

新北市 108 年度各級學校推動水域運動實施計畫「泳往直潛」活動簡章

主辦單位：新北市政府教育局

承辦單位：新北市貢寮區和美國民小學

參加對象	新北市 3-12 年級親師生，以「學校為單位，一校一梯」團體報名 (為配合本市教育局相關規定，不受理個別報名。)				
活動日期	108 年 9 月(平日時間)				
活動地點	龍洞灣海洋公園				
活動費用	免費(交通費自理)				
梯次	10 梯 (15 人以上開班，每梯至多 30 人)				
資格限制	如有耳疾、肢體障礙、鼻部病症、心臟病、氣喘、結核病、癲癇患者、糖尿病、腎臟病、高、低血壓等或其他不適合參加本活動之疾病，請勿報名參加。				
報到地點	請自行前往龍洞灣海洋公園。				
交通方式	1. 火車：臺北→火車→基隆→國光客運/基隆客運→龍洞灣站。 2. 客運：從台北車站北出口(市民大道)搭往宜蘭、羅東、蘇澳的國光客運濱海線(1811)，於龍洞灣公園站下即達。 3. 自行開車：臺北→國道 1 號→大華系統交流道→臺 62 線(萬瑞快速道路往瑞芳)→臺 2 線(往宜蘭方向)→85 公里左右龍洞灣公園。				
活動方式及內容 報名志願 (請自行填寫欲參加日期 - 志願 1 - 4) 只可填平日 因人力不足 務必填 4 個日期	課程時間				
	時 間		課程	工作人員	地點
	上午場	下午場			
	08:30~09:00	12:30~13:00	報到與認識環境	和美團隊 教練	龍洞灣 海洋公園
	09:00~10:00	13:00~14:00	室內課+換裝	教練	龍洞灣 海洋公園
	10:00~11:30	14:00~15:30	浮潛技能與體驗	教練	龍洞灣 海洋公園
	11:30~12:00	15:30~16:00	換裝及賦歸	和美團隊 教練	龍洞灣 海洋公園

活動須知	1. 請參加學員行前熟讀課程須知。 2. 教練將依安全考量、行程配合天候及突發狀況，權宜變更課程內容。 3. 隨隊人員（非參與體驗人員），若要入園，請自付相關費用（入園費或課程費）。 4. 本活動每梯次參與體驗人員上限為 30 人，相關保險請自理。 5. 其他 (1) 請自備午餐、飲水。 (2) 請攜帶換洗衣物、泳衣、健保卡。 (3) 空腹、飽食、酒後、疲勞、身體不適、絕對不要勉強下水。 (4) 本活動僅提供學員浮潛體驗及門票，不含其他費用。 (5) 龍洞灣入園門票另含意外責任險。
------	--

報名流程



報名流程說明

序號	項目	說明	備註
01	依公文 寄出電子檔案，並等回信以確認是否寄送成功。	● 參加學校 請以電子郵件寄出報名表的電子檔、已核章之掃描檔（依電子郵件寄出先後排序，額滿為止）	和美國小學輔主任： 余宥蓁 電話：02-24909431 分機 17 0916-953968
02	公告報名情況	● 參加學校 請自行上和美國小網站，留意目前報名情況和確定參加浮潛活動名單	Mail: anan911108@apps.ntpc.edu.tw
03	參加學校與龍洞灣公園聯繫浮潛體驗活動相關細節。	● 參加學校 ✓ 參閱規則說明 ✓ 致電活動協助 馮老師 與 龍洞灣公園-李秀娟教練 確認細節	◆ 龍洞灣公園 李秀娟教練 0916-033369 02-24903639, 24909258 ◆ 活動協助-馮老師 0937-505671 ◆ 若遇天候等不可抗力因素，教練得權宜變更課程內容或延期。

