

桃園市立東興國民中學 探索體驗活動回饋表

一、基本資料

(一) 性別: ☒ 男 ☐ 女 (二) 學校: 東興 (三) 姓名: 江興源

1. 整個活動中, 一到十分, 你給自己打幾分? (十是最好, 一是最不好)

ANS: 十分

2. 如何能有這些分數? 如果想再多拿一分, 你可以如何調整自己?

ANS: 讓自己走在快一點登頂就好了。

3. 整個活動中, 你最喜歡那個部分? 爬山

原因是... 因為可以觀看大自然, 還有大自然的加末到。

4. 整個活動中, 你最不喜歡那個部分? 搭客

原因是... 很熱、很無聊, 但也學到了很多東西

5. 整個活動中, 你覺得你和團隊的互動如何?

ANS: 學姐, 她一直鼓勵我, 而且我們邊下山邊聊天。

6. 整個活動中, 你覺得你和指導員的互動如何?

ANS: 教官對我們很好, 他會一直等我們, 跟我們聊天。

7. 參加這個活動後, 你發現自己是一個怎麼樣的人? (以前不曾發現)

ANS: 我也完知後我覺得我爬山很快, 以前都不知道。

8. 參加這個活動後, 你發現自己有什麼改變或影響嗎?

ANS: 耐力更強了, 我發現我好喜歡拿棍子爬山。

9. 參加這個活動後, 你覺得最大的收穫是什麼?

ANS: 讓我覺得最大的收穫是細心觀察, 多認是小動物。

10. 最後, 你有任何感想或意見想表達的嗎?

ANS: 我覺得我很棒, 我很喜歡爬山, 希望下次可以爬山。

桃園市立東興國民中學 探索體驗活動回饋表

一、基本資料

(一) 性別: ☒ 男 ☐ 女 (二) 學校: 東興國中 (三) 姓名: 黃梓鈞

1. 整個活動中，一到十分，你給自己打幾分？(十是最好，一是最不好)

ANS: 八分。

2. 如何能有這些分數？如果想再多拿一分，你可以如何調整自己？

ANS: 要在爬山時積極一點。

3. 整個活動中，你最喜歡那個部分？登頂的時候。

原因是... 因為山頂的風景很漂亮，前面的努力都值得了。

4. 整個活動中，你最不喜歡那個部分？游石門水庫。

原因是... 因為游石門水庫的時候，解說員講的話我大部分都知道了。

5. 整個活動中，你覺得你和團隊的互動如何？

ANS: 沒有怎麼互動，因為山路旁邊沒有柵欄，我怕掉下去。

6. 整個活動中，你覺得你和指導員的互動如何？

ANS: 只有一點點，指導員只有帶著我們做上山一式。

7. 參加這個活動後，你發現自己是一個怎麼樣的人？(以前不曾發現)

ANS: 我發現我是一個體力不錯的人。

8. 參加這個活動後，你發現自己有什麼改變或影響嗎？

ANS: 我對爬山大改觀。

9. 參加這個活動後，你覺得最大的收穫是什麼？

ANS: 人生第一次爬山是我最大的收穫。

10. 最後，你有任何感想或意見想表達的嗎？

ANS: 爬完山之後我的體力有變好了一點，這會對我很有幫助。

桃園市立東興國民中學 探索體驗活動回饋表

一、基本資料

(一) 性別: ☒ 男 ☐ 女 (二) 學校: 東興國中 (三) 姓名: 謝揚瑋

1. 整個活動中，一到十分，你給自己打幾分？(十是最好，一是最不好)

ANS: 7分

2. 如何能有這些分數？如果想再多拿一分，你可以如何調整自己？

ANS: 不要去山上吃泡面3. 整個活動中，你最喜歡那個部分？爬山原因是... 有好的空氣還很好玩4. 整個活動中，你最不喜歡那個部分？下山原因是... 一直跌倒5. 整個活動中，你覺得你和團隊的互動如何？很好ANS: 因為一直跌倒很好笑6. 整個活動中，你覺得你和指導員的互動如何？有ANS: 一開始上山一事

7. 參加這個活動後，你發現自己是一個怎麼樣的人？(以前不曾發現)

ANS: 原來我是一個體能不好的人

8. 參加這個活動後，你發現自己有什麼改變或影響嗎？

ANS: 現在我才發現水很重要

9. 參加這個活動後，你覺得最大的收穫是什麼？

ANS: 讓我知道山上空氣很好

10. 最後，你有任何感想或意見想表達的嗎？

ANS: 爬山很好玩

桃園市立東興國民中學 探索體驗活動回饋表

一、基本資料

(一) 性別: ☒ 男 ☐ 女 (二) 學校: 東興國中 (三) 姓名: 蕭亦佑

1. 整個活動中，一到十分，你給自己打幾分？(十是最好，一是最不好)

