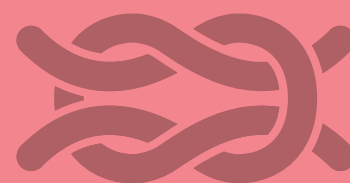
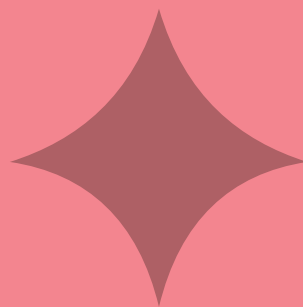




香港童軍總會發展署

深資童軍團集會套包

(2026年9月1日版本)



引言

本團集會套包旨在支援旅團領袖，協助他們在日常集會中提供一些較常用的團集會範例解決他們的急切需要。同時，集會套包亦為新晉領袖作一個初步指引，讓他們掌握集會技巧，為他們的未來發展提供基礎，有助於培養出更多具有豐富童軍知識及技能的前線領袖。

深資童軍支部採用自務自治方式，以執行委員會模式自行管理及發展團務。成員按照該旅團的需要自行計劃深資童軍團行事曆，領袖作為成員的楷模，可以以本套包內容作參考，給予執行委員會成員及其他工作小組成員指導，領袖們亦可因應其旅團特色而作修改。

本套包內含以下三大核心：



年度行事曆： 本套包規劃一套完整的年度行事曆範本，協助領袖清晰且精準地掌握全年的集會安排。透過集會中的進度性獎章訓練及童軍創辦人紀念日與宣誓儀式等童軍特色活動融入年度計劃，讓成員透過戶外生活、自我挑戰活動及遞進式訓練，學習自學、自立及自律、鍛煉良好體魄、培養策劃、組織及領導才能、領略與人共事之道、增進人際關係技巧、實踐團隊精神及為踏入社會前做好準備。



進度性訓練： 配合《深資童軍訓練綱要》（2026年8月14日版本）的內容，本套包內的集會規劃了一套首年度行事曆範本，新晉領袖參照套包建議可以為成員完成會員章及深資童軍肩章考驗。套包讓領袖引導深資童軍運用執行委員會制度，以自治和自務方式配合有進度性及富挑戰性之活動及訓練誘導成員，以達到深資童軍支部的目的。



物資及配套： 本套包不僅全面涵蓋了每次集會的標準程序與精準時間表，提供豐富的集會內容、活動建議、遊戲玩法及所需物資清單，並附帶下載參考資料與資料來源，形成一套全方位的教學資源庫，好讓新晉領袖能夠按圖索驥，為成員作指導。

深資童軍支部的組織及規條

目的

深資童軍支部旨在延續童軍支部之訓練，使童軍運動得以薪火相傳，並為社會培育未來領袖。

深資童軍支部的教育目標是「自務自治 明日領袖」。深資童軍採用自務自治方式，並透過戶外生活、自我挑戰活動及遞進式訓練，學習自學、自立及自律、鍛煉良好體魄、培養策劃、組織及領導才能、領略與人共事之道、增進人際關係技巧、實踐團隊精神及為踏入社會前做好準備。

方法

在成人領袖的引導下，深資童軍運用執行委員會制度，以自治和自務方式配合有進度性及富挑戰性之活動及訓練誘導成員，以達到深資童軍支部的目的。

童軍誓詞

我願以信譽為誓 竭盡所能
對神明 對國家 盡責任
對別人 要幫助
對規律 必遵行

童軍銘言

準備

童軍規律

- (一) 童軍信用為人敬。
- (二) 童軍待人要忠誠。
- (三) 童軍友善兼親切。
- (四) 童軍相處如手足。
- (五) 童軍勇敢不怕難。
- (六) 童軍愛物更惜陰。
- (七) 童軍自重又重人。

年齡規限

深資童軍支部的年齡規限是 15 至 20 歲。於年滿 21 歲當日，其深資童軍身分將自動結束。

深資童軍團的最低應有標準

人數：一已成立的深資童軍團，最少要有深資童軍六名。

領袖：一深資童軍團最少要有兩名領袖，其中一名必須持有領袖委任書。此外，其中一名領袖的性別必須與該團成員相同。如團內有男及女成員，則必須有男及女領袖。

訓練：深資童軍的活動與訓練，必須遵照總會出版的「深資童軍訓練綱要」及所頒佈的任何有關修訂文件。

團執行委員會：該委員會負責設計及推行年度活動計劃。

深資童軍支部的組織及規條

深資童軍團內部組織及功能

內部組織

1. 全體團員大會

1.1 職責 此大會為深資童軍團之最高行政機構，負責訂定及修改團章、制定長遠團務政策、選出執行委員會委員、檢視執行委員及其他臨時工作小組所籌劃之活動與訓練及審核團財務情況。此大會每年最少召開一次會議。

1.2 組成 所有有效深資童軍成員。

1.3 權力 所有有效深資童軍成員可透過民主及公平的投票方法就特定議題投票。除非有關議決違背童軍運動原則，否則所有有關團務的投票結果均屬最後決定。

2. 執行委員會

2.1 職責 執行委員會須遵照團員大會的決定負責團內的組織、活動及行政等常務事宜。短期計劃應由執行委員會首先策動。

2.2 組成 執行委員會設有主席、文書、財務及其他職位，由全體團員大會視乎情況而定。執行委員會由所有團員選舉產生，包括主席及其他由團員決定的委員人選。各職位可在團員大會中選出或由各委員互選擔任。不論採用簡單多數制、內閣制、兩輪決選制、累積投票制或比例制等選舉辦法，逐個職位投票或選出委員再決定職位，選舉制度必須因應團的發展而訂，而選舉辦法應清晰地載於團章。

2.3 權力 全體團員大會及團章賦予執行委員會及其委員權力代表深資童軍團處理一般行政及常務事宜。但如有議案涉及整個團利益，相關事項必須於全體團員大會中詳細討論及投票表決。

3. 臨時工作小組

3.1 職責 小組主要用作推行旅團的特別活動。職責應由執行委員會決定。

3.2 組成 臨時小組成員由執行委員會委任或由團員自由加入。較多成員的深資童軍團可通過成立這種小組，讓非執行委員會委員的深資童軍亦可參加實際團務及活動策劃，讓各團員都有機會發揮領導才。臨時小組主席及其他工作崗位由該組組員互選或協商產生。

3.3 權力 由於臨時工作小組由執行委員會委任，故需直接向執行委員會匯報工作並向全體團員負責。

深資童軍支部的組織及規條

領袖的職責及要求

4. 領袖角色

4.1 深資童軍團領袖在全體團員大會中可擔當顧問角色，向各深資童軍成員提供意見。

4.2 深資童軍團領袖皆為執行委員會的當然委員。深資童軍團長可根據團員之成熟程度及經驗，出任執行委員會主席，或安排團內領袖擔任執行委員會任何職位。

4.3 深資童軍團長作為團之最高負責人，擁有團內任何會議所通過的議案之最終解釋權及否決權。如團內任何會議之議決違背童軍運動原則，深資童軍團長有責任及權力否決有關投票結果並停止相關活動，並向團員作出適當之指引。

預期成果

深資童軍應積極參與或策劃各類型活動(如技能訓練、服務、比賽等)，出任團執行委員會、工作小組成員及青少年活動署和各地域的深資童軍議會委員，並嘗試於各類型活動中擔當領導角色。當深資童軍完成整個支部訓練後，應可達致下列預期成果：

1. 深造童軍技能外，啟發「多元技能」發展；
2. 掌握「活動策劃」的技巧，培育「明日領袖」；
3. 拓闊人際網絡，建立合作精神；
4. 培養「自務自治」及「服務社會」的精神；
5. 享受「戶外探險」，拓展視野，從而欣賞及尊重大自然。

當完成深資童軍訓練或年滿 21 歲(以西曆生日計)，深資童軍可繼續從事童軍活動，擔任童軍領袖工作；或加入樂行童軍團。樂行童軍是第五個訓練支部，旨在維繫關懷社會、熱心服務之青年，給予他們機會及鼓勵，為童軍運動及社會服務。

深資童軍團集會年度行事曆（參考）

月	集會	形式	集會內容
9月	1 恆常集會	室內	破冰遊戲 會員章-理解 1. 明瞭童軍運動的目的及人們對深資童軍的期望
	2 恆常集會	室內	會員章-理解 2. 認識香港及世界童軍運動 會員章-禮節 1. 認識宣誓時應有之童軍禮儀，以及隊列之基本動作
10月	3 恆常集會	室內	會員章-理解 3. 能辨認中華人民共和國國旗和國徽；並能說明其含意 會員章-理解 4. 能辨認香港特別行政區區旗和區徽；並能說明其含意 會員章-禮節 3. 認識升掛國旗、區旗及展示國徽、區徽時的注意事項及使用之限制
	4 特別集會	室外	香港童軍大會操
11-12月	5 恆常集會	室內	會員章-理解 5. 明瞭設立國歌的用意，並能背唱之。 會員章-禮節 2. 認識在國歌奏唱和升掛國旗、區旗時表現應有之禮儀，以及升國旗及童軍升旗禮的基本程序 會員章-禮節 4. 示範國旗和區旗的升掛方法。
	6 恆常集會	室內	會員章-保護兒童 b. 完成「保護童軍成員免受傷害」網上自學課程 會員章-許諾1. 接納童軍誓詞與規律 宣誓儀式
	7 恆常集會	室內	深資童軍肩章(一) 認識 1. 說出深資童軍支部的目的、方法及預期成果 2. 認識深資童軍制服 3. 明瞭深資童軍獎章及榮譽童軍獎章之四個考驗組別及考驗範圍 4. 明瞭深資童軍獎章及榮譽童軍獎章與其他機構互相關連的地方 5. 說出執行委員會之基本功能 6. 說出執行委員會之組織及委員的職責 7. 明瞭執行委員會之產生方法 8. 明瞭執行委員會中領袖的角色 9. 認識多元化的深資童軍活動
1月	8 恆常集會	室內	深資童軍肩章(一) 認識 10. 參加最少一次深資童軍執行委員會會議
	9 特別集會	室內	童軍創辦人紀念日活動
2月	10 恆常集會	室內	深資童軍肩章(二) 童軍技能 - 急救 1. 知道急救目的及原則 2. 示範出血處理、傷口護理及簡單包紮的方法 3. 示範燒傷、燙傷、抽筋及扭傷傷病者的處理方法
3月	11 恆常集會	室內	深資童軍肩章(二) 童軍技能 - 遠足 1. 認識戶外活動時常用的地圖種類，明白不同圖例的意義
	12 恆常集會	室外	深資童軍肩章(二) 童軍技能 - 遠足 2. 參與一個運用指南針及地圖之戶外活動，期間需示範正置地圖及利用指南針找出正確的前進方向
4-5月	13 恆常集會	室內	深資童軍肩章(二) 童軍技能 - 繩結 1. 示範下列繩結並說出其用途：平結、接繩結、八字結、雙套結、稱人結、繫木結
	14 恆常集會	室內	深資童軍肩章(二) 童軍技能 - 繩結 1. 示範下列繩結並說出其用途：四方編結、十字編結及八字編結
6-8月	15 恆常集會	室內	深資童軍肩章(二) 童軍技能 - 露營 2. 準備一份適合兩日一夜小隊露營的個人及小隊物資清單 6. 設計一個兩日一夜小隊露營的食譜及單獨烹調其中一款菜式
	16 恆常集會	室外	深資童軍肩章(二) 童軍技能 - 露營 1. 與團內或團外之深資童軍完成一次兩日一夜之露營 3. 收拾一個兩日一夜露營用的背囊及個人急救藥囊 4. 能正確架搭、收拾及存放一個營幕 5. 熟悉並正確地使用氣爐及摺刀，並知道有關之安全措施 7. 能以火柴及天然物生火
			頒發 深資童軍肩章 儀式

深資童軍團 第 1 次集會

01

日期：_____年____月____日 (星期____)

時間：_____至_____ (____分鐘)

地點：_____

負責領袖：_____

出席領袖：1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

集會主題：1. 破冰遊戲

2. 會員章-理解 1.明瞭童軍運動的目的及人們對深資童軍的期望

程序

序	分鐘	項目	內容	場地	物資	領袖
1	5	準備	場地及儀式準備	室內	團旗及旗架	
2	5	儀式	團集會儀式	室內	團旗及旗架	
3	20	遊戲	破冰遊戲	室內	紙、筆	
4	15	課程	會員章-理解 1.明瞭童軍運動的目的及人們對深資童軍的期望 -童軍運動的目的	室內	資料	
5	15		會員章-理解 1.明瞭童軍運動的目的及人們對深資童軍的期望 -人們對深資童軍的期望	室內	資料	
6	5	宣布	宣布下次集會事項	室內		
7	5	儀式	團集會儀式	室內		
8	5	收拾	執拾及清潔場地	室內		

遊戲 破冰遊戲

內容 1.加入一小隊及從小隊活動中認識隊中其他成員。

建議

你是誰

指引

1. 一人發一張紙，每個人在自己的紙上寫下一位知名人物，不能讓其他人看到（例如：鐘樓怪人、美少女戰士、蝙蝠俠、周杰倫、林書豪等）。
2. 寫完後，將紙蓋起來往右邊傳五個人。
3. 每個人拿到紙後，把內容朝外，將紙貼在額頭上；其他人可以看到內容，但參與者本身看不到自己拿到什麼人物。
4. 帶領者引導每人輪流問大家三個問題，幫助自己猜出紙上的人物，問題例如：是男是女？是動漫還是真實人物？會不會飛？是好人嗎？
5. 全部發問完後，每個人輪流猜自己紙上的人物是誰。

用背脊畫圖畫

指引

1. 分成兩人一組，背對背坐著。給其中一個人一支筆和一張紙，然後給另一個人看一幅易於繪畫的圖片內容（例如一輛車、一朵花、一棟房子）。
2. 此人現在須向隊友描述圖片，而不要實際說明該物品是什麼，以便其他人進行繪畫。可以描述形狀、大小和質地，但不能說「畫一朵百合花」。
3. 繪畫完成後，與原圖畫進行比較，看看彼此溝通的品質如何。

物資

紙、筆

課程 會員章

內容
建議

理解 1.明瞭童軍運動的目的及人們對深資童軍的期望。

童軍運動的目的 World Scouting



www Mission & Vision

A Global Educational Youth Movement

Scouting's mission is to contribute to the education of young people through a value system based on the Scout Promise and Law. Through Scouting, we are building a better world where people are self-fulfilled as individuals and play a constructive role in society.

To be the world's most inspiring and inclusive youth movement, creating transformative learning experiences for every young person, everywhere.

