

109 年暑假「戶外冒險教育探索體驗營-溪谷探索系列」實施計畫

- 一、課程目的：創新思考與問題解決。
- 二、課程效益：遠離舒適圈自我挑戰與團隊合作學習成長。
- 三、主辦單位：屏東科技大學休閒運動健康系。
- 四、協辦單位：屏東科技大學主題休閒遊憩服務中心。
- 五、承辦單位：南方戶外冒險團隊 SOAT 2.0
- 六、課程時間：109 年 7 月 21 日~7 月 23 日（週二~週四），3 天 2 夜。
- 七、課程地點：萬安親水公園與萬流溪主支流。
- 八、招生對象：以 10~18 歲為主，預計招收人數 30 人，依報名及繳費確認順序為最後錄取名單(20 人確定開團)。
- 九、報名費用：每人臺幣 7,000 元整。
- 十、備註：
 - (1)露宿 6 人 1 帳(天幕)，需自備頭燈、睡袋、水壺、盥洗衣物用品、隨身藥品及健保卡等。
 - (2)白天體驗課程須穿著長袖衣褲及運動鞋、夜間可視個人狀況穿著短袖衣褲及拖鞋。
 - (3)參加者均有投保意外險 200 萬及醫療 5 萬元，安全裝備由主辦單位提供。
 - (4)主辦單位必要時將視天氣及活動情況微調課程內容。
- 十一、詢問專線：國立屏東科技大學主題休閒遊憩服務中心
 - (1)聯絡人：主題休閒遊憩服務中心-活動組
 - (2)電話：08-7703202 轉 6630
 - (3)電子郵件：trlsc2009@gmail.com
- 十二、報名表：108 年 7 月 12 日 18:00 前回覆。
- 十三、繳費截止日：108 年 7 月 17 日 18:00 前完成繳費及確認。

| | | | |
|-------------------|--|---------------|--|
| 姓 名 | | 性 別 | |
| 就 讀 學 校 | | 年 級 | |
| 聯 絡 地 址 | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | | |
| 聯 絡 人 / 電 話 | 姓名：_____， 關係：_____ / (公司) _____ (手機) _____ | | |
| 聯 絡 人 E - M a i l | | 聯 絡 人 LINE ID | |
| 用 餐 | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 (野炊DIY) | | |
| 備 註 | 個人參與動機：_____, 家長回覆單：我希望主辦單位多注意小朋友 _____ | | |
| 填 表 日 期 | _____年_____月_____日 | | |

十四、 線上報名系統：

線上報名表



十五、 繳費方式：請至郵局或銀行申辦匯票，(收款人：屏東科技大學，匯款人請填寫與聯絡人相同姓名以方便核對資料)。

十六、 課程規劃內容：

| DAY-1 | | | |
|-------------|-------------------------|-----------|-------------------|
| 活動時間 | 活動名稱 | 活動效益 | 活動地點 |
| 08：30-09：00 | 報到、集合 | 清點人數 | 屏東火車站 |
| 09：00-09：40 | 車程-眺望北大武山&執行計畫說明 | 邀望北大武山 | 萬安親水公園 (第一扎營點) |
| 09：50-10：00 | 全方位價值契約&環境介紹-第一扎營點 | 團隊規範訂定 | |
| 10：10-11：00 | 平面趣味(破冰)&群找夥伴 | 人際熟識&凝聚 | |
| 11：10-13：00 | 午餐-野炊教學(DIY) | 個人察覺&團隊合作 | |
| 13：10-14：00 | 營地建置&天幕搭建教學(DIY) | | |
| 14：10-15：00 | 陷阱&無炊具製作教學(DIY) | | |
| 15：10-16：00 | 營火井建置&竹片 or 鑽木生火教學(DIY) | | |
| 16：10-17：00 | 晚餐-野炊&燒製飲用水教學(DIY) | | |
| 17：10-18：00 | 團隊分享&梳洗 | 引導反思&回饋 | |
| 18：10-20：00 | 營火晚會&觀星 | | |
| 21：00-21：30 | 隊輔查營 | | |
| 22：00 | 就寢 | | |

| DAY-2 | | | |
|-------------|-------------------------|-----------|------------------|
| 活動時間 | 活動名稱 | 活動效益 | 活動地點 |
| 06：30-07：00 | 起床號 | | 萬安親水公園 |
| 07：10-08：00 | 早餐-野炊實作(DIY) | 團隊合作 | |
| 08：10-09：00 | 拔營&裝備清點 | 集合 | |
| 09：10-09：00 | 執行計畫說明 | | |
| 09：10-10：00 | 任務分配&著裝 | 團隊合作&團隊支持 | 萬流溪主流 (第二扎營點) |
| 10：10-11：00 | 溪谷探索&移至第二扎營點 | | |
| 11：10-12：00 | 午餐-野炊實作(DIY) | 團隊合作 | |
| 12：10-13：00 | 營地建置&天幕搭建實作(DIY) | 團隊信任&自我成長 | |
| 13：10-14：00 | 營火井建置&竹片 or 鑽木生火實作(DIY) | | |
| 14：10-15：00 | 陷阱&無炊具製作實作(DIY) | | |
| 15：10-16：00 | 團隊分享&梳洗 | 引導反思&回饋 | |
| 16：10-17：00 | 晚餐-野炊&燒製飲用水實作(DIY) | 團隊信任&自我成長 | |
| 17：10-19：00 | 夜間溪谷探索&捕獵實作(DIY) | | |
| 19：10-21：00 | 營火晚會&觀星 | 引導反思&回饋 | |
| 21：00-21：30 | 隊輔查營 | | |
| 22：00 | 就寢 | | |

