

臺北市「親子縱走 Happy Go!」親子遊推廣獎勵計畫

壹、計畫緣起

2020 年新冠肺炎病毒所帶來的生命威脅、人與人之間的不信任與疏離，已經對人類的身心發展，產生了巨大的影響。而防疫使得家人外出、旅行、出差機會減少，促使家人相聚時間增加，家庭教育也就愈發顯得重要。

臺北市教育局將 2021 年定為「校園心理健康年」，更凸顯出親子良好關係的建立，對於強化學童心理素質與應變調適能力的重要。為了促進家人情感交流，找到共通話題，臺北市家庭教育輔導團特地結合「臺北大縱走」活動，設計「親子縱走 Happy Go!」親子遊學習單手冊。

在疫情降級，兼顧防疫指引下，要讓身心靈已經封閉許久的家庭成員，一起走向戶外，親子一起探索臺北大縱走七段路線，除了可以進行五官的學習體驗，還可以增進親子關係與家人互動，完成學習單及任務者，更可以參加抽獎，獎品豐富，值得期待。

貳、計畫目標

- 一、落實校園心理健康年目標，培養學生健康身心。
- 二、結合臺北大縱走活動，鼓勵親子從事戶外教育。
- 三、推動家庭教育，促進家人建立良好互動關係。

參、辦理單位

- 一、主辦單位：臺北市政府教育局
- 二、承辦單位：臺北市家庭教育輔導小組
- 三、協辦單位：臺北市家庭教育中心

肆、參加對象：臺北市各級學校學生及家長(親子共遊)

伍、活動地點：臺北大縱走七段路線

陸、活動介紹：

一、第一段：關渡至二子坪

除了運用看、聽、聞、嚐、摸等五感，學習體驗大自然之奧妙外，更讓孩子和家人用身體擺放成一個愛心圖案，一起完成幸福愛心大拼盤。

二、第二段：二子坪至小油坑

觀察力賓果大考驗、框出二子坪最佳視野等，不僅考驗觀察力，而且家人必須一起合作，用肢體共同組成一個愛心相框，框出最美的畫面。

三、第三段：小油坑至風櫃口

善用觀察力外，還要發揮聯想力，找出感官主題相關的素材，最後鼓勵親子表達共遊的心情、情緒或以畫圖、拍照留下最棒的回憶。

四、第四段：風櫃口至捷運大湖公園站

親子同樂 fun fun fun、愛的傳聲筒等，鼓勵親子要將愛大聲說出來喔。

五、第五段：劍潭支線

大自然裡的數字、親子縱走小尖兵等，最後以一張「不露臉的全家大合照」作為結束。

六、第六段：中華科技大學至捷運麟光站

找出四種蕨類、用鉛筆拓印或拍照九五峰上拓印柱【壯】字，最後在「南港山」跟家人一起合照。

七、第七段：指南貓空

可以選擇走全程一日遊，也可以選擇祖孫三代半日遊，除了探索貓空的地名由來，還可以拜訪樟山寺。

柒、活動時間：即日起至 110 年 10 月 20 日晚上 1200 止

捌、活動方式

一、臺北市各級學校學生及家長，請先下載「親子縱走 Happy Go!」親子遊學習單手冊，檔案下載處：<https://reurl.cc/7rzRD1>，或請掃描 QRcode，填寫基本

資料（如附件一）。



- 二、可以在臺北大縱走七段路線中，任擇其中一段路線，凡於 110 年 10 月 20 日晚上 1200 前完成任一路線學習單，併同基本資料及親子健走照片一張，拍照上傳至指定網址(<https://reurl.cc/00Kvar>)，即可參加抽獎，每戶家庭每條路線最多僅能上傳一次。
- 三、臺北市政府教育局訂於 110 年 11 月 5 日辦理線上公開抽獎，得獎名單公告於臺北市家庭教育中心或臺北市北投區清江國民小學首頁。
- 四、倘有疑義，請洽臺北市國民教育輔導團高毓璇課督或陳榮碩專輔，電話：(02) 2336-3566。
- 五、獎項如下：
 - 參加獎(家庭教育活動紀念品)
 - 肆獎(登山杖 20 支，價值約 500 元)
 - 參獎(家庭桌遊組 10 套，價值約 1,200 元)
 - 貳獎(運動手環 3 組，價值約 2,500 元)
 - 頭獎(四人全家帳篷 1 頂，價值約 6,000 元)

玖、預期效益

- 一、藉由縱走 HappyGo 活動辦理，培養學生健康心理與強健體魄。
- 二、透過臺北大縱走活動辦理，促進親子參與戶外活動並認識本市景觀與風土。
- 三、經推廣獎勵親子參加，鼓勵更多市民投入臺北大縱走活動並提升參與人數。
- 四、藉由親子共學體驗學習，增進家人互動關係。

拾、補助經費：由教育局相關經費項下支應。

拾壹、本實施計畫陳教育局核定後實施，修正時亦同。

附件一

臺北市「親子縱走 Happy Go!」親子遊基本資料

臺北大縱走路線：第____段_____至_____

學生就讀學校：臺北市_____ 學生班級：____年____班

學生姓名：_____

家長姓名：_____ 家長聯絡電話：_____

請檢視以下資料是否已完成上傳

☐ 親子健走照片(拍照上傳)

☐ 學習單(拍照上傳)

附件二

臺北市「親子縱走 Happy Go!」親子遊預估經費明細表

項目	單位	數量	單價	合計	說明
獎品	式	1	24,500	24,500	登山杖(10 支)、家庭桌遊組(5 組)、運動手環(3 支)、四人戶外帳篷(1 頂)
出席費	人	10	2,500	25,000	來賓專家學者出席費
誤餐費	人	80	100	8,000	前置會議之工作人員誤餐
郵資	式	1	5,000	5,000	獎品寄送郵資
雜支	式	1	10,000	10,000	承辦學校紙張、文具、碳粉匣
			合計 72,500 元整		

承辦人

處室主任

會計主任

校長