

國立東華大學教學卓越中心  
111-2 三創課程成果報告書

111-2  
尋訪大地多元之聲

( GC\_65600 )

計畫主持人：蘇育代、張嘉珍

單位:幼教系 / 共同教育委員會體育中心

# 目錄

壹、111-2 成果報告確認-----1

貳、執行成果總報告-----

參、附件-----

**國立東華大學-三創課程**  
**111-2 執行成果報告書確認表**

課程/學程名稱：尋訪大地多元之聲 ( GC__65600 )		
授課教師：蘇育代、張嘉珍		
服務單位：幼兒教育學系 / 副教授；體育中心 / 講師		
班級人數：36 人		
勾選	繳交項目	說明內容
<input checked="" type="checkbox"/>	本確認表	請確實填報，以俾利核對
<input checked="" type="checkbox"/>	執行成果總報告表-電子檔 (Word)	字型：標楷體 (中文)； Times New Roman (英文) 行距：單行間距 字體大小：12 號字
<input checked="" type="checkbox"/>	活動記錄表	當期程全部活動紀錄，如講座、 參訪、期末成發展等
<input checked="" type="checkbox"/>	本年度活動照片 (原檔)	精選 8-20 張即可 (請將檔案另外上傳並控制在 20 MB 以內)

- 繳交期末成果報告時，請確認繳交項目是否齊全
- 本年度所有受補助課程/學程之成果報告，將上述資料匯集成冊(封面、目錄、內容、附件)，做為本期成果報告書
- 若有相關疑問，請與承辦人郭心怡助理聯繫  
(#6591 ; imyeee@gms.ndhu.edu.tw)

## 三創課程-執行成果總報告

### 單一課程/跨領域課程

#### 一、課程內容特色

本課程透過實地走訪山林及錄製 Podcast 節目「放峰趣-Go for Fun」，體會人類與山林平衡共存之美，培養愛山敬山的觀念，進而展開宣導及落實無痕山林的具體行動，善盡地球公民責任。

課程內容包括一、認識篇：野外環境、登山準備與 Podcast 介紹。二、技巧篇：野外的行進技巧、Podcast 單元企劃指引。三、宣導篇：花蓮十條步道介紹。四、應用篇：搭帳操作及 Podcast 錄製。五、實踐篇：校外登山實做及 Podcast 編輯與發佈。

#### 二、特殊創意/活動規劃

##### (一) 創意規劃

創意的跨領域結合：結合具有山域嚮導證張嘉珍老師的山域專業以及數位廣播音樂專長的蘇育代老師，在台灣二大新興議題（開放山林以及 Podcast 廣播熱潮）上，為東華大學學生共同打造符合時事脈動的新課程。

##### (二) 創新作為

本課程從二方面打破教室的邊界。第一方面指的是打破牆裡牆外的水泥建築，將傳統學生吸收知識的室內教室，移動至戶外空間，大自然的環境、天與地、山川河流溪谷成為學生吸取知識養分的殿堂。第二方面指的是打破有形的區域位置，轉化成為虛擬的數位世界，也是未來公民啟遊的科技無際空間，透過本課程 podcast 「放峰趣-Go for Fun」節目，將知識的力量傳遞到世界每個角落，只要是能收聽中文的地方，透過網路，將能聆聽東華大學青年學子抒發對山林的嚮往、熱愛、以及更重要的，尊重環境與生命，留下大自然的美好而不要留下人類侵擾自然的痕跡。

##### 在山域課程方面：

本學期課堂教學主題包括：

1. 花蓮十條步道介紹
2. 帳棚搭建與清潔
3. 食物熱量計算評估
4. 高山烹煮與爐具使用
5. 團隊登山行進原則
6. 離線地圖操作使用
7. 登山裝備的準備與檢查

## 8. 野外登山行走技巧

本學期共規劃三次校外教學，分別舉行 1 場「輕裝鯉魚山步道」，1 場「重裝鯉魚山步道」，皆從賞鳥步道上、下；以及 1 場「重裝大同大禮部落露營」，讓修課同學們實際搭帳露營。

### 在 Podcast 方面：

使用免費軟體 Audacity 錄音和剪輯，該軟體相容於 IOS 和 Window 系統。

在 Firstory 平台開發 podcast 節目「放峰趣-Go for Fun」。該平台支援繁體中文，<https://open.firstory.me/user/ckyvikr6x6a760993ot6xsa46/platforms>，且與各大知名 podcast 串流平台連結並能自動更新發佈，包括 Apple Podcasts, Spotify, KKBOX, Google Podcasts 等。110-1 學期發佈第一季共 7 集；110-2 學期發佈第二季共 11 集；111-1 學期發佈第三季共 8 集；111-2 學期發佈第四季共 11 集，每集約 10-20 分鐘。本學期各集主題如下：

