

# 新北市金山區中角國民小學 112 年度區域性水域運動體驗推廣活動 「中角灣衝浪及 SUP 體驗營」實施計畫

## 一、緣起：

新北市衝浪運動教育園區位於中角國小，園區涵蓋中角灣及中角國小「衝浪學苑」及「陸上衝浪練習場」等專業場地，提供民眾戲水、衝浪或 SUP 立式划槳的服務，兼具遊憩觀光、運動競賽及選手培訓。藉由辦理本活動，讓參與之親師生接觸衝浪及 SUP 活動，了解水域安全知識，體驗水上運動的樂趣，奠定衝浪運動基礎。

## 二、目的：

- (一)熟悉衝浪及 SUP 的技巧，享受衝浪樂趣。
- (二)啟發學生多元興趣，奠定衝浪運動基礎。
- (三)推展衝浪運動，倍增運動人口。

## 三、活動對象：

- (一)新北市 111 學年度 4~11 年級學生及家長(需配合學生報名，參加學生建議身高至少 130 公分以上)。
- (二)衝浪及 SUP 各 4 梯次，每梯次 50 人，預計參加人數 400 人。

## 四、辦理單位：

指導單位：教育部、新北市政府教育局

主辦單位：新北市金山區中角國民小學

## 五、辦理日期：

梯次	活動名稱	活動日期
一	SUP 立式划槳體驗營	112 年 7 月 4 日(二)8:50~12:00
二	衝浪體驗營	112 年 7 月 4 日(二)13:50~17:00
三	SUP 立式划槳體驗營	112 年 7 月 6 日(四)8:50~12:00
四	衝浪體驗營	112 年 7 月 6 日(四)13:50~17:00
五	衝浪體驗營	112 年 7 月 11 日(二)8:50~12:00
六	SUP 立式划槳體驗營	112 年 7 月 11 日(二)13:50~17:00
七	衝浪體驗營	112 年 7 月 12 日(三)8:50~12:00
八	SUP 立式划槳體驗營	112 年 7 月 12 日(三)13:50~17:00

## 六、課程行程：

時間	活動地點	活動內容	備註
08:30-08:50 (13:30-13:50)	中角國小 衝浪學苑	報到	

08：50-09：00 (13：50-14：00)	10 分鐘	中角國小 衝浪學苑	環境介紹	
09：00-09：40 (14：00-14：40)	40 分鐘	中角國小 衝浪學苑	1. 衝浪及 SUP 之基本知識及技巧介紹 2. 簡易海岸救生介紹 3. 衝浪立式划槳器材介紹及操作說明	
09：40-10：20 (14：40-15：20)	40 分鐘	中角國小 衝浪學苑	1. 熱身活動 2. 陸上教學體驗	
10：30-12：00 (15：30-17：00)	90 分鐘	中角灣	1. 中角國小衝浪教學區步行至中角灣 2. 衝浪/SUP 立式划槳體驗活動	
12：00～ (17：00～)			盥洗換裝、賦歸	

#### 七、活動經費：

活動費用完全免費，交通及午餐部分自理。

#### 八、注意事項：

- (一) 學生報名後請填妥「學生無動力載具水域活動—學生自我身體狀況檢查表暨家長(監護人)同意書」，於活動當日繳交本校。
- (二) 本活動包括衝浪(或 SUP)體驗及水域安全課程，參加者請考量自身能力與身體狀況。患有部分疾病者不宜參加，如耳疾、鼻部病症、心臟病、氣喘、結核病、癩癩、糖尿病、腎臟病、高(低)血壓等患者，若有其他相關疾病或特別注意之處，請事先告知，以維護活動之安全。活動中經教學人員評估不適參加，需立即暫停，以維安全。
- (三) 參與活動攜帶物品以輕便簡單為原則，貴重物品請自行妥善保管。個人穿著及裝備建議如下：
  1. 務必攜帶健保卡。
  2. 天氣炎熱請自備飲用水，以便補充水分。(本校不提供瓶裝水)
  3. 穿著泳衣或較不吸水材質之輕便衣褲或防磨衣及輕便褲子。
  4. 準備1雙拖鞋或沙灘鞋(沙灘上的沙很燙)。
  5. 準備防曬乳(太陽很大，防紫外線曬傷皮膚)。
  6. 準備眼鏡盒(下水時不能戴眼鏡)。
  7. 準備盥洗用具及乾淨替換衣物。
- (四) 活動若遇颱風或其他不可抗力因素以致無法進行活動，本校將公告於學校網站通知取消該梯次活動。
- (五) 若經錄取，但因有事不克前來參加，請於活動辦理前一週通知本校。