

2026 面山面海論壇之議程活動場次總表

場次	場次名	日期(籌備研議中)		地點 / 場域	主辦/協辦單位
第 01 場	南華場	06 月 13 日	週六	南華大學	南華大學
第 02 場	墾丁場	07 月 11 日 因應颱風延期 07 月 25 日	週六	墾丁國家公園管理處	墾丁國家公園管理處
第 03 場	黑熊場	08 月 08 日	週六	八通關越道 鹿鳴吊橋段 臺灣黑熊教育館	卓溪社區發展協會 臺灣黑熊教育館 林業及自然保育署花蓮分署
第 04 場	卓溪鄉場	08 月 13 日－ 08 月 14 日	週四－五	卓溪鄉公所	卓溪鄉公所 交通部觀光署花東縱谷國家風景管理處
第 05 場	基隆場	08 月 20 日	週四	國立臺灣海洋大學 第一演講廳	基隆市政府教育處 國立臺灣海洋大學 基隆市消防局
第 06 場	石門場	08 月 22 日 因逢及農曆七月 09 月 06 日	週日	依山閣 3 樓會議廳 阿姆坪	水利署北區水資源分署 石門水庫管理中心 桃園市體育總會划船委員會
第 07 場	金門場 A	09 月 18 日	週五	國立金門高級中學國際會議 廳、田徑運動場	國立金門高級中學 金門消防局
第 08 場	金門場 B	09 月 18 日	週五	金門國家管理處 野外活動區	金門國家公園管理處 金門縣政府教育處 金門消防局
第 09 場	臺中場	09 月 30 日	週三	中山醫學大學	中山醫學大學
第 10 場	南投場	10 月 02 日	週五	國立水里高級商工職業學校	國立水里高級商工職業學校 玉山國家公園管理處
第 11 場	慈濟場	10 月 03 日	週六	慈濟大學建國校區	財團法人慈濟大學
第 12 場	潮州場	10 月 17 日	週六	林後四林平地森園區	林業及自然保育署屏東分署
第 13 場	屏東場	10 月 21 日	週三	屏東縣大路關國民小學	屏東縣政府教育處 屏東縣大路關國民小學
第 14 場	臺東場 A	10 月 23 日	週五	國立臺東大學師範學院 體育系(淑真講堂)	國立臺東大學 林業及自然保育署臺東分署
第 15 場	臺東場 B	10 月 24 日	週六	國立臺東大學 運健中心鋼棚/游泳池	國立臺東大學 林業及自然保育署臺東分署
第 16 場	臺北場 A	10 月 30 日	週五	臺北市政府消防局訓練中心	臺北市政府消防局 臺北市政府體育局
第 17 場	臺北場 B	10 月 31 日	週六	臺北市立成功高級中學 視聽中心	臺北市政府體育局
第 18 場	澎湖場	11 月 07 日	週六	澎湖海洋地質公園中心	海洋國家公園管理處 澎湖縣政府教育處 澎湖縣風櫃國民小學
第 19 場	東華場	11 月 13 日	週五	東華大學體育館	國立東華大學 林業及自然保育署花蓮分署
第 20 場	嘉義場	11 月 14 日	週六	觸口自然教育中心	林業及自然保育署嘉義分署
第 21 場	花蓮場	09 月 24 日	週四	國立東華大學桌球大廳/東湖	花蓮縣政府教育處 花蓮縣立秀林國民中學
第 22 場	金門場 C	09 月 17 日	週四	國立金門農工大禮堂	金門高級農工職業學校

各場之議程表單

第一場 南華場【SDGs 永續發展目標 4-優質教育】

時 間： 115 年 06 月 13 日上午 08:00 至 16:00

地 點： 南華大學/嘉義縣大林鎮南華路一段 55 號

室內場地： 南華大學無盡藏圖書館一樓 W102(含開閉幕)

戶外場地： 平安草原、九品蓮華大道桉樹林

主 持 人：王世福

時 間	議 題		講 者	
08:30	報到			
09:00 ~ 09:10	長官期勉 / 團體紀念照			
09:20 ~ 09:30	野外活動-定位器的重要裝備 社團法人台灣登山教育推展協會推廣 講者:朱苡嬪			
09:40 ~ 10:30	大山的呼喚		講師:潘義祥教授	
10:40 ~ 11:30	生命之啟示與面山面海		講師:張舒涵	
11:30 ~ 12:30	午餐			
12:30 ~ 12:40	感受一下 走入森林? 出發前說明			
12:40 ~ 15:10	森林療癒師的學程與養成課程（請前往平安草原、九品蓮華大道桉樹林）			
	1. 和樹木交朋友 講師 謝宜蓉 2. 正念呼吸和精油放鬆 講師 廖婉汝 3. 五感正念覺察 講師 阮璟雅			
	講師 謝宜蓉	講師 廖婉汝	講師 阮璟雅	學員組別
12:40~13:30	B 組	C 組	A 組	A B C
13:30~14:20	C 組	A 組	B 組	報到時請學員圈選 (各組人數約 20 名)
14:20~15:10	A 組	B 組	C 組	
15:10 ~ 16:00	森林療癒與面山面海 引言人 謝宜蓉 與談人 潘義祥 廖婉汝 阮璟雅 張舒涵			
16:00	賦歸明年再相會			

攝錄影編輯專員：鄭珀旻

森林大海中看見生命之璀璨

戶外探索與森林慢活體驗 in 南華

戶外探索融合戶外運動、自然生態、領導力與生命教育等多元元素，更能啟發內在潛能與對生命的敬重，森林中的慢活體驗，則有助於身心舒暢與情緒調適。南華大學於 2020 至 2024 年間，連續五年榮獲英國《泰晤士高等教育》（THE）世界大學影響力排名全球 401–600 名，展現卓越的國際學術與社會貢獻表現。學校亦被譽為「世界百大森林大學」，榮獲教育部「生命教育卓越學校」肯定，在自然與人文教育領域皆有傑出表現。本校推動慢城 USR 計畫，所處之地嘉義大林亦是臺灣正式認證的「慢城」，校園內蓊鬱林木、環境幽美，是進行戶外探索教育的絕佳場域。面對現代科技文明所導致的久坐生活型態，大自然正是人類身心療癒

的天然場域，也成為發展戶外教育的關鍵契機。戶外教育強調人類與自然環境的依存關係，重視生命的價值與環境的永續發展。在戶外教育中，推動「無痕山林」（Leave No Trace）、「友善海洋」（Ocean Friendly），「回到起點」（Back to the Beginning）的理念，重新尋回人類與自然的原始連結。本次課程活動期望參與者能夠學習到「戶外探索教育的理論與實務素養」、「理解戶外活動中的倫理原則與安全教育」、「建立與自然永續共存的正向態度與行動能力」等戶外教育素養。透過知行合一的探索歷程，引領學習者在自然中自我覺察、培養責任、並實踐關懷，落實本校「慧道中流」與三好精神的教育願景。



