**弘光科技大學**

**高中職教師「戶外休閒旅遊實務體驗」研習會**

**---古坑活動研習暨體驗計畫**

【研習簡介】以地方特色產業觀光與社區營造為基礎的觀光設計已經變成休閒遊憩的重要元素之一。

本研習活動以高中職老師或高三學生為對象:

1. 體驗雲林古坑華山地區以咖啡帶動地方觀光發展的轉型經驗。
2. 參觀結合社區營造運動與彩繪圖案文化的頂溪社區「屋頂上的貓」
3. 認識運用設計、在地文化兩個元素，創造出糕餅文創化特色的「微熱山丘」。

為主要的研習體驗內容，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】106年2月18日（星期六）一日研習

【地點】弘光科技大學、雲林、南投地區

【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】35人(每校以5人為原則)

【費用】全程免費(提供餐點)

【研習課程】

|  |  |
| --- | --- |
| 時間 | 主題 |
| 07:30 ~ 08:00 | 弘光科大報到、第一停車場搭車 |
| 08:00 ~ 09:30 | 頂溪社區屋頂上的貓-社區營造 |
| 09:30 ~ 13:30 | 古坑華山登山步道、小天梯 |
| 13:40 ~ 14:30 | 蘿莎玫瑰莊園-耐斯企業之一，千株玫瑰盛開芬芳滿園 |
| 15:30 ~ 16:30 | 微熱山丘-農家子弟夢想著，一個持續努力的故事 |
| 17:00 ~ 17:30 | (體驗反思心得分享) |

【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.午餐由本校準備。

2.請穿著輕便休閒服裝

3.請攜帶健保卡。

4.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/ndXlhSan6EqxK25o1

**報名時間即日起至105年2月13日止，35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**

**高中職教師「溪谷戶外生態探索體驗」研習會**

**---苗栗泰安打比厝溪谷生態探索體驗**

【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、游泳、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，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】106年2月19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】35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 |
| 07:30 ~ 08:00 | 弘光科大報到、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 | 打比厝溪谷健行研習與體驗  (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 | 打比厝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/ndXlhSan6EqxK25o1

**報名時間即日起至105年2月13日止，35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**

**高中職教師「武界部落生態探索體驗」研習會**

**---摩摩納爾瀑布生態探索體驗**

【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、游泳、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，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】106年2月26一日研習（星期日）

【地點】弘光科技大學、南投武界

【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】35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 | 弘光科大報到、第一停車場搭車 | 運動休閒系學會 |
| 08:00 ~ 09:30 | 弘光-埔里武界  健行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 | 摩摩納爾瀑布健行研習與體驗 | 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 | 一線天峽谷生態研習與體驗 | 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 | 武界-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(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/ndXlhSan6EqxK25o1

**報名時間即日起至105年2月13日止，35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。 | |