1. 為什麼喜歡上山，山教我的事。
2. 台灣黑熊的家-回到蕨類的故鄉，起步前往瓦拉米步道!
3. 不只躍龍門，鯉魚還會爬山!來去鯉魚山步道群
4. 感受來自歷史的感悟與斷崖深谷間的震撼-錐麓古道
5. 走!去失落的世界-蓮花池梅園竹村
6. 太魯閣國家公園內的深山桃花源-大同大禮部落
7. 山與城市的距離，一同探索佐倉步道昔日與今日的風貌!
8. 爬山沒有想像中的困難!跟著愛鬥嘴的兩位主持人出發前往月眉步道
9. 挑呀挑過山，走在歷史的米棧古道，自己的步道自己修
10. 走訪日治時期的時空隧道!-文山綠水步道
11. 合歡越嶺道的前世今生



### (三) 創生行動

學習從行動開始，知識的獲取、技能的鍛鍊、以及態度的養成都需要從行動出發，而後看見改變。本課程不論在無痕山林觀念的宣導，帶領學生走入山林，以及 podcast 主題廣播的製作，都強調具體實踐，並藉此凝聚東華學生強健體魄、關懷人文、擁抱土地的使命感與熱情。

### 三、教學策略/教學方法

#### (一) 學生體能要求

每週一、二早上六點定期晨跑 6-8 公里，鼓勵同學持續訓練，保持良好體能狀態，並達到 1 小時內跑完 8 公里的體能要求。而若修課期間有不適，為安全考量可與老師討論是否參與校外活動，另做彈性安排。

#### (二) 實地負重訓練

帶領學生實際上鯉魚山兩次，分輕裝與重裝，做爬山技巧與負重行走的訓練，為大同大禮山行做足準備。

#### (三) 出隊

出隊搭乘與學校簽有合約之大眾運輸工具，住宿於合法立案之機構。並預先保險、依據規定送交校外參訪申請書，在注意同學的身體健康狀況下，由兩位教師與五位助教帶隊登山。

#### (四) 錄製 podcast 設備：

音樂編輯軟體 Audacity、麥克風 Blue Yeti X、麥克風架、防噴架、鐵三角監聽耳機、筆電。

#### (五) 使用 PBL ( problem-based learning ) 教學模式：

1.小組討論 2.自主體能訓練 3.案例討論 4.團隊田野活動 5.podcast 企劃書編寫 6.聲音錄製編輯。

### 四、課程/學程相關產業分析

(一) 回顧過去三年，嚴重特殊傳染性肺炎(COVID-19)大流行，造成國際旅遊停滯，國內旅遊大爆發，許多人以登山作為後疫情時代的旅遊選擇。根據國家公園管理單位—內政部營建署統計資料顯示，109 年一整年核准進入國家公園的人數共計 29 萬多人，和 108 年相比高出 7 萬多人，增加率 32.1%。至於山域事故的件數，根據主責救援的消防署統計 110 年通報須救援人數 563 人；尋獲人數 528 人；死亡 30 人；失蹤 5 人。進一步分析山域事故原因，其中，事前未做好有關山林教育準備工作，迷路佔 38%最大宗。事故年齡層方面，以 50-59 歲年齡者為最多。但另一個更需注意的是山域事故身份類別，也就是發生事故團體的隊員組成，分為「登山社團」、「自組隊伍」、「學校」、「獨自登山」、「政府部門」、及「外籍」。在這些身份類別中，自 101-110 這 10 年來，皆以「自組隊伍」發生事故的

比例最高，尤其 108 年開放山林之後，109 年 460 件、110 年 359 件，遠高於第二高「獨自登山」（109 件、64 件），這意謂著，走出戶外擁抱山林的團隊，若隊員彼此之間對於山林的認識不足、準備不夠、輕忽大意、易使自己陷入生存危機；也可能波及隊友生命財產安全；或可能產生危害自然生態環境的潛在風險，例如 110 年 5 月某 NCC 委員於八通關古道煮食不甚引發森林大火延燒 12 天毀逾 70 公頃；以及原可避免但因個人疏忽或山林教育不足而產生的消防救難人力物力的過度承載。