Overview of the Strategy for Scouting



更多內容
參考資料

[Mission & Vision](https://www.scout.org)

資料來源：www.scout.org

課程 會員章

內容
建議

理解 1. 明瞭童軍運動的目的及人們對深資童軍的期望。

童軍運動的目的

我們的抱負

成為香港最優秀的志願團體，致力培育青少年的工作，造福社會。

我們的使命

我們致力青少年的教育工作。透過富挑戰性和有進度性的訓練和活動，促進青少年德、智、體、群、美五育的發展。

為達成上述的使命，我們：

- 採用非正規教育的方法，教導在成長中的青少年成員；
- 採用獨特的童軍訓練方法，激勵青少年自我學習和啟發，培訓他們成為一個有自立能力、樂於助人、有責任感及勇於承擔的人；
- 引用童軍誓詞及規律的倫理、社交和道德觀念，協助青少年建立個人的價值觀。

使命詮釋

香港童軍總會是一個培訓和教育青少年的機構，我們致力：

- 在香港推廣童軍運動，拓展成員人數；
- 設立優質的訓練課程，培訓成年領袖帶領和啟導青少年；
- 推行良好管治；
- 獲得社會人士的認同，支持童軍及童軍活動；
- 成為本港青少年服務機構的權威，向有關當局提供青少年政策和事務的意見；
- 鼓勵和安排童軍成員參與本地、內地和國際活動；
- 支持世界各地發展童軍運動。

我們的價值觀

我們確信成年人應以身作則，樹立榜樣，培養青少年：

- 自我能力、國民身分認同、公民責任；
- 待人接物要持平公正；
- 瞭解多元文化、具備國際視野、促進世界和平及可持續發展。

更多內容
參考資料

[抱負、使命、價值觀](#)

資料來源：香港童軍總會

課程 會員章

內容 理解 1.明瞭童軍運動的目的及人們對深資童軍的期望。
建議

人們對深資童軍的期望

預期成果

深資童軍應積極參與或策劃各類型活動(如技能訓練、服務、比賽等)，出任團執行委員會、工作小組成員及青少年活動署和各地域的深資童軍議會委員，並嘗試於各類型活動中擔當領導角色。當深資童軍完成整個支部訓練後，應可達致下列預期成果：

1. 深造童軍技能外，啟發「多元技能」發展；
2. 掌握「活動策劃」的技巧，培育「明日領袖」；
3. 拓闊人際網絡，建立合作精神；
4. 培養「自務自治」及「服務社會」的精神；
5. 享受「戶外探險」，拓展視野，從而欣賞及尊重大自然。

當完成深資童軍訓練或年滿 21 歲(以西曆生日計)，深資童軍可繼續從事童軍活動，擔任童軍領袖工作；或加入樂行童軍團。樂行童軍是第五個訓練支部，旨在維繫關懷社會、熱心服務之青年，給予他們機會及鼓勵，為童軍運動及社會服務。

更多內容
參考資料

[深資童軍訓練綱要](#)

資料來源：香港童軍總會青少年活動署

深資童軍團 第2次集會

02

日期：_____年____月____日 (星期____)

時間：_____至_____ (____分鐘)

地點：_____

負責領袖：_____

出席領袖：1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

集會主題：1. 會員章-理解 2. 認識香港及世界童軍運動

2. 會員章-禮節 1. 認識宣誓時應有之童軍禮儀，以及隊列之基本動作

程序

序	分鐘	項目	內容	場地	物資	領袖
1	5	準備	場地及儀式準備	室內	團旗及旗架	
2	5	儀式	團集會儀式	室內	團旗及旗架	
3	30	課程	會員章-理解 2. 認識香港及世界童軍運動 - 世界童軍運動之發展	室內	A1紙 油性箱頭筆	
4	30	課程	會員章-理解 2. 認識香港及世界童軍運動 - 香港童軍運動之發展	室內	問答挑戰賽 題目	
5	30	課程	會員章-禮節 1. 認識宣誓時應有之童軍禮儀，以及隊列之基本動作	室內	隊列和升掛 國旗及區旗 指引	
6	5	宣布	宣布下次集會事項	室內		
7	5	儀式	團集會儀式	室內		
8	5	收拾	執拾及清潔場地	室內		

課程 會員章

內容 理解 2. 認識香港及世界童軍運動

建議

香港童軍運動之發展

香港童軍運動問答挑戰賽

指引

1. 以兩人一組為單位，限時 15 分鐘研讀- [香港童軍發展史](#)
2. 活動由團執行委員會主席或領袖主持並進行提問- [題目參考](#)
3. 比賽採搶答制，累積得分最高之小組獲勝。



物資

[香港童軍發展史](#) (成員使用)

[問答挑戰賽題目參考](#) (領袖使用)

更多內容 參考資料

[香港童軍發展史](#)

資料來源 香港童軍總會網站，香港童軍總會發展署

課程 會員章

內容 禮節 1.認識宣誓時應有之童軍禮儀，以及隊列之基本動作

建議

認識宣誓時應有之童軍禮儀

童軍手號

- 在童軍敬禮和宣誓禮中使用。
- 舉起右手，掌心向前，拇指緊按尾指，食指、中指和無名指靠緊豎直。
- 豎直三指表示對神明和國家盡責任、幫助別人和遵行規律；拇指緊接按尾指表示扶助弱小。

童軍敬禮

- 穿著制服時，如在升國旗、升區旗、升／展童軍旗、奏國歌和出席葬禮向死者致敬敬禮，或在每天首次見面時互相敬禮時，應敬童軍禮。
- 在無穿著制服時，只須立正，不用敬禮。
- 小童軍不用敬禮。
- 敬禮是向受禮人表示善意，亦是表示忠心和信任。



更多內容
參考資料

《童軍基本技能教材手冊》 二.禮儀篇

資料來源 香港童軍總會訓練署

課程 會員章

內容 禮節 1.認識宣誓時應有之童軍禮儀，以及隊列之基本動作

建議

認識宣誓時應有之童軍禮儀



圖一

敬禮方法

- 立正：舉手敬禮時，必須立正。（圖一）
- 提手：右手向橫提升直至和肩膊平衡。（圖二和圖三）
- 敬禮：至膊頭平時做出童軍手號，將食指放在右眼對上的位置。（圖四和圖五）
- 放手：用最短距離握拳放在褲骨（裙骨）後面。（圖六至圖八）



圖二



圖三



圖四



圖五



圖六



圖七



圖八

更多內容
參考資料

[《童軍基本技能教材手冊》二.禮儀篇](#)

資料來源 香港童軍總會訓練署

課程 會員章

內容 禮節 1. 認識宣誓時應有之童軍禮儀，以及隊列之基本動作

建議

認識宣誓時應有之童軍禮儀

握手禮

- 使用左手和童軍人士握手。
- 握手法和社交握手法相同。
- 左手握手表示信任和友善。



宣誓禮

- 在宣誓或覆誓儀式中使用。
- 用右手做成童軍手號，舉起前臂直立，手肘成 35 至 45 度角。
- 逗留至接到放下指示，改為握拳放在褲骨（裙骨）後面。



更多內容
參考資料

[《童軍基本技能教材手冊》 二.禮儀篇](#)

資料來源 香港童軍總會訓練署

課程 會員章

內容 禮節 1. 認識宣誓時應有之童軍禮儀，以及隊列之基本動作

建議

中式隊列之基本動作

立正、跨立、稍息立正

立正是隊員的基本姿勢，是隊列動作的基礎。隊員在宣誓、接受指示、向領袖報告、回答提問、升降旗幟、迎送旗幟、奏唱國歌等嚴肅莊重的時機和場合，均應當立正。

口令：立正。

要領：兩腳跟靠攏並齊，兩腳尖向外分開約 60 度；兩腿挺直；小腹微收，自然挺胸；上體正直，微向前傾；兩肩要平，稍向後張；兩臂下垂自然伸直，手指併攏自然微曲，拇指尖貼於食指第二節，中指貼於褲縫；頭要正，頸要直，口要閉，下頷微收，兩眼向前平視。參加檢閱時，下頷上仰約 15 度。



正面



側面



手部姿勢



腳部姿勢

更多內容
參考資料

[隊列和升掛國旗及區旗指引](#)

資料來源 香港童軍總會青少年活動署

課程 會員章

內容 禮節 1. 認識宣誓時應有之童軍禮儀，以及隊列之基本動作

建議

中式隊列之基本動作

跨立

跨立即跨步站立，主要用於訓練、執勤和艦艇上分區列隊等場合，可以與立正互換。

口令：跨立。

要領：左腳向左跨出約一腳之長，兩腿挺直，上體保持立正姿勢，身體重心落於兩腳之間；兩手後背，左手握右手腕，拇指根部與外腰帶下沿或者內腰帶上沿同高；右手手指併攏自然彎曲，拇指貼於食指第二節，手心向後。攜棍時不背手。



正面



背面



手部姿勢



腳部姿勢

更多內容
參考資料

[隊列和升掛國旗及區旗指引](#)

資料來源 香港童軍總會青少年活動署

課程 會員章

內容 禮節 1.認識宣誓時應有之童軍禮儀，以及隊列之基本動作

建議

中式隊列之基本動作

稍息

口令：稍息。

要領：左腳順腳尖方向伸出約全腳的三分之二，兩腿自然伸直，上體保持立正姿勢，身體重心大部分落於右腳；攜棍時，攜帶的方法不變，其餘動作同徒手；稍息過久，可以自行換腳，動作應當迅速。



正面



腳部姿勢

更多內容
參考資料

[隊列和升掛國旗及區旗指引](#)

資料來源 香港童軍總會青少年活動署

課程 會員章

內容 禮節 1.認識宣誓時應有之童軍禮儀，以及隊列之基本動作

建議

中式隊列之基本動作

停止間轉法

向右（左）轉

口令：向右（左）——轉。

半面向右（左）——轉。

打數：一——二。

要領：以右（左）腳跟為軸，右（左）腳跟和左（右）腳掌前部同時用力，使身體協調一致向右（左）轉 90 度，身體重心落在右（左）腳，左（右）腳取捷徑迅速靠攏右（左）腳，成立正姿勢。轉動和靠腳時，兩腿挺直，上體保持立正姿勢。半面向右（左）轉，按照向右（左）轉的要領轉 45 度。



向右轉



更多內容
參考資料

[隊列和升掛國旗及區旗指引](#)

資料來源 香港童軍總會青少年活動署

深資童軍團

第 3 次集會

03

日期：_____年____月____日 (星期_____)

時間：_____至_____ (_____分鐘)

地點：_____

負責領袖：_____

出席領袖：1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

集會主題：1. 會員章-理解 3. 能辨認中華人民共和國國旗和國徽；並能說明其含意
2. 會員章-理解 4. 能辨認香港特別行政區區旗和區徽；並能說明其含意
3. 會員章-禮節 3. 認識升掛國旗、區旗及展示國徽、區徽時的注意事項及
使用之限制

程序

序	分鐘	項目	內容	場地	物資	領袖
1	5	準備	場地及儀式準備	室內	團旗及旗架	
2	5	儀式	團集會儀式	室內	團旗及旗架	
3	10	課程	會員章-理解 3. 能辨認中華人民共和國國旗和國徽；並能說明其含意	室內	隊列和升掛國旗及區旗指引	
4	10	課程	會員章-理解 4. 能辨認香港特別行政區區旗和區徽；並能說明其含意	室內	隊列和升掛國旗及區旗指引	
5	40	課程	會員章-禮節 3. 認識升掛國旗、區旗及展示國徽、區徽時的注意事項及使用之限制	室內	隊列和升掛國旗及區旗指引	
6	5	宣布	宣布下次集會事項	室內		
7	5	儀式	團集會儀式	室內		
8	5	收拾	執拾及清潔場地	室內		

課程 會員章

內容 理解 3. 能辨認中華人民共和國國旗和國徽；並能說明其含意
建議

認識國旗

國旗是代表國家的主權和尊嚴，是國家的標誌。中華人民共和國的國旗是五星紅旗，紅色旗面象徵革命，大五角星代表中國共產黨，四顆小五角星代表中國人民。五星紅旗原來被稱為紅地五星旗，1949 年 7 月由曾聯松設計。由中國人民政治協商會議最後選出曾聯松設計的紅地五星旗。於 1949 年 9 月 27 日第一屆全體會議中，通過中華人民共和國的國旗為紅地五星旗，象徵中國革命人民大團結。於 1949 年 10 月 1 日在天安門廣場首次升起。

國旗的規格

國旗的形狀、顏色兩面相同，旗上五星兩面對。旗面為紅色，長方形，其長與高為三與二之比，旗面左上方綴黃色五角星五顆。一星較大，其外接圓直徑為旗高十分之三，居左；四星較小，其外接圓直徑為旗高十分之一，環拱於大星之右。

國旗旗面通用尺寸

	長度 (厘米)	高度 (厘米)
1 號	288	192
2 號	240	160
3 號	192	128
4 號	144	96
5 號	96	64

更多內容
參考資料

[隊列和升掛國旗及區旗指引](#)

資料來源 香港童軍總會青少年活動署

課程 會員章

內容 理解 3. 能辨認中華人民共和國國旗和國徽；並能說明其含意
建議

認識國徽



國徽的內容為國旗、天安門、齒輪和麥稻穗，象徵中國人民自五四運動以來的新民主主義革命鬥爭和工人階級領導的以工農聯盟為基礎的人民民主專政的新中國的誕生。

更多內容
參考資料

[隊列和升掛國旗及區旗指引](#)

資料來源 香港童軍總會青少年活動署

課程 會員章

內容 理解 3. 能辨認中華人民共和國國旗和國徽；並能說明其含意
建議

認識區旗



區旗是代表香港特別行政區。香港特別行政區區旗、區徽圖案的徵集、評選工作，由起草委員五人以及內地和香港的專家六人共同組成的香港特別行政區區旗區徽圖案評選委員會負責。1990 年 4 月 4 日，第七屆全國人民代表大會第三次會議通過了區旗和區徽圖案。區旗是一面中間配有五顆星的動態紫荊花圖案的紅旗。紅旗代表祖國，紫荊花代表香港，寓意香港是中國不可分離的部分，在祖國的懷抱中興旺發達。花蕊上的五顆星象徵著香港同胞心中熱愛祖國，紅、白兩色體現了「一國兩制」的精神。1997 年 7 月 1 日，香港特別行政區區旗在灣仔香港會議展覽中心內首次升起。

區旗的規格

區旗旗面為紅色，以國旗紅為標準。區旗旗面呈長方形，其長與高為三與二之比，區旗旗面中繪有一朵白色動態五瓣紫荊花，其外圓直徑為區旗旗高的五分之三。各花瓣圍繞區旗旗面中心點順時針平均排列，在每片花瓣中均有一顆紅色五角星及一條紅色花蕊，紫荊花中心點位於區旗旗面中心。

區旗旗面通用尺寸

區旗之通用尺度定為如下五種，各界酌情選用：

因特殊需要製作不同尺寸區旗時，均按通用尺寸成比例地放大或縮小。

	長度（厘米）	高度（厘米）
1 號	288	192
2 號	240	160
3 號	192	128
4 號	144	96
5 號	96	64
卓旗	30	20
簽字旗	21	14
桌旗	15	10

更多內容
參考資料

[隊列和升掛國旗及區旗指引](#)

資料來源 香港童軍總會青少年活動署

課程 會員章

內容 理解 4. 能辨認香港特別行政區區旗和區徽;並能說明其含意
建議

認識區徽

區徽徽面內圓中央的動態紫荊花圖案為白色，由五片花瓣組成，每片花瓣中均有一顆紅色五角星及一條紅色花蕊鑲在其間。各片花瓣環繞區徽徽面中心點順時針均勻排列。紫荊花中心點位於區徽徽面的中心點。

注意事項

國旗、國徽、區旗、區徽受香港法例保護。須遵照香港特別行政區政府有關展示國旗和區旗的行政指引及升掛國旗和區旗的一般指引。

更多內容
參考資料

[隊列和升掛國旗及區旗指引](#)

資料來源 香港童軍總會青少年活動署

課程 會員章

內容 禮節3.認識升掛國旗、區旗及展示國徽、區徽時的注意事項及使用之限制

建議

國旗及區旗的展示

國旗的優先地位

- 升掛國旗，須將國旗置於顯著的位置。
- 列隊舉持國旗和其他旗幟行進時，國旗須在其他旗幟之前。
- 國旗與其他旗幟同時升掛時，須將國旗置於中心、較高或者突出的位置。
- 在外事活動中同時升掛兩個或以上國家的國旗時，須按照外交部的規定或者國際慣例升掛。
- 國旗與區旗同時或並列升掛、使用時，區旗應小於國旗。
- 列隊舉持國旗和區旗行進時，國旗應在區旗之前。

同時懸掛國旗及區旗

- 平列懸掛國旗和區旗時，國旗在右，區旗在左。
- 於室內展示國旗及區旗，在確定旗幟後方牆壁的「左」、「右」時，以人背向該牆而立，面向前方時的「左」、「右」為準。
- 於建築物外展示國旗及區旗，在確定該建築物的「左」、「右」時，以人立於建築物前，面向該建築物前門時的「左」、「右」為準。

更多內容
參考資料

[隊列和升掛國旗及區旗指引](#)

資料來源 香港童軍總會青少年活動署

課程 會員章

內容 禮節3.認識升掛國旗、區旗及展示國徽、區徽時的注意事項及使用之限制

建議

申請使用國旗、國徽、區旗及區徽

非經事先批准，任何人不得在任何行業、職業或專業中，或在任何非官方機構的標識、印章或徽章中，使用國旗、國徽、區旗、區徽或其圖案。如向行政署長事先申請使用國旗、國徽、區旗、區徽或其圖案，須以書面方式提出，並送交以下地址：

香港添馬添美道2號

政府總部25樓

政務司司長辦公室轄下行政署

[經辦人：行政主任(常務)2]

