**桃園市凌雲國中106學年度「象鼻岩獨木舟體驗」**

**多元戶外探索體驗營活動計畫**

1. 依據：

一、凌雲國中防制校園霸凌計畫辦理。

貳、目的：

透過多元探索冒險經驗，提升國中學生之成就感與自我效能，並增強問題解決能力，進而降低偏差行為，提升團隊合作精神和營造友善校園氛圍，使學生在校園內快樂學習與成長。

參、活動日期、地點、對象及人數：

一、日期：107年6月8日(五)。

二、地點：象鼻岩、三貂角燈塔。

三、實施對象及人數：本校學生15-30名(9年級優先)。

伍、實施方式與活動目標：

一、實施方式：

瑞芳濱海深澳海岬擁有許多奇岩怪石，這次的主角就是石頭形狀貌似象鼻的「象鼻岩」，全程由專業的教練帶領，坐上獨木舟緩緩地在湛藍海上划行，帶你探訪深奧天然石洞。抵達目地的象鼻岩後，看到壯麗的海上大象，有一種神鬼奇航場景般的壯闊感，感覺特別清涼與神秘！獨木舟在海上不會造成太多的噪音，仔細觀察水面，偶爾還會看到有海龜游上來海面呼吸休息呢！探訪完象鼻岩後，吃吃點心，下海玩水消暑。最後回到出發地盥洗。收視休息後出發至三貂角燈塔參訪，坐落在臺灣最東的岬角上的三貂角燈塔，是太平洋區的重要指標，有「台灣的眼睛」之稱。

二、活動目標

為了要推廣屬於青少年生活中未能善盡的冒險精神與價值，希望藉由翻轉教育的方式，創造一種「重新燃起學習動力的火花」，帶動青少年進入一個充滿創意及活力學習的氛圍。(活動課程表，如附表一)，強調激發學生冒險精神及改變其學習態度，讓學生能從實際參與體驗活動中了解教育及學習真正的價值。

附表一 活動課程表

|  |  |
| --- | --- |
| 時間 | 活動課程內容 |
| 約 1 小時 | 於安欣立娛樂工作室集合；仔細聆聽教練講解划行前說明及換裝準備​，換裝完畢後坐車前往入水點，暖身做操 |
| 約 2 小時 | 水上獨木舟來回划行時間，結束後搭車返回工作室沖涼及換裝 |
| 約 2 小時 | 三貂角燈塔(含午餐時間/福隆便當) |

陸、活動費用概算

|  |  |
| --- | --- |
| 活動費用 | 活動課程內容 |
| 1500元/位 | 教練費用、安全裝備及獨木舟設施租用費(參加獨木舟活動者自費) |
| 10000元 | 交通車及保險費用(防制校園霸凌經費支出) |
| 3200元 | 午餐福隆便當(防制校園霸凌經費支出) |

柒、活動計畫內容依實際狀況執行，如有更動將另行公布。

捌、奉核後，依計畫辦理。

凌雲國中反霸凌-象鼻岩獨木舟體驗活動家長同意書

※請填寫以下保險資料

姓名： 生日： 年 月 日

身分證字號： 電話：

地址：

家長同意簽章：

1. 活動日期：107年6月8日(星期五)上午8點~16點
2. 活動費用：1500元（包含教練費用、安全裝備及獨木舟設施租用費，保險費、午餐、礦泉水、車資）
3. 活動流程：

07：30 報到（穿著制服，活動中心門口集合上遊覽車）

07：50 出發

09：00 划行前說明及換裝準備​，前往入水點，暖身做操

10：00 水上獨木舟來回划行活動2小時

12：00 回工作室沖涼及換裝

13：00 三貂角燈塔（福隆便當午餐）

14：30 回程（預計16：00到校）

1. 注意事項

參加同學請注意防曬並攜帶健保卡 !划行獨木舟徜徉在蔚藍大海上，記得慵懶享受切勿爭先恐後，聽從教練及老師的指揮。。