因此，為本校學生實施的山林教育實為當務之急，使其具備基本親近山林的知識、技能與態度。根據本學期學生學習結果顯示，修課 36 人其中 6 人因個人課程規劃因素期中停修，30 人達到 1 小時跑完 8 公里的體能要求；30 人完成有關山林知識的 podcast 節目內容，展現山林教育的基礎素養。30 人順利完成「輕裝鯉魚山步道」、「重裝鯉魚山步道」；「重裝大同大禮部落露營」方面則因有 1 位同學的鞋子不合格，無法上山，其餘 29 人順利完成大同大禮校外教學任務。

109年及110年山域事故身分類別分析圖

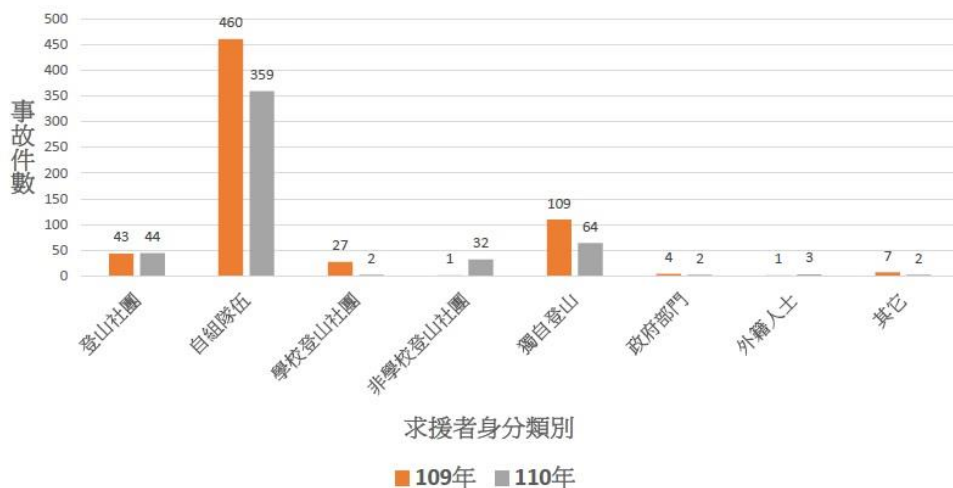
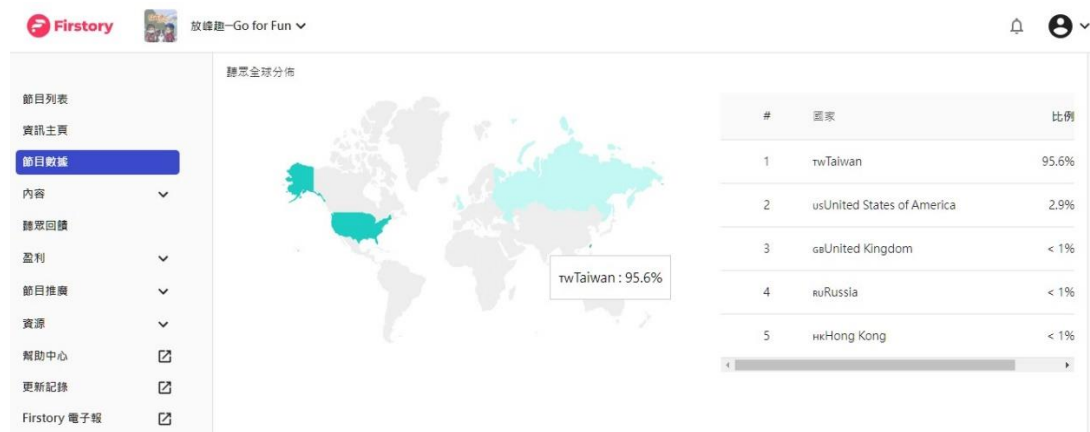


