

高雄市左營區舊城國民小學 109 年度帆船體驗營活動計畫

一、依據：依據高雄市政府教育局109年5月1日高市教健字第10932582800號函辦理。

二、目的：

- (一) 落實海洋首都政策，擴展本市國民小學水域活動人口，提倡優質休閒運動並增進市民身心健康。
- (二) 擴展學生水域運動體驗學習機會，養成學生將水域運動列為終生運動之選擇。

三、指導單位：教育部體育署。

四、主辦單位：高雄市政府教育局。

五、承辦單位：高雄市左營區舊城國民小學。

六、協辦單位：高雄市體育會帆船委員會、高雄市帆船航海協會。

七、活動日期及時間：本活動共八個梯次，詳列如下：

- 第一梯次：109年8月22日（星期六），上午09：00～10：30。
- 第二梯次：109年8月22日（星期六），上午10：30～12：00。
- 第三梯次：109年8月22日（星期六），下午13：00～14：30。
- 第四梯次：109年8月22日（星期六），下午14：30～16：00。
- 第五梯次：109年8月23日（星期日），上午09：00～10：30。
- 第六梯次：109年8月23日（星期日），上午10：30～12：00。
- 第七梯次：109年8月23日（星期日），下午13：00～14：30。
- 第八梯次：109年8月23日（星期日），下午14：30～16：00。

預備日期：109年8月29日、30日。（遇前述梯次無法辦理活動時，順延辦理之日期）

八、活動地點：高雄市蓮池潭水域（西岸蓮潭路舊城國小前碼頭）

九、活動船型：

- (一) 樂觀（OP）型帆船。
- (二) 雷射型帆船。
- (三) 充氣龍舟SUP板。

十、活動內容

- (一) 採先講解、示範再實作體驗方式進行。
- (二) 活動課程表如附件一。

十一、報名資格及費用：

- (一) 109學年度國小3年級~6年級學生，每人限參加一梯次。
- (二) 活動費用每人每梯次**100元**。
- (三) 報名繳費後欲取消者，請於活動前五日到校辦理退費，其餘因素未到者，不予以退費。

十二、報名方式

- (一) 報名時間：**109年7月13日中午12:00**開放網路報名，每人限參加一梯次，報名時可填寫2個梯次，若順位1額滿，依序往順位2排，若2梯次皆額滿，則排順位1

之後補，若該梯次後補額滿，則排順位 2 之後補，每梯次 12 人，合計 96 人，額滿為止。

(二) 採網路報名，請至網址 <https://forms.gle/Q9EgsXcH8wQkUNcD8> 填寫報名資料（內容如附件二），體驗人員報名資料需確實填寫以利保險作業。

(三) 報名至 **7 月 19 日 23:59 截止**。**7 月 21 日中午 12:00** 以前公佈錄取及備取名單。

(四) 錄取者請於 **7 月 27 日** 前以下列方式之一繳交報名費 100 元：

1. 上班時間到本校學務處繳費。

2. 到高雄銀行將報名費以**無摺存入**方式存入本校帳戶（戶名：高雄市左營區舊城國民小學、帳號：高雄銀行左營分行208-103-076102）。

本帳號無法使用ATM轉帳，請臨櫃辦理。

完成無摺存入後將存入憑條第二聯加註**學員姓名、校名及參加梯次**傳真至5823205或拍照Email至black6125@gmail.com帆船體驗營承辦人員收，承辦人員確認後即完成報名手續。

(五) 若未完成繳費程序，**7 月 28 日**起通知候補人員遞補。

(六) 錄取後請記住報名梯次及日期，依時前來參加活動，本校不另行通知。

十三、安全措施：

(一) 活動當天需填寫並繳交切結書後始得參加活動。（如附件三）

(二) 體驗人員必須穿著救生衣（**由本校提供**）。

(三) 體驗人員須遵守水域活動安全規定，如有情節嚴重者得立即停止其體驗活動。

(四) 所有參加活動人員統由承辦單位辦理平安保險。

(五) 承辦單位備有救生員及救生艇水上戒護。

(六) 活動當天得依現場狀況及當天天候決定是否變更上課方式或延期辦理。

十四、其他：

工作人員表現優異者，依「高雄市國民小學辦理寒暑假學生冬夏令營注意事項」辦理獎勵。

附件 1、活動課程表

高雄市左營區舊城國民小學 109 年度帆船體驗營活動課程表		
時 間	項 目	課 程 內 容
上午 08:20~08:40	準備工作	船隻準備、場地佈置及整理（教練團隊）
上午 09:50~10:10		
下午 12:30~12:40		
下午 13:50~14:10		
上午 08:40~09:00	學員報到	驗證、領取教材及教學編組
上午 10:10~10:30		
下午 12:40~13:00		
下午 14:10~14:30		
上午 09:00~09:10	水中安全規定講解	水中自救及救生衣穿著、手勢
上午 10:30~10:40		
下午 13:00~13:10		
下午 14:30~14:40		
上午 09:10~09:20	繩結教學	反手、八字、雙套、稱人、平結等
上午 10:40~10:50		
下午 13:10~13:20		
下午 14:40~14:50		
上午 09:20~09:30	航行原理及編組	各組操作掌舵及控繩、壓艙、2 人 1 艘船
上午 10:50~11:00		
下午 13:20~13:30		
下午 14:50~15:00		
上午 09:30~09:50	體驗航行 I	分批由教練或助教陪同出航體驗，OP 及 SUP 板各 1 次，每次 20 分鐘
上午 11:00~11:20		
下午 13:30~13:50		