ANS: 九

2. 如何能有這些分數？如果想再多拿一分，你可以如何調整自己？

ANS: 可以鼓勵力同學，是走自己的

3. 整個活動中，你最喜歡那個部分？爬山

原因是... 因為我從來沒爬過山，第一次爬山覺得很有趣

4. 整個活動中，你最不喜歡那個部分？坐船

原因是... 因為很熱，而且坐船就感覺頭暈想吐

5. 整個活動中，你覺得你和團隊的互動如何？

ANS: 開心的爬山

6. 整個活動中，你覺得你和指導員的互動如何？

ANS: 開心的聊天

7. 參加這個活動後，你發現自己是一個怎麼樣的人？(以前不曾發現)

ANS: 我發現我會爬山的人

8. 參加這個活動後，你發現自己有什麼改變或影響嗎？

ANS: 喜歡上山爬山

9. 參加這個活動後，你覺得最大的收穫是什麼？

ANS: 怎麼登山、有什麼裝備

10. 最後，你有任何感想或意見想表達的嗎？

ANS: 希望爬山更難
山的難度

桃園市立東興國民中學 探索體驗活動回饋表

一、基本資料

(一) 性別: ☐ 男 ☒ 女 (二) 學校: 東興國中 (三) 姓名: 吳玟瑄

1. 整個活動中，一到十分，你給自己打幾分？(十是最好，一是最不好)

ANS: 六分

2. 如何能有這些分數？如果想再多拿一分，你可以如何調整自己？

ANS: 爬快一點、專心一點。

3. 整個活動中，你最喜歡那個部分？電動遊湖船

原因是... 船很平穩，風景很美。

4. 整個活動中，你最不喜歡那個部分？上山的時候

原因是... 我體比較不好，上山時有點吃力。

5. 整個活動中，你覺得你和團隊的互動如何？

ANS: 很少互動，因為爬山很累。

6. 整個活動中，你覺得你和指導員的互動如何？

ANS: 比較少互動，因為教官體能比較好爬山比較快。

7. 參加這個活動後，你發現自己是一個怎麼樣的人？(以前不曾發現)

ANS: 原來我是一個有耐心的人。

8. 參加這個活動後，你發現自己有什麼改變或影響嗎？

ANS: 現在我才發現爬山會那麼累。

9. 參加這個活動後，你覺得最大的收穫是什麼？

ANS: 我覺得最大的收穫是看到了桃園的風景。

10. 最後，你有任何感想或意見想表達的嗎？

ANS: 經過這個活動，我覺得爬山的過程很有意義，也很好玩。

桃園市立東興國民中學 探索體驗活動回饋表

一、基本資料

(一) 性別: ☒ 男 ☐ 女 (二) 學校: 東興國中 (三) 姓名: 余泰禹

1. 整個活動中，一到十分，你給自己打幾分？(十是最好，一是最不好)

ANS: 8分

2. 如何能有這些分數？如果想再多拿一分，你可以如何調整自己？

ANS: 因該要更認真和要互相幫忙、互相鼓勵。

3. 整個活動中，你最喜歡那個部分？去口境

原因是... 因為去到口境時那邊很漂亮，我第一次看到這麼美的景象。

4. 整個活動中，你最不喜歡那個部分？上山時

原因是... 因為上山的路有一些很難走。

5. 整個活動中，你覺得你和團隊的互動如何？

ANS: 跟同學們開心的聊天就上山了。

6. 整個活動中，你覺得你和指導員的互動如何？

ANS: 我和^{教官}的互動很不錯，因為有一些問題都會去找教官幫忙。

7. 參加這個活動後，你發現自己是一個怎麼樣的人？(以前不曾發現)

ANS: 原來我是一個體能還不錯的人。

8. 參加這個活動後，你發現自己有什麼改變或影響嗎？

ANS: 原來我發現上山是那麼辛苦的事。

9. 參加這個活動後，你覺得最大的收穫是什麼？

ANS: 讓我的體力變好和更加的了解石門水庫，這是我最大的收穫。

10. 最後，你有任何感想或意見想表達的嗎？

ANS: 希望下次還可以去爬更多的山。

桃園市立東興國民中學 探索體驗活動回饋表

一、基本資料

(一) 性別: ☒ 男 ☐ 女 (二) 學校: 東興國中 (三) 姓名: 黃柏諒

1. 整個活動中，一到十分，你給自己打幾分？(十是最好，一是最不好)