第二場 墾丁場【SDGs 永續發展目標 4-優質教育】

時 間：~~115 年 07 月 11 日~~因應颱風改期至 115 年 07 月 25 日（週六）09:00 至 16:30

地 點：墾丁國家公園管理處

室內場地：墾管處保育課研習教室

海生館講堂第三會議室

戶外場地：後灣社區

國立海洋生物博物館-海洋教育中心

主 持 人：李永昌

時間	議題	講師
08:30	報到 高雄市面山面海協會志工服務	
09:00 ~ 09:10	長官期勉 / 團體紀念照	
09:10 ~ 10:00	植物獵人引領著看見台灣的森林世界	洪信介
10:10 ~ 11:00	登山留守機制與定位設備	黃聖政
11:00 ~ 12:00	午餐	
12:50 ~ 14:10	後灣社區活動 後灣魚村簡介： - 水上活動，海鹽、鹽鹵 - 海洋御守 DIY - 簡易在地導覽	
14:20 ~ 15:50	海生館後場(海洋教育中心)	
16:00 ~ 16:30	海生館講堂 綜合分享 第三會議室	

面山面海推動組：

李永昌、盧益美、洪絹粧、張舒涵

(7/10 15:00 進場布置會場

7/11 12:00 場佈換場至後灣社區活動、14:00 至海生館後場/第三會議室、16:30 場佈退場)

NOTICE

※報名人數：50 人

注意事項：備飲用水、防曬衣物。動時請跟隨導覽人員，請勿脫隊單獨行動。

- 戒護員/報到服務員：盧益美 洪絹粧

- 攝錄影專員：袁瑞雲

森林大海中看見生命之璀璨

第三場 黑熊場 — 黑熊的故鄉【SDGs 永續發展目標 4-優質教育】

時 間： 08 月 08 日週六 9:00 至 16:00

地 點： 八通關越道 鹿鳴吊橋段

室內場地： 臺灣黑熊教育館

戶外場地： 八通關越道 鹿鳴吊橋段 卓溪部落

主 持 人：高度誠

時間	行程	執行者
09:00 ~ 09:30	報到處 台灣黑熊教育館	王世福
09:30 ~ 10:00	黑熊故鄉的故事	
10:00 ~ 10:30	上山去	
10:30 ~ 10:50	南安遊客中心 舒放身心	
10:50 ~ 11:20	入山儀式 團體照	高忠義
11:00 ~ 11:20	行前說明 無痕山林	高忠義
11:20 ~ 12:00	【黑熊的故鄉】Hiking ● 布農文化歷史講解 ● 遇見黑熊時	高忠義 台灣黑熊教育館 館長蔡淑娟
12:00 ~ 12:30	午餐自備	
12:30 ~ 14:20	八通關越嶺道 鹿鳴段 ● 步道植物生態探查 ● 黑熊的食物	高忠義 台灣黑熊教育館 館長蔡淑娟
14:20 ~ 15:20	紀念碑眺望 卓溪部落歷史故事	高忠義
15:20 ~ 16:00	回程-黑熊博物館解散～回到溫暖的家	各小組帶隊人員

面山面海推動組：博崴爸爸、王世福、黃正賢 (8/7 15:00 進場布置會場 8/8 16:30 場佈退場)

攝錄影編輯專員：陳杻安

【行程】

鹿鳴吊橋(11:20)→(0.2K, 5 分鐘)→鹿鳴駐在所遺蹟(解說 30 分鐘)(11:55)

→前進 300 公尺落石區著裝(頭盔)(12:00)→沿途解說+午餐休息(14:00)

→(1.8K, 120 分鐘)→2K 吊索橋→(0.7K, 20 分鐘)→紀念碑眺望(14:20)

→卓溪部落歷史故事→卓樂國小(15:20)→返程～回到溫暖的家

個人所需攜帶裝備:

頭盔(用畢後須歸還，遺失需購置同規格之新品)

輕便好穿的防滑運動鞋

防曬防蟲薄上衣

長褲

個人飲用水 2000CC 及行動糧

午餐及雨具自備

◎本次訓練活動遵行無痕山林原則，不遺留任何垃圾也不帶走營區步道任何東西。

天氣逢及颱風及豪大雨時 則順延一周

NOTICE 報名人數限 48 人。



森林大海中看見生命之璀璨

第四場 卓溪場【SDGs 永續發展目標 4-優質教育】

日期： 08 月 13 日(週四)至 08 月 14 日(週五)

時間： 07:00~21:00(Day 1) 07:00~12:00(Day 2)

地點： 瓦拉米步道

報到地點： 卓溪鄉原住民產業服務中心(玉里鎮上)泰昌里博愛路 53 號 2 樓

戶外場地： 佳心營地(瓦拉米步道)

主持人： 古畢亞·那凱蘇蘭 (產觀所所長)

時間	行程	執行者
第一天 8/13 Thurs.		
07:00 ~ 07:30	報到/卓溪鄉產業服務中心	執行單位
07:30 ~ 08:20	交通(卓溪鄉產業服務中心-山風登山口)	執行單位
08:20 ~ 08:30	長官期勉/入山儀式	相關單位來賓
08:30 ~ 11:30	【回家的路】瓦拉米步道歷史與布農文化	執行單位:各小組嚮導人員
11:30 ~ 12:30	獵人飯	Abus 風味廚房
12:30 ~ 14:00	【佳心舊社】傳統石板家屋建築美學 ● 進屋生火祭儀儀式 ● 家屋介紹、佳心的故事 ● 布農族傳統家屋維護體驗	一串小米族語獨立出版工作室 負責人 趙聰義 Salizan Takisvilainan
14:00 ~ 17:00	戶外繩索運用與天幕搭設 ● 裝備與營地規劃 ● 天幕系統 ● 實際紮營	教官 鄭文忠 助教 王凱
17:00 ~ 19:00	晚餐時間及休息時間	執行單位
19:00 ~ 21:00	● 【夜觀+目視打獵】 就寢	
第二天 8/14 Fri.		
06:00 ~ 07:30	早餐時間及拔營/個人裝備整裝	執行單位
07:30 ~ 11:00	【瓦拉米療癒蕨之路生態解說】 ● 大白鯊-布農族家屋遺構群 ● 回程-山風登山口	執行單位 各小組嚮導人員
11:00 ~ 12:00	● 打卡贈送布農手工藝伴手禮 ● 餐盒發放 ● 賦歸-玉里火車站	● 南安遊客中心導覽志工 ● 執行單位

