



中國登山協會 初級山地戶外指導員培訓課程

全國認可 & 職業導向 & 雙證書 & 全程澳門

作為山地戶外指導員，不僅要自己掌握正確的遠足、登山方式和技能，還要能給參加者建議和指導，進行可持續性的戶外活動。理論知識加上實地實踐的結合是關鍵，專業的培訓能及時地為自身查漏補缺，更加系統、全面、細緻地講解戶外各項知識，包括裝備、風險、領隊職責等。

- 主辦單位：中國登山協會
- 承辦單位：廣州市領攀戶外運動中心
- 合辦單位：澳門山毅青年協會
- 協辦單位：澳門江門青年會
- 課程日期：2022 年 12 月 20 至 25 日(星期二至日，橫跨回歸、冬至、聖誕假期)
- 進行地點：澳門
- 培訓目標：



- (一) 熟悉初級山地戶外指導員基本職責、義務與能力，遵紀守法；
- (二) 熟練掌握單日（非露營）山地徒步活動的相關知識、技能和技術，並熟練應用，保證活動隊伍的安全；
- (三) 具備單日（非露營）山地徒步活動的組織管理能力，能夠制訂並實施活動計劃；
- (四) 具有較強的環保意識，並在戶外活動中加以運用；
- (五) 具有較好的指導能力，向活動參加者傳播正確的戶外理念、傳授基本的遠足、登山知識、技能和技術。

六天的課程（含一天考核）裡，學員將系統學習繩索基礎技術操作、地形圖判讀與導航技術、戶外安全管理等多個方面的課程，重點培養學員具備單日（非露營）山地徒步活動的組織管理能力。



➤ 授課語言：普通話

➤ 教學內容：

(一) 專項理論部分

- 1、山地戶外運動概述
- 2、初級山地戶外指導員的職責與能力
- 3、戶外常見風險的識別、防範與應對
- 4、戶外服裝與裝備
- 5、地形圖與導航技術
- 6、環境保護
- 7、單日（非露營）活動的計畫與準備
- 8、團隊管理與領導力

(二) 專項技能技術操作部分

- 1、單日（非露營）活動的計畫與準備
- 2、戶外基本行走技能
- 3、繩索基礎技術操作
- 4、地形圖判讀與導航技術
- 5、活動管理與領導力
- 6、戶外環保實踐

➤ 初步課程安排：

- ◆ 前五天(12月20-24日)進行理論教授及野外實踐；
- ◆ 25日進行理論考試及操作技能考核，預計當天午後完成全部課程。

(註：報名課程時敬請預留早上至夜晚時間，過往澳門班安排為早上8時半上堂、約晚上7時下課，有機會下課後需與隊友商討及準備野外實踐，各種實際情況視乎老師及廣州領攀安排)



➤ 課程對象：年滿 **18 歲**或以上，及

◆ 戶外運動相關人士

◆ 喜愛遠足、登山，希望安全戶外的**新手&老手**

◆ 青少年戶外教育相關從業者

◆ 自然教育、營地教育、研學教育相關從業者

◆ 本澳適合群體：社工、活動協調員、社團骨幹、教師、環境保育人員、生態導賞人員、戶外活動帶領者或導師等相關範疇人士，以及有意發展戶外教育、舉辦單日（非露營）遠足活動之機構與單位

➤ 名額：**36 名**【以先到先得方式取錄學員，額滿即止】

➤ 費用：澳門幣 **4,800 元正**

(已包括：導師費、培訓場地費、物料費、老師與領攀工作員來澳食宿及交通費、戶外活動保險、結業禮餐飲、公家器材費、運輸費、考核費、證書費、行政費)

➤ 報名：

◆ 日期：由即日起至 **2022 年 12 月 4 日【星期日】**

◆ 手續：填妥課程網上報名表，並於報名期限前將有關費用存入或轉賬至本會工商銀行賬戶，方為完成報名【工商存款機可直接存入現金，毋須銀行卡】

■ 網上報名表：<https://forms.gle/7NaaH17gmZFUqXQa6>

■ 所屬銀行：ICBC 工銀澳門

■ 戶口名稱：澳門山毅青年協會

■ 賬戶號碼：**0119100800003972881**

◆ 備註：逾期報名或未能按手續規定之報名者，恕不接納

➤ 出席率要求：考核部份不得缺席，理論部份與野外實踐只可缺席最多 **5 課時**

➤ 發出證書：

1. 中國登山協會 初級山地戶外指導員

2. 中國山鷹戶外教育 一星戶外領隊





➤ 課程介紹會(線上)：

- ◆ 日期：2022 年 11 月 13 日【星期日】
- ◆ 時間：晚上 8 時半至 10 時
- ◆ 地點：VooV Meeting
- ◆ 介紹內容：解說課程細節及安排、過往學員分享、課程考核心得、Q&A
- ◆ 介紹會報名：請於 11 月 12 日或之前，將姓名及聯絡電話傳送至山毅微信 (WeChat ID: sanngai_macao)便可，以便統計人數
- ◆ 敬請提前下載應用程式 VooV Meeting，會議資訊會於開始前 1 小時，在山毅 Facebook 專頁、Instagram 及微信上發佈
- ◆ 若出席人數不足 8 人，課程介紹會將取消



