

檔 號：

保存年限：

## 國立臺灣師範大學 函

地址：106308臺北市大安區和平東路一段162號

聯絡人：季芸嘉

電話：02-77491876

電子信箱：mountainedu2013@gmail.com

受文者：高雄醫學大學

發文日期：中華民國111年12月12日

發文字號：師大公領字第1111035308號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：附件一大專戶外領導人才研習營簡章 (111121200038\_1111035308-0-0.pdf)

主旨：本校受教育部體育署委託辦理「112年度山野教育推廣實施計畫」，擬辦理「112年度全國大專院校登山社團戶外領導人才研習營(第一梯)」，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。

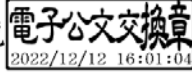
說明：

- 一、依據教育部體育署「112年度山野教育推廣實施計畫」辦理。
- 二、本研習參與對象為具有登山經驗之大專院校登山社團成員及與山野環境教育、戶外休閒相關系所學生或其他喜愛登山活動之在學學生。
- 三、研習時間及地點：
  - (一)主題一時間/地點：112年1月14日(臺師大)。
  - (二)主題二時間/地點：112年1月14日(臺師大)至1月18日(北部中海拔山區)。
- 四、報名網址：<https://forms.gle/R6CLGZwyiU984ipi6>(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)。
- 五、詳細課程內容及報名方式，請參附件一。
- 六、惠請轉知貴校學生，如有疑義逕洽本案葉孟學先生、蘇威丞先生、季芸嘉小姐，連絡電話02-7749-1876。

收文文號：1110013273

正本：公立私立大專校院

副本：教育部體育署、本校教育學院公民教育與活動領導學系、教育學院公民教育與活動領導學系副教授陳永龍



校長 吳正己

裝

訂

線

# 教育部體育署 112 年度 全國大專院校登山社團戶外領導人才研習營 (第一梯)報名簡章

## 一、依據

教育部體育署「112 年度山野教育推廣實施計畫」。

## 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、研習主題：

A、主題一：地圖判讀與糧食規劃

B、主題二：戶外領導野外實作課程（含行前課程）

## 五、研習對象

(一)對象：

1. 具有登山經驗之大專院校登山社團成員。
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。

(二)預計招收人數：

1. A (主題一)：每梯次設定 46 人（至多 50 人）
2. B (主題二)：應參加主題 A 課程，上限總數 24 人。

## 六、研習時間與地點

(一) A (主題一) 時間：112 年 01 月 14 日 09：50～16：00

B (主題二) 時間：行前課程 112 年 01 月 14 日 16：00～19：00

野外課程 112 年 01 月 15~18 日（暫訂 1/15 早上 06：50 集合）

(二)研習地點：01/14 台師大、1/15-18 北部中海拔山區。

1. A (主題一) 地點：國立臺灣師範大學誠大樓 10 樓公領系教室

2. B (主題二) 地點：行前課程 01/14 下午 16：00～19：00 台師大公領系教室  
野外課程 01/15-18 北部中級山山區

## 七、研習主題與課程表

### A、主題一：地圖判讀與糧食規劃（01/14 週六）實作演練

時間	課程主題	關鍵詞與重點
0930-0950	報到	
0950-1000	開幕式	
1000-1200	<b>登山糧食：營養好吃的美食藝術</b>	熱量、美味、保鮮
1200-1300	午餐/休息	大會提供
1300-1500	<b>地圖判讀：等高線與定位 App 運用</b>	定位、記錄、通訊
1500-1600	<b>登山素養與土地倫理：成為山的守護者！</b>	敬山、淨山、靜山

### B、主題二：戶外領導野外實作課程

行前課程：01/14 下午 16：00～19：00

野外課程：01/15-18 北部中級山山區（暫訂 01/15 早上 06：50 集合）

#### 01 月 14 日：行前課程

時間	課程主題	關鍵詞與重點
1600-1700	<b>裝備課程：配合行程設計的裝備檢整</b>	個人、團體、特定
1700-1730	晚餐/休息	大會提供
1730-1900	<b>防水地圖與糧食設計、採購、保鮮處理</b>	地圖、糧食、保鮮

註：行前課程是野外實作必要的先備課程，請要參加野外實作課程的錄取學員，**務必到課**，並請「**攜帶要上山的裝備**」前來，以利在現場進行**個人裝備檢查、分公物共同負擔團體裝備**。