圖 1.109 年及 110 年山域事故身份類別分析圖。資料來源：110 年內政部消防署山域事故報告

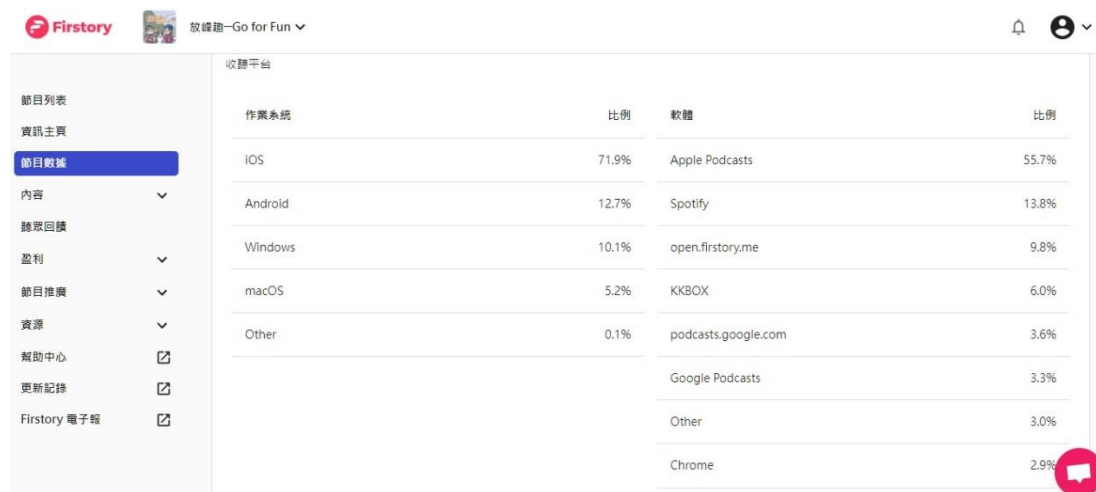
(二) 本課程除了聚焦在大學生山林教育，以身體力行來落實無痕山林的具體作為之外，如何有效集結一學期一門課修課同學的力量，發出當代年輕人熱愛山林維護山林之聲，發揮最大的社會影響力，善盡社會責任，更是本課程的重要教學目標。21 世紀各式媒體透過各種平台百家齊放，其中，podcast (播客)由於網路技術的成熟，在音訊錄製、輸出、傳播的起手門檻降低，近年來收聽率節節上升，是獲得大量關注的新媒體，媒體觀察者甚至宣稱 2020 年是台灣 podcast 元年。目前台灣 Podcast 在起飛階段，從創作端來看，節目類型與主題的多樣性仍有待開發，在過去 1 年來長期盤據台灣 Apple Podcast 的前三名，收聽率較高較為人所熟知大致

有《股癌》、《百靈果》、《台灣通勤第一品牌》。《股癌》解釋經濟類新聞，  
 《百靈果》以國際新聞為主，《台通》則是社會文化評論。此外，更多新興議題  
 也在 podcast 如雨後春筍般急起直追，例如英語教學、廣播劇等等。因此，本課程  
 將在網路製播 podcast 節目，以無痕山林為主題，透過同學在山林蒐集到的各種聲  
 音、以及親近山林的親身經歷，結合 podcast 廣播技術宣導無痕山林的重要性。  
 根據「放峰趣-Go for Fun」發佈後分析數據顯示(擷取至 112 年 1 月 1 日)，有 96%  
 的聽眾來自台灣。作業系統以 IOS 為多佔 72%。收聽平台以 Apple Podcasts 為大  
 宗佔 56%。收聽次數最高的單集是第一季第 7 集「到山上聽太魯閣歌謠 feat.  
 Yudaw Buya」。聽眾性別以女性居多佔 79%，年齡以 28-34 歲為多佔 46%。

全球聽眾分佈圖

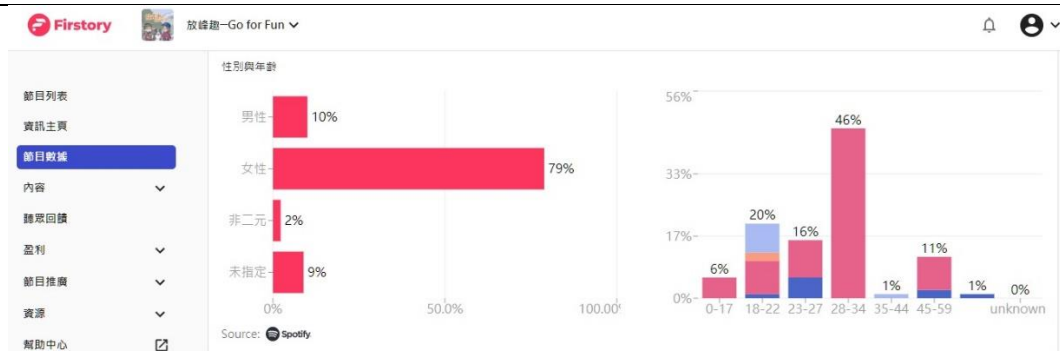


收聽平台之系統與軟體分佈圖



聽眾之性別與年齡分佈圖





(三) 從上述教學計畫可知，結合山林教育與數位廣播 podcast 的跨領域課程「尋訪大地多元之聲」，不但呼應本校學生校核心基本素養(A. 在地關懷與全球視野、B. 人文素養與科學精神、C. 全人健康與永續創新)，更展現聯合國 2030 年永續發展當中期



