

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 USR Hub 計畫 - 「培養負責任的自然環境使用者：無痕山林教育的在地扎根計畫」		
活動名稱	戶外體驗暨無痕山林課程	指標	[USR Hub_B]
主辦單位	國立體育大學國際運動管理與創新博士學位學程		
活動日期	<u>110</u> 年 <u>1</u> 月 <u>21</u> 日 星期 <u>四</u> <u>110</u> 年 <u>1</u> 月 <u>24</u> 日 星期 <u>日</u> <u>110</u> 年 <u>10</u> 月 <u>31</u> 日 星期 <u>日</u> <u>110</u> 年 <u>11</u> 月 <u>7</u> 日 星期 <u>日</u> <u>110</u> 年 <u>11</u> 月 <u>14</u> 日 星期 <u>日</u> <u>110</u> 年 <u>11</u> 月 <u>20</u> 日 星期 <u>六</u> <u>110</u> 年 <u>11</u> 月 <u>21</u> 日 星期 <u>日</u> <u>110</u> 年 <u>11</u> 月 <u>27</u> 日 星期 <u>六</u> <u>110</u> 年 <u>11</u> 月 <u>28</u> 日 星期 <u>日</u>		
活動時間	同上	活動地點	國立體育大學
活動網址	無		
授課教師	陳龍弘	聯絡電話：03-3283201 #8654	電子信箱：fjudragon@ntsue.edu.tw
總參與人數	參與學生 <u>97</u> 人		
相關附件			
<input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 簽到表 <input checked="" type="checkbox"/> 問卷資料 <input type="checkbox"/> 其他：			
開課單位承辦人		開課單位主管	教學業務發展組承辦人

1. 活動內容簡述

本計畫著力於建構在地化的無痕山林教育策略，為使無痕山林之理念能夠落實於在地生活中，故辦理戶外活動體驗課程。藉由攀樹、定向越野及無痕山林等活動，吸引附近在地居民及機關團體參與，進而將環境倫理以及環境永續之概念融入戶外活動課程的實際體驗。透過本活動引起附近機關團體及在地居民對於環境永續之意識，將無痕山林之種子散播出去，讓無痕山林之理念得以落實於生活，使其對於社區環境產生使命感，以達到人與自然和平共處之理想。

2. 執行成果指標(量化與質化)

量化：

1. 總計辦理 9 梯次戶外體驗暨無痕山林課程，較原預期多辦理 4 梯次。
2. 活動參與人數總計 97 人次，較原預期多觸及 47 人次。

質化：

1. 教學創新、課程發展及實施成效

休閒行為研究課程及休閒農業專題課程安排學生至龜山地區進行生態導覽，帶領學生了解龜山地區環境生態變遷，安排參觀在地茶園，並讓學生實際體驗種茶、製茶等過程，讓學生從茶中師法自然，友善環境。學生透過課程安排，得以更深入了解龜山區的生態環境，結合課堂所學，規劃在地生態環境之行程並將無痕山林之精神融入，期盼透過在地生態環境旅行吸引民眾參與，進而推廣無痕山林教育。

2. 場域經營與夥伴關係發展成效

本團隊已邀請龜山地區國高中（壽山高中及大崗國中）之師生參與戶外體驗課程及無痕山林工作坊，透過單日課程及工作坊，傳遞本計畫環境倫理以及環境永續之概念，藉此引起學校師生對於環境保護之意識，進而認同本計畫之理念，願意一同負起環境的在地扎根教育之責。本年度因疫情嚴峻之影響，故以單日課程及工作坊為主，預計明年度辦理無痕山林教育教師培訓課程，龜山地區國高中之教師有高度興趣，積極參與討論無痕山林教育教師培訓課程，並期盼能將無痕山林課程帶入校園，讓無痕山林之種子從國民教育萌芽。

3. 資源鏈結及外部合作推動成效

本團隊與龜山在地茶園及楓茶米休閒農業發展協會合作，凝聚在地各團體之資源及力量，一同推動在地多元課程，讓民眾可以理解在地生態環境，喚起對於這片土地的環境保護，進而推動社區環境永續發展。

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：親自拜訪學校鄰近的里長及機關團體

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)。



單日無痕山林工作坊上課情形



大崗國中教師參加無山林工作坊



龜山地區居民參與戶外體驗暨無痕山林課程



龜山地區國中教師參加戶外體驗暨無痕山林課程



休閒行為研究課程至龜山在地茶廠進行生態導覽



龜山地區居民參與戶外體驗暨無痕山林課程

	4. 活動相關附件(活動簡章、摘要議程或流程字)
	<p>附件一-110 年學員簽到表</p> <p>附件二_定向越野課程內容</p> <p>附件三-滿意度問卷調查</p>

