

## 國立體育大學教育部補助計畫成果資料

計畫名稱	高教深耕計畫				
活動名稱	LNT 無痕山林證照研習(志佳陽登山) 6/1-6/3	指標	B1-3		
執行單位	休閒產業經營學系				
活動日期	111 年 6 月 1-3 日星期四-六				
活動時間	9:00-22:00	活動地點	志佳陽登山		
活動網址	報名網址或公告網址				
活動種類	<input checked="" type="checkbox"/> 活動 <input type="checkbox"/> 演講／座談 <input type="checkbox"/> 工作坊 <input type="checkbox"/> 協同教學 <input checked="" type="checkbox"/> 課程 <input type="checkbox"/> 其他：_____				
聯絡人	王俊杰		聯絡電話：0920-759-260 電子信箱：		
總參與人數	參與教師 2 人，職員 _____ 人，學生 14 人，合計 16 人 校外人士 _____ 人(單位：國立體育大學休閒產業經營學系 )				
相關附件					
<input type="checkbox"/> 活動資料(活動中提供參與者資料或者講義……等) <input type="checkbox"/> 活動影音檔(無則免勾選) 觀看網址：_____ <input type="checkbox"/> 簽到表 <input type="checkbox"/> 問卷資料(每場活動、講座、工作坊請務必做問卷調查) <input type="checkbox"/> 其他：					
單位承辦人		單位主管		教學業務發展組	

## 1. 活動內容簡述

### 一、課程目標

主要為訓練登山健行與戶外活動的領隊、嚮導等領導者及環境資源的經營管理者所設計的課程，課程內容以「如何傳遞引導戶外活動者正確的 LNT 理念及行為」為主，課程時間二天。本課程涵蓋了“無痕山林”的七項原則以及教導如何降低環境衝擊的技巧。

1. 無痕山林七項原則
2. 事前充分的規劃與準備 Plan Ahead and Prepare
3. 在可承受地點行走宿營 Travel and Camp on Durable Surfaces
4. 適當處理垃圾維護環境 Dispose of Waste Properly
5. 保持環境原有的風貌 Leave What You Find
6. 減低用火對環境的衝擊 Minimize Use and Impact from Fires
7. 尊重野生動植物 Respect Wildlife
8. 考量其他的使用者 Be Considerate of Other Visitors

## 2. 執行成果指標(量化與質化)

## 3. 活動訊息傳遞方式

☒校內簽辦 ☐學校最新消息 ☐海報

☒ e-mail ☐其他：\_\_\_\_\_

(請以文字及拍照或擷取畫面說明傳遞方式，圖片寬度 10CM)

訊息傳遞方式需有照片及說明

無痕山林運動宣導講座主要針對想初步了解『Leave No Trace 無痕山林運動』的理念者所設計的課程。其內容主要包含了宣導及教育無痕山林運動的觀念之外，也對無痕山林運動七大原則的技巧與倫理有基本的認知。同時讓學員了解如何在戶外活動中正確的運用 LNT。課程結訓之後，參與學員可獲得由 Leave No Trace® 組織所核發的 LNT Awareness Workshop 完成證書。

### 一、課程說明

1. 課程時間：6/1-3
2. 課程地點：志佳陽山
3. 課程人數：共 16 人。
4. 設計架構與內容說明

### 二、預期效益

1. 對無痕山林運動七大原則的技巧與倫理有基本的認知與了解。
2. 進而協助將遊憩活動對自然生態的衝擊降到最低。
3. 透過反思引導，實際冒險經驗轉換於未來生活中。



## 三、人力配置與職務分配

職務	人數	工作
引導員	1 位	教案預備、課程執行
安全技術人員	1 位	設施前置架設與檢查、緊急意外事件處理

## 活動花絮

活動照片最少 6 張，每張需有照片說明，請排列於 A4 版面內，每張 A4 紙張排列直式 4 張或橫式 6 張照片(每張照片長寬比例要一樣，可設定寬度 8CM)。



登山口拍照



實際教案進行



進行登山體驗一



進行登山體驗二





學生進行無痕山林教學



進行登山體驗三，完成課程離開志佳陽山

## 4. 活動相關附件(活動簡章、摘要議程或流程字)

## 志佳陽大山 登山計劃書

攀登地點	志佳陽大山	攀登時間	111 年 6 月 1 日 06 時 00 分至 111 年 6 月 3 日 16 時 00 分
		緊急應變機制啟動時間	111 年 6 月 3 日 21 時 00 分
行程計畫	Day1：國立體育大學→南山部落全家便利商店→7-11 環山門市→四季蘭溪吊橋→苗圃工寮→苗圃工寮紮營 Day2：苗圃工寮→賽良久營地→瓢簞山屋→志佳陽基點峰→志佳陽大山→苗圃工寮紮營 Day3：苗圃工寮→→四季蘭溪吊橋→南山部落→國立體育大學		
入山地點	四季蘭溪吊橋	下山地點	四季蘭溪吊橋
無線電頻道	無	山上行動電話	0980377246(浩)
領隊	羅浩桓	電話	0980377246
留守人	蘇寬御	電話	0989817066

