



臺北市溪山實驗國民小學 115學年度第一學期 發展藝術體驗課程開放外校 學生申請實施計畫

壹、依據：

本校發展藝術體驗課程開放外校學生申請實施計畫。

貳、目的：

期藉由學生在自然生態的情境中真實體驗藝術與人文課程，激發學生觀察自然與藝術與人文的學習興趣，進而提升學生學習之成效。

參、指導單位：

臺北市政府教育局

肆、主辦單位：

臺北市溪山實驗國民小學

伍、實施期間

115學年度第一學期 (115年08月31日至116年01月20日)

陸、體驗方式：

- 一、參加對象：臺北市各公立國民小學1-6年級學生。
- 二、參加人數：以班級為單位，每班至多29人為限。(不接受併班)
- 三、體驗學習時間：每週二及週四上午或下午擇一時段(詳見報名公告之時間表)
- 四、體驗課程：
 1. 【(A)溪山生活陶】、【(B)溪山薯榔染】、【(C)溪山酷滋味】、【(D)岩壁探險家】、【(E)溪山森肢覺】為本校提供與順益博物館【(G)原文化尋寶趣】的配套課程，參加學校可自由選擇是否報名參訪。
 2. 【(F)溯溪小勇士】及【(G)原文化尋寶趣】為套裝行程，不可單獨擇一報名。

(一)欲報名【(A)溪山生活陶】、【(B)溪山好手藝】、【(C)溪山酷滋味】、【(D)岩

壁探險家】、【(E)溪山森肢覺】+ 順益博物館【(G)原文化尋寶趣】建議行程如下表：

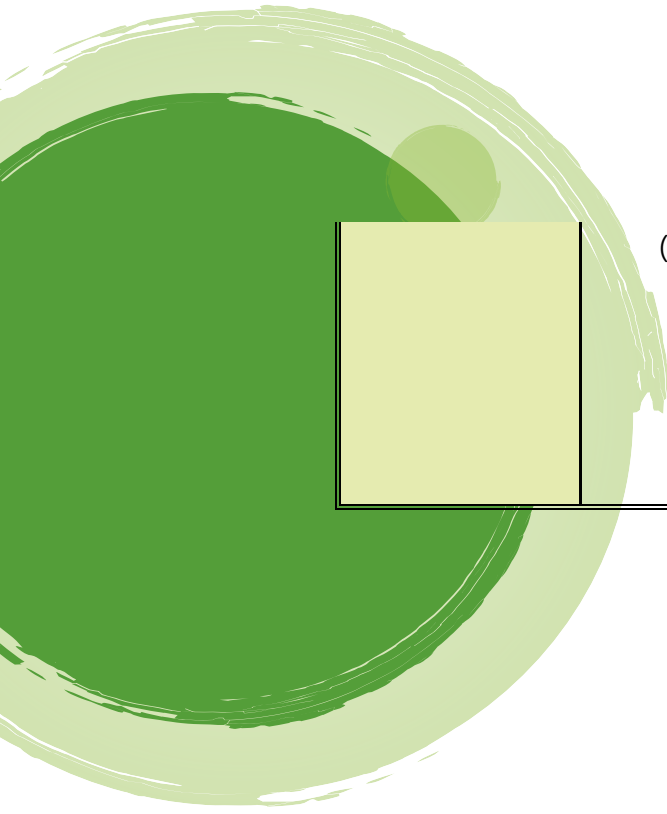
上午行程建議	【活動內容】	下午行程建議	【活動內容】
08:50	到達【溪山實小】	09:00	到達【順益博物館】
09:00-12:00	(A)溪山生活陶 或 (B)溪山薯榔染 或 (C)溪山酷滋味 或 (D)岩壁探險家 或 (E)溪山森肢覺	09:00-11:00	(G)原文化尋寶趣
12:00	用餐時間 (可至順益附近公園用餐)	11:00-12:00	用餐時間 (可至順益附近公園用餐)
12:50	到達【順益博物館】	12:20	到達【溪山實小】
13:00-15:00	(G)原文化尋寶趣	12:30-15:30	(A)溪山生活陶 或 (B)溪山薯榔染 或 (C)溪山酷滋味 或 (D)岩壁探險家 或 (E)溪山森肢覺
15:00	體驗學習結束、賦歸	15:30	體驗學習結束、賦歸