待當代公民應達成的目標(SDG 4 優質教育、SDG 11 永續城鄉、SDG 15 保育陸域生態)，本課程校核心基本素養與 SDG 架構圖請見圖 2。

圖 2.教學目標與學生能力關連圖

## 五、整體活動執行成果效益

### (一) 質化指標：

- 1.啟發學生愛山敬山的精神、以及樂於親近山林的態度。
- 2.認識新興媒體 podcast 的影響力

### (二) 量化指標：

- 1.校外教學「輕裝鯉魚山步道」活動 1 次，參與同學 30 人、「重裝鯉魚山步道」活動 1 次，參與同學 30 人、「重裝大同大禮部落露營」活動 1 次，參與同學 29 人。

2.Podcast 廣播第四季 11 集。

3.收聽人次 1,170 人次(擷取至 112 年 6 月 1 日)。

## 六、多元評量尺規

評分項目	百分比配分	說明
平時成績	10%	每堂課請助教登記出缺席，學生請假依照本校學生請假辦法辦理。
期中成績	45%	校外教學野外實作表現 40% (未通過體能測驗不可參與)，2 次單日各 10%；1 次 2 天 1 夜 25%
期末成績	30%	10 分鐘 Podcast 和 10 分鐘無痕山林實踐影片
作業成績	15%	3 次野外實作之心得報告 15%
其他測驗	0%	第六週在 1 小時內完成 8 公里跑步測驗

## 七、學生整體意見與回饋 (整體活動滿意度、文字意見回饋等)

### 社會系大四 鄭同學：

(節錄) .....最感謝的莫過於願意開這堂課的嘉珍老師與育代老師，承受帶隊上山的風險與壓力，並提供資源豐沛的器材與設備，及六位經驗豐沛的助教群。如果沒有育代老師在鯉魚山輕裝的鼓勵，與嘉珍老師大同大禮下山時耐心一步步帶領我與羿伶，我們沒辦法挑戰自己成功上下山。也非常感謝宥頡助教非常耐心引領著第三組前行，時時刻刻留意我們的狀況，也共同營造快樂的團隊氛圍。共同在彩虹屋煮出美味熱炒！在最後下山時，還與兩位助教一起折返，為我和羿伶背裝備。當時眼淚都快掉下來，真的太感動了！！一路上開開心心上山，平平安安下山。感謝大家，實在永生難忘。

### 諮臨系大三 蕭同學：

(節錄) .....身教勝於言教，感恩老師們開辦了挑戰性很大的課程，陪著我們練體能、規劃好行程，還要帶著這麼一大批熱血沸騰的青年上山真的很不容易，實在很佩服老師們的勇氣。老師和助教們的配合把大家照顧得很好，爬山過程上真的很安心。這是一門很扎實的課程，不用紙本考試，全部靠實戰學會，頭腦和身體都需要花極大的力氣和努力。我能感受到大家都很快樂的享受這苦樂參半的課程，給 100 個讚。

最後想說，學會等待，是最好的陪伴和鼓勵。一人有一人走的路，一群人有一群人

走的路。由於人數眾多，難免會有體力和經驗上的差距。除了學會走山路，也學會等待跟我們一起走在這條路上的夥伴。等待的時候，可以看看風景、看看花草，評估待會要走的路，每一步走得更加安全踏實。走走停停，有人走得很輕鬆、有人步步小心，但我們始終走在一起，大家快快樂樂上山、平平安安下山，我想這是尋訪大地留給大家最好的禮物。

**物理系大二 吳同學：**

(節錄).....我回到了宿舍，洗完澡，我躺在了床上，回味著這幾天來登山時發生的趣事以及種種感覺、對我而言的挑戰，每一件事都好有紀念價值，從一開始的害怕、排斥、嫌麻煩，到後來的奔放、享受、去嘗試，整路的轉變、沿路的試煉，真的是人生第一次，全新的感覺，不知何時有下次，這次，我就先收進我心裡那屬於特別的收藏庫吧!仔細回味到彩虹屋時達成目的感受，就像跑過終點那解放的心情...，此時的我想了想:「啊!終點怎麼是彩虹屋呢!應該是整趟旅程下來後回到家裡回味登山時的種種心境、對事物看法的轉變、數不勝收的美景以及來自大自然的交響樂，當然，還有最重要的是與大家這幾天在登山途中的互動啊!」

