

戶 外 教 育 的 安 全 趣 味 ！

<初 階 題>

閱 讀 以 下 文 章 ， 回 答 相 關 問 題 ：

認 識 戶 外 教 育 的 安 全 趣 味

你 喜 歡 到 戶 外 上 課 嗎 ？ 最 近 幾 年 來 ， 全 世 界 有 許 多 國 家 開 始 重 視 戶 外 教 育 ， 老 師 帶 學 生 走 出 教 室 ， 將 學 習 與 生 活 結 合 ， 透 過 活 動 體 驗 ， 提 高 學 生 的 學 習 興 趣 和 效 果 。 不 過 ， 怎 麼 樣 叫 做 戶 外 教 育 呢 ？ 在 操 場 上 體 育 課 算 嗎 ？ 到 學 校 隔 壁 的 早 餐 店 訪 問 老 闆 呢 ？ 還 是 一 定 要 上 山 下 海 ， 走 進 大 自 然 才 算 是 戶 外 教 育 呢 ？

什 麼 是 戶 外 教 育 ？

根 據 《 中 華 民 國 戶 外 教 育 宣 言 》 ， 只 要 是 「 走 出 上 課 教 室 」 的 學 習 ， 都 可 以 叫 做 戶 外 教 育 。 比 如 在 校 園 角 落 認 識 植 物 、 到 社 區 踏 查 人 文 活 動 、 去 特 色 場 館 學 習 新 知 識 、 走 進 山 林 溪 流 認 識 環 境 等 等 ， 在 過 程 中 會 有 實 際 的 操 作 、 觀

察、探索、互動和反思的「學習過程」，都算是戶外教育。

簡單來說，「戶外」指的是場所，「教育」指的是教學活動，都很重要，如果只是走出教室，卻沒有「上課」，就不能算是戶外教育。

臺灣處於亞太地區特殊位置，擁有多元的自然環境，像是別具特色的海島景觀、不同的山林風貌，還有豐富的人文歷史與文化，處處都是寶貴的學習素材。也就是說，在臺灣非常適合發展戶外教育。

臺北趣學學習： <http://www.tplearn.xcom.tw/map/>

那麼臺北市有哪些適合的戶外教育地點呢？「臺北趣學學習」網站整理了大臺北地區適合做為戶外教育的地點。網站中提供了臺北市全區地圖，並將戶外教育的地點依照類型分成藝文空間、名勝古蹟、藍色公路、政府機關、圖書館、科學館、博物館、步道、育樂、生態等，使用者可以選擇特定區域，再勾選想要的類型，地圖上就能顯示出適合的地點喔！

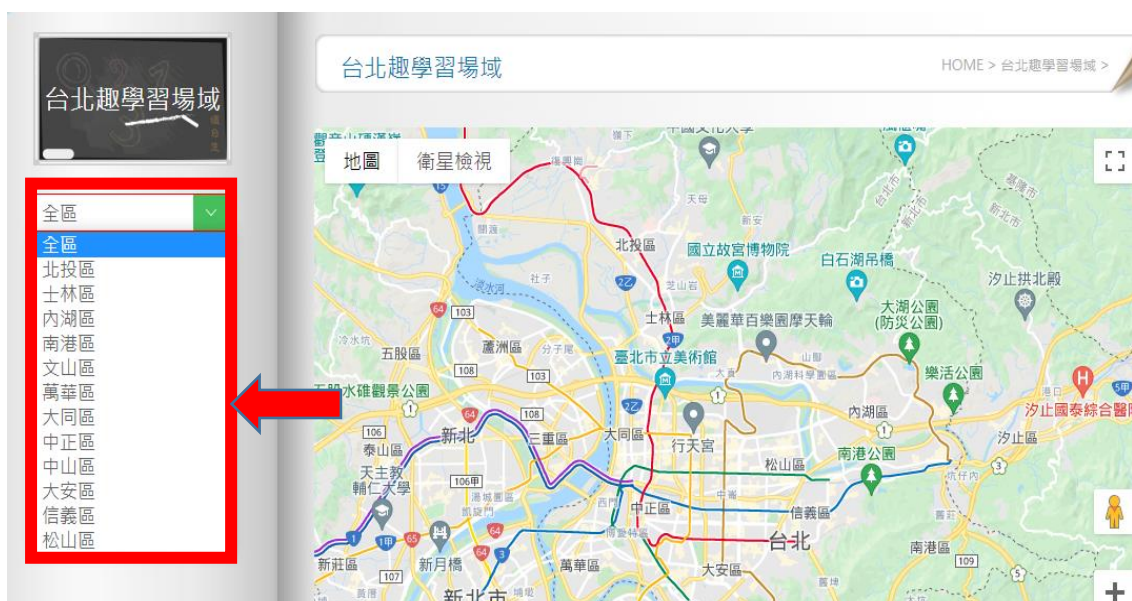
請點選連結，進入網站後，找找看你讀的學校所在的地區附近，有哪些令你感興趣的戶外教育地點吧？！（操作方法可以參考圖片）

