

國立臺灣師範大學 函

機關地址：10610臺北市和平東路一段162號

聯絡人：蔡智傑

電話：02-77341876

電子郵件：mountainedu2013@gmail.com

受文者：國立暨南國際大學

發文日期：中華民國107年12月11日

發文字號：師大公領字第1071034884號

速別：速件

密等及解密條件或保密期限：

附件：活動簡章

主旨：本校受教育部體育署委託辦理「107-108年度山野教育推廣實施計畫」，擬辦理「107-108年度全國大專院校登山社團戶外領導人才研習營」，惠請轉知所屬之登山相關社團與涉及山野活動相關科系人員，請查照。

說明：

- 一、旨揭活動為體育署委託辦理「107-108年度山野教育推廣實施計畫」項下活動之一。
- 二、本研習參與對象為具有登山經驗之大專院校登山社團幹部以及與山野環境教育、戶外休閒相關科系所學生或其他喜愛登山活動之在學學生，其餘相關資訊與報名方式煩請參照本文附件。
- 三、惠請轉知貴校師生，如有疑義請洽本案蔡智傑先生或蘇威丞先生，聯絡電話02-7734-1876。

正本：公私立大專校院

副本：教育部體育署、本校公民教育與活動領導學系、公民教育與活動領導學系 副教授 陳永龍

校長 吳正己



總收文 107/12/13



1070015588

教育部體育署 107-108 年度 全國大專院校登山社團戶外領導人才研習營 報名簡章

一、依據

教育部體育署 107 年 8 月 30 日臺教體署秘（二）字第 1070031106 號函辦理。

二、目的

培育大專登山社團戶外領導人才並導向服務/推廣活動及社團經營能力。

三、辦理單位

(一)主辦單位：教育部體育署

(二)承辦單位：國立臺灣師範大學公民教育與活動領導學系

四、研習對象

(三)對象：

1. 具有登山經驗之大專院校登山社團幹部為優先。
2. 大專院校與野外調查、環境教育、戶外休閒相關系所的學生。
3. 其他喜愛登山與戶外探索的大學生或研究生。

(四)預計招收人數：室內課每梯次至多 32 人，戶外課擇優至多 24 人

五、研習日期與地點

(一)室內研習課程：

1. 第一梯次（南區）

南區時間：107 年 12 月 21 日(星期五)

南區地點：高雄市苓雅區中正高中（高雄市苓雅區中正一路 8 號）

2. 第二梯次（中區）

中區時間：107 年 12 月 22 日(星期六)

中區地點：台中市北區篤行國小（台中市北區篤行路 321 號）

3. 第三梯次（北區）

北區時間：107 年 12 月 23 日(星期六)

北區地點：國立台灣師範大學公民教育與活動領導學系
(台北市和平東路一段 162 號誠 10 樓)

(二)戶外研習課程（必須先參加過室內研習）：

戶外課程時間：108 年 2 月 11-15 日(2/11 為 C0 整備日，夜宿四季國小)

戶外課程地點：加羅湖泊群山區

集合時間地點：108 年 2 月 11 日 13:00 宜蘭國小

六、報名資格與學員責任

- (一)本研習為培育大專登山社團「戶外領導」人才，主要包含室內的觀念課程與準備課程，以及戶外實作演練課程，與實際在山區進行的戶外領導課程，將會歷經重裝健行、野外住宿與緊急避難、野外炊煮、野外找水、讀圖定位、叢林穿越等多日型重裝登山與探勘，以及一日領隊、團體動力學等等實務演練課程。(課程表請見第九點)
- (二)安全是自己的責任！參與本研習課程成員需具備下列自我責任。
- 學員必須衡量自身條件，做好準備以精進下列的戶外領導知能：
1. **態度**：喜歡並願意協助推廣山野教育
A.完訓返校後將返校協助社團辦理登山健行活動。(無償)
B.協助中小學推展山野教育課程活動。(無償或有津貼的志工)
 2. **體能**：自律運動，身體狀況適合進行中級山或高山健行活動。
A.如有可控制在安全範圍內的特殊疾病。請務必事先告知。
B.有能力背負中大背包(重裝)進行4天3夜的探勘行程。
 3. **知識**：願意主動蒐集目標地點的山區資訊與規劃路線行程
A.團隊力：願意以團隊合作方式進行野外課程。
B.合作力：錄取後能自主與其他團隊成員進行討論與行前準備。
 4. **裝備**：有足以自保的個人裝備及正確的使用保養知能。
A.個人裝備：睡袋、中大背包、登山鞋或雨鞋及其他必要裝備。
B.團體裝備：小隊共同分攤**團體食材、裝備、飲用水**等等。
個人登山裝備及共同準備團體裝備列表(詳附件一)
 5. **技能**：具有多日型重裝登山山野活動自我照顧的基本能力。
A.硬技能：登山安全相關技能如行進、炊事、搭帳等等。
B.軟技能：戶外領導獨立判斷、團隊溝通、引導、問題解決力等。

