

社子島歷險記~認識水域環境與生態



行動成員：嚴祈為、林卓燁、周鈺宸、林縉辰、周秭晨、許閔喬

指導老師：劉雅鳳老師、李明峯老師(小強) 周鈞儀老師、豐佳燕老師

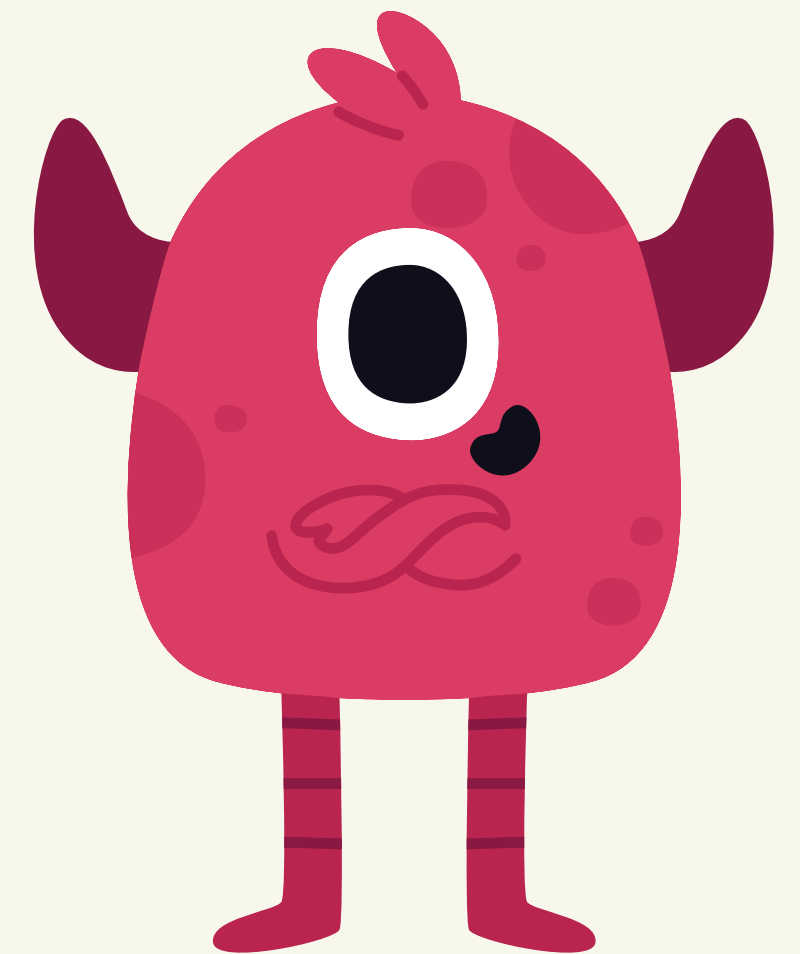
參與對象/人數

1. 4歲到13歲，3歲以下需家長陪同。
 2. 只限20位參加者，不包含家長。
 3. 需分成四組，若超過四位家長(包含四位)每組需含一位家長。
- 請盡快報名，若沒有被爭取請見諒

【時】

活動時間

120分鐘/(二小時)



一、開場活動

大家好，我們是北市大附小的Go!Go!Go!小隊，成員有嚴祈為、林卓燁、周鈺宸、林縉辰、周秣晨、許閔喬。今天我們帶大家來到社子島頭公園，我們會透過一些活動讓大家認識水資源的重要性，並且認識濕地的生態與鳥類，首先先考考大家一些問題。