**語傳系大三 王同學：**

(節錄).....很喜歡每週清晨 6 點晨跑的時間，額外的早起雖然對睡眠不足的我有些痛苦，但想到是跟著老師、認真練跑的盈萱、認真盡責的奕萱、搞笑擔當的助教群們一起，再冷再累都會把握機會一起練跑，過程中我也漸漸對跑步有新的體悟，以前覺得跑步是很個人的事，是自己的對話，是自我體能的挑戰。但這次的晨跑跟著老師一起，為了跟上所以有更多的突破，與盈萱一起，邊跑邊聊天對她來說比較輕鬆，因此好一段日子我們都一起東聊西聊的度過。跑步，不只是鍛鍊體能，也能作為聯繫情誼的一種方式，一個人跑有自己的時區，很多人一起跑能感受到他人的前進。在盈萱和子恩身上真的看到了努力的痕跡，相當的替他們開心，也佩服它們的堅持。

## 八、檢討與建議

隊伍及體能訓練調整。

這學期課程安排第一次戶外教學地點為鯉魚山輕裝。選擇此條路徑是因為此條路徑難度適中，能很好的看出學生的體能狀況及對登山知識的了解程度，且鯉魚山鄰近東華大學，山頂亦可俯瞰整個大學的全景，步道維護頗佳，路徑選擇多樣也有鑑別度。其中賞鳥步道的路徑較為陡上，可以區分出體力跟不上的學生，並加強其訓練，以避免在登山過程中體力不支的情況。第二次戶外教學-鯉魚山重裝則是透過事前的體能訓練發現體力較為跟不上

的學生，將其置於隊伍前方，以避免掉隊的情況發生，並隨時督促學生在出發前進行準備，保持良好體能，以確保戶外教學安全。

## 九、與本課程相關成果報導、競賽獲獎或研討會發表

1. 2023年5月5日財團法人中央通訊社新聞「東華大學通識課程—尋訪大地多元之聲，推動登山基本概念」<https://nb.aotter.net/post/64547aa376878253f39e7a8a>。
2. 蘇育代與張嘉珍老師共同製播「放峰趣-Go for Fun」Podcast 節目，目前已製播4季，111-1本學期發佈Podcast 節目第4季11集。收聽網址：  
<https://open.firstory.me/user/ckyvikr6x6a760993ot6xsa46/platforms>
3. 漢聲廣播公司廣播節目19分鐘1集，Youtube和Podcast同步播出。2022-11-10漢聲廣播電台「fb新鮮事」節目、主持人：李基銘 跨域共授：尋訪大地多元之聲、蘇育代博士專訪（花蓮縣-壽豐鄉、國立東華大學、幼兒教育學系）  
<https://www.youtube.com/watch?v=tfAbA0QImBY>
4. 本課程與好事935聯播網共同舉辦講座「我的風格叫做山—尋訪大地多元之聲」。111年12月9日。電子社群媒體資訊見FB網址：  
<https://www.facebook.com/best935/posts/pfbid02Lh5hAmqmathVj5Ui2b1xZs42mFdUzBtHgbHro8gPGvxHV4FpZKJ7RTZmVvjXtml>

## 十、活動精彩剪影



Podcast 錄製實況



Podcast 錄製實況





鯉魚山輕裝登山口合影



鯉魚山輕裝講解行動糧與 LNT 知識



鯉魚山重裝行走中



鯉魚山重裝講解背包如何調整



大同大禮立霧山行走中



器材保養以及使用教學





期末成果發表會

### 活動記錄表

活動主題	壹、課程教學
活動時間	112年2月17日至112年5月12日，9時00分至12時00分
活動地點	花師教育學院 D207
主講人	張嘉珍老師、蘇育代老師
參與人數	共計 36 人
活動內容	<p><b>1、活動內容：</b></p> <p>(1) 課程內容介紹、教學計畫表</p> <p>(2) 登山計畫書、野外探查裝備介紹</p> <p>(3) 音樂錄音、編輯及 podcast 製作</p> <p>(4) 登山 APP 使用、糧食菜單估算、野外露營</p> <p>(5) 一小時 8 公里體能課程測驗</p> <p><b>2、活動方式：</b></p> <p>(一)實體授課(戶外與室內)</p> <p>(二) 體育館前花園進行一小時 8 公里測驗</p> <p><b>3、預期助益：</b></p> <p>(1) 初步介紹課堂老師及助教以及課程內容</p> <p>(2) 如何錄製 Podcast 及內容範例</p> <p>(3) 登山裝備介紹，依據季節、高度做出改變</p> <p>(4) 健行筆記 App 使用及地圖判斷路徑</p> <p>(5) 野外露營的技能：搭帳篷與使用高山瓦斯炊煮</p> <p>(6) 認識花蓮周遭特色步道</p>
活動回饋與成效	<p><b>一、活動回饋：</b></p> <p>(1) 同學們初步了解課堂內容及規定</p> <p>(2) 了解登山衣物對於地點、季節、氣候之選擇</p> <p>(3) 學會使用健行筆記 App</p> <p>(4) 同學對活動當天進行方式更加熟悉</p> <p>(5) 了解如何製作 podcast</p> <p>(6) 促使同學自主規畫步道之旅</p> <p>(7) 了解登山前的種種準備以及應有的態度</p>
活動剪影	