ANS: 八

2. 如何能有這些分數？如果想再多拿一分，你可以如何調整自己？

ANS: 應該要聽導遊說話，而不是睡覺。

3. 整個活動中，你最喜歡那個部分？坐船

原因是... 因為第一次坐。

4. 整個活動中，你最不喜歡那個部分？上山

原因是... 因為路很陡不好走。

5. 整個活動中，你覺得你和團隊的互動如何？

ANS: 很開心。

6. 整個活動中，你覺得你和指導員的互動如何？

ANS: 互動很少。

7. 參加這個活動後，你發現自己是一個怎麼樣的人？(以前不曾發現)

ANS: 我發現我原來骨力還不錯。

8. 參加這個活動後，你發現自己有什麼改變或影響嗎？

ANS: 八巴山原來這麼累。

9. 參加這個活動後，你覺得最大的收穫是什麼？

ANS: 看到美麗的風景，這是我最大的收穫。

10. 最後，你有任何感想或意見想表達的嗎？

ANS: 希望下次可以八巴更高的山。

桃園市立東興國民中學 探索體驗活動回饋表

一、基本資料

(一) 性別: ☒ 男 ☐ 女 (二) 學校: 東興國中 (三) 姓名: 吳少軒

1. 整個活動中，一到十分，你給自己打幾分？(十是最好，一是最不好)

ANS: 九

2. 如何能有這些分數？如果想再多拿一分，你可以如何調整自己？

ANS: 希望能看完山上的所有風景

3. 整個活動中，你最喜歡那個部分？跟學長們一起走

原因是... 因為跟學長們走的時候我們還迷路

4. 整個活動中，你最不喜歡那個部分？石門水庫生態教育

原因是... 因為有很多東西都不知道它是做什麼的

5. 整個活動中，你覺得你和團隊的互動如何？

ANS: 很開心，因為和學長走時看到不同的地方很開心

6. 整個活動中，你覺得你和指導員的互動如何？

ANS: 互動很少因為指導員們爬很快

7. 參加這個活動後，你發現自己是一個怎麼樣的人？(以前不曾發現)

ANS: 參加這個活動後我發現我不太在乎上山

8. 參加這個活動後，你發現自己有什麼改變或影響嗎？

ANS: 在爬山的時候我發現團隊是很重要的

9. 參加這個活動後，你覺得最大的收穫是什麼？

ANS: 雖然我不太喜歡爬石門水庫生態教育，但是我收穫了石門水庫的歷史

10. 最後，你有任何感想或意見想表達的嗎？

ANS: 活動結束後我覺得以後也希望有這種活動

桃園市立東興國民中學 探索體驗活動回饋表

一、基本資料

(一) 性別: ☒ 男 ☐ 女 (二) 學校: 東興國中 (三) 姓名: 鄒陳林富

1. 整個活動中，一到十分，你給自己打幾分？(十是最好，一是最不好)

ANS: 8分

2. 如何能有這些分數？如果想再多拿一分，你可以如何調整自己？

ANS: 根上隊伍。調整呼吸

3. 整個活動中，你最喜歡那個部分？太陽能電動公務舟廷骨豐馬路。
原因是... 開水庫的景象起。功能都介紹的很細

4. 整個活動中，你最不喜歡那個部分？下山

原因是... 下坡很陡 走的很累

5. 整個活動中，你覺得你和團隊的互動如何？

ANS: 一邊爬山一邊聊天

6. 整個活動中，你覺得你和指導員的互動如何？

ANS: 教官分我來麵包

7. 參加這個活動後，你發現自己是一個怎麼樣的人？(以前不曾發現)

ANS: 原來我的骨體很不好

8. 參加這個活動後，你發現自己有什麼改變或影響嗎？

ANS: 原來爬山很輕鬆

9. 參加這個活動後，你覺得最大的收穫是什麼？

ANS: 水庫的重要

10. 最後，你有任何感想或意見想表達的嗎？

ANS: 可以再增加一點活動

桃園市立東興國民中學 探索體驗活動回饋表

一、基本資料

(一) 性別: ☒ 男 ☐ 女 (二) 學校: 東興國中 (三) 姓名: 林謙成

1. 整個活動中，一到十分，你給自己打幾分？(十是最好，一是最不好)

ANS: 八分

2. 如何能有這些分數？如果想再多拿一分，你可以如何調整自己？

ANS: 努力一點

3. 整個活動中，你最喜歡那個部分？坐船

原因是... 因為可以休息

4. 整個活動中，你最不喜歡那個部分？爬山

原因是... 因為很累

5. 整個活動中，你覺得你和團隊的互動如何？

ANS: 很少互動

6. 整個活動中，你覺得你和指導員的互動如何？

ANS: 互動很好

7. 參加這個活動後，你發現自己是一個怎麼樣的人？(以前不曾發現)

