

【FUN 春假囉！擁抱山海趣】

高雄市政府教育局 106 年度春假 「探索挑戰營」實施計畫

壹、目的：

為提供學子春假多元探索體驗學習活動，結合高雄市山河海豐富自然資源，規劃辦理「柴山地心探險-探洞與樹攀」、「百步穿楊神射手-射箭」、「我是蜘蛛人-攀岩」、「超越登峰漫步雲端-高空探索」、「愛河畔與獨木舟的邂逅-獨木舟」、「奔跑吧！親子定向越野樂遊趣-定向越野與樹攀」六大項活動，使學生在活動參與中走出戶外、遠離 3C 產品，重新認識自己、發現自己，並經驗高雄城市之美，達到鍛鍊體魄、培養進取精神與問題解決能力之目的。

貳、辦理單位：

一、主辦單位：高雄市政府教育局

二、協辦單位：市立三民高中、中正高工、海青工商、中正高中、壽山國中、光榮國小

參、參加對象：本局轄屬國小五年級（含）以上、國中、高中（職）學生

肆、活動時間、項目：

一、106 年 4 月 1 日（週六），計 1 天。（射箭、攀岩、獨木舟、探洞）

二、106 年 4 月 2 日（週日），計 1 天。（射箭、攀岩、高空、獨木舟）

三、106 年 4 月 3 日（週一），計 1 天。（射箭、高空、獨木舟、定向越野）

伍、活動時間：早上 09：00 時至下午 16：00 時

陸、活動地點：

一、柴山地心探險：柴山（鼓山高中門口集合）--高雄市鼓山區明德路 2 號

二、百步穿楊神射手：高雄市立楠梓射箭場--高雄市楠梓區旗楠路 160 號

三、我是蜘蛛人：壽山國中（群育樓後方攀岩場集合）--高雄市鼓山區鼓山二路 37 巷 108 號

四、超越登峰漫步雲端：壽山國中（第二棟川堂集合）--高雄市鼓山區鼓山二路 37 巷 108 號

五、愛河畔與獨木舟的邂逅：愛河（鹽埕區光榮國小大門旁涼亭集合）--高雄市鹽埕區大智路 150 號

六、奔跑吧！親子定向越野樂遊趣：衛武營（823 戰役紀念館集合）--高雄市鳳山

區新強里 15 鄰輜汽路 281 號

柒、參加名額（梯次）及年齡限制：

- 一、柴山地心探險（探洞與樹攀）：每梯次 25 人（全天，1 梯次）國小五年級（含）以上
- 二、百步穿楊神射手（射箭）：每梯次 30 人（全天，3 梯次）國小五年級（含）以上
- 三、我是蜘蛛人（攀岩）：每梯次 35 人（全天，2 梯次）國小五年級（含）以上
- 四、超越登峰漫步雲端（高空）：每梯次 30 人（全天，2 梯次）國中三年級（含）以上
- 五、愛河畔與獨木舟的邂逅（獨木舟）：每梯次 30 人（全天，3 梯次）國小五年級（含）以上
- 六、奔跑吧！親子定向越野樂遊趣（定向越野與樹攀）：每梯次 30 人（全天，1 梯次），國小五年級（含）以上。（學生家長可陪同參加親子定向運動，不另外收費，惟午餐及飲用水須自理，若須由承辦單位代訂，當天會統一調查，費用由家長自付，不包含在學生報名費用內。活動當日下午樹攀體驗以學生優先，家長可在旁陪同，但不進行樹攀體驗。）
- 七、每人限報名一項（單項活動人數不足將取消開班，費用全額退回）

捌、報名方式：

- 一、請於 106 年 3 月 10 日（週五）前至下列網址完成線上報名作業

柴山地心探險（探洞與樹攀）：<https://goo.gl/tcJBav>

百步穿楊神射手（射箭）：<https://goo.gl/7z011D>

我是蜘蛛人（攀岩）：<https://goo.gl/wyZEHv>

超越登峰漫步雲端（高空）：<https://goo.gl/PsNDZ0>

愛河畔與獨木舟的邂逅（獨木舟）：<https://goo.gl/r3oNOM>

跑吧！親子定向越野樂遊趣（定向越野與樹攀）：<https://goo.gl/l6vrG0>

- 二、參加費用依報名項目而定，每人新台幣 800 元（含）起算，承辦單位通知錄取後，才能辦理匯款作業，匯款帳戶由承辦單位另行通知。
- 三、錄取者請於 106 年 3 月 17 日（週五）前將報名表暨家長同意書紙本（如附件 1）併同匯款收據寄至各活動聯絡窗口處。（完成此項者始真正完成報名，若未於時限內完成繳費並寄送家長同意書及匯款收據，由承辦單位通知下一報名順

