

# 社區大學成人山野教育與活動經驗談與展望

崔祖錫\*

## 摘 要

近年來，社區大學在全國各地蓬勃發展，儼然已經成為社會成人教育的主要場域。面對目前越來越多青壯年登山或山野活動人口，提供管道，使其擁有更健全的山野知識、技能與態度非常重要，因此登山教育需更著重在社區大學這一個領域。以筆者在文山社大五年的教育經驗，社區大學是個是非常適合推廣山野教育的場域，而尤以知識性室內課與實際踏查室外課互相配合，可將休閒與教育的功效發揮至極致，也能培養出更多登山活動人才的種子。但社區大學的框架在某些方面也限制了山野教育某些可能性。其中最現實的教育者在社大的投資報酬率明顯較低，這可能降低更多人在社大持續並更具有開創性的貢獻。

## 關鍵字

社區大學、山野教育、登山、登山入門、社會教育

---

\*文山、大安社區大學戶外登山課老師。

# 社區大學成人山野教育與活動經驗談與展望

崔祖錫

## 一、前言：社區大學的起源、意義與發展

### （一）社區大學的初衷

社區大學最早由台大數學系教授黃武雄於1994年提出構想，當初發起成立的目的主要全面進行社會學習，深化人民對現代社會、對個人價值的進一步認識、尋求個人與社會之間的辯證關係，探索文明與自然之間的平衡點，從而建立起新的世界觀。<sup>†</sup>簡而言之，主要是推動成人終身學習，讓以往套裝、僵硬的知識以更貼近生活與實際的方式，真正深化到社會上的每個人。多元面相的知識的推動，一方面彌補學校填鴨與目的性教育的缺漏，另一方面因為深化普及的教育扎根到廣大的民眾，進而培養更多具獨立思考、判斷甚至是對美的鑒別能力的大眾。當民眾普遍有獨立思考的知識與省思，就不易被媒體、政客與滿天似是而非的言論隨之起舞，我們的民主社會也才會真正向前一步。也因更關心我們的社會環境、自然生態與人生價值，最終將在社會與國家創造影響深遠的寧靜革命、保留區域傳統對抗全球化，並積極保護地球環境永續與自然和諧共處。基本上，社區大學的概念較靠近左派思維，與現在台灣政治長久以來的右派性格相反。

### （二）社區大學的發展與現況

從1998年7月全國第一所文山社區大學試辦以來，社區大學因為開放的態度、多元的內容和其背後崇高的理念，迅速再全國各地如燎原星火般點燃。目前全國大約有近百所社區大學，每期上課人數超過15萬人，開設至少5000門以上各式課程。這是由於有志之士、民間公益與社運團體、各級學校與政府單位與參與學員共同努力的成果，也成為台灣社會最大體系與最成熟的成人教育系統，可說是成績斐然。當初倡議社大的深化普及教育、培養公民獨立思考與關懷環境的目的漸有所成，期盼能真正創造台灣社會下一階進步的深層動力。

社區大學可以開社的課程類型極為多元，應有盡有，除了違反善良風俗、明顯違法與命理類、涉及醫療行為與開鎖課程明令不可以在社大開設外，<sup>‡</sup>所有可能性都在社區大學開設過或正在開設。技能類木工、水電、烘焙、餐飲等；運動技能如瑜伽、皮拉提斯、各類舞蹈；自然環境如旅遊、登山與單車；語文類如英日西法語；美學文學類如電影鑑賞、繪畫、攝影與文學欣賞；休閒與樂理類如歌唱教學、烏克蘭麗麗、國樂各類樂器；社會關懷類如社區營造、社會議題語環境保護等課程，都是社大相當常見且熱門的課程類型。而參與社大者不需要任何考核與資格限制（但必須成年），社大教師也不以學歷為限制，只要在所教授的專業領域有所專精即可。老師與學生之間的關係較一般學校平等，類似教學相長一起學習的朋友，而由課程結交的朋友與形成的團體，提供了入社會人士一個無利害關係社交的環境。由以上種種，社大的確是一個接近烏托邦的學習領域，在這個競爭激烈、冷漠現實的現代社會，提供了一處實現理想社會的前哨站。

<sup>†</sup>倡議社區大學的初衷；黃武雄；2008 社區大學十年有成研討會會議手冊：台北市，p4-9

<sup>‡</sup>社區大學的發展、現況與理念；林孝信；台灣公共衛生促進協會；網路資料。

### （三）社區大學的課程形式

社大的開班形式，一般與國中小大學一樣，一個年度有兩個學期，分上半年的春季班(3-6月)與下學期的秋季班(9-12月)。每一學期四個月間共有 18 週課程。一個完整學期的課程(通常報名一堂課就是以一學期)合計三學分，也就是共 18 堂課。另有較少課堂數的 2 學分 12 堂課或 1 學分 6 堂課的形式。學期之外，另有暑假班與寒假班兩期短程課程。大多數社大的教室均假借學校機關教室，所以多在平日晚間與週六日開課，但近年來平日白天開課的比例也漸多，更方便主婦與退休族群進修。一般典型的 3 學分 18 堂課中，居中第九節為全國社大的公民週，原本的專業科目停課，而由社大提供具社會環境或公民參與類型的課程類型，讓社大學員有更寬廣的視野與更積極的公民意識。而第 18 周則為學期成果展，老師與同學將這學期研習的成果做一公開展示與總結，也順便位下學期的招生做準備與預告。

