

111 年暑假「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 7 月 11 日至 7 月 14 日（週一~週四），4 天 3 夜。
- 七、 課程地點：屏東縣泰武鄉佳平村。
- 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 7,000 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） 參加者均投保意外險意外身故 61.5 萬、意外實支 10 萬及意外住院 1000 元，依 2021 年 12 月 1 日起執行之金管會宣布規定，安全裝備由主辦單位提供。
 - （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 06 月 27 日（18:00）前。
- 十三、 繳費截止日：111 年 07 月 4 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）掃右側 QR Code，填寫 Google 表單。



十六、課程規劃內容：

DAY1			
日期	時間	內容	備註
7/11 (一)	08:30-09:00	集合報到(發車時間 09:00)	屏東火車站
	09:00-09:30	屏東火車站→屏科大	
	09:30-09:50	集合報到 (發車時間 09:50、 請於 9:30 報到完成)	屏科大(校外) 員工消費合作社
	09:50-10:20	車程	計畫說明
	10:20-10:30	步行至營區	
	10:30-11:30	破冰活動	全方位契約
	11:30-13:00	基本繩結教學	
	13:00-14:00	午餐時間	自備
	14:00-17:00	營地建置(營火井) 教學(DIY)	
		天幕搭建 教學(DIY)	
		陷阱 實作(DIY)	
	17:00-18:00	晚餐-野炊 實作(DIY)	
	18:00-19:00	山野教育常識與經驗分享	
	19:00-20:30	營火晚會 & 觀星賞月	團隊凝聚
20:30-21:00	個人時間		
21:00-05:00	就寢、輪班站哨	分組輪替 2h/1 梯	

DAY2			
日期	時間	內容	備註
7/12 (二)	06:30-07:00	起床號	盥洗與整理
	07:00-08:00	早餐-野炊 實作(DIY)	
	08:00-10:00	水上安全講習(自救與求生)	
	10:00-12:00	水上活動教學(SUP)	
	12:00-13:30	午餐-野炊 實作(DIY)	含飯後休息時間
	13:30-16:30	水上活動實務(SUP)	
	16:30-17:30	裝備整理與清理	
	17:30-18:30	晚餐-野炊 實作(DIY)	
	18:30-19:30	夜間生態探索	
	19:30-21:00	獨處	
	21:00-05:00	就寢、輪班站哨	分組輪替 2h/1 梯

DAY3			
日期	時間	內容	備註
7/13 (三)	07:00-07:30	起床號	盥洗與整理
	07:30-08:30	早餐-野炊 實作(DIY)	
	08:30-10:30	平面活動	團隊默契培養
		走繩活動 實作	
	10:30-11:30	無炊具 實作(DIY)	
	11:30-13:00	午餐-野炊 實作(DIY)	含飯後休息時間
	13:00-14:00	環境關懷±2°C 自力造筏情境導入	
	14:00-17:00	自力造筏實作與驗證	
	17:00-18:00	晚餐-野炊 實作(DIY)	
	18:00-19:00	活動經驗分享	
	19:00-20:00	營火晚會	
	20:00-21:00	小組凝聚	
21:00-05:00	就寢、輪班站哨	分組輪替 2h/1 梯	

DAY4			
日期	時間	內容	備註
7/14 (四)	06:30-07:00	起床號	盥洗與整理
	07:00-08:00	早餐-野炊 實作(DIY)	
	08:00-08:30	狼煙 實作(DIY)、獸徑觀察	
	08:30-09:30	地圖指北教學	
	09:30-12:00	無痕山林(LNT)活動 實作	佳平山
	12:00-13:30	午餐-野炊 實作(DIY)	
	13:30-15:00	拔營 實作(DIY)	
		技術裝備清點	
	15:00-15:30	心得分享	
	15:30-15:50	頒發研習證明書	晚餐(西式餐盒)
	15:50-16:30	車程	屏東火車站
	16:30-17:00	車程	屏科大(校外) 員工消費合作社
17:00	賦歸		

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 年暑假「山野探索教育體驗學習營」所存在之某些風險。我瞭解 111 年暑假「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 年暑假「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	現有正在治療中	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 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

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"/> 頭燈(備用電池) |
| <input type="checkbox"/> 睡袋 | <input type="checkbox"/> 毛巾 |
| <input type="checkbox"/> 童軍繩 | <input type="checkbox"/> 餐具 |
| <input type="checkbox"/> 登山杖 | <input type="checkbox"/> 個人急救包(藥物) |
| <input type="checkbox"/> 遮陽帽 | <input type="checkbox"/> 盥洗用具(牙刷、毛巾) |
| <input type="checkbox"/> 補給(電解質、熱量、B群) | <input type="checkbox"/> 健保卡(個人證件) |
| <input type="checkbox"/> 水壺/水袋(800-1000CC) | <input type="checkbox"/> 塑膠袋(防水、垃圾袋) |
| <input type="checkbox"/> 衛生紙/濕紙巾 | <input type="checkbox"/> 筆記/素描本、鉛筆 |
| <input type="checkbox"/> 雨衣 | <input type="checkbox"/> 哨子 |
| <input type="checkbox"/> 防風外套 | <input type="checkbox"/> 個人下水裝備(泳衣褲、蛙鏡等) |
| <input type="checkbox"/> 更換衣物 x4(至少兩套長袖衣褲，排汗材質) | <input type="checkbox"/> 其他(手套、防水袋等) |



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

營隊留存表

請於活動當日集合時繳交

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"/> 頭燈(備用電池) |
| <input type="checkbox"/> 睡袋 | <input type="checkbox"/> 毛巾 |
| <input type="checkbox"/> 童軍繩 | <input type="checkbox"/> 個人餐具 |
| <input type="checkbox"/> 登山杖 | <input type="checkbox"/> 個人急救包(藥物) |
| <input type="checkbox"/> 遮陽帽 | <input type="checkbox"/> 盥洗用具(牙刷、毛巾) |
| <input type="checkbox"/> 補給(電解質、熱量、B群) | <input type="checkbox"/> 健保卡(個人證件) |
| <input type="checkbox"/> 水壺/水袋(800-1000CC) | <input type="checkbox"/> 塑膠袋(防水、垃圾袋) |
| <input type="checkbox"/> 衛生紙/濕紙巾 | <input type="checkbox"/> 筆記/素描本、鉛筆 |
| <input type="checkbox"/> 雨衣 | <input type="checkbox"/> 哨子 |
| <input type="checkbox"/> 防風外套 | <input type="checkbox"/> 個人下水裝備(泳衣褲、蛙鏡等) |
| <input type="checkbox"/> 更換衣物 x4(至少兩套長袖衣褲，排汗材質) | <input type="checkbox"/> 其他(手套、防水袋等等) |