108 年度「泳往直潛」水域安全體驗及自救課程-龍洞灣公園

浮潛課程報名表

單 位 名 稱		聯 繫 人 姓 名		
學 校 電 話 (分 機)		職 稱		
聯 繫 m a i l				
當天領隊姓名&手機				
報 名 志 願 (請自行填寫欲參加日期 - 志 願 1 - 4) 只 可 填 平 日 因 人 力 不 足 務 必 填 4 個 日 期	志願序號	日期	上下午	參加總人數
	範例	108.09.17 (二)	下午	28 人
	1			
	2			
	3			
	4			
參加學員名冊				
序號	姓名	身分證字號	出生年月日	備註
01				
02				
03				
04				
05				
06				
07				
08				
09				

10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				

製表人

單位主管

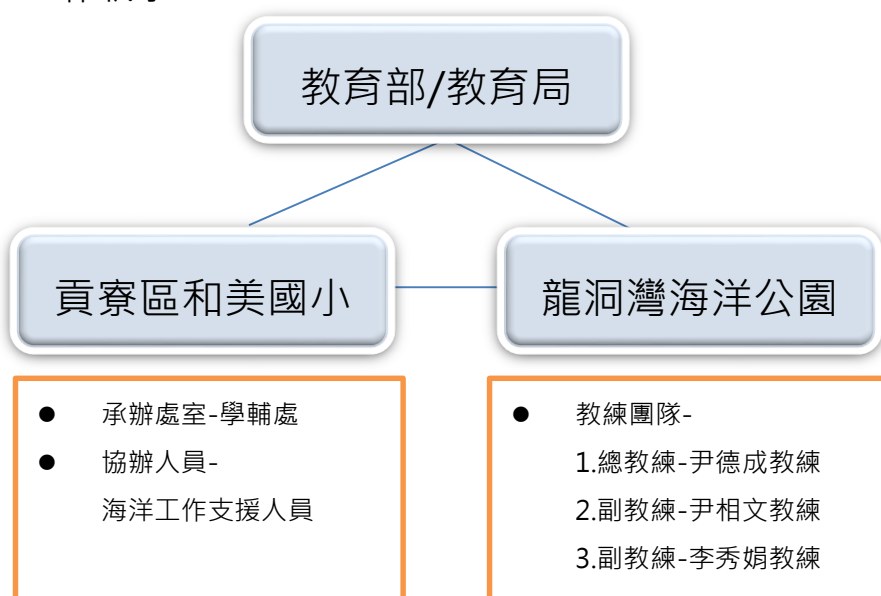
校長

108 年度和美國小承辦水域安全體驗活動須知

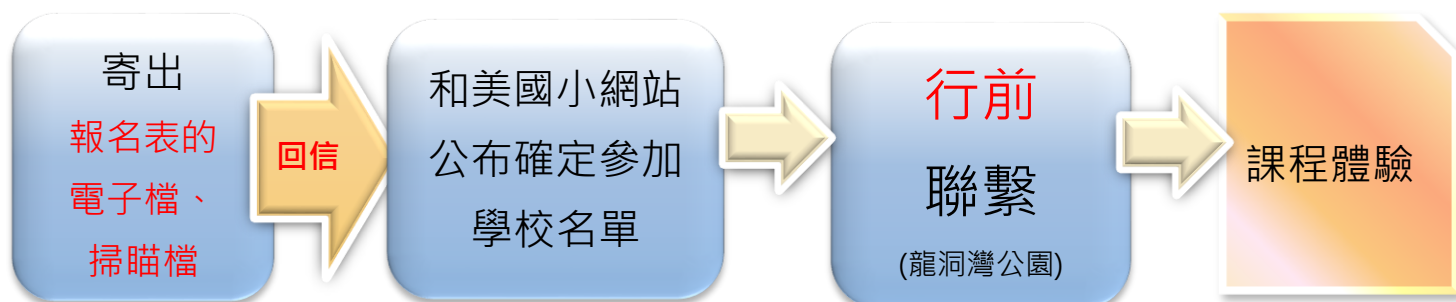
壹、 背景

新北市貢寮區和美國小鄰近龍洞灣海洋公園，自 88 年度起舉辦浮潛畢業典禮，並將水域安全體驗活動，納入和美國小校本課程；93 年度起，與水域安全教育專業團隊「龍洞灣海洋公園-尹德成教練團隊」承辦相關體驗活動與教育課程，建立學生正確水域安全知能，提高從事海洋運動安全性。