面山面海推動組: 張俊卿、黃正賢、張舒涵 (8/12 15:00 進場布置會場 8/14 13:00 場佈退場)

個人所需攜帶裝備：

- 頭燈(含備用電池)
- 炊具:個人餐具
- 個人裝備:睡袋/睡墊/泰維克
- 提供當日晚餐、及次日早餐
- 個人保暖衣物（一套）
- 個人飲用水自備 3 公升
- 行動糧自備
- 雨衣自備
- 求生袋兼背包防水自備

單位提供裝備：

- 3X3 天幕帳(包括營釘 8 支、營繩 4 條)
- 登山杖 2 支
- 以上為每兩人一組

注意事項：

1. 表列個人所需攜帶裝備均由學員自行準備。
2. 本次訓練活動遵行無痕山林原則，不遺留任何垃圾也不帶走營區步道任何東西。

NOTICE 報名人數限 10 人(16~34 歲)。

森林大海中看見生命之璀璨

第五場 基隆場【SDGs 永續發展目標 4-優質教育】

時 間： 115 年 8 月 20 日（周四）08：00～16：30

地 點： 國立臺灣海洋大學

室內場地： 第一演講廳

戶外場地： 海大小艇碼頭

主 持 人：陳建文

時間	議題		講者	
08:00 ~ 08:30	報到			
08:30 ~ 09:00	求救?定位器的選擇 / 團體紀念照		社團法人 台灣登山教育推展協會	
09:00 ~ 10:30	阿拉斯加獨木舟遠征		吳孟築	
10:40 ~ 12: 00	臺灣 - 帛琉 傳統航海 分享		杜詩豪	
午餐				
水上活動報到(需繳交個人水域保險單) 學員(網路報名 名額 30 位+ 攝影師 1 人)				
前往至海大小艇碼頭				
14:00~15:30 (每隊 25 分鐘) 獨木舟 8 艘 龍板舟 SUP 16 艘	隊名	學員數	時段 1 14:00~14:45	時段 2 14:45~15:30
	T1	14	SUPx14	獨木舟 x7
	T2	16	獨木舟 x8	SUPx16
	T1: 教練 陳道崴 助教 林子程 吳孟築			
	T2: 教練 呂侑勳: 助教 葉冠宏			
15:50 ~ 16: 00	裝備整理			
16:00 ~ 16: 30	活動總結			
救護工作站:醫護員 1 名：陳志鴻				
救生艇(救生員名)：吳嘉峻				

面山面海推動組代表：張俊卿、朱苡嬪、林廷文

(8/19 15:00 進場布置會場 8/20 17:00 場佈退場)

報到台服務員：朱苡嬪、林廷文

攝錄影專員：鄭珀旻

森林大海中看見生命之璀璨

第六場 石門場【SDGs 永續發展目標 4-優質教育】

時 間： 115 年 9 月 6 日（周日）08:30~15:30

地 點： 石門水庫管理中心

室內場地： 依山閣 3 樓會議廳（上午）

戶外場地： 阿姆坪 水域—阿姆坪(11:50 請移至碼頭)

主持人：王世福

時間	議題	講者
08:30 ~ 08:40	報到	
08:40 ~ 08:50	長官期勉 / 團體紀念照	
09:00 ~ 09:50	Meet yourself 森林在遠方 綠地在身旁	講師 陳賢貞
10:00 ~ 10:50	戶海教育的展望	講師 翁志航
11:00 ~ 11:50	406MHz 信標的運用(求救)	講師 許暉騰
至阿姆坪水上運動訓練基地		
午餐		
水上活動報到(需繳交個人水域保險單) 學員(網路報名 名額 30 位+ 攝影師 1 人		
13:00 ~ 13:30	a. SUP/獨木舟活動說明 b. SUP 立槳/獨木舟介紹 c. 水域安全宣導及急救	講師: 陳昭元 講師: 施瑩悌 講師: 黃建豪
13:40~14:25	水上活動(14/16)	T1:講師 陳昭元 助教 周孫銳
14:25~15:10	T1: 獨木舟 8 T2: SUP 16	T2:講師 施瑩悌 助教 黃義峰
救護工作站醫護人員: 劉秀宜 救生艇(救生員 2 名): 何晉朋		

面山面海推動組: 王世福、朱苡嬪、林廷文 (8/21 15:00 進場布置會場 8/22 15:30 場佈退場)

報到台服務員:朱苡嬪 林廷文

攝錄影專員:鄭珀旻

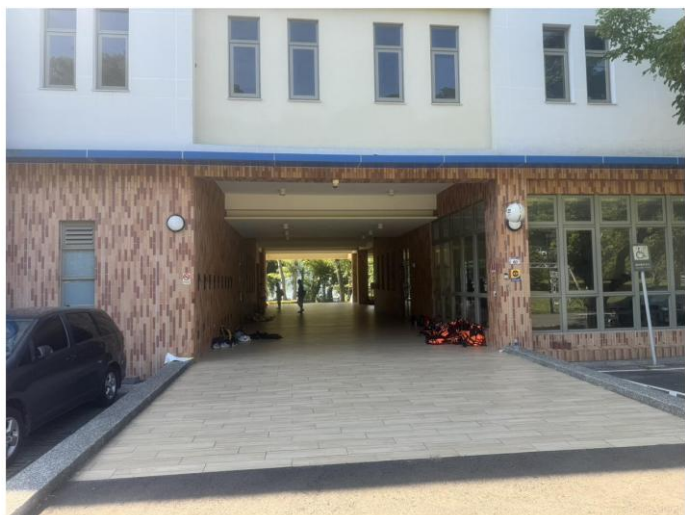
「這場分享很簡單，我想邀請大家做一件事- Meet yourself。

森林也許在遠方，但其實，在生活裡的每一片綠地，都是我們可以慢慢走回自己的地

「當我們不再那麼用力，只是靜下來、感受、停一停，心，其實就會開始流動。」

有意參加水上體驗活動的學員請投保公開有效的「**海域活動綜合保險**」。

<<下午場地導覽

[illegible]

森林大海中看見生命之璀璨

第七場 金門場 A【SDGs 永續發展目標 4-優質教育】

時 間： 115 年 09 月 18 日（週五）

地 點： 國立金門高級中學

室內場地： 白宮大禮堂

主 持 人： 學校指派老師擔任

時間	議題	講者
13: 00~14:00	會場布置	
14:10~14:15	報到(學生大禮堂就座完畢)	
14:15~14:20	師長期勉 / 團體紀念照	
14:20~15:10	求生 3333 原則與如何求救? (風險管理概念)	講 師 潘永承
15: 10~16:00	基礎急救課程【CPR/AED 急救】 及失溫處理	金門縣消防局 講師 李正義教官 助理講師 韓宇晉教官