位者匯款)。

玖、報到時間與地點：

- 一、探洞：106年4月1日(週六)上午08:30分鼓山高中大門口集合(高雄市鼓山區明德路2號)，活動行程表(如附件2-1)。
- 二、射箭：於高雄市楠梓射箭場大門口集合(高雄市楠梓區旗楠路160號)，活動行程表(如附件2-2)。
 - (一) 106年4月1日(週六)上午08:30分。
 - (二) 106年4月2日(週日)上午08:30分。
 - (三) 106年4月3日(週一)上午08:30分。
- 三、攀岩：於高雄市壽山國中室內攀岩場集合(高雄市鼓山區鼓山二路37巷108號)，活動行程表(如附件2-3)。
 - (一) 106年4月1日(週六)上午08:30分。
 - (二) 106年4月2日(週日)上午08:30分。
- 四、高空：於高雄市壽山國中第二棟川堂集合(高雄市鼓山區鼓山二路37巷108號)，活動行程表(如附件2-4)。
 - (一) 106年4月2日(週日)上午08:30分。
 - (二) 106年4月3日(週一)上午08:30分。
- 五、獨木舟：於高雄市光榮國小集合(高雄市鹽埕區大智路150號)，活動行程表(如附件2-5)。
 - (一) 106年4月1日(週六)上午08:30分。
 - (二) 106年4月2日(週日)上午08:30分。
 - (三) 106年4月3日(週一)上午08:30分。
- 六、定向越野：106年4月3日(週一)上午08:30分衛武營823紀念館集合(高雄市鳳山區新強里15鄰輜汽路281號)，活動行程表(如附件2-6)