Step1：進入臺北趣學習網站，選擇

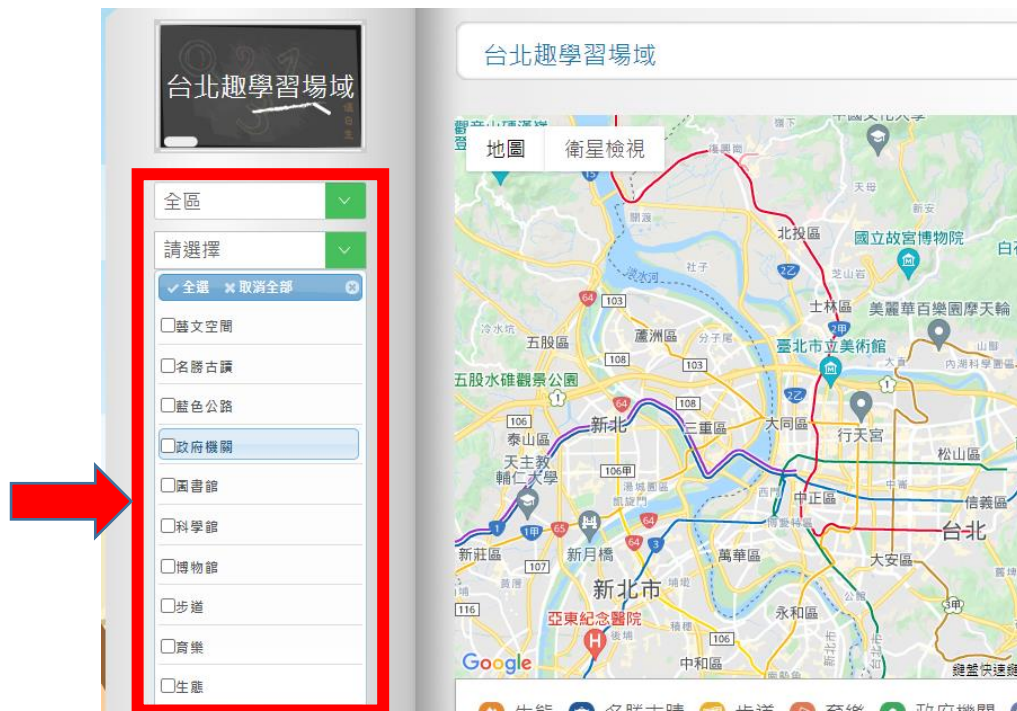
「臺北趣學習場域」



Step2：網頁向下拉後，可以看到各地區圖表，跟左邊方塊的選擇區塊，在「全區區」選擇你讀的學校的行政區區。像是：中正區區、北投區區、內湖區區。



Step3: 在「請選擇」區域下拉，可以勾選你想主要的地點類型（可以一複選）



以上圖片來源：臺北趣學習網站

戶外教育的安全

不過，在教室外的學習，伴隨而來的是安全問題。在新聞媒體上，時而有學生參加戶外體驗活動，卻發生緊急意外，造成悲劇的報導。悲劇的發生會讓家長、老師和學生心中生起疑慮，而不敢參加活動。但若是擔心會發生危險，而遠離這些寶貴的學習資源，不是太可惜了嗎？其實我們的生活周遭，本來就充滿許多風險，就算在教室上課，也會有安全的顧慮。

慮。因此行前準備周全，了解活動注意事項並做好風險管理、在緊急事件發生時知道如何處理，才能放心體驗活動，享受戶外教育的快樂喔！

名詞解釋

亞太地區：亞洲、太平洋地區的簡稱。

延伸閱讀

- 戶外教育資源平台 <https://reurl.cc/Kp2Qoy>
- 中華民國戶外教育宣言 <https://reurl.cc/ak73Y9>
- 臺北趣味學習 <http://www.tplearn.xcom.tw/index.php>