面山面海推動組:王世福、李永昌、陳怡蓉、謝明潔 佈置會場

(9/17 10:30 進場布置會場 9/18 16:10 場佈退場 朱苡嬪 潘永承)

攝錄影記錄員:朱苡嬪

緊急救護訓練課程主題說明

安妮模型與 AED 訓練模型實務操作教學

一、課程主題

CPR 心肺復甦術暨 AED 自動體外心臟電擊去顫器操作訓練

二、課程說明

本課程以「提升緊急應變能力，掌握黃金救援時間」為核心目標，透過安妮模型（CPR 訓練假人）及 AED 訓練模型進行實際操作教學，使學員熟悉緊急救護流程，學習在突發心跳停止或無呼吸狀況下，能迅速且正確執行心肺復甦術（CPR）與 AED 操作。

課程採理論講解與實務演練並行方式，由講師示範標準急救流程，並安排學員逐步操作練習，以建立正確急救觀念與臨場應變能力。

三、授課內容

（一）緊急救護基本概念

1. 緊急救護的重要性
2. 心臟驟停的辨識與處置
3. 黃金救援 4 至 6 分鐘的重要性

4. 求救與啟動緊急醫療系統流程

（二）安妮模型（CPR 訓練假人）操作教學

透過安妮模型進行心肺復甦術標準操作練習，包括：

1. 環境安全評估
2. 意識確認
3. 呼吸判斷
4. 呼叫支援與撥打 119
5. 胸外按壓技巧
6. 按壓位置
7. 按壓深度
8. 按壓頻率
9. 按壓回彈
10. 人工呼吸操作（視課程需求）
11. CPR 完整流程演練

（三）AED 訓練模型操作教學

1. 利用 AED 訓練機模擬實際急救情境，學習：
2. AED 設備辨識
3. 開機與語音指示操作
4. 電極片正確貼附位置
5. 分析心律流程
6. 安全確認與電擊執行
7. 電擊後立即恢復 CPR
8. AED 與 CPR 整合應用

（四）情境模擬實作

設計突發性心肺停止情境，讓學員分組演練：

1. 發現患者倒地
2. 判斷意識與呼吸
3. 啟動 AED
4. 執行 CPR
5. 團隊分工合作急救流程

四、課程目標

完成本訓練後，學員應能：

- ✓ 正確認識 CPR 與 AED 的重要性
- ✓ 熟練操作安妮模型進行 CPR
- ✓ 正確使用 AED 訓練設備
- ✓ 建立緊急狀況判斷與處理能力
- ✓ 提升第一時間救援信心與應變能力

五、授課效益

透過實作訓練，使學員具備基礎急救技能，於職場、校園、公共場所或家庭突發事故時，能把握黃金時間，採取正確處置，有效提升患者存活機率。

森林大海中看見生命之璀璨

第八場 金門場 B【SDGs 永續發展目標 4-優質教育】

時 間： 115 年 9 月 18 日（周五）

地 點： 金門國家公園管理處

室內場地：

戶外場地： 野外活動及露營區

主 持 人(總指揮):王世福

時間	議題	講者
08:30~09:00	各校接學生	
09:00~09:30	開幕 長官期勉 團照	
上午 09:30~11:40 下午 13:10~15:30	戶外活動項目	
	第一站 PL1- 3333 原則 (求生必須知道的) 衛星定位(如何求救?)	教練(講師) 劉敬忠
	第二站 PL2- 自然探索導覽(動物生態)	教練(講師)陳西村
	第三站 PL3- 包紮技巧/衛星定位求救器運用	教練(講師) 謝明潔 助教 朱苡嬪
	第四站 PL4- A. 個人全身式吊帶打法 B. 固定點設置與基礎運用	教練(講師) 李永昌 助教 潘永承
	第五站 PL5- Leave No Trace 無痕山林-生火(生態)	講師：王均煒 助教：黃獻煜、張宏彬
	第六站 PL6- Tracking Box 追蹤寶箱	教練(講師) 陳怡蓉
15:40	賦歸明年再相會	

面山面海推動組:王世福、劉敬忠、李永昌、陳怡蓉、謝明潔

(9/17 15:00 進場布置會場 9/18 16:00 場佈退場)

換站時間表

時間	9:30～ 10:10	10:10～ 10:50	11:00～ 11:40	13:10～ 13:50	13:50～ 14:30	14:30～ 15:30
第一站	①	⑥	⑤	④	③	②
第二站	②	①	⑥	⑤	④	③
第三站	③	②	①	⑥	⑤	④
第四站	④	③	②	①	⑥	⑤
第五站	⑤	④	③	②	①	⑥
第六站	⑥	⑤	④	③	②	①



【不能再等的基本教育 T.W.N. Education】

指揮中心：總指揮 王世福

隊員 8 名：(報到台 2 名，引導員 6 名)

宋愛華、莊玲玲、呂麗碧、彭碧如、許鐵民、蔡玉鳳、陳春能、黃榮耀

護理站：EMTP 救護員 王竑

攝錄影(編輯)專員：沈柏宏



個人全身式吊帶打法 + 固定點設置及上登/垂降運用



個人全身式吊帶組

Full-Body-Webbing-Harness 個人全身吊帶組 ←

← 個人戶外活動時必備裝備 ←

練習運用: 1. 固定點架設 2. 上登、垂降 3. 自救 ←

← 參考網路影片: <https://youtu.be/7s1hQivIk18> ←


























森林大海中看見生命之璀璨

體認「愛河川，攜手共淨河川、共淨大地，生命永續」

第九場 臺中場【SDGs 永續發展目標 4-優質教育】

時 間： 115 年 09 月 30 日（周三）08:30~16:00

地 點： 中山醫學大學（台中市建國北路一段 110 號）

室內場地： 正心樓 教室

戶外場地：

主 持 人：王世福

時間	議題	講者
08:30 ~ 08:50	報到	
08:50 ~ 09:00	長官期勉 / 團體紀念照	
09:10 ~ 10:00	生命教育之啟示	講師 張俊卿
10:10 ~ 11:00	淺談森林療癒	講師 阮璟雅
11:10 ~ 12:00	在極限中活下來：登山安全準備與冰攀訓練的真實邏輯	講師 曾格爾
12:00 ~ 13:00	午餐	
13:00 ~ 13:20	下午課程簡介及編組 鄭文忠朱苡嬪	
13:00~14:00	天幕紮營與登山杖體驗 求救機制(3333 原則)	教練(講師) 鄭文忠 助理講師 林元斌 王立演
14:10~15:00	求救-定位器操作運用 /留守員機制 inReach、PLB	教練(講師) 朱苡嬪 助教 張俊卿
15:10 ~ 15:40	綜合座談 在台灣戶外活動定位器運用有需要嗎?	引言人 曾格爾 與談人 鄭文忠 朱苡嬪
16:00	賦歸明年再相會	