ANS: 我是很會爬山的人

8. 參加這個活動後，你發現自己有什麼改變或影響嗎？

ANS: 原來我發現上山腳會很痛

9. 參加這個活動後，你覺得最大的收穫是什麼？

ANS: 知道石門水庫的新建的歷史

10. 最後，你有任何感想或意見想表達的嗎？

ANS: 我覺得爬山很好玩

桃園市立東興國民中學 探索體驗活動回饋表

一、基本資料

(一) 性別: ☒ 男 ☐ 女 (二) 學校: 東興國中 (三) 姓名: 李偉澤

1. 整個活動中，一到十分，你給自己打幾分？(十是最好，一是最不好)

ANS: 八分

2. 如何能有這些分數？如果想再多拿一分，你可以如何調整自己？

ANS: 跟上隊伍

3. 整個活動中，你最喜歡那個部分？爬山

原因是... 因為很刺激

4. 整個活動中，你最不喜歡那個部分？下山

原因是... 因為會讓我腳卻很痛

5. 整個活動中，你覺得你和團隊的互動如何？

ANS: 很少互動，因為很累

6. 整個活動中，你覺得你和指導員的互動如何？

ANS: 很好，因為指導員告訴我們很多知識

7. 參加這個活動後，你發現自己是一個怎麼樣的人？(以前不曾發現)

ANS: 參加這個活動後，我才發現我是體能不好的人

8. 參加這個活動後，你發現自己有什麼改變或影響嗎？

ANS: 我才發現水是很重要的

9. 參加這個活動後，你覺得最大的收穫是什麼？

ANS: 我覺得最大的收穫是知道石門水庫是多麼的重要

10. 最後，你有任何感想或意見想表達的嗎？

ANS: 希望我未來可以有爬山的習慣

桃園市立東興國民中學 探索體驗活動回饋表

一、基本資料

(一) 性別: ☐ 男 ☒ 女 (二) 學校: 東興國中 (三) 姓名: 陳品瑄

1. 整個活動中，一到十分，你給自己打幾分？(十是最好，一是最不好)

ANS: 5

2. 如何能有這些分數？如果想再多拿一分，你可以如何調整自己？

ANS: 骨豐力在好一點

3. 整個活動中，你最喜歡那個部分？休息

原因是... 骨豐力不好

4. 整個活動中，你最不喜歡那個部分？下山

原因是... 會讓我的腳很痛

5. 整個活動中，你覺得你和團隊的互動如何？

ANS: 很少互動

6. 整個活動中，你覺得你和指導員的互動如何？

ANS: 比較少互動

7. 參加這個活動後，你發現自己是一個怎麼樣的人？(以前不曾發現)

ANS: 我是一個不喜歡爬山的人

8. 參加這個活動後，你發現自己有什麼改變或影響嗎？

ANS: 原來水是這麼重要的東西

9. 參加這個活動後，你覺得最大的收穫是什麼？

ANS: 原來溪州山對面是石門山，這是我最大的收穫

10. 最後，你有任何感想或意見想表達的嗎？

ANS: 原來爬山這麼好玩😊

桃園市立東興國民中學 探索體驗活動回饋表

一、基本資料

(一) 性別: ☒ 男 ☐ 女 (二) 學校: 東興國中 (三) 姓名: 葉亦慶

1. 整個活動中，一到十分，你給自己打幾分？(十是最好，一是最不好)

ANS: 五分

2. 如何能有這些分數？如果想再多拿一分，你可以如何調整自己？

ANS: 不要吵鬧, 在快走一點

3. 整個活動中，你最喜歡那個部分？走平路

原因是... 因為剛爬完上坡, 平路可以放一點速度。

4. 整個活動中，你最不喜歡那個部分？爬上坡

原因是... 上坡很陡, 會怕跌倒

5. 整個活動中，你覺得你和團隊的互動如何？

ANS: 很好, 累的時候朋友會等你

6. 整個活動中，你覺得你和指導員的互動如何？

ANS: 還不錯, 因為指導員什麼都講得很清楚

7. 參加這個活動後，你發現自己是一個怎麼樣的人？(以前不曾發現)

