

2024 三天兩夜露營活動

DIY 動手做，學習獨立自理生活



獨立養成營

嚮往長大、渴望獨立
必須擁有什麼能力?

個性越獨立的孩子
成為勝利組機率越高

獨立必須從小訓練
不會突然一夜長大



活動時間

2月05日~07日

活動地點

飛鼠不渴農場

活動流程

第一天~~~

●灣德福教育學苑集合~

0800 灣德福教育學苑集合，自行或統一出發前往復興區雪霧閣部落飛鼠不渴休閒農場

●抵達園區~

認識農場活動負責人-飛鼠先生，分組分帳，放置行李，準備開始第一天的活動嘍~

●生態導覽(含認識園區)

水蜜桃、日本甜柿、梨子、柑橘果樹生態導覽、認識可食用野菜與不可食用與使用的植物~

●午餐約會~ 原民大餐

由飛鼠團隊準備原民傳統美食，體力補充，準備迎接下午的挑戰~

●刀、斧、鋸與火之使用安全規範

指導學員如何正確使用刀斧鋸~
了解火的重要性，學習如何生火滅火

●採摘野菜製作竹製碗筷

使用刀斧鋸從挑竹、砍竹、製竹到製成器具使用，全程手作 DIY，
採摘山中寶物野菜準備製作晚餐

●晚餐約會~ 美食大作戰

學習如何將食材料理成食物，並加上調味變成美食，提升自己的廚藝，
成為家中大廚照顧家人的味蕾

●晚會{自製營火準備自創表演}

收集可燃枯木，學習搭建營火，用天然的方式起火，並練習控制火候，在山中點起保護傘，以火的角度體驗原民文化，繞著營火聯絡感情傳遞歷史記憶，讓文化能傳播

●報平安~談心~就寢(露營區)

第二天~~~

●晨喚~

打起精神準備迎接新的一天挑戰~

●整理房務和自我整裝~

獨立的最重要的課題--照顧自己
讓自己和環境都煥然一新，每天都能有好的開始

●早餐~

為自己與夥伴作一份早餐
西式早餐 DIY
讓食物開啟我們新的探索

●水的取得

如何在戶外取得安全的飲用水
並用爐具將水煮沸，並存放飲用水
以供飲用

●獵人陷阱製作

學習原民的智慧
利用大自然給予的資源手工製作獵人的好夥伴

●野外炊煮

建立正確團隊合作關係，互助合作挑戰任務
就地取材，創造出可短暫休息的營區，
並利用手中現有的資源，製作出佳餚補充體力，
讓所有學習到的技能在此展現

●狩獵體驗

體驗在大自然中觀察環境的變化
與注意獵物的所在位置，學思思考
如何保護自己，並在安全狀況下
完成挑戰，戰勝自己

●晚餐時刻



學習泰雅族的傳統烤肉法

體驗分享的可貴，在團隊中獲得自我認同
舉辦豐收的獵人烤肉趴

●夜巡飛鼠體驗

體驗在暗夜中觀察環境的變化
發現夜晚豐富的生態
就像在尋寶般一樣的刺激冒險
讓夜晚也能擁有豐富的色彩

●分享時刻

團隊討論檢討分享趣事，讓未來可以更加精進，
聽取地方耆老說屬於地方的故事
讓文化能更加多元傳承

●報平安~談心~就寢(露營區)

第三天~~~

●晨喚~

打起精神準備迎接新的一天挑戰~

●早餐~

享受飛鼠風味早餐
用餐完畢整理使用的環境
接受服務與被服務的雙向回饋
體驗施比受更有福的感受

●大地遊戲

提供個人遊戲式闖關冒險，並藉由個體
結合團隊力量進行
模擬在生活中須獨立面對問題的時刻
一個決定即會影響團體的運作
培養孩子發現問題、面對問題、解決問題的能力

●午餐約會

依造生活周圍尋找可使用的材料
指導佈置用餐區域，優美的環境
提升用餐氣氛
讓學員體驗小小的改變，也能增加生活樂趣!
引導孩子認知到只要自己做出改變
就能一步步的進步
邁向更好的自己

●快樂歸賦~