### 二、社區大學的山野課程-以文山大安社大為例

總理以上社區大學的理念與內容可知，無論從關懷自然環境或是休閒娛樂出發，山野教育或登山活動類的課程均很容易在社區大學出現。歷年來登山界也有非常多位老師在社大開班授課，且均受相當的歡迎。如陳永龍、鄭安晞老師在文山社大的山野技能、原住民文化相關課程，林宗聖在中正社大的上班族與銀法族趴趴走系列；鄭廷斌與 523 俱樂部在中正社大的登山系列課程；以上只是登山者在社大經營的一小部分，在遍佈全省各地的社區大學中，更多各地登山菁英老師們帶領居民深入台灣山野或在地名勝古蹟，持續深化了本土與環境教育的深度與廣度。

本專文以筆者在社大山野教育持續五年的經驗為主，將這五年 10 個學期所教授與帶領山野相關課程的內容、經驗做一簡介與整理，並將這些社大的經驗加以分析、探討並展望，提供對於成人山野教育有興趣的登山教育者一些參考與建議，共同為台灣的成人山野教育扎根並發揚光大。

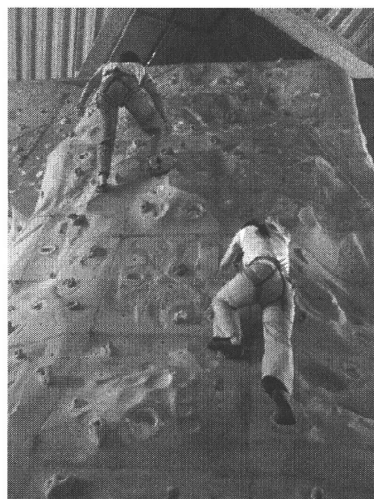
筆者從 98 學年度第一學期進入台北市文山社區大學開課起至今，又於 98 學年度第 2 學期起在大安社大開設課程至 100 年第二學期止，總共開設了五年 10 學期 16 堂 48 學分的山野相關課程，內容也不斷更新改善，課程包含廣泛多元，相當受歡迎場場開放報名當日就爆滿，整理下來大致有以下五個系列課程：

#### 第一大類 登山知能研習類

##### （一）登山入門綜合課程：（981 文山（表一），982 大安）

剛開始進入社大，一股衝勁想把歷年所學的登山“知能”在短短一兩學期的時間盡皆概略教授。所以在文山和大安社大之初都是開這樣的課程。16 節課中（扣掉公民週與成果展），只有三節次是實際上山體驗（3 個分別的課程來回），其他內容包括登山概論、山野知識、山區介紹、地圖初步、台灣古道、山林生態、攀岩體驗、海外健行等應有盡有，非常豐富。但也因為太多室內課與一下大量知識灌輸，同學吸收普遍不佳。茲列舉 981 課表內容（表 1）與活動照片提供參考。

攀岩體驗課程 ▶



(表 1) 981 文山社大 台灣登山入門課程

週次	題目	內容
第 1 週 3/4	登山運動概論 (授課與討論)	登山是什麼? 登山運動種類與簡介。登山需要哪些基本條件? 登山的體能訓練? 登山資訊何處尋?
第 2 週 3/11	台灣的自然環境(授課)	台灣的地形、山脈、高山中級山郊山、自然環境與各種適當的戶外活動
第 3 週 3/18	台灣的高山 I 熱門高山(授課、讀書會)	玉山、雪山、合歡山、能高越嶺、嘉明湖 路線特色; 風景 路線介紹; 登山歷史; 行程規劃
第 4 週 3/25	台灣的高山 II 美麗聖山(授課、讀書會)	南湖大山 奇萊山 聖稜線 八大秀 北大武 路線特色 風景 路線介紹 登山歷史 行程規劃
第 5 週 4/1	台灣的高山 III 荒野世界(授課、讀書會)	南三段 丹大東郡 奇萊東稜 干卓萬 路線特色 風景 路線介紹 登山歷史 行程規劃
第 6 週 4/8	披荊斬棘: 中級山與探勘 (授課)	什麼是中級山 什麼是探勘 台灣中級山區域簡介 中級山探勘史 探勘路線選粹
第 7 週 4/15	老少咸宜的入門路線: 北台郊山導覽(授課)	郊山概論 大台北郊山導覽 桃竹苗宜蘭郊山導覽 郊山登山準備
第 8 週 4/22	登山安全與山難分析 (授課與討論)	山難的成因、山難的種類、山難事件分析、如何預防山難、正確的山防觀念
第 9 週	戶外教學 I (社大公民週)	一日郊山行
第 10 週 4/29	台灣古道與山岳歷史 (授課與讀書會)	人與山的關係、山岳民族簡介、台灣古道與台灣歷史、古道的種類、古道的踏查
第 11 週 5/6	藝高人膽大: 技術型攀登 (攀岩用繩操作課)	技術攀登概論、攀岩、溯溪、冰雪攀、海外遠征、如何入門
第 12 週 5/13	登山裝備與行前準備 (操作課)	登山裝備簡介、裝備選購、山上的食衣住行、行前準備
第 13 週 5/20	地圖研判與 GPS 應用 (授課、操作課)	地圖種類 等高線圖研判 地理資訊的應用 Google 應用 GPS 應用
第 14 週 5/27	海外旅行賞山(幻燈片)	自助旅行怎安排 世界的山岳簡介 幻燈片欣賞
第 15 週 6/3	台灣生態導覽(授課)	台灣生態環境 森林生態簡介 特有動植物簡介
第 16 週 6/10	戶外攝影概論(授課)	相機的種類 光線與構圖 光圈與快門 鏡頭與特殊效果 簡單技巧拍出好作品
第 17 週	戶外教學 II	一日登山健行 難度比第一次高一點
第 18 週	成果展	配合文山社大

