

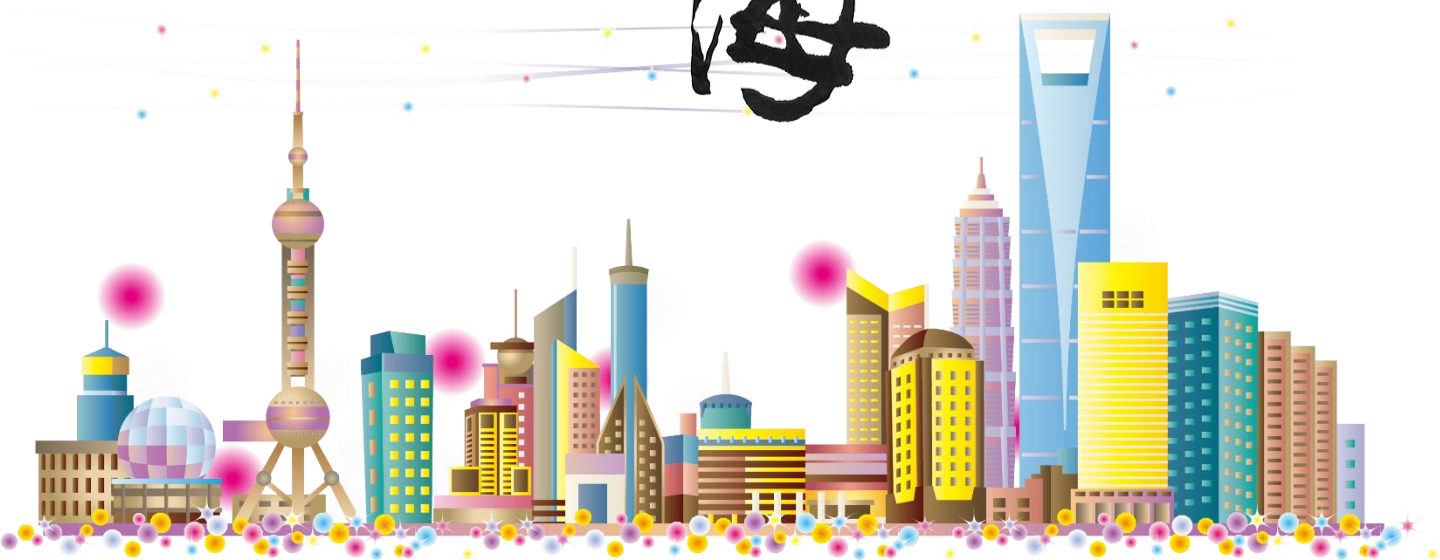


鳳溪第一中學

FUNG KAI NO.1 SECONDARY SCHOOL

上海科技及健康生活遊學團

上海



遊學日誌

2026年7月1日至4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

日期	行程內容
第一天 7月1日 星期三	➤ 早上7時正集合於香港機場 ➤ 乘直航客機 MU 724 09:45/12:25飛赴上海 ➤ 午餐於航機上 (航空公司只安排小食) ➤ 中華藝術宮、欣賞清明上河圖光影 ➤ 夜遊南京步行街 ➤ 晚餐 ➤ 入住酒店## 隨團老師及領隊帶領，巡視走火通道
第二天 7月2日 星期四	➤ 酒店內享用早餐 ➤ 參觀四行倉庫抗戰紀念館 ➤ 午餐 ➤ 參觀廣為770科創中心 (參觀車間、展廳、講座) ➤ 參觀城隍廟、上海老街 ➤ 晚餐 ➤ 返回酒店休息
第三天 7月3日 星期五	➤ 酒店內享用早餐 ➤ 遊覽東方綠舟國防園 (參觀輕型質兵器陳列體驗廳、兵器發展博覽廳、航母甲板) ➤ 午餐 ➤ 漫步細意遊覽朱家角古鎮 ➤ 特別安排學生扎染DIY體驗 ➤ 晚餐 ➤ 於餐廳內進行小組分享會 ➤ 返回酒店休息
第四天 7月4日 星期六	➤ 酒店內享用早餐 ➤ 藏在石庫門裡的摩登潮流“張園”(現存上海最大規模的中後期石庫門建築群) ➤ 午餐 ➤ 參觀上海磁浮交通科技館 ➤ 乘坐上海磁懸浮列車前往上海浦東機場 ➤ 乘直航客機 MU 505 16:20/19:05返香港 ➤ 晚上7時5分時抵達香港機場 ➤ 提取行李後，約晚上8時15分於機場解散

