

111 年寒假「山野探索教育體驗學習營」實施計畫

- 一、課程目的：未來領袖能力與特質培養。
- 二、課程效益：挑戰自我、團隊合作、創新思考與問題解決能力。
- 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SOAT 2.0。
- 六、課程時間：111 年 01 月 24 日至 01 月 27 日（週一-週四），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 年級生為主，國中為輔，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) 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、盥洗衣物至少三套、隨身藥品及健保卡等，請參閱檢核表。
 - (二) 參加者均有投保意外險 300 萬及醫療 5 萬元，安全裝備均由主辦單位提供。
 - (三) 主辦單位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：111 年 01 月 10 日（18:00）前。
- 十三、繳費截止日：111 年 01 月 17 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://docs.google.com/forms/d/1YaPPZ3rgp_NkExcfZ6oIot1279b5IZcEJUfgrbN67ek/edit
 - (二) 或掃右側 QR Code，填寫 Google 表單。



十六、課程規劃內容：

| DAY-1 | | | |
|-------------|------------------------------|---|-----------|
| 活動時間 | 活動名稱 | 活動效益 | 活動地點 |
| 08:30-09:00 | 報到、集合 (發車時間 09:00) | 清點人數 | 屏東市 火車站 |
| 09:30-10:00 | 自行前往報到、集合 (請 09:30 前完成報到) | 清點人數 | 屏科大 孟祥體育館 |
| 10:00-10:40 | 車程 | 計畫說明 | |
| 10:45-11:45 | 登山故事館 | 團隊規範 | 登山故事館 |
| 12:00-12:30 | 午餐-自理 | | 返樸生態農場 |
| 12:30-13:30 | 尋找夥伴(分組) & 破冰(姓名排隊) | | |
| 13:30-17:00 | 營地建置 教學(DIY) | 個人察覺、 挑戰自我、 團隊合作、 團隊學習。 | |
| | 天幕搭建 教學(DIY) | | |
| | 營火井 教學(DIY) | | |
| 17:00-18:00 | 晚餐-野炊 教學(DIY) | | |
| 18:00-19:00 | 山野 教育常識分享 | 引導反思& 回饋學習 | |
| 19:00-20:30 | 營火晚會 & 觀星 | | |
| 20:30-21:00 | 就寢 (21:00-05:00 輪班站哨) | 責任分擔 | |
| DAY-2 | | | |
| 活動時間 | 活動名稱 | 活動效益 | 活動地點 |
| 06:30-07:00 | 起床號 | 個人察覺、 挑戰自我、 團隊合作、 問題解決、 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 | 地圖指北針 | | |
| 09:00-10:00 | 平面活動 | | |
| 10:00-11:00 | 低空活動(走繩) | | |
| 11:00-12:00 | 午餐-野炊 實作(DIY) | | |
| 12:00-14:00 | 低空活動(走繩) | | |
| | 低空活動(攀樹) | | |
| 14:00-16:00 | 燒製飲用水 實作(DIY) | | |
| | 無炊具 實作(DIY) | | |
| | 陷阱 實作(DIY) | | |
| 16:00-17:00 | 晚餐-野炊 實作(DIY) | | |
| 17:00-18:30 | 夜間生態探索 | | |
| 18:30-19:30 | 山林教育常識分享 | 引導反思& 回饋學習 | |
| 19:30-20:30 | 營火晚會 & 觀星 | | |
| 20:30-21:00 | 就寢 (21:00-05:00 輪班站哨) | 責任分擔 | |

| 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 | 個人察覺、 挑戰自我、 團隊合作、 問題解決、 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& 裝備整理 | | |
| 09:00-13:00 | 無痕山林 | | 桑留守山 |
| 13:00-14:00 | 山林教育常識分享 | | 返樸生態農場 |
| 14:00-15:00 | 陷阱 實作(DIY) | | |
| 15:00-16:00 | 平面活動(定向越野) | | |
| 16:00-17:00 | 晚餐-野炊 實作(DIY) | | |
| 17:00-18:30 | 獨處 | | |
| 18:30-19:30 | 小組凝聚 | | |
| 19:30-20:30 | 營火晚會 & 觀星 | 責任分擔 | |
| 20:30-21:00 | 就寢 (21:00-05:00 輪班站哨) | | |
| 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 | 個人察覺、 挑戰自我、 團隊合作、 問題解決、 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 | 狼煙 實作(DIY) | | |
| 09:00-12:00 | 平面活動 | | |
| 12:00-13:00 | 午餐-野炊 實作(DIY) | | |
| 13:00-14:30 | 拔營 實作(DIY) & 技術裝備清點 | 環境回饋 | |
| 14:30-15:00 | 分享心得 | 團隊責任 | |
| 15:00-15:30 | 頒發研習證明書 | 引導反思& 回饋學習 | |
| 15:30-16:30 | 車程-返回 屏東市火車站 | 珍重再見! | 屏東市 火車站 |
| 16:30-17:00 | 車程-返回 屏科大 | 珍重再見! | 屏科大 孟祥體育館 |
| 17:00 | 賦歸 | 接送時間截止為 18:00 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 111 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 111 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 111 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_____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2.心絞痛、心悸音或心臟雜音_____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3.高血壓或有血壓過高_____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4.中風 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5.氣喘、癲癇症_____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6.背部、頸部、膝蓋毛病_____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7.糖尿病_____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8.藥物反應_____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9.懷孕_____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10.有心臟病、高血壓、中風的家族病史_____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11.其他【如最近曾過受傷】_____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

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SOAT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 SOAT_{2.0} 「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

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



屏東科技大學 SOAT_{2.0} 「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

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