

好野！極限探險

主辦單位：國立東華大學觀光暨休閒遊憩學系

承辦單位：白藍地團隊工作團隊

協辦單位：特陸谷(T. R. K.)有限公司

指導老師：賴來新教授

連絡電話：0978-130-627(黃子軒)

電子信箱：johnnyanonymity99@gmail.com

活動主題：好野！極限探險

前言：

為了降低下一代孩子對科技的成癮性，以及增進他們人際關係處理的能力，本團隊設計了此次的活動方案以期待讓孩子在快樂玩耍的同時，有所成長，並具備與人應對、結交朋友，及如何表現自己的能力。透過從事團隊合作的活動，既幫助孩子「認識自己、勇於表達、展現自我」，也同時培養同理心，學習如何接受並包容不同的意見與觀點。此外，參與本次的活動，不僅有助孩子親近大自然、體驗部落文化、開闊視野，更能協助行銷布拉旦在地特色，建立口碑、拓展消費市場。

活動宗旨：

「好野！極限探險」活動方案旨在使孩子身心放鬆並鍛鍊心靈，發展孩子的健全人格、學習與同儕溝通、相處，提升解決問題、衝突能力，以及降低其科技成癮的程度，學習新知識、體會大自然之美，另外，也讓孩子有機會認識台灣珍貴的原住民文化及歷史。

活動目標：

一、強化自我表達與自我發展：

鼓勵孩子勇於表達自我意見、展現自己長處，認識自己的優缺點。

二、學習人際關係應對與尊重、包容：

學習和同儕相處、結交朋友，接受並包容不同的意見、想法，懂得在意見不同時與他人溝通、協調，學會團隊合作。

三、親近大自然、認識部落文化：

帶領孩子體驗大自然的美好、鍛鍊體魄，認識當地部落的特色文化、拓展知識與視野。

活動時間：

第一梯次：民國 106 年 5/27(六)~5/30(二)

活動地點：花蓮縣秀林鄉三棧溪布拉旦部落

活動對象：大臺北都會區國小五、六年級學童

方案內容：

一、活動綱要

| |
|------------------------------------|
| 第一天：破冰遊戲、環保小尖兵、製作陷阱、紮營、自製晚餐 |
| 第二天：無動力幫浦、微型水力發電、溯溪、抓蝦、賞星 |
| 第三天：生態解說、製作竹筒飯、射箭體驗、繪畫、野炊、營火晚 會 |
| 第四天：肢體遊戲、編織小品 DIY、紋面體驗、心得分享 |

二、活動內容概述

(一)自然接觸：

在戶外團體合作以及保護環境資源的考量下，設計出一系列的活動，主要分為以下數種：

1. 自然探險：溯溪、抓蝦

溯溪及抓蝦一直是「好野！極限探險」主打的戶外活動之一，透過親水活動讓孩子克服恐懼、突破自我，享受特有的三棧夏日時光。

2. 環境認識：生態解說、賞星
學習辨別山中可食用與不可食用的植物，以及一窺夏季星座奧秘，享受被大自然環抱的體驗。
3. 環境資源：無動力幫浦、微型水力發電
不再只是反覆提醒環保的重要，更讓孩子了解如何使用自然資源發電，進而珍惜地球的環境。
4. 戶外生活：紮營
由於長期待在都市叢林，人們忘了接觸自然的感動，和以天地為家的自在，藉由露營活動以最真實的方式貼近大自然。

(二)部落文化認識：

部落和大自然是最親密最有連結的，於是我們設計讓孩子學習部落文化的課程，從部落的人身上學習最貼近部落的文化，讓孩子學到書本以外的知識，體現「部落有教室」的口號。

1. 陷阱體驗：

在戶外製作陷阱是最貼近真實的做法，孩子可以從蒐集材料開始、製作，到最終的成品，讓孩子有一個自我實現的過程。

2. 射箭體驗：

經由實際拿起傳統打獵的弓箭，讓孩子體驗獵人馳騁於山林間，面對獵物時精神高度集中，弓箭射出時的震撼與速度感，以及擊中標靶時更會提升孩子的成就感。

3. 紋面體驗：

經由紋面體驗可以更親近原住民的文化，並在體驗過程時理解紋面對於太魯閣族的重要意義。

4. 太魯閣族舞蹈：

原住民舞蹈基本上都是團體的舞蹈，每個人都很緊密、熱情，孩子們可以從中學到樂舞的涵義，以及享受樂舞的樂趣。

5. 部落風味餐體驗：

透過生態解說時採集原料，動手學習，自食其力，分享共食，完成一道道美味的餐食。

6. 編織小品 DIY：

讓小朋友學習太魯閣族的編織文化，也可讓孩子們更專注在自己的作品中，編織出歷史軌跡與情感的傳承。

(三)腦力創作：

靜態活動能夠讓孩子們專注在當下、培養耐心，於是在活動內容裡我們設計竹筒片繪畫，鼓勵孩子們可以自由發揮、隨心創作。

1. 竹筒片繪畫：

(1)在竹筒片上畫出上午生態解說中印象深刻之動植物。經由繪畫的方式表達對此的感受。

(2)孩子們體驗大自然植物素描時，可以認識不同的植物，觀察其中細微的不同。

(四)與人交流：

現在許多人經常忙於工作，很少與自己身體對話，檢視自己，或是害怕與人群交流，不善於合作，於是我們希望從孩子開始可以養成察覺自己、認識自己、勇於表達、回歸自我。

1. 野炊：

用最原始的方式讓學員體驗在野外炊飯的樂趣，小朋友分組共同學習如何煮出自己的晚餐。

2. 肢體遊戲：

透過各種肢體遊戲，讓小朋友更認識自己，在群體間也能互相交流，彼此的關係更加緊密。

交通安排(暫定)：

1、 去程

出發地點：台北火車站

發車時間：5/27 上午 07 點 08 分

目的地：新城火車站

抵達時間：5/27 上午 09 點 46 分

2、 返程

出發地點：新城火車站

發車時間：5/30 下午 15 點 21 分

目的地：台北火車站

抵達時間：5/30 下午 18 點 56 分

(往返新城火車站及三棧部落之間由小巴士接駁)

預期效益：

一、 針對活動參與者(孩子)：

(一) 離開舒適圈，變得更獨立：

本團隊希望能藉由這次的活動，鼓勵孩子離開自己的生活圈，勇於挑戰自己，變得更勇敢更獨立。

(二) 遠離 3C 產品，認識部落：

本團隊期望能透過遠離 3C 產品，擁抱部落這樣的做法，讓孩子理解到，最簡單最原始的生活，才是最幸福踏實的。

(三) 了解自己，對未來更有方向：

對於國小高年級的孩子，即將邁入人生的下一個階段，或許會有些彷徨，無助，或許會問自己，想要成為什麼樣的大人，卻又找不到答案，有別於其他的夏令營，我們希望經過這次四天三夜的活動，帶給孩子的是一個能更認識自己，瞭解自己的機會。

二、針對家長：

(一) 孩子有個既充實又快樂的假期：

對於現在的孩子來說，總是穿梭在補習班或才藝班裡，生活中僅存的娛樂不是手機遊戲就是電動，我們安排了一系列的戶外活動，例如陷阱體驗，溯溪；以及靜態的手作課程，幫助孩子們在玩樂的同時，也能親身體驗台灣的部落文化。

團隊成員：



賴來新老師



李汪澄



蔡鴻傑



黃子軒



季芸嘉



張均鈺⁷



莊子慧



簡嫻珊



張育寧