1. 根據文章的內容，以下哪些選項算是戶外教育的呢？（複選）
 - (a) 在學校園角落認識植物。
 - (b) 到社區踏查人文活動。
 - (c) 走進山林溪流認識環境。
 - (d) 去特色場館學習新知。
2. 根據文章的內容，臺灣的環境擁有很多的學習素材，適合發展戶外教育，但哪一個選項沒有包含在裡頭？
 - (a) 不同的山林風貌。
 - (b) 有特色的海島景觀。
 - (c) 豐富的歷史與文化。
 - (d) 美麗的冰川和冰原。

3. 在「臺北趣學」的網站中，將戶外教育的地點分成了好幾種類型，以下哪一個類型的地點可能不會在室內？

- (a) 圖書館
- (b) 步道
- (c) 科學館
- (d) 政府機關

4. 進行戶外教育時，安全是很重要的考量，文章裡頭告訴我們，做好哪些事才能讓人放心體驗活動，享受戶外教育的快樂呢？（複選）

- (a) 行前準備周全。
- (b) 了解活動注意事項並做好風險管理。
- (c) 在緊急事件發生時知道如何處理。
- (d) 抱持著「什麼都不要想，出發就對了！」的心態。

5. 請列出一個在你學校所在的區域附近，令你感興趣的戶外教育地點。作答時請依序回答：校名。行政區域。戶外教育地點類型。地點名稱。

（例如：國語實小。中正區。生態。臺北市立植物園。）

<進階題>

閱讀以下文章，回答相關問題：

戶外教育安全守則

這篇文章會介紹國小生常見的三項戶外教育活動，從行前準備、活動注意事項和緊急事件處理這三點，來幫助大家建立安全觀念。

登山

臺灣地區山林密布，隨著緯度的變化及海拔高度的不同，呈現豐富多元的自然景觀與人文風情，所以不論是郊山健行，或是挑戰高山登山頂，都是令許多民眾嚮往的戶外活動。不過，隨著登山健行活動越來越受歡迎，事故也變得越來越多。其中有許多人為的因素，若做好事前準備就可以避免意外發生。

行前規劃

團體行活動

爬山要結伴同行，並找合格的老師或嚮導帶領。並落實留守人制度。

活動中注意事項

狀況回報

登山期間，要讓留守在山下的家人掌握行蹤。行進間要務必避免因為速度不同而落單。隨時注意隊友情形。

緊急事件處理

虎頭蜂攻擊

遇見蜂巢安靜閃避；受到攻擊時用衣物保護皮膚並迅速離開。被叮咬要馬上處理。

		<p>傷口並盡速就醫。</p>
<p>必要裝備 洋蔥式穿搭 確保透氣、保暖、防風和防雨效果。準備適合的登山鞋、飲用水、食物以及防止迷路的地圖、手機定位和緊急求助裝備。</p>	<p>量力而為 注意氣象資訊、地形變化以及自己的體能與健康狀態，不要勉強前進或登頂。</p>	<p>迷路應變 迷路時如果找不到原路，應該在原地尋找避難處等待救援，不要下切溪谷。</p>
<p>地點選擇 了解路線的相關資訊，依據自己的體能狀況考慮要不要前往。</p>	<p>知難而退 登山遇到下雨、天氣不好或路況不清楚時，請立即折返，回到安全的地方。</p>	<p>立即通報 撥打 110、119 或 112 緊急救難專線，用救難 app 傳送定位資訊。</p>
<p>行前確認 出發前再次確認身體狀況，還有天氣資訊。</p>	<p>無痕山林 不留下任何垃圾、也不帶走原本屬於山林間的動植物或文物。</p>	

自行_車

近年_來最_流行_的運_動項_目就_是騎_自行_車了_，
自行_車靠_著雙_腳踩_踏為_動力_，除_了當_作交_通工_具外_，
還_能作_為運_動休_閒的_選項_，甚_至有_抒發_壓力_的效_果呢_。想_要好_好的_城市_裡或_鄉野_間，安_心
享_受騎_車追_風的_舒暢_感，遵_守安_全守_則是_非
常_重要_的喔_！