## (二) 台灣中級山大探險課程 (992 文山, 1022 文山(表 2))

台灣中級山大略指的是海拔 1,000~3,000m (有說 1,500M 起, 其實主要視郊山的邊界和難度觀感定義), 是台灣三大類型山岳中最困難的一級。攀登冷門中級山所需要的知識與技能, 將有效獨立訓練出一位準嚮導與對山野技能敏感的登山者。這個課程的設定可謂相當大膽且困難。所以開設這門課的時機是筆者在社區大學已經有兩年教學經驗, 漸漸培養出一群可以向更深險山岳探索的登山者所準備。這個課程內容看似像是登山入門課程的延續, 其實在操作與概念課程比重相對更多, 加上校外課程實際攀登相當難度的台灣中級山, 因此許多同學在這學期都有很特殊的登山知能與經驗累積。也因為嚴格學習品質與成果, 只能採小班制開課 (對教師鐘點費較不划算)。992 學期的中級山課程創造了二十多人學期末攀登台灣單攻型中級山最困難的三角錐山的攀登成績。讓許多同學從輕鬆郊山或是只以為台灣登山只有高山縱走的領域, 進入一個更寬廣多元的中級山探險世界。1022 學年度再因學生熱情企盼, 特別



破例在文山在加開一門中級山課程，可見喜歡深入探險登山型態的民眾大有人在。以下提供 1022 課表（表 2）與活動照片提供參考。

（表 2）1022 前進中級山大探險 I 課程大綱

週次	題目	內容
第 1 週(二) 9/3	相見歡、課程導覽與注意事項	彼此認識、本學期課程注意事項、課程內容與戶外活動要點介紹。
第 2 週(二) 9/10	室內課：中級山概論 體能訓練要點與規範	什麼是中級山？與高山和郊山又有什麼不同？一起來踏入這個台灣最神秘又迷人的自然領域！另外本學期要求體能訓練，將在此週講解並開始實施。
第 3 週(二) 9/17	室內課：台灣的中級山介紹(一)概覽與北部中級山	台灣山岳介紹，十四個中級山區概述。從北部最近的烏來山區中級山介紹起，經歷桃竹苗後山，一直到有“台灣亞馬遜”之稱的大濁水溪流域。
第 4 週(日) 9/22	室外課：中級山體驗	近探北部一日中級山，對中級山的環境與樣貌有初步體驗和體能挑戰
第 5 週(二) 9/24	室內課：中級山中的生活	深遠的中級山，許多需要過夜活動。到底山中的生活是如何？如何搭營、如何生火、如何吃飯睡覺？都將在此獲得解惑。
第 6 週(二) 10/1	室內課：地圖研讀與定位技術	探勘山林最重要也最基礎的技術，就是要會看地圖，進而知道自己在哪，並應用此技術達成探勘目的。
第 7 週(二) 10/15	室外課：攀岩練習 (北投岩場)	藉由攀岩活動，初步了解繩索與確保技巧，為技術性探勘活動的最重要基礎。
第 8 週(二) 10/29	室內課：急迫露宿與緊急避難	探勘過程常會遇到預料不到的因素耽擱行程，或遇到意想不到的困難地形，別怕！急迫露宿與緊急避難技巧讓你安然悠遊山林間。
第 9 週	公民週	
第 10 週(日) 11/3	室外課：山區定位練習(半日郊山)	台北近郊區的定位練習之旅
第 11 週(二) 11/5	室內課：中級山大區域(二)	從中南部中級山區起探，進入台灣最深遠最美的中級山聖境—台灣東部的中級山。那裏藏有許多台灣最後最美麗的桃花源。
第 12、13 週 (六日)11/9-10	室外課：塔攻巴縱走或其他中級山(2 天活動)	塔曼-玫瑰西魔-巴博庫魯綜走(暫定)。體驗中級山過夜感受，當年這可是中級山進階聖地。
第 14 週 12/3	室內課：山林困難與危險地形之通過與因應	深入中級山區常會碰到之困難地形，如斷崖、溪流與茂密植被。綜合登山危險地形之通過與因應方式。
第 15、16、17 週(六日一) 12/28-30	室外課：野外探勘(3 天活動)	深入台灣東部有名的中級名山，你可以有機會踏入那些顯少人踏入得中級山秘境。一起體驗台灣山林不為人知的壯大與台灣深山罕見的美麗。
第 18 週	成果展	

▼三角錐山攀登活動



▼1022 招生宣傳



## 第二大類 登山踏查與文史自然知識並重類

由於第一學期文山社大開設登山入門，過多室內課與知識灌輸課程內容引發學員的興趣並不如預期。982 學年度起，參考其他社大老師的經驗，將戶外課程的比例大量提高。但仍希望學員除了在戶外登山賞玩，也能先在室內課較深度了解每一個所攀登山區的文史與自然生態背景，所以筆者開始獨創了一節室內課與一節室外課互相當配的形式。當學生對於所攀登賞玩的山區有相當的知識背景，而且這知識是有趣的、故事性的、延伸性的、議題性的甚至生活化的，他們在山野所獲得的體驗與樂趣將完全不同於一般的攀登旅遊者。在室內課講述有比在室外直接導覽雖有較不直接現淋雨即時性，但卻較有系統性與整體性。這樣一節室內一節室外（可能一天算一節，或是兩三天算兩三節課次）的效果果然吸引很多同學持續報讀下一期課程，登山的知識與實際踏查的樂趣在這樣的課程安排獲得有效的延續與發展，確實做到寓教於樂的效益。這種形式也發展成為筆者社大山野教育課程主要的形式。

從 982 北部郊山開始，慢慢的觸角延伸到中部郊山、配合歐都納全民同登小百岳活動也開設了相當受歡迎連續三學期的全台小百岳踏查之旅，以至於最新的全台古道深度探訪之旅，從清治古道一直走到日本古道、從郊野小徑一直到台灣高山，帶領一代又一代的同學踏遍全台灣社大課程所能及的山林祕境，因而更珍惜了解自己的土地。筆者也從這個過程中獲得巨大的學習，和一群珍貴的登山夥伴，一方面也要感謝文山社大的對多元課程得包容開放，讓筆者得以在這裡伸展試驗。