電話：2525 5477

傳真：2804 6552

電郵：flags&emblems@csso.gov.hk

於學校升掛國旗和區旗

為促進國民教育及培養學生的國家觀念和民族感情，以及加強學生對國民身分的認同，由2022年1月1日開始，中小學（包括特殊學校）必須於每個上課日，以及元旦日（1月1日）、香港特別行政區成立紀念日（7月1日）和國慶日（10月1日）升掛國旗。學校如有足夠旗桿，在升掛國旗時應同時升掛區旗。此外，學校必須每周舉行一次升國旗儀式，以及於上述日子或其前 / 後的上課日舉行升國旗儀式，升國旗儀式中須奏唱國歌。教育局亦強烈建議學校在重要的日子和特別場合（例如：畢業禮、水 / 陸運會等）舉行升國旗儀式。

更多內容

參考資料

[隊列和升掛國旗及區旗指引](#)

資料來源 香港童軍總會青少年活動署

深資童軍團 第4次集會

04

日期：_____年____月____日 (星期____)

時間：_____至_____ (____分鐘)

地點：_____

負責領袖：_____

出席領袖：1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

集會主題：1. 出席香港童軍大會操
2. 讓各童軍成員聚首一堂
3. 覆誓童軍誓詞

程序

序	分鐘	項目	內容	場地	物資	負責領袖
1			集合	室外		
2			交通	室外		
3			出席香港童軍大會操	室外		
4			交通	室外		
5			解散	室外		

*報名詳情：香港童軍總會網頁-通告-[香港童軍大會操](#)

深資童軍團

第 5 次集會

05

日期：_____年____月____日 (星期_____)

時間：_____至_____ (_____分鐘)

地點：_____

負責領袖：_____

出席領袖：1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

集會主題：1. 會員章-理解 5. 明瞭設立國歌的用意，並能背唱之

2. 會員章-禮節 2. 認識在國歌奏唱和升掛國旗、區旗時表現應有之禮儀，以及升國旗及童軍升旗禮的基本程序

3. 會員章-禮節 4. 示範國旗和區旗的升掛方法

程序

序	分鐘	項目	內容	場地	物資	領袖
1	5	準備	場地及儀式準備	室內	團旗及旗架	
2	5	儀式	團集會儀式	室內	團旗及旗架	
3	10	課程	會員章-理解 5. 明瞭設立國歌的用意，並能背唱之	室內	隊列和升掛國旗及區旗指引	
4	30	課程	會員章-禮節 2. 認識在國歌奏唱和升掛國旗、區旗時表現應有之禮儀，以及升國旗及童軍升旗禮的基本程序	室內	隊列和升掛國旗及區旗指引	
5	20	課程	會員章-禮節 4. 示範國旗和區旗的升掛方法	室內	隊列和升掛國旗及區旗指引	
6	5	宣布	宣布下次集會事項	室內		
7	5	儀式	團集會儀式	室內		
8	5	收拾	執拾及清潔場地	室內		

課程 會員章

內容 理解 5. 明瞭設立國歌的用意，並能背唱之
建議國歌的由來

中華人民共和國國歌為《義勇軍進行曲》。《義勇軍進行曲》原是抗日救國為主題的電影《風雲兒女》（1935）的主題曲，由劇作家田漢作詞，著名音樂家聶耳作曲。1949 年 10 月 1 日，中華人民共和國中央人民政府成立。在北京天安門廣場上，伴隨五星紅旗冉冉上升，《義勇軍進行曲》首次在天安門廣場響起。中華人民共和國國歌是中華人民共和國的象徵和標誌。一切個人和組織都應當尊重國歌，維護國歌的尊嚴，並在適宜的場合奏唱國歌。《國歌條例》維護國歌的尊嚴，規範國歌的奏唱、播放和使用，增強公民的國家觀念，以及弘揚愛國精神。

對國歌的禮儀

- 當奏唱國歌時，如倘若成員穿著整齊制服並處於列隊情況下，隊伍領袖 / 領隊須敬禮，其他成員立正；
- 如穿著整齊制服，但並不處於列隊情況下，個別成員須敬禮；
- 若無穿著整齊制服者，則須肅立，以示尊敬。

更多內容
參考資料

[隊列和升掛國旗及區旗指引](#)

資料來源 香港童軍總會青少年活動署

課程 會員章

內容 理解 5. 明瞭設立國歌的用意，並能背唱之
建議

國歌節奏

- G 調；
- 進行曲速度約 45-50 秒；

中華人民共和國國歌

(義勇軍進行曲)

田漢作詞

聶耳作曲

進行曲速度

起

來！不願做奴隸的人們！把我們的血肉，

築成我們新的長城！中華民族

到了最危險的時候，每個人被迫着發出

最後的吼聲。起來！起來！起來！

我們萬眾一心，冒着敵人的炮火前進！

冒着敵人的炮火前進！前進！前進！進！

更多內容
參考資料

[隊列和升掛國旗及區旗指引](#)

資料來源 香港童軍總會青少年活動署

課程 會員章

內容 禮節2.認識在國歌奏唱和升掛國旗、區旗時表現應有之禮儀，
建議 以及升國旗及童軍升旗禮的基本程序

童軍手號

- 在童軍敬禮和宣誓禮中使用。
- 舉起右手，掌心向前，拇指緊按尾指，食指、中指和無名指靠緊豎直。
- 豎直三指表示對神明和國家盡責任、幫助別人和遵行規律；拇指緊接按尾指表示扶助弱小。

童軍敬禮

- 穿著制服時，如在升國旗、升區旗、升／展童軍旗、奏國歌和出席葬禮向死者致敬敬禮，或在每天首次見面時互相敬禮時，應敬童軍禮。
- 在無穿著制服時，只須立正，不用敬禮。
- 小童軍不用敬禮。
- 敬禮是向受禮人表示善意，亦是表示忠心和信任。



更多內容
參考資料

《童軍基本技能教材手冊》 二.禮儀篇

資料來源 香港童軍總會訓練署

課程 會員章

內容 禮節2.認識在國歌奏唱和升掛國旗、區旗時表現應有之禮儀，
建議 以及升國旗及童軍升旗禮的基本程序



圖一

敬禮方法

- 立正：舉手敬禮時，必須立正。（圖一）
- 提手：右手向橫提升直至和肩膊平衡。（圖二和圖三）
- 敬禮：至膊頭平時做出童軍手號，將食指放在右眼對上的位置。（圖四和圖五）
- 放手：用最短距離握拳放在褲骨（裙骨）後面。（圖六至圖八）



圖二



圖三



圖四



圖五



圖六



圖七



圖八

更多內容
參考資料

《童軍基本技能教材手冊》二.禮儀篇

資料來源 香港童軍總會訓練署

課程 會員章

內容建議 禮節2.認識在國歌奏唱和升掛國旗、區旗時表現應有之禮儀，以及升國旗及童軍升旗禮的基本程序

升旗一般程序

提示：已應邀在政府官方或社會機構主辦大型升國旗及區旗場合，採用隊列動作，注意維持童軍傳統禮節不變，例如三指童軍敬禮、宣誓禮、左手握手、團呼、集隊手號、棍操等。各單位可根據典禮及步操組所舉辦的「國旗及區旗禮節工作坊」內升／降國旗及區旗程序及[相關教學影片](#)，將童軍步操口令對應成隊列動作口令進行儀式。如有需要，總會儀仗隊將為需要單位提供支援。

程序	對應隊列動作口令
進場	■ 齊步走 ■ （如有需要，可加入正步及齊步變換） ■ 立定
解開旗繩	
檢查旗繩	
穿掛旗扣	
升掛旗幟（配合致敬及奏唱國歌） ■ 升旗時，總司令員同時向旗幟敬禮。 ■ 升旗手立即以 19 手將國旗及區旗拉至旗桿頂部。	■ 司儀例句：「請各位面向國旗及區旗肅立，童軍領袖及領隊跟隨總司令員向國旗及區旗敬禮。升國旗及區旗儀式現在開始，奏唱國歌。」 ■ 向國旗敬禮 ■ 禮畢
繫緊旗繩	
離場	■ 齊步走

- 一般為上午八時升旗。
- 在直立的旗桿上升旗幟，升旗時應把旗面張開，繫在旗桿繩上，然後慢慢將旗升上旗桿的頂部。
- 將旗繩繞在旗桿的勾上打上繩結以穩固旗幟。
- 不可把旗幟倒轉。
- 配合國歌。
- 國旗與區旗並列升掛時，須先將國旗升起，國旗升掛在較高的旗桿上。

更多內容
參考資料

[隊列和升掛國旗及區旗指引](#)

資料來源 香港童軍總會青少年活動署

課程 會員章

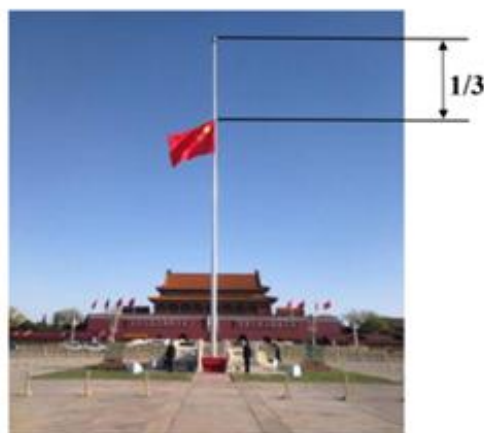
內容 禮節2.認識在國歌奏唱和升掛國旗、區旗時表現應有之禮儀，
建議 以及升國旗及童軍升旗禮的基本程序

降旗注意事項

- 一般為下午六時降旗。
- 降旗時應把旗幟徐徐放下，待旗幟降到手可觸及時應把旗幟放在手臂上，解開旗繩時不可讓旗幟接觸地面。
- 然後把旗幟摺好，放在合適的儲物櫃內。
- 當國旗與區旗並列降下時，國旗須於最後降下。

懸掛半旗

- 懸掛半旗是一種表示哀悼的方式。《國旗及國徽條例》及《區旗及區徽條例》規定在某些情況下，須下半旗致哀。
- 當政府及公營機構建築物需要下半旗時，正確方法是先把旗幟升至桿頂，然後降至旗頂與桿頂之距離為旗桿全長的三分一處。降下時，須先將旗幟升至桿頂，然後再降下。

其他注意事項

- 在公眾可及地方，切勿以真國旗或區旗進行練習，應以模擬旗幟（Dummy Flag）代替。
- 練習的時間應以嚴肅及認真的態度進行。
- 如遇惡劣天氣，可以不升旗幟。

更多內容

參考資料 [隊列和升掛國旗及區旗指引](#)

資料來源 香港童軍總會青少年活動署

課程 會員章

內容 禮節 4.示範國旗和區旗的升掛方法

建議

升降國旗及區旗儀式的分工

二人升旗隊	三人升旗隊
	

裝備

- 旗杆
- 國旗、區旗
- 國歌
- 音響系統
- 白手套
- 尺
- 箱頭筆

更多內容

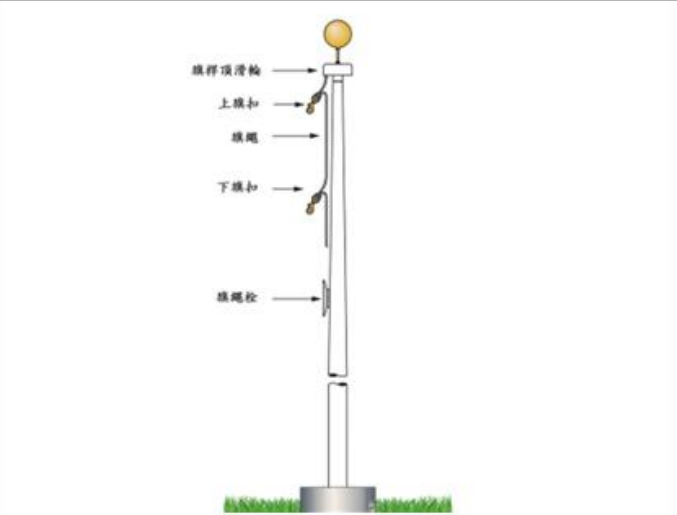
參考資料 [隊列和升掛國旗及區旗指引](#)

資料來源 香港童軍總會青少年活動署

課程 會員章

內容 禮節 4.示範國旗和區旗的升掛方法
建議

認識旗桿

內拉繩	
外拉繩	
	

更多內容
參考資料

[隊列和升掛國旗及區旗指引](#)

資料來源 香港童軍總會青少年活動署

課程 會員章

內容 禮節 4.示範國旗和區旗的升掛方法
建議

事前準備

- 升旗申請 (*教育局指示的學校升國旗及區旗儀式一般已獲批准)
- 視察場地
- 檢查旗桿旗繩
- 檢查旗幟
- 檢查制服儀表
- 多次練習
- 多聽國歌節拍
- 儀式訓示

更多內容
參考資料

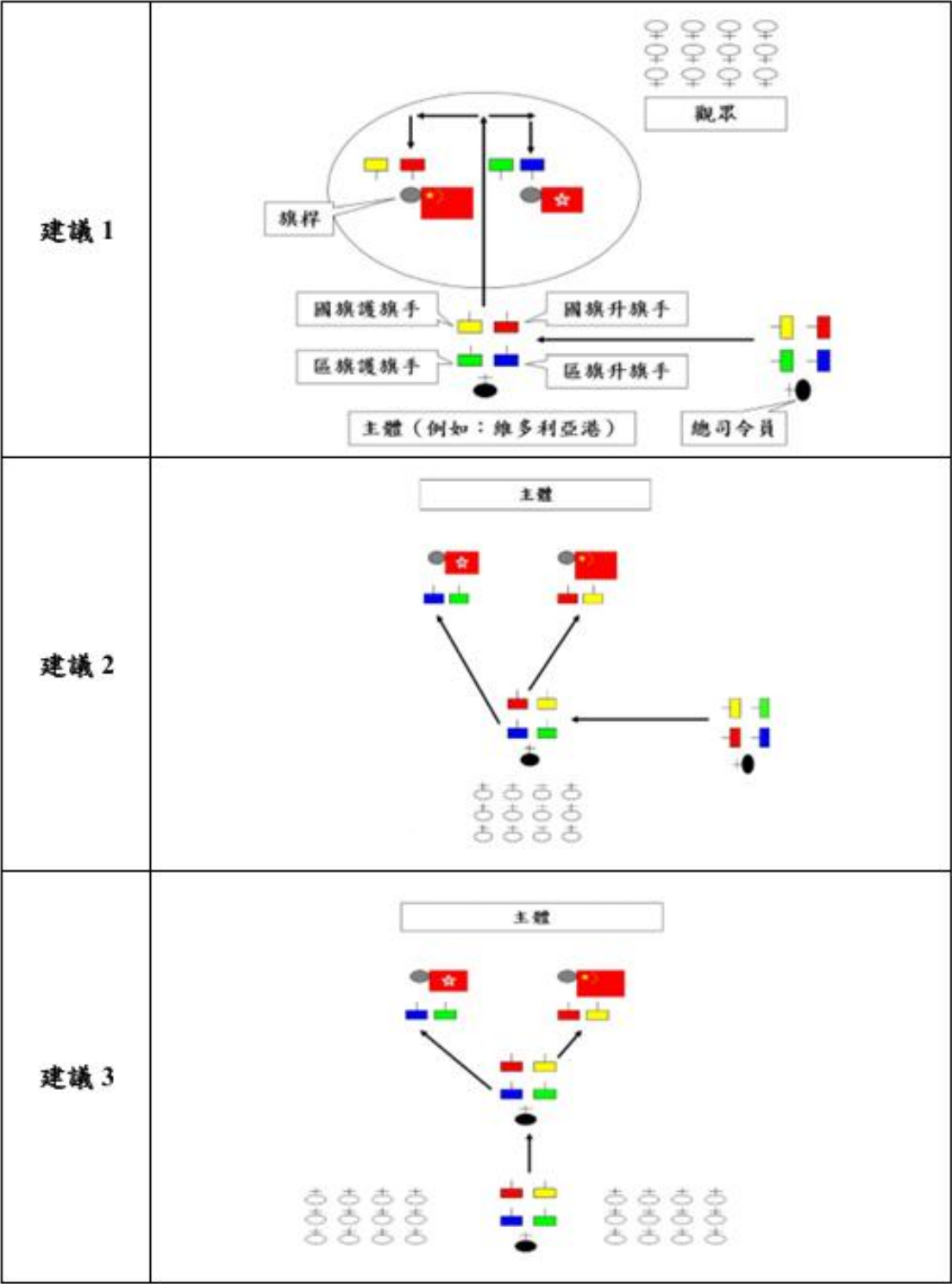
[隊列和升掛國旗及區旗指引](#)

資料來源 香港童軍總會青少年活動署

課程 會員章

內容 禮節 4.示範國旗和區旗的升掛方法
建議

升旗儀式操場設定的建議



更多內容
參考資料

[隊列和升掛國旗及區旗指引](#)

資料來源 香港童軍總會青少年活動署

深資童軍團 第 6 次集會

06

日期：_____年____月____日 (星期____)

時間：_____至_____ (____分鐘)

地點：_____

負責領袖：_____

出席領袖：1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

集會主題：會員章-保護兒童 b. 完成「保護童軍成員免受傷害」網上自學課程
會員章-許諾1. 接納童軍誓詞與規律
宣誓儀式

程序

序	分鐘	項目	內容	場地	物資	領袖
1	5	準備	場地及儀式準備	室內	團旗及旗架	
2	5	儀式	團集會儀式	室內	團旗及旗架	
3	20	課程	會員章-保護兒童	室內	資料	
		課程	b. 完成「保護童軍成員免受傷害」網上自學課程	室內	資料	
4	20	課程	會員章-許諾1. 接納童軍誓詞與規律	室內	資料	
5	20	儀式	宣誓儀式	室內	童軍基本技能教材手冊	
6	5	宣布	宣布下次集會事項	室內		
7	5	儀式	團集會儀式	室內		
8	5	收拾	執拾及清潔場地	室內		

課程 會員章

內容 保護兒童 b. 完成「保護童軍成員免受傷害」網上自學課程。
建議

「保護童軍成員免受傷害」網上自學課程



保護童軍成員免受傷害

「保護童軍成員免受傷害」網上自學課程 (2021年6月 第一版) Safe from Harm Online Self-Learning Course (1st Edition, June 2021)

本自學課程主要是為本會領袖而設，目的是幫助領袖們如何識別、預防及處理因不當行為而讓成員受到傷害的個案，並懂得如何遵循本會相關指引，讓童軍活動能在安全情況下進行，確保各級成員不會受到傷害。

This Safe from Harm course was primarily designed for adult leaders of the Association. It aims to help them understand how to recognise, prevent and act towards inappropriate behaviour and give some guidance on the expected behaviour of leaders, to ensure we all work in a safe environment.