備註：請以書面及電子檔各乙份於系列活動結束後 2 週內送至 2 樓教學業務發展組莘悅(#1267)，謝謝

高教深耕 (USR Hub) 「培養一個負責任的自然環境使用者：

無痕山林教育的在地扎根計畫」LNT 工作坊

簽到表

一、活動日期：110 年 1 月 21 日(四) 上午 8:30 至下午 4:30

二、活動地點：國立體育大學教學行政大樓 503 教室

	姓名	簽到
1 ₄	林冠汝	
2	鄭瑋婷 _義	鄭瑋婷
3	賴建億	賴建億
4	劉育真	劉育真
5	黃昱凱	黃昱凱
6 ₄	吳念臻 _義	
7 ₄	謝秉惠	
8	劉澗雯	劉澗雯
9 _X	李佩蓉	
10	陳俊賢	陳俊賢
11	任能英	任能英
12	李霈蓉	李霈蓉
13	張美珍	張美珍

高教深耕 (USR Hub) 「培養一個負責任的自然環境使用者：

無痕山林教育的在地扎根計畫」

簽到表

一、活動日期：110年1月24日(日)

二、活動地點：國立體育大學

	姓名	簽到
1	徐大溢	徐大溢
2	陳美燕	陳美燕
3	廖至仁	廖至仁
4	周靜雅	周靜雅
5	廖維駿	廖維駿
6	王聖元	王聖元
7	邱真蔚	邱真蔚
8	王宣茹	王宣茹
9	王宣評	王宣評
10	楊詠晴	楊詠晴 ☺
11	陳家真	陳家真
12	王學評	王學評
13		

高教深耕 (USR Hub) 「培養一個負責任的自然環境使用者：

無痕山林教育的在地扎根計畫」

學員簽到表

一、活動日期：110年10月31日(日)

二、學員簽到：

編號	名字	簽到	備註
1	林冠汝	林冠汝	
2	鄭瑋婷	鄭瑋婷	
3	賴建億	賴建億	
4	吳襄怡	吳襄怡	
5	蔡予婷	蔡予婷	
6	吳念臻	吳念臻	
7	曾子寧	曾子寧	
8	王聖芳	王聖芳	
9	游蕙娟	游蕙娟	
10	鄭幸珍	鄭幸珍	
11	任能英	任能英	
12	陳婕宜	陳婕宜	

高教深耕 (USR Hub) 「培養一個負責任的自然環境使用者：

無痕山林教育的在地扎根計畫」

學員簽到表

一、活動日期：110 年 11 月 7 日(日)

二、學員簽到：

編號	名字	簽到	備註
1	黃國丞	黃國丞	
2	劉貞成	劉貞成	
3	龍妍蕙	龍妍蕙	
4	柯嘉琳		
5	簡得志	簡得志	
6	陳振樂	陳振樂	
7	李珊妮	李珊妮	
8	林品慈		
9	陳諭中	陳諭中	
10	林祐葳	林祐葳	

高教深耕 (USR Hub) 「培養一個負責任的自然環境使用者：

無痕山林教育的在地扎根計畫」

學員簽到表

一、活動日期：110 年 11 月 14 日(日)

二、學員簽到：

編號	名字	簽到	備註
1	呂薇	呂薇	
2	黃怡蓁	黃怡蓁	
3	羅梓瑄	羅梓瑄	
4	林維健	林維健	
5	鍾佳哲	鍾佳哲	
6	張湘宇		
7	林辰樺	林辰樺	
8	賴昱誌	賴昱誌	
9	洪鈺鑫	洪鈺鑫	
10	袁任甫	袁任甫	
11	陳弘展	陳弘展	
12	胡詠瑄		

高教深耕 (USR Hub) 「培養一個負責任的自然環境使用者：

無痕山林教育的在地扎根計畫」

學員簽到表

一、活動日期：110 年 11 月 20 日(六)

二、學員簽到：

編號	名字	簽到	備註
1	楊芸	楊芸	
2	洪家揚	洪家揚	
3	許民輝	許民輝	
4	葉日尊	葉日尊	
5	郭鎔誌	郭鎔誌	
6	莊侑儒	莊侑儒	
7	呂映萱	呂映萱	
8	康舒詠	康舒詠	
9	蔡承祐	蔡承祐	
10	蔡錫銘	蔡錫銘	

高教深耕 (USR Hub) 「培養一個負責任的自然環境使用者：

無痕山林教育的在地扎根計畫」

學員簽到表

一、活動日期：110 年 11 月 20 日(六)

