

戶外教育優質路線介紹（路線：勇敢攀岩趣）		
(一)路線名稱	上山下海龍洞灣--勇敢攀岩趣	
(二)課程實施類型	■生態環境 ■山野探索 ■休閒遊憩	
(三)課程目標	<p>一、健體領域</p> <p>1d-II-1 能認識動作技能概念與規劃動作練習的策略；</p> <p>4d-II-2 能參與提高體適能與基本運動能力的身體活動；</p> <p>3c-III-1 能表現穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>二、自然領域</p> <p>ah-II-1 能透過各種感官了解生活週遭事物的屬性；</p> <p>ai-III-1 能透過科學探索了解現象發生的原因或機制，滿足好奇心。</p>	
(四)路線時間	上午9：00 ~ 下午16：00	
(五)實施地點	新北市和美國小、龍洞灣攀岩場	
(六)適合年級	3 ~ 9 年級	
(七)路線教育內涵說明	<p>一、戶外教育前相關學習安排：</p> <p>(一)攀岩活動服裝與裝備討論，擬定安全守則。</p> <p>(二)認識環境。</p> <p>(三)分配觀察重點，準備導覽資料。</p> <p>(四)擬定攀岩運動計畫與抱石牆挑戰路線規劃。</p> <p>二、戶外教育中相關學習安排：</p> <p>攀岩體驗課程：(和美國小抱石牆，專業教練*4，校內教師*2)</p> <p>0900-0930 安全規範學習</p> <p>0940-1020 基礎技能操作演練</p> <p>1030-1500 龍洞岩場探索</p> <p>1500-1600 活動總結分享座談</p> <p>三、戶外教育後相關學習安排：</p> <p>(一)學生分享活動觀察記錄，並公告於和美國小校網專區</p> <p>(二)針對來訪學生進行學習心得徵稿活動與活動後師生意見調查表，以精進活動與課程設計。</p>	
(八)學習地點與內容	學習地點	學習內容
	<p>新北市貢寮區和美國國民小學 兒童攀岩練習抱石牆</p> <p>新北市貢寮區龍洞攀岩場</p>	<p>1. 針對攀岩運動需求，局部強化熱身活動</p> <p>2. 攀岩安全守則與基本技巧。</p> <p>3. 攀岩活動常見運動傷害與防制策略。</p> <p>1.從龍洞攀岩場特色介紹，學習攀岩場域與裝備之安全選擇。</p> <p>2.初階攀岩體驗(或攀爬大石頭，視學生程度由專業教練決定)。</p>

(九)安全風險管理

<p>課程名稱：勇敢攀岩趣 活動地點：和美國小抱石牆+龍洞攀岩場 活動屬性：攀岩體驗+攀岩場探勘 人員結構：(教練/指導員)4人、(助教)2人、學員30人</p>			
風險類別 評估與控制	A.環境風險 (場域環境特性因素)	B.人員風險 (人員結構素質因素)	C.裝備風險 (使用輔助器材因素)
一、鑑別可辨識的困難與危險	人為因素： 1. 遺遊客垃圾碎屑 非人為因素： 1. 天雨路滑	人為因素： 1. 學員態度輕忽	人為因素： 1. 學員未專注學習裝備操作 2. 裝備未事先檢驗
二、列舉風險項目 (潛在意外及意外造成的傷害/損失)	人為因素： 1. 摔傷 非人為因素： 1. 摔傷	人為因素： 1. 未充分熱身導致肌肉拉傷或抽筋 2. 行進間跌倒受傷	人為因素： 1. 攀岩體驗時掉落(備有安全護墊) 2. 未穿著合適服裝
三、評估發生風險的機率與危險程度	發生機率：低 (低/中/高) 危害類別與程度：中 (各類別低/中/高)	發生機率：低 (低/中/高) 危害類別與程度：低 (各類別低/中/高)	發生機率：中 (低/中/高) 危害類別與程度：低 (各類別低/中/高)
四、控制策略 (評估控制與降低風險的有效手段)	內部可解決： 1. 行前安全規範 2. 設置小組安全官 3. 掌控行進速度	內部可解決： 1. 同 A 項策略 2. 加置助教教師，提高活動控制度	內部可解決： 1. 規劃課程內容，活動前要求精熟安全守則 2. 加置助教教師，提高活動控制度
五、評估是否已採用有效策略	<input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	<input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	<input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
六、評估風險結果 (評估可承擔或不可承擔)	可承擔程度： <input checked="" type="checkbox"/> 團隊可高度承擔 <input type="checkbox"/> 團隊僅能中度承擔 <input type="checkbox"/> 超出團隊可承擔範圍	可承擔程度： <input checked="" type="checkbox"/> 團隊可高度承擔 <input type="checkbox"/> 團隊僅能中度承擔 <input type="checkbox"/> 超出團隊可承擔範圍	可承擔程度： <input checked="" type="checkbox"/> 團隊可高度承擔 <input type="checkbox"/> 團隊僅能中度承擔 <input type="checkbox"/> 超出團隊可承擔範圍
總結評估 與安全防護建議	1. 天候因素對本活動安全與否影響鉅大，須清楚訂定天氣條件，決定活動是否舉辦或延期。 2. 活動皆配有專業教練與助教教師，有效降低活動風險。 3. 活動前介紹岩場環境，並說明安全注意事項。 4. 依照專業教練指示於校內抱石牆進行攀岩技巧訓練，降低於岩場進行攀岩活動的風險。		

※建議參加日期(雨天除外)：

4/23(二)、4/30(二)、5/14(二)、5/21(二)、6/3(一)、6/7(五)