*由2025年7月1日起，為配合支部訓練綱要「會員章」課程內容更新，本課程亦接受深資童軍及樂行童軍支部的青少年成員參與。

*In response to the updates to the "Membership Badge" Requirements of Sectional Training Schemes with effect from 1 July 2025, youth members of the Venture Scout and Rover Scout Sections are also welcomed to take the course.

設立帳戶並進入本自學課程

更多內容

參考資料 [保護童軍成員免受傷害](#)

資料來源 香港童軍總會

課程 會員章

內容 建議 許諾1. 接納童軍誓詞與規律。

童軍誓詞

我願以信譽為誓，竭盡所能；
對神明，對國家，盡責任；
對別人，要幫助；
對規律，必遵行。

童軍規律

- (1) 童軍信用為人敬。
- (2) 童軍待人要忠誠。
- (3) 童軍友善兼親切。
- (4) 童軍相處如手足。
- (5) 童軍勇敢不怕難。
- (6) 童軍愛物更惜陰。
- (7) 童軍自重又重人。

童軍銘言

準備

更多內容
參考資料

[童軍誓詞與規律](#)

資料來源 香港童軍總會網站

課程 會員章

內容 宣誓儀式
建議

深資童軍宣誓儀式

1. 集合：

- 團長召集全團排成馬蹄鐵形。
- 團長站在隊形缺口中央，副團長站在團長右後方，旅長在左後方，執行委員會主席在首位，宣誓者站在團隊形中。
- 團長面前放一桌子，舖上團旗和放有會員章、旅巾、領巾圈和制服帽。
- 如不用桌子，執行委員改持團旗站在團長右前方；如團旗曾經宗教的奉獻儀式（Dedication），左右需各有團員一名為護旗手；旗與護旗手移動時，團長必須命令全團立正。

2. 承諾：

- 儀式開始時，團長命令全團立正和宣佈為新團員舉行宣誓儀式。
- 宣誓者走到團長面前立正，踏前一步。
- 團長：「XXX，你明白各條童軍規律嗎？」
宣誓者：「我明白。」
團長：「我能否信任你，以你的信譽，竭盡所能，對神明、對國家，盡你責任，並且隨時隨地幫助他人和遵守童軍規律？」
宣誓者：「能夠。」

3. 宣誓：

- 團長：「請你舉起右手行宣誓禮。」
- 宣誓者和團長均舉起右手行宣誓禮和將左手放置在團旗上。
- 除未宣誓新團員外，全團跟隨團長行宣誓禮。
- 如用持旗方法宣誓，旗手與護旗手走前至桌前，旗手將旗橫降在宣誓者的面前，宣誓者置左手在旗上，團長以左手按著宣誓者的手背。當團長帶領宣誓者行宣誓禮時，旗手與護旗手不用行宣誓禮。
- 團長引導宣誓者分段宣讀童軍誓詞：「我願以信譽為誓竭盡所能 / 對神明、對國家盡責任 / 對別人要幫助 / 對規律必遵行。」
- 宣誓後，全團跟隨團長放下右手。
- 如用持旗方法宣誓，旗手升回旗幟，旗手與護旗手退回原位。

更多內容
參考資料

[《童軍基本技能教材手冊》 三.儀式篇](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 會員章

內容 宣誓儀式

建議

4. 佩章：

- 團長將會員章佩在新團員左胸袋（如新團員是女團員，需由女領袖為她佩戴；如果沒有女領袖在場，可以交由她自己佩戴），說：「你現在已成為世界童軍組織的一份子。」
- 旅長為他佩戴旅巾，並說：「你現在亦成為本旅一份子。」
- 團長再為他戴上制服帽，然後和他握手說：「我信任你以你的信譽遵守誓詞和規律。」
- 旅長和其他領袖向他握手致賀。

5. 禮成：

- 新團員踏後一步向團長敬禮，團長還禮。
- 新團員向後轉再向全團敬禮，在全團還禮後返回原位。
- 團長宣佈儀式結束。



更多內容
參考資料

《童軍基本技能教材手冊》 三.儀式篇

資料來源：香港童軍總會訓練署

深資童軍團

第7次集會

07

日期：_____年____月____日(星期____)

時間：_____至_____ (____分鐘)

地點：_____

負責領袖：_____

出席領袖：1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

集會主題：深資童軍肩章(一) 認識

程序

序	分鐘	項目	內容	場地	物資	領袖
1	5	準備	場地及儀式準備	室內	團旗及旗架	
2	5	儀式	團集會儀式	室內	團旗及旗架	
3	60	課程	深資童軍肩章-(一) 認識	室內		
			1. 說出深資童軍支部的目的、方法及預期成果 2. 認識深資童軍制服 3. 明瞭深資童軍獎章及榮譽童軍獎章之四個考驗組別及考驗範圍 4. 明瞭深資童軍獎章及榮譽童軍獎章與其他機構互相關連的地方 5. 說出執行委員會之基本功能 6. 說出執行委員會之組織及委員的職責 7. 明瞭執行委員會之產生方法 8. 明瞭執行委員會中領袖的角色 9. 認識多元化的深資童軍活動		深資童軍訓練綱要	
4	5	宣布	宣布下次集會事項	室內		
5	5	儀式	團集會儀式	室內		
6	5	收拾	執拾及清潔場地	室內		

課程 深資童軍肩章

內容 (一) 認識

1. 說出深資童軍支部的目的、方法及預期成果

建議

目的

深資童軍支部旨在延續童軍支部之訓練，使童軍運動得以薪火相傳，並為社會培育未來領袖。

深資童軍支部的教育目標是「自務自治 明日領袖」。深資童軍採用自務自治方式，並透過戶外生活、自我挑戰活動及遞進式訓練，學習自學、自立及自律、鍛煉良好體魄、培養策劃、組織及領導才能、領略與人共事之道、增進人際關係技巧、實踐團隊精神及為踏入社會前做好準備。

方法

在成人領袖的引導下，深資童軍運用執行委員會制度，以自治和自務方式配合有進度性及富挑戰性之活動及訓練誘導成員，以達到深資童軍支部的目的。

預期成果

深資童軍應積極參與或策劃各類型活動（如技能訓練、服務、比賽等），出任團執行委員會、工作小組成員及青少年活動署和各地域的深資童軍議會委員，並嘗試於各類型活動中擔當領導角色。當深資童軍完成整個支部訓練後，應可達致下列預期成果：

1. 深造童軍技能外，啟發「多元技能」發展；
2. 掌握「活動策劃」的技巧，培育「明日領袖」；
3. 拓闊人際網絡，建立合作精神；
4. 培養「自務自治」及「服務社會」的精神；
5. 享受「戶外探險」，拓展視野，從而欣賞及尊重大自然。

當完成深資童軍訓練或年滿 21 歲（以西曆生日計），深資童軍可繼續從事童軍活動，擔任童軍領袖工作；或加入樂行童軍團。樂行童軍是第五個訓練支部，旨在維繫關懷社會、熱心服務之青年，給予他們機會及鼓勵，為童軍運動及社會服務。

更多內容

參考資料

[深資童軍訓練綱要](#)

資料來源：香港童軍總會青少年活動署

課程 深資童軍肩章

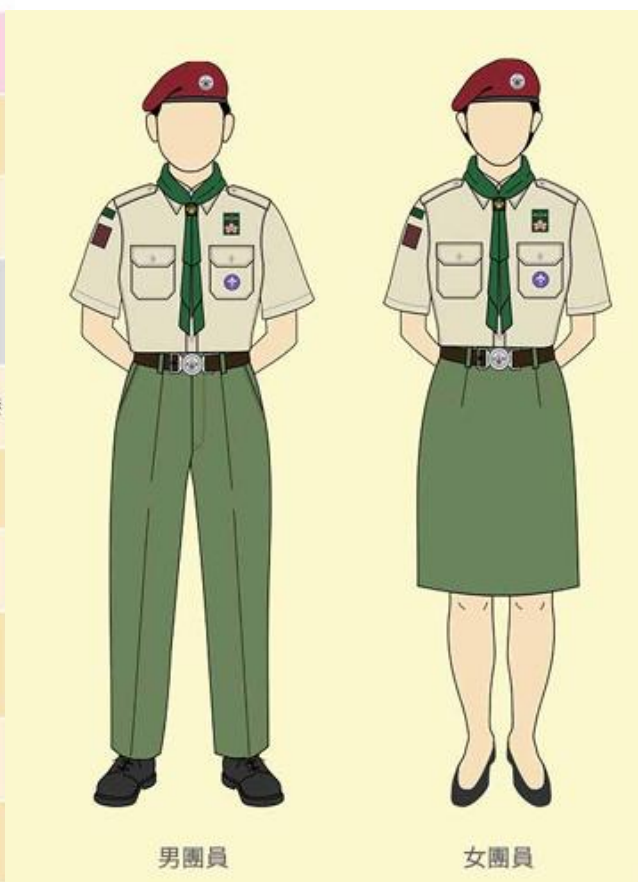
內容 (一) 認識
2. 認識深資童軍制服

建議

深資童軍制服

基本服飾、配件及徽章

	男團員	女團員
帽	栗紅色軟帽 (連童軍帽章)	
恤衫	杏色、短袖、兩胸袋、無褶、肩帶	
長褲	草青色、兩斜袋、兩後袋、有褶	
半截裙		草青色、側袋、無褶、及膝
皮帶	棕色 (連童軍徽皮帶扣)	
襪	黑色、短襪	肉色、尼龍、無花、襪褲
皮鞋	黑色、無花紋、綁帶	黑色、無花紋、非綁帶、中跟
領巾	旅巾 (連童軍巾圈)	
徽章	世界童軍會員章、香港章、地域章、區章、旅章	



男團員

女團員

深資童軍假若同時獲本旅委任為教練員，在履行工作時可選擇穿著本旅深資童軍制服或成年成員制服；而假若獲其他旅委任為教練員，在履行工作時須穿該旅成年成員制服。

更多內容
參考資料

[儀容與制服手冊](#)

資料來源：香港童軍總會

課程 深資童軍肩章

內容 (一) 認識
2. 認識深資童軍制服

建議

深資海童軍制服

基本服飾、配件及徽章

	男團員	女團員
帽	海童軍男領袖白頂帽 (連深資海童軍帽章)	海童軍女領袖白頂帽 (連深資海童軍帽章)
恤衫	白色、短袖、兩胸袋、無褶、肩帶	
長褲	深藍色、兩斜袋、 兩後袋、有褶	
半截裙		深藍色、側袋、無褶、及膝
皮帶	棕色 (連童軍徽皮帶扣)	
襪	黑色、短襪	肉色、尼龍、無花、襪褲
皮鞋	黑色、無花紋、綁帶	黑色、無花紋、非綁帶、 中跟
領巾	旅巾 (連童軍巾圈)	
徽章	世界童軍會員章、香港章、地域章、區章、旅章	



男團員



女團員

深資童軍假若同時獲本旅委任為教練員，在履行工作時可選擇穿著本旅深資童軍制服或成年成員制服；而假若獲其他旅委任為教練員，在履行工作時須穿該旅成年成員制服。

更多內容
參考資料

[儀容與制服手冊](#)

資料來源：香港童軍總會

課程 深資童軍肩章

內容 (一) 認識
2. 認識深資童軍制服

建議

深資空童軍制服

基本服飾、配件及徽章

	男團員	女團員
帽	灰藍色軟帽 (連童軍帽章)	
恤衫	淺藍色、短袖、兩胸袋、無褶、肩帶	
長褲	深藍色、兩斜袋、兩後袋、有褶	
半截裙		深藍色、側袋、無褶、及膝
皮帶	棕色 (連童軍徽皮帶扣)	
襪	黑色、短襪	肉色、尼龍、無花、襪褲
皮鞋	黑色、無花紋、綁帶	黑色、無花紋、非綁帶、中跟
領巾	旅巾 (連童軍巾圈)	
徽章	世界童軍會員章、香港章、地域章、區章、旅章	



男團員



女團員

深資童軍假若同時獲本旅委任為教練員，在履行工作時可選擇穿著本旅深資童軍制服或成年成員制服；而假若獲其他旅委任為教練員，在履行工作時須穿該旅成年成員制服。

更多內容
參考資料

[儀容與制服手冊](#)

資料來源：香港童軍總會

課程 深資童軍肩章

內容 (一) 認識
建議 2. 認識深資童軍制服

深資童軍及樂行童軍出席典禮、儀式及會議等活動時可改戴領帶。

男團員



深資童軍



深資海童軍



深資空童軍

女團員



深資童軍



深資海童軍



深資空童軍

更多內容
參考資料

[儀容與制服手冊](#)

資料來源：香港童軍總會

課程 深資童軍肩章

內容 (一) 認識
2. 認識深資童軍制服

建議

女性深資童軍及樂行童軍出席動態活動時可改穿制服長褲 (同時穿黑色短襪及黑色綁帶皮鞋)。

女性深資 / 樂行童軍長褲制服

基本服飾、配件及徽章

	女性 深資 / 樂行 童軍	女性 深資 / 樂行 海童軍	女性 深資 / 樂行 空童軍
帽	深資：栗紅色軟帽 樂行：深綠色軟帽 (連童軍帽章)	海童軍 女領袖白頂帽 (連所屬支部帽章)	灰藍色軟帽 (連童軍帽章)
恤衫	杏色、短袖、 兩胸袋、無褶、 肩帶	白色、短袖、 兩胸袋、無褶、 肩帶	淺藍色、短袖、 兩胸袋、無褶、 肩帶
長褲	草青色、 兩斜袋、 兩後袋(註)、有褶	深藍色、 兩斜袋、 兩後袋、有褶	深藍色、 兩斜袋、 兩後袋、有褶
皮帶	棕色 (連童軍徽皮帶扣)		
襪	黑色		
皮鞋	黑色、無花紋、綁帶		
領巾	旅巾 (連童軍巾圈)		
徽章	世界童軍會員章、香港章、地域章、區章、旅章		

