

907 悠遊知性步道

授課教師：鍾仁俊 老師

學經歷：景文技術學院畢，100 年度觀光導覽志工隊特殊訓練結業，景文科大 102、103、107/學年觀光導覽課程老師。

現任：新店崇光社大講師、觀光導覽志工隊副隊長

課程時間：週一上午 9：00～11：50，全日課：上午 9：00～16：00

課程理念：1.認識我們所居住的這片土地，古往今來、人文薈萃，進而愛這片土地。 2.接近大自然，觀察生態環境與生物多樣性，達到尊重生命、友善大地。

課程效益：1.帶著愉快心情，走在自然步道上，互相扶持加油打氣，一次一次的完成課程，有助心靈的沈澱與強健體態。
2. 對生態的觀察、了解、親近，感受這塊土地的美好進而愛護。

課程進行：均為室外課，以人文生態為主要探索，搭配半日課或全日課程，讓我們走出水泥叢林的都市，有時漫遊山林間，有時健走稜線上。讓我們一起安全上課、平安回家。

成績評量：出席率 50%、學習態度 20%、團體互動 30%

選課要求：1.對大自然的尊重與互動學習。2.腳力能負重 5 公斤裝備，慢走 6 小時，請考量身體狀況，切勿勉強參加。
3.務必發揮扶持精神與尊重團隊精神。4.請備特殊設備：登山鞋或雨鞋、背包、登山手杖。

※ 選課貼心的叮嚀：參與戶外課程學員，請務必參與旅遊平安險，及審慎考量自身健康狀況，報名時請務必填寫緊急聯絡人，並簽署健康狀況切結書。

學分費：(三學分)

其他費用：租用中型巴士共乘，輔以大眾交通工具(捷運、公車、火車)車資 3000 元多退少補。「開學後由副班代統一收取」。

課程大綱：備註：此為預定行程，講師得視當天氣候狀況和學員體力，保有彈性調整行程和路線的權利。

週次	難/易	主題 / 內容
第一週	易	(半日) 開學相見歡，中和區。南勢角山登山步道。
第二週	易	(半日) 文山區貓空步道。吊橋流水，近看壺穴現像。
第三週	易	(全日) 雙溪區隆嶺古道。越嶺舊隧道到石城，再走隧道回原點。
第四週	難	(半日) 土城區天上山步道。海拔 430 公尺，雍有好的視野。
第五週	易	(半日) 三芝區大屯溪古道，百年石板橋，沿溪而行。
第六週	易	(全日) 平溪區北勢溪古道，平順好行，美景不斷的幽雅古道
第七週	易	(半日) 七堵區姜子寮絕壁。位於基隆第一高山姜子寮山腰上，又有大岩壁又有瀑布。
第八週	難	(半日) 基隆龍岡步道。登小百岳槓子寮山海拔 163 公尺，附近又有槓子寮炮台，景色展望皆很棒。
第九週	難	(全日) 宜蘭松羅國家步道。早期林場的貯木的地方，也是泰雅族打獵的獵徑。
第十週	易	(半日) 基隆市望幽谷步道。一片綠油油的海濱草地，附近也有八斗子漁港。
第十一週	難	(全日) 北投區七星山登山步道。大台北第一高山，海拔 1120 公尺。
第十二週	易	(半日) 士林區登峰圳古道。平坦又有林蔭，參觀引水隧道。
第十三週	易	(全日) 士林區二子坪步道。因公路的限制，起點位於竹子湖的頂湖，一路上昇到二子坪步道，號稱五星級步道。
第十四週		合併第三週
第十五週		合併第六週
第十六週		合併第九週
第十七週		合併第十一週
第十八週		合併第十三週