面山面海推動組:王世福、朱苡嬪 (9/29 15:00 進場布置會場 9/30: 16:10 場佈退場)

攝錄影(編輯)專員:鄭珀旻

紮營 登山杖運用

提升戶外活動時輕量化的思維及運用，天幕(蓬)非常適合台灣野外

每組所須器材 3×3 天幕 20 件（每人一件及展示的數量） 每套內含 2mm 營繩 3mx6 條、8mx2 條、營釘 x8、收納袋。

登山杖教材教法

1. 為何使用登山杖
2. 適合的木材(九芎、消楠、台灣衫等)
3. 設計技巧(多邊形以防滑、綁繩好持防滑、長度取適中、精神象徵浮印貼)
4. 配合鋁製登山杖說明差異性。
5. 指導如何配合腳步走山路走階梯。
6. 指導如何攜帶。

Reasons for using trekking poles 使用登山杖的 6 個理由

1. Stability 穩定性
2. Efficiency 效率 (過箭竹林 過芒草區 減少覆重壓力等)
3. Safety 安全(平衡、打草驚蛇等)
4. Stream Crossings 過溪流的協力
5. environmental protection 環保
6. Improvised 靈活運作它用(搭天幕、擔架等運用)

在登山活動過程中，登山杖扮演著非常重要的角色，不僅可以減輕膝蓋關節承受的重量，在體能消耗上也可有效降底。無論是攀爬在落差大的巔坡地形或是穿越溪流時，登山杖能夠幫助身體的平衡及穩定來行走，安全上也有一定的助益。要能達到以上的功用，必需要學會如何使用登山杖及選擇，登山杖也可用來做搭設帳篷的輔具，甚至預防野生動物的侵襲。

基礎 繩索 (個人全身吊帶)(技能) 戶外訓練與體驗操作課程- 繩索-戶外分組學習

1. 攀山救援用的繩結防護——個人防護。
2. 固定點設置技巧——固定點架設綜合考量，均分力系統架設，人工固定點系統，天然環境固定點系統。
3. 緊繃繩架設——緊繃繩架設原則，各式緊繃繩救援系統運用。
4. 沿繩橫渡技巧——以現存的沿繩下降技巧，包括安裝在下降器上下的自我防護系統。

求救機制(3333 原則)

The Three Survive Rules

3333 原則的掌握

- a. 有多少危機處理的時間。
- b. 在多重狀況下，思量處理的優先順序。

森林大海中看見生命之璀璨

第十場 南投場【SDGs 永續發展目標 4-優質教育】

時間： 115 年 10 月 02 日（周五）13:00～15:00

地點： 國立水里高級職業校

室內場地： 視聽室

戶外場地： 戶外活動區

主 持 人：王世福

時間	議題	講者
12: 00～13:00	報到（布置）	王世福 朱苡嬪
	師長期勉、團體照	
戶外學習概念與技能項目：		
13: 00～14:00	遇到迷途案件怎麼處理，坊間需要 使用哪些輔助軟體可以讓 登山更安全	講師 李家銘
14: 00～15:00	有夢想的孩子，不用教也會自己飛。	講師 博歲媽媽(杜麗芳) 助理講師 朱苡嬪

面山面海推動組：王世福、朱苡嬪（10/2 11:00 進場布置會場 15:10 場佈退場）

攝錄影記錄員：朱苡嬪

森林大海中看見生命之璀璨

第十一場 慈濟場【SDGs 永續發展目標 4-優質教育】

時 間： 115 年 10 月 03 日（周六）08:30~16:30

地 點： 慈濟建國校區(970302 花蓮市建國路 2 段 880 號)

室內場地： 慈濟教室

戶外場地： 游泳池 戶外草原

主 持 人： 徐志杰

時間	議題	講者
08:30~09:00	報到 / 長官期勉 / 團體紀念照	
09:10~10:00	走入山林的森林處方	講師 徐堅璽
10:10~11:00	33333 求生原則	講師 鄭文忠
11:10~12:00	視界改變了自己世界	講師博歲媽媽（杜麗芳）
12:00~13:00	中場休息	
13:00~13:10	戶外課程安排與重點說明	
13:10~16:00 (活動每組 40 分鐘進行)	天幕與登山杖之運用	講師 鄭文忠 助理講師 林元斌 王愷
	基本繩索技能(個人全身安全吊帶／垂降)	講師 陳垠佐 助理講師 葉孟欽
	SUP 操作與安全(獨木舟 1+Sup*6)	講師 李元治 助理講師 張世穎
16:10~16:30	活動總評與期勉	溫蕙甄 主任秘書
16:30	賦歸明年再相會	

面山面海推動組：博歲爸爸、謝明潔

(10/2 15:00 進場布置會場 10/3 16:40 場佈退場)

攝錄影專員：鄭珀旻

演講簡介：

本演講將介紹綠色照護的科學理論與模式，並以高山森林基地為例，探討如何透過自然與冒險體驗促進身心健康。講師簡介：徐堅璽為臨床心理師，冒險心靈心理治療所所長，擅長以冒險和大自然為元素提供心理療癒經驗，讓人活出健康的自我。

森林大海中看見生命之璀璨

第十二場 潮州場【SDGs 永續發展目標 4-優質教育】

時 間： 115 年 10 月 17 日（週六）08:30~16:00

地 點： 林後四林平地森林區

室內場地：

戶外場地：

主 持 人：李永昌 劉敬忠（總指揮）

時間	議題	執行者
08:30 ~ 09:00	報到	
09:00 ~ 09:30	長官期勉 / 團體紀念照	
預估 100 人 分六站／每站分兩小隊。15~20 人／教練。		
上午場 09:30 ~ 11:50 下午場 13:00 ~ 15:20	第一站 PL1 - 3333 原則（求生） 衛星定位(求救)	教練（講師）李鳳鵬 助教 李永昌
	第二站 PL2 - 走繩	教練（講師）林家平 助教:賴妍宇、許榮揚、李易軒
	第三站 PL3 - TRACKING BOX(求生技巧) 與獅王競技	教練（講師）陳怡蓉 助理 潘永承、鄭志成
	午餐 11:50~12:50	
	第四站 PL4 - 繩索技能(個人全身吊帶/橫渡)	教練（講師）伍安慶 助教 黃夢僊
	第五站 PL5 - SUP 與水(海)域安全（技能）	教練（講師）施伯庸 助教 顏士麒
	第六站 PL6 - 天幕紮營與登山杖運用	教練（講師）鄭文忠 助教 江盈葶

