

# 113年教育部體育署「戶外探索：體驗參與、挑戰樂趣、跨域創新」計畫 戶外探索師資增能研習 活動簡章

## 壹、依據

依教育部體育署 113 年 1 月 3 日臺教體署學(二)字第 1130000304 號函辦理。

## 貳、目的

為提升師資培育生和在職教師執行戶外探索教學課程之「風險管理」、「技術培訓」、「性別平權」及「環境永續發展」等知能，以提供學生更全面且完善的戶外探索課程教學，計畫將於全臺北中南東離島各區，辦理前述四大主題之相關增能研習，進一步協助相關領域師生深化戶外探索課程的教學內涵、執行品質與安全管理。

- 一、提供學校端戶外探索資源與管道。
- 二、優化教學場域與在地資源之連結。
- 三、建立教師正確使用戶外裝備之技能，及提升戶外安全之觀念。

## 參、辦理單位

- 一、主辦單位：教育部體育署
- 二、承辦單位：國立臺灣師範大學體育研究與發展中心
- 三、協辦單位：國立臺灣師範大學、國立宜蘭大學、國立臺南大學附屬高級中學、新竹縣立竹北國民中學、臺北市衛理女子高級中學、大樹戶外有限公司、橡果戶外有限公司、Leave No Trace Center

## 肆、研習對象

凡全國在職教師、各大專校院師資培育生、戶外探索相關機構內部員工、聯盟學校學生團隊，以及對於戶外探索領域有興趣者皆可參加。

## 伍、研習場次

場次	日期	主題與地點	招收人數	備註
1	4/20(六)-21(日) 兩天一夜	Leave No Trace Level 1 Instructor Course 無痕山林一級講師 (新北市郊山)	25 人	1. 此課程將收取費用 1000 元，請考慮意願後再進行報名。 2. 地點另行公告。
2	5/11(六)-12(日)	活動教學模組指引分享-高低空繩索 (國立臺南大學附屬高級中學)	40 人	
3	5/18(六)-19(日)	繩結應用與基礎垂降 (臺北市衛理女子高中學)	30 人	
4	5/25(六)-26(日)	活動教學模組指引分享-走繩 (國立宜蘭大學)	30 人	
5	6/15(六)-16(日)	開放水域風險管理 (臺東活水湖、杉原海灘)	25 人	
6	6/22(六)-23(日)	活動教學模組指引分享-攀樹 (新竹縣竹北國民中學)	30 人	

備註 1：課程地點與內容，將視天氣及講師評估進行調整，以活動行前通知資訊為主。

備註 2：「活動教學模組指引分享」之研習為 111 年與 112 年教學模組指引手冊撰述之延伸課程，詳細內容請詳見下方連結：

- 111 年

[https://drive.google.com/file/d/1s4EvTOUrGYMccFIqvkqaDf7X7IUwWiNN/view?usp=share\\_link](https://drive.google.com/file/d/1s4EvTOUrGYMccFIqvkqaDf7X7IUwWiNN/view?usp=share_link)

- 112 年

<https://drive.google.com/file/d/1Jj54br7kdKy5Oj1n1YeOr7C9tJvPfwSG/view?usp=sharing>



111 年活動教學模組指引連結

112 年活動教學模組指引連結

## 陸、報名資訊

- 一、 每場次全程參與課程之教師，核發教師研習時數 16 小時。
- 二、 研習課程提供午餐，惟住宿及交通皆由參與者自理。
- 三、 課程均為參與者提供公共意外責任險，若評估不足者可自行加保旅平險。
- 四、 請詳閱附件「活動資訊」後再進行報名。自 113 年 3 月 8 日(五)上午 8:30 起開放線上報名，3 月 20 日(三)中午 12:00 截止。若額滿將提早關閉表單。報名網址：<https://forms.gle/RGygKrg5BioLsoqWA>
- 五、 為保障參與者權益，一人以錄取「一場次」為限。報名時可依志願選擇兩場研習，將依照以下順序進行錄取：1. 服務單位所在地與課程執行地區相同  
2. 志願序一報名順序 3. 志願序二報名順序。
- 六、 報名結果將於 3 月 22 日(五)後逐步以 Email 通知，請靜待報名結果。若因信箱填寫錯誤無法收到通知，請於 3/22 後一週內主動與我們聯繫，否則將名額開放候補。
- 七、 課程行前資訊將於課程開始一週前以 Email 通知，報名時請確認信箱填寫正確，並留意收信。
- 八、 因故無法參與者，為避免資源浪費，請最晚於活動前一週以 Email 通知承辦單位，否則將取消下次活動報名資格。
- 九、 若有其他研習場次，將於戶外探索計畫臉書粉絲專頁中公告。

