
台東縣池上鄉新興村 110 號 (08)9862736

三、中國青年旅行社東部分公司

03-8323123 03-8325740

駐站服務人員

陳俊丞 0988-120936

花蓮縣立美崙國民中學

106 年八年級學生露營教學活動實施計劃

一、活動主題：學習、體驗、成長

二、主旨：

- (一)以學生為主體，打破學科界限，結合生活教育，提供完整的、主動的學習機會，以促進人與社會、人與自然之和諧發展。
- (二)延伸學校教育，鼓勵學生跨出教室、接近自然、腳踏實地，充實戶外休閒活動知能。

三、指導單位：教育部、花蓮縣政府

四、主辦單位：花蓮縣立美崙國民中學

五、承辦單位：中國青年旅行社有限公司東部分公司

六、協辦單位：池上牧野渡假村

救國團花蓮縣團務指導委員會

七、參加對象：

- (一)花蓮縣立美崙國民中學八年級全體學生
- (二)校長、學務主任、相關行政人員、導師及家長

八、辦理日期：106 年 11 月 1 日 (三) 至 11 月 3 日 (五) 止，三天兩夜。

九、活動地點：台糖池上牧野渡假村

十、活動內容：

- (一)生活教育：國民禮儀之相關教育，建立學生守法守紀之觀念，提升生活素質。
- (二)體能活動：透過、健行等體能訓練活動，鍛鍊強健體魄，培養休閒技能。
- (三)學藝活動：實施生態教育、團康遊戲、趣味競賽、營火活動印證課本知能，培養樂觀進取的人生觀。
- (四)環境教育：認識營地週邊景觀、自然環境，透過解說讓參與活動學生充份了解環境教育。
- (五)團體生活養成：透過團體活動之實施培養學生團結合作、自尊尊人，發揮個人潛能。

花蓮縣立美崙國民中學學生露營教學活動行程表

日期	時間	
十一月一日 (星期三)	07:00-07:15	集合 (美崙國中) 一、報到、清點人數 二、報告注意事項
	07:15-10:30	出發 搭車前往池上牧野營地
	10:30-11:45	童軍活動 (營地安全、須知宣導、默契培養) 營地宣導及默契培養： 一、發放每小隊一本手冊 二、門字行集合進行環境及營位、集合場、盥洗室介紹 三、認識營區-以班級為單位，由工作人員帶領認識營位及炊事區 分站教育 (小隊任務教學、營地建設) 一、小隊任務教學與分配 二、領取帳棚、睡袋 (以班級數量派公差領取，營地建設)
	11:45-12:50	午餐 (便當) 一、小隊領取便當用餐 二、營地整理，資源回收
	13:00-13:30	開訓典禮 一、開訓典禮 二、主席致詞 三、介紹工作人員 四、禮成
	13:30-17:00	童軍教育活動 一、野外炊事 (野外建灶、生火、小隊炊事和滅跡) 教學。 二、結繩教學 三、團隊建立 四、舞蹈教學-營火舞 五、團體律動
	17:00-19:20	晚餐 (野炊) 一、學生進行野炊，隨隊輔導員協助 (請教師擔任晚餐評審) 二、學校老師於 18:00 至池上牧野餐廳用餐 三、19:00 請小隊收拾整理環境 四、19:20 值星官吹集合哨集合
	19:20-21:00	營火會演練 各班級表演節目演練
	21:00-22:00	星光夜話 隊輔依照班級工作進度安排盥洗
	住宿：池上牧野露營 (學生 5-6 人一帳，師長住宿套房)	