拾、辦理方式及設備：

- 一、採原則講解、熱身、實際操作、反思回饋等方式實施。
- 二、各項活動所使用之裝備統由承辦單位提供。

拾壹、一般規定：

- 一、凡學生患有心臟病、高血壓、癲癇及氣喘等突發性疾病或不適合激烈活動等病症，請勿報名。

二、參加學生請穿著長袖長褲運動服裝、球鞋，活動項目大多為戶外課程，如遇雨天、惡劣天候或不可抗拒之因素，由本局統一決定取消或延後實施。

三、各項活動編組具合格教練證及種能師資訓練合格人員擔任。

四、各項活動經算概算表（如附件 3-1 至 3-6）。

五、各地點交通資訊（如附件 4），各項課程注意事項（如附件 5）。

六、退費規定：

（一）活動日前三個工作日通知各活動承辦單位，扣除已支付行政費用，退回報名費用 50%。

（二）活動當日（含）以後通知各活動承辦單位，不退費。

（三）因天災或不可抗之因素致無法成行，退回全額報名費用。

拾貳、連絡窗口：

一、軍訓室：鄭修如教官 電話：(07)799-5678 轉 3125~3130 傳真：(07)740-6613。

二、各項活動聯絡窗口：

（一）探洞報名資訊：三民高中，薛清信教官，電話：(07) 347-5181 轉 882，傳真：(07) 347-4185。

探洞課程資訊：鼓山高中，鄭寓謙教官，電話：(07) 521-3258 轉 5225，傳真：(07) 551-9071。

（二）射箭報名及課程資訊：三民高中，薛清信教官，電話：(07) 347-5181 轉 882，傳真：(07) 347-4185。

（三）攀岩報名及課程資訊：海青商工，鄭利誠教官，電話：(07) 581-9155 轉 468，傳真：(07) 585-0707。

（四）高空報名資訊：中正高工，梁維藩教官，電話：(07) 723-2301 轉 462，傳真：(07) 713-4702。

高空組課程資訊：袁子仁教官，手機號碼：0931-893319。

（五）獨木舟報名資訊：中正高工，梁維藩教官，電話：(07) 723-2301 轉 462，傳真：(07) 713-4702。

獨木舟課程資訊：海青工商，劉曉樺教官，電話：(07) 581-9155 轉 468，傳真：(07) 585-0707。

（六）定向越野報名資訊：海青工商，劉曉樺教官，電話：(07) 581-9155 轉 468，傳真：(07) 585-0707。

定向越野課程資訊：小港高中，麻治中教官，電話：(07) 806-2627 轉
803，傳真：(07) 801-7159。

拾參、本實施計畫如有未盡事宜，得另行補充（修訂）之。

附件 1

高雄市政府教育局 106 年度春假「探索挑戰營－

探洞射箭攀岩高空獨木舟定向越野」(請勾選參加項目)

報名表暨家長同意書

學校		姓名		電話	
出生 年月日		身份證 字號		緊急聯絡人 及電話	
通訊地址				飲食 習慣	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素

家長同意書

本人接受高雄市政府教育局春假探索挑戰營課程所存在之某些風險。我瞭解探索挑戰營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，我有不參與的決定權利，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、為了自己或團隊益處給予與接受正面及負面的回饋。

我瞭解並接受在參加高挑戰性的活動時，可能帶來的身心風險，我瞭解本人如有任何生理上的限制：包括頸部、背部、心臟疾病、高血壓、糖尿病、氣喘、癲癇者、最近動過的手術、或懷孕等，都有知會高雄市政府教育局探索教育挑戰營之工作人員的責任。

我同意在參加訓練課程期間，遵照訓練員及引導員所有的安全指示，並聲明：若因無遵照正常操作所帶來的傷害，與訓練員及引導員無關。

若在活動期間發生之意外或引發疾病，本人同意接受緊急醫療照顧。

根據上述，本人同意參加本次體驗課程。

參加者簽章：_____

家長／監護人簽章：_____

日期：_____

高雄市政府教育局 106 年度春假探索挑戰營
「柴山地心探險」活動行程表

衝呀！衝呀！柴山上的寶藏我們來了！
據藏寶圖指示，我們將前往高雄壽山洞穴進行寶藏勘查，
預測地心裡會有鐘乳石、石筍、石柱、石壁、石廉、石藤，
我們將進行樹攀、攀爬、垂降、穿越叢林等，
找到海賊王林道乾所藏的寶藏，
請帶上你們的行李，準備好了嗎？

時間 \ 日期	4 月 1 日 (週六)	備考
08:30-08:40	鼓山高中門口集合	
08:40-09:00	到達入山口，講解安全規定	
09:00-09:30	換裝、暖身運動	
09:30-10:30	漫步山徑：健行、生態解說	
10:30-12:00	地心冒險：探訪鐘乳石洞穴	
12:00-13:00	享受“超美味飯卷”+“飲品”	
13:00-15:00	飛簷走壁、峽谷垂降、地心探險	
15:00-15:30	返程 (回鼓山高中)	
15:30-16:00	反思回饋暨頒發體驗證書	
16:00	賦歸	

高雄市政府教育局 106 年度春假探索挑戰營
「百步穿楊神射手」活動行程表

射箭是一項力與美的結合運動，箭的動力是射手賦予它的生命力，唯有心眼合一，才能準中靶心，射箭者克服外在干擾因素，同時增加專注力、觀察力、耐力及協調力，在開弓引弦的剎那，肌肉是緊繃的，但精神上卻要放鬆，在自信與自在之中使箭飛出。讓我們一同享受射箭的美好成果。

時間 \ 日期	4 月 1 日 (週六)、4 月 2 日 (週日)、 4 月 3 日 (週一) 各一梯次	備考
08:30-09:00	學生報到	
09:00-09:30	破冰活動、大地遊戲	
09:30-10:00	原則講解	
10:00-12:00	實作課程 (弓箭組裝、射箭體驗)	
12:00-13:00	午餐	
13:00-15:30	實作課程 (射箭體驗)	
15:30-16:00	反思回饋暨頒發體驗證書	
16:00	賦歸	