以下將這類型課程細分為四種類型（北郊、中郊、全省小百岳與全省古道），並列舉出其中一些的課程安排（表 3、表 4、表 5、表 6）與活動照片提供參考。

▼溪頭三妹攀登活動-忘憂森林



▼八里灣山攀登活動



▼能高越嶺攀登活動-奇萊南山頂



### （一）北郊群山深度探訪之旅：（982 文山、991 文山）

表 3 982 文山社大 北郊群山深度探訪之旅課表

週次	題目	內容
第 1 週	(室內課)相見歡、課程導覽	相見歡 自我介紹 本學期課程形式介紹與討論 本學期活動北郊群山概論
第 2 週	室內課：台北縣西區群山	板橋、土城、樹林、鶯歌、龜山、三峽人文、地理簡介，週邊郊山與風景點介紹
第 3 週	週末室外課：台北縣西區郊山健行	一等三角點大棟山，樹林明杉或大同山健行賞景(半日)
第 4 週	週末室外課：三峽郊山	驚險刺激、風景優美的三峽名山五寮尖健行(1 日)
第 5 週	室內課：台北縣東區群山	坪林、雙溪、貢寮人文、地理簡介，週邊郊山與風景點介紹，淡蘭古道系統，北勢溪與雙溪流域
第 6 週	週末室外課：坪林山群	坪林三星或大湖桶古道茶鄉文化之旅(1 日)
第 7 週	週末室外課：貢寮山群	美麗動人的桃源谷大草原健行、順登草嶺古道與灣坑頭山(1 日)

第 8 週	週末室外課：雙溪山群	神秘遙遠的三方向山，體驗荒山與山海魅力之旅(1 日)
第 9 週	公民週室內課：大台北地區特有山岳與風景文物介紹	介紹大家大台北地區知名山岳與特有風景文物
第 10 週	室內課：大台北南區	新店、烏來人文、地理，烏來中級山簡介、南勢溪流域，泰雅族簡介
第 11 週	週末室外課：新店山群	台北南區一等三角點獅仔頭山(半日)
第 12 週	週末室外課：烏來山群	體力考驗：大桶烏來連峰健行(1 日)
第 13 週	室內課：宜蘭北區介紹	北蘭陽地區地理與人文介紹、蘭陽開拓史
第 14 週	週末室外課：礁溪名山	聖母山莊三角崙山與五峰旗瀑布(1 日)
第 15、16 週	週末室外課：山岳湖泊之旅	雪山山脈上神秘的松羅湖、拳頭母池健行(2 日行程，合算兩週課程)
第 17 週	室內課：學員心得與研究報告	上台分享學期心得，或以 PPT、部落格專文、Facebook 方式報告
第 18 週	成果展	

## (二) 中部郊山深度探訪之旅：(1001 文山)

表 4 1001 文山社大 中部郊山深度探訪之旅課表

週次	題目	內容
第 1 週 3/9(三)	相見歡	認識彼此、自我介紹、本學期課程規範與內容簡介
第 2 週 3/16(三)	基本登山入門、安全、裝備介紹	要領略中部郊山之美，基礎的戶外健行知識、登山安全觀念與基本的戶外裝備是必須的，本節引領你進入戶外健行的殿堂！
第 3 週 3/23(三)	室內課：大台中山岳與文史	了解中台灣郊山與名山的分布與難易，來龍去脈，並介紹大台中山區相關文史，增加戶外活動深度與樂趣。
第 4 週 3/27(日)	室外課：鳶嘴稍來(1 日)	集刺激岩稜與優美林相一身的鳶嘴-稍來兩山，鎮守大雪山森林遊樂區西側，是到中部登山必去的經典行程。
第 5 週 4/6(三)	室內課：八仙山與大雪山林場	大甲溪削壁千仞的溪谷南北，是日治時期與國民政府時期著名的八仙山、大雪山林場。讓我們回到伐木鼎盛年代，一探台灣林業與自然生態這些紛擾卻動人的過往痕跡。
第 6、7 週 4/16-17(六日)	室外課：谷關三雄(馬崙、東卯與白毛山)(2 日 2 節)	“谷關七雄”是大甲溪中游最著名的中部山岳，七座奇峰皆可當天來回，難易和海拔高度確天差地遠。本課挑選其中特色三座，配合谷關一夜的溫泉住宿，必定精采可期。
第 8 週 4/27(三)	室內課：彰化雲林文史地理介紹	彰雲地區山岳較少，但卻也有相當有趣的山林相關生態與歷史，值得一探究竟。
第 9 週	公民學程週	
第 10 週 5/14(六)	室外課：八卦山台地山岳輕鬆採點(1 日)	八卦山脈橫互彰化南北，山勢平緩，風景誘人，其中不乏趣味基點，讓我們從辛勞的深山走出，來個輕鬆一日採點之旅吧！
第 11 週 5/18(三)	室內課：集集、水里、溪頭的故事	因日月潭水庫工程興起的集集、因丹大林場木業興盛的水里和森林浴知名的溪頭，是台灣著名的風景區，背後蘊藏的許多令人玩味的歷史過往，你一定不可不知。
第 12 週 6/8(三)	室內課：偉哉濁水溪流域	台灣最長的濁水溪，發源自奇萊山、玉山與中央山脈心臟地帶，來自天上的水孕育了中部廣大富饒的平原，包含了大多數中部動人的風景，有太多祕境等著我們去探索。
第 13、14 週 6/18-19(六日)	室外課：溪頭三妹登山賞景之旅(2 日 2 節課)	溪頭，典型傳統風景區，如果你願意多走兩步，那麼新鮮的世外桃源就在眼前，一起登臨溪頭三妹的天外天地吧。
第 15 週 6/22(三)	室內課：山岳之美幻燈片欣賞	台灣山林之美幻燈片欣賞、同學們分享山林之美的日子。
第 16、17 週	室外課：草嶺群山	攀登雲嘉南人心中熟悉的大尖山，並參覽草嶺風景區與其附近山岳。



