



保良局何壽南小學

PLK Stanley Ho Sau Nan Primary School

2025-2026年度滬港教育交流團 上海歷史文化探索之旅



學習手冊

2026年4月11日至14日

學生姓名：_____

班 別：_____ 組 別：_____

上海市簡介

上海市，簡稱滬，是中華人民共和國直轄市，中國的經濟、金融、貿易、航運、商業、上游製造和對外開放中心，上海也是一座港口城市，是中國人口第二多的城市，是中國最發達的城市之一，也是一座全球城市。上海位於中國東部海岸線的中心，長江三角洲最東部，東臨東海，南瀕杭州灣，西接江蘇、浙江兩省，北端的崇明島處於長江入海口中，與周圍的江蘇、浙江、安徽三省多個城市共同構成了長江三角洲城市群。

最早在新石器時代，上海地區已經有先民聚居。春秋時代，上海屬吳國，戰國時代則屬楚國。晉代，上海的人口聚集起來，初步發展為區域性漁港、鹽產地和商貿集鎮。唐代到元代，上海所屬地區歸華亭縣、松江府管轄。1292年上海縣始建縣。明清兩朝時的上海有棉紡織業。1843年，《南京條約》簽訂，正式開埠，上海作為指定的五大通商口岸之一，設立租界。此時的上海還是蘇松太道的駐地。上海開埠後不少江蘇、浙江、廣東、安徽、山東等省份及外國移民前往上海，上海開始吸收江南地區附近傳統的吳越文化與各地移民帶入的多樣文化，融合開埠後的西方近現代文化，逐漸形成上海本地的海派文化。



日程安排

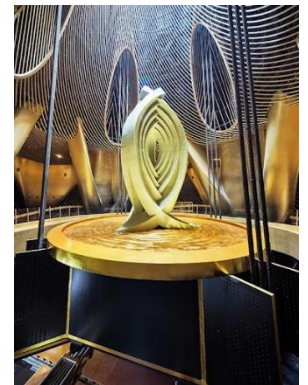
全程穿著學校冬季新款運動服及學校風褸和大衣外套。

日期	行程內容
第一天 4月11日 星期六	<ul style="list-style-type: none">➤ 早上6時15分集合於學校➤ 乘旅遊車前往香港機場➤ 乘直航客機 CX 376 10:15/13:15飛赴上海➤ 午餐於航機上➤ 考察上海中心大廈~上海之巔 (118層觀光層門票+126層阻尼器演繹)➤ 外灘 (車遊)➤ 晚餐➤ 入住酒店## 隨團老師及領隊帶領，巡視走火通道
第二天 4月12日 星期日	<ul style="list-style-type: none">➤ 酒店內享用早餐➤ 參觀中國共產黨第一次全國代表大會會址➤ 參觀豫園➤ 午餐➤ 參觀上海自然博物館➤ 晚餐➤ 返回酒店休息
第三天 4月13日 星期一	<ul style="list-style-type: none">➤ 酒店內享用早餐➤ 拜訪上海市徐匯區東二小學➤ 午餐➤ 拜訪上海市徐匯區求知小學➤ 晚餐➤ 返回酒店休息
第四天 4月14日 星期二	<ul style="list-style-type: none">➤ 酒店內享用早餐➤ 考察上海世博會博物館➤ 乘磁懸浮列車前往上海機場➤ 乘直航客機 CX 377 14:30/17:15返香港➤ 約下午5時15時抵達香港機場➤ 提取行李後，乘旅遊車返回學校➤ 約晚上7時返抵學校

以上行程次序只作為參考，按當地導遊安排為準。

考察點介紹

上海中心大廈位於上海陸家嘴金融貿易區，總高度為632米，僅次於世界第一高樓杜拜哈里發塔的828米，是目前中國最高的摩天大廈，更是世界最高的綠色環保建築。此外，上海中心大廈還創下了多個世界之最，包括最快的電梯、最高的空中花園、最先進的中央能源管理中心、施工精度最高的幕牆支撐鋼結構系統等，是一座名副其實的超級建築。如此獨特的建築外型其實內藏玄機。由於上海常年經受颱風的侵襲，因此對於上海建築而言，能否抵禦強風至關重要，而上海中心大廈的螺旋型曲線設計正正就能延緩風力，隨着高度的上升，每一層會扭曲近1度，這種設計能夠將風阻力減少24%。另外，上海中心大廈共安裝了重達1,000噸的阻尼器，可將大風對超高大樓所造成的搖晃降低至人體感受不到的程度。



考察點介紹

上海外灘是上海市中心的一個區域，由一段沿黃浦江的馬路和沿路的建築和設施構成，為上海重要的地標之一。全長1.5公里，南起延安東路，北至蘇州河上的外白渡橋，東面即黃浦江，西面是舊上海金融、外貿機構的集中地。外灘沿路坐擁二十多幢風格各異的歷史建築，有折衷主義的，也有文藝復興式的，還有早期現代式的，故而被譽為「萬國建築博覽群」。自上海開埠後，外灘就開始成為了上海乃至中國的金融及貿易中心，也被稱為「東方華爾街」。1943年起，外灘的正式路名為中山東一路。