二、學員簽到：

編號	名字	簽到	備註
1	蔡宗諺	蔡宗諺	
2	蔡知諺	蔡知諺	
3	陳韋伶	陳韋伶	
4	石凱元	石凱元	
5	陳俊佑	陳俊佑	
6	林佑旻	林佑旻	
7	張舒涵	張舒涵	
8	莊捷安		
9	范中鼎		
10			

高教深耕 (USR Hub) 「培養一個負責任的自然環境使用者：

無痕山林教育的在地扎根計畫」

學員簽到表

一、活動日期：110 年 11 月 21 日(日)

二、學員簽到：

編號	名字	簽到	備註
1	章育碩	章育碩	
2	鍾承恩	鍾承恩	
3	余珮葶	余珮葶	
4	郭宇閔	郭宇閔	
5	黃日恩		
6	張菖祐	張菖祐	
7	王雲秀		
8	蔣承潤	蔣承潤	
9	賴宇宣	賴宇宣	
10	曹良愷	曹良愷	
11	吳仔璇	吳仔璇	
12	陳竑村	陳竑村	

高教深耕 (USR Hub) 「培養一個負責任的自然環境使用者：

無痕山林教育的在地扎根計畫」

學員簽到表

一、活動日期：110 年 11 月 27 日(六)

二、學員簽到：

編號	名字	簽到	備註
1	張以蓁	張以蓁	
2	馮軍	馮軍	
3	陳宜萱	陳宜萱	
4	蔡宜廷		
5	江昱威	江昱威	
6	鄭嘉仁	鄭嘉仁	
7	潘椿穎	潘椿穎	
8	羅國璋	羅國璋	
9	曾珮瑤		
10	葉享朋	葉享朋	
11	包偉誠	包偉誠	
12	林義詔	林義詔	

高教深耕 (USR Hub) 「培養一個負責任的自然環境使用者：

無痕山林教育的在地扎根計畫」

學員簽到表

一、活動日期：110 年 11 月 28 日(日)

二、學員簽到：

編號	名字	簽到	備註
1	曾思涵	曾思涵	
2	鄭信泓	鄭信泓	
3	陳琪蓉	陳琪蓉	
4	黃伊柔	黃伊柔	
5	鄭獻文	鄭獻文	
6	李敬仁		
7	蔣廣皚	蔣廣皚	
8	林夢琪	林夢琪	
9	陳念汝	陳念汝	
10	林佳瑩	林佳瑩	
11	林佳萱		
12	石芮恩		




林冠妤



- ✓ 2015年入選 定向越野中華代表隊
- ✓ 2016年亞錦賽代表隊
- ✓ 2016年北京定向週 台灣唯一受邀女選手
- ✓ 2017年世青賽代表隊
- ✓ 2017年亞青賽第四名
- ✓ 2018年亞錦賽代表隊
- ✓ 2019年全大運 銅牌

 peanutbabo



來自瑞典語的原意：
「借助地圖、指北針及器具來穿越一個未知的區域，安全地抵達目的地。」

What we need?







The colors on the maps



植被類 Yellow

	空旷地 Open land
	稀树空旷地 Open land with scattered trees
	杂草地 Rough open land
	稀树杂草空旷地 Rough open land with scattered trees
	果林 葡萄园 Orchard Vineyard
	耕地 Cultivated land

植被類 Green

橄欖綠 = 禁區

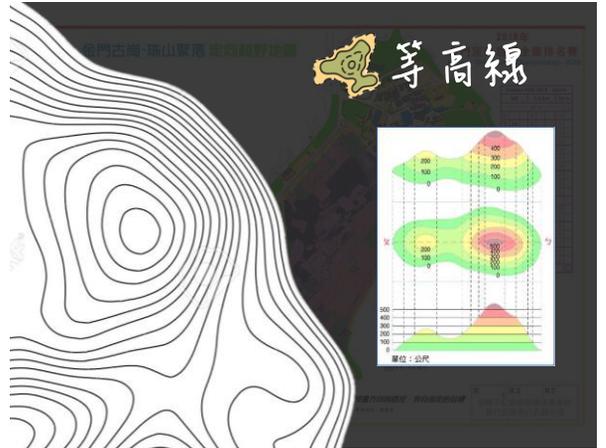
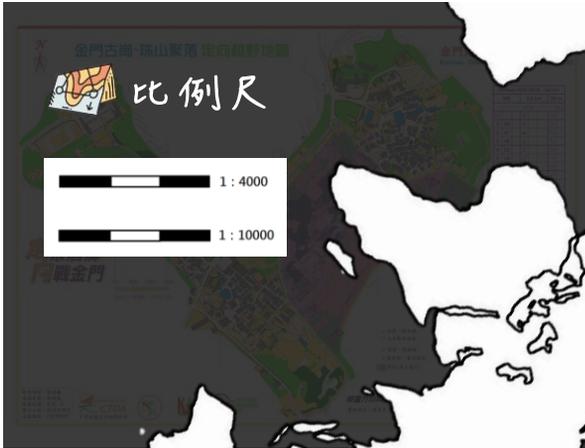
	慢跑树林 Forest: slow running
	慢跑低矮丛林 Undergrowth: slow running
	慢行树林 Forest: difficult to run
	慢行低矮丛林 Undergrowth: difficult to run
	通行困难树林 Vegetation: very difficult to run, impassable
	单向可跑树林 Forest runnable in one direction
	明显植物边界 Distinct vegetation boundary
	不明显植物边界 Indistinct vegetation boundary
	特殊植物符号 Special vegetation features

