

課程名稱 | 台灣好美悠遊GO

課程屬性 | 自然與環境

課程編號 | 1081-1081N13

授課老師 | 郭煜焮

最高學歷/ 中正理工學院化工科

相關學經歷/ 台南社大登山教育講師
南關社大登山教育講師
台南古都電台登山教育主講
台南社大登山社社長
台南市野外育樂協會攀岩教練
台南市野外育樂協會溯溪助教

現職/ 台南社區大學講師

上課時間 | 每週四晚上07:00-08:50 第一次上課日期 2019年03月07日 (星期四)

課程理念



關於這一門課：

1. 為什麼想開這門課？希望帶領學員共同學習甚麼

1. 結合喜愛戶外活動同好，推廣正確良好山野安全觀念與預防措施。
2. 建立與維護友善環境的熱誠與態度。
3. 培養登山安全意識與技能實務操作，減少登山意外。
4. 推動學習社群，建立團隊自主學習與公共關懷志願服務的夥伴關係。

2. 修此門課需具備什麼條件？

1. 想瞭解登山安全知識與觀念建立者。
2. 喜愛戶外踏青與登山活動者。
3. 登山技能學習愛好者。

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？ □

1. 室內課程著重討論，課前作業，經驗分享。
2. 講師與學員彼此互動，達到交流與教學相長的目的。
3. 學員透過作業及討論，建立行前圖資作業技能，了解預防迷途因素，期末達到登山不迷途之基本要求。
4. 建立友善環境觀念與態度，培養登山危機意識，達到登山自由自主。

4. 如何取得學分？（評量方式）

課程討論參與度，報告主動積極，課前作業內容豐富，出席率，戶外活動參與熱誠。

5. 備註&推薦書目

1. 如有戶外活動另行辦理。各項戶外活動衍生之費用另計。
2. 參考書目: 1. 登山聖經，2. 台灣山岳雜誌，3. 登山安全手冊，4. 一個人的中央山脈，5. 向山而

行(山女孩)，6. 山道具，7. 台灣經典山野秘境，8. 圖解登山聖經。

招生人數| 25 人（若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。）

學分收費| 2 學分 2000 元（16 週課程/一次上課 2.25 小時）

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2019-03-07 晚上07:00~08:50	登山要學什麼	核心課程與分類 1. 基礎教育4大分類。 2. 安全預防的處置重點。 3. 地圖怎麼用來找路? 4. 個人裝備怎麼買?怎麼試?怎麼用?
2	2019-03-14 晚上07:00~08:50	越級打怪	新手登山 1. 我是新手嗎? 2. 怎麼開始? 3. 資料蒐集。 4. 跟團與自主行。 5. 心理素質與觀念。
3	2019-03-21 晚上07:00~08:50	我可以跟團嗎	個人風險評估 1. 裝備夠用嗎? 2. 我跟得上隊伍嗎? 3. 領隊要保證我的安全? 4. 什麼都不會可以跟嗎? 5. 發生意外怎麼辦?
4	2019-03-23 晚上07:00~08:50	營外帳搭設實作(戶外)	3/23~3/24(2天1夜) D1: 台南-太平村-奉天岩-搭帳與繩結(太平國小)-夜教 D2: 太平村-大尖山來回-台南 1. 3種繩結闖天下。 2. 常常用就變專家。 3. 內外帳分離使用。 4. 營外帳的變化運用。
5	2019-03-28 晚上07:00~08:50	功課做了沒	行前圖資作業 1. 行前功課說明。 2. 找資料跟印地圖。 3. 地圖使用要領2.3.3。 4. 從地圖上可以看到什麼?
6	2019-03-31 晚上07:00~08:50	漫活。悠然蝸牛巷(戶外)	3/31(日)1400~1600 台南地圖散步 1. 地形地物判別。 2. 方位角運用。 3. 定位工具。 4. 時間與距離判讀。
7	2019-04-11 晚上07:00~08:50	甜蜜的負擔	個人裝備適用性 1. 便宜貨?名牌貨? 2. 背包怎麼挑? 3. 登山鞋還是雨鞋好? 4. 用不到怎麼辦? 5. 預防失溫與保暖的搭配運用。

8	2019-04-18 晚上07:00~08:50	2選1	路徑辨識基礎 (明和公園) 1. 登山口再哪裡? 2. 迷路因素。 3. 方向, 定位, 路徑, 標示。 4. 2選1, 怎麼選? 5. 走錯了該留在原地嗎?
9	2019-04-21 晚上07:00~08:50	我在哪裡	4/21(日)0630~1800 靈山-小金字面山 地圖與現地對照 1. 地圖使用要領2.3.3。 2. 路徑辨識4大要領。 3. 地圖與現地怎麼對照? 4. 地圖上的時間與距離。
10	2019-05-02 晚上07:00~08:50	我只剩下勇氣	女性登山 1. 男女有別。 2. 自信與勇氣。 3. 背包裡的秘密。
11	2019-05-09 晚上07:00~08:50	吃到飽	個人伙食與飲水 1. 團體與個人開伙的差別。 2. 糧食的控制與友善環境。 3. 爐具的使用與煮食技能。 4. 水喝多喝少有關係嗎?
12	2019-05-16 晚上07:00~08:50	咬人貓與五葉松	郊山與高山特性 1. 郊山的路徑, 地形與氣候。 2. 高山的路徑, 地形與氣候。 3. 經常面對的困境?
13	2019-05-30 晚上07:00~08:50	忘東忘西	小背包帶什麼 1. 小背包容量要多大? 2. 郊山與高山會帶一樣嗎? 3. 緊急紮營的準備。 4. 是意外還是疏忽?
14	2019-06-01 晚上07:00~08:50	合歡山花遊憩	6/1(六)0400~1600天巒池-小溪營地(宿) 6/2(日)0400~1600合歡山北峰-合歡西峰-登山口 1. 地圖233運用要領。 2. 方位角基楚運用。 3. 路徑辨識4要領。 4. 地圖與現地怎麼對照? 5. 地圖上的時間與距離。
15	2019-06-06 晚上07:00~08:50	迷霧森林	山難成因分析 1. 面對各種意外。 2. 迷路與走錯的前因後果。 3. 超過負荷的行程。
16	2019-06-13 晚上07:00~08:50	坐直升機	高山症與失溫預防 1. 冷到發抖。 2. 失溫的前因後果。 3. 男人的面子問題。 4. 高山症的成因。 5. 高山症的預防與處置。