貳、 工作執掌



參、 報名流程



課程項目	浮潛初級課程
時間	90 分鐘
提供設施	潛水衣、防滑鞋、面鏡、呼吸管、救生衣
內容	● 海域特性、海域規則與海洋環境 ● 浮潛生理 ● 基本裝備介紹 ● 面鏡、呼吸管使用 ● 水面導覽 ● 生態介紹

浮潛、獨木舟課程 參加活動注意事項

- 1 浮潛及獨木舟課程皆由專業教練指導，每名教練指導學員限10人(含)以內。
- 2 浮潛及獨木舟課程由專業教練指導，須事前做預約動作。
- 3 浮潛及獨木舟課程表得視學員人數、進度、天候狀況臨時變更調換。
- 4 浮潛、獨木舟初階課程參加最小年齡7歲,不會游泳都可參加。
- 5 浮潛課程參加必備條件是要有健康的身心，如有耳疾、鼻部病症、心臟病、氣喘、結核病、癲癇患者、糖尿病、腎臟病、高、低血壓患者是絕對不適合的。
- 6 參加浮潛課程活動不需擦抹防曬乳（因穿著長袖長褲防寒衣有防曬防寒等功能,又臉部防曬乳會讓面鏡下滑及起霧）。
- 7 浮潛、獨木舟課程請自備泳衣（泳褲）或是輕薄貼身衣物。
- 8 從事水域活動,不適合配戴隱形眼鏡,參加浮潛課程本園區提供有近視度數的面鏡。
- 9 本園區有室內及室外淋浴空間,請自備大毛巾使用。（天然海域戲水,不需使用洗髮精及沐浴乳。）
- 10 參加獨木舟課程活動,請自備遮陽帽及有度數之泳鏡、飲用水。
- 11 參加以上課程蓄長髮者,請先將長髮束成馬尾在後腦中間。

龍洞灣海洋公園

 02-2490-9258

 0916-033-369

 <http://longdong-oceanpark.emmm.tw/>



龍洞灣海洋公園網站



龍洞灣海洋公園粉絲專頁

肆、 龍洞灣公園海洋課程注意事項

一、 課程相關注意事項

- 浮潛參加最小年齡 **7 歲**。(本次活動必須為國小三年級以上)
- 課程表得視學員人數、進度、天候狀況...等**權宜變更或延期**。
- 課程由專業教練指導，每名教練指導學員限 **10 人(含)以內**。
- 若有臨時無法參加課程之學員，請**安排隨隊人員看顧岸上安全**。
- 本單位**未**安排隨隊之攝影人員。

二、 參加人員注意事項

- 浮潛課程參加必備條件：健康的身心。如有耳疾、鼻部病症、心臟病、氣喘、結核病、癲癇患者、糖尿病、腎臟病、高、低血壓患者，**不宜**參加本課程。
- 參加人員**自備物品**如下
 - ✧ 大毛巾及泳衣或泳褲（或著輕薄貼身衣物）
 - ✧ 防水袋（不提供塑膠袋裝濕的衣物）
 - ✧ 本園區淋浴間不提供洗髮精、沐浴乳,若有需要請自備。(建議從事海域活動後，不需清潔用品，將身上鹽分沖洗乾淨既可)
- 參加人員**不需擦抹防曬乳**（提供有長袖長褲潛水衣），臉部擦抹防曬乳,將導致面鏡易滑落或鏡片模糊（看不見美麗的海底景觀了）。
- 若有不當操作或其他違規事宜，致影響課程進行或有安全疑慮者，承辦學校有權取消該學員參加活動之資格。