(二)欲報名【(F)溯溪小勇士】+ 【(G)原文化尋寶趣】建議行程如下表：

上午行程建議	【活動內容】	下午行程建議	【活動內容】
08:50	到達【溪山實小】	09:00	到達【順益博物館】
09:00-12:00	(F)溯溪小勇士	09:00-11:00	(G)原文化尋寶趣
12:00	用餐時間 (可至順益附近公園用餐)	11:00-12:00	用餐時間 (可至順益附近公園用餐)
12:50	到達【順益博物館】	12:20	到達【溪山實小】
13:00-15:00	(G)原文化尋寶趣	12:30-15:15	(F)溯溪小勇士
15:00	體驗學習結束、賦歸	15:15	體驗學習結束、賦歸

(三)主題課程介紹

課程名稱	課程內容概要及注意事項
(A) 溪山生活陶 溪山實小 陶藝教室 (3小時)	溪山生活陶 本課程由專業老師指導，以「生活陶」的概念出發，將對生活的感受和喜好運用在陶器上；從啟動身體五感，感受陶土的溼度、硬度、溫度，再經由手捏或陶板塑形，到細節裝飾黏合，以實現心中的理想設計。讓學生不僅僅是體驗手作陶，更藉由專注在創作，感受學習的樂趣與看見美好的自己。 課程相關照片 1.僅以學生為服務對象 本課程適合中、高年級報名。受限於人力與材料費因素，帶隊教師與隨行家長均不在課程規劃中，敬請見諒！ 2.課程進行注意事項 (1) 課程前，請學生將指甲修剪至適合長度，以避免指甲縫卡土，影響捏塑活動。 (2) 請帶隊教師務必全程協助管理班級秩序及學生突發狀況處理，並提醒學生在操作過程中注意環境安全，遵守工具的安全使用方式，以避免發生危險及相關責任。 3.領取陶製品注意事項 (1) 本課程捏塑作品，後續素燒、釉燒等程序，由開課老師於課後代為完成，此至少要等待 2~3 個月的作業時間。本校出窯的生活陶器皿均採用高溫釉，且經過電窯 1230 度高溫釉燒，請安心使用！

- 
- (2) 陶製品釉燒完成後，本校 教師約定來校取件時間，請貴校派員親自至本校警衛室取件簽收。恕無宅配寄送服務，感謝配合！

課程名稱	課程內容概要及注意事項
(B) 溪山薯榔染 溪山實小 陶藝教室 (3小時)	溪山薯榔染 本課程由專業老師指導，以「創造友善環境」為理念，透過溪山在地植物「薯榔」，也是臺灣過去常用的染材植物，讓學生不僅僅是親手萃取染液，更藉由專注在型染創作，感受學習的樂趣與看見美好的自己。 課程相關照片  1. 僅以學生為服務對象 本課程適合低、中年級報名。受限於人力與材料費因素，帶隊教師與隨行家長均不在課程規劃中，敬請見諒！ 2. 課程進行注意事項 (1) 請帶隊教師務必全程協助管理班級秩序及學生突發狀況處理，並提醒學生在操作過程中注意環境安全，遵守工具的安全使用方式，以避免發生危險及相關責任。 (2) 薯榔汁沾到衣物後，不易清洗。* 建議：操作時穿著深色衣物或工作服。 3. 洗滌方式注意事項 (1) 薯榔與其他天然染料相比，薯榔汁含有豐富的單寧酸與膠質，因此著色性較佳，膠質更使布品不易產生退色的情形，薯榔染布的顏色還能越曬越深。* 建議：完成的布品，先日曬 1-2 個星期，讓其穩定固色後，再行使用。 (2) 日後清洗，以手洗較佳；清水加一點中性洗劑，在污漬的地方輕輕搓揉數次，再過水漂洗，擰乾後可直接曬太陽。