Q1.請問小白鷺長大後會變成中白鷺，再變成大白鷺嗎？



答：不會



(一)作一個翻書,讓他們配對看看

小白鷺

中白鷺

大白鷺

腳

黃色

黑色

黑色

嘴巴

黑色

黃色

黃色

圖示



(二)導覽員解說：認識大中小白鷺的特徵

小白鷺:腳是黃色的,嘴巴是黑色的海岸河口、魚塭、溪流、都市溝渠至山區湖泊、溪澗都可看到小白鷺修長的身影

中白鷺:腳是黑色的,嘴巴是黃色的黃色喙，頭部比較圓，腿比大白鷺短，接近黃頭鷺

大白鷺:腳是黑色的,嘴巴是黃色的,脖子比較長。

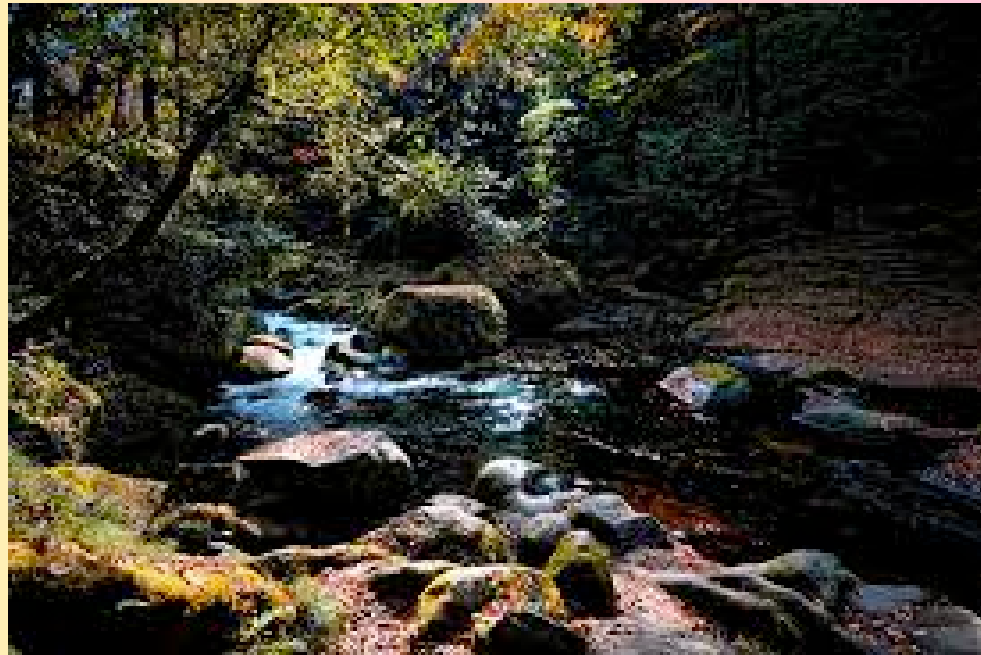
鳥的定義：有羽毛、兩隻腳，或指任何在水體上或水邊生活的鳥類，
或是指淡水生態系統中的鳥類