(註) 舊款軍右後袋的長褲仍可穿著，直至破舊或有需要更換為止 (適用於所有女性成員的長褲)。



更多內容
參考資料

[儀容與制服手冊](#)

資料來源：香港童軍總會

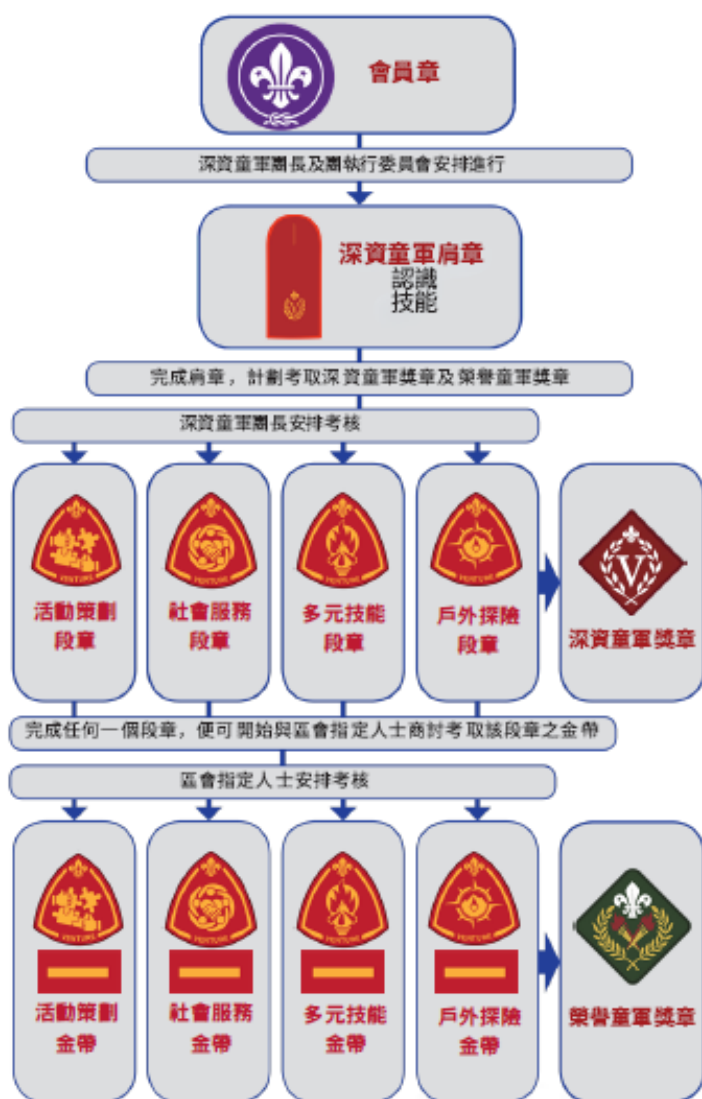
課程 深資童軍肩章

內容 (一) 認識

3. 明瞭深資童軍獎章及榮譽童軍獎章之四個考驗組別及考驗範圍

建議

深資童軍進度性獎章考取表



備註：

1. 深資童軍在接近完成肩章內容時，可開始計劃考取深資童軍獎章及榮譽童軍獎章，運用「深資童軍獎章及榮譽童軍獎章考驗計劃 (PT/65)」(下稱為「計劃表」)，與深資童軍團長商討整個考驗計劃。深資童軍團長應給予指引，並安排段章考核（詳情可參閱 21 頁有關深資童軍獎章之考驗介紹）。
2. 在完成任何一個段章後，深資童軍可開始與所屬區會聯絡，商討考取榮譽童軍獎章之計劃（詳情可參閱第 22 頁有關榮譽童軍獎章之考驗介紹）。深資童軍應按實際情況修訂及更新個人的「計劃表」，讓自己檢視實際進度及讓團長與區會知悉自己的進度，方便跟進。

更多內容
參考資料

[深資童軍訓練綱要](#)

資料來源：香港童軍總會青少年活動署

課程 深資童軍肩章

內容 (一) 認識

3. 明瞭深資童軍獎章及榮譽童軍獎章之四個考驗組別及考驗範圍

建議

深資童軍獎章

Venture Scout Award



深資童軍完成「深資童軍肩章」後，才可開始考取本獎章。

擬考取「深資童軍獎章」之深資童軍，可向深資童軍團長要求代為安排獎章內各項目的主考人，或向團長提議主考人人選，由團長作出適當安排。如團長因任何原因未能安排主考人，所屬區總監及其代表有責任協助安排。

深資童軍團長、區總監、地域總監、青少年活動總監或上述人士之代表，均可擔任主考人；惟「戶外探險」項目選修項須由認許之主考人作考核。

深資童軍在完成「活動策劃」、「社會服務」、「多元技能」及「戶外探險」任何一個段章內之全部項目，便可於制服佩戴該項目之段章。唯建議以「活動策劃」段章為首個完成之段章。

青少年活動總監授權總部總監（深資童軍）及助理總部總監（深資童軍）為其代表，處理與「深資童軍訓練綱要」悉數相關事宜。地域總監及區總監應指派並公佈其代表，處理與「深資童軍訓練綱要」有關的考驗事宜【通常為地域總部總監（深資童軍）、助理地域總部總監（深資童軍）及助理區總監（深資童軍）】。

「深資童軍獎章」證書由青少年活動總監或其代表簽發。在接受考驗的深資童軍完成所有項目後，深資童軍團長應向所屬區總監或其代表提名，再由區總監或其代表向所屬地域總監推薦，經地域總監或其代表批核，最後由青少年活動總監或其代表確認有關申請，並頒發獎章證書以作嘉許。有關申請簽發「深資童軍獎章」的程序，請參閱本綱要第五章 - 徽章簽發 / 領取 / 購買。

更多內容
參考資料

[深資童軍訓練綱要](#)

資料來源：香港童軍總會青少年活動署

課程 深資童軍肩章

內容 (一) 認識

3. 明瞭深資童軍獎章及榮譽童軍獎章之四個考驗組別及考驗範圍

建議

榮譽童軍獎章
Dragon Scout Award

深資童軍完成任何一個「深資童軍獎章」段章後，即可開始考取本獎章，惟只可著手已完成段章的相對金帶。

擬開始「榮譽童軍獎章」考核的深資童軍，應在諮詢深資童軍團長後，與所屬區會的指定人士【通常為助理區總監（深資童軍）】聯絡，商討考取本獎章之計劃。在得到指示後，方可展開本獎章之考核。

擬考取「榮譽童軍獎章」之深資童軍，應與深資童軍團長或所屬區會商討主考人的安排，其團長、區總監及其代表亦有責任協助安排主考。如團長及區會因任何原因未能安排主考人，所屬地域總監及其代表有責任代勞。

區總監、地域總監、青少年活動總監或上述人士之代表，均可擔任主考人；惟「戶外探險」項目選修項須由認許之主考人作考核。

青少年活動總監授權總部總監（深資童軍）及助理總部總監（深資童軍）為其代表，處理與「深資童軍訓練綱要」悉數相關事宜。地域總監及區總監應指派並公佈其代表，處理與「深資童軍訓練綱要」有關的考驗事宜【通常為地域總部總監（深資童軍）、助理地域總部總監（深資童軍）及助理區總監（深資童軍）】。

深資童軍在完成「榮譽童軍獎章」內「活動策劃」、「社會服務」、「多元技能」及「戶外探險」任何一個項目後，便可在該項目之段章下佩戴一條金帶。

「榮譽童軍獎章」由總會根據地域及區之推薦作批核，並由總領袖及香港總監簽發。在接受考驗的深資童軍完成所有項目後，深資童軍團長應向所屬區總監或其代表提名，區總監、地域總監或上述人士之代表應向青少年活動總監推薦，最後由青少年活動總監或其代表批核有關申請，並於童軍大會操頒授獎章證書以作嘉許。有關申請簽發「榮譽童軍獎章」的程序，請參閱本綱要第五章 - 徽章簽發 / 領取 / 購買。

當完成本獎章所有項目後，區總監及地域總監將會接見該深資童軍以作勉勵及推薦。

更多內容
參考資料

[深資童軍訓練綱要](#)

資料來源：香港童軍總會青少年活動署

課程 深資童軍肩章

內容 (一) 認識

4. 明瞭深資童軍獎章及榮譽童軍獎章與其他機構互相關連的地方

建議

香港青年獎勵計劃

The Hong Kong Award For Young People

簡介

香港青年獎勵計劃（前身為香港愛丁堡公爵獎勵計劃），是國際青年獎勵計劃協會成員之一。獎勵計劃擁有一套國際既定的原則，讓年青人透過完成章級要求，培養勇於挑戰及堅毅的精神。



銀章級



金章級



香港青年獎勵計劃 香港童軍總會執行處

Hong Kong Award for Young People

Scout Association of Hong Kong Operating Authority



香港童軍總會自1969年開始成為香港青年獎勵計劃（前稱「愛丁堡公爵獎勵計劃」，下稱「獎勵計劃」）的其中一個執行處，由青少年活動署（前稱訓練署）負責統籌在會內推行獎勵計劃。

獎勵計劃執行

更多內容
參考資料

深資童軍訓練綱要

資料來源：香港童軍總會青少年活動署

課程 深資童軍肩章

內容 (一) 認識

5. 說出執行委員會之基本功能
6. 說出執行委員會之組織及委員的職責
7. 明瞭執行委員會之產生方法

建議

何謂自治？

自治為透過民主選舉制度並根據童軍運動原則，以執行委員會模式自行管理及發展團務。

何謂自務？

自務為成員按照該旅團的需要自行計劃深資童軍團行事曆，積極參與訓練、服務及各類型比賽，使之具備組織能力，能擔當成年人角色。

自治和自務兩者必須互相配合才可全面發展成員的個性，最終目的是讓深資童軍累積更多以童軍活動為本的管理經驗，培養領袖素質。

全體團員大會

1.1 職責

此大會為深資童軍團之最高行政機構，負責訂定及修改團章、制定長遠團務政策、選出執行委員會委員、檢視執行委員及其他臨時工作小組所籌劃之活動與訓練及審核團財務情況。此大會每年最少召開一次會議。

1.2 組成

所有有效深資童軍成員。

1.3 權力

所有有效深資童軍成員可透過民主及公平的投票方法就特定議題投票。除非有關議決違背童軍運動原則，否則所有有關團務的投票結果均屬最後決定。

團執行委員會

該委員會負責設計及推行年度活動計劃。

更多內容
參考資料

[深資童軍訓練綱要](#)

資料來源：香港童軍總會青少年活動署

課程 深資童軍肩章

內容 (一) 認識

5. 說出執行委員會之基本功能
6. 說出執行委員會之組織及委員的職責
7. 明瞭執行委員會之產生方法

建議

執行委員會

2.1 職責

執行委員會須遵照團員大會的決定負責團內的組織、活動及行政等常務事宜。短期計劃應由執行委員會首先策動。

2.2 組成

執行委員會設有主席、文書、財務及其他職位，由全體團員大會視乎情況而定。執行委員會由所有團員選舉產生，包括主席及其他由團員決定的委員人選。各職位可在團員大會中選出或由各委員互選擔任。不論採用簡單多數制、內閣制、兩輪決選制、累積投票制或比例制等選舉辦法，逐個職位投票或選出委員再決定職位，選舉制度必須因應團的發展而訂，而選舉辦法應清晰地載於團章。

2.3 權力

全體團員大會及團章賦予執行委員會及其委員權力代表深資童軍團處理一般行政及常務事宜。但如有議案涉及整個團利益，相關事項必須於全體團員大會中詳細討論及投票表決。

臨時工作小組

3.1 職責

小組主要用作推行旅團的特別活動。職責應由執行委員會決定。

3.2 組成

臨時小組成員由執行委員會委任或由團員自由加入。較多成員的深資童軍團可通過成立這種小組，讓非執行委員會委員的深資童軍亦可參加實際團務及活動策劃，讓各團員都有機會發揮領導才。臨時小組主席及其他工作崗位由該組組員互選或協商產生。

3.3 權力

由於臨時工作小組由執行委員會委任，故需直接向執行委員會匯報工作並向全體團員負責。

更多內容
參考資料

[深資童軍訓練綱要](#)

資料來源：香港童軍總會青少年活動署

課程 深資童軍肩章

內容 (一) 認識 8. 明瞭執行委員會中領袖的角色

建議

領袖角色

領袖作為成員的楷模，須定時給予執行委員會成員及其他工作小組成員指導。有關引導工作包括活動前的計劃建議及活動後的解說及檢討。惟領袖需給予成員執行計劃的自由度，以發展成員之領導能力為目標。

領袖角色

- 4.1 深資童軍團領袖在全體團員大會中可擔當顧問角色，向各深資童軍成員提供意見。
- 4.2 深資童軍團領袖皆為執行委員會的當然委員。深資童軍團長可根據團員之成熟程度及經驗，出任執行委員會主席，或安排團內領袖擔任執行委員會任何職位。
- 4.3 深資童軍團長作為團之最高負責人，擁有團內任何會議所通過的議案之最終解釋權及否決權。如團內任何會議之議決違背童軍運動原則，深資童軍團長有責任及權力否決有關投票結果並停止相關活動，並向團員作出適當之指引。

更多內容
參考資料

[深資童軍訓練綱要](#)

資料來源：香港童軍總會青少年活動署

課程 深資童軍肩章

內容 (一) 認識

9. 認識多元化的深資童軍活動

建議

航空活動徽章 Air Activity Badges

「空勤員章課程」分為初級空勤員章、中級空勤員章及高級空勤員章三個階段課程，為深資童軍成員提供全面而富趣味的航空培訓，包括航空知識、飛行知識及模擬飛行訓練三大範疇。徽章的設計亦加入代表飛行訓練的螺旋槳及飛行之半翼，標誌成員以此作為邁向實際飛行的起步點。

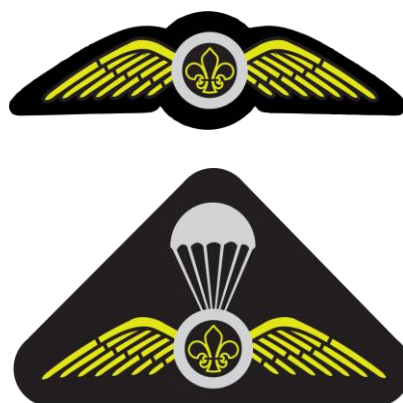
詳情請參閱以下的網站：



空勤員章課程
The Aircrew Syllabus



飛行章 及 跳傘章
Scout Wings
& Scout Canopy Wings



更多內容
參考資料

[深資童軍訓練綱要](#)

資料來源：香港童軍總會青少年活動署

課程 深資童軍肩章

內容 (一) 認識

9. 認識多元化的深資童軍活動

建議

海上活動徽章 Sea Activity Badges

「童軍標準艇課程（深資童軍支部課程）」分為水手長章（三級童軍標準艇證書）、副舵手章（四級童軍標準艇證書）及舵手章（五級童軍標準艇證書）三個階段課程，為深資童軍成員提供進階之海上活動訓練。如由童軍支部成員晉升為深資童軍支部成員，並已考獲三級童軍標準艇證書，在晉升為深資童軍支部成員後，可直接佩戴深資童軍水手長章。

詳情請參閱以下的網站：



海上活動徽章
Sea Activity Badges



更多內容
參考資料

[深資童軍訓練綱要](#)

資料來源：香港童軍總會青少年活動署

課程 深資童軍肩章

內容 (一) 認識
9. 認識多元化的深資童軍活動

建議

「積極公民」獎章系列 Active Citizenship Badge Series

世界童軍組織通過不同方式推動積極公民教育，培養青少年的社會責任感、領導能力和個人成長。香港童軍總會同時致力於培養青少年的公民意識和社會責任感。為此，我們特別推出了「積極公民」獎章系列，透過一系列挑戰，激勵童軍成員積極參與社會事務，發展他們的領導能力和團隊合作能力。

詳情請參閱以下的網站：



「積極公民」獎章系列 Active Citizenship Badge Series



更多內容
參考資料

[深資童軍訓練綱要](#)

資料來源：香港童軍總會青少年活動署

課程 深資童軍肩章

內容 (一) 認識

9. 認識多元化的深資童軍活動

建議

和平使者章
Messengers of Peace



童軍世界遺產章
Património Scout Badge



更多內容
參考資料

[深資童軍訓練綱要](#)