七、報名與審核方式

- (一)報名日期：即日起至107年12月17日(星期一)下午17:00截止。
- (二)報名方式：請至 <https://goo.gl/forms/ycJtdLLBzcNjSmU83> 填寫詳細報名資料，並請依照報名系統各項問題詳實填寫，此為報名審核重要依據之一。
- (三)審查順序：
1. 依前述研習設定對象順序。
 2. 為建立社團組織，同一學校多人同時參加者(最多4人)優先率取。
 3. 依照報名資料填寫詳實情況。
- (四)錄取名額與通知：(未錄取者恕不個別通知)
1. 室內課每梯次正取32名/備取4名。戶外課正取24名/備取4名。
 2. 三個梯次室內課正取名單於107年12月18日下午15:00以e-mail和簡訊個別通知正備取學員，請於12月19日15:00前回訊確認。
 3. 若室內課備取者於107年12月19日18:00前尚未接獲遞補通知，則代表未遞補成功，請毋須再行等待。

4. 室內課因三個場次內容不盡相同，參加者可同時報名不同梯次，但若報名人數過多，則以核予一人一梯次為原則。
 5. 戶外課程正取名單於 108 年 1 月 16 日下午 15:00 以 e-mail 和簡訊個別通知正備取學員，請於 1 月 17 日 15:00 前回訊確認。
 6. 若戶外課備取者於 108 年 1 月 17 日 18:00 前尚未接獲遞補通知，則代表未遞補成功，請毋須再行等待。
- (五)報名者於錄取後請務必協助填寫健康調查表。
- (六)研習費用：免費，但請自行預備 2/12-2/15 四日份之午餐與行動糧。
- (七)聯絡人：蔡智傑 先生、蘇威丞 先生(02)7734-1876 / 0905-665-600
- 電子郵件：mountainedu2013@gmail.com

八、其他注意事項

- (一)個人及團體裝備：請參考【附件一】。
- (二)研習課程免收費。但學生由學校或住宿地到報到地點之交通費用，由學員自理；請自行預備 2/12-2/15 四日份之午餐與行動糧。
- (三)此次四天三夜戶外課程研習糧食由參與者討論分工，分組名單將於錄取後公布，食材購買費用由主辦單位支付。
- (四)如遇重大天然災害、災害管制發佈、颱風、豪大雨、公路坍方的不可抗力因素需延期或更改地點，將另行通知錄取之學員。
- (五)室內課午餐由辦理單位提供。但為落實日常生活的 LNT 運動，請自備環保杯(或水壺)、筷子(食具)。
- (六)如遇錄取學員無法配合主辦單位規畫進行準備，以致行前裝備整檢時，尚未能預備合宜裝備之情況，基於登山與人身安全之考量，主辦單位有權婉拒學員繼續參與本活動。
- (七)本研習如有未盡事宜，將隨時發信至參加者信箱，敬請隨時留意。

九、研習課程表

(一) 第一梯次(南區)室內課：定位與自救自保(12/21)

時間	課程主題	關鍵詞與重點	講師
0820-0850	報到		
0850-0900	開幕式		
0900-1000	戶外領導與團體動力學	探索/溝通/團隊	陳永龍
1000-1200	牽一條紅線的手機救命術	GPS/手機定位/自救	蔡繁燈
1200-1310	午餐/休息	大會提供	
1310-1450	地圖判讀與定位(地圖製作)	等高線圖/定位原理	蘇威丞
1450-1630	山區安全管理與急難自救	環境/人員/裝備/自救	陳永龍
1630-1700	綜合討論與戶外課程說明		

(二) 第二梯次(中區)室內課：行程規劃與活動管理(12/22)

時間	課程主題	關鍵詞與重點	講師
0820-0850	報到		
0850-0900	開幕式		
0900-1000	從自我到社群的團隊生成	合作學習/衝突管理	陳永龍
1000-1200	長天數登山的行程規劃	判圖/水源/營地/行進	蔡智傑
1200-1310	午餐/休息	大會提供	
1310-1450	山難預防與自救求救	狀況處理/急難救助	游顯宗
1450-1630	登山器材與裝備管理	個裝/公裝/保養/維護	陳永龍
1630-1700	綜合討論與戶外課程說明		

(二) 第三梯次(北區)室內課：行程規劃與活動管理(12/23)

時間	課程主題	關鍵詞與重點	講師
0820-0850	報到		
0850-0900	開幕式		
0900-1000	如何成為好嚮導與領隊	責任/自律/溝通/互助	陳永龍
1000-1200	山難自救預防與風險評估	風險/預防/處理/通報	張志湧
1200-1310	午餐/休息	大會提供	
1310-1450	行程規劃與中級山探勘	定位/叢林穿越/迫降	蔡及文
1450-1630	長天數登山的糧食規劃		蔡智傑
1630-1700	綜合討論與戶外課程說明		