預計行程：

Day1(6/19)：

0630 國立體育大學行政大樓出發→1000 南山部落→1100 環山部落→1200 四季蘭溪吊橋→1500 苗圃營地→紮營

Day2(6/20)：

0530 起床早餐→0630 輕裝出發→0830 賽良久營地→1000 瓢簞山屋→1035 志佳陽基點峰→1050 志佳陽大山→(最晚)1200 離開志佳陽大山→1530 苗圃營地紮營

Day3(6/21)：

0700 起床早餐→0800 拔營整裝→課程收斂、簡單獨處→(最晚)1200 離開苗圃營地→1500 7-11 環山門市→1900 國立體育大學行政大樓

實際行程：

待補充

## 參考記錄：

記錄一：<https://hiking.biji.co/index.php?q=trail&act=detail&id=531>紀錄二：[https://hiking.biji.co/index.php?q=review&act=info&review\\_id=19120](https://hiking.biji.co/index.php?q=review&act=info&review_id=19120)

## 應變計畫：

1. 若有颱風、長天數豪雨特報考慮取消行程。
2. 若 D1 出現山上無法解決之問題，則與留守人確認後，往四季蘭溪登山口下撤。
3. 若 D2 出現山上無法解決之問題，則與留守人確認後，往四季蘭溪登山口下撤。



4. 若 D3 出現山上無法解決之問題，則與留守人確認後，往四季蘭溪登山口下撤。

## 營地與水源：

Day1、Day2:

3. 1K 活水源

## 手機可通聯處及預計通聯時間地點：

每日出發前、中午、到達營地在有訊號處與留守人以 LINE 聯繫，若無網路則以電話或簡訊連絡沿途局部中華電信有收訊、志佳陽山頂收訊

## 緊急聯絡單位：

- 太魯閣國家公園管理處 電話：03-862-1100 ~ 6
- 雪霸國家公園管理處 電話：037-996100
- 勝光派出所 電話：04-25901004

-1. 人體照相機(地點在防火巷樹林內):課程目標為對大自然環境的觀察。兩人一組(一為攝影師與另一人為照相機)由起點出發，攝影師將照相機的鏡頭蓋蓋上(失能)，將照相機帶到認為風景獨特或優美的地方(過程中須注意照相機的安全)，定位後將鏡頭蓋打開(須限制相機的照相角度，不可 360 度旋轉)，讓照相機拍照(觀察)，約一分鐘後將鏡頭蓋蓋上，走回出發點，接著讓照相機帶著攝影師到拍照處確認是否跟剛剛一樣，回到起點分享，交換身分。

-2. 環境議題公聽會(地點在防火巷適合處):課程目標為對自然環境議題的認識、分析與討論。分為三組(會在登山課程前幾周提供議題)，各組需事前做議題相關的功課與準備，最後需在山上由各種方式向大家簡報負責的議題內容與分析、討論(或辯論)

### ● LNT 活動(浩桓)

-1. 在人類到來後:2~3 人一組，每組會拿到一張風景照片與簽字筆，由帶領者提供的情境下，在圖片上畫下認為”在人類到來後”的結果，接著往右傳繼續畫下不同情境的結果，直到各組的照片回到手中，在跟大家分享各組照片的變化。

-2 請帶走自己的垃圾，如果可以，請帶走更多:出發前各組會拿到垃圾袋，在三天的登山過程中盡可能地收集各組”可負擔”的人造垃圾，D3 在多加屯山屋進行垃圾漂流記故事分享(各組在收集的垃圾中挑選其中一個，以第一人稱視角向大家述說該垃圾的漂流記)

### ● 獨處(浩桓)

-1. 過夜獨處(時間為 D2 1600 後，地點在松風嶺或往回走防火巷樹林):登山課程出發前兩周邀請有意願的人在山上獨處過夜，需具備能自己架設外帳、對自我身心與環境的安全評估能力，不開火(多準備一晚餐與午餐)，限額 6-8 位，獨處時間持續至 D3 1330 集合。

-2 簡單獨處(時間為 D3 1030 後，地點在松風嶺或往回走防火巷樹林):由引導員選定區域後將學員帶至適合地方(各學員距離約 3-5 米，互不見面)，獨處時間持續至 1330 集合。