課程名稱	課程內容概要及注意事項
(C)溪山酷滋味 溪山實小 食藝教室 (3小時)	溪山酷滋味 本課程透過帶領學生自製手工窯烤披薩，將食農教育融入課程，從餅皮的製作、放置配料的訣竅，及講解窯烤披薩的操作技術到最後美味披薩的出爐，實際操作感受食物帶來的溫度及體驗自己動手的樂趣。 課程相關照片  ※此課程本校僅提供披薩麵皮和番茄醬，披薩上層餡料由參加班級自行準備。 1. 僅以學生為服務對象 本課程適合全年級報名。受限於人力與材料費因素，每班只提供學生體驗一種課程，帶隊教師與隨行家長均不在課程規劃中，敬請見諒！ 2. 課程進行注意事項 (1) 請帶隊教師務必全程協助管理班級秩序及學生突發狀況處理，並請提醒學生在操作過程中注意環境安全，遵守工具的安全使用方式。另外，上課場域為本校半戶外教室，請維護教室資源，不隨意觸碰任何機器，以免發生危險。 (2) 響應環保，本課程不提供外帶包裝，請自備足夠大的外帶餐盒。

課程名稱	課程內容概要及注意事項
(D) 岩壁探險家 溪山實小 戶外攀岩場 (3小時)	岩壁探險家 一、教學理念： 1. 教學底層邏輯：多層次發展架構 本課程以「多層次教學法」為底層邏輯，將岩壁視為流動的教室，打破單一高度的限制，將學習路徑模組化為三個關鍵發展階段： ★【垂直啟蒙】：建立基底本體感覺，在安全感中啟發對高度的探索欲。 ★【技術精控】：由肢體直覺轉向精確腳法與省力結構，掌握對重力的控制力。 ★【高牆策略】：鍛鍊心智策略與耐力分配，在高難度挑戰中實踐恐懼管理。 帶領學生從垂直的視角探索潛能，在攀登過程中看見挑戰，也看見韌性。 2. 冒險與反思：野地教育的室內實踐 我們將「野地教育」的精神延伸至室內岩壁，核心在於冒險中的自我覺察。將攀爬行為視為情緒的顯微鏡，精準辨析學員表現： ★正向反應（專注、沉著、精確控制）：教師即時強化其專業技術，將成功經驗內化為心理資本。 ★負向表現（焦慮、僵硬、輕忽規則）：教師以共感且沉穩的態度介入，引導學生「澄清」恐懼源頭，將生理本能轉化為理性的「正向攀登策略」。 3. 角色切換：建立社會責任感與安全信任 透過系統化的「角色輪替機制」，讓學生在攀爬者、觀察員與規劃師之間切換。在此過程中： ★體察關係：理解人與重力、自我極限與團隊協作之間的互動。 ★喚醒責任：藉由讀線策略與安全互檢，建立學員對自身與夥伴安全的責任感。 ★理性信任：從對裝備的物理認知，升華為對團隊與自我的理性能動性，建構深層的安全信任。 二、學習目標： 透過多層次技術精控與恐懼管理，帶領學生在垂直挑戰中看見韌性，將岩壁探索轉化為自我超越的潛能。