6/25-26(六日)	(2日2節)	
第18週	成果展週	

### (三) 全台小百岳山度踏查之旅：(1002 文山、1011 文山、1012 文山)

表 5 1012 文山社大 全台小百岳山度踏查之旅課表

週次	題目	內容
第1週	室內課：相見歡	認識彼此、課程內容與戶外課規則介紹、行程導覽
第2週	室內課：登山入門	要在小百岳與郊山趴趴走，基礎的戶外健行知識、登山安全觀念與基本的戶外裝備是必須的，本節引領你進入戶外健行的殿堂！
第3週	室內課：北部郊山小百岳	認識北部郊山與知名小百岳，輕鬆解各地特色與文史，讓你沒課程的日子也可自行規畫登臨!!
第4週	戶外課：內湖大崙頭一大崙尾山縱走	台北周邊郊山，內湖知名郊山巡禮，遠眺台北繁華市景，心曠神怡。
第5週	室內課：高屏地區的山岳與人文巡禮	離北部人最陌生、最遙遠的屏東高雄郊山與兩地文史自然生態介紹。
第6-8週	戶外課：屏東里龍、笠頂與棚集三小百岳大蒐集(三日三天課程)	一次爬足屏東三座小百岳里龍、棚集與笠頂山，感受南台灣的熱情與魅力。
第9週	公民學程週	需選讀至少一門公民素養課程
第10週	室內課：台灣惡地形簡介	火炎山、九九峰、草山岳世界、二寮、小黃山...這些台灣美景惡地形到底隱藏了什麼有趣有不為人知的秘密與真相，讓我們一起來探索。
第11週	戶外課：火炎山巡禮	苗栗火炎山是最壯觀的惡地形山岳地形，讓我們趁著秋高氣爽一起去欣賞與讚嘆吧。
第12週	室內課：楓紅的祕密與台灣賞楓祕境	清楚讓你知道台灣紅葉的祕密，到哪裡欣賞紅葉最好，下次也不會再也搞不清楚楓與槭到底是什麼了!!
第13週	室內課：海岸山脈與花東縱谷的故事	花東縱谷與海岸山脈，形成了台灣東部後山最迷人的兩條弧線，讓我們走入台灣後山，更深入的了解這裡的地理與人文背景。
第14週	戶外課：李嶼山賞楓	是古戰場、是小百岳、是中級山也是一等三角點，李嶼山還是有名的賞楓勝地，這次出遊，就讓我們在濃濃秋意中緬懷過去吧。
第15-16週	戶外課：花蓮小百岳：八里灣山(二日2節課)	登上海岸山脈中段，中部阿美族發祥聖山八里灣山，這是小百岳的挑戰，也是感動海岸山岳特殊之美的最佳途徑
第17週	室內課：相片分享與學期回顧	相片欣賞、課程回饋的日子
第18週	成果展	成果展

### 四、台灣的古道深度踏查之旅：(1021 文山、1022 文山)

表 6 1022 文山社大 台灣的古道深度踏查之旅 課表

週次與日期	主題	內容
第1週(3/6)	室內課：相見歡	本學期課程規範與內容簡介
第2週(3/13)	室內課：登山安全與入門	戶外活動知識與登山安全的概念
第3週(3/20)	室內課：台灣的古道概論	認識古道，穿梭台灣數百年的歷史，你會發現台灣山林最美麗且有趣的過往與陳跡。
第4週(3/30)	室外：侯硐-九份，大小粗坑古道尋金之旅	沿著基隆河大拐彎而上，追尋百年淘金熱的源頭，探訪侯硐-九份的這條黃金舊路。
第5週	室內課：淡蘭古道與	深度探索了解北台灣歷史最悠久、系統最複雜的淡蘭古道系統

(4/3)	其他台北重要古道	
第 6 週 (4/13)	室外課: 宜蘭外澳-梗枋古道-象寮古道 O 型	淡蘭古道系統的一部分, 優遊頭城外澳一帶風情, 並進入北勢溪上源坪溪的另類靜謐世界。
第 7 週 (4/17)	室內課: 日本時期的古道	深度穿越台灣最深山林綜橫交錯的古道群, 置身原住民與日本人的紛擾歷史。
第 8 週 (4/20)	室內: 大溪古道漫遊	大溪正位於平地與山地交界, 剛好是古道密集之地, 以一天的時間, 優游並體驗這特色古鎮風情!
第 9 週	公民週	
第 10~12 週 (5/10-12)	室外課: 浸水營古道與阿朗壹古道(3 日 3 節課)	遠赴南臺灣踏上最長壽的古道, 再漫步那曾經被遺忘的, 最後的海岸線。
第 13 週	室內課: 清朝的古道系統	進入百年古道的世界, 台灣的古道也有波瀾壯闊的那一頁。
第 14~16 週 (6/28-30)	室外課: 能高越嶺古道全段(3 日 3 節課)	越嶺中央山脈, 穿越賽德克原鄉與崇山峻嶺的亮麗古道, 多少擾攘乘使盡歸這片壯闊山水。
第 17 週 (6/26)	室內課: 相片分享與回顧	分享與互相學期的日子
第 18 週 (7/6)	成果展	

