**弘光科技大學**

**高中職教師「溪谷戶外生態探索體驗」研習會**

**---苗栗泰安汶水溪水雲瀑布生態探索體驗**

【研習簡介】近年來體驗教育在休閒教育與輔導領域非常盛行，透過戶外探索體驗不僅能達到反思的教育效果，原始森林與溪谷更具有療癒的作用。溪谷探索活動是融合登山、踏水、攀岩等多元的戶外活動，是台灣新興的戶外探索與旅遊活動。本研習活動以高中職輔導老師與體育教師或高三學生為對象，以「微運動、輕旅行」的概念，設計溪谷生態探索體驗，汶水溪地形豐富,沿途有飛瀑、峽谷、深潭健行其中暢快無比，此活動融合生態旅遊與探索體驗的主題為研習體驗內容，推廣台灣新興的戶外教育，歡迎高中職師生踴躍參加。

【主辦單位】弘光科技大學運動休閒系

【協辦單位】弘光科技大學教務處

【時 間】107年1月7日一日研習（星期日）

【地 點】 弘光科技大學、苗栗泰安

【對 象】全國高中職教師與高三應屆畢業生(歡迎輔導室教師、班級導師、體育教師、職員報名參與。)

【報名人數】40人(每校以5人為原則)

【費 用】全程免費(提供實作器材、餐點)

【研習課程】

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 時間 | 主題 | 主持人/主講人 |
| 07:3 0 ~ 08:00 | 報到 弘光科大第一停車場搭車 | 運動休閒系學會 |
| 08:00 ~ 09:30 | 弘光-苗栗泰安  溪谷活動與生態旅遊介紹 | 張嚴仁  弘光科大運休副教授  體育署攀登嚮導 |
| 09:30 ~ 11:30 | 汶水溪水雲瀑布健行研習與體驗  (繩結 裝備 跳石 跳潭 確保 ) | 鄭炳宏  東勢林管處生態志工  中時旅行社特約領隊 |
| 11:30 ~ 13:00 | 溪谷野餐體驗(臨溪品茗、曲水流觴) | 張嚴仁  弘光科大運休副教授  體育署攀登嚮導 |
| 13:00 ~ 15:00 | 汶水溪踏水健行生態研習與體驗  (繩結 裝備 跳石 跳潭 ) | 鄭炳宏  東勢林管處生態志工  中時旅行社特約領隊 |
| 15:00 ~ 17:30 | 苗栗泰安-弘光(體驗反思心得分享) | 張嚴仁 |

【其他說明】1.敬請各校惠予參加本研習教師公假

2.提供8小時研習證明

【注意事項】1.溪谷裝備(頭盔 溯溪鞋 綁腿等)及午餐由本校準備。

2.請穿著運動服裝(適合戶外活動的排汗長袖上衣與運動長褲)

3.準備一套衣褲及便鞋上車後更換。

4.請攜帶健保卡。

5.請自備環保餐具與飲用水1000CC。

【報名方式】**採線上報名**https://goo.gl/forms/kkToISrLb1fVglt22

**報名時間即日起至106年12月31日止，40人額滿為止。**

【聯 絡 人】弘光科技大學運動休閒系陳嚶燕小姐TEL：04-26318652 ext7011 ; E-mail：iychen@sunrise.hk.edu.tw

**弘光科技大學交通路線資訊**

|  |  |
| --- | --- |
| **【國道一號】** |  |
| **●南下/北上** 自中山高速公路(國道1號)→請下178.6KM中港/沙鹿交流道→往沙鹿方向出口→接省道 12往沙鹿方向沿台灣大道→台灣大道六段→約10公里即可抵達本校。 | |
| **【國道三號】** |  |
| **●北上** 自第二高速公路(國道3號)→請下182.8KM龍井/台中交流道→往台中方向出口→第一個紅綠燈(約700公尺)左轉→往省道12沙鹿方向行駛→至台灣大道六段左轉→約3公里即可抵達本校。  **●南下** 自第二高速公路(國道3號)→請下176.1KM沙鹿/沙鹿交流道→往沙鹿方向出口→往省道12至台灣大道六段左轉→約3公里即可抵達本校。 | |
| **【中彰快速道路】** |  |
| 中彰快速道路→請下11KM西屯3交流道(西屯交流道)→經西屯路→至玉門路左轉→至台灣大道右轉→台灣大道→約8公里即可抵達本校。 | |
| **【搭乘公車或火車】** |  |
| **●搭公車(如國光客運、統聯客運)往台中者：** 請搭乘經中港交流道(或台中車站)的班次，下交流道後第一站「朝馬」站即下車，至台灣大道改搭巨業(305、306)、統聯304、307)、台中(301、302、303、308)客運或搭雙截巴士(300)，在「弘光科技大學」站下車(車程約20分鐘)。 [※公車路線圖請參閱附件1](https://www.hk.edu.tw/files/users_sharing/7/1021_29a3fe4e.docx)  **●自外縣市搭山線火車或國光客運至台中火車站者：** 請到台中火車站附近的巨業客運站、台中客運站、雙截巴士站，搭乘往大甲、清水、梧棲的班車在「弘光科技大學」站下車(車程約50分鐘)。  **●搭海線火車者：** 請在沙鹿站下車後，至巨業客運沙鹿總站搭往台中的班車(沙鹿火車站－步行中正路－左轉沙田路－右轉中山路)，在「弘光科技大學」站下車(車程約10分鐘)。 | |
| **【搭乘高鐵】** |  |
| 烏日站下車，搭乘計程車至本校約三十分鐘，亦可搭乘高鐵台中站免費快捷專車至東海大學站，再轉搭客運公車到校。 | |