行 _前 規 _劃	活 _動 中 _注 意 _事 項 _，	緊 _急 事 _件 處 _理
安 _全 裝 _備 穿 _合 身 _的 衣 _， 物 _， 配 _戴 專 _用 安 _全 帽 _， 下 _雨 天 _時 穿 _雨 衣 _， 不 _要 撐 _傘 。	行 _車 安 _全 距 _離 乾 _燥 和 _平 坦 _路 段 _應 和 _前 車 _保 持 ₂ 台 _小 客 _車 距 _離 ，潮 _濕 和 _下 坡 _路 段 _保 持 ₃ 台 _小 客 _車 距 _離 離 _， 與 _側 向 _車 輛 _保 持 ₁ 公 _尺 以 _上 距 _離 ，不 _要 並 _排 騎 _車 。	車 _輛 故 _障 遇 _到 爆 _胎 、 鍊 _條 鬆 _脫 、 剎 _車 故 _障 等 _， 狀 _況 時 _， 應 _該 用 _牽 車 _的 方 _式 離 _開 車 _道 ， 再 _好 好 _檢 查 _， 及 _尋 找 _修 車 _店 家 _。

<p>行_レ前_ニ檢_ル査_シ</p> <p>選_ル擇_ハ適_ク合_フ自_レ己_ノ</p> <p>大_キ小_ナ的_ク自_レ行_ク</p> <p>車_ヲ， 確_ク認_ム車_ノ子_ヲ</p> <p>的_ク輪_ノ胎_ノ、 刹_ノ</p> <p>車_ノ、 車_ノ玲_ノ、 照_ル</p> <p>明_ク燈_ノ等_ヲ是_レ不_レ是_レ</p> <p>正_シ常_ノ運_ル作_ル。</p>	<p>轉_ク彎_ク、 變_ク換_ク車_ノ</p> <p>道_ノ及_ビ刹_ノ車_ノ</p> <p>擺_ル頭_ヲ察_メ看_ル周_ノ遭_ル</p> <p>有_ラ無_ク人_ノ車_ノ， 做_ル</p> <p>出_ル左_ノ轉_ク或_ハ右_ノ轉_ク</p> <p>手_ノ勢_ヲ後_ニ再_ニ轉_ク彎_ク</p> <p>或_ハ變_ク換_ク車_ノ道_ノ。</p> <p>刹_メ車_ノ時_ニ， 後_ニ輪_ノ</p> <p>比_テ前_ノ輪_ノ早_ク， 同_ク</p> <p>時_ニ煞_メ車_ノ最_ク安_ク</p> <p>全_ク。</p>	<p>交_ル通_ル事_ハ故_ク</p> <p>碰_ル到_ク交_ル通_ル事_ハ</p> <p>故_ク發_ル生_ル時_ニ，</p> <p>要_ス保_ル留_ル現_ル場_ノ</p> <p>情_ノ況_ヲ， 人_ノ員_ヲ</p> <p>移_ル一_ニ動_ク到_ク安_ク全_ク</p> <p>的_ク地_ノ方_ニ並_ク報_ル</p> <p>警_ル， 等_ク待_ル警_ル</p> <p>察_メ到_ク現_ル場_ノ協_ル</p> <p>助_ル處_ニ理_ル。</p>
<p>騎_ル乘_ル地_ノ點_ノ</p> <p>在_レ城_ノ市_ノ裡_ニ騎_ル車_ノ</p> <p>時_ニ， 騎_ル樓_ノ和_ビ人_ノ</p> <p>行_ク道_ノ禁_ム止_ム騎_ル自_レ</p> <p>行_ク車_ノ， 有_ラ自_レ行_ク</p> <p>車_ノ專_ク用_ル道_ノ、 人_ノ</p> <p>車_ノ共_ク道_ノ標_ノ誌_ヲ與_ル</p> <p>慢_ク車_ノ道_ノ才_ク可_ク以_テ</p> <p>騎_ル乘_ル， 並_ク記_ル得_ル</p> <p>靠_ル右_ノ側_ニ。</p>	<p>謹_ム慎_ム騎_ル車_ノ</p> <p>雨_ノ天_ノ及_ビ夜_ノ間_ニ騎_ル</p> <p>乘_ル， 或_ハ行_ク經_ル路_ノ</p> <p>口_ノ、 坡_ノ道_ノ、 障_ル</p> <p>礙_ノ物_ヲ， 及_ビ路_ノ邊_ノ</p> <p>停_ル靠_ル車_ノ輛_ノ時_ニ，</p> <p>應_テ減_ル速_ク慢_ク行_ク，</p> <p>留_ル意_ヲ一_ニ周_ノ遭_ル狀_ノ</p> <p>態_ヲ， 避_ル免_ル跟_ル大_キ</p> <p>型_ノ車_ノ輛_ノ並_ク肩_ノ而_テ</p> <p>行_ク。</p>	<p>立_テ即_チ通_ル報_ル</p> <p>撥_ル打_ル 110、 119 或_ハ</p> <p>112 緊_ク急_ク救_ル難_ク</p> <p>專_ク線_ノ， 用_ル救_ル</p> <p>難_ク app 傳_ル送_ル定_ル</p> <p>位_ノ資_ノ訊_ノ。</p>