(四) 戶外課程：登山安全管理與戶外領導實作演練 (2019/02/11-15)

時間	課程主題	關鍵詞與重點	講師
第 0 天 (2/11)			
1300-1320	報到		
1320-1630	團隊再造、採購與打包	團隊/糧食/打包/LNT	各指導員
1630-1830	移動到四季國小		
1830-2130	夜間課程與檢整	小隊/各項的再確認	各指導員
第一天 (2/12)			
0700-1400	四季→加羅湖	行進/團隊/定位/互助	各指導員
1400-1700	營地課程與 LNT	選地/搭帳/夜間保暖	各指導員
1700-2130	野外炊事與觀星觀心	炊事/天空的故事	小隊時間
第二天 (2/13)			
0700-1300	叢林穿越技術	讀圖定位/找路砍路	各指導員
1300-1700	緊急避難與獨處體驗 (白天)	迫降/急迫露宿/獨處	各指導員
1700-2130	夜間獨處體驗	靜心/反思/面對恐懼	各指導員
第三天 (2/14)			
0700-1300	山區人文生態踏尋	神社或駐在所	各指導員
1300-1700	戶外領導	隊伍管理技巧	各指導員
1700-2130	夜間交流分享	多元交流與表現	小隊時間
第四天 (2/15)			
0700-1400	拔營下山	營地復原 LNT	各指導員
1400-1530	課後反思分享與歸還公物	裝備管理/團體分享	大團體
1530-1800	移動下山/宜蘭國小解散		

註：行程細節，將由參加小隊規劃討論，再統整為實際操作的計畫。

【附件一】戶外課個人裝備清單建議表

一、必要裝備（攸關安全，請務必確實備妥並攜帶。）

項目	主要功能與基本說明	打勾確認
睡袋	隔夜露營所需；一般化學纖維或羽毛睡袋均可。	
睡墊	隔夜露營所需隔絕地氣；錫箔或泡棉睡墊均可。	
大/中背包	建議大小：男 60-80 公升/女 40-60 公升(且需準備背包套)	
小背包	須裝得下水壺/雨具/外套/行動糧等輕裝行進物	
雨具	雨衣（兩截式雨衣，含雨褲）	
保暖衣物/毛帽	山上日夜溫差大；一般刷毛布料衣服、帽子。	
備用衣褲 1 套	濕了得以更換；上衣、長褲、內衣褲、襪子。	
鴨舌帽	可遮陽或擋毛毛雨，寬緣帽子尤佳	
水壺	耐熱塑膠或金屬為佳，亦可用 600cc 寶特瓶替代，建議行進水需有 1000cc。	
2000cc 空瓶	寶特瓶，裝公用水。	
環保餐具	1. 鋼杯或不易破的碗、2. 筷子或湯匙	
頭燈或手電筒	夜間活動照明用（LED 燈泡為佳）	

二、參考裝備（非關安全，但請攜帶以增加安全與便利性。）

項目	主要功能與基本說明	打勾確認
筆記本、筆	寫筆記、塗鴉畫畫～	
哨子	萬一走失時可吹哨求救（低音哨尤佳）	
指北針	戶外課程「定位」用，但得有實際操作經驗。	
地圖	由主辦單位提供小隊輔每人一份供學員參考	
防曬用品	山上紫外線強，注意防曬，避免曬傷	
個人藥品	營隊準備醫藥箱，個人特殊藥品請自行攜帶。	
身分證件	健保卡、身分證等一般身分證明文件。	
手機	緊急事故通連用	
輕便拖鞋	紮營後舒適用途，愈輕愈好。	
相機/望遠機	記錄用，輕便數位相機即可。	
登山杖	可用其他棍子或竹子代替	

三、團體裝備(以小隊為單位自行協調準備)

項目	主要功能與基本說明
爐頭	炊事用，數量依照小隊人數而定
瓦斯	炊事用，數量依照小隊人數而定
鍋具	炊事用，數量依照小隊人數而定
廚具	包含鍋鏟、湯勺、刀具
天幕/帳篷	數量依照小隊人數而定
地布	配合天幕使用
醫療包	每隊一包，主要以外傷用藥為主，個人內服藥需自行預備

※攜帶裝備注意事項：

活動出發前請務必留意山區天氣狀況，準備足夠的保暖衣物。但切記避免攜帶多餘物品而造成自己的負擔。活動進行期間，請儘量穿著運動衣褲（舒適、排汗材質），以及登山鞋、雨鞋或較防滑的運動鞋；切勿穿著牛仔衣褲。