認識在地鳥類/生物/植物與濕地

請大家分組討論，再請一個代表來配對圖卡-鳥類在那些濕地會出現。

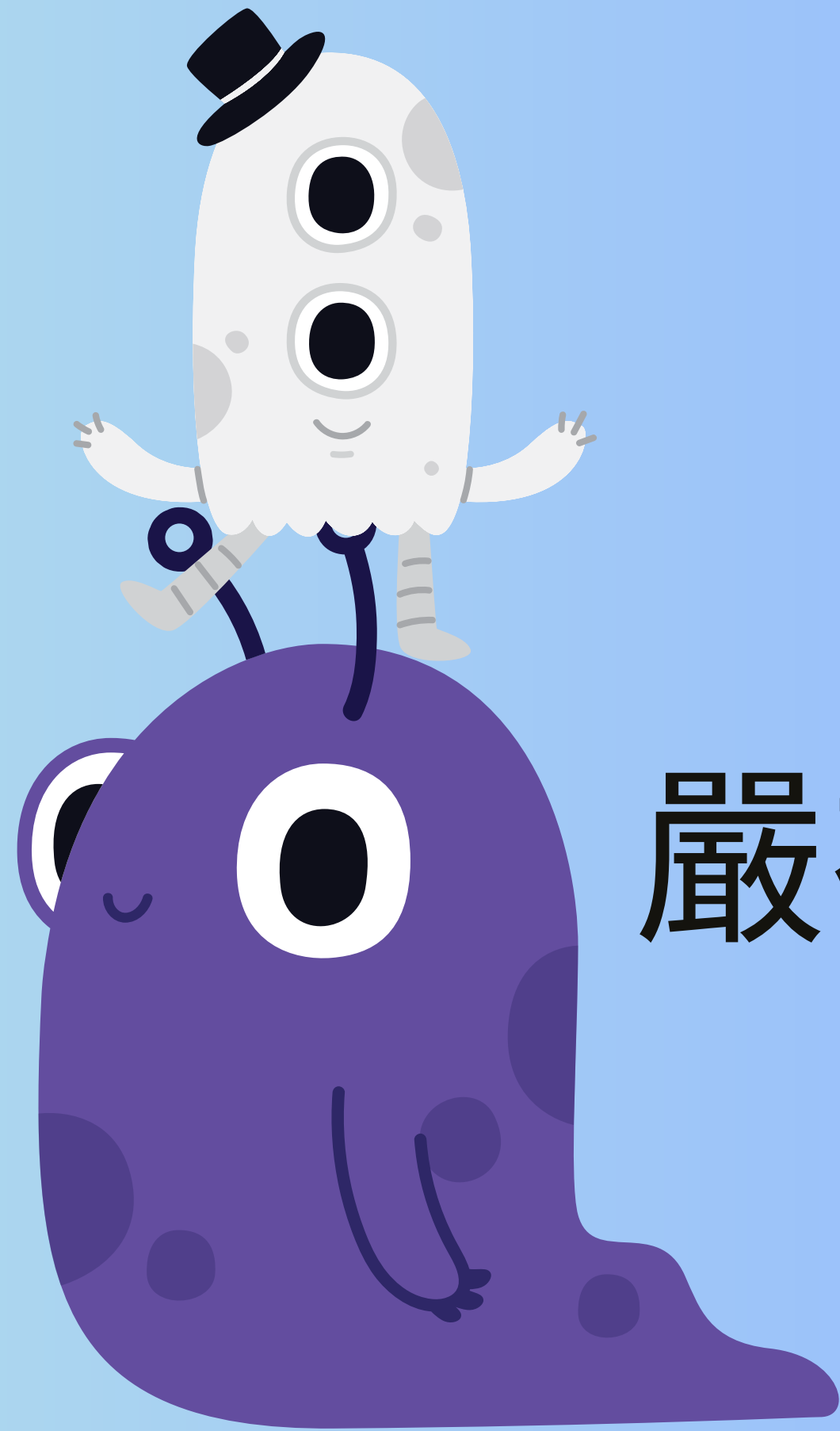
問題：溪流看見小白鷺，河流看見大白鷺，沙灘看見東方環頸鴉。



A: 溪流看見小白鷺，河流看見大白鷺，沙灘看見東方環頸鸻。



社子島 頭公園

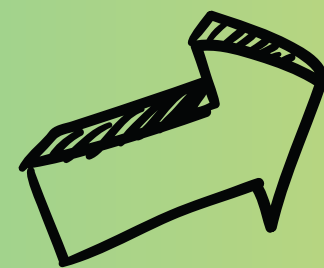


嚴祈為

引言：歡迎來到社子島頭公園!

(一)地名由來：社子地區地名來自其核心聚落名稱「社仔」（臺羅：siā-á），從前為凱達格蘭族麻少翁社原住民的一個聚落，故略稱為社仔。

該地區原為基隆河分流「番子溝」與大同區相隔而為獨立島嶼，故稱為「社子島」，今仍延用之。



凱達格
蘭族



1. 社子島的景觀和動物

位置、地圖、河流位於基隆河與淡水河交匯處的「社子島島頭公園」,可以近距離觀察水鳥、彈塗魚、招潮蟹、紅樹林生態與山河風景公園內有濕地，放眼望去是壯闊的河景，可以盡情遠眺關渡大橋和觀音山。

<https://tripmoment.com/Trip/975457205.html>



2.社子島頭公園的地點



社子島位於台北市士林區，因為長年限建，被稱為是「台北市最後一塊處女地」，也由於地處兩河交接處，擁有獨特的河口潮間帶生態，共有三處人工濕地，分別是社子島濕地、社六濕地、島頭濕地公園



總結活動：(周鈺宸)

