# 113 學年寒假「山野探索教育體驗學習營」實施計畫

一、課程目的：透過與大自然親密接觸與對話達到自我探索與成長及透過戶外冒險教育課程導入培育未來領袖特質。

二、課程效益：遠離舒適圈作中學、自我察覺與挑戰、團隊學習與合作、創新思考與問題解決等能力。

三、主辦單位：國立屏東科技大學 休閒運動健康系。

四、協辦單位：國立屏東科技大學 主題休閒遊憩服務中心。

五、承辦單位：南方戶外冒險團隊2.0 (SOAT 2.0)。

六、課程時間：113 年 01 月 23 日至 01 月 26 日 (週四-週日)，4 天 3 夜。

七、課程地點：屏東縣泰武鄉 (泰武部落山區)。

八、招生對象：國小 5-6 年級生至為主，國中 7 年為輔，預計招收人數30 人，依報名繳費確認順序為最後錄取名單 (20 人確定開團)。

九、報名費用：**每人 6,500 元**。

十、備註：

(一) 課程體驗服裝以長袖衣褲 (具排汗機能) 頭戴鴨舌帽為佳。

(二) 野營露宿 6 人 1 帳 (天幕)，需自備頭燈、睡袋、保溫瓶、800CC 水壺、有耳鋼杯 (含餐具)、2 節式雨衣、登山杖、盥洗衣物至少四套、隨身藥品及健保卡等，詳請參閱檢核表。

(三) 依據 2021 年 12 月 1 日起金管會規定，本次投保金額為 15 歲以下小孩 (泰安產物) 意外身故 61.5 萬/意外實支 10 萬/意外住院 1,000 元。

(四) 課程操作所需安全裝備均由主辦單位提供，必要時將視天氣及活動情況微調課程內容。

十一、詢問專線：國立屏東科技大學 主題休閒遊憩服務中心。

(一) 聯絡人：主題休閒遊憩服務中心-活動組。

(二) 電話：08-7703202 轉 6630。

(三) 電子郵件：trlsc2009@gmail.com 。

十二、報名截止日：113 年 01 月 9 日 (18:00) 前。

十三、繳費截止日：113 年 01 月 16 日 (18:00) 前完成繳費及雙方確認。

十四、繳費方式：請至郵局或銀行申辦匯票 (收款人：國立屏東科技大學，匯款人請填寫與聯絡人相同的姓名，方便核對資料)。

十五、線上報名系統：請連結以下報名路徑

(一) https://forms.gle/ceBqVa3yTbkCbDb6A

(二) 或掃右側 QR Code，填寫 Google 表單。

十六、課程規劃內容：

<table>
<tr><th colspan="4">DAY-1</th></tr>
<tr><td>活動時間</td><td>活動名稱</td><td>活動效益</td><td>活動地點</td></tr>
<tr><td>08:30-09:00</td><td>報到、集合<br>(發車時間 09:00)</td><td>清點人數</td><td>屏東火車站旅遊服務中心<br>(900 屏東縣屏東市公勇路 62 號)</td></tr>
<tr><td>09:30-10:00</td><td>自行前往報到、集合<br>(請 09:30 前完成報到)</td><td>清點人數</td><td>屏科大 孟祥體育館 (屏東縣內埔鄉學府路 1 號)</td></tr>
<tr><td>10:00-10:40</td><td>移動時間-車程</td><td>計畫說明</td><td></td></tr>
<tr><td>10:45-11:45</td><td>登山故事館</td><td>團隊規範</td><td rowspan="3">登山故事館</td></tr>
<tr><td>12:00-12:30</td><td>午餐 (風味餐)</td><td></td></tr>
<tr><td>12:30-13:00</td><td>尋找夥伴 (分組) &<br>破冰 (姓名排隊)</td><td rowspan="5">自我察覺、<br>自我挑戰、<br>團隊合作、<br>團隊學習。</td></tr>
<tr><td>13:00-13:30</td><td>移動時間-徒步</td><td rowspan="8">返樸生態農場</td></tr>
<tr><td rowspan="3">13:30-17:00</td><td>營地建置 教學 (DIY)</td></tr>
<tr><td>天幕搭建 教學 (DIY)</td></tr>
<tr><td>營火井 教學 (DIY)</td></tr>
<tr><td>17:00-18:00</td><td>晚餐-野炊 教學 (DIY)</td></tr>
<tr><td>18:00-19:00</td><td>山野 教育常識分享</td><td rowspan="2">引導反思&<br>回饋學習</td></tr>
<tr><td>19:00-20:30</td><td>營火晚會 & 觀星</td></tr>
<tr><td>20:30-21:00</td><td>就寢<br>(21:00-05:00 輪班站哨)</td><td>責任分擔</td></tr>
<tr><th colspan="4">DAY-2</th></tr>
<tr><td>活動時間</td><td>活動名稱</td><td>活動效益</td><td>活動地點</td></tr>
<tr><td>06:30-07:00</td><td>起床號</td><td rowspan="12">個人察覺、<br>挑戰自我、<br>團隊合作、<br>問題解決、<br>創新思考。</td><td rowspan="14">返樸生態農場</td></tr>
<tr><td>07:00-08:00</td><td>早餐-野炊 實作 (DIY)</td></tr>
<tr><td>08:00-09:00</td><td>地圖指北針</td></tr>
<tr><td>09:00-10:00</td><td>平面活動</td></tr>
<tr><td>10:00-11:00</td><td>低空活動 (走繩)</td></tr>
<tr><td>11:00-12:00</td><td>午餐-野炊 實作 (DIY)</td></tr>
<tr><td rowspan="2">12:00-14:00</td><td>低空活動 (走繩)</td></tr>
<tr><td>高空活動 (攀樹)</td></tr>
<tr><td rowspan="2">14:00-16:00</td><td>無炊具 實作 (DIY)</td></tr>
<tr><td>陷阱 實作 (DIY)</td></tr>
<tr><td>16:00-17:00</td><td>晚餐-野炊 實作 (DIY)</td></tr>
<tr><td>17:00-18:30</td><td>夜間生態探索</td></tr>
<tr><td>18:30-19:30</td><td>山林教育常識分享</td><td rowspan="2">引導反思&<br>回饋學習</td></tr>
<tr><td>19:30-20:30</td><td>營火晚會 & 觀星</td></tr>
<tr><td>20:30-21:00</td><td>就寢<br>(21:00-05:00 輪班站哨)</td><td>責任分擔</td></tr>
</table>