高雄市政府教育局 106 年度春假探索挑戰營
「我是蜘蛛人」活動行程表

還在抓寶嗎?別再抓了，把手機放一邊，來參加教育局探索學校的攀岩活動，可以讓妳（你）挑戰自我、鍛鍊體能、增加自信心、克服恐懼感、提高專注力、平衡感、協調性，總之，好處多到講不完，還在等什麼，快揪團來參加，一起成為高雄蜘蛛人。

時間 \ 日期	4 月 1 日 (週六)、4 月 2 日 (週日) 各一梯次	備考
08:30-09:00	壽山國中門口集合	
09:00-09:30	環境與師資介紹，破冰活動	
09:30-10:00	認識裝備 (含暖身操)	
10:00-10:40	向前衝衝衝之攻佔城堡	
10:40-12:00	挑戰自我之上攀體驗	
12:00-13:00	填飽五臟廟	
13:00-13:30	腦力激盪之平面遊戲	
13:30-14:00	大風吹	
14:00-14:30	我猜我猜我猜猜猜	
14:30-15:30	超越巔峰之上攀體驗	
15:30-16:00	反思回饋暨頒發體驗證書	
16:00	賦歸	

高雄市政府教育局 106 年度春假探索挑戰營
「超越登峰漫步雲端」活動行程表

<p>超越登峰漫步雲端之高空獨木橋～</p> <p>你〈妳〉想挑戰登高一呼的英雄氣概嗎？</p> <p>你〈妳〉想享受漫步雲端的特殊體驗嗎？</p> <p>你〈妳〉想瞭解自我如何克服高度恐懼嗎？</p> <p>你〈妳〉想知道信任、專注、溝通及問題解決嗎？</p> <p>不要再猶豫了，我們在高雄探索學校等著充滿熱情與活力的你〈妳〉！</p>		
日期	4月2日(週日)、4月3日(週一)	備考
時間	各一梯次	
08:30-09:00	學生報到	
09:00-09:10	破冰活動	
09:10-09:30	課程講解 (環境與師資介紹, 裝備穿戴及檢查、安全規定、課程講解及暖身運動)	
09:30-12:00	實作體驗 (引導員全程針對個別學員實施觀察並協助其探索個人特質及各項品格價值)	
12:00-13:00	補充能量	
13:00-15:30	實作體驗 (引導員全程針對個別學員實施觀察並協助其探索個人特質及各項品格價值)	
15:30-16:00	反思回饋暨頒發體驗證書	
16:00	賦歸	

高雄市政府教育局 106 年度春假探索挑戰營
「愛河畔與獨木舟的邂逅」活動行程表

<p>愛河畔與獨木舟的邂逅～ 獨木舟是現代戶外休閒水上活動之一，也是探索自然最棒的方式。 高雄和煦的陽光映照愛河畔，波光粼粼的河面，舟船點點。 跟著槳的節奏，充滿熱情與活力的你，趕快坐上獨木舟，跟著我們徜徉悠游在愛河！</p>		
日期	4 月 1 日 (週六)、4 月 2 日 (週日)、4 月 3 日 (週一) 各一梯次	備考
時間		
08:30-09:00	學生報到	
09:00-09:30	我說你聽 (環境與師資介紹，安全規定、課程講解及暖身運動)	上午課程結束： 第 1 次衣褲更換
09:30-11:30	槳-槳-槳-槳 (獨木舟槳法與實作練習)	
11:30-12:00	愛河“妳的名字”(愛河名字由來)	
12:00-13:00	河景拌飯 + 海味飲品	
13:00-15:30	同舟共競體力挑戰	下午課程結束： 第 2 次衣褲更換
15:30-16:00	反思回饋暨頒發體驗證書	
16:00	愛的見證 約定再見愛河畔	

高雄市政府教育局 106 年度春假探索挑戰營 「奔跑吧！親子定向越野樂遊趣」活動行程表

今年的春假在衛武營--南台灣最大的自然生態公園即將展開一場別具意義的定向越野活動！『樹攀』是以對樹產生最少的衝擊去親近、認識它。透過人樹安全原則，用輔助攀繩方式到達樹上，在樹上登高望遠，可以做動、植物的觀察，亦可以修剪樹枝，過程是種休閒運動，也是生活樂趣。還在猶豫連假到那兒去嗎？想要穿梭在這座美麗的公園嗎？想要享受盡情奔跑的尋寶樂趣嗎？想要體驗攀上大樹的成就感嗎？為這次的連假留下美好回憶！不要再猶豫了，趕快報名，我們在高雄衛武營等你來挑戰喔！