接下來，下面有一些問題，來看看你們這堂課到底有沒有聽懂。



Q1

請問社子島在哪裡



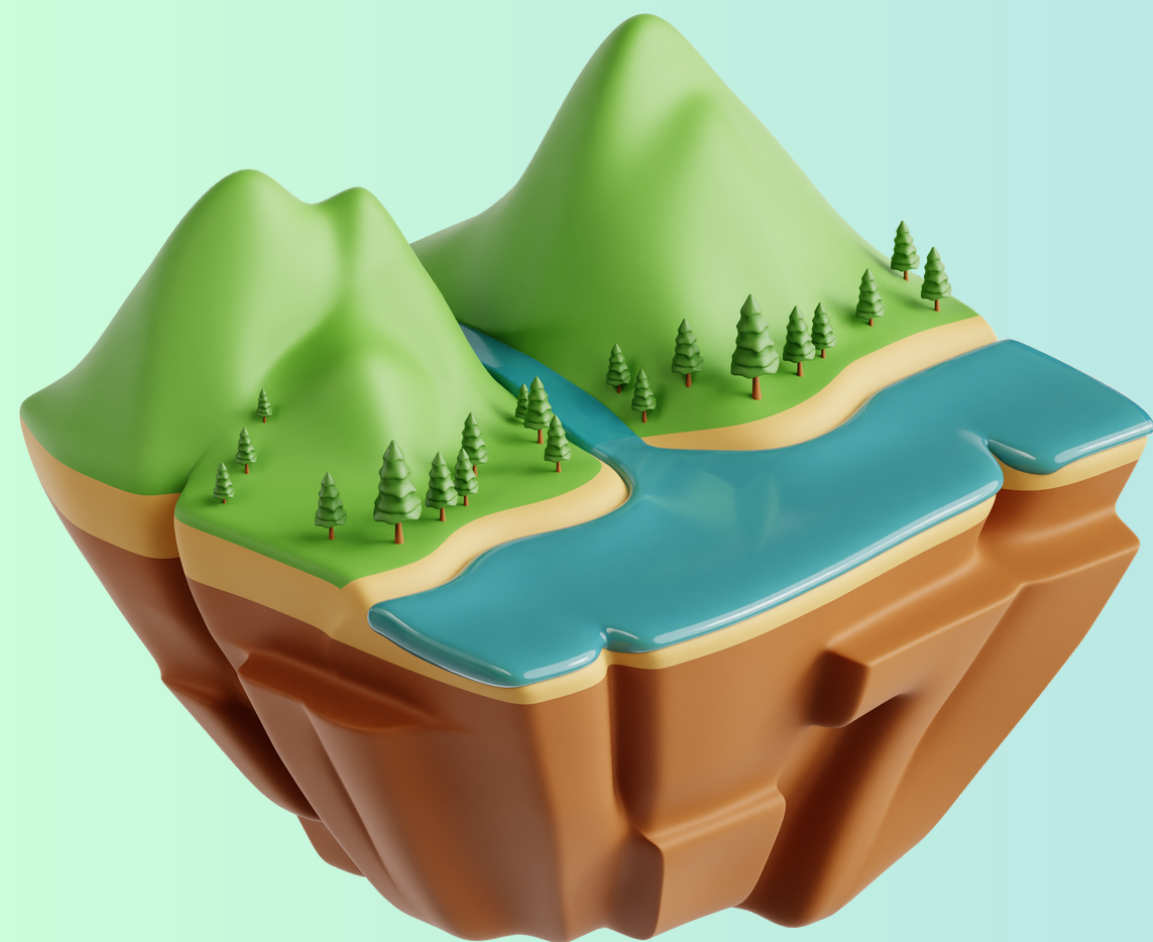
1.士林

2.中正

3.礁溪

4.頭城

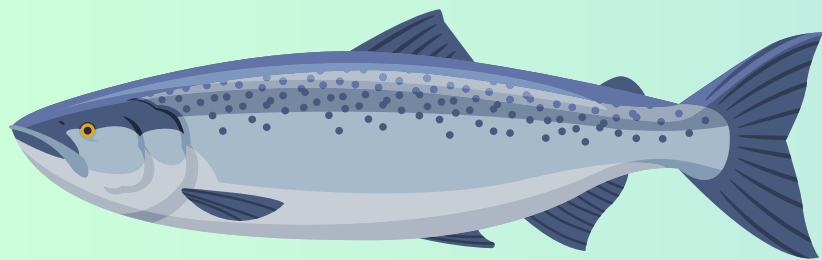
答1 士林



Q2