花蓮縣立美崙國民中學學生露營教學活動行程表

十一月二日(星期四)	06:30 - 07:00	迎向朝陽 值星官吹起床哨：一、起床 二、整理內務 三、盥洗
	07:00 - 08:30	愛之味(野炊)與晨檢 一、06:40 伙食清點及分組 二、07:00 各小隊派公差三名領取食材 三、學生進行野炊，隨隊輔導員協助 四、晨檢-進行帳篷內務、環境衛生檢查評審(請導師及行政人員前往營區位置評選) 五、接受晨檢班級於營帳前列隊歡迎評審
	08:40 - 11:30	團體活動 一、團體活動 二、伙食清點與分組 三、分配各組伙食-各小隊派公差四名領取食材
	11:30 - 13:20	午餐(野炊) 一、學生進行野炊，隨隊輔導員協助 二、12:00-12:10 請教師注意學員炊事安全即擔任午餐評審 三、12:20 由學校行政人員前往各小隊評審各隊菜色 四、學校教師 12:30 至營本部用餐 五、13:00 請小隊收拾整理環境 六、13:20 值星官吹集合哨集合(中場休息 10 分鐘)
	13:30 - 16:30	童軍活動 一、方位辨別 二、童軍禮儀 三、三角巾急救包紮知識 四、野外偽裝 五、晚會準備
	16:30 - 18:20	晚餐(野炊) 一、學生進行野炊，隨隊輔導員協助 二、17:10-17:20 請教師注意學員炊事安全即擔任午餐評審 三、17:30 由學校行政人員前往各小隊評審各隊菜色 四、學校教師 17:40 至營本部用餐 五、18:00 小隊收拾整理環境 六、18:20 值星官吹集合哨集合(中場休息 10 分鐘)
	18:30 - 19:00	小隊時間 隊呼演練
	19:00 - 20:30	營火晚會 一、歡呼、班級表演(隨隊輔導員串場演出) 二、營火邊夜話(感性話語激勵學生)
	20:30 - 22:00	星光夜話/盥洗
	22:30	就寢 一、晚點名 22:30 二、夜間查寢
	住宿：池上牧野露營(學生 5-6 人一帳，師長住宿套房)	

花蓮縣立美崙國民中學學生露營教學活動行程表

十一月三日(星期五)	06:30 - 07:00	迎向朝陽 值星官吹起床哨：一、起床 二、整理內務 三、盥洗
	07:00 - 08:00	晨檢與愛之味(野炊) 一、環境衛生檢查評審(請導師及行政人員前往營區位置評選) 二、接受晨檢班級於營帳前列隊歡迎評審 三、07:20 伙食清點及分組 四、07:30 各小隊派公差三名領取食材 五、學生進行野炊，隨隊輔導員協助
	08:00 - 09:00	拔營 整理營區、交回公物、整裝
	09:00 - 11:00	一、漆彈射擊 二、團體活動
	11:00 - 11:30	閉幕式： 一、主席致詞二、頒獎 1、炊事比賽 2、營火晚會節目競賽 3、晨間檢查競賽 4、體能及趣味競賽 5、團體精神競賽 三、禮成
	11:30 - 13:30	午餐 烤肉
	13:30 - 16:00	滿載而歸 一、乘車車上點名 二、快樂賦歸

花蓮縣立美崙國民中學

106 年八年級學生露營教學活動生活須知

一、行：

- (一)活動中任何行動以團體為主，不可以自行離隊(如有特殊情況應先徵得老師或工作人員同意)
- (二)準時抵達集合地點，不可以延誤時間。
- (三)注意保持車內整潔及設備之維護，車子行進中不可以任意離座。
- (四)身體如有不適，應隨時向老師或隨隊工作人員報告。

二、衣：

- (一)帽子一律戴於頭上。
- (二)儀容力求端莊，便服以整齊清潔為主，不得奇裝異服；

三、食：

- (一)進入餐廳時要保持肅靜，並請迅速就座。
- (二)若有不新鮮之菜飯，即刻向工作人員反應要求更換【事後反應不易處理】。
- (三)購買零食、飲料注意衛生，維護身體健康。

四、住【晚點名時間依照老師及工作人員規定，請務必準時返回房間晚點名】

- (一)應按照分營位住宿，未經老師許可不得私自交換。
- (二)不高聲吵鬧影響別人安寧。
- (三)不在帳篷內賭博、飲酒、吸煙。
- (四)不佔用公共空間及在走廊追逐，亂敲別人帳門。
- (五)注意保管私人物品，別人的物品未經同意不可以擅自取用。
- (六)未經別人同意，不得進入別人房間。
- (七)注意旅館內之一切設備維護，不可以故意毀壞，若不小心損壞時，應先告知飯店服務人員。
- (八)未經老師同意不可以擅自離開龍門露營區。(若有親屬帶離，請先告知老師)。
- (九)詳記旅館電話或索取旅館名片必要時可以聯絡。

五、參觀：

- (一)集體參觀時，保持隊伍整齊，不可爭先恐後或脫離隊伍。
- (二)自由參觀時，請以小組為單位，團體行動不可落單。
- (三)確實遵守被參觀單位之一切規定，並注意禮節及衛生。

