

國立暨南國際大學

113 年度低空走繩及攀樹種子教師研習實施計畫

壹、計畫目標：

本團隊自 112 年 5 月起承接教育部大學社會責任計畫「Walk Tall：戶外教育學習生態系統創新計畫」，在政府推動的各類活動方案「一人一運動，一校一團隊」計畫中，為推廣多元戶外活動，提升戶外運動觀念與技巧，連結 108 課綱素養導向，讓學科知識學習連結真實環境，將透過辦理低空走繩及攀樹體驗活動，相互交流討論低空走繩及攀樹活動並融入課程內容，以培養教師戶外教育活動及課程規劃能力，增進學生勇氣、自信以及對自然環境的保護與尊重，培養團隊合作和溝通技巧。並藉此研習活動培養戶外教育推廣專業人才，持續辦理各項推廣教育及體驗活動，帶動地方學習風氣。

貳、指導單位：教育部體育署、國立暨南國際大學

參、主辦單位：教育部USR「Walk Tall：戶外教育學習生態系統創新計畫」、國立暨南國際大學通識教育中心體育組、水沙連學院地方創生與跨域治理碩士學位學程

肆、協辦單位：變色龍攀樹工作室

伍、活動日期、地點、對象及人數：

一、日期：113 年 7 月 30 日(星期二)。

二、地點：中興大學埔里實驗林文創園區（南投縣埔里鎮南安路 115 號）。

三、實施對象及人數：對低空走繩及攀樹活動有興趣之南投縣各級學校教師、國立暨南國際大學「Walk Tall：戶外教育學習生態系統創新計畫」之成員、社區夥伴及相關工作人員、本校運動績優生及運動代表隊學生、體育老師及運動教練，及學生社團幹部，總招收人數以每梯次 30 人為上限。

陸、報名費：國立暨南國際大學師生或教職員工 250 元，非國立暨南國際大學師生或教職員工 500 元(含教材費、講師費及保險費)。

一、報名方式：採網路報名(表單連結：<https://reurl.cc/GjOWnd>)。

二、報名時間：即日起至 7 月 24 日(星期三)中午 12 時止。

三、繳費方式：

(一) 於 7 月 24 日中午 12 時前至國立暨南國際大學管理學院 126 室（水沙連學院辦公室）繳費。

(二) 於 7 月 24 日前以現金袋方式將報名費寄達南投縣埔里鎮大學路 1 號（水沙連學院 田蕙菁小姐 收）。

(三) 繳費完成後，將以 e-mail 通知。

柒、課程表

時間	流程	說明
08:00-09:00	經驗交流	講師與計畫團隊進行經驗交流
09:00-12:00	架設示範與實作練習	低空遊具吊床、吊椅、走繩
		動態反思引導技巧 Part 1：動態反思四大步驟
12:00-13:00	午餐	午餐及午休
13:00-17:00	攀樹技能示範與實作	攀樹系統簡介及實作
	動態反思引導	1.動態反思引導技巧 Part 2：攀樹課程結合心流理論應用於班級經營 2.活動總結、大合照
17:00~	賦歸	

捌、附則

- 一、參加人員請穿著運動服裝及運動鞋。
- 二、研習期間交通、停車費事宜煩請自理。
- 三、課程全程參與完畢者，核發研習(時數)證書。
- 四、活動期間辦理 300 萬元公共意外責任險，參加人員若有其他保險之需求，請自行處理。

※參加攀樹課程人員注意事項：

- 一、請穿著輕便運動服裝，以長褲長袖為佳、運動鞋或登山鞋（硬底為佳，禁止穿著拖鞋、涼鞋等未完全包護的鞋子），避免穿著皮鞋、裙子、短褲，以及大開口上衣等不適宜活動之服裝。
- 二、建議可配戴頭巾或帽子較為舒適。
- 三、長髮同學請綁上馬尾，並配戴頭巾。
- 四、請攜帶個人水壺及毛巾及防蚊液。
- 五、請務必遵從現場教練之引導。