請問哪種動物在社子島生活

1. 鮭魚



2. 白頭翁



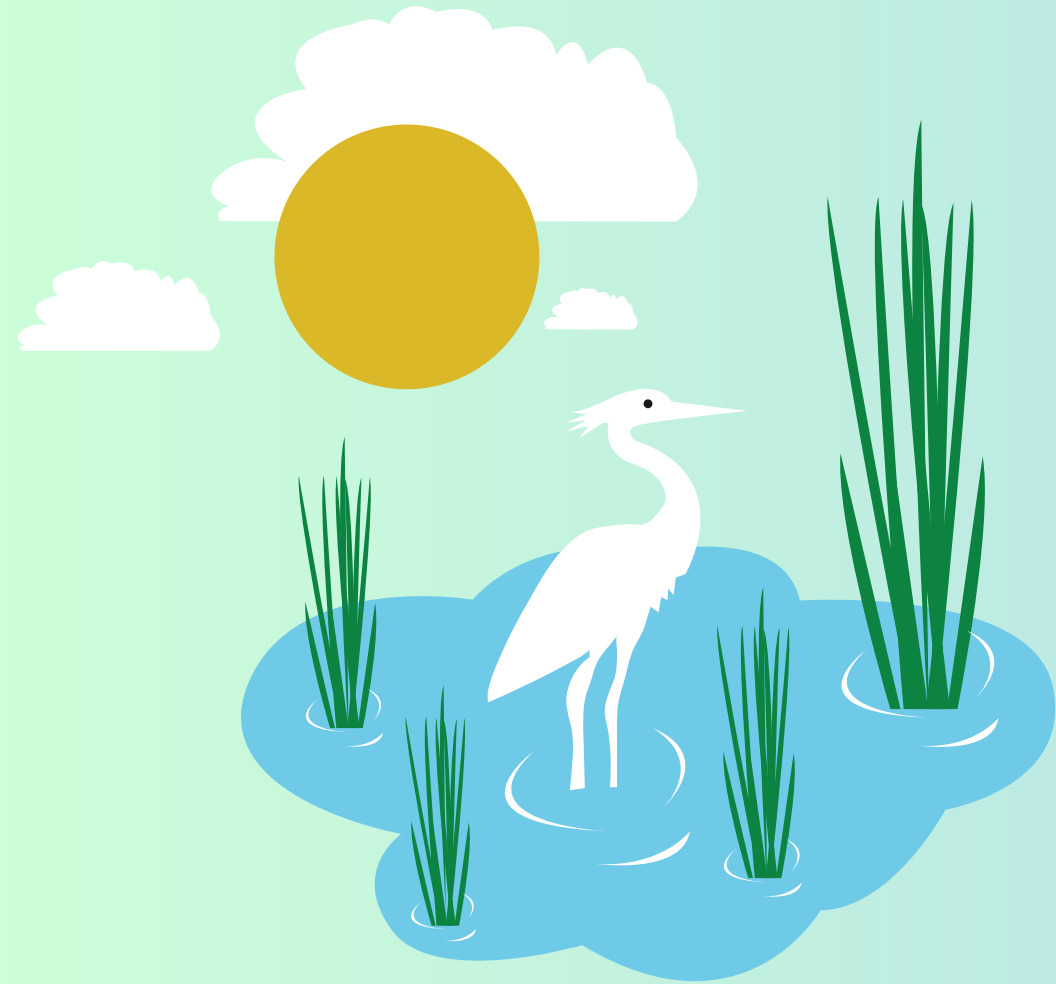
3. 白鷺鷥



4. 海東青



答3 白鷺鷥



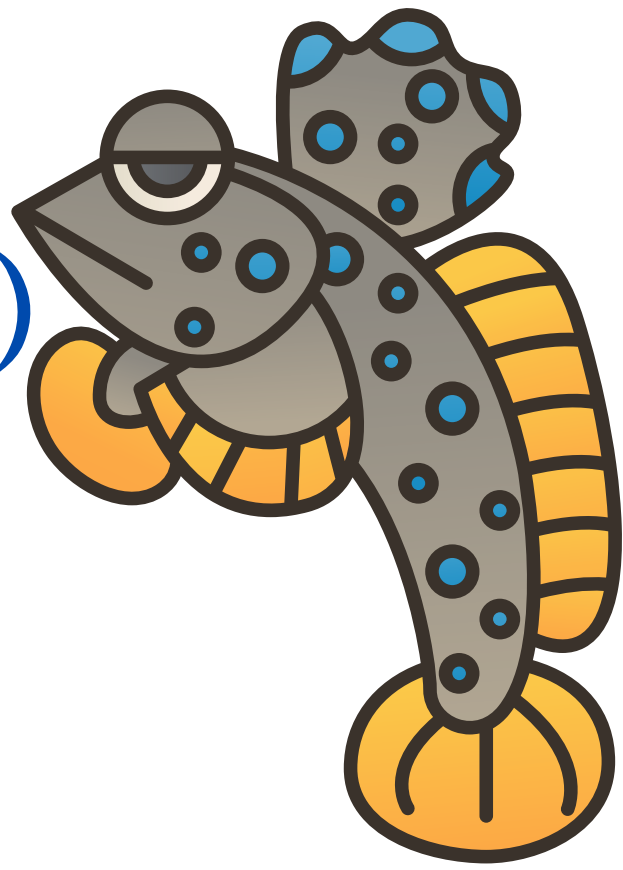
引起動機：招潮蟹拳

(由海帶拳改編)