➤ 注意事項：

- ◆ 若報名人數不足 20 人，或受疫情影響未能如常進行，有關課程將延期；
- ◆ 倘若課程因特殊情況而取消，費用將全數退還；
- ◆ 所繳費用及學額不得轉讓他人；
- ◆ 已報名人士不論任何理由而退出，費用將不獲退回；
- ◆ 報名前敬請知悉課程具一定風險及個人健康狀況；
- ◆ 於野外實踐時學員需自備糧水及訓練所需之裝備(如指南針、地圖袋、衣物、登山/徒步鞋、登山背包、登山杖、頭燈等)；
- ◆ 若學員在理論考試及操作技能考核，其中一項未能出席或評審為不合格，兩試均要重新補考，學員可於該課程完結後自行到廣州領攀補考，涉及的費用(如補考費人民幣 300 元、交通、食宿等)由學員自行支付；
- ◆ 本會將保留一切開辦、取錄及更改課程之權利；
- ◆ 如有任何疑問，可透過 Facebook 專頁「澳門山毅青年協會」或微信(WeChat ID: sanngai_macao)查詢。

- 師資團隊：由國家職業資格 山地戶外培訓教師組成



李松濤

曾經的語文老師，放棄穩定的工作來到深圳市登山戶外運動協會，是國內戶外培訓體系的先驅。辭職後與太太環球旅行 800 天，回國後開始專注戶外教育與培訓，從未停止研究和學習，擁有豐富的企業培訓經驗，幽默風趣且善於引導，總能潛移默化地將領導力等內容與培訓行程融合起來。

- 廣州領攀戶外運動中心負責人
- 深圳市登山戶外運動協會副會長
- 中國登山協會培訓專業委員會委員、副秘書長
- 中國登山協會青少年專業委員會委員
- 阿壩州登山協會主席
- 山鷹青少年戶外課程體系 課程總監
- 中國登山協會營地指導員師資、課監
- 國家職業資格戶外運動教師、課監
- 山鷹戶外課程體系三星教練



孔佑龙（野马）

- 中國登山協會培訓專業委員會委員
- 中國登山協會青少年專業委員會委員
- 中國登山協會營地指導員師資
- 雲南省登山協會理事
- 國家職業資格優秀戶外教師
- 大理領攀戶外運動學校校長
- 山鷹戶外課程體系三星教練



赖涤凡（雨川）

- 國家職業資格山地戶外運動培訓教師
- 中國登山協會戶外救援培訓教師、攀岩培訓教師
- 中國登山協會戶外考評員、攀岩考評員
- 曾獲中登協優秀培訓教師（優秀總監）稱號
- 廣州極限與登山運動協會註冊教練
- COACH K 凱樂石簽約教練
- 山鷹戶外愛好者培訓體系三星教練



叶卫东

- 國家職業資格山地戶外培訓教師&考評員
- 中國登山協會青少年委員會委員
- 中國登山協會營地指導員培訓師資
- 國際野外醫學協會導師
- 凱樂石簽約教練（Coach K 簽約教練）



李荣生（龍龍玖）

- 國家職業資格戶外培訓教師&考評員
- LNT 高階講師
- 美國心臟協會 HS 導師
- 凱樂石簽約教練
- 山鷹戶外愛好者培訓體系三星教練
- WMAI 國際野外醫學協會（WAFA）高級野外急救員



李然

- 中國登山協會山地戶外運動培訓教師
- 中國賽艇協會全國學校賽艇教練
- 山鷹戶外課程體系一星教練
- 美國國家戶外領導學校戶外教育師
- 國際野外醫學協會野外第一回應人
- AHA 美國心臟協會心臟急救導師
- LNT 無痕山野高階講師



杨宇健（远待）

- 國家職業資格戶外培訓教師
- 國家山地戶外運動裁判員、A 級賽項目裁判長
- 國際 LNT 初階講師
- WAFA 國際野外急救員
- 山鷹戶外課程體系一星教練
- ACA 海洋舟二級技能指導員
- 愛丁堡公爵國際獎-戶外探索科目評估員及監督員