ANS: 我發現我的體能還不錯

8. 參加這個活動後，你發現自己有什麼改變或影響嗎？

ANS: 水變得很重要

9. 參加這個活動後，你覺得最大的收穫是什麼？

ANS: 看到很多美麗風景

10. 最後，你有任何感想或意見想表達的嗎？

ANS: 希望以後還可以跟著同學去爬山

附表

702

活動紀錄

桃園市立東興國民中學 探索體驗活動回饋表

一、基本資料

(一) 性別: ☒ 男 ☐ 女 (二) 學校: 東興國中 (三) 姓名: 鍾羽羲

1. 整個活動中，一到十分，你給自己打幾分？(十是最好，一是最不好)

ANS: 十分

2. 如何能有這些分數？如果想再多拿一分，你可以如何調整自己？

ANS: 接近大自然

3. 整個活動中，你最喜歡那個部分？上山

原因是... 爬山的時候很放鬆

4. 整個活動中，你最不喜歡那個部分？很凹凸不平的路

原因是... 很多土跑到鞋子裡

5. 整個活動中，你覺得你和團隊的互動如何？笑哈哈

ANS: 心情好

6. 整個活動中，你覺得你和指導員的互動如何？好奇

ANS: 很多不知道的東西

7. 參加這個活動後，你發現自己是一個怎麼樣的人？(以前不曾發現)

ANS: 我發現我體力很一般

8. 參加這個活動後，你發現自己有什麼改變或影響嗎？

ANS: 山下的時候的累

9. 參加這個活動後，你覺得最大的收穫是什麼？

ANS: 風景好美

10. 最後，你有任何感想或意見想表達的嗎？

ANS: 很累但是很好玩

桃園市立東興國民中學 探索體驗活動回饋表

一、基本資料

(一) 性別: ☒ 男 ☐ 女 (二) 學校: 東興國中 (三) 姓名: 魏至皓

1. 整個活動中，一到十分，你給自己打幾分？(十是最好，一是最不好)

ANS: 九分

2. 如何能有這些分數？如果想再多拿一分，你可以如何調整自己？

ANS: 速度在快一點。

3. 整個活動中，你最喜歡那個部分？爬山

原因是... 因為可以訓練自己的體能。

4. 整個活動中，你最不喜歡那個部分？下山

原因是... 因為要一直下車。

5. 整個活動中，你覺得你和團隊的互動如何？

ANS: 互相幫助。

6. 整個活動中，你覺得你和指導員的互動如何？

ANS: 謝謝指導員一直幫我們找水。

7. 參加這個活動後，你發現自己是一個怎麼樣的人？(以前不曾發現)

ANS: 這些活動讓我發現我是一個體能不錯的人。

8. 參加這個活動後，你發現自己有什麼改變或影響嗎？

ANS: 發現水是這麼重要的。

9. 參加這個活動後，你覺得最大的收穫是什麼？

ANS: 我覺得最大的收穫是看到整個桃園市。

10. 最後，你有任何感想或意見想表達的嗎？

ANS: 我覺得爬山很好玩，希望以後可以有爬山習慣。

一、基本資料

(一)性別：☒男 ☐女

(二)班級：802

(三)姓名：詹力勳

二、溪洲山體驗活動回饋：

(一) 請以一到十分(十分最好，一分最差)，自評完成活動全程後，你會給自己打幾分？ 九分

(二) 為什麼給自己這個分數？有堅持爬完這一座山。

(三) 若要提升分數，自己應該如何調整？調整自己的呼吸頻率。

(四) 你最喜歡活動的哪個部分？爬溪洲山。

(五) 你最不喜歡活動的哪個部分？坐太陽能船。

(六) 在活動中，你和團隊的互動狀況如何？還不錯。

(七) 在活動中，你和教官的互動狀況如何？非常好。

(八) 活動完成後，你覺得自己是甚麼樣的人？努力的人。

(九) 完成這個活動後，你感覺到自己是否有所變化呢？認識到更多關於水庫的原理。

(十) 這個活動帶給你甚麼影響？不要浪費水源。

(十一) 完成活動後最大的收穫是甚麼？學會用登山杖。

三、修正意見提出或心得感想

對於 9/21 的戶外教育活動(溪洲山體驗)，有其他意見需要提出，作為後續活動的修正方向嗎？又或者有第二項回饋中尚未問到的心得，你有想要表的的呢？請在下方簡單說明。

