

嘉義縣立永慶高中 108 學年度學生寒假營隊

高、低空探索教育活動實施計畫

一、依據：教育部 108 年 11 月 20 日臺教學(五)字第 1080162796 號函教育部「防治學生藥物濫用輔導網絡服務實施計畫」。

二、計畫目的：

藉由高、低空探索教育的實施，進行探索教育、戶外教育的探索與反思。藉以培養國小六年級、國中一、二年級學生團隊合作與溝通、問題解決及自我反思能力，協助參與學生突破自我、發掘自身潛能、增加自信與自我成長，並建立正向的人我互動與溝通關係。

三、計畫目標：

- (一) 透過探索教育營隊的辦理，增進國小六年級、國中一、二年級學生勇於探索生命、冒險嘗試體驗，以增進學生自我探索與自我價值感。
- (二) 透過團體成員互動、情感交流，培養成員在人際溝通與團隊合作之能力，進而提升其人際智能。
- (三) 透過冒險課程的學習，及學習成果展現，協助學生發掘潛能，培養自信，並能夠擁有勇於面對困境不輕易放棄之態度。

四、參加對象：嘉義縣國小六年級與國中一、二年級學生。

五、主辦單位：

- (一) 指導單位：教育部。
- (二) 承辦單位：嘉義縣學生校外生活輔導會。
- (三) 協辦單位：嘉義縣立永慶高中。

六、實施時間：109 年 2 月 6 日(四)、109 年 2 月 7 日(五)兩梯次(擇一天報名)。

七、實施地點：嘉義市探索體驗學校(嘉義市南興國中第二校區)。

八、課程師資：體驗教育學校教育團隊。

九、實施方式：

以低空探索活動，培養學生團體默契與人我溝通，進而挑戰高空探索教育，突破自我、發覺潛能。

十、實施內容：

(一) 活動計畫有 2 天，開放報名名額如下：

1. 109 年 2 月 6 日(四)：40 名。

2. 109 年 2 月 7 日(五)：30 名。

(二) 如課程表(附件 1)。

(三) 報名時間：109 年 1 月 17 日(五)上午 8 點起至 109 年 1 月 20 日(一)中午 12 點止。

(四) 報名方式：一律採線上報名、先搶先贏，報名連結如下：

<https://www.beclass.com/rid=2343aae5e17db56cdb2b>。

(五) 報名費用每名學生 200 元整，請各校事先收齊，並於活動當日繳交。

十一、務必配合事項：

- (一) 參加學生需經家長同意，繳交家長同意書(附件 2)，由參與學校備查。
- (二) 參加學生需配合填寫身體健康調查表(附件 3)，於 109 年 1 月 22 日(三)中午前掃描回傳至永慶高中公務信箱：ycsh@mail.cyc.edu.edu.tw，方視同完成報名程序。
- (三) 各參與學校每 10 同學(含以內)務必派 1 名帶隊老師前往參加活動(以此類推)，未派員者取消報名資格。

十二、參加學生於活動期間由教育部嘉義縣聯絡處統一辦理意外保險。

十三、預期效益：

- (一) 團隊觀念建立：透過團隊合作與問題解決，使學生能增加對彼此的瞭解與信任，進而對團體產生凝聚力。
- (二) 學習動力培養：透過學習體驗課程，讓學生從做中學的過程中了解學習的意義，進而願意行動，以增進其學習動力。
- (三) 激發學生潛能：透過活動所需的體能需求，溝通協調能力，以及問題解決能力，激發學生的潛在能力。

十四、經費：本活動所需經費由 109 年防治學生藥物濫用諮詢輔導團經費列支。

十五、承辦人及連絡電話：

- (一) 嘉義縣立永慶高中學務處社團活動組盧樺熠組長。
電話：05-3627226#206。
- (二) 教育部嘉義縣聯絡處曾瀚廷教官。電話：05-3704885。

十六、本計畫如有未盡事宜，得另行補充修訂之。

附件 1

嘉義縣立永慶高中 108 學年度學生寒假營隊 高、低空探索教育活動實施計畫

地點	日期	時間	課程內容	備註
嘉義市 體驗教育 學校	第一梯 109.02.06 第二梯 109.02.07	08:00-08:20	【成員集合】 於永慶高中 4 樓 100 人教室集合	
		08:20-08:50	【始業式】 邀請長官來賓致詞	
		08:50-09:20	【車程】 帶隊老師於車上說明行程	
		09:20-09:30	【集合】 成員集合，準備進入低空課程	
		09:30-12:00	【低空探索教育課程與反思】	
		12:00-13:00	【午餐時間】 反思、回饋、行動承諾與計畫	
		13:00-16:30	【高空探索教育課程與反思】	
		16:30	【賦歸】	