資料來源：香港童軍總會青少年活動署

課程 深資童軍肩章

內容 (一) 認識

9. 認識多元化的深資童軍活動

建議

寰宇童軍章

Scouts of the World Award



地球部落
Earth Tribe



更多內容
參考資料

[深資童軍訓練綱要](#)

資料來源：香港童軍總會青少年活動署

深資童軍團 第 8 次集會

08

日期：_____年____月____日 (星期____)

時間：_____至_____ (____分鐘)

地點：_____

負責領袖：_____

出席領袖：1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

集會主題：深資童軍肩章(一) 認識

10. 參加最少一次深資童軍執行委員會會議

程序

序	分鐘	項目	內容	場地	物資	領袖
1	5	準備	場地及儀式準備	室內	團旗及旗架	
2	5	儀式	團集會儀式	室內	團旗及旗架	
3	60	課程	深資童軍肩章(一) 認識	室內		
			10. 參加最少一次深資童軍執行委員會會議*	室內	深資童軍訓練綱要	
4	5	宣布	宣布下次集會事項	室內		
5	5	儀式	團集會儀式	室內		
6	5	收拾	執拾及清潔場地	室內		

課程 深資童軍肩章

內容建議 10. 參加最少一次深資童軍執行委員會會議*

1. 全體團員大會

1.1 職責

此大會為深資童軍團之最高行政機構，負責訂定及修改團章、制定長遠團務政策、選出執行委員會委員、檢視執行委員及其他臨時工作小組所籌劃之活動與訓練及審核團財務情況。此大會每年最少召開一次會議。

1.2 組成

所有有效深資童軍成員。

1.3 權力

所有有效深資童軍成員可透過民主及公平的投票方法就特定議題投票。除非有關議決違背童軍運動原則，否則所有有關團務的投票結果均屬最後決定。

2. 執行委員會

2.1 職責

執行委員會須遵照團員大會的決定負責團內的組織、活動及行政等常務事宜。短期計劃應由執行委員會首先策動。

2.2 組成

執行委員會設有主席、文書、財務及其他職位，由全體團員大會視乎情況而定。執行委員會由所有團員選舉產生，包括主席及其他由團員決定的委員人選。各職位可在團員大會中選出或由各委員互選擔任。不論採用簡單多數制、內閣制、兩輪決選制、累積投票制或比例制等選舉辦法，逐個職位投票或選出委員再決定職位，選舉制度必須因應團的發展而訂，而選舉辦法應清晰地載於團章。

2.3 權力

全體團員大會及團章賦予執行委員會及其委員權力代表深資童軍團處理一般行政及常務事宜。但如有議案涉及整個團利益，相關事項必須於全體團員大會中詳細討論及投票表決。

該委員會負責設計及推行年度活動計劃。

更多內容
參考資料

[深資童軍訓練綱要](#)

資料來源：香港童軍總會青少年活動署

深資童軍團 第 9 次集會

09

日期：_____年____月____日 (星期____)

時間：_____至_____ (____分鐘)

地點：_____

負責領袖：_____

出席領袖：1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

集會主題：1. 童軍創辦人紀念日活動

程序

序	分鐘	項目	內容	場地	物資	領袖
1	5	準備	場地及儀式準備	室內	團旗及旗架	
2	5	儀式	團集會儀式	室內	團旗及旗架	
3	60	活動	童軍創辦人紀念日活動*	室內		
4	5	宣布	宣布下次集會事項	室內		
5	5	儀式	團集會儀式	室內		
6	5	收拾	執拾及清潔場地	室內		

*由深資童軍執行委員會策劃活動，內容與童軍創辦人相關

深資童軍團

第 10 次集會

10

日期：_____年____月____日(星期____)

時間：_____至_____ (____分鐘)

地點：_____

負責領袖：_____

出席領袖：1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

集會主題：深資童軍肩章(二) 童軍技能 - 急救

1. 知道急救目的及原則

2. 示範出血處理、傷口護理及簡單包紮的方法

3. 示範燒傷、燙傷、抽筋及扭傷傷病者的處理方法

程序

序	分鐘	項目	內容	場地	物資	領袖
1	5	準備	場地及儀式準備	室內	團旗及旗架	
2	5	儀式	團集會儀式	室內	團旗及旗架	
3	60	課程	深資童軍肩章(二) 童軍技能 - 急救	室內		
			1. 知道急救目的及原則 2. 示範出血處理、傷口護理及簡單包紮的方法 3. 示範燒傷、燙傷、抽筋及扭傷傷病者的處理方法	室內	香港童軍總會急救手冊	
4	5	宣布	宣布下次集會事項	室內		
5	5	儀式	團集會儀式	室內		
6	5	收拾	執拾及清潔場地	室內		

課程 深資童軍肩章

內容 急救

1. 知道急救目的及原則。找出正確的前進方向

建議

急救定義

DEFINITION

是指在受傷或急症發生時，以符合基本醫學護理原則，為傷病者進行初步之處理及救治，直至醫護人員到場或送達醫院。

對於輕微傷病者，可能在正確的急救處理後已復原，無須進一步送院救治。但如傷病者傷勢較嚴重，若能即時提供正確的急救處理，便可達到拯救生命及減慢傷勢惡化的目的。

急救目的

AIM

1. 保存生命
2. 防止傷勢惡化 / 減慢傷病惡化
3. 促進復原

更多內容
參考資料

香港童軍總會急救手冊

資料來源：香港童軍總會領袖資源署

課程 深資童軍肩章**內容 急救**

2. 示範出血處理、傷口護理及簡單包紮的方法。

建議**處理傷口的方法**

如傷口出血情況不嚴重

1. 可先用乾淨而流動的清水沖洗傷口，清除傷口上的污 / 異物
2. 抹乾傷口
3. 蓋上敷料
- 4 包紮傷口

如傷口出血情況嚴重

1. 將傷處提高
2. 用大量敷料直壓傷處止血
3. 包紮傷口
4. 送院處理

更多內容
參考資料

香港童軍總會急救手冊

資料來源：香港童軍總會領袖資源署

課程 深資童軍肩章

內容 急救

建議 3. 示範燒傷、燙傷、抽筋及扭傷傷病者的處理方法

燒傷及燙傷

BURNS AND SCALDS

燒傷可細分為灼傷、燙傷、化學燒傷、電燒傷、輻射燒傷、凍傷等。

皮膚以外的身體部位燒傷也有不同的處理方法。

種類	成因
灼傷	火、熱器皿、煙蒂
燙傷	蒸氣、熱水、熱湯、熱油
化學燒傷	家用溶劑如哥士的、爐具清潔劑等，工業用如強酸、強鹼、腐蝕性氣體等
電燒傷	低壓電流如家用電器，高壓電流如高壓電線，電擊等
輻射燒傷	過度暴曬、太陽燈、醫用輻射治療
凍傷	凍瘡、冷凍器皿、液態氮

評估

皮膚燒傷評估可分為程度和面積兩部份。

有以下情況請儘快求醫：

- 燒傷部位包括頭頸、雙手（尤其手指）、雙足、或陰部
- 燒傷波及主要關節如膝、髁、膊頭等
- 圍繞性燒傷，不論臂、腿、或身軀
- 大面積非淺度燒傷
- 患者為五歲以下小童或七十歲以上長者
- 有細菌感染徵狀如流膿、痛楚增加、腫脹、發燒等

更多內容
參考資料

香港童軍總會急救手冊

資料來源：香港童軍總會領袖資源署

課程 深資童軍肩章

內容 急救

3. 示範燒傷、燙傷、抽筋及扭傷傷病者的處理方法

建議

燒傷程度及徵狀可參考下表：

程度	舊稱	受影響皮膚層	疼痛	顏色	按壓時	水泡	乾濕	癒合時間
淺度燒傷	一級燒傷	表皮	刺痛	紅	轉白	無	乾	三至六日，無疤
表層部分皮膚燒傷	二級燒傷	伸延至淺表真皮（乳頭層）	刺痛	紅	轉白	有	滲漏	七至廿一日，可能有色素積聚
深層部分皮膚燒傷		伸延至深層真皮（網狀層）	疼痛	紅	不轉白	有	滲漏	多於廿一日，多有疤
全層皮膚燒傷	三級燒傷	貫穿整個真皮層	沒有痛楚	臘白、死灰	不適用	不適用	乾	須手術切除，有疤
	四級燒傷	伸延至皮下脂肪、肌肉、骨骼	沒有痛楚	破黑	不適用	不適用	乾	須手術切除，有疤

* 舊的分類法基於受影響皮膚層，新的分類法基於治療方法。

更多內容
參考資料

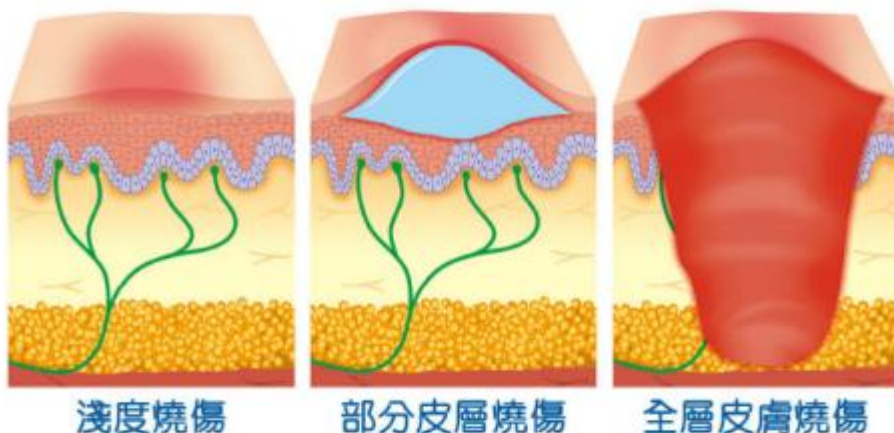
香港童軍總會急救手冊

資料來源：香港童軍總會領袖資源署

課程 深資童軍肩章

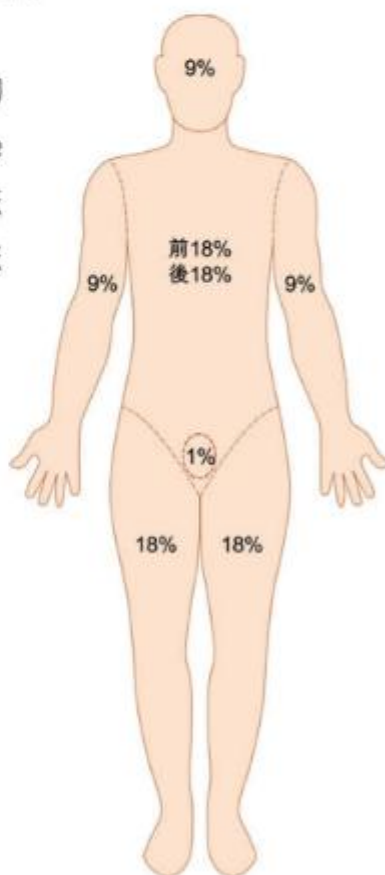
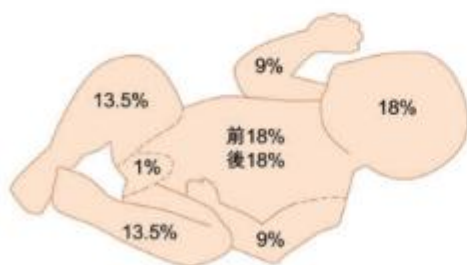
內容 急救

建議 3. 示範燒傷、燙傷、抽筋及扭傷傷病者的處理方法



燒傷面積評估以佔總身體表面積的百分比來估算，只有發紅而沒有水泡的淺度燒傷並不計算在內。

估算總身體表面積的百份比的方法有很多，常用的有 9 法則 (Rule of nines)、倫德—布勞德表法 (Lund-Browder Chart)、手掌法則 (Rule of palm) 等。



更多內容
參考資料

香港童軍總會急救手冊

資料來源：香港童軍總會領袖資源署

課程 深資童軍肩章

內容 急救

建議 3. 示範燒傷、燙傷、抽筋及扭傷傷病者的處理方法

其中手掌法則是相對易學易記、適合小面積燒傷及送抵醫院前的評估方法。手掌法則用病人的手掌面積（包括手指）大約為總身體表面積的百份之一（1% TBSA）作估算。

隨手機應用程式（app）普及，免費手機應用程式如 Rapid Burn Assessor 也是類似手掌法則估算方法之一。

處理方法

1. 保持鎮定，遠離燒傷源頭。把燒傷部位衣物輕輕脫下，包括手錶、戒指、頸鏈。如衣物黏緊皮膚，切勿把衣物勉強扯下，以免傷勢加劇
2. 用清水輕輕沖洗患處，直至痛楚減退。切忌用酒精、消毒藥水、清潔劑等化學物品清洗



3. 可用濕潤、微涼的紗布輕蓋患處，稍稍減輕痛楚。切勿以冰塊直接敷上患處
4. 切勿刻意弄穿水泡
5. 嚴重者要送院治理

更多內容
參考資料

香港童軍總會急救手冊

資料來源：香港童軍總會領袖資源署

課程 深資童軍肩章

內容 急救

建議 3. 示範燒傷、燙傷、抽筋及扭傷傷病者的處理方法

軟組織受傷

SOFT TISSUE INJURY

成因

常見由劇烈運動引起

徵狀

1. 傷處出現紅腫
2. 傷處疼痛
3. 傷肢活動有困難
4. 可能與骨折徵狀相似

處理方法

R.I.C.E.

1. Rest - 讓傷者休息及穩定傷處
2. Ice- 用冰袋或濕冷水作冷敷，減輕腫脹
3. Compression - 用軟墊包裹傷處，以平均壓力用繃帶卷固定
4. Elevation - 把受傷部位抬至高於心臟位置，減少腫脹
5. 如有懷疑，當骨折處理



更多內容
參考資料

香港童軍總會急救手冊

資料來源：香港童軍總會領袖資源署

深資童軍團

第 11 次集會



日期：_____年____月____日(星期____)

時間：_____至_____ (____分鐘)

地點：_____

負責領袖：_____

出席領袖：1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

集會主題：深資童軍肩章(二) 童軍技能 - 遠足

1. 認識戶外活動時常用的地圖種類，明白不同圖例的意義

程序

序	分鐘	項目	內容	場地	物資	領袖
1	5	準備	場地及儀式準備	室內	團旗及旗架	
2	5	儀式	團集會儀式	室內	團旗及旗架	
3	60	課程	深資童軍肩章(二) 童軍技能 - 遠足	室內		
			1. 認識戶外活動時常用的地圖種類，明白不同圖例的意義	室內	童軍技能評審計劃 《登山技能》	
4	5	宣布	宣布下次集會事項	室內		
5	5	儀式	團集會儀式	室內		
6	5	收拾	執拾及清潔場地	室內		

課程 深資童軍肩章

內容 遠足

建議

1. 認識戶外活動時常用的地圖種類，明白不同圖例的意義

地圖認識

甚麼是地圖？

地圖是一種把地面上的自然和社會事物縮繪在平面上的圖像。在公元 1880 年以前，多用立體圖的方法繪畫；其後則用平面圖的方法繪製，即是用俯視而不是斜看地圖。科學的發展使測量儀器愈來愈精密，因而測量所得的資料，也就非常準確。同時，繪圖的技術也由於適當地運用各種顏色、符號和字體而得以不斷提高。這樣，地圖便由過去簡單的形式而演變成今天複雜精密的面貌。