### 第三大類 風景祕境、攝影與生態

筆者在 982 學年度開始在台北市大安社區大學金甌校區初開登山入門課程。在 992 學年期起因應大安社大要求, 配合大山社大參與者較都會、實際的風氣, 開設了有別於文山社大, 較屬於輕度健行, 偏向生態、攝影與旅遊類的風景祕境深度探訪系列課程。比較文山社大同期郊山課程, 大安風景祕境課程常被文山的同學譏為「貴婦行程」。但即便如此, 大安社大開依著與文山文史生態與出門踏查並行課程的模式, 確實擬出了許多非常多精采的戶外課程和室內課程。而室內課程有時候內容包含之廣與深度, 也讓筆者一路成長。精采的課程如台灣平地看高山、台灣山林生態巡禮、林業歷史、原住民歷史文化、生態攝影...等議題, 外出團也有精采如海上蘇花、龜山島、花東平地看高山祕景、坪林茶香水源探祕...等經典行程, 完全有別於一般旅遊或是健行團的內容與內涵。這個課程相當受歡迎, 可惜因為安排室外課相當繁瑣忙碌, 加上本人社大以外事務越益擴充, 最後只能在大家的惋惜下停止繼續供應。未來在有更多人力的狀況下, 也許能將這一類有意義的課程繼續延續下去。

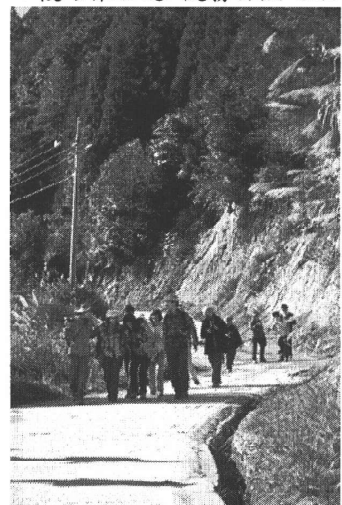
以下將這類型課程細分為二種類型(北部與全省祕境), 並列舉出其中一期課程安排提供參考(表 7)與活動照片提供參考。

#### (一) 北台風景祕境深度探訪之旅: (991 大安)

▼龜山島 401 高地活動



▼霞喀羅古道+觀霧自然之旅





## (二) 台灣風景祕境深度探訪之旅：(992 大安、1001 大安、1002 大安)

(表 7) 1002 大安社大 風景祕境深度探訪

週次	主題	簡介
第 1 週 (9/5)	室內課：相見歡、課程簡介	自我介紹、本學期課程導覽、戶外課程報名規範、活動基本知識與注意事項、資料填寫
第 2 週 (9/12)	室內課：優美祕境新發現與基礎攝影	本節告訴你祕境的定義與找尋祕境的訣竅，並告訴你小相機也可以拍出美麗大照片之理！
第 3 週 (9/19)	室內課：台灣東北部的故事	平溪、九份、基隆、金瓜石這些身藏台灣東北部懷舊鄉鎮的過去現在與生態文史來龍去脈。
第 4 週 (9/25)	室外課：平溪鄉祕境串連之旅	假日熱門平溪其實仍隱藏一些人煙稀少祕境，利用週休走一趟，你將會有新的驚喜。
第 5 週 (10/3)	室內課：平地看高山三部曲~體驗台灣大山大海風情(私房特講)	很多人不知道，也許在你的家就能看見玉山雪山。快打開窗來看山吧，一起進入這個實則古老卻新鮮的認識自己土地方式。
第 6、7 週 (10/22~23)	室外課：海上花蓮、平地賞山驚艷之旅	身為海島子民的台灣，對於海洋卻十分疏遠，本次除了帶大家到花蓮平地看高山，更要出航太平洋，從海洋角度看這美麗的福爾摩沙的絕世之美！
第 8 週 (10/24)	室內課：大溪地區文史與淡水河流域	大溪是北部知名風景區與平地與山區的交通的樞紐，解開大溪與淡水河流域的身世之謎，我們因此能更珍惜得來不易的水資源。
第 9 週	公民學程週	
第 10 週 (11/12)	室外課：金面山、後慈湖逍遙遊	小百岳金面山輕鬆卻有趣味的岩稜，串連週遭古道，並可順遊新興景點後慈湖。
第 11 週 (11/14)	室內課：台灣的山與茶之旅	曾為台灣四大產業的茶葉栽植其實遍佈全台中低海拔山區，了解山與茶的關係，新的旅遊視野即將展現！
第 12 週 (11/27)	室外課：山湖交錯	流連悠遊於坪林北勢溪茶香小徑腰翡翠水庫絕對祕境
第 13 週 (12/4)	室外課：草山公路芒花翻飛之旅	九份金瓜石一帶最高稜線之旅，山海勝景，芒草翻飛讓你心胸開闊快門按不停。
第 14 週 (12/5)	室內課：台灣高山風景與生態	台灣高山介紹、亮麗的台灣高山生態簡介
第 15、16 週 (12/17~18)	室外課：晚秋合歡山、梅峰農場(2日活動2節課)	以最輕鬆的方式體驗台灣高山之美，晚秋的蕭瑟和爽朗的晴天與雲海必讓你流連忘返。
第 17 週 (12/26)	作品分享討論 相片後置與整理發表	上半學期作品分享、討論出遊攝影作品、行程記錄整理及整彙發表、切磋學習的日子...
第 18 週	成果展	

### 三、社區大學山野教育經驗談與成果

綜合以上本人五年以來成功延續下來的社大教學經驗，筆者分享以下經驗談提供參考：

#### (一) 嚴肅、繁多與大量的登山知能課程對初學者成效不彰

經過文山與大安第一學期登山入門課有大量與繁多的登山知能課程的經驗，體驗到初參與戶外課的人，一般難以在短時間吸收如此多的登山知識。對於教學者來說濃縮且精華的知識，對許多人只是對戶外活動好奇而來，因較少實際戶外體驗，幾乎很難吸收。因此這樣的課程盡量避免，或是安排在已有一定山野活動經驗的學員群身上，如中級山的課程吸收上過多學期郊山或古道經驗的同學，知能教學效果就會打開。