時間 \ 日期	4月3日(週一)一梯次	備考
08:30-09:00	英雄聯盟會集(報到)	823 紀念館
09:00-09:30	請你跟我這樣做(破冰活動)	
09:30-10:00	我說你聽 課程講解 (環境與師資介紹, 安全規定、 課程講解及暖身運動)	823 紀念館
10:00-12:00	九宮格之密室大逃脫、尋寶樂遊趣	
12:00-13:00	榕園餐點 + 湖景品茗	
13:00-13:30	漫步談天至中正高中	
13:30-14:00	樹攀活動及安全規則說明	中正高中
14:00-15:30	超越自我樹攀體驗	
15:30-16:00	反思回饋暨頒發體驗證書	
16:00	英雄惜別之珍重再見	

附件 3-1

高 雄 市 政 府 教 育 局 1 0 6 年 度 春 假 「 探 索 挑 戰 營 - 探 洞 」 活 動 經 費 概 算 表 (個 人 報 名 費)						
名稱	數量	單位	單價	總價	說明	
(一) 支出費用						
1	飯糰含飲料(參加人員)	25	人	70	1,750	午餐 50 元、飲料 20 元
2	礦泉水	25	人	20	500	
3	師資鐘點費	25	人	768	16,800	師資鐘點費每小時 700 元，上午師資 4 人，下午師資 4 人，上下午課程各 3 個小時 700 元*8 人*3 小時 =16,800 元
4	活動費	1	式	950	950	保險費、識別證、體驗證書、紅布條製作等場地佈置
小計					20,000	
以上各項經費得准予相互流用						
(二) 收入						
報名費	25	人	800	20,000		
收入總計					20,000	
承辦人	單位主管		會計		校長	

附註：價錢單位：新臺幣。

高雄市政府教育局 106 年度春假 「探索教育挑戰營-射箭」活動經費概算表 (個人報名費)						
名稱	數量	單位	單價	總價	說明	
(一) 支出費用						
1	便當含飲料 (參加人員)	30	人	100	3,000	午餐 80 元、飲料 20 元
2	礦泉水	30	人	20	600	
3	師資鐘點費	30	人	640	19,200	師資鐘點費每小時 800 元，上午師資 4 人，下午師資 4 人，上下午課程各 3 個小時 800 元*8 人*3 小時 =19,200 元
4	活動費	1	式	1,200	1,200	保險費、識別證、體驗證書、紅布條製作等場地佈置
小計					24,000	
以上各項經費得准予相互流用						
(二) 收入						
報名費	30	人	800	24,000		
收入總計					24,000	
承辦人	單位主管		會計		校長	

附註：價錢單位：新臺幣。

高 雄 市 政 府 教 育 局 1 0 6 年 度 春 假 「 探 索 教 育 挑 戰 營 - 攀 岩 」 活 動 經 費 概 算 表 (個 人 報 名 費)						
名稱	數量	單位	單價	總價	說明	
(一) 支出費用						
1	便當含飲料(參加人員)	35	人	100	3,500	午餐 80 元、飲料 20 元
2	礦泉水	35	人	20	700	
3	師資鐘點費	35	人	550	19,250	師資鐘點費每小時 800 元，上午師資 4 人，下午師資 4 人，上下午課程各 3 個小時 800 元*8 人*3 小時 =19,200 元，結餘 50 元支應活動費。
4	活動費	1	式	1,100	1,100	保險、識別證、體驗證書、紅布條製作等場地佈置、清潔費、水電費
5	場地費	35	人	100	3,500	場地費 50*2 時段=100 元
小計					28,000	
以上各項經費得准予相互流用						
(二) 收入						
報名費		35	人	800	28,000	
收入總計					28,000	
承辦人		單位主管		會計		校長