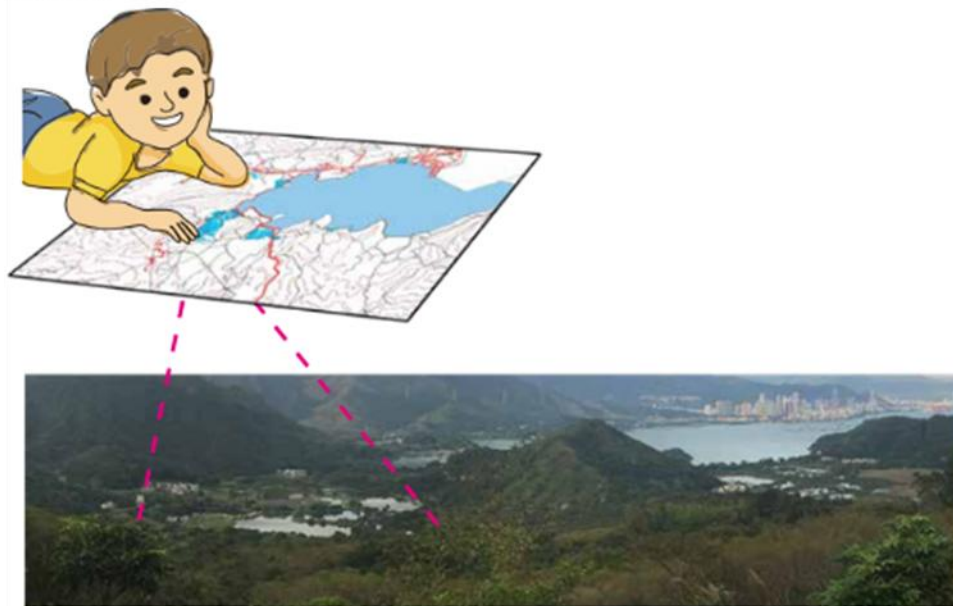
今天，地圖製作是一項很複雜的過程。首先，由測量員運用精密的儀器在空中及地面測量和攝影；然後，由繪圖員把這些資料繪在地圖上。在這些地圖裡，我們可找到等高線、等深線、比例尺、方向標、方格網、符號等等。

地圖閱讀的意義

地圖閱讀的含義，經常被人所忽略。簡單而言之，它是對地圖上資料的認識和了解，從而在實地上應用這些資料。

明白地圖上的資料是地圖閱讀的基本要求，通常這些資料是指符號（圖例）、比例、網格、量度距離等，而透過這些資料推算出實際地面情況是一項十分重要的技能。

公路、建築物及其他人造事物比較容易在地圖上閱讀出來，但要從等高線的分佈去理解實際的山形地勢則需要學習和經驗了。這種技能必須在戶外實地學習，並透過累積經驗才能掌握。



每張地圖的準確程度、可靠性及時間性都有偏差，但我們可運用圖上的簡史如測量日期、覆量日期去衡量該幅地圖的可靠性。

香港政府地政總署測繪處負責本港土地測量、繪製及發售各類本港的地圖。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃 《登山技能》第3版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 遠足

1. 認識戶外活動時常用的地圖種類，明白不同圖例的意義

建議

地圖的種類

地圖種類繁多，例如地形圖、人口分佈圖、氣候分佈圖、海事圖、航空圖、旅遊圖等等。地圖的分類方法很多，例如，按所表示的內容分類、按比例尺分類、按用途使用方法分類等。一般而言，野外活動所使用的地圖有三種：

1. 平面圖：

平面圖是將地面上的事物按鉛垂綫投影到水平面上，用縮小的相似圖形表示其平面位置及其相互關係所測繪的地圖。平面圖將地面的景物表達出來，包括河流、湖泊、公路、鐵路、小徑、城鎮及村落等，事物的詳盡程度與比例有關。多數的道路交通圖都是平面圖。但平面圖沒有地貌形態的信息。



2. 地形圖：

地形圖詳細將山脈、山谷、懸崖、森林、沼澤、河流、湖泊、公路、鐵路、小徑、城鎮及村落等地面上物體，利用特定的符號、地表特徵，並按比例描繪出來。這是登山者通常使用的地圖。在本港 1:20,000 的地形圖資料詳盡，測量準確，且不斷更新，廣受喜愛野外活動人士歡迎。



3. 專題地圖及特用地圖：

這些地圖都是為特別和特殊目的而繪製的，如郊區旅遊地圖、地質圖、航海圖…。郊區旅遊地圖，展示郊區小徑及郊野公園各項設施，方便郊遊人士使用。地質圖展示香港的基岩和表土地質。航海圖主要供在湖泊和大海航行者使用，描繪水下的地形特徵、水深及障礙物。它還記錄了航標位置和潮汐與水流變化。



更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃](#) 《登山技能》第3版

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 遠足

建議

1.認識戶外活動時常用的地圖種類，明白不同圖例的意義

遠足活動常用的地圖：

在香港，登山及露營等戶外活動所用的地圖是「HM20C」組別的地形圖和「郊區地圖」兩種；

1. HM20C 地圖

這組別地圖的比例為 1：20,000，全組合共有 16 張地圖，涵蓋了整個香港特別行政區，其中編號 1 的地圖只列出標題及圖例。地圖以彩色印製，等高線的垂直間距為 20 米。此套地圖適合多種用途；學校多採用為地圖閱讀的教材，童軍及登山人士亦多用作登山及野外定向活動之用。HM20C/2 是本組別之黑白版。

Sheet Index 編號索引					
1	2	3	4	1：(無圖名，印有圖例)	9：東涌
5	6	7	8	2：新田	10：銀鑛灣
				3：上水及粉嶺	11：香港及九龍
				4：吉澳	12：清水灣
				5：青山	13：石壁
				6：元朗	14：長洲
				7：沙田	15：香港南部及南丫島
				8：西貢半島	16：橫瀾島
9	10	11	12		
13	14	15	16		

2. 郊區地圖

郊區地圖項目採用防水環保合成紙印製，這套展示郊區小徑的地圖，共有 5 張，分別以香港島及鄰近島嶼、大嶼山及鄰近島嶼、新界西北部、新界東北及中部和西貢及清水灣為題，為徒步旅行及熱愛大自然的人士提供資料，協助他們往郊外旅遊及尋幽探勝。這套地圖以彩色雙面及摺本形式印製。



名稱	區域
香港島及鄰近島嶼	包括香港島、東龍洲、蒲台及南丫島
大嶼山及鄰近島嶼	包括大嶼山、長洲、坪洲及馬灣
西貢及清水灣	西貢半島
新界東北及中部	包括沙田、城門水塘、大埔、八仙嶺、船灣、吉澳、平洲等地區
新界西北部	包括元朗、屯門、大欖涌、錦田等地區

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃 《登山技能》第3版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

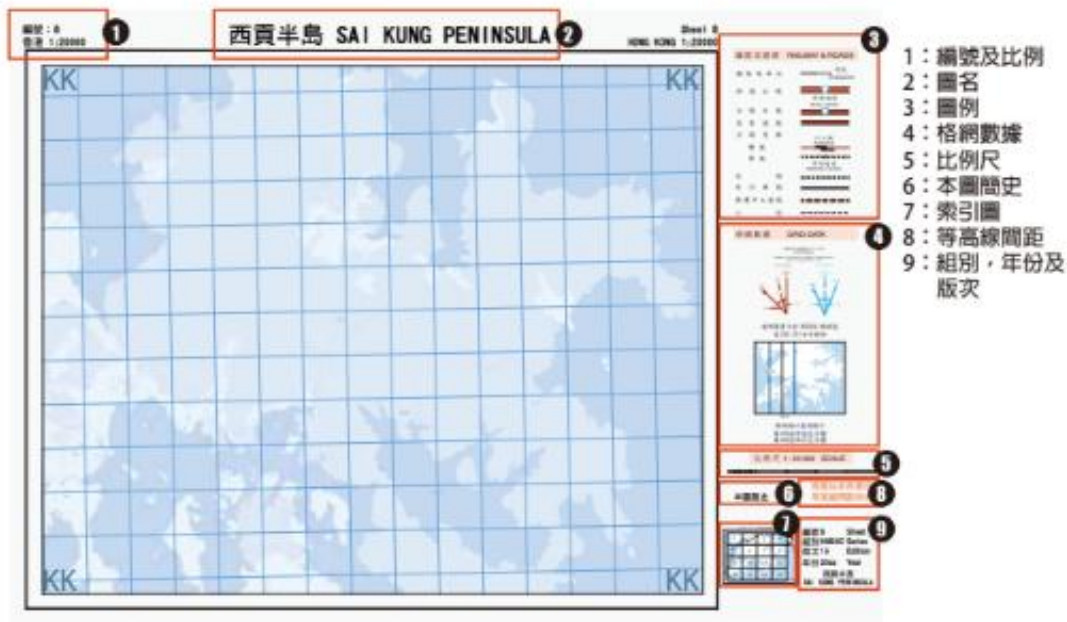
內容 遠足

建議

1. 認識戶外活動時常用的地圖種類，明白不同圖例的意義

圖邊資料 (Marginal Information)

圖邊資料是印在同一系列或組別地圖四邊的資訊和資料。主要是向地圖使用者提供該系列和組別地圖的製作和測繪資料及使用說明。圖邊資料包含地圖組別、地圖名稱、編號、出版日期和歷史、圖例、格網數據、比例尺、地圖文字之書體、採用基準、各種北向關係等等。



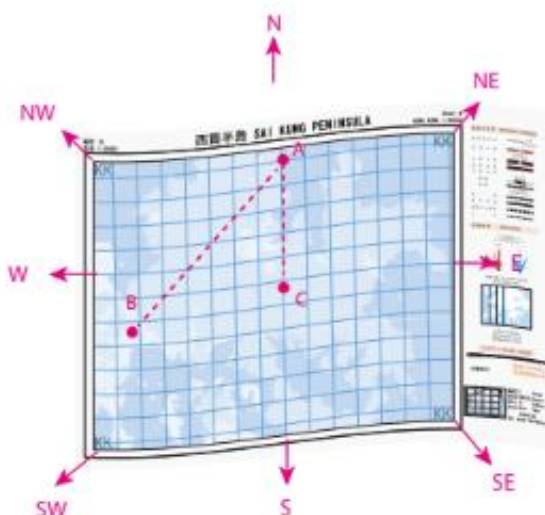
地圖的方向 (圖北)

地圖必須有指示地圖北方的方向，這樣才能幫助使用者正確地校置地圖，保持地圖與實際地上方向一致，從而量度準確的方位。大部分的地圖，圖北在正上方。

例如：

A 點約在 B 點的東北方；

A 點約在 C 點的北方。



更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃 《登山技能》第3版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 遠足

1. 認識戶外活動時常用的地圖種類，明白不同圖例的意義

建議

習用圖例

圖例：

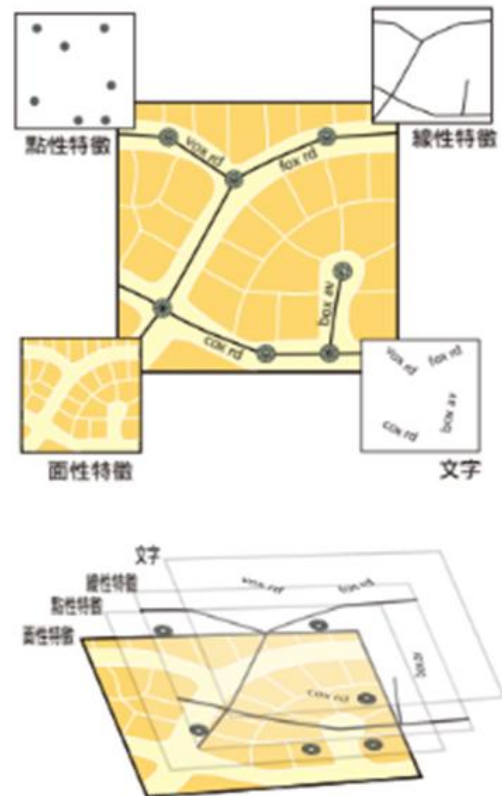
每幅地圖皆有圖邊資料方便使用者查閱，其中較重要的資料是圖例。圖例是將實地上的事物，根據其形狀及特徵，分為線性、點性及面性，利用符號、圖形、顏色繪畫在地圖上，不同地圖會用不同的圖例。

一般而言，用圖例表達的事物分為三大類：

- 人工建設—包括橋樑、城鎮、道路等。
- 天然景物—包括山嶺、海洋、植物等。
- 界線—包括地區界線、國界等。

地圖上各種慣用顏色所表示的事物：

- 藍—有關水的形態，如河流、湖、海等。
- 綠—植物，如樹林、草地、耕地等。
- 啡—有關地的形態，如沙灘、砂地、等高線等。
- 紅—主要公路及其他行車路線等。
- 黑—小路、橋樑、鐵路，架空電纜等。
- 灰—建築物、峭壁、漂石、岩石等。



一張地圖不僅表示地形、地貌，也同時包含了許多其他的資料，例如行政區界線、交通路線、村落、植被等；這些資料通常以符號來代表，在地圖的圖邊有這些符號的說明，而這些符號皆稱為「圖例」。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃 《登山技能》第3版](#)
[地政總署測繪處-習用圖例](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

深資童軍團

第 12 次集會

12

日期：_____年____月____日(星期____)

時間：_____至_____ (____分鐘)

地點：_____

負責領袖：_____

出席領袖：1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

集會主題：深資童軍肩章(二) 童軍技能 – 遠足

1. 參與一個運用指南針及地圖之戶外活動，期間需示範正置地圖及利用指南針找出正確的前進方向

程序

序	分鐘	項目	內容	場地	物資	領袖
1	5	準備	場地及儀式準備	室內	團旗及旗架	
2	5	儀式	團集會儀式	室內	團旗及旗架	
3	60	課程	深資童軍肩章(二) 童軍技能 - 遠足	室內		
			2. 參與一個運用指南針及地圖之戶外活動，期間需示範正置地圖及利用指南針找出正確的前進方向			
4	5	宣布	宣布下次集會事項	室內		
5	5	儀式	團集會儀式	室內		
6	5	收拾	執拾及清潔場地	室內		

課程 深資童軍肩章

內容 遠足

2. 參與一個運用指南針及地圖之戶外活動，期間需示範正置地圖及利用指南針找出正確的前進方向。

建議

領袖參考：[戶外活動安全要則及須知](#)

(一) 要則

1. 遠足及攀山所用的配備，必須齊全。
2. 背囊內應帶備手提電話、足夠乾糧、地圖、指南針及電筒以作不時之需。
3. 必須由富遠足及攀山經驗的人士帶領。
4. 出發前留意天氣情況，特別注意是否有雷暴、溫度驟降或下雨跡象。
5. 參加者應知曉有關行經路徑、時間及難度以作適當配合。
6. 出發前知會有關單位（例如：警署），並預留一份所經路線詳細資料予主辦機構負責人，逾時未返應採取行動。
7. 遇有意外應保持冷靜，商議解決辦法，尤須注意安全問題。如有人受傷，應先救治，然後採取適當行動，通常折回是比較上算。

(二) 個人須知

1. 宜穿著質料良好的短靴或運動鞋，尺碼要適中。
2. 要有合適的帽子，輕質防水外套，品質良好的厚襪，稱身的衫褲。
3. 切勿任意超越或無故墮後，全程應維持固定之步伐。
4. 如感到不支或疲倦，不可勉強從事，應盡早通知組長或領隊。
5. 知曉國際求救信號（哨子聲連吹 6 長響；電筒連閃 6 次長燈號，大聲高呼）及回應信號（同上方式但作 3 響）。每隔 1 分鐘左右，即重覆 1 次。

(三) 領袖須知

1. 事前必須獲得家長及所屬單位同意，並應衡量隊員之體力是否勝任。
2. 適當分組，以 10 人為 1 組最佳，行程之步伐宜以成員中最慢之速度為參考前進。
3. 除領隊外，並要有 1 名有經驗之助手押後，以確保隨後的隊員不致離群、墮後或失散。
4. 助手與領袖應有默契及特定之聯絡方式；一旦有意外，應互相通知及照顧。
5. 帶備應急乾糧、幼尼龍繩、急救藥箱、隊員名單及手提電話，預先查察沿途可作支援的醫院及警署所在。
6. 遇天氣情況變壞，應審慎考慮及盡速作出明確的決定動向，切勿盲目聽信組員，多善用地圖及指南針。
7. 派人求救，最少 2 名成員同行，訊息必須筆錄，以便傳達正確情況。

更多內容
參考資料

[戶外活動安全要則及須知](#)

資料來源：香港童軍總會

課程 深資童軍肩章

內容 遠足
2.參與一個運用指南針及地圖之戶外活動，期間需示範正置地圖及利用指南針找出正確的前進方向。

建議

活動籌劃：[童軍技能評審計劃 《登山技能》第3版](#)

遠足路線參考：[山嶺童行 x 山徑清源](#)