面山面海推動組:(10/16 15:00 進場布置會場 10/17 15:30 場佈退場)

指揮中心：劉敬忠 總指揮

報到台：李永昌、楊瑜芯、潘永承 (8:00~9:20)

面山面海推動組：張俊卿、杜麗芳

救護組：李尚軒、蘇峰興

引導員 第一隊：刁玉玲 第二隊：林吉宗

第三隊：陳旗成 第四隊：魏達松

第五隊：李國興 第六隊：洪絹粧

攝錄影專員：袁瑞雲 攝錄影編輯專員:陳樾安

換站時間表

時間	9:30～ 10:10	10:20～ 11:00	11:10～ 11:50	13:00～ 13:40	13:50～ 14:30	14:40～ 15:20
第一站	①	⑥	④	⑤	②	③
第二站	②	③	①	⑥	④	⑤
第三站	③	①	⑥	④	⑤	②
第四站	④	⑤	②	③	①	⑥
第五站	⑤	②	③	①	⑥	④
第六站	⑥	④	⑤	②	③	①

介紹內容如下：

走繩（Slacklining）是一項結合平衡力與專注力的戶外運動，源自攀岩者在休息時利用繩索訓練平衡的習慣。它是在兩個固定點之間拉緊一條扁平繩帶，參與者需在繩上行走、平衡，甚至做出各種動作。走繩不僅能強化核心肌群、提升協調性，還具有放鬆心情、培養專注力的效果，適合各年齡層嘗試。

體驗步驟如下：

1. 選擇場地與安裝繩帶：

找兩棵穩固的樹，距離約 8 至 12 公尺，繫上走繩並調整張力。

1. 穿著適當裝備：建議赤腳或穿薄底鞋，穿著舒適衣物，方便動作。
2. 基本站姿練習：一腳踏上繩帶，另一腳慢慢抬起，雙手平舉協助平衡。
3. 開始走繩：視線看向前方目標，慢慢邁步。初學者可請朋友在旁協助支撐。
4. 持續練習與進階挑戰：熟練後可嘗試轉身、下蹲或進階招式。走繩看似困難，但只要持之以恆，很快便能體會在細繩上行走的樂趣與成就感。

NOTICE

1. 戶外課程建議穿著輕便、適合運動的服裝與鞋子，以利活動進行。
2. 若欲參與水域體驗活動，建議攜帶以下物品：
 - 下水服裝或輕便衣物（建議選擇排汗、快乾材質，避免棉質與牛仔布料）
 - 物理性防曬裝備（如帽子、防曬衣、防曬袖套等）
 - 一套上岸後更換的乾淨衣物
 - 包趾防滑鞋或包趾涼鞋
3. 請自備環保餐具與飲用水，共同響應綠色環保。



紮營 登山杖運用

提升戶外活動時輕量化的思維及運用，天幕(蓬)非常適合台灣野外

每組所須器材 3×3 天幕 20 件（每人一件及展示的數量） 每套內含 2mm 營繩 3mx6 條、8mx2 條、營釘 x8、收納袋。

登山杖教材教法

1. 為何使用登山杖
2. 適合的木材(九芎、消楠、台灣衫等)
3. 設計技巧(多邊形以防滑、綁繩好持防滑、長度取適中、精神象徵浮印貼)
4. 配合鋁製登山杖說明差異性。
5. 指導如何配合腳步走山路走階梯。
6. 指導如何攜帶。

Reasons for using trekking poles 使用登山杖的 6 個理由

1. Stability 穩定性
2. Efficiency 效率 (過箭竹林 過芒草區 減少覆重壓力等)
3. Safety 安全(平衡、打草驚蛇等)
4. Stream Crossings 過溪流的協力
5. environmental protection 環保
6. Improvised 靈活運作它用(搭天幕、擔架等運用)

在登山活動過程中，登山杖扮演著非常重要的角色，不僅可以減輕膝蓋關節承受的重量，在體能消耗上也可有效降底。無論是攀爬在落差大的巔坡地形或是穿越溪流時，登山杖能夠幫助身體的平衡及穩定來行走，安全上也有一定的助益。要能達到以上的功用，必需要學會如何使用登山杖及選擇，登山杖也可用來做搭設帳篷的輔具，甚至預防野生動物的侵襲。

基礎 繩索 (個人全身吊帶)(技能) 戶外訓練與體驗操作課程- 繩索-戶外分組學習

1. 攀山救援用的繩結防護—個人防護。
2. 固定點設置技巧—固定點架設綜合考量，均分力系統架設，人工固定點系統，天然環境固定點系統。
3. 緊繃繩架設—緊繃繩架設原則，各式緊繃繩救援系統運用。
4. 沿繩橫渡技巧—以現存的沿繩下降技巧，包括安裝在下降器上下的自我防護系統。

森林大海中看見生命之璀璨

第十三場 屏東場 DGs 永續發展目標 4-優質教育

時 間： 115 年 10 月 21 日（周三）13:00~16:00

地 點： 屏東縣大路關國小(906001 屏東縣高樹鄉廣興村中正路 176 號)

室內場地： 視聽教室

戶外場地： 生態教學區

主 持 人： 林傳傑

時間	議題	講者
11:00	布置會場	
13:00~13:05	報到	
13:05~13:15	師長期勉 / 團體紀念照	
13:20~14:10	上高山降溪谷救援 (複習個人吊帶基本繩索功夫)	講師 伍安慶 助理講師 黃夢僊
14:10~15:00	生命教育-從小事情開始練習決策力	講師 博崴媽媽（杜麗芳）
15:00~15:50	3333 原則 The three Survive Rules 求救?失溫搶救?	講師 洪承軒 助理講師 陳毅書

面山面海推動組：黃大祐、林秋香、陳怡蓉 (10/21 10:00 進場布置會場 16:00 場佈退場)

攝錄影編輯專員：鄭珀旻

森林大海中看見生命之璀璨

第十四場 臺東場 A【SDGs 永續發展目標 4-優質教育】

時 間： 115 年 10 月 23 日（周五）08:30~16:30

地 點： 國立臺東大學師範學院體育系

室內場地： 淑真講堂

戶外場地：

主 持 人：郭春霞

時間	議題	講者
08:30 ~ 08:40	報到	
08:40 ~ 09:00	長官期勉 / 團體紀念照	
09:10 ~ 10:00	孩子的書屋的戶外教育的發展脈絡	講師 林逸羣
10:10 ~ 11:00	如果登山不攻頂-從身心療癒到知天命的自然關係	講師 鄭伊玲
11:10 ~ 12:00	林園療育在台東	講師 劉瑾瑜
12:00 ~ 13:00	午餐	
13:10 ~ 14:00	仿古雙體帆船航行帛琉到台灣	講師 杜詩豪
14:10 ~ 15:00	NOLS 的戶外教育	講師 陳彥辰
15:10 ~ 16:00	生命教育-整理生命脈絡的能力	講師：博崴媽媽 (杜麗芳)
16:10 ~ 16:30	綜合座談	主持人 李潛龍
16:30 ~	賦歸明年再相會	