附註：1. 價錢單位：新臺幣。2. 一時段=2 小時

高 雄 市 政 府 教 育 局 1 0 6 年 度 春 假 「 探 索 挑 戰 營 - 高 空 」 活 動 經 費 概 算 表 (個 人 報 名 費)						
名稱	數量	單位	單價	總價	說明	
(一) 支出費用						
1	便當含飲料(參加人員)	30	人	100	3,000	午餐 80 元、飲料 20 元
2	礦泉水	30	人	20	600	
3	師資鐘點費	30	人	560	16,800	師資鐘點費每小時 700 元，上午師資 4 人，下午師資 4 人，上下午課程各 3 個小時 700 元*8 人*3 小時 =16,800 元
4	活動費	1	式	600	600	保險費、識別證、體驗證書、紅布條製作等場地佈置
5	場地費	30	人	100	3,000	場地費 100*1 時段=100 元
小計					24,000	
以上各項經費得准予相互流用						
(二) 收入						
報名費		30	人	800	24,000	
收入總計					24,000	
承辦人		單位主管		會計		校長

附註：1、價錢單位：新臺幣。2. 一時段=2 小時

高 雄 市 政 府 教 育 局 1 0 6 年 度 春 假 「 探 索 挑 戰 營 - 獨 木 舟 」 活 動 經 費 概 算 表 (個 人 報 名 費)						
名稱	數量	單位	單價	總價	說明	
(一) 支出費用						
1	便當含飲料(參加人員)	30	人	100	3,000	午餐 80 元、飲料 20 元
2	礦泉水	30	人	20	600	
3	師資鐘點費	30	人	640	19,200	師資鐘點費每小時 800 元，上午師資 4 人，下午師資 4 人，上下午課程各 3 個小時 800 元*8 人*3 小時 =19,200 元
4	活動費	1	式	1,200	1,200	保險費、識別證、體驗證書、紅布條製作等場地佈置
5	場地(通行)費	7	舟	30	210	每舟每日 30*7=210 元
小計					24,000	
以上各項經費得准予相互流用						
(二) 收入						
報名費		30	人	800	24,000	
收入總計					24,000	
承辦人		單位主管		會計		校長

附註：價錢單位：新臺幣。

高 雄 市 政 府 教 育 局 1 0 6 年 度 春 假 「探索教育挑戰營-定向越野」活動經費概算表（個人報名費）						
名稱	數量	單位	單價	總價	說明	
（一）支出費用						
1	便當含飲料（參加人員）	30	人	100	3,000	午餐 80 元、飲料 20 元
2	礦泉水	30	人	20	600	
3	師資鐘點費	4	人	800	19,200	師資鐘點費每小時 800 元，上午師資 4 人，下午師資 4 人，上下午課程各 3 個小時 800 元*8 人*3 小時 =19,200 元
4	活動費	1	式	1,200	1,200	保險費、識別證、體驗證書、紅布條製作等場地佈置
小計					24,000	
以上各項經費得准予相互流用						
（二）收入						
報名費		30	人	800	24,000	
收入總計					24,000	
承辦人		單位主管		會計		校長