我覺得溪洲山的高低起伏落差很大，雖然爬到後面有點累，但也看到令人賞心悅目的風景！希望未來還可以有類似的活動。

一、基本資料

(一)性別：☒男 ☐女

(二)班級：802

(三)姓名：張誌倫

二、溪洲山體驗活動回饋：

(一) 請以一到十分(十分最好，一分最差)，自評完成活動全程後，你會給自己打幾分？ 八分

(二) 為什麼給自己這個分數？ 有堅持到最後

(三) 若要提升分數，自己應該如何調整？ 不要脫隊

(四) 你最喜歡活動的哪個部分？ 爬山

(五) 你最不喜歡活動的哪個部分？ 無

(六) 在活動中，你和團隊的互動狀況如何？ 還可以

(七) 在活動中，你和教官的互動狀況如何？ 不錯

(八) 活動完成後，你覺得自己是甚麼樣的人？ 愛玩的人

(九) 完成這個活動後，你感覺到自己是否有所變化呢？ 變得對爬山更有興趣

(十) 這個活動帶給你甚麼影響？ 對山林開始有探索的興趣

(十一) 完成活動後最大的收穫是甚麼？ 學會堅持

三、修正意見提出或心得感想

對於 9/21 的戶外教育活動(溪洲山體驗)，有其他意見需要提出，作為後續活動的修正方向嗎？又或者有第二項回饋中尚未問到的心得，你有想要表的的呢？請在下方簡單說明。

還不錯玩，挺刺激的。

一、基本資料

(一)性別：☒男 ☐女

(二)班級：802

(三)姓名：林居宏

二、溪州山體驗活動回饋：

(一)請以一到十分(十分最好，一分最差)，自評完成活動全程後，你會給自己打幾分？ 9.5分

(二)為什麼給自己這個分數？ 因為我爬到山頂絕的配很厲害但因著隊所以-0.5

(三)若要提升分數，自己應該如何調整？ 跟著教官，不落隊。

(四)你最喜歡活動的哪個部分？ 下山的時候；

(五)你最不喜歡活動的哪個部分？ 上山的時候。

(六)在活動中，你和團隊的互動狀況如何？ 很好

(七)在活動中，你和教官的互動狀況如何？ 很好

(八)活動完成後，你覺得自己是甚麼樣的人？ 會爬山的人。

(九)完成這個活動後，你感覺到自己是否有所變化呢？ 沒

(十)這個活動帶給你甚麼影響？ 沒

(十一)完成活動後最大的收穫是甚麼？ 沒

三、修正意見提出或心得感想

對於 9/21 的戶外教育活動(溪洲山體驗)，有其他意見需要提出，作為後續活動的修正方向嗎？又或者有第二項回饋中尚未問到的心得，你有想要表的的呢？請在下方簡單說明。

很開心

一、基本資料

(一)性別：☒男 ☐女

(二)班級：802

(三)姓名：李學泓

二、溪洲山體驗活動回饋：

(一) 請以一到十分(十分最好，一分最差)，自評完成活動全程後，你會給自己打幾分？ 10

(二) 為什麼給自己這個分數？ 因為我覺得我很棒。

(三) 若要提升分數，自己應該如何調整？ 不用調整

(四) 你最喜歡活動的哪個部分？ 沒有一個喜歡的部分

(五) 你最不喜歡活動的哪個部分？ 每個部分

(六) 在活動中，你和團隊的互動狀況如何？ 很棒

(七) 在活動中，你和教官的互動狀況如何？ 很棒

(八) 活動完成後，你覺得自己是甚麼樣的人？ 很棒的人

(九) 完成這個活動後，你感覺到自己是否有所變化呢？ 屁股很痛

(十) 這個活動帶給你甚麼影響？ 屁股受傷

(十一) 完成活動後最大的收穫是甚麼？ 讓我知道以後不要再爬山了

三、修正意見提出或心得感想

對於 9/21 的戶外教育活動(溪洲山體驗)，有其他意見需要提出，作為後續活動的修正方向嗎？又或者有第二項回饋中尚未問到的心得，你有想要表的的呢？請在下方簡單說明。

午餐太火闌。

一、基本資料

(一)性別：☒男 ☐女

(二)班級：802

(三)姓名：廖翹志

二、溪洲山體驗活動回饋：

(一) 請以一到十分(十分最好，一分最差)，自評完成活動全程後，你會給自己打幾分？ 6

(二) 為什麼給自己這個分數？ 一直滑

(三) 若要提升分數，自己應該如何調整？ 踩穩

(四) 你最喜歡活動的哪個部分？ 休息站的地方

(五) 你最不喜歡活動的哪個部分？ 爬上山坡

(六) 在活動中，你和團隊的互動狀況如何？ 不錯

(七) 在活動中，你和教官的互動狀況如何？ 還可以

(八) 活動完成後，你覺得自己是甚麼樣的人？ 有效率的

(九) 完成這個活動後，你感覺到自己是否有所變化呢？ 沒

(十) 這個活動帶給你甚麼影響？ 比較累

(十一) 完成活動後最大的收穫是甚麼？ 風景好看

三、修正意見提出或心得感想

對於 9/21 的戶外教育活動(溪洲山體驗)，有其他意見需要提出，作為後續活動的修正方向嗎？又或者有第二項回饋中尚未問到的心得，你有想要表的的呢？請在下方簡單說明。