附件



課程內容講解



裝備教學



野外實作：搭帳篷



野外實作：收帳篷



一小時 8 公里測驗



裝備打包練習



### 活動記錄表

活動主題	貳、8公里體能測驗(2次)以及每週一二的晨跑訓練
活動日期	112年2月17日以及4月18日
活動時間	5時30分至7時00分
活動地點	東華大學體育館前廣場
主講人	張嘉珍老師、蘇育代老師
參與人數	共計36人
活動內容	<p><b>一、活動內容：</b></p> <p>(1) 體能測驗：檢視同學體能狀態</p> <p>(2) 參加人員：張嘉珍老師、蘇育代老師、黃筠婷助教、譚珍助教、杞宥頡助教、林奕萱助教、江柏儀助教、陳品維助教、修課同學</p> <p><b>二、活動方式：</b></p> <p>(一) 跑東華大學體育館前廣場8圈</p> <p>(二) 由老師與助教帶領想練習的同學跑外環6~8k</p> <p><b>三、預期助益：</b></p> <p>(1) 測驗同學體能狀態，達成1小時8公里的目標</p> <p>(2) 訓練同學的毅力耐力，使其感受自己成長的幅度變化。</p>
活動回饋與成效	<p><b>一、活動回饋：</b></p> <p>(1) 增強同學各項基本肌力，以完成課程1小時8公里及校外教學。</p> <p>(2) 藉此了解了各同學的體能狀態，以做適當的登山分組。</p>
活動剪影	

附件

	
體能測驗	做操拉筋
	
每週一二的晨訓	每週一二的晨訓

活動記錄表



活動主題	參、校外教學：鯉魚潭輕裝實作練習
活動時間	112年3月10日，7時00分至13時00分
活動地點	鯉魚山步道
主講人	張嘉珍老師、蘇育代老師
參與人數	共計36人
活動內容	<p><b>一、活動內容：</b></p> <p>(一)健行筆記 APP 說明及操作</p> <p>(二)無痕山林宣導</p> <p>(三)行進糧與登山糧食教學</p> <p><b>二、活動方式：</b></p> <p>(一)鯉魚潭輕裝野外實作</p> <p><b>三、預期助益：</b></p>

附件

	(1) 野外實作及練習上下坡技巧 (2) 健行筆記 App 使用
活動回饋 與 成效	一、活動回饋： (一)學會使用健行筆記 App 及地圖判斷 (二)學會 LNT 原則以及如何攜帶行動糧
活動剪影	
	
鯉魚山山頂教學	鯉魚山輕裝記錄



### 活動記錄表

活動主題	參、校外教學：鯉魚潭重裝實作練習
活動時間	112年3月24日，7時00分至13時00分
活動地點	鯉魚山步道
主講人	張嘉珍老師、蘇育代老師
參與人數	共計36人
活動內容	<p><b>一、活動內容：</b></p> <p>(一)健行筆記 APP 說明及操作</p> <p>(二)背包背負以及登山杖使用教學</p> <p>(三)無痕山林宣導</p> <p><b>二、活動方式：</b></p> <p>(一)鯉魚潭重裝野外實作</p> <p><b>三、預期助益：</b></p> <p>(1) 野外實作及練習上下坡技巧</p> <p>(2) 健行筆記 App 使用</p>
活動回饋 與 成效	<p><b>一、活動回饋：</b></p> <p>(一)學會使用健行筆記 App。</p> <p>(二)同學對重裝有了概念與經驗，為接下來的過夜隊做準備。</p>
活動剪影	
	