溯溪

溯溪需要具備登山、攀岩或垂直降的技巧，是一種需要運用多種技能的活動，很有挑戰性。在活動過程中也能欣賞到大自然的美景，吸引許多人參加和體驗。不過，溯溪活動常因天候改變、裝備不全、水域及地形熟悉度不足等因素，造成意外事件的發生。

行前規劃	活動中注意事項	緊急事件處理
<p>團體行活動</p> <p>一定要組隊結伴，並由合格嚮導帶領或選擇合法商業團隊。</p>	<p>團隊規定</p> <p>聽從嚮導指示，不隨意脫掉安全裝備、不脫隊、不做危險動作。</p>	<p>土石掉落</p> <p>聽到土石掉落聲音時，盡量貼近岩壁，臉面岩壁，並找機會離開。</p>
<p>必要裝備</p> <p>頭盔、溯溪鞋、救生衣、防水衣物，以及登山裝備。</p>	<p>入水準備</p> <p>入水前好好暖身，不在有地形落差及溪流轉彎處戲水，遠離水中暗流及漩渦。</p>	<p>急流自救</p> <p>維持仰躺，雙手抓緊救生衣領口，雙臂夾緊，雙腿伸直，腳尖露出水面順水流，不要掙扎。等水勢和緩</p>

		再找機會上岸。
<p>場域的選擇</p> <p>了解路線的相關資訊，依據自己的體能狀況考慮要不要前往。</p>	<p>知難而退</p> <p>隨時注意周遭環境及天氣，當溪水混濁、打雷或突然下大雨時，要馬上停止活動，回到安全之地。</p>	<p>立即通報</p> <p>撥打 110、119 或 112 緊急救難專線，用救難 app 傳送定位資訊。</p>
<p>技能練習</p> <p>依地點情況需要具備岩石堆穿越、橫渡、游泳、瀑布攀登、爬山、垂直等多項技能。</p>	<p>無痕山林</p> <p>不留下任何垃圾、也不帶走原本屬於環境中的動植物，維護環境。</p>	
<p>行前確認</p> <p>出發前再次確認身體狀況，還有天氣資訊。</p>		

在進行上述戶外教育活動前，我們需要具備敬畏自然環境的心態，並擁有安全從事戶外活

動的知識。懂得尊重自然，才是確保安全的最
佳方法喔。

名詞解釋

留守人：留守人是登山隊伍的成員之一，他可以說
是山下之領隊，必須完全瞭解登山計畫書、
團體裝備表、隊員名冊(含緊急聯絡人、
緊急聯絡人電話)、糧食清單、醫藥清單、地圖、
撤退計畫、保險資訊、領隊與留守人聯絡時
間計畫等，並參與領隊會議。簡單來說，他
就是登山安全的守門人。

延伸閱讀

- 學校戶外教育安全指引 <https://reurl.cc/Vj2eob>
- 戶外教育的安全管理 <https://reurl.cc/Op6Dgr>
- 登山隊伍的守護者——淺談留守人的角色扮
演 <https://reurl.cc/VjnAz5>

1. 根據文章，在登山、騎自行車以及溯溪這三
項活動的說明中，哪一個正確的？
(a) 臺灣山林密布，只要不選擇高山登頂，
在郊山健行是非常安全的。
(b) 騎自行車雖然不是什麼流行的運動，但

仍_レ然_レ要_レ注_レ意_一安_ヲ全_ク。

(c) 溯_ハ溪_ニ活_キ動_ク常_ニ因_リ天_ノ候_ノ改_メ變_フ、裝_ヲ備_ハ不_レ全_ク、不_レ熟_シ悉_ス水_ノ域_ノ及_ビ地_ノ形_ノ等_ノ發_シ生_ル意_ハ外_ナ。