以上行程次序只作為參考，按當地導遊安排為準。



中華藝術宮 2010年上海世博會中國館改建，前身為上海美術館創建於1956年，建成之初位於上海市南京西路，中華藝術宮面積達6.4萬平方米，展廳27個。現有四大基本陳列，以中國近現代藝術為主，此外還不定期舉辦不同主題的特展。集公益性、學術性於一身的近現代藝術博物館，以收藏保管、學術研究、陳列展示、普及教育和對外交流為基本職能，堅持立足上海、攜手全國、面向世界。

四行倉庫抗戰紀念館 是一所社會科學類歷史博物館。紀念館以「四行倉庫以「保衛戰」為核心陳列，展覽內容分為「血戰淞滬」、「堅守四行」、「孤軍抗爭」和「不朽豐碑」四個部分，此外還有序廳和尾廳，共六個部分。



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。



仿真航空母艦

東方綠舟國防園位於上海市青浦區，是上海唯一的集拓展培訓、青少年社會實踐、團隊活動以及休閒旅遊為一體的大型公園。臨近風景宜人的淀山湖畔，占地面積5600畝，其中水域面積達2000畝。東方綠舟由智慧大道區、勇敢智慧區、國防教育區、生存挑戰區、科學探索區、水上運動區、體育訓練區、生活實踐區共八大園區組成。

考察點介紹

廣為770科創中心（又稱「廣為770創新工場」）是由上海廣為電器集團創辦的科技創新基地。它以「7歲到70歲人人都能實現科技夢」為宗旨，是集科教創新、動手實踐與工業旅遊於一體的科普教育基地。

中心亮點設施與活動包含：

互動展廳：設有焊接文化科技展廳與化學元素周期展櫃。

科創實踐：提供工業 3D 打印機、機器人知識學習及航空科普實驗室。

實作營隊：舉辦各類科創營，包含遙控飛機、卡丁車及 3D 打印實作



上海磁浮交通科技館面積為1250平方米，整個科技館由“磁浮的誕生”、“上海磁浮線”、“磁浮探秘”、“磁浮優勢”、“磁浮展望”五大展區組成。以時間為線索，講述了磁浮的過去、現在和將來。新館佈局緊湊、內容豐富，並在展示手段上做了很大的提升，從“關注青少年興趣”和“體驗科學魅力”的角度出發，增加了許多互動展項、模擬模型和實物零部件，使參觀者能夠在生動的展示環境中瞭解磁浮的科技魅力。

上海磁浮交通科技館的建成使用，一方面將滿足乘坐磁浮列車的旅客在體驗完8分鐘極速魅力後對磁浮相關知識瞭解的需求，更為重要的是，其將配合“科教興市”的要求，為培養廣大青少年的創新意識，拓寬市民的科學視野提供了有效技術平臺，成為大家豐富科學知識、提高科學素養的科普場所。



考察點簡介

張園 在上海市靜安區南京西路風貌保護區核心區域，東至石門一路，南至威海路，西至茂名北路，北至吳江路，總占地面積約4.68萬平方米。該園始建於1882年，由無錫富商張叔和購地興建並命名“張氏味蓴園”，1885年向社會開放後成為晚清民初上海最大公共活動中心，被譽為“海上第一名園”。現存建築群為上海規模最大、保存最完整、建築形式最豐富的里弄建築群之一，含13處市優秀歷史建築、24處區文保點及5處規劃保留建築，融合中西建築風格

朱家角 歷史淵源流長，其地大約成陸於7千年前，1958年大煉鋼鐵時，鎮人為了找鐵，曾奇跡般地把鎮北大澱湖車幹，在湖底，人們意外地發現了大量新石器時代遺物，被證明是馬家浜文化，崧澤文化、良渚文化和西周至春秋戰國時期的文化遺存。

1959年，又在澱山湖中撈起大量石刀、石犁、石紡輪、印紋陶片等，這些新石器時代至戰國時代的遺物，足以證明數千年前朱家角的先民就在這裡勞動生息、繁衍了。於宋、元時已形成集市，名朱家村。明萬曆年間正式建鎮名珠街閣，又稱珠溪。明末清初，朱家角米業突起，帶動了百業興旺，時「長街三里，店鋪千家」。鎮內河港縱橫交錯，36座石橋古風猶存，名勝古蹟比比皆是，是保留得最古色古香的江南水鄉，鎮上除有園林古跡等景點，還有眾多傳統特色小吃和店鋪。2001年，被上海市委、市府列為重點發展的「一城九鎮」之一。



考察點介紹

城隍廟商圈 成為上海年代最為久遠的商業區域，各種小吃餐廳、古玩商鋪和小商品市場鱗次櫛比，有綠波廊、寧波湯丸、松月樓等著名食府，尤以小籠饅頭、梨膏糖、五香豆等食品最為出名。



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。

