

五、課程規劃：

(一)室內課程：

時間	內容	負責人/講師(暫定)	地點
08:00-08:10	報到	戶外與海洋教育中心	三重高中 自然實驗室一
08:10-10:00	大漢溪獨木舟路線課程與規劃	顏端佑(內聘 2 節)	
10:00~11:00	獨木舟操作與航行原理	王亞澤(外聘 1 節)	
11:00~12:00	獨木舟安全規則與風險管理	王亞澤(外聘 1 節)	
12:00-13:00	午餐	戶外與海洋教育中心	
13:00-14:00	獨木舟裝備、器材及搬運介紹	顏端佑(內聘 1 節) 內聘助理講師 1 名	微風運河
14:00-15:00	實務操作:基本操作練習(上下船、基礎槳法)	洪彬樞(外聘 1 節) 王亞澤(外聘 1 節) 內聘助理講師 1 名	
15:00-16:00	實務操作:水中基本操作(上下船、基礎槳法)	洪彬樞(外聘 1 節) 王亞澤(外聘 1 節) 內聘助理講師 1 名	
16:10-17:00	實務操作:水上自救(獨木舟復位)	顏端佑(內聘 1 節) 內聘助理講師 2 名	
17:00-	賦歸		

(二)戶外課程：

時間	內容	負責人/講師(暫定)	地點
08:00-08:10	報到	戶外與海洋教育中心	三重高中
08:10-10:00	獨木舟船隊行進課程與規劃	顏端佑(內聘 2 節)	忠孝碼頭
10:00~11:00	實務操作:獨木舟水中船槳操作訓練	曾宇玄(外聘 1 節) 洪彬樞(外聘 1 節) 內聘助理講師 2 名	
11:00~12:00	實務操作:水中操作(河流航行)	曾宇玄(外聘 1 節) 洪彬樞(外聘 1 節) 內聘助理講師 2 名	
12:00-13:10	午餐	戶外與海洋教育中心	新月橋
13:10-15:00	實務操作:水中操作(船隊行進)	王亞澤(外聘 2 節) 曾宇玄(外聘 2 節) 內聘助理講師 2 名	新月橋 忠孝碼頭
15:00-16:00	實務操作:水中操作(安全與救援)	王亞澤(外聘 1 節) 顏端佑(內聘 1 節) 內聘助理講師 2 名	
16:00-17:00	統整活動與回饋	顏端佑(內聘 1 節)	三重高中
17:00-	賦歸		

六、報名方式：即日起至 111 年 12 月 30 日止，請填寫線上報名表，逾期不予以受理，報名網址：<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScpheiB->

Xl_izy5ST2lazJzw8QNifewXGtumHkqJ5cSif-5Jg/viewform，報名完成後，中心將個別通知錄取學員相關訊息。

七、費用說明：

(一)請於收到錄取通知後7日內繳交保證金1,000元，逾期未繳則開放後補學員遞補。全程參與活動者，保證金於第二日退回。

(二)需另繳交個人獨木舟裝備(救生衣、防寒衣、防滑鞋、安全帽)及獨木舟租借費用1,500元，請在報到第一天於現場進行繳費事宜。

八、其他說明：

(一)錄取學員需完成室內課程培訓，如若無法全程參與，則不得參加戶外課程。

(二)為落實節能減碳，請自備環保杯及環保餐具。

伍、預期效益

一、以先備的基礎河川生態知識與基本觀察的訓練，再透過本項教學體驗活動的進行，讓學員能對河川生態與獨木舟運動的了解。

二、獨木舟的探索提供機會讓學員們能整合對河川生態的知識，與戶外教育融合，了解人與自然之間的相互需要及河川對陸地的重要性。

三、培養學員同儕互助合作的團體精神，並提升對生活環境的關心。