

共享人生益童啟航兒少生涯探索成長營活動簡章

經由本校講師及參與過桌遊工作坊學生帶領學童在遊戲中，扮演新的人生。學童需要從幼兒、青年，一路經歷到壯年，增加對生涯體驗的認識。藉由人生規劃桌遊及獨木舟活動引導學生勇於挑戰，協助學生規劃完善之學涯、生涯發展方向。除了從活動當中培養冒險精神，挑戰自我，藉以發現潛能，藉由本次活動深度認識在地自然人文，增進鄉土之認同感。

辦理單位：真理大學學務處就業輔導組

活動時間：109 年 11 月 21 日(六) 08:30-17:30

活動地點：真理大學學生活動中心、關渡碼頭

活動行程：

08:30-08:40 報到(新民街校門)

08:40-11:30 人生規劃桌遊教學及體驗

11:30-12:00 休息用餐

12:00-13:00 車程、路程(前往關渡宮關渡碼頭)

13:00-16:00 獨木舟教學與體驗

16:00-16:30 清洗及換裝

16:30-17:30 賦歸

17:30-17:40 家長接送

獨木舟注意事項：

1.建議攜帶物品，瓶裝水(600CC/人)，一套換洗輕便衣物、遮陽帽子。鞋子、褲子一定會弄濕，建議於活動結束後換上衣物。水上活動進行中提供私人物品寄存空間。

2.行程隊伍以團進團出為原則，請特別注意勿遲到，以免影響自己的權益。行程中均有專業教練隨隊伴航。活動中請配合團體行動，任意脫隊或不聽勸告而發生意外，恕無法負責。

3.救生衣請全程穿著，勿隨意脫下。有戴眼鏡者，建議配上眼鏡帶較佳。

4.划船服裝建議穿著透氣之長袖衣褲或帶袖套，盡量避免穿棉質或牛仔褲類易吸水材質的衣物。

5.晴天請準備太陽眼鏡、戴遮陽帽，以免曬傷。另請自行準備防風衣物或輕便雨衣(就輔組提供)以防天氣變化。

6.請記得攜帶一套乾淨替換衣物，上岸後換穿。建議攜帶塑膠袋以便在行程結束後可收納換下的濕衣服。

7.遇有翻船勿驚慌，記得抓著獨木舟，救生衣的浮力一般足以讓您肩部以上浮出水面，教練會主動靠近協處理。(確實依指示操作發生翻船經驗不常見)

8.過往有暈車暈船記錄者，建議出航前半小時服用暈船藥（建議服用兩顆）。出航前一晚保持充足睡眠，操控獨木舟隨時保持在行進狀態，船停頓下來最容易暈浪。

9.帶上船的東西，請盡量簡便，並切記做好防水措施！特別是手機、相機、電子產品，可以的話盡量放在防水袋內。防水袋若有攜帶包包上船，記得妥善繫綁勾掛好於船上，以免萬一翻覆，物品沈海造成財物損失。

10.本活動屬開放水域，雖經挑選最佳時段出航，惟仍無法保證全程都一定風平浪靜。

11.水上活動易受天候影響，實際出航時，領隊可能會依風向水文的條件改變而修改行程、海況變糟時甚或可能中途就取消航程。

12.如有疑問請洽本校就輔組，02-26212121#1293。或聯絡人李先生 0968791306