

新北市立金山高級中學辦理教育部體育署推動學校水域運動成果報告

辦理名稱	中角灣 SUP 體驗營
補助活動項目	請勾選辦理活動項目(如同時獲得第一類及第二類補助，請分別填寫 2 份成果報告)： 第一類： <input type="checkbox"/> 游泳或水域運動觀摩及研討（習） ----- 第二類(可複選)： <input checked="" type="checkbox"/> 區域性水域運動體驗推廣活動 <input type="checkbox"/> 充實與更新水域運動體驗場地及設備
辦理內容摘要	1、 學校地區屬性(僅高級中等以下學校填寫，並請擇 1 勾選)： <input type="checkbox"/> 一般地區學校 <input checked="" type="checkbox"/> 偏遠地區學校 <input type="checkbox"/> 非山非市地區學校 2、 辦理時間：111 年 7 月 6 日 3、 辦理地點：金山中角灣國際衝浪中心 4、 辦理場(梯)次：1 5、 參加對象：新北市高中職以下學生 6、 參加人數： <u>50</u> 人(校內 <u>20</u> 人，校外 <u>30</u> 人) 7、 其他：
辦理成果摘述 (是否達成預期效益/與往年 績效比較)	一、往年辦理績效：首次辦理 二、本次辦理績效：優良 三、是否達成預期效益：是
整體經費 (請說明之)	1、 <b>經常門</b> 經費執行情形： (游泳或水域運動觀摩及研討（習）/區域性水域運動體驗推廣活動) (1) 核定計畫金額： <u>75,200</u> 元。 (2) 核定補助金額： <u>45,120</u> 元。 (3) 實支總額： <u>74,307</u> 元。 2、 <b>資本門</b> 經費執行情形： (1) 核定計畫金額：元。 (2) 核定補助金額：元。 (3) 實支總額： <u>        </u> 元。
檢附資料	<input checked="" type="checkbox"/> 本成果報告(需核章) <input checked="" type="checkbox"/> 經費收支結算表(需核章) <input checked="" type="checkbox"/> 活動內容(含活動課程表、文宣資料等) <input checked="" type="checkbox"/> 活動照片 <input type="checkbox"/> 活動成果光碟片 <input type="checkbox"/> 其他 <u>        </u> 。
檢討與建議	1.每年暑期教育局委辦的水域活動很多，可請教育局尋求運動飲料品牌廠商贊助，於活動開始發放運動飲料給參加學員，並提共及時教育，讓民眾了解夏季戶外活動補充水分、電解質對身體的重要性。有助於贊助廠商、新北市政府的宣傳及行銷。 2.SUP 體驗活動時，是海況及天氣變化情形，適時以動力橡皮艇執行活動，避免學員被風吹離岸或自己划太遠，成效良好，建議持續採用動力橡皮艇戒護，學員對於 SUP 都能輕鬆駕馭，學習成效良好。 3.廠商讓學員在等待體驗的過程中提供「趴板」，讓嘗試學員在岸際使

	<p>用，減少學員等待的無聊感，另一方面也讓部分怕浪的學員循序漸進的近水、親水、不怕水，逐漸放鬆及減少恐懼感。</p> <p>4.經驗分享時間，學員與家長反饋很高，對於來年是否續辦的詢問度很高，紛紛表示明年還要參加。</p> <p>5.台灣四面環海，近水但不親水，希望借由水域活動的辦理，有效的提升市民從事水域活動應該有的基本常識及技能，減少每年因不懂水流、海象、風向等基本常識而發生憾事。</p>
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## 活動內容

### 新北市立金山高級中學「111 年度區域性水域運動體驗推廣活動」 中角灣 SUP 體驗營實施計畫

#### 1、緣起：

金山高中鄰近新北市北海岸金山區之中角灣（衝浪人喜稱沙珠灣）是北海岸的衝浪勝地，附近有自行車步道及沿海岸的休憩觀賞點，兼具休閒、健身與自然觀察學習的好地方。希望藉由辦理本次活動，讓新北市對於水域運動有興趣的學生接觸到 SUP 立式划槳活動，了解水域安全知識，奠定 SUP 立式划槳運動基礎，體驗水上運動的樂趣。