鯉魚山重裝紀錄	登山杖使用教學

### 活動記錄表

活動主題	參、校外教學：重裝大同大禮露營實作練習
活動時間	112年4月29日，6時00分至4月30日，16時00分
活動地點	大同大禮步道
主講人	張嘉珍老師、蘇育代老師
參與人數	共計36人
活動內容	<p><b>一、活動內容：</b>(一)健行筆記 APP 說明操作；(二)地圖路徑判斷；(三)無痕山林宣導；(四)實作登山技巧。</p> <p><b>二、活動方式：</b>大同大禮兩天一夜野外實作</p> <p>(一) 為了最大減少意外的發生，登山前該作的行前準備</p> <p>(二) 宣導山域活動時應注意的事項提醒大家注意安全</p> <p>(三) 行動糧、正餐、野炊的注意事項和經驗分享</p> <p>(四) 在山上迷路該怎麼辦，先解決心境再處理現況。</p> <p><b>三、預期助益：</b></p> <p>(1)野外實作及練習上下坡技巧</p> <p>(2)健行筆記 App 使用及地圖判斷路徑</p> <p>(3)自主搭帳及炊煮能力</p> <p>(4)團體合作及分工</p> <p>(5)上山應具備之態度養成</p> <p>(6)風險管控與危機應變能力</p> <p>(7)登山基本知識與能力</p> <p>(8)增強同學的心肺能力與肌力</p>
活動回饋 與 成效	<p><b>一、活動回饋：</b></p> <p>(一)學會使用健行筆記 App 及地圖判斷</p> <p>(二)同學需寫出此次出隊以及課堂以來的心得</p> <p>(三)對重裝過夜的登山行程有概念以及經驗</p> <p>(四)了解基本行前準備及實作經驗累積</p>
活動剪影	





大同大禮步道口合影



露營記錄



立霧山三角點合影



炊煮記錄



大同大禮重裝行走紀錄



彩虹屋合照

### 活動記錄表

活動主題	肆、Podcast 錄製
活動時間	112年4月17日，18時30分至20時30分 112年4月18日，16時00分至20時30分 112年4月19日，11時00分至12時30分 112年4月21日，16時00分至20時30分
活動地點	花師教育學院 D416、蘇育代老師研究室
主講人	蘇育代、張嘉珍老師
參與人數	共計 30 人
活動內容	<p>一、活動內容：</p> <p>(一) Podcast 錄製</p> <p>二、活動方式：</p> <p>(一)小組討論報告的形式。</p> <p>(二)正式到錄音間錄製 podcast。</p> <p>一、預期助益：</p> <p>(1) 知道登山的基本知識</p> <p>(2) 學習登山的歷史人文素養</p> <p>(3) 發覺登山多面向的深度與廣度</p> <p>(4) 了解 podcast 如何錄製剪輯產出</p> <p>(5) 自主規劃登山單日行程</p> <p>(6) 培養導覽能力</p> <p>(7) 培養蒐集資料以及彙整內容的能力</p>
活動回饋 與 成效	<p>一、活動回饋：</p> <p>(1)在登山時，能覺察到周遭的生態環境。</p> <p>(2)知道爬山 LNT 原則該如何實踐。</p> <p>(3)能對步道的地理歷史人文有所接觸與反思。</p>
活動剪影	



附件



Podcast 內容報告



Podcast 內容報告



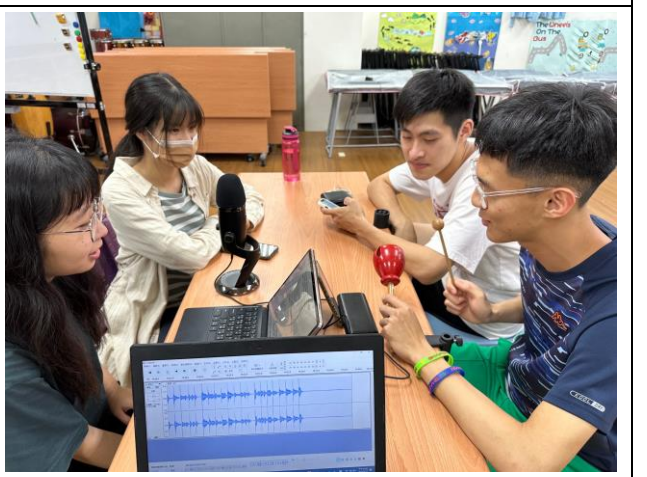
Podcast 內容報告



Podcast 內容報告



Podcast 錄音實況



Podcast 錄音實況



### 活動記錄表

活動主題	伍、成果發表會
活動時間	112年5月12日·9時00分至12時30分
活動地點	人社二館 D105
主講人	張嘉珍老師、蘇育代老師
參與人數	共計 37 人
活動內容	<p>一、活動內容：小組 6 分鐘成果發表影片</p> <p>二、活動方式：實體授課分組放映與分享</p> <p>三、預期助益：(1)共同分享學習成果與心得 (2)培養同學的主動性、組織分工能力</p>
活動回饋 與 成效	<p>一、活動回饋：</p> <p>(一)分享及聆聽學習成果與心得</p> <p>(二)訓練同學們自主辦理活動的能力</p>
活動剪影	
	
成果發表會	成果發表會-餘興節目



成果發表會-美宣佈置



成果發表會-小組心得分享



成果發表會-圍坐分享



成果發表會-老師心得分享