植被類 White

	可跑树林 Forest: easy running
--	---------------------------

水坑、积水塘
 篮球场、运动场地
 禁區(禁止通行)

規劃方向與路徑、奔向指定的目標
 賽程設計：謝清良



TIPS 沿途確認路線

圖景對照



TIPS 路向抉擇 4S

1. STOP-停止，在遇到岔路或迷路時
2. SET MAP-正置地圖，確認自己在地圖上和現地相符
3. SELECT-選擇路線，規劃前往目標的適當路線
4. SET MAP-正置地圖，再次確認自己在地圖上和現地相符



有什麼樣的比賽形式？



順點賽





活動梯次	1.請問您	2.請問您	3.專題演	4.我認為	5.我認為	6.我認為	7.請問您	8.請問您	9.請問您	10.請問您	11.對於本次活動主題是否有其他建議	12.您對於本活動的感想與建議	13.服務單位	14.年齡
110/1/21(四)	5		4	5	5	5	4	5	4	5	期待兩天一夜工作坊		大崗國中	51-60歲
110/1/21(四)	5	4	4	4	5	4	5	4	5	5		有實作引導,很充實	大崗國中	31-40歲
110/1/21(四)	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5			大崗國中	31-40歲
110/1/21(四)	4	5	5	5	4	5	4	5	4	5			大崗國中	41-50歲
110/1/21(四)	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4		很有收穫	大崗國中	21-30歲
110/1/21(四)	5	4	5	4	5	5	4	5	5	4			大崗國中	41-50歲
110/1/21(四)	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5		學習到很多無痕山林的概念	大崗國中	31-40歲
110/1/21(四)	4	4	5	4	5	4	5	5	5	5			大崗國中	31-40歲
110/1/21(四)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5			大崗國中	31-40歲
110/1/24(日)	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5			龜山區居民	31-40歲
110/1/24(日)	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5			龜山區居民	1-10歲
110/1/24(日)	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5			龜山區居民	1-10歲
110/1/24(日)	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5		有趣,有教育意義	龜山區居民	31-40歲
110/1/24(日)	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5			龜山區居民	11-20歲
110/1/24(日)	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5			龜山區居民	11-20歲
110/1/24(日)	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5			文青里區民	31-40歲
110/1/24(日)	4	5	5	5	4	5	4	5	5	5			文青里區民	11-20歲
110/1/24(日)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5			龜山區居民	31-40歲
110/1/24(日)	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5			龜山區居民	11-20歲
110/1/24(日)	5	4	5	4	5	5	4	5	4	5			龜山區居民	41-50歲
110/1/24(日)	4	5	4	5	5	4	5	5	5	5			龜山區居民	41-50歲
110/10/31(日)	4	5	5	5	4	5	4	5	5	5			大崗國中	31-40歲
110/10/31(日)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	很讚		大崗國中	21-30歲
110/10/31(日)	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5		謝謝講師仔細講解	大崗國中	21-30歲
110/10/31(日)	5	4	4	4	5	4	5	4	5	5			大崗國中	11-20歲
110/10/31(日)	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5		好玩	大崗國中	11-20歲
110/10/31(日)	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5			大崗國中	11-20歲
110/10/31(日)	4	4	5	4	5	4	5	5	5	5		有趣	大崗國中	11-20歲
110/10/31(日)	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5			大崗國中	11-20歲
110/10/31(日)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5			大崗國中	11-20歲
110/10/31(日)	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5			大崗國中	11-20歲
110/10/31(日)	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5			大崗國中	11-20歲
110/10/31(日)	5	4	5	4	5	5	4	5	4	5			大崗國中	11-20歲
110/11/7(日)	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5			龜山區居民	11-20歲
110/11/7(日)	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5			龜山區居民	41-50歲
110/11/7(日)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		希望下次還能參加	龜山區居民	31-40歲
110/11/7(日)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5			龜山區居民	41-50歲
110/11/7(日)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5			龜山區居民	31-40歲
110/11/7(日)	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4			龜山區居民	31-40歲
110/11/7(日)	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5		寓教於樂	龜山區居民	41-50歲
110/11/7(日)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5			龜山區居民	31-40歲
110/11/14(日)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5			龜山區居民	31-40歲
110/11/14(日)	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5			龜山區居民	41-50歲
110/11/14(日)	4	4	5	4	5	5	4	5	5	5			龜山區居民	21-30歲
110/11/14(日)	5	4	4	5	5	5	5	4	5	5		非常棒的體驗	龜山區居民	41-50歲
110/11/14(日)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5			龜山區居民	31-40歲
110/11/14(日)	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5			龜山區居民	41-50歲
110/11/14(日)	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5		讚	龜山區居民	21-30歲
110/11/14(日)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5			龜山區居民	31-40歲