遊戲規則：分男女兩隊比賽，兩隊各出一人猜拳，
勝的人先喊口訣，如果雙方做的動作方向一樣，
那麼喊口訣的那方獲勝！（不一樣就再來一次）

*口訣：招潮阿！招潮阿！招潮~~蟹

(做出指定動作：舉左手或舉右手或舉雙手)



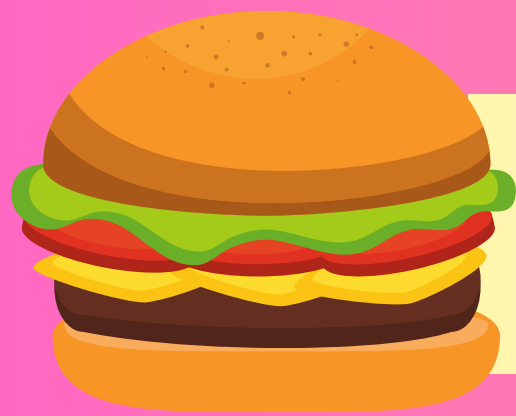




吃與水資源
食物配對樂

食物配對樂

歡迎大家來到這一關!請大家猜猜看，下列各種食物分別需要耗費多少的水資源?



一個 150 公克的漢堡



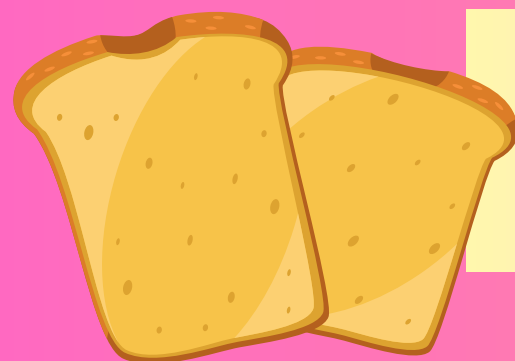
約2,600公升的水



一片牛肉



約2,328 公升的水



兩片麵包



約 83 公升的水



一片起司



約 5.5 公升的水



漢堡裡的生菜沙拉



約 212公升的水

食物配對樂

下列各種食物分別需要耗費多少的水資源？

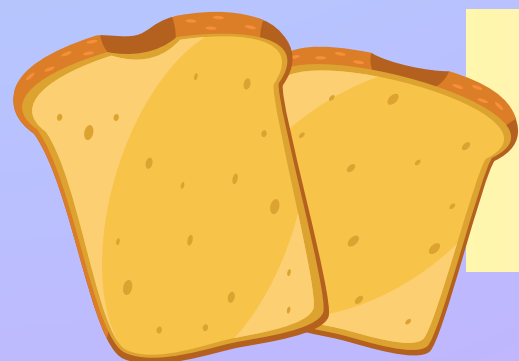
漢堡耗費的水資源最多！



一個 150 公克的漢堡



一片牛肉



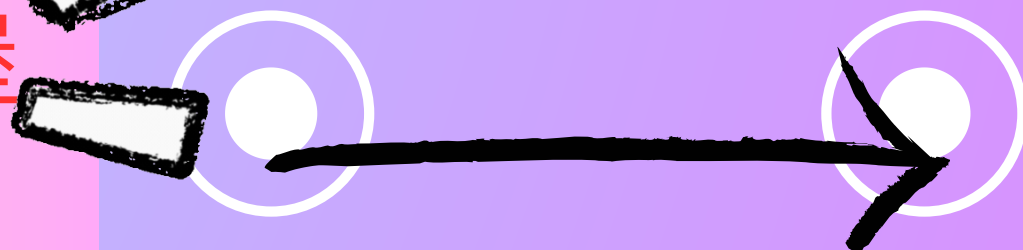
兩片麵包



一片起司



漢堡裡的生菜沙拉



約2,328公升的水



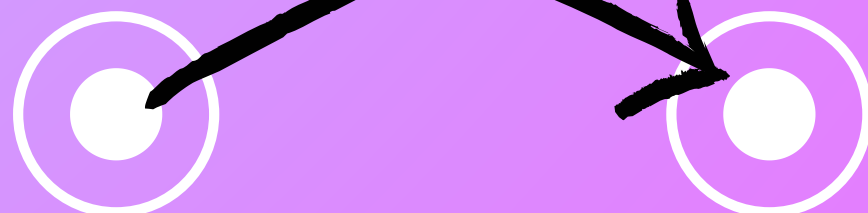
約2,600公升的水



約 83 公升的水



約 5.5 公升的水



約 212公升的水

認識水足跡

水足跡 (water footprint) 是指生產一個商品或服務背後所需要的水資源。

水足跡包含了直接和間接的用水量，並分成 3 大類，包括：

藍水足跡 (地面水、灌溉農業、工業和家用的水)