## **（二）實際踏查既能吸引學生，也具啟發教育功能，一切從「玩」開始吧！**

許多人上社大課程的目的，主要是獲得休閒與調劑，就算有心從中學習之士，也不能在太大的壓力下進行。同樣初學者來到社大山野相關課程，最直接的意圖是有人能帶他們到戶外走走，或者他們不敢或自己難以接近深入的山林。許多社大老師認為自己身負山野教育的使命，容易忘了其實我們當初接觸登山運動，也是先從「玩」開始，然後慢慢從接觸自然與其背後歷史文物的過程中，追尋相關的知識、技能與學問。所以戶外課的重要性千萬不要輕忽，他是一切山野教育的起源與推動元素。

## **（三）知識性室內課與室外課搭配，效果更顯著**

上面說到室外課實際踏查的重要，但也別忘了，如果所有課程都是出去玩，或是在出去登山健行過程中導覽，那麼社大的老師充其量其實很類似學有專精的導遊。要知道社大不是一般的旅遊團與登山團，帶領者有義務帶領學員藉著健行登山，引發出對於土地、環境的深層興趣，所以一套較有系統的室內課搭配室外課進行，就像物理、化學與生物課需搭配實驗，地質與生態課需搭配野外踏查一樣，會讓實際踏查的深度整的大開，那麼整個室外課的意義也因此與一般健行登山有所區別。

## **（四）多元的教學方法提高學員吸收知識**

室內課知識與知能的灌輸既然不可避免，就該採取多元的教學方法提高學員吸收知識。除了傳統上課的講課方式，提供圖片、地圖、圖表、電影與影片的播放、實物與書籍的傳閱、學員互動、討論、實際技能操做演練....各種可能的教授方式都可以拿來增加教學效益。要知道社大的學員因為目標性較不顯著，教師需採用更活化的方式去引導與啟發興趣，特別是容易讓學員睡著的室內課。

## **（五）學員與所形成的團體相當重要，也是社大的精華所在**

社區大學的課程有一個非常寶貴的資源，這個資源就是學員本身！教學者千萬不要高高在上，以為自己在專業上有些知能，而忘卻了這些來參與課程的學員，他也可能是你的老師，帶給你與其他學員寶貴的貢獻。來自社會各界，無論是菁英，或是所謂平凡社會人，甚至所謂弱勢，他們都提供了全然不同的視角與智慧，而當這些人因為某些共同的理念與興趣齊聚一堂，這其實是一個非常難能可貴的機會與機緣。而在社大的體系下，山野活動在特別容易凝聚團體的向心力與情感，所形成無形或有形得團體都會更有力量去創造社會中有價值的事務。

## **（六）教師也要不斷成長**

所謂教學相長，這不只是一句老掉牙的成語。老師如果在社大的活動或課程中，或在與學員互相激盪的過程中，發現自己的不足或是新的方向，就該更大步向前。如此不但自己成長，也將帶領社大的學員一起成長與進化。

## **（七）帶社大戶外課程與帶商業登山團、旅遊團的差異**

如上所述，需知道自己身為社區大學山野教育的導師，就不是一般帶商業登山團的嚮導或旅遊團的領隊。應該以更寬廣的視野，更多的可能性，啟發帶領學員從山野活動中有所學習。如果只是為了辦活動賺錢，自組旅行團或登山團帶對其實是更具賺錢效率的作法。所以這兩這區別教師需自己定位清楚。

## （八）教師對山野成人教育需有一定的使命感，才能長久延續

延續以上，既然社大山野教師與一般登山嚮導與導遊不同，所以無論最初進入社大的初衷為何，慢慢的會發覺其實自己所在的位置，其實是在教育社會、改造社會的第一線上。在這個位置上的人，如果執意忽略這個角色所需要的使命感，就很難長久。這其實與社大與社會教育的初衷是相當吻合的。

## 四、山野教育在社區大學的特色、好處與限制

總合以上社大帶領山野課程的經驗談與與相關人員的探討下，將山野教育在社區大學的特性與限制整理如下：

### （一）山野教育在社大特色與好處

#### 1. 非常重要的，提供社會上對山野活動有興趣的人另一種學習管道：

與十多年前的登山環境大不相同，現在社會上主要的登山和戶外活動人口，從以前學生社團和有一定年紀組成的登山團體兩極化現象，到現在漸次變為出現許多社會青壯年參與戶外活動的平均現象。像以前大學登山社團一套完整學習登山技能的機會少了，取而代之的是以商業登山團為主，讓登山者學習較少戶外知識的形式。這時候以登山學校、社區大學或登山團體開設系列課程變成許多人深入了解山野的管道。特別是社區大學目前已經成為成人社會學習的主要管道，山野活動推廣者和教育者應該多多利用社區大學，在第一線上提供初學者擁有正確的登山觀念與知識。

#### 2. 系列課程的形式，提供整套的戶外體驗與知能研習

社區大學常以一整個學期配套的課程形式運作。山野活動課程運用在這樣多節次的形式上，可以提供至少一系列的戶外活動學習體驗課程，在一定的期間多少提供對戶外活動有興趣者，較完整的學習體驗。比之於社會上零星的講座、戶外活動體驗、和網路與媒體片段破碎的知識與概念，社大山野課程提供一個較好較完整戶外課程學習系統。

#### 3. 在社大多元且具開放風格下，讓課程安排的可能性增加

社區大學原本多元、自由且開放的風格，與登山者自由自在，喜歡冒險與嘗試新事物的個性不謀而合，因此在這樣的環境下，有創意的老師可以在安全與法規的規範下，設計各種可能性的山野教育課程。可以說在社大多元文化的基礎與刺激下，可以針對不同的族群、不同的需求、不同得戶外技能程度，開設完全不同的山野課程類性。社區大學可以是有理念有使命感的登山教育者實驗教學發展的場域。