中國共產黨第一次全國代表大會會址位於上海原法租界望志路106號（今興業路76號），屬典型上海石庫門風格建築，建於1920年秋。1921年7月23日，中國共產黨第一次全國代表大會在此召開。中國共產黨第一次全國代表大會通過了中國共產黨的第一個綱領和第一個決議，選舉產生了中央領導機構，宣告了中國共產黨的誕生。1952年9月，中共一大會址修復，建立紀念館並對外開放。



考察點介紹

豫園建於1559年，最初是四川布政使潘允端的私人園林，他建造此園林的目的是「愉悅老親」，而「愉」和「豫」意思相通，故而得名豫園。

園內有江南三大名石的玉玲瓏和原小刀會起義的指揮所——點春堂。

在第一次鴉片戰爭中，園林遭到破壞，湖心亭甚至成為了英軍的司令部。自此之後的數百年裡，豫園一直經受著戰火的摧殘。1855年，小刀會起義失敗，清軍駐紮豫園，豫園再度遭到破壞。1860年，太平軍東征，豫園成為了西方洋槍隊的兵營。清嘉慶、道光年間開始，豫園逐漸成為了一些行業的同業公所，茶樓和酒館等也逐漸開始出現。但在此同時舊有的園林景觀也早已不存了。中華人民共和國成立後，各公所逐漸遷出，1956年起，豫園的修復工程開始陸續進行，初始規模得以大半恢復。



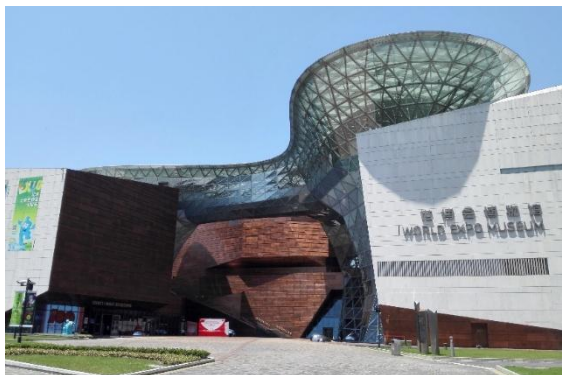
考察點介紹

上海自然博物館位於靜安雕塑公園內，外形似一隻巨型鸚鵡螺，故被稱為「綠螺」。上海自然博物館以“自然、人、和諧”為主題，通過“演化的樂章”、“生命的畫卷”、“文明的史詩”三大主線，呈現起源之謎、生命長河、演化之道、大地探珍、繽紛生命、生態萬象、生存智慧、人地之緣、上海故事、未來之路等10個常設展區及1個臨展廳、4D影院、探索中心等配套功能區域。展示陳列了來自七大洲的11000餘件標本模型，其中珍稀物種標本近千件；近1500平方米的步入式復原場景，逼真再現生機勃勃的非洲大草原；“跨越時空的聚會”大型標本陣列，彙聚古今中外200余件動植物明星；“逃出白堊紀”等5個沉浸式劇場，再現演化史上的大事件；“自然之窗”等26組復原生態景箱，致敬自然博物館的經典展陳；400個視覺媒體和1套網上博物館系統，滿足自媒體時代的公眾需求；1500組科學繪畫，直觀地展現藝術與科學的結合；300 平方米的活體養殖區，零距離觸摸自然；1200 平方米的“探索中心”，構築觀察發現、動手實驗、對話探討的樂園；“自然史詩”多媒體秀，打造集科技、人文於一體的藝術。



考察點介紹

上海世博會博物館是全面展示世博專題的博物館。世博會博物館的建築設計主題是“世博記憶”與“城市生活”，由代表歷史、冥想和永恆的“歷史河谷”和代表未來、開放和瞬間的“歡慶之雲”兩個意象來演繹。1廳名稱為寰宇舞臺，分為3個展區：世博縱覽、萬國博覽會、全景巴黎。講述了世博會的初衷是為了展示技術創新和推動參展國的社交和文化影響力。



上海磁浮列車西起地鐵二號線龍陽路站，東至浦東國際機場，線路全長30公里，單線運行時間僅為7分20秒，是健力士世界紀錄認證的“現今世界上最快的陸上交通工具” 431公里/小時的最高時速和700公里/小時。磁浮列車利用“同性相斥，異性相吸”的原理，讓磁鐵具有抗拒地心引力的能力，使車體完全脫離軌道，懸浮在距離軌道約1厘米處，騰空行駛，創造了近乎“零高度”空間飛行的奇蹟。