| DAY-3 | | | |
|---|---|---|---|
| 活動時間 | 活動名稱 | 活動效益 | 活動地點 |
| 06:30-07:00 | 起床號 | 團隊合作、<br>問題解決、<br>創新思考。 | 返樸生態農場 |
| 07:00-08:00 | 早餐-野炊 實作 (DIY) | | |
| 08:00-09:00 | 午餐製作&<br>裝備整理 | | |
| 09:00-11:00 | 山林教育-地圖定位 | | 日湯真山或<br>北大步道 (舊登山口武) |
| 11:00-12:00 | 山林教育-登山安全 | | |
| 12:00-13:00 | 山林教育-無痕山林 | | |
| 15:00-16:00 | 山林教育-環境回饋 | | |
| 16:00-17:00 | 晚餐-野炊 實作 (DIY) | | 返樸生態農場 |
| 17:00-18:30 | 獨處-自我對話 | | |
| 18:30-19:30 | 小組凝聚-領導特質 | 引導反思&<br>回饋學習 | |
| 19:30-20:30 | 營火晚會 | | |
| 20:30-21:00 | 就寢<br>(21:00-05:00 輪班站哨) | 責任分擔 | |
| **DAY-4** | | | |
| 活動時間 | 活動名稱 | 活動效益 | 活動地點 |
| 06:30-07:00 | 起床號 | 團隊合作、<br>問題解決、<br>創新思考、<br>環境回饋、<br>團隊責任。 | 返樸生態農場 |
| 07:00-08:00 | 早餐-野炊 實作 (DIY) | | |
| 08:00-09:00 | 狼煙 實作 (DIY) | | |
| 09:00-12:00 | 拔營 實作 (DIY) | | |
| 12:00-13:00 | 午餐-野炊 實作 (DIY) | | |
| 13:00-14:00 | 技術裝備清點 | | |
| 14:00-14:30 | 移動時間-登山故事館 | | |
| 14:30-15:30 | 反思與學習分享<br>頒發研習證明書 | | |
| 15:30-16:30 | 移動時間-車程<br>屏東火車站旅遊服務中心 | 珍重再見! | 屏東火車站旅遊服務中心 (900 屏東縣屏東市公勇路 62 號) |
| 16:30-17:00 | 車程-返回 15:30<br>屏科大 孟祥體育館 | 珍重再見! | 屏科大 孟祥體育館 (屏東縣內埔鄉學府路 1 號) |
| 17:00 | 賦歸 | | **最晚接送截止時間為 17：30 整 |

# 屏東科技大學 SOAT2.0「山野探索教育體驗學習營」參加同意書

我（正楷填寫姓名）＿＿＿＿＿＿接受 113 學年寒假「山野探索教育體驗學習營」所存在之某些風險。

我瞭解 113 學年寒假「山野探索教育體驗學習營」採取自發性選擇挑戰（**Challenge by Choice**）的理念，當本人認為不適合從事任何一項活動時，我有不參與之決定權利，並同意尊重他人相同的決定。