課程相關照片



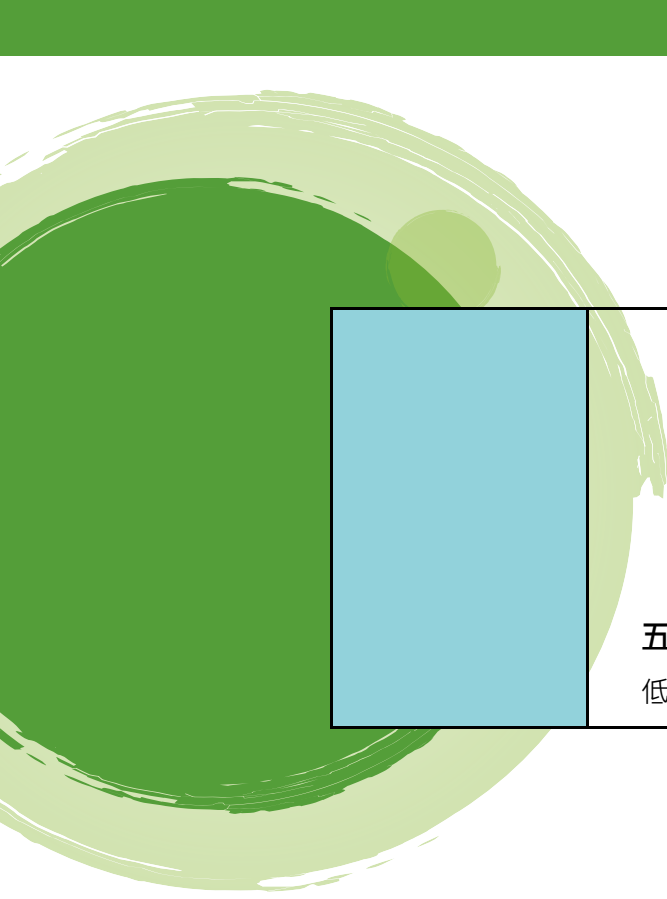
三、參加規範：

本課程具高度操作技術性，為確保教學品質與資源專注，請配合以下規範：

1. **專屬學員體驗：**僅限學生報名參與。受限於人力與設備，帶隊教師及家長均不納入操作規劃。
2. **教學禁區規範：**非授課人員請於「場外觀察區」觀看，嚴禁進入安全墊與器材區，以維護學生攀爬動線與安全。
3. **專業資源集中：**現場教練與安全確保人力將全數投入於學生身上，恕不提供成人體驗或裝備借用。

四、課程進行注意事項：

1. **安全著陸與墜落：**落地需雙腳同寬、屈膝並順勢向後滾動。嚴禁以手撐地或直膝落地，避免關節受傷。
2. **場域淨空規範：**非攀爬者嚴禁進入安全墊區，嚴格執行「一區域一人」，確保攀爬者下方空間絕對淨空。
3. **裝備與服裝：**需穿著彈性運動長衣褲。上牆前務必取下首飾配件並紮起長髮。
4. **輪替紀律：**嚴格遵守 A/B/C (攀爬、觀察、體能) 輪替機制。非攀爬組別需在指定區待命，嚴禁跑跳嬉戲。

- 
- | | |
|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none">5. 情緒覺察與反思：練習「三快一慢」呼吸節奏。若感焦慮，請配合教練進行「恐懼澄清」，切勿在肌肉僵硬下強行攀登。6. 患有心臟病、氣喘、近期骨折史或嚴重懼高者，不宜參加。7. 若當天身體有特殊狀況，請事先告知教練，切勿隱瞞強行上牆。安全是挑戰的唯一前提。 |
|--|---|

五、對象限制：

低年級、中年級、高年級分別開課。

課程名稱	課程內容概要及注意事項
(E) 溪山森肢覺 溪山實小 活動中心 (3小時)	溪山森肢覺 這是一堂結合肢體動作、五感體驗與內在覺察的兒童動作課程。 課程由兒童動作教育合格師資所帶領，結合身體及內心覺察，透過安全且有系統的動作探索，引導孩子在動作中喚醒視覺、聽覺、觸覺、嗅覺與本體感，學會感受自己的身體，也逐步理解內在的情緒與狀態。 課程適合低年級、中年級與高年級兒童，內容會依年齡層調整動作設計與引導方式，讓每個孩子都能在適合自己的節奏中參與、探索與成長。 肢體課程包含臨床骨科動作專家所設計的動作邏輯，兼顧身體發展、安全性與動作品質，幫助孩子建立穩定而健康的動作基礎。 在溪山獨有的自然環境中，孩子透過雙腳踩在土地上的觸感、耳邊的風聲鳥語、空氣中的氣味與光影變化，從五感的真實體驗出發，深化身體覺察，並將身體感受慢慢轉化為清楚而具體的內在理解與情緒表達。 這不只是一堂肢體動作課，而是一段幫助孩子培養 ✓ 五感統合能力 ✓ 身體信任感與動作自信 ✓ 專注力與內在覺察力 的學習旅程。 ★注意事項： (1) 請穿著方便活動與伸展的服裝。 (2) 長髮請梳整齊或綁好，以確保活動時的安全與舒適。 (3) 課前請使用濕紙巾擦拭手腳，保持清潔。 (4) 每位學生須自備一盒 12 色(含以上)彩色筆。  