## 柒、聯繫方式：

「戶外探索：體驗參與、挑戰樂趣、跨域創新」計畫執行中心

專案助理：廖小姐 (02)7749-6843 劉小姐 (02)7749-3067

聯絡信箱：[adventurepe000@gmail.com](mailto:adventurepe000@gmail.com)



粉絲專頁連結



報名表單連結

## 附件-活動資訊

### 【場次 1】 Leave No Trace Level 1 Instructor Course 無痕山林一級講師

- 日期：4/20(六)-21(日)兩天一夜
- 地點：新北市郊山，將再另行公告
- 課程大綱：面對日益嚴重的環境問題，在戶外活動及在日常生活中，我們能夠做什麼？在活動與分享討論中，思辨每個行動的影響及效益，除了達到寓教於樂的目的外，也讓參加者有更多戶外探索結合環境倫理的教學點子帶回教學場域中。
- 注意事項：
  1. 此課程將在戶外紮營過夜，個人裝備需自行準備(50L 以上登山背包、排汗衣褲、保暖衣服、兩截式雨衣褲、頭燈、個人餐具等等)；行進中公裝需由所有學員共同分擔背負(帳篷、鍋爐具、瓦斯罐、早晚餐食材等等)。詳細裝備清單將於行前通知中公告。
  2. 課程地點會以地勢平緩之健行路線為主，但須背負裝備，重量約 10~12 公斤，請評估自身體能狀況再進行報名。地點將在行前通知中公告。
  3. 此研習為認證課程，戶外探索計畫補助部分費用，參與者須負擔費用 1000 元。若有餘額將全數贊助 Leave No Trace Center，作為推廣環境倫理之用途，報名前請審慎意願後再進行報名，
  4. 全程參與課程且經授課講師認可者，可獲得 Leave No Trace Level 1 Instructor 的資格(原 Leave No Trace Trainer)，此資格未來可開設 Leave No Trace 的工作坊(workshop)。

### 【場次 2】 活動教學模組指引分享-高低空繩索篇

- 日期：5/11(六)-12(日)
- 地點：國立臺南大學附屬高級中學
- 課程大綱：本場次研習為 112 年度計畫所撰寫之教學模組指引手冊延伸課程。高低空繩索活動結合第三到五學習階段之健體、綜合等領域核心素養，透過親身體驗，讓參與者更加了解高低空繩索活動的進行方式、安全注意事項、活動延伸討論的議題等等，幫助參與者能夠融入學校教育中，並透過增加對於繩索裝備、操作技術的認識，提升活動安全性。

### 【場次 3】繩結應用與基礎垂降

- 日期：5/18(六)-19(日)
- 地點：臺北市衛理女子高級中學
- 課程大綱：繩結為許多戶外活動的基礎，本研習從認識及熟悉戶外活動常用裝備及繩結，延伸至校園內可操作的戶外探索活動-垂降，一步一步帶領參與者建構環境、裝備、技術等安全判斷能力，並藉由實際體驗和體驗後的經驗分享，探討垂降活動之特性，及融入學校課程的可能性。

### 【場次 4】活動教學模組指引分享-走繩篇

- 日期：5/25(六)-26(日)
- 地點：國立宜蘭大學
- 課程大綱：本場次研習為 111 年度計畫所撰寫之教學模組指引手冊延伸課程。走繩結合第三到五學習階段之健體、綜合等領域核心素養，透過講師實際帶領，讓參與者更系統化的認識走繩活動，熟悉走繩的基礎架設技能、風險管理，並體驗各項走繩活動，更深入了解走繩活動的特性，幫助參與者能夠靈活運用於教學場域。

### 【場次 5】開放水域風險管理

- 日期：6/15(六)-16(日)
- 地點：臺東活水湖、杉原海灘
- 課程大綱：臺灣四面環海，水域資源豐富，本研習以教育取代禁止的理念，帶領參與者由平靜水域認識水域安全知識，再進入開放水域，認識受天氣、地形等各項因素影響的海洋，學習判斷符合自身能力的活動區域，及如何在開放水域中玩得安全。

### 【場次 6】活動教學模組指引分享-攀樹篇

- 日期：6/22(六)-23(日)
- 地點：新竹縣竹北國民中學
- 課程大綱：本場次研習為 111 年度計畫所撰寫之教學模組指引手冊延伸課程。由實際將攀樹融入校園課程多年的老師分享課程案例以及執行經驗，並邀請參與者共同交流，期待激盪出更多更有創意的可能！本研習也將帶領參與者們體驗攀樹活動，藉由親身體驗，認識攀樹相關的技能、注意事項、過程中的感受，讓實際經驗幫助豐富未來的課程設計。