下午 15:00~15:20		
上午 09:50~10:00	換組及休息	休息補充水分
上午 11:20~11:30		
下午 13:50~14:00		
下午 15:20~15:30		
下午 15:20~15:30		
上午 10:00~10:20	體驗航行 II	分批由教練或助教陪同出航體驗，OP 及 SUP 板各 1 次，每次 20 分鐘
上午 11:30~11:50		
下午 14:00~14:20		
下午 15:30~15:50		
上午 10:20~10:30	結訓頒發證書合影留念	問卷填寫
上午 11:50~12:00		
下午 14:20~14:30		
下午 15:50~16:00		

學員注意事項：

1. 請於各梯次報到時間逕至高雄市左營蓮池潭西岸蓮潭路舊城國小前碼頭報到。
2. 水上活動首重安全紀律，務必遵從現場教練或安全人員之指導。
3. 操作服以寬鬆的運動服為宜，可戴帽或著長袖上衣防曬，自備足夠之飲用水預防中暑。
4. 戴眼鏡者須加固定帶以免脫落水中。
5. 勿攜帶貴重物品參加活動。
6. 自備一套衣物於打濕或落水後可以更換。

附件 2

109 年高雄市舊城國民小學帆船體驗營活動報名表

填表日期：109 年 月 日

學生姓名：	學 校：
出生日期： 年 月 日	身份證字號：
住宅電話：	行動電話：
聯絡住址：高雄市 _____ 區 _____ 路(街) _____ 巷 _____ 弄 _____ 號 _____ 樓之 _____	
E-mail：	
法定監護人：	關係：
參加梯次：每人限參加一梯次，可填寫順位 1 及順位 2 的梯次	
<input type="checkbox"/> 第一梯次：109 年 8 月 22 日（星期六），上午 09：00～10：30。	
<input type="checkbox"/> 第二梯次：109 年 8 月 22 日（星期六），上午 10：30～12：00。	
<input type="checkbox"/> 第三梯次：109 年 8 月 22 日（星期六），下午 13：00～14：30。	
<input type="checkbox"/> 第四梯次：109 年 8 月 22 日（星期六），下午 14：30～16：00。	
<input type="checkbox"/> 第五梯次：109 年 8 月 23 日（星期日），上午 09：00～10：30。	
<input type="checkbox"/> 第六梯次：109 年 8 月 23 日（星期日），上午 10：30～12：00。	
<input type="checkbox"/> 第七梯次：109 年 8 月 23 日（星期日），下午 13：00～14：30。	
<input type="checkbox"/> 第八梯次：109 年 8 月 23 日（星期日），下午 14：30～16：00。	
說明： 一、本體驗營係為推廣帆船運動非以營利為目的，餐飲請自理。 二、報名者須身心健全無重大疾病者。 三、報名資料僅作為辦理保險使用。	

附件 3

高雄市左營區舊城國民小學 109 年度帆船體驗營活動切結書

(活動報到時填寫繳交)

本人(學生) _____ 於中華民國 109 年 ____ 月 ____ 日參加「高雄市左營區舊城國民小學 109 年度帆船體驗營」活動，並且同意下列事項：

1. 本人於體驗活動期間，確實遵守主辦單位之相關規定，聽從現場工作人員及救生員之要求，否則一切後果自行負責。
2. 本人於參加體驗活動時應穿著救生衣及必要之安全配備。
3. 本人確認身體健康良好，無糖尿病、高血壓、心血管疾病等高風險疾病，適合從事水域活動，如有隱瞞而發生意外，一切後果自負。
4. 本人參與本次比賽活動已附監護人書面同意書。

具 結 人： _____ 簽章(學生)

緊急聯絡人： _____ 簽章(與具結人關係 _____)

緊急聯絡人電話： _____

109 年 月 日

監護人同意書

茲同意子女 _____ 參加「高雄市左營區舊城國民小學 109 年度帆船體驗營」之活動，一切活動過程皆願意服從主辦單位相關規定，無任何異議；且確認其身心健康適合從事水域活動，若未能確實遵守規定而不幸發生意外事故，願意自行負責。

此 致

高雄市左營區舊城國民小學

家長： _____ (簽章)

109 年 月 日