## 01月15日-18日：野外實作（行程設計為準備課程，暫不公佈時間地點）

時間	課程主題	關鍵詞與重點	講師
第一天 (01/15)			
上午	行進管理	行進/團隊/定位/互助	各指導員
下午	營地課程與 LNT	選地/搭帳/夜間保暖	各指導員
晚上	野外炊事與夜間觀心	炊事/天空的故事	小隊時間
第二天 (01/16)			
上午	叢林穿越	讀圖定位/找路砍路	各指導員
下午	緊急避難與獨處體驗（白天）	迫降/急迫露宿/獨處	各指導員
晚上	夜間獨處體驗	靜心/反思/面對恐懼	各指導員
第三天 (01/17)			
上午	困難地形通過與確保實作	行進/危險地形通過	各指導員
下午	團隊與戶外領導實作	隊伍管理技巧	各指導員
晚上	夜間交流分享	多元交流與表現	小隊時間
第四天 (01/18)			
上午	課後反思與拔營下山	營地復原 LNT	各指導員
下午	下山行進與歸還公物	裝備管理/小隊合作	營隊本部
黃昏	車程與解散	安全/紀律/責任	

### 註：

1. 行程細節將由參加小隊規劃討論，再微調作為實際行程的操作計畫。
2. 原則上於 01/15 清晨由台北出發、01/18 下午 16:30 前下抵登山口，歸還公共裝備。  
(接駁往附近城市車站解散，預計回到台北時間應為 20:30 以前。)
3. 戶外領導高度重視**團隊合作**，而**自律、責任**是團隊的基礎，態度重於一切。

### 研習課程講師與教練：

陳永龍（國立台灣師範大學公民教育與活動領導學系副教授）

陳建忠（羅東林管處技士、魯地圖團隊）

李偉忠（冒險精靈團隊教練）

李孝勤（羅東林管處山林巡守員）

洪輝宗（長安國小教師、山野教育推動者）

蘇元峰（中華民國山岳協會）

## 八、召喚熱情的學員與自我責任

- (一) 機會只給真正有心有行的人。本研習旨在培育大專登山社團幹部與大專生戶外領導素養。我們召喚的學員是**具有服務熱忱與理想實踐力**的未來世界領導人才。其屬性包含：熱愛山林、對自己有責任感、對社團有使命感、樂於擔任幹部、喜歡帶學弟妹成長、刻苦耐勞、熱衷教育傳承、願意擔任教育服務志工等。只想自己充實技能、爬爽山但不想服務社團、帶領學弟妹的人，請勿報名。

(二) **安全是自己的責任！**本研習的戶外領導實作課程，將在山野環境裡進行登山探索與戶外領導力的培訓，內容包含：重裝登山、讀圖定位、野外住宿、野外找水、野外炊煮、叢林穿越、緊急避難、獨處等等多日型重裝登山探勘；並學習領導決策、團隊溝通、分工合作等核心素養。參與研習的學員應具備自律與合作的精神，瞭解安全與倫理均為自我責任，衡量自身條件，做好準備以精進下列的戶外領導知能：

1. **體能**：能自律自覺愛運動，身體狀況適合進行中高海拔登山活動。
  - 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。
2. **態度**：喜歡並願意協助推廣山野教育
  - A. 完訓返校後，願意協助社團、擔任幹部並辦理登山健行活動。（無償）
  - B. 願意協助中小學推展山野教育課程活動。（無償或有津貼的志工）
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。

(三) **共同防疫仰賴每位參與者的自律**：有鑑於國內疫情嚴峻，研習屬「群集」活動，更需要大家自律，配合做好疫調與自主健康管理，才能確保大家的防疫平安！

## 九、報名與審核方式

(一) **報名日期**：即日起至111年12月29日（星期四）24：00截止。

(二) **報名方式**：請至下列網址填寫詳細報名資料，並**確實勾選欲報名參加之主題**。

A、主題一：地圖判讀與糧食規劃（01/14 週六）實作演練

B、主題二：戶外領導野外實作課程（含行前課程）實作演練

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（資料完整才予以審查）。

**【報名網址：】** <https://forms.gle/R6CLGZwyiU984ipi6>

※戶外課(主題二)團體報名者，請統一填寫，以利審查作業

(三) **報名資格**：

1. 全國大專校院學生（含學士班&碩博士班），以登山社團幹部與儲備幹部優先，學科專業應具野外知能的系所學生次之，非相關社團或科系學生再次之。

2. 可單獨報名 A (主題一)。欲報名 B 戶外實作課程者，必須參加 A 課程。

#### (四)審查錄取名單原則：

1. 登山社團幹部與儲備幹部(如社長、領隊嚮導、下屆社長等等)優先，學科專業應具野外知能的系所學生次之，非相關社團或科系學生再次之。
2. 為了持續性課程欲長期培訓，曾參加本單位 107-108、108-109、109-110、110-111 年研習並帶(或推薦)登山社團幹部或新生 2-4 人報名者，將優先錄取。同一登山社團含幹部或潛在幹部 2-4 人一起報名者優先。報名 A (主題一)者，每校最多錄取 4 人；報名 B (主題二)者最多錄取 3 人。
3. 若經以上排序後序位相同，人數多者優先錄取；若人數亦相同，則依報名先後順序錄取。