附件 2

**嘉義縣立永慶高中 108 學年度學生寒假營隊
高、低空探索教育活動家長同意書**

本人_____同意_____年_____班子女_____

參加嘉義縣立永慶高中 108 學年度學生寒假營隊—高、低空探索教育活動，參與梯次如下（擇一報名）：

☐第一梯：109 年 2 月 6 日（四）

☐第二梯：109 年 2 月 7 日（五）

家長或監護人（簽名）：

家長或監護人聯絡方式：住家電話：

手 機：

中 華 民 國 109 年 1 月 日

附件 3

學校：_____

班級：_____

探索教育園區活動參加人員健康調查表(雙面填寫)

本資料僅提供嘉義市南興國中探索園區承辦人及教練活動帶領參考，不對外公開。

☆ 基本資料

姓名：_____ 性別：☐ 男 ☐ 女 編號：

本欄請勿填寫

出生：_____ 年 _____ 月 _____ 日 身份證號碼：_____

身高：_____ 公分 體重：_____ 公斤 血型：_____

您有 健康／意外保險 嗎？ _____ ☐ 是 ☐ 否

如果有，請寫出保險公司的名稱：_____

如果您發生傷害或意外事件，請詳述必須聯絡誰：

姓名：_____ 關係：_____

地址：_____ 郵編：_____

手機：_____ 住宅電話：_____ 單位電話：_____

☆ 健康狀況

請問您現在或過去是否有下列症狀：

- | | | |
|--------------------------------------|---|--------------------------------------|
| ☐ 心臟病、冠心病 | ☐ 心悸、心絞痛 | ☐ 心肌梗塞 |
| ☐ 胸痛或胸悶 | ☐ 心率不整 | ☐ 高／低血壓 |
| ☐ 中風、血管栓塞 | ☐ 疝氣、脫腸 | ☐ 氣喘 |
| ☐ 梅尼爾氏症、癲癇 | ☐ 糖尿病 | ☐ 焦躁、憂鬱、歇斯底里 |
| ☐ 關節、肌肉的問題 | ☐ 骨折 時間：_____ | ☐ 脫臼 時間：_____ |
| ☐ 其他（例如經期、懷孕） | ☐ 任何不能從事較耗費體力活動的病症 | ☐ 無 |

※ 如果勾選上述任何一項，請提供完整的訊息：_____

1. 您現在有服用藥物嗎？ _____ ☐ 是 ☐ 否

如果有，請說明是何種藥物及什麼樣的狀況需要服藥：_____

2 您有任何身體上的限制、健康問題或殘疾（暫時或永久），使您的醫師認為應該限制您參加

南興國民中學第二校區探索體驗設施教育訓練課程的活動課程嗎？ ☐ 是 ☐ 否

如果有，請說明以協助我們瞭解： _____

3 您有任何過敏症狀、藥物反應或其他的用藥限制嗎？ ☐ 是 ☐ 否

如果有，請說明： _____（請續填背面） _____

4 您曾因為任何情況做過手術，可能不適於參加激烈的活動？ ☐ 是 ☐ 否

您曾經做過手術，現在仍在後續追蹤療養嗎？ ☐ 是 ☐ 否

如果有，請說明： _____

☆ 其他

1 您的家族中，有人曾有心臟方面的疾病嗎？ ☐ 是 ☐ 否

如果有，請說明： _____

2 請指出下列哪一項最能代表您的運動狀態：

☐ 日常生活中，幾乎不運動或是根本不運動

☐ 規律的運動（例如：每日跑步、快走 20 分鐘，或每星期至少 3 次類似的運動）

☆ 經過您自己的評估，您認為自己適於參加南興國中第二校區探索體驗設施教育訓練課程...

☐ 不適合，因為 _____ ☐ 看現場狀況 ☐ 對自己充滿信心

☆ 參加人員聲明

一、本人保證以上的健康與醫療訊息正確屬實而且完整。於訓練課程中如因本人隱瞞及不實之資訊，導致無法掌控之情形發生，將自行擔負完全責任。

二、本人保證在參加本訓練課程期間，完全遵照訓練人員之所有安全指示及操作程序行動，以避免任何場地意外之發生。

監護人簽名： _____（如為本人，得免簽）

參加人員簽名： _____

日期： _____ 年 _____ 月 _____ 日