我同意參與活動過程中，不貶低、漠視或輕視團隊中的任 何一位成員，而且，我也同意支持他人，為自己或團隊益處給予接受正面及負面的回饋。

我瞭解本人如有任何生理上的限制及疾病，包括頸部、背部、心臟疾病等，都有知會工作人員的責任。我瞭解並接受在參加113 學年寒假「山野探索教育體驗學習營」時可能帶來的人身及財務風險。

我同意在參加訓練課程的期間，遵照教練、助教及帶領者所有的安全指示，並聲明若因無遵照正常操作所帶來的傷害，與教練、助教及帶領者無關。

若在活動期間發生之意外或導致疾病，本人同意接受緊急醫療照顧。

根據上述，本人同意參加本次訓練課程。

※同意者請簽章：＿＿＿＿＿＿　簽署日期：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿。

※法定代理人：＿＿＿＿＿＿＿＿　※若未滿 18 歲須有法定代理人簽章同意。

# 屏東科技大學 SOAT2.0「山野探索教育體驗學習營」健康調查表

※姓名 (以正楷書寫)：

※聯絡電話：

※緊急連絡人:　　緊急聯絡電話：

※本次活動您有沒有額外保意外險？ □有 □沒有

※您有任何生理條件 (包括暫時性或永久性) 的限制嗎？

□有

□沒有 若有，請說明：

※您目前有或曾有下列病史或病症嗎?【必要填寫】

| | 沒有 | 現有在治療中 | 現有但未治療 | 曾有但已痊癒 |
|---|---|---|---|---|
| 1. 心臟疾病或心臟病： | □ | □ | □ | □ |
| 2. 心絞痛、心悸音或心臟雜音： | □ | □ | □ | □ |
| 3. 高血壓或有血壓過高： | □ | □ | □ | □ |
| 4. 中風： | □ | □ | □ | □ |
| 5. 氣喘、癲癇症： | □ | □ | □ | □ |
| 6. 背部、頸部、膝蓋毛病： | □ | □ | □ | □ |
| 7. 糖尿病： | □ | □ | □ | □ |
| 8. 藥物反應： | □ | □ | □ | □ |
| 9. 懷孕： | □ | □ | □ | □ |
| 10. 有心臟病、高血壓、中風的家族病史： | □ | □ | □ | □ |
| 11. 其他【如最近曾過受傷】： | □ | □ | □ | □ |

**以上所填寫之資料皆屬事實，若有不實一切後果由本人自行負責。**

請您列出我們須要注意的事項：

※請問經過評估後您認為自己是否可以參加系列課程？ □是　□否 本人同意、授權屏科大SOAT2.0單位使用或複製所有關於本人參與課程期間所拍攝之照片、攝影、錄音資料，作為教學及研究之用途。

【若不同意，請勾選】□不同意

※參加者簽章：＿＿＿＿＿＿＿＿　簽署日期：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿。

※法定代理人：＿＿＿＿＿＿＿＿　※若未滿18歲須有法定代理人簽章同意。

## 屏東科技大學 SOAT2.0「山野探索教育體驗學習營」裝備檢核表

學員自存表
□個人裝備檢核表，請於集合時繳交。
學生姓名：　　聯絡電話：

個人裝備檢核表

□25L 雙肩後背包
□童軍繩
□登山杖
□遮陽帽/毛帽
□補給(電解質+熱量+B 群)
□礦泉水(800-1000CC)
□防曬油/面霜
□衛生紙(濕紙巾)
□輕便雨衣
□頭燈
□毛巾
□更換衣物x4（長袖衣褲至少二套）
□防風外套
□個人急救包(藥物)
□盥洗用具 x1
□健保卡
□塑膠袋
□其他
□筆記/素描本 x1


## 屏東科技大學 SOAT2.0「山野探索教育體驗學習營」裝備檢核表

學員自存表
□個人裝備檢核表，請於集合時繳交。
學生姓名：　　聯絡電話：

個人裝備檢核表

□25L 雙肩後背包
□童軍繩
□登山杖
□遮陽帽/毛帽
□補給(電解質+熱量+B 群)
□礦泉水(800-1000CC)
□防曬油/面霜
□衛生紙(濕紙巾)
□輕便雨衣
□頭燈
□毛巾
□更換衣物x4（長袖衣褲至少二套）
□防風外套
□個人急救包(藥物)
□盥洗用具 x1
□健保卡
□塑膠袋
□其他
□筆記/素描本 x1