#### (五)錄取名額與通知：(未錄取者恕不個別通知)

1. A (主題一)：正取 46 名、備取 4 名。
2. B (主題二)：限額錄取正取 24 人、備取 4 名。
3. 課程正取、備取名單將於 111 年 12 月 30 日下午 17:30 前以 e-mail 和簡訊個別通知正備取學員。(請留意 e-mail 行前通知並詳閱)
4. 若戶外課備取者於 112 年 01 月 06 日 18:00 前尚未接獲遞補通知，則代表未遞補成功，請毋須等待，可逕自安排其他活動。

#### (六)健康調查：報名 B (主題二) 戶外實作課程經審查錄取者，必須填寫健康調查表。

#### (七)研習費用：免費

1. 本研習課程若以商業模式計算成本與利潤，包含講師、工作人力、場租、交通、裝備耗損、公糧等等，若以成本預算來精算後應收費的金額，每位參加者應付金額約為新台幣 20,000~32,000 元之間；但本研習課程必須感謝諸位的學費，是由教育部體育署專案計畫經費支應，請參加者珍惜機會，投資自己的本職學能，並將所學的戶外領導知能素養，未來務必秉持**熱情與服務**精神，回饋給自己學校的社團、相關社群或社會。
2. 本研習不收取保證金。但基於「**自律、誠信、負責**」的領導素養，報名錄取後若因故無法出席，請立即主動告知取消以便遞補給其他候補學員。(若未經事先告知而未出席，將影響日後該錄取者所屬學校或社團的錄取機會，並於所屬學校未能錄取時，告知其原因乃「某學長姐」無故放鴿子所致。)
3. 研習學員自費負擔部分：(1)自所在地到各場次研習課程「報到前、解散後」的往返交通與住宿費。(2)01/15-18 四日份的午餐與行動糧等。

#### (八)裝備與餐食自理部分：

1. 裝備：團體裝備以小隊為單位協調準備為主，若協調不出來由主辦單位協助提供，個人裝備請自理。
2. 餐食：A (主題一)午餐由本單位提供；B (主題二)必須炊煮的餐食，由本單位提供經費採買，但請於採購時配合取得合乎法令規定可以報支的單據(無法取得合法單據將不予補助)。另外，B (主題二)戶外實作學員於 01/18 課程解散後的晚餐請自理，並應自行預備好野外實作課程 01/15-18 四日份的午餐與行動糧。

#### (九)聯絡人：蘇威丞先生、葉孟學先生，電話：(02)7749-1876

## 十、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 01/15-18 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、公路坍方等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)參加研習期間，室內課（除飲食時間外）請一律配戴口罩；戶外課（除飲食時間外）得依個人需求評估是否配戴口罩。室內用餐時，請學習「靜默咀嚼美食、勿一邊用餐一邊交談」，確實做好共同防疫的安全防護。
- (六)如遇錄取學員無法配合辦理單位的規劃進行準備，於行前裝備整檢時尚未預備好合宜的登山裝備，或未確實做好課前、課中的防疫自主健康管理，基於登山安全考量，主辦單位有權婉拒學員繼續參加活動。
- (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。



## 【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。	
大背包	建議大小：60-80 公升(且需準備背包套)	
小背包	須裝得下水壺/兩具/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，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）	
地布	配合天幕使用，為「夜間獨處」課程必要裝備 至少 2*2 米大小	
指北針	戶外課程「定位」用。	
地圖	由主辦單位提供小隊輔每人一份供學員參考	

### 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）	
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
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。

# 高雄醫學大學 公文簽辦單

裝

主旨	本校受教育部體育署委託辦理「112年度山野教育推廣實施計畫」，擬辦理「112年度全國大專院校登山社團戶外領導人才研習營(第一梯)」，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。					
來文	機關	國立臺灣師範大學		收文	日期	111/12/12
	日期	111/12/12			字號	1110013273
	字號	師大公領字第1111035308號				
	速別	普通件				
意見及簽章						
承辦單位	<p>擬：</p> <p>一、國立臺灣師範大學辦理「112年度全國大專院校登山社團戶外領導人才研習營(第一梯)」，惠請轉知登山相關社團及相關人員。</p> <p>二、轉貼學務處首頁校外訊息處周知。</p> <p>三、陳閱後存查。</p> <p>承辦人：組長：</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: flex-start;"> <div style="text-align: center;">  <p>1213 1729</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>1214 1726</p> </div> </div>					
會辦單位						
決行	<p>學務長：</p> <div style="text-align: center; margin: 10px 0;">  <p>1215 0553</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>1215 0553</p> </div>					

訂

線