沒

一、基本資料

(一)性別：☒男 ☐女

(二)班級：802

(三)姓名：戚維軒

二、溪洲山體驗活動回饋：

(一) 請以一到十分(十分最好，一分最差)，自評完成活動全程後，你會給自己打幾分？ 10

(二) 為什麼給自己這個分數？ 我覺得很棒

(三) 若要提升分數，自己應該如何調整？ 沒有

(四) 你最喜歡活動的哪個部分？ 搭船

(五) 你最不喜歡活動的哪個部分？ 沒有午餐

(六) 在活動中，你和團隊的互動狀況如何？ 很棒

(七) 在活動中，你和教官的互動狀況如何？ 很棒

(八) 活動完成後，你覺得自己是甚麼樣的人？ 很棒

(九) 完成這個活動後，你感覺到自己是否有所變化呢？ 爬山好玩

(十) 這個活動帶給你甚麼影響？ 認識山水庫

(十一) 完成活動後最大的收穫是甚麼？ 無

三、修正意見提出或心得感想

對於 9/21 的戶外教育活動(溪洲山體驗)，有其他意見需要提出，作為後續活動的修正方向嗎？又或者有第二項回饋中尚未問到的心得，你有想要表的的呢？請在下方簡單說明。

很好玩水庫很酷船很帥

一、基本資料

(一)性別：☒男 ☐女

(二)班級：802

(三)姓名：曾鴻鈺

二、溪洲山體驗活動回饋：

(一) 請以一到十分(十分最好，一分最差)，自評完成活動全程後，你會給自己打幾分？ 7

(二) 為什麼給自己這個分數？ 因為我牛B

(三) 若要提升分數，自己應該如何調整？ 裝B

(四) 你最喜歡活動的哪個部分？ sleep

(五) 你最不喜歡活動的哪個部分？ 爬山

(六) 在活動中，你和團隊的互動狀況如何？ 牛B

(七) 在活動中，你和教官的互動狀況如何？ 牛B

(八) 活動完成後，你覺得自己是甚麼樣的人？ 牛B

(九) 完成這個活動後，你感覺到自己是否有所變化呢？ 裝B

(十) 這個活動帶給你甚麼影響？ 牛B

(十一) 完成活動後最大的收穫是甚麼？ 無

三、修正意見提出或心得感想

對於 9/21 的戶外教育活動(溪洲山體驗)，有其他意見需要提出，作為後續活動的修正方向嗎？又或者有第二項回饋中尚未問到的心得，你有想要表的的呢？請在下方簡單說明。



一、基本資料

(一)性別：☒男 ☐女

(二)班級

802

(三)姓名

謝宇軒

二、溪洲山體驗活動回饋：

(一) 請以一到十分(十分最好，一分最差)，自評完成活動全程後，你會給自己打幾分？ 50

(二) 為什麼給自己這個分數？

不知道

(三) 若要提升分數，自己應該如何調整？

(四) 你最喜歡活動的哪個部分？

爬山

(五) 你最不喜歡活動的哪個部分？

貼

(六) 在活動中，你和團隊的互動狀況如何？

很好

(七) 在活動中，你和教官的互動狀況如何？

很好

(八) 活動完成後，你覺得自己是甚麼樣的人？

很好

(九) 完成這個活動後，你感覺到自己是否有所變化呢？

沒有

(十) 這個活動帶給你甚麼影響？

沒有

(十一) 完成活動後最大的收穫是甚麼？

沒有

三、修正意見提出或心得感想

對於 9/21 的戶外教育活動(溪洲山體驗)，有其他意見需要提出，作為後續活動的修正方向嗎？又或者有第二項回饋中尚未問到的心得，你有想要表的的呢？請在下方簡單說明。