路線篩選工具

	RouteID	Route Name	Level	Length (KM) ▲
6	1	龍脊	1	5
7	18	山頂	1	5
8	22	金山	1	5
9	6	鳳凰山	4	5.5
10	31	藍地水塘	2	5.7
11	13	南生圍	1	6
12	32	大嶼門	2	6.5
13	9	釣魚翁	4	6.6
14	2	柏架山	1	7
15	11	上窩郊遊徑	1	7.5
16	5	太東山	4	8
17	8	蚺蛇尖	5	8

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃 《登山技能》第3版](#)、[山嶺童行 x 山徑清源](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署、香港童軍總會青少年活動署

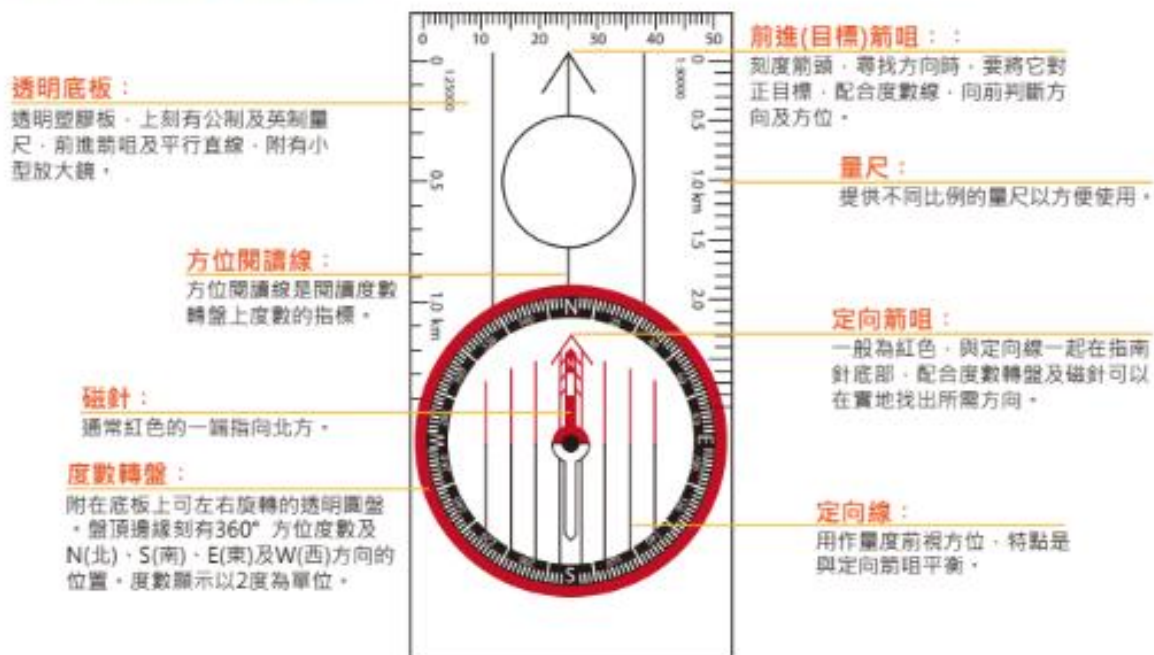
課程 深資童軍肩章

內容 遠足

2.參與一個運用指南針及地圖之戶外活動，期間需示範正置地圖及利用指南針找出正確的前進方向。

建議

底板式指南針的結構介紹



指南針的保養

- 存放和使用時應保持水平，使磁針能自由轉動；
- 避免碰撞；
- 切勿接近鐵器、電器和有磁性的物件，如：刀具、手提電話、智能手錶、磁石等；
- 切勿將指南針暴露於極端溫度；
- 用後應以清水及溫和肥皂清潔。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃 《登山技能》第3版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 遠足

2.參與一個運用指南針及地圖之戶外活動，期間需示範正置地圖及利用指南針找出正確的前進方向。

建議

地圖及指南針運用

校正地圖 (Setting or Orientating the Map)

校正地圖是把地圖根據實地情況擺放，方便閱讀和確定自己所處的位置和其他地方的方位。

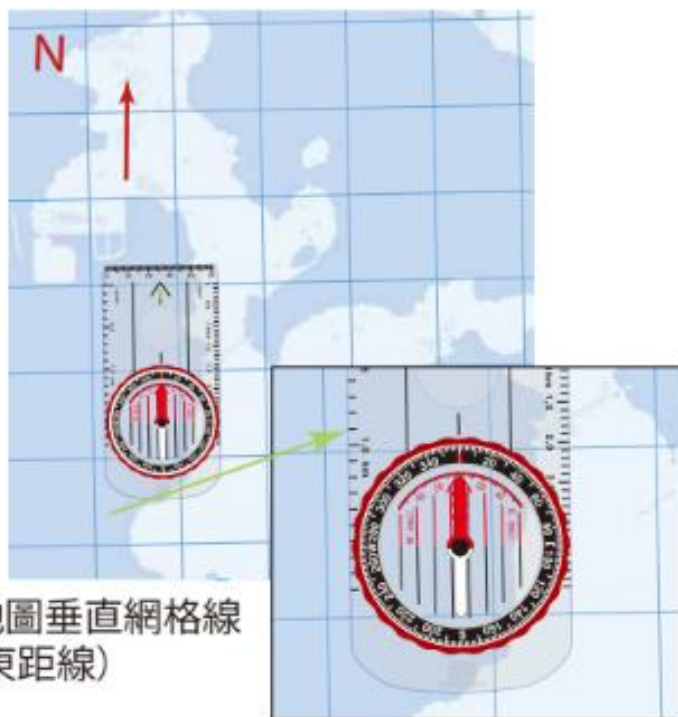
■ 利用地形校正地圖

根據地貌校定－觀察週圍環境，如道路、小徑、山形、山脊及河流等地貌，印證地圖，將地圖轉動至與實際地貌配合，此時地圖已校正好了。



■ 利用指南針確定實地方位

校定方法－將指南針的定向箭嘴與目標（前進）箭嘴校成一直線，並置於地圖上，再將指南針的定向線與地圖垂直網格線（東距線）平行放置。轉動地圖，使指南針兩旁的定向線與地圖東距線同一指向，地圖便與實地方位相配合。



地圖垂直網格線
(東距線)

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃 《登山技能》第3版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 遠足

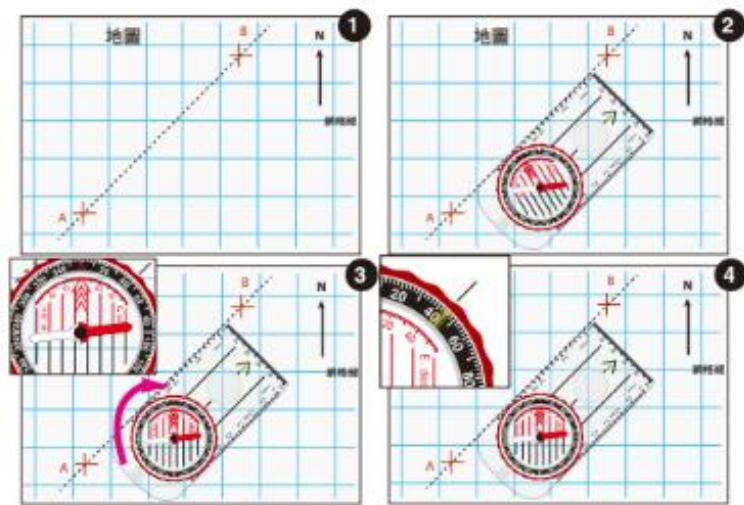
2.參與一個運用指南針及地圖之戶外活動，期間需示範正置地圖及利用指南針找出正確的前進方向。

建議

在地圖上量度方位 (Map Bearing)

在地圖上量度方位可以用量角器或底板式指南針，目的是要找出目標點與觀測者之位置角度。現假設觀測者位於 A 點，測量 B 點的方位，方法如下：

1. 將 A、B 兩點連成一直線；
2. 將指南針底板的邊線緊貼 A B 線（即前進箭咀指向目標點，使箭嘴與底板邊線平行）（Start to End）；
3. 轉動度數盤，使定向箭嘴與垂直網格線（東距線）向北平行（不需理會磁針）（North to North）；



4. 讀出在方位閱讀線上所示的度數，便是 A 點至 B 點的方位，亦即 A 點至 B 點的前視方位 (Forward Bearing)；
5. 由 B 點返回 A 點的方位，稱為後視方位 (Back Bearing)。



觀看示範

在地圖上量度方位

用指南針校定方位向目標點前進

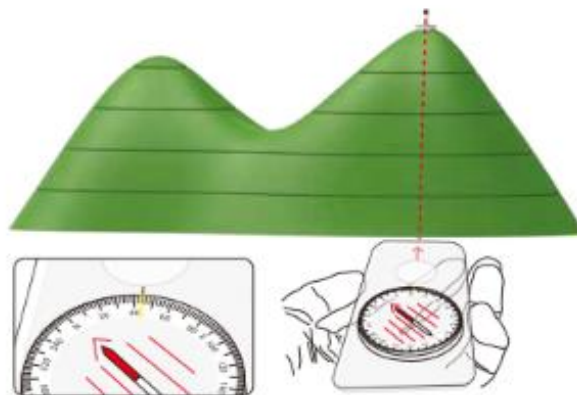
在地圖上量度出目標點的前視方位後，可利用指南針找出實地目標點的方位，然後依方位前進，方法如下：

在地圖上量度目標點的前視方位 (Forward Bearing)；

保持方位閱讀線上目標點之度數，或將目標點方位度數調校於閱讀線上；

轉動整個指南針 (不用轉動轉盤)，使磁針與定向箭嘴重疊及同時北向 (Red to Red)；

依前進箭咀之方位前進。



更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃 《登山技能》第3版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 遠足

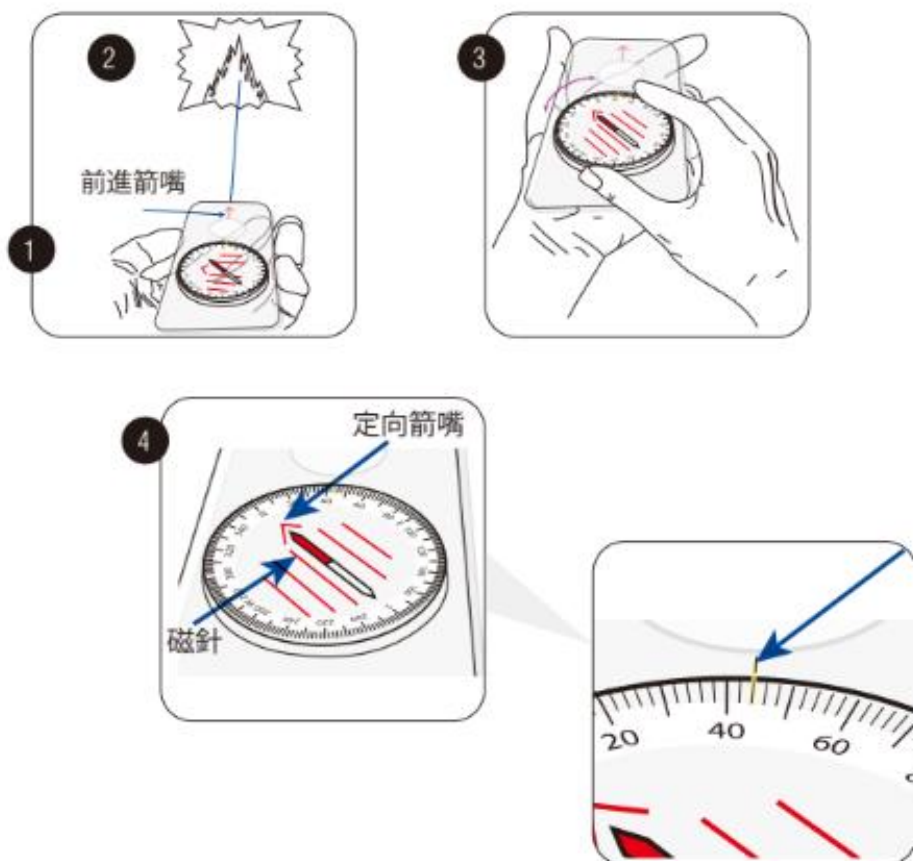
2.參與一個運用指南針及地圖之戶外活動，期間需示範正置地圖及利用指南針找出正確的前進方向。

建議

實地測量方位 (Field Bearing)

當我們要在實地測度目標的方位時，便需用指南針，方法如下：

1. 將指南針平放於手掌上；
2. 將前進箭嘴指向目標點，並與自己成一直線；
3. 轉動度數轉盤使定向箭嘴跟磁針重疊而同向；
4. 在方位閱讀線上所示的度數，即為目標點方位。



觀看示範

在實地測量方位

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《登山技能》第3版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

深資童軍團

第 13 次集會

13

日期：_____年____月____日(星期____)

時間：_____至_____ (____分鐘)

地點：_____

負責領袖：_____

出席領袖：1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

集會主題：深資童軍肩章(二) 童軍技能 - 繩結

1. 示範下列繩結並說出其用途：

平結、接繩結、八字結、雙套結、稱人結、繫木結

程序

序	分鐘	項目	內容	場地	物資	領袖
1	5	準備	場地及儀式準備	室內	團旗及旗架	
2	5	儀式	團集會儀式	室內	團旗及旗架	
3	60	課程	深資童軍肩章(二) 童軍技能 - 繩結	室內		
			示範下列繩結並說出其用途			
			平結、接繩結、八字結 雙套結、稱人結、繫木結		童軍技能評審計劃 《繩結》	
4	5	宣布	宣布下次集會事項	室內		
5	5	儀式	團集會儀式	室內		
6	5	收拾	執拾及清潔場地	室內		

課程 深資童軍肩章

內容 繩結

示範下列繩結並說出其用途：平結、接繩結、八字結、雙套結、稱人結、繫木結

建議

平結

Reef Knot

別名：

一字結

縮帆結 (Reef Knot)

四方結 (Square Knot 簡稱「方結」)



簡介

平結是一個古老和基本的繩結，原本用來綁緊收摺起的船帆，以便在需要時，易於鬆解。古代海員稱之為「縮帆結 (Reef Knot)」，後來由於其形狀四平八穩，故又稱之為「四方結」或簡稱「方結 (Square Knot)」，而童軍則一直都稱之為「平結」，此一譯名便因而被廣泛地使用起來。平結實際上是由兩個半結組成，簡潔對稱，打法容易。

用途

平結有很多用途，如綁鞋帶、繃帶和打包裹時用來結尾。平結之所以能用來打鞋帶，綁包裹和繃帶，主要是因為在結好的平結之下，如有實物的支撐，便顯現其美觀外形，平伏和整齊，而且繩索本身也不再受到外來拉扯力量的影響。

學習打平結的口訣是

「左搭右，繞一圈；右搭左，繞一圈」。

即將左手的繩頭搭在右手的繩頭上，順勢繞一圈；而原來在左手的繩頭便成為右手面的繩頭。再用來搭在現時左手面的另一個繩頭上，再順勢繞一圈，同時拉緊繩頭便成。

步驟



1. 將兩繩交叉搭在一起，兩個繩頭相對。將左手的繩頭搭在右手繩頭上，繞右繩身一圈。



2. 再將右手面繩頭（即原左繩繩頭），搭在左繩繩頭（即原右繩繩頭）之上。繼續將右繩繩頭繞左繩一圈。



3. 拉緊兩繩條便完成。



4. 解開繩結方法：
只要將同方向的繩頭與繩身向外拉成一直線（如上圖箭咀方向），再將繩身向外拉出，兩繩即可脫離。

附註

我們常用平結來連接兩條相同粗幼和質料的繩索，但該結並不能抵受強大的拉扯力。一旦受力，它便會變形或滑脫。所以我們絕不應用品結去接駁繩索。結好的平結平放時，兩個繩頭都是同時在上方，或下方，或在同一線上。

如果將平結錯打成「左搭右，繞一圈；左搭右，繞一圈」便成死結或十字結 (Granny Knot)。而當繩頭分別在上下方向則成為賊結 (Thief Knot)。十字結和賊結只用來作為防盜記號（測知繩結是否曾被他人解開過），並沒有實際用途。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《繩結》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 繩結

示範下列繩結並說出其用途：平結、接繩結、八字結、雙套結、稱人結、繫木結

建議

接繩結

Sheet Bend



用途

用來接駁兩條粗幼相同或不同的繩索。

步驟

1. 將要