桃園市戶外暨海洋教育中心111年「走向戶外突破自我」探索體驗行程表

一、園區簡介：

「探索教育」(adventure education)在歐美等先進國家已行之有年，該教育思維在於鼓勵青少年在安全無虞情境下，透過身體與心理挑戰活動，突破舒適區而後獲得成長。桃園青年體驗園區(TYAC)即是依循此教育傳統而設立，同時，更進一步藉由高品質的休閒環境營造，希望能提供青少年在學習過程中自我提升與成長的機會，園區裡最醒目的標語「人生，無所畏懼」，時時刻刻鼓勵著所有造訪園區的青年學子，透過體驗式學習開拓視野、陶冶心靈並建立團隊合作，從新的角度認識自我，進而找到人生價值與未來的目標。

二、活動目的：

帶領學員到新屋青年體驗園區實施高空探索體驗課程體驗，透過活動規劃及反思活動，在高度壓力下，使學員在心理和生理上體驗高峰經驗帶來的成就感，以及對自我的肯定。

三、活動課程表

活動時間：111 年 9 月 29 日(星期四)		
時 間	課程內容	講師
08：00-08：10	集合 行前教育	內聘講師 1 內聘助教 1
08：10-09：00	車程	
09：00-12：00	低空探索教育活動 (信任倒、隔島躍進、獨木橋、反思回饋)	
12：00-13：00	午餐	
13：00-14：50	高空探索教育活動 (老鷹之柱、巨人梯、高空獨木橋)	內聘講師 1 內聘助教 1
14：50-15：00	問題討論(反思回饋)	
15：00-15：40	返程	

四、服裝/裝備規定：運動服、運動鞋、水壺。

五、注意事項：參加學生不得有心臟病、高血壓等重大疾病。

桃園市戶外暨海洋教育中心-「走向戶外突破自我」探索體驗

家長同意書

本人同意子弟（請自填姓名）＿＿＿＿＿＿＿＿參加桃園青年體驗學習園區戶外探索體驗活動，知悉活動行前說明與叮嚀子弟注意安全。

請學生確認下列各項內容，若同意請於 □ 中打勾 ✔

□ 願意遵守下列活動相關規定：

1. 活動期間，請依規定集合及活動。
2. 活動時間內不可擅自離開團隊的活動範圍，以免發生危險。
3. 發現自己或周遭學員身體不適，請立即告知夥伴或領隊老師，以盡快處理狀況。

學生:＿＿＿＿＿＿　身分證字號:＿＿＿＿＿＿　出生年月日:＿＿＿＿＿＿

學生家長: ＿＿＿＿＿＿（簽章）

中 華 民 國　　111　　年　　月　　日