綠水足跡 (存於土壤，被植物蒸發消耗的水)

灰水足跡 (指吸收、沖淡產品製造過程中產生的污染物，所需要消耗的淡水水量)



怎麼吃 最省水資源



01. 蔬菜類

瓜類、菇類、根莖類蔬菜。例如：大黃瓜、胡瓜、香菇、木耳、蘿蔔、洋蔥等食材這些食材相對葉菜類較易清潔，不需耗費過多水分。

02. 水果類

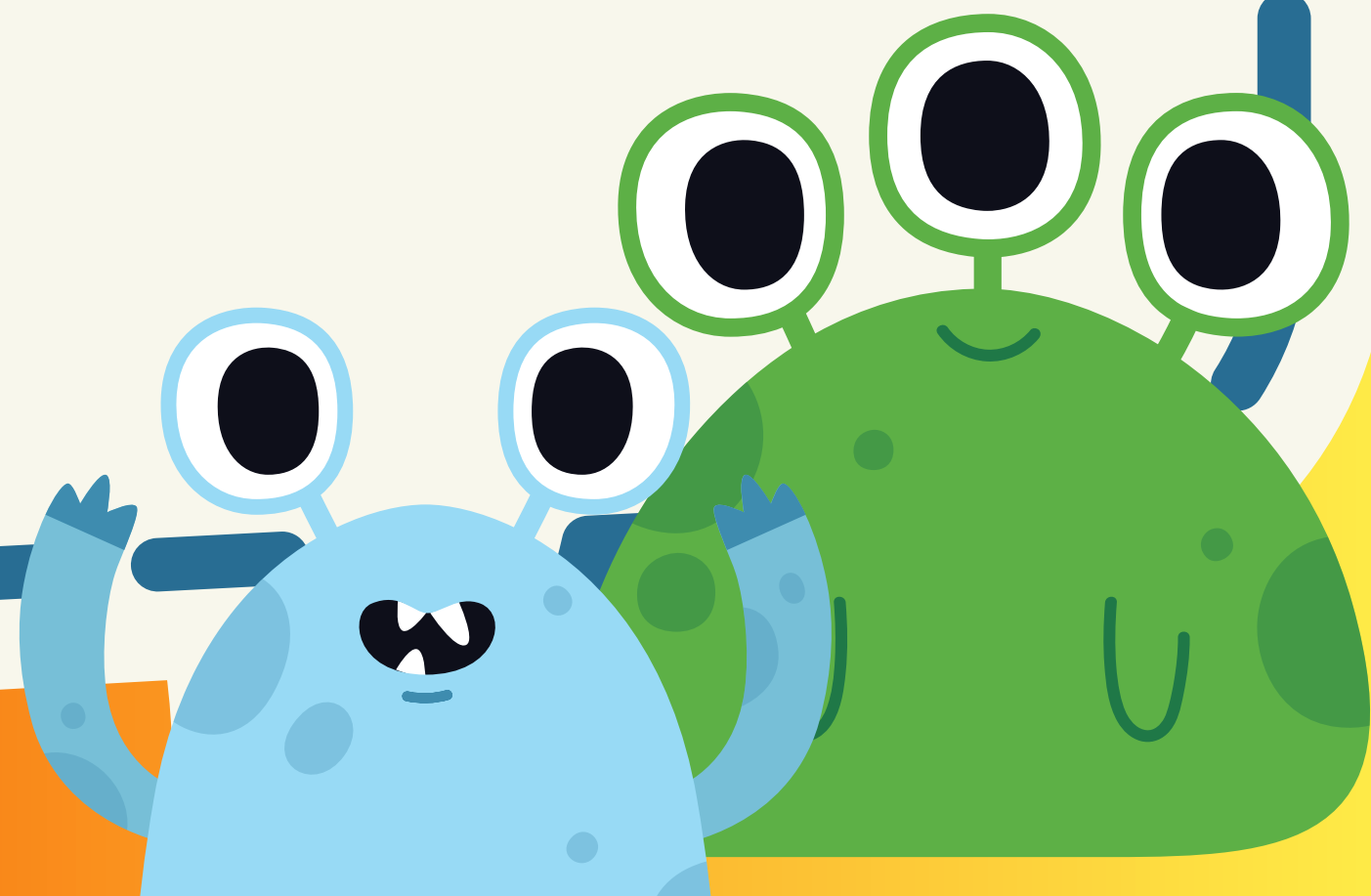
奇異果、香蕉、柑橘、百香果、芭樂...等帶皮或易食水果，僅需簡單清洗就能夠馬上食用。