110/11/14(日)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		龜山區居民	31-40歲
110/11/14(日)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		龜山區居民	31-40歲
110/11/20(六)	5	5	5	5	4	4	4	5	5	4		學生	1-10歲
110/11/20(六)	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		學生	1-10歲
110/11/20(六)	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4		學生	1-10歲
110/11/20(六)	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	標示可以再清楚一些	龜山區居民	31-40歲
110/11/20(六)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		龜山區居民	41-50歲
110/11/20(六)	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	建議可以分批開始	龜山區居民	31-40歲
110/11/20(六)	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		龜山區居民	31-40歲
110/11/20(六)	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5		龜山區居民	41-50歲
110/11/20(六)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	很有趣,台灣很少這些活動	龜山區居民	11-20歲
110/11/20(六)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		龜山區居民	11-20歲
110/11/20(六)	5	5	5	5	4	4	4		5	5		龜山區居民	41-50歲
110/11/20(六)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		龜山區居民	21-30歲
110/11/20(六)	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4		龜山區居民	31-40歲
110/11/20(六)	5	5	5	4	3	5	5	5	5	5		龜山區居民	21-30歲
110/11/20(六)	5	5	4	5	4	4	5	5	5	5	有趣	龜山區居民	31-40歲
110/11/20(六)	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5		龜山區居民	31-40歲
110/11/20(六)	4	5	4	5	4	4	5	5	5	5		龜山區居民	31-40歲
110/11/21(日)	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		龜山區居民	21-30歲
110/11/21(日)	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5		龜山區居民	31-40歲
110/11/21(日)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	好玩	龜山區居民	31-40歲
110/11/21(日)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		龜山區居民	31-40歲
110/11/21(日)	5	5	5	5	4	4	4	5	5	4		龜山區居民	31-40歲
110/11/21(日)	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		龜山區居民	41-50歲
110/11/21(日)	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	可以多辦類似活動	龜山區居民	41-50歲
110/11/21(日)	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5		龜山區居民	31-40歲
110/11/21(日)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		龜山區居民	31-40歲
110/11/21(日)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		龜山區居民	31-40歲
110/11/27(六)	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5		龜山區居民	31-40歲
110/11/27(六)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		龜山區居民	31-40歲
110/11/27(六)	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	不一樣的體驗	龜山區居民	1-10歲
110/11/27(六)	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4		龜山區居民	11-20歲
110/11/27(六)	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5		龜山區居民	31-40歲
110/11/27(六)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	很有趣	龜山區居民	31-40歲
110/11/27(六)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		龜山區居民	1-10歲
110/11/27(六)	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5		龜山區居民	1-10歲
110/11/27(六)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		龜山區居民	11-20歲
110/11/27(六)	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4		龜山區居民	41-50歲
110/11/28(日)	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	課程內容很豐富	龜山區居民	41-50歲
110/11/28(日)	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5		龜山區居民	11-20歲
110/11/28(日)	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5		龜山區居民	11-20歲
110/11/28(日)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	很棒的體驗	龜山區居民	31-40歲
110/11/28(日)	5	4	5	5	4	4	5	5	5	4		龜山區居民	31-40歲
110/11/28(日)	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		龜山區居民	31-40歲
110/11/28(日)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4		龜山區居民	41-50歲
110/11/28(日)	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5		龜山區居民	41-50歲