面山面海推動組: (10/22 15:00 進場布置會場 10/23 16:30 場佈退場)

攝錄影編輯專員：陳桼安

森林大海中看見生命之璀璨

第十五場 臺東場 B【SDGs 永續發展目標 4-優質教育】

時 間： 115 年 10 月 24 日（週六）08:30~16:00

地 點： 國立臺東大學師範學院體育系

室內場地： 台東大學運健中心

戶外場地： 運健中心鋼棚

主 持 人：李潛龍

時間	議題	執行者
08:30 ~ 09:00	地點:台東大學運健中心 報到 :長官期勉 / 團體合照 / 分組	
09:00 ~ 11:30	A 組：陸域體驗-攀樹、繩索、走繩	台東大學戶外教育團隊 水域團隊 & 陸域團隊 指導老師：溫卓謀、 李潛龍
	B 組：水域體驗-深水體驗、平台舟、SUP 立槳	
11:30 ~ 13:00	中午用餐；地點：台東大學運健中心	
13:00 ~ 15:30	B 組：陸域體驗-攀樹、繩索、走繩	
	A 組：水域體驗-深水體驗、平台舟、SUP 立槳	
15:30 ~ 16:00	回顧分享	

面山面海推動組: (10/23 16:30 進場布置會場 10/24 16:00 場佈退場)

攝錄影編輯專員：陳桼安

森林大海中看見生命之璀璨

第十六場 臺北場 A【SDGs 永續發展目標 4-優質教育】

時 間： 115 年 10 月 30 日（週五）08:30~16:00
 地 點： 臺北市政府消防局訓練中心
 室內場地： 多媒體教室(防災教育館 10 樓)
 戶外場地： 1 樓塔間
 主 持 人： 朱愛琪

時間	議題	講者
08:30 ~ 08:50	報到	
08:50 ~ 09:00	長官期勉 / 團體紀念照	
09:10 ~ 10:00	inReach 求救運用	講師 楊子群
10:10 ~ 11:00	登山教育與登山留守機制及定位設備	講師 博歲媽媽 (杜麗芳)
11:10 ~ 12:00	3333 求生原則的掌握 及失溫、熱衰竭的預防與處理	講師(教練) 曾格爾 助教 吳彥霖
午餐休息		
分組體驗教學 13:00 ~ 16:00	基礎緊急救護	教官 賴其廷
	腳踝扭傷處理/腳踝受傷包紮等	助教 賴志堯
	基礎繩索技能	教官 程懷恩 助教 卓育賞
	個人全身吊帶	
	基礎繩索技能 固定點運用	教官 卓育賞 助教 程懷恩

面山面海推動組: (10/29 15:00 進場布置會場 10/30 16:00 場佈退場)

攝錄影編輯專員：鄭珀旻

森林大海中看見生命之璀璨

第十七場 臺北場 B【SDGs 永續發展目標 4-優質教育】

時 間： 115 年 10 月 31 日（週六）08:00~16:00
 地 點： 台北市中正區濟南路一段 71 號(林森南路側門入)
 室內場地： 臺北市立成功高級中學 視聽中心
 戶外場地：
 主 持 人： 朱愛琪

時間	議題	講者
08:30 ~ 08:40	報到	
08:40 ~ 09:00	長官期勉 / 團體紀念照	
09:10 ~ 10:00	走進雪域聖山的感悟	講師 翁志航
10:10 ~ 11:00	在未知中找回自己： 戶外冒險如何幫我們把心練強大	講師 蕭如軒
11:10 ~ 12:00	植物獵人引領著看見台灣的森林世界	講師 洪信介
午餐		
13:00 ~ 14:00	登山保險運用於山難時之緊急救援運用-以 2020 年研海林道男登 山客失聯為例	講師 黃聖政
14:10 ~ 16:00	A 基本繩結運用（個人全身吊帶） B 固定點架設原則	講師 游皓鈞 助教 吳柏毅

面山面海推動組：張俊卿、張舒涵、朱苡嬪
 (10/30 16:00 進場布置會場 10/31 16:00 場佈退場)
 攝錄影編輯專員：鄭珀旻

森林大海中看見生命之璀璨

台北場 B 活動課程名稱及內容

A 基本繩結運用

繩結是一種利用繩子進行固定、連接或支撐的技術，廣泛應用於登山、露營、帆船、救援等戶外活動中。掌握基本繩結不僅能提升活動效率，更能在關鍵時刻發揮關鍵作用。常見的繩結包括八字結、平結、雙八結、單套結與營釘結等。各有不同功能與用途。以下是幾種常見繩結的教學與應用介紹：

1. 八字結（Figure Eight Knot）：常用於繩索末端防止滑脫，結構簡單穩固。只需將繩頭繞成一個「8」字狀再穿過，即可完成。
2. 平結（Square Knot）：適用於兩條粗細相近的繩子連接。方法是左右交叉打結，再反方向再打一次結，形成對稱形狀。
3. 單套結（Bowline Knot）：可形成一個固定的繩圈，不會因拉力而收緊，常用於固定繩索於物體上或製作安全繩圈。
4. 營釘結（Taut-line Hitch）：可調節繩子的張力，適合用於帳篷或遮陽布的固定，簡單實用。學習繩結時，建議使用較粗的練習繩反覆練習，並確保結構正確與牢固，才能在實際應用中發揮效果。

B 固定點架設原則

固定點（Anchor Point）是進行戶外活動如攀岩、走繩、垂降或繩索救援等項目時，提供繩索承重與穩定支撐的關鍵設施。良好的固定點能確保參與者的安全與系統的穩定，因此在架設時必須特別謹慎。固定點的選擇與設置，應考量強度、方向力與冗餘性等基本原則。常見的固定點形式包括自然固定點與人工固定點。自然固定點如大樹、岩石或地形結構，需確認其穩固性與健康狀況；人工固定點則可能是岩釘、膨脹螺絲或重物系統，需依環境與活動需求選擇合適方式。

架設步驟大致如下：

1. 選擇穩固的支撐物：確保能承受活動所需的拉力，避免鬆動或腐蝕。
2. 設定繩結與連接器：使用雙八結、單套結等安全繩結與鎖扣連接繩索與固定點。
3. 建立多點分散系統（如 Y 字或三角架構）：分散受力並提高安全性。
4. 檢查與測試：在使用前務必確認所有連接牢固，並進行小範圍拉力測試。固定點架設是繩索系統中最重要的一環，只有在正確、安全的前提下，其他活動才能順利進行。