03. 全穀根莖類

洗米雖難省水，但洗米水很好用，留下來洗油膩的碗筷很可以。或者利用蒸烤地瓜、玉米、南瓜、馬鈴薯取代米飯，飲食不僅多變化也能省水多纖維。

減少水足跡，食在有方法

1. 多食用原態食物，減少食用加工食物
2. 多選用在地、當季食物，減少食物里程
3. 多食用蔬食
4. 減少肉類和奶類的攝取
5. 減少食物浪費





嚴祈為的總心得



謝謝小強老師安排這一系列環保培訓員的活動，也謝謝雅鳳老師跟鈞儀老師辛苦帶領我們參加活動，我對水環境、濕地與相關的植物及動物生態都有進一步認識了，也很開心自己有參與基隆河的淨溪活動及在漳和濕地協助清除外來種，有為環境盡一分心力。





我的總心得：林縉辰



我在第一堂課學到了為什麼台灣缺水，我在第二堂課學到如何CPR和如何使AED，我在社子島頭公園加紅樹林學到了許多鳥類的小知識以及紅樹林的生物如何生存，我在芝山綠園攀樹和得得之家學到樹是很重要的，這一系列的活動讓我學到了很多有關自然的知識，我覺得非常有趣，我不會忘記的。



林卓燁總心得

當老師帶我們去基隆河時，我學到了做水質檢測，當老師帶我們去旗山綠我學到了關於如何救傷的鳥類，也學到了如何攀樹。去社子島公園時，我學到了關於濕地鳥類的知識，當我們去紅樹林時，我認識了關於濕地的生態知識，當我們去漳和濕地時，我體驗到了在泥巴裡清除外來種的感覺，也學到了很多關於外來種的知識，謝謝老師幫我們安排這個活動，讓我知道要保護濕地和自然生態，希望我可以變成一個有趣又令人難忘的生態導覽員。



周鈺宸總心得

大家都要保護水資源,都不能浪費水,水會吸引大量的蚊子,讓燈閣熱等病毒侵襲,台灣雖然是全世界水資源前幾名的國家,卻也是全世界缺水第十八名的國家,經過老師細心教導後我們才知道原來是中央山脈的地形陡峭,水一來就流走了,長會發生土石流! 這學期的戶外教學課程讓我體會到環保很重要,想要讓地球變得更好,就一定要做環保,這學期我學到許多關於環保的知識像:如何攀樹及社子島的多元生態,我也學到安全比學習更重要,我真希望下學期的課程能去戶外教學!



心得：許閔喬

升上四年級資優班，多了一個「改變世界小推手」課程，這個課程讓我們參加很多有關環保培訓的活動，有「戶外風險評估與急救」課程活動、「基隆河水環境教育與守護行動（淨溪體驗）」課程活動、「社子島頭公園&紅樹林」課程活動、「芝山綠園攀樹&得得之家」課程活動，及「漳和濕地&清除外來種」課程活動。

遠方的鳥兒在藍藍天空下展翅飛翔，飛過了一座座翠綠的青山，穿過了一片片雪白的雲朵，這美好的自然景觀，需要我們努力保護，經過這幾次戶外培力課程活動，讓我們重新認識大自然，瞭解環境保護的重要性，也讓我們學習如何珍惜水資源，使我收穫滿滿，獲益良多！

周秣晨的心得

謝謝老師用心規劃一系列環保解說員的培訓課程，帶我們從認識環境汙染開始，在學習自救與救人的技能後，透過實地探查，學習水質檢測技巧、認識溼地生態以及外來種對生態的威脅。此外，我們更走入大自然，體驗攀樹活動，齊力動手清除外來種。我學習到大自然是我們的好朋友，保護與守護大自然不應該只是口號！我們應該透過日常的行動，落實節能減碳、做環保愛地球。因為唯有從生活中開始改變，我們才能守護地球的健康、與動植物好朋友共好，讓豐富的生態永續下去！





謝謝聆聽

THANKYOU