課程名稱	課程內容概要及注意事項
(F) 溯溪小勇士 溪山實小 楓林橋 內雙溪流域 (3小時) + (G) 原文化尋寶 趣 順益臺灣 原住民博物館 (2小時)	<u>溯溪小勇士</u> 以「溯溪」為主軸，從專業知識到實地的戶外體驗，以野地冒險當作教材，探索學習為教學方式，在健康休閒的視野下，帶領學生進入野地的世界，看見自己看見溪。 野地教育為環境教育的一環，從兩個面向來看，其一為活動本身潛藏著冒險元素，其二則是透過引導來加以反思。舉例說，溯溪是野地教育的項目之一，是運用雙手雙腳，由低往高處爬。過程中產生勇敢、沈著、謹慎、仔細觀察、放鬆身體等行為表現，都是正面的情緒反應；而放棄、緊繃、喊叫、輕忽與大意、驚慌，則為負面的行為表現及情緒反應。當正面的情緒反應出現，野地教育引導員所協助的重心就會放在專業技能和積極鼓勵的層面上。當負面的情緒反應出現，引導員以同理心、堅毅沈穩的態度與體驗者透過對話一起「澄清」和「反思」，以促發正向態度的產出。 有效的運用正面及負面的情緒反應，藉以引導協助體驗者，體察人與自然、人與自己、人與社會的關係。並在活動中透過課程、體驗活動及生態解說，喚醒對自然環境的意識與責任感，恢復人與自然的關係。  患有心臟病、氣喘等病史，不適宜參加本活動。 為維護體驗學習課程之學員安全，若學員當天身體有特殊狀況，無法參加體驗課程者，請事先告知，切勿隱匿，強行下水。

1. 僅以學生為服務對象

本課程有一定之操作技術，僅限中高年級報名，受限於人力與材料費因素，只提供學生體驗，帶隊教師與隨行家長均不在課程規劃中，敬請見諒！

為維護教學品質與照顧學生安全，**本課程每梯次班級規定皆須由二位隨隊教師隨行下水**。除隨行教師可提供完整裝備外，恕無法提供裝備給隨行家長，家長可沿橋上行進觀看課程進行，煩請隨行教師自行拍照，本校隨行教練僅協助部分拍照。

2. 課程進行注意事項

- (1) 大自然的力量是人類不可抗拒的，課程期間務必遵守教練指示與規則，並尊重大自然，才能盡情享受大地給予的美好體驗。
- (2) 請穿著不吸水的長袖衣褲，避免碰撞石頭擦傷與蚊蟲叮咬。
- (3) 攜帶換洗衣物、浴巾與拖鞋。因校園電壓安全問題不提供吹風機避免跳電，另提供五座水漾間，作為更換衣物之空間使用，請相互尊重，把握時間輪流使用。
- (4) 休憩場域為本校半戶外教室，請維護教室資源，不隨意觸碰任何機器與作品，以免發生危險以及相關責任。

順益台灣原住民博物館

順益台灣原主民博物館為國內第一間私立民族學博物館，收藏、研究、展示台灣原住民族文物。本套裝課程藉由博物館導覽、部落電影院(動畫欣賞)、部落教室(DIY手作)帶領孩子認識台灣原住民族文化之美。促進各族群彼此了解、尊重，呈現台灣本土文化的多樣風貌。



1. 課程時間 2 小時。
2. 每班教師與三位家長免門票，超過三位需購買學生團體票(100 元)。
3. 博物館禁止飲食、奔跑及大聲喧嘩。
4. 館內拍攝請勿使用閃光燈、自拍棒及三角架；未開放拍攝之文物將標誌註明。

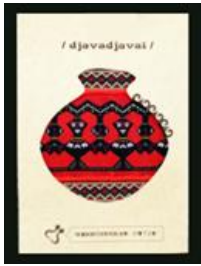
5. 基於文物維護保存需要，博物館展廳溫度維持在攝氏 20-25 度間，請學生注意室內外溫度變化。
6. 課程結束後發放學習手冊，提供回校指導學生深化參觀內容。

◆ 課程材料經費明細表 (每班)

項目	規格	品項	單位	單價
(a) 黑熊特色行程	博物館導覽、部落電影院、服飾體驗、學習手冊	導覽老師車馬費	班	200元
		學生行程費	人	100元
(b) 老鷹重點行程	博物館導覽、部落教室、學習手冊	導覽老師車馬費	班	200元
		學生行程費	人	100元