## 課程內容：

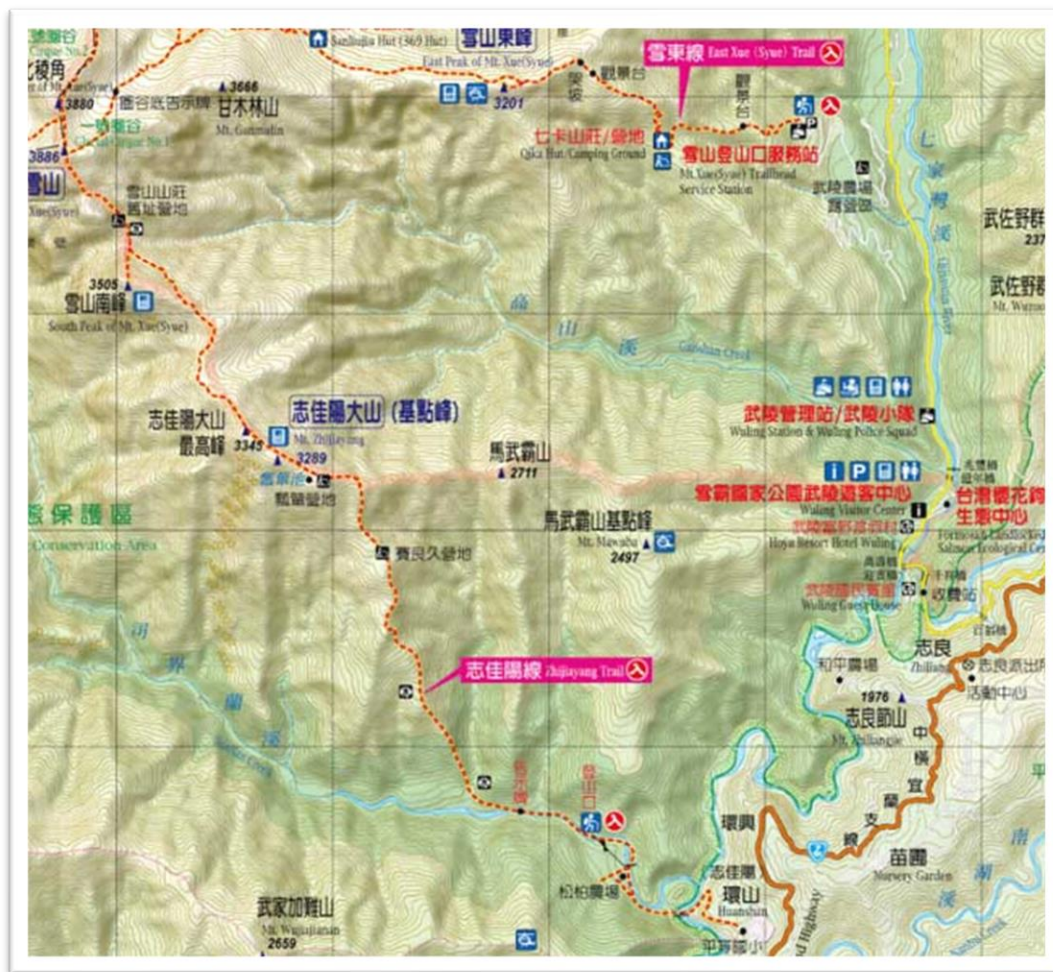
D1 LOD、垃圾收集、公聽會 1

D2 人類、人體照相機、公聽會 2、公聽會 3、垃圾漂流、過夜獨處

## D3 簡單獨處

附件：

## ➤ 地圖



## ➤ 裝備清單

裝備檢核表：\*為必備 其他為選配

	裝備	數量	備註
公 裝	*濾水器		
	*帳篷(含地布)		
	*鍋具		
	*貓鏟		
	*急救包		
	*爐具(含瓦斯、打火機)		
	*天幕(含營繩營釘)		
	*水袋		
個 人	*備用衣物		排汗衣褲、內衣褲、襪子，穿一備一
	*頭部保暖		頭巾、毛帽

	*保暖層		刷毛、化纖、羽絨
	*防曬物品		帽子、袖套、防曬乳、太陽眼鏡
	手套		
	護膝		
	*登山鞋		
	營地鞋		
	*水瓶、水袋、保溫瓶		至少 2 升
	*睡袋		
	*睡墊		
	*頭燈(含電池)		備用電池兩組
	*雨衣雨褲		兩節式為佳
	登山杖		
	*哨子		
	*大黑垃圾袋		緊急避難用
	*餐具		
	*衛生用品		
	*個人藥品		
	*筆記本、筆		

**急救包內容物：**

品名	數量	用途
乳膠手套	雙	保護自己不受感染
10C.C. 針筒	個	清洗傷口尤其是不容易清洗的傷口
鑷子	個	清除傷口異物
各種尺寸紗布	包	傷口包紮
優碘片	數個	消毒傷口
酒精棉片	數個	消毒器具
寬版透氣膠帶	捲	傷口包紮、水泡處理
剪刀	個	
moleskin	個	水泡處置
三角巾	個	
大力貼	個	緊急固定
軟式護木	個	傷肢固定
棉棒	包	
小護士	個	
利膚	個	
舒緩乳膠	個	
Ibuprofen 或 acetaminophen 非類固醇消炎止痛藥	顆	消炎止痛
止瀉劑	顆	停止腹瀉