無

一、基本資料

(一)性別：☐男 ☒女

(二)班級：802

(三)姓名：紀妍禎

二、溪洲山體驗活動回饋：

(一) 請以一到十分(十分最好，一分最差)，自評完成活動全程後，你會給自己打幾分？ 7

(二) 為什麼給自己這個分數？ 很有成就感

(三) 若要提升分數，自己應該如何調整？ 多爬山

(四) 你最喜歡活動的哪個部分？ 休息時間

(五) 你最不喜歡活動的哪個部分？ 爬山

(六) 在活動中，你和團隊的互動狀況如何？ 很喘

(七) 在活動中，你和教官的互動狀況如何？ 很棒

(八) 活動完成後，你覺得自己是甚麼樣的人？ 普通人

(九) 完成這個活動後，你感覺到自己是否有所變化呢？ 很喜歡爬山

(十) 這個活動帶給你甚麼影響？ 很累

(十一) 完成活動後最大的收穫是甚麼？ 屁股痛

三、修正意見提出或心得感想

對於 9/21 的戶外教育活動(溪洲山體驗)，有其他意見需要提出，作為後續活動的修正方向嗎？又或者有第二項回饋中尚未問到的心得，你有想要表的的呢？請在下方簡單說明。

很讚

一、基本資料

(一)性別：☐男 ☒女

(二)班級：802

(三)姓名：張文浩

二、溪洲山體驗活動回饋：

(一)請以一到十分(十分最好，一分最差)，自評完成活動全程後，你會給自己打幾分？ 5

(二)為什麼給自己這個分數？ 喘一直休息

(三)若要提升分數，自己應該如何調整？ 硬練鬼

(四)你最喜歡活動的哪個部分？ 午休時間

(五)你最不喜歡活動的哪個部分？ 爬山

(六)在活動中，你和團隊的互動狀況如何？ 一般

(七)在活動中，你和教官的互動狀況如何？ 一般

(八)活動完成後，你覺得自己是甚麼樣的人？ 懶

(九)完成這個活動後，你感覺到自己是否有所變化呢？ 否

(十)這個活動帶給你甚麼影響？ 腳很痛

(十一)完成活動後最大的收穫是甚麼？ 流很多汗

三、修正意見提出或心得感想

對於 9/21 的戶外教育活動(溪洲山體驗)，有其他意見需要提出，作為後續活動的修正方向嗎？又或者有第二項回饋中尚未問到的心得，你有想要表的的呢？請在下方簡單說明。

好累

一、基本資料

(一)性別：☐男 ☒女

(二)班級：802

(三)姓名：楊 琬 蓁

二、溪洲山體驗活動回饋：

(一) 請以一到十分(十分最好，一分最差)，自評完成活動全程後，你會給自己打幾分？ 9

(二) 為什麼給自己這個分數？ 因為完成了今天的所有活動

(三) 若要提升分數，自己應該如何調整？ 不要一直玩手機

(四) 你最喜歡活動的哪個部分？ 搭船

(五) 你最不喜歡活動的哪個部分？ 上 坡

(六) 在活動中，你和團隊的互動狀況如何？ 還 不 錯

(七) 在活動中，你和教官的互動狀況如何？ 還 行

(八) 活動完成後，你覺得自己是甚麼樣的人？ 有毅力

(九) 完成這個活動後，你感覺到自己是否有所變化呢？ 沒有

(十) 這個活動帶給你甚麼影響？ 很累，想吃東西又吃不下

(十一) 完成活動後最大的收穫是甚麼？ 肌力變強

三、修正意見提出或心得感想

對於 9/21 的戶外教育活動(溪洲山體驗)，有其他意見需要提出，作為後續活動的修正方向嗎？又或者有第二項回饋中尚未問到的心得，你有想要表的的呢？請在下方簡單說明。

很新鮮 很酷

一、基本資料

(一)性別：☐男 ☒女

(二)班級：802

(三)姓名：鄭玉友

二、溪洲山體驗活動回饋：

(一) 請以一到十分(十分最好，一分最差)，自評完成活動全程後，你會給自己打幾分？ 十分

(二) 為什麼給自己這個分數？ 因為他爬完了

(三) 若要提升分數，自己應該如何調整？ 不知道

(四) 你最喜歡活動的哪個部分？ 休息的時候

(五) 你最不喜歡活動的哪個部分？ 爬山

(六) 在活動中，你和團隊的互動狀況如何？ 很好

(七) 在活動中，你和教官的互動狀況如何？ 師

(八) 活動完成後，你覺得自己是甚麼樣的人？ 很爛很懶的人

(九) 完成這個活動後，你感覺到自己是否有所變化呢？ 肌肉痠痠痛不來

(十) 這個活動帶給你甚麼影響？ 去 心情差

(十一) 完成活動後最大的收穫是甚麼？ 肌力變強

三、修正意見提出或心得感想

對於 9/21 的戶外教育活動(溪洲山體驗)，有其他意見需要提出，作為後續活動的修正方向嗎？又或者有第二項回饋中尚未問到的心得，你有想要表的的呢？請在下方簡單說明。

雖然很累，可是努力完成了，還是對回憶有美好的印象