#### 2、目的：

- (1) 熟悉 SUP 立式划槳的技巧與基礎，享受 SUP 立式划槳運動樂趣。
- (2) 推展 SUP 立式划槳運動，倍增運動人口。

#### 3、活動對象：

- (1) 新北市國、高中學生(需完成 3 劑新冠疫苗接種)。
- (2) 預計辦理 SUP 立式划槳體驗營(7/6)一個梯次，預計參與人數 50 人。

#### 4、辦理單位：

指導單位：教育部、新北市政府教育局  
主辦單位：新北市金山區金山高級中學

#### 5、辦理日期：111 年 7 月 6 日(三)(各梯次之日期可能因氣候、浪況予以調整。)

#### 6、課程行程：

學生組：111 年 7 月 6 日 SUP 立式划槳體驗營			
時間	活動地點	活動內容	備註
08：30-08：50	衝浪學苑 陸上衝浪練習場	報到	
08：50-09：00	衝浪學苑 陸上衝浪練習場	環境介紹	

09：00-12：00	衝浪學苑 陸上衝浪練習場	1. SUP 器材介紹、基本技巧講解 2. 落水安全保護動作示範、SUP 運動水中安全及自救技巧 3. 適合 SUP 之水域認識、浪區挑選 4. 分組水中實際體驗(直線划行及轉向) 5. 環境評估、危險分析及應對 SOP	
12：00~13：00	午餐 & 休息時間		
13：00-14：00	衝浪學苑	環保提袋噴繪 DIY 手作	
14：00-15：00	衝浪學苑 陸上衝浪練習場	陸上 SUP 滑板體驗	

#### 7、活動經費：

申請教育部「游泳或水域運動觀摩及研討(習)」經費補助，活動費用完全免費，餐費及交通部分自理。

#### 8、注意事項：

- (1) 患有心臟病、氣喘、肺結核、癲癇患者、糖尿病、腎臟病等不宜參加本活動。
- (2) 請於活動當天提供「健保卡接種 3 劑證明」或「數位新冠病毒健康接種證明」
- (3) 因應防疫需要，報名者須配合新北市防疫政策。另活動當天，額溫 $> 37.5^{\circ}\text{C}$ 者(耳溫超過 38 度 C)，不得參與活動。
- (4) 參加者須填寫報名表，活動當天繳交家長同意書正本及個人健康聲明書。
- (5) 若因天候因素更改辦理時間，將事先以電話聯絡或公布於學校網站。
- (6) 若參加學員身體有特殊狀況，無法參加游泳、衝浪體驗課程者請事先告知。
- (7) 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。
- (8) 本活動錄取人員一律由主辦單位辦理「公共意外責任險」，參加民眾可自行加保其它保險。
- (9) 參加者請裝著泳裝或輕便服裝，攜帶盥洗用具及衣物、防水防曬油、防曬用品、健保卡、輕便雨衣。
- (10) 天候炎熱請多備水，以便補充水分。

#### 9、本計畫經核可後實施，修正時亦同。

活動照片

111 年度中角灣 SUP 體驗營活動照片



SUP 體驗營活動合照



講師授課-SUP



SUP 體驗



SUP 體驗



SUP 體驗



SUP 體驗



SUP 體驗



SUP 體驗



111 年度新北市 SUP(立式划槳)體驗營活動照片



SUP 體驗營活動合照



環保提袋噴繪 DIY 手作



環保提袋噴繪 DIY 手作



環保提袋噴繪 DIY 手作



陸上 SUP 體驗



陸上 SUP 體驗



陸上 SUP 體驗



陸上 SUP 體驗

承辦人核章：  
章：

機關首長核