#### 4. 學員與創造出的價值

如上節經驗談所述，來自各地各階層的社大學員，才是社大的精華所在。一個課程除了教師，和一群學員能夠創造多大的可能性與價值，其實是完全不可預測的。山野活動因共患難與歡樂的革命情感，使人放下平常面具、真誠相對的特性，即使不一定能成為一個恆常的登山團體，也一定讓社會上不同領域在這裡獲得交流與接觸，激盪出許多火花。許多學員也在此找到可以一起登山或是旅行的伴，或是真摯無偽的友誼，光就這一點，就是開設這個課程最大的價值之一。

#### 5. 逐步提供社會上對戶外活動活動的正確認知

雖然現今社會開放，但是在媒體與民粹的帶動下，台灣社會大眾其實普遍少了獨立判斷

的能力。常常隨著媒體與有心人士的宣染或是社會大眾的仇視心理，到處都是批判與怨恨，少了客觀與理解。山野活動的族群在某種程度上，也跟社會其他弱勢或是次文化團體一樣，遭到社會上各種不同程度的誤會與不諒解。這樣的狀態其實是阻礙山野活動在台灣更健全的發展。透過社區大學這個成人教育主要通道，逐漸累積並傳佈正確的戶外活動態度與精神，是一項非常重要的山野教育目的。

## 6. 增加社會戶外山野活動人口與品質

台灣戶外山野活動人口，比例上普遍仍比歐美日本等先進國家要低，且素質亦較不足。這項成人山野教育的工作是長期累積逐步在成長的。而相信以現在登山人口年齡的比重來說，社大的山野教育所肩負的任務只有日益重要。

### (二) 山野教育在社大的限制

#### 1. 好的課程需要花費相當多精力，對開課者不符合實際經濟效益

非常實際且現實的，一個好的山野教育課程，需要花費相當的經驗和實力做準備。而山野課程在社大所需要有形無形的成本，比之於社大其他課程普遍高了許多（如戶外課一整天只能算一節），而帶領山野課程的教授者所得到的報酬普遍不成比例。許多老師不是另求方法（如請求同學互助幫忙），就是無法忍受長期投資報酬率低下而無法持續。這也是山野教育在社大普遍無法更大規模發展的主因。理念和麵包都要兼顧，這個狀況是社會普遍的現象（智慧財產和創意被廉價化），也同時是山野教育者在社大中的困境。

#### 2. 社大課程的安排較不利於困難或長程的山野課程

因為社大開放任何人都可以參與的特性，也讓較高難度的課程和較長程的戶外課程難以在社大的框架下進行。不只學員素質無法掌握或限制，也因辦高難度或高階課程的經濟效益更差，所以山野教育在社區大學到目前為止都還停留在初學或中階戶外學習者研習的場域，無法持續培養出山野活動的菁英人才（除非自我研習精進，但就無法在社大場域）。

#### 3. 與社區大學社區在地營造的精神略有衝突

全國各地的社區大學，都十分著重在地社區的整體營造，包括鄉土認識與在地社區服務。但一般山野課程較偏向於台灣整體的了解與認識。<sup>§</sup>雖然社大並不會阻止任何課程的發展發向，但這在與社大配合活動與合作上較無法形成更多的可能性，較為可惜。

#### 4. 學員容易依賴，培養真正獨立具實力的登山菁英仍在少數

許多參與社區大學山野課程的同學，主要仍是想有人帶著到處欣賞美景或是體驗生活。這樣的狀況如果不經教師轉化，或是教師表現的過於強大，很容易造成學員無限制依賴下去，而無成長與學習。許多社大戶外課程相當熱門，但太多課程累積幾個學期都會被原來一批學員所佔據，以至於更多想認識山林的學員無法獲得機會，相當可惜。所以教師在帶領學員的方式不可過於任其依賴，至少應讓學員有學習成長的空間。教師也應該安排或是組合聯誼團體或社團，讓老學員有另外的歸屬所在，也讓新的學員近來，創造流動，無論在人力與學習上，才能創造出成長。

<sup>§</sup>登山教育的另一條路-社區大學與青少年，鄭廷斌；2005 全國登山論文：p17

## 五、結語

近年來全國各地社區大學蓬勃發展的現象看來，社區大學已經確實成為成人教育的主流，並肩負著社會改革的重大使命。社區大學傳播多元文化與知識、關懷弱勢與環境、培養公民獨立思考之能的目的，與推廣山野教育者的理念可說是不謀而合。以筆者在社區大學五年的教學與戶外課程經驗，社區大學的確是山野成人教育可以大力著力的場域。山野教育推廣者可以利用更多元、更具使命感的態度與方法，在社區大學的場域發揮所長，創造山野教育的更廣泛可能性。當然，在現有社大框架和社會觀念的條件下，山野教育者在社區大學仍有力不從心的障礙。其中最大的障礙性就是實際授課報酬的困境。這方面也許需要與社大方面做更多的溝通協調，或是創造出更有利的教學環境，讓這些抱持著山野教育崇高理想的推廣者，能在經濟無虞的背景與社大健全良好的框架下，更能發揮所長，將成人山野教育做好扎根工作，讓台灣社會的山野活動更加蓬勃且健全。

## 六、參考文獻

- 倡議社區大學的初衷；黃武雄；2008 社區大學十年有成研討會會議手冊：台北市，p4-9
- 社區大學的發展、現況與理念；林孝信；台灣公共衛生促進協會；網路資料
- 登山教育的另一條路-社區大學與青少年，鄭廷斌；2005 全國登山論文：p17