| DAY-3 | | | |
|-------------|----------------------------|-----------|-------------------|
| 活動時間 | 活動名稱 | 活動效益 | 活動地點 |
| 06：30-07：00 | 起床號 | | 萬流溪主流 (第二扎營點) |
| 07：10-08：00 | 早餐-野炊實作(DIY) | 團隊合作 | |
| 08：10-09：00 | 拔營實作(DIY)&裝備清點 | 集合 | |
| 09：10-09：30 | 執行計畫說明&著裝 | 自我挑戰&團隊合作 | 萬流溪支流 (攀溯點) |
| 09：40-12：00 | 溪谷探索&上溯 | | |
| 12：10-13：00 | 午餐-野炊實作(DIY) | | 萬流溪主流 (第二扎營點) |
| 13：10-14：00 | 溪谷探索&下溯(淨溪) | 環境回饋 | 萬安親水公園 (第一扎營點) |
| 14：10-15：00 | 裝備點歸&梳洗 | 團隊責任 | |
| 15：10-16：00 | 明信片(分享卡給 10 年後的自己)&頒發完成證明書 | 引導反思&回饋 | |
| 16：10-17：00 | 賦歸(餐盒發放) | 珍重再見! | 屏東火車站 |
| 17：10-17：30 | 接送時間截止為 17：30 | | |

屏東科技大學 SOAT2.0 戶外冒險教育體驗場參加同意書

我（正楷填寫姓名）_____接受 屏科大 SOAT 戶外冒險教育體

驗課程所存在之某些風險。我瞭解屏科大 SOAT 戶外冒險教育體驗課程採取自發性選擇挑戰（Challenge by Choice）的理念，當本人認為不適合從事任何一項活動時，我有不參與之決定權利，並同意尊重他人相同的決定。我同意參與活動過程中，不貶低、漠視或輕視團隊中的任何一位成員，而且，我也同意支持他人，為自己或團隊益處給予接受正面及負面的回饋。

我瞭解本人如有任何生理上的限制及疾病，包括頸部、背部、心臟疾病等，**都有**知會工作人員的責任。我瞭解並接受在參加屏科大 SOAT 戶外冒險教育體驗課程時可能帶來的人身及財務風險。

我同意在參加訓練課程的期間，遵照教練、助教及帶領者所有的安全指示，並聲明若因無遵照正常操作所帶來的傷害，與教練、助教及帶領者無關。若在活動期間發生之意外或導致疾病，本人同意接受緊急醫療照顧。

根據上述，本人同意參加本次訓練課程。

※同意者請簽章：_____ 簽署日期：_____

法定代理人：_____ ※若未滿 18 歲須有法定代理人簽章同意

屏東科技大學 SOAT_{2.0} 戶外冒險教育體驗場健康調查表

※姓名（以正楷書寫）：

※聯絡電話：

※緊急連絡人：

※緊急聯絡電話：

※您有任何生理條件（包括暫時性或永久性）的限制嗎？ 有 沒有

若有，請說明：_____

※您目前有或曾有下列病史或病症嗎？【必要填寫】

| 病 名 | 沒有 | 現有且 治療中 | 現有但 未治療 | 原有但 已痊癒 |
|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 心臟疾病或心臟病 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 心絞痛、心悸音或心臟雜音 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 高血壓或有血壓過高 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 中風 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 氣喘、癲癇症 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. 背部、頸部、膝蓋毛病 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. 糖尿病 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. 藥物反應 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. 懷孕 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. 有心臟病、高血壓、中風的家族病史 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. 其他【如最近曾過受傷】_____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

以上所填寫之資料皆屬事實，若有不實一切後果由本人自行負責。

請您列出我們須要注意的事項：_____

※請問經過評估後您認為自己是否可以參加系列課程？是 否

本人同意、授權屏科大 SOAT 單位使用或複製所有關於本人參與課程期間所拍攝之照片、攝影、錄音資料，作為教學及研究之用途。

【若不同意，請勾選】不同意

※參加者簽章：_____

※法定代理人：_____

※同意者請簽章：_____ 簽署日期：_____

法定代理人：_____ ※若未滿 18 歲須有法定代理人簽章同意。