(d) 登_ル山_ヲ、騎_シ自_ラ行_ク車_ヲ以_テ及_ビ溯_ハ溪_ニ是_ハ只_ニ適_ハ合_セ小_ノ學_ニ生_ノ進_ム行_ク的_ノ戶_ノ外_ノ活_キ動_ク。

2. 比_シ較_ス登_ル山_ヲ、騎_シ自_ラ行_ク車_ヲ以_テ及_ビ溯_ハ溪_ニ的_ノ「行_ク前_ノ規_ノ劃_ヲ」，選_ビ出_ス正_シ確_シ的_ノ選_ビ項_ヲ。(複_ニ選_ビ)

(a) 三_ノ項_ノ運_キ動_ク都_ニ必_ズ須_ク選_ビ擇_ハ合_セ適_ハ的_ノ地_ノ點_ヲ進_ム行_ク。

(b) 相_シ較_ス騎_シ自_ラ行_ク車_ヲ和_シ登_ル山_ヲ，溯_ハ溪_ニ所_ニ需_ム要_ム的_ノ技_キ能_ハ比_シ較_ス單_一。

(c) 登_ル山_ヲ和_シ溯_ハ溪_ニ活_キ動_ク必_ズ須_ク結_ビ伴_ヲ參_カ加_フ，並_ニ由_リ合_セ格_的的_ノ嚮_ヲ導_キ帶_ク領_ル。

(d) 三_ノ項_ノ運_キ動_ク都_ニ需_ム要_ム穿_キ著_キ適_ハ當_ハ的_ノ裝_ヲ備_ハ。

3. 比_シ較_ス登_ル山_ヲ、騎_シ自_ラ行_ク車_ヲ以_テ及_ビ溯_ハ溪_ニ的_ノ「活_キ動_ク中_ニ注_シ意_ハ事_ノ項_ヲ」，選_ビ出_ス正_シ確_シ的_ノ選_ビ項_ヲ。(複_ニ選_ビ)

(a) 騎_シ自_ラ行_ク車_ヲ需_ム要_ム留_メ意_ハ安_ヲ全_ク距_ヲ離_ハ，登_ル山_ヲ及_ビ溯_ハ溪_ニ則_シ是_ハ盡_ム量_ヲ避_ク免_ル脫_キ隊_ヲ。

(b) 三_ノ項_ノ運_キ動_ク若_シ是_ハ碰_キ到_ク下_リ雨_ノ天_ノ，危_シ險_ノ程_ノ度_ハ會_シ提_ク高_ク，要_ム更_ニ謹_シ慎_シ小_シ心_ヲ。

(c) 進_ム行_ク三_ノ項_ノ運_キ動_ク時_ニ，都_ニ必_ズ須_ク秉_キ持_キ運_キ動_ク家_ノ精_シ神_ヲ，永_ク不_レ放_テ棄_ス或_シ撤_キ退_ス。

(d) 登_ル山_ヲ或_シ溯_ハ溪_ニ活_キ動_ク結_ス束_ス時_ニ，可_シ以_テ隨_ヒ手_ヲ帶_ク走_ル當_ハ地_ノ環_ノ境_ノ的_ノ動_ク植_キ物_ヲ作_キ紀_ハ念_ヲ。

4. 以下哪些同學在進行戶外活動時遇到緊急狀況，採取的緊急事件處理方式不恰當呢？
- (a) 宗怡登山時迷路了，他憑著記憶到處找路，想要回到原本的路徑上。
- (b) 文慈在登山時聽到了土石掉落的聲音，他在馬上向岩壁靠近，等聲音消失後再趕快離開。
- (c) 志偉騎自行車騎到半路鏈條鬆脫，他立刻下車，並在原地檢查及修理車子。
- (d) 珮涵在戶外活動時看到了虎頭蜂的蜂巢，他盡量保持安靜，並快速離開蜂巢所在的地方。
5. 請寫出一個你覺得最需要跟家人或朋友分享的安全觀念。(簡答)

資料來源：

1. 臺北市政府教育局 <https://www.doe.gov.taipei/>
2. 維基百科 <https://reurl.cc/EZkaY1>
3. 遠見雜誌 <https://www.gvm.com.tw/article/44519>
4. 健行筆記 <https://hiking.biji.co/>