(b)老鷹重點行程又分為5種：報名溯溪小勇士的班級，可以選擇要上(b-1)原風明信片或是(b-2)琉璃珠手環。報名溪山生活陶、溪山薯榔染、溪山酷滋味、岩壁探險家、溪山森肢覺的班級，可以選擇要上(b-3)小小勇士帽或是(b-4)送子鳥胸針或是(b-5)達悟手環。課程介紹如下表：

◆ 部落教室

搭配課程	DIY項目	適用對象	內容介紹
溯溪小勇士	b-1 原風明信片 	中年級以上適用	「djavadjavai」來自排灣族語的問候，加上尊貴的古陶壺與圖紋象徵，成為一份祝福的明信片，傳遞分享文化之美！
溯溪小勇士	b-2 琉璃珠手環 	全年級適用	五彩繽紛的琉璃珠，代表著排灣族人的身分地位，不同的珠子背後還有神祕有趣的神話傳說。

溪山生 活陶 或 溪山薯 榔染 或 溪山酷 滋味 或 岩壁探 險家 或 溪山森 肢覺 DIY 三選一	b-3 小小 勇士帽		全年 級適 用	威風凜凜的頭飾 裝飾著山豬牙、 熊鷹的羽毛、貝 珠和百步蛇花 紋，展現原住民 勇士彪炳的戰 功！戴起來帥氣 十足！
	b-4 送子 鳥胸針		中年 級以 上 適用	貓頭鷹霧霧的啼 聲，告知人們婦 女懷孕的喜訊！ 在布農族傳說 裡，牠們是送子 鳥，亦被視作嬰 兒的守護神
	b-5 達悟 手環		高年 級以 上 適用	達悟族的黑、 白、紅三色有什 麼意義呢？聽說 鈕扣上的編法不 同，也代表著不 同的身分喔！運 用巧手做一條美 麗的手環吧！

※備註：

- 一、【(A)溪山生活陶】、【(B)溪山薯榔染】、【(C)溪山酷滋味】、【(D)岩壁探險家】、【(E)溪山森肢覺】課程時間約為3小時，彈性時間建議參加學校可自行規劃附近景點，進行參訪活動。
- 二、【(F)溯溪小勇士】及【(E)原文化尋寶趣】為套裝行程，不可擇一行程單獨報名。
- 三、順益臺灣原住民博物館之相關參訪費用，皆由參加學校於活動當日直接將費用交予館方。

柒、報名流程：

- 一、報名時間：**115年8月27日(星期四)上午10點至115年8月28日(星期五)下午3點止**，預定於115年9月1日(星期二)公告錄取名單。
- 二、報名方式：採取網路報名方式，請至臺北市溪山實驗國民小學首頁，點選「優質溪山」→「雲遊溪山趣學習」<http://hopsartschool.blogspot.tw/>內，於【報名表單】連結中填寫。
- 三、錄取確認：錄取後，將以**E-MAIL通知**錄取學校並上網公告，請報名學校務必注意報名使用的電子信箱是否有活動通知信。
- 四、錄取原則：若同時段超過一校(班)申請課程時，以未參加過之學校(班級)報名優先順序為原則，若兩校同時報名，則依報名優先順序錄取。

捌、各校帶隊教師職責：

- 一、行前準備：完成報名登錄及回傳資料。
- 二、體驗活動：請各校(班)教師依據所預約時間「準時」帶領學生至指定地點完成報到，並隨隊進行情境學習活動，與課間休息之秩序維持等事宜，勿造成課程進行之困擾。
- 三、延伸學習：請各校協助指導學生就此次體驗學習的內容，於各班生活課程(低年級)或藝術與人文領域、自然與生活科技領域課程、社會領與(中高年級)課堂中，再行加深加廣深化學習，擴大體驗的效益。

玖、其他：

- 一、參加體驗學習學生之午餐、交通及保險費用等，請各校自行辦理。
- 二、參加體驗學生請自備水壺或環保杯，並依活動性質攜帶換洗衣物等。

拾、本實施計畫陳校長核可後公告實施，修正時亦同。