(四)未經工作人員許可參觀之遊覽地區，不可獨自或結伴前往。

(五)對於自己身體不適應之各項活動，不可以冒險嘗試。

六、遇有災變之處理：(心理預先準備、臨場鎮定，是安全的最好保障)

- (一)住入旅館時，首先要認清楚安全門及消防設備位置及方向。
- (二)設想遭遇變故時求生之方法。
- (三)聽從工作人員指示，以處變不驚之態度應變。

七、急病意外：

若臨時發生疾病或意外傷害，請通知隨行工作人員，立即將傷病者送往附近醫院。

※同學們出門在外，一切以注意安全、守時、守秩序，三大要點為原則喔！

期盼每一次的旅行都是「快樂出門、平安回家」。

共同注意事項：

- 一、患有慢性疾病，如心臟病、氣喘、高血壓、癲癇症、糖尿病等請先告知領隊及駐站服務人員。
- 二、貴重物品請妥善保管，否則如有遺失請自行負責。
- 三、隨時注意水分及電解質補充，身體如有不適請勿勉強行進。
- 四、攝影時請注意站立位置之安全。
- 五、進入風景區參觀，請遵守各項安全要求，決不靠近危險區。
- 六、未安排水上活動行程，請勿私自下水游泳或嬉戲。
- 七、活動期間請勿私自離隊，因故需提前離隊，請事先告知領隊及服務人員，並先辦妥離隊手續。
- 八、遇地震時，室內靠建築物中央的牆站立或走道口，切勿近窗戶或站於門口；在市外請站於空曠處，並注意安全。
- 九、活動結束，如另遊他處，亦讓家人知曉並注意自身安全。
- 十、活動中禁止攜帶危險物品、煙、酒等違禁品。
- 十一、若有任何不適或外商請立即通知小隊輔、學校教師、教官或營隊工作人員
- 十二、營區內所有活動均列入競賽評分(含班級營區整潔、秩序、營帳內務、炊事、晚會表演等)，請同學隨時注意發揮團隊精神的重要性。

貳、活動注意事項：

- 一、請注意車輛安全門、滅火器之位置及使用方法。
- 二、請注意乘車規定，不將頭手伸出窗外，不任意離座、大聲喧嘩，以免影響駕駛開車；並注意上車集合時間，以免延誤行程。

始業式&結業式流程

【始業式】

- 一、 典禮開始
- 二、 介紹長官、來賓
- 三、 介紹工作人員
- 四、 主持人致詞
- 五、 長官、來賓致詞
- 六、 禮成
- 七、 其他事項說明

【結業式】

- 一、 典禮開始
- 二、 介紹長官、來賓
- 三、 主持人致詞
- 四、 長官、來賓致詞
- 五、 頒獎-各項比賽優勝
- 六、 頒發精神總錦標
- 七、 禮成

課程實施方式

小隊時間

- (一) 為營造小隊活動之氣氛，利用小隊服務員與班級活動進行團體默契，進行時間約 40 分～1 小時。
- (二) 活動地點為活動中心外之廣場，由各小隊服務員引導之固定地點進行操作。(雨天改至室內場地，地點由小隊服務員引導至固定場地)
- (三) 活動進行由小隊輔操作團康後，進行關卡指示之歡迎式演練，(題目為：請於始業式介紹與會師長與來賓時，各小組用歡呼的方式與指定的型式來介紹與會來賓，如：用歌唱的方式歡迎校長、用愛的鼓勵來歡迎主任等…，列入評分)

隊呼、隊旗競賽

- (一) 由小隊輔引導學員至指定地點進行活動，操作時間：2 小時。
- (二) 使用道具：三角旗一面、三支彩色筆(不同顏色)、旗杆一支、圖釘(固定旗子)。
- (三) 本活動設有評審小組，針對班旗之設計與理念解釋、班呼、班歌之表現進行評審。另設有加分制度，如有提問問題，且符合提問之需求，評審酌於給分。

「池上之夜」實施辦法—學生表演

- (一) 在小隊時間前已抽出表演的提目如「pose 劇」「音樂劇」「唱跳」「戲劇」「小團康」。
- (二) 活動為全組同學參與為主，並列入團體總成績。