附註：價錢單位：新臺幣。

附件 4

◎鼓山高中（探洞）交通資訊：高雄市鼓山區明德路 2 號

一、搭乘高雄捷運：由高鐵左營站、高雄火車站及小港機場均可搭乘高雄捷運紅線至 R13 凹仔底站→轉搭捷運接駁公車紅 32 公車至鼓山高中。

二、搭乘一般公車

（一）218 路公車：

1. 高雄火車站→鼓山高中（有延駛至鼓山高中班次）

2. 加昌站→鼓山高中（有延駛至鼓山高中班次）

註：非延駛鼓山高中班次，大榮高中站下車→沿迪化街（往九如國小方向）

步行→左轉鼓山三路→鼓山高中，步行距離約 500 公尺，步行時間約 5 分鐘。

（二）73 路公車：建軍站→鼓山高中（有延駛至鼓山高中班次）

註：非延駛本校班次，高雄電台站下車→沿西藏街步行→左轉鼓山三路→鼓山高中，步行距離約 1000 公尺，步行時間約 10 分鐘。

（三）38 路公車：榮總→鼓山高中

（四）明誠幹線公車（紅 33）鳳山商工→鼓山高中（有延駛至鼓山高中班次）

註：非延駛本校班次，高雄電台站下車→沿西藏街步行→左轉鼓山三路→鼓山高中，步行距離約 1000 公尺，步行時間約 10 分鐘。

◎壽山國中（攀岩、高空）交通資訊：高雄市鼓山區鼓山二路 37 巷 108 號

一、搭乘高雄捷運

（一）搭乘高雄捷運橘線至 02 鹽埕埔站→轉搭捷運接駁公車橘 3 公車至電力公司站下車沿鼓山二路北行左轉 37 巷約 500 公尺即可到達。

（二）由高鐵左營站、高雄火車站及小港機場均可選擇搭乘高雄捷運紅線轉搭橘線。

（三）紅線乘客請於 R10/05 美麗島站轉搭橘線。

二、搭乘一般公車

（一）高雄市公車：搭 31、56、219 線公車至電力公司站下車沿鼓山二路北行左轉 37 巷約 500 公尺即可到達。

（二）高雄客運：無直達公車路線，請搭乘高雄市公車轉乘。

（三）由高鐵左營站出發：無直達公車路線，請搭乘高雄捷運轉乘。

（四）由高雄火車站出發：搭 56 線公車至電力公司站下車沿鼓山二路北行左轉 37 巷約 500 公尺即可到達。

（五）由小港機場出發：無直達公車路線，請搭乘高雄捷運轉乘。

◎**高雄市楠梓射箭場（射箭）交通資訊：高雄市楠梓區旗楠路 160 號**

- 一、**公車**：R21 一號出口搭乘紅 58 號公車，在電力公司站下車後（約 15 分），走路約 4 分鐘即可到達。
- 二、**腳踏車**：R21 四號出口租借腳踏車，往 R22 青埔捷運站方向騎，至德民路口右轉直騎會過德民新橋，直騎到底 T 字路口右轉旗楠路約 100 公尺左邊即可看到射箭場大門口。

◎**衛武營（定向越野）交通資訊：高雄市鳳山區新強里 15 鄰輜汽路 281 號**

- 一、**自行開車**：
在國道一號高速公路中正路或三多路交流道下，往鳳山方向，由三多路衛武營北區停車場進入，步行 50 公尺至 823 台海戰爭紀念館。
- 二、**搭公車**：
搭乘高雄市公車 55 號、88 號、248 號、50 號、70 號、53 號等，至「建軍站」下車，於三多路往高速公路方向步行 150 公尺至 823 台海戰爭紀念館。
- 三、**搭捷運**：
搭乘捷運至衛武營站(010)至 3 號出口，往衛武營服務中心方向步行 200 公尺，至 823 台海戰爭紀念館。

◎**光榮國小（獨木舟）交通資訊：高雄市鹽埕區大智路 150 號**

- 一、**搭乘高雄捷運**：
搭乘高雄捷運橘線至 02 鹽埕埔站走 2 號出口右轉後再右轉走新樂街直走過三個街區遇大智路左轉。
- 二、**搭公車**：
高雄市公車搭 0、11、25、33、56、88、214、219 至大智路口下車。

高雄市政府教育局 106 年度春假「探索挑戰營」課程注意事項

一、「柴山地心探險-探洞」課程注意事項

- (一) 確認學員的身體狀況，每個人在活動之前需有足夠的關節暖身運動。
- (二) 注意季節性因素的蚊蟲叮咬，避免噴香水吸引蜜蜂或其他蚊蟲。
- (三) 參與活動時服裝以長袖排汗衣物為主。
- (四) 告知有無特殊病史：如心臟病、氣喘、重大手術、糖尿病、曾經骨折、懷孕或其他醫療狀況，請事先告知，承辦單位將視個人情況適當建議安排，若未告知導致發生事故，承辦單位將不負任何法律責任。
- (五) 健保 IC 卡、個人藥品、個人習慣用品（如：帽子、防蚊液、飲用水...等）。如欲攜帶背包請帶“雙肩式後背包”以便行動，避免攜帶“手提式提袋”。
- (六) 請於活動前修剪手及腳的過長指甲。

二、「百步穿楊神射手-射箭」課程注意事項

- (一) 在靶前方及四周尚有人未離開時，不得站在發射線上等待射箭。
- (二) 除非站在發射線上否則不得搭箭張弓。搭箭時不得面向非靶區，嚴重得以取消資格。
- (三) 拔箭時請小心確定後方及旁邊的射手，不要戳到他人。
- (四) 未得許可不得觸摸其他選手之弓具器材。
- (五) 不可持箭及器材在跑步、追逐或嬉鬧。
- (六) 隨時檢查弓箭器材是否有故障，以策安全。
- (七) 若有意外傷害發生時不要慌張，請盡速通知就近教練或射場指揮處理。
- (八) 身體不適、精神不濟禁止射箭。