深植土地倫理意識

森林大海中看見生命之璀璨

第十八場 澎湖場【SDGs 永續發展目標 4-優質教育】

時 間： 115 年 11 月 07 日（週六）08:00~16:00

地 點： 澎湖海洋地質公園中心

室內場地： 會議室

戶外場地： 戶外活動區

主持人： 張凱婷

時間	議題	講者
08:00 ~ 08:30	報到	澎湖縣戶外教育及海洋教育中心
08:30 ~ 09:00	長官期勉 / 團體紀念照	澎湖縣政府教育處 處長 風櫃國小 林妍伶 校長
09:00 ~ 10:30	海洋遊憩面面觀	講師 黃妍蓁
10:30 ~ 12:00	原住民山域安全/ 管理與文化禁忌	講師 乜寇·索克魯曼
午餐		
13:30 ~ 14:20	I Like Hiking (瑞士全國年青人 80% 的回答)	講師 博歲媽媽(杜麗芳)
14:20 ~ 16:20	基礎急救課程【CPR/AED 急救】	講師王誌男教官 助教 林科佑教官
16:20 ~	賦歸明年再相會	

面山面海推動組：張俊卿、博歲媽媽 (11/6 15:00 進場布置會場 11/07 16:20 場佈退場)

森林大海中看見生命之璀璨

深耕土地倫理意識

落實全人完整教育

第十九場 東華場【SDGs 永續發展目標 4-優質教育】

時 間： 115 年 11 月 13 日（週五）08:00~16:00
 地 點： 國立東華大學
 室內場地： 體育館
 戶外場地： 戶外活動區
 主 持 人： 謝明潔

時間	議題	講者
08:30 ~ 08:50	報到	
08:50 ~ 09:00	長官期勉 / 團體紀念照	
09:10 ~ 10:00	冒險遊憩運動參與者與韌性城市救災志工	講師 朱文正
10:10 ~ 11:00	走出教室	講師 博崴媽媽 (杜麗芳)
11:10 ~ 12:00	與視障者同行的吉力馬札羅山	講師 張嘉珍
午餐		
13:00 ~ 13:50	您不知道的海洋冷知識	講師 謝得燦
14:00 ~ 14:50	野營天幕與登山杖的運用	講師 鄭文忠 助理講師 林元斌
15:00 ~ 15:50	First Aid 關鍵時刻	講師 張淑慧
16:00	賦歸明年再相會	

面山面海推動組：朱苡嬪、謝明潔（11/12 15:00 進場布置會場 11/13 16:10 場佈退場）
 攝錄影編輯專員：鄭珀旻

森林大海中看見生命之璀璨

深耕土地倫理意識·落實全人完整教育

第二十場 嘉義場【SDGs 永續發展目標 4-優質教育】

時 間： 115 年 11 月 14 日（周六）

地 點： 觸口自然教育中心

室內場地：

戶外場地： 野外活動區

主 持 人：王世福 李玲(總教)

時間	議題	講者
08:30~08:40	報到(取分組簽貼)	
08:40~08:50	開幕 長官期勉 活動安排	
09:00~09:30	活動項目說明(六站教練)	
戶外活動項目		
上午	第一站 PL1- 3333 原則、四關鍵、五安心、衛星定位(如何求救?)	教練(講師) 劉小閔 助教: 陳鳳池
09:30~10:10	第二站 PL2- 紙本地圖判讀	教練(講師) 王榆萍 助教 余海倫
10:10~10:50		
11:00~11:40	第三站 PL3- Leave No Trace 無痕山林-生火技能、簡易容器製作	教練(講師):劉毓汶 助教 童冠閔
下午	第四站 PL4- 基本繩結與實際運用	教練(講師) 詹宗龍 助教 林靖雯
13:10~13:50	第五站 PL5- 野外求生-建立庇護所	教練(講師):黃文達 助教 劉麗玉
13:50~14:30		
14:30~15:10	第六站 PL6- 天幕搭設	教練(講師) 李承翰 助教 廖志鑫
15:10~16:00	學習回顧	

面山面海推動組: 王世福、李永昌、朱苡嬭 (11/13 15:00 進場布置會場 11/14 16:10 場佈退場)

隊 員：引導員 6 人(邀請自然中心安排)

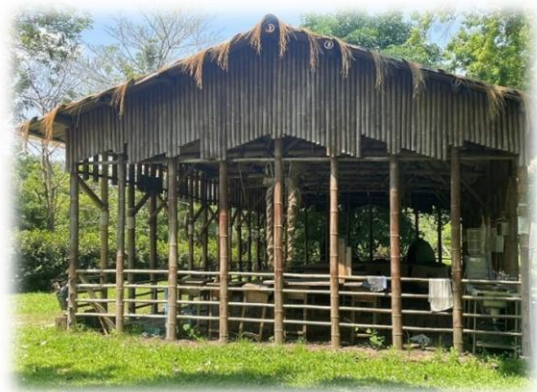
報到處：朱苡嬪 李永昌

護理站：EMT1 救護員 1 人 阮健忠

攝錄影(編輯)員：楊唯鑫

空拍機紀錄：何威宏

管制組：杜麗芳 張俊卿



換站時間表

時間	9:30~ 10:10	10:10~ 10:50	11:00~ 11:40	13:10~ 13:50	13:50~ 14:30	14:30~ 15:10
第一站	①	⑥	⑤	④	③	②
第二站	②	①	⑥	⑤	④	③
第三站	③	②	①	⑥	⑤	④
第四站	④	③	②	①	⑥	⑤
第五站	⑤	④	③	②	①	⑥
第六站	⑥	⑤	④	③	②	①

設置六大體驗學習站

3333 原則、四關鍵、五安心 (衛星定位如何求救?)	建立戶外安全思維與決策概念。生存順序、行動守則、行前準備
紙本地圖判讀	地圖基本元素(比例尺、圖例、等高線)/地形判讀(山谷、稜線、鞍部)/路線選擇原則(安全 vs 效率)
生火技能 x 簡易容器製作	生火三要素。不同環境下的生火策略。簡易容器製作。
基本繩結與實際運用	常用繩結/戶外應用(裝備固定、搭設輔助)
野外求生-建立庇護所	地點選擇(風向、地形、安全性)/天然與簡易庇護所搭建方式
天幕搭設	帳篷基本結構與搭設要點。天幕角度、排水與抗風技巧。

深耕土地倫理意識·落實全人完整教育

森林大海中看見生命之璀璨