三、「超越登峰漫步雲端-高空探索」課程注意事項

- (一) 活動中請確遵守安全須知，聽從指導老師的指示操作，不得違反及擅自觸動操作活動器材，以免發生危險。
- (二) 活動當日請穿著輕鬆方便衣服及運動鞋，嚴禁穿著涼鞋、拖鞋，以免發生傷害。
- (三) 參加高空活動體驗課程學員，活動全程需穿著座帶、岩盔、手套，並接受高空引導員的規範指導。

四、「我是蜘蛛人-攀岩」課程注意事項

- (一) 進行操作時一律穿岩鞋或運動鞋，禁止未穿鞋攀登，服裝以輕便運動服為原則（長短不拘，女同學不宜穿裙進行活動）。
- (二) 活動進行中統一聽從指導員及教練指示進行。
- (三) 確保者統一由助教或教練擔任。
- (四) 裝備使用（著裝）依照教練指導使用並穿著。
- (五) 活動進行前後均要實施暖身及緩和運動。
- (六) 相信裝備、教練、引導員。
- (七) 如有身體不適或任何問題應立即向師長報告。

五、「愛河畔與獨木舟的邂逅-獨木舟」課程注意事項

- (一) 患有心臟病、氣喘病、癲癇症以及不適合激烈活動者，請主動告知，請勿下水。
- (二) 建議穿著涼鞋、排汗快乾衣褲，勿穿著牛仔褲、棉質褲、嚴禁打赤腳上、下碼頭，因為河岸邊可能有硬殼生物，容易割傷腳。（不宜穿裙或布鞋進行水上活動）。
- (三) 請準備個人充足飲水以隨時補充水分，建議背帶式水壺，避免水壺落水遺失。
- (四) 夏季天氣炎熱，請做好防曬措施，建議攜帶帽子、太陽眼鏡。擔心曬傷則以長袖、長褲為佳。
- (五) 身體如果有較深之傷口，海水可能造成傷口感染，不建議下水！如果為一般破皮擦傷，建議使用防水透氣敷料，並盡量避免長時間碰觸海水！
- (六) 請勿攜帶貴重物品、手機或照相機，避免潮濕或掉落水底。攜帶之手錶請確認是否有防水功能。
- (七) 獨木舟航行於水域上，暈船和不適的情況會因個人身體狀況而不同，且需靠雙槳划行前進，需一定的體力和技巧。
- (八) 活動前，確實穿著救生衣並檢查裝備及舟體。
- (九) 活動進行中，請聽從指導員及教練指示進行，不得單人單艘進行或嬉鬧、碰撞船體、船槳等情形，若有危險狀況教練應立即制止或暫時停止課程，以維安全。
- (十) 裝備使用（著裝）依照教練指導使用並穿著，不得逕自脫除救生衣、安全頭盔或解開其扣環與連接帶。
- (十一) 如有身體不適或任何問題應立即向教練報告。
- (十二) 發現有異狀應主動告知教練協助處理。
- (十三) 如果遇到打雷，或雨勢太大，則須聽從教練指示上岸避雨。如果活動前因颱風來襲或天候不佳，為安全考量會於事前延後或取消活動。

(十四) 活動進行前後均要實施暖身及緩和運動。

(十五) 女生如遇生理期，建議使用衛生棉條或告知教練，活動中儘量不翻船下水，並與現場女性指導員討論是否適合下水。

六、「奔跑吧!定向越野趣」課程注意事項

(一) 活動中請確遵守安全須知，聽從指導老師的指示操作，不得違反擅自脫離隊伍掌握，及未經同意操作活動器材，以免發生危險。

(二) 活動當日請穿著輕鬆方便衣服及運動鞋，嚴禁穿著涼鞋、拖鞋，以免發生傷害。(注意季節性因素的蚊蟲叮咬，盡量穿著長袖長褲。)

(三) 視個人需要攜帶個人藥品、個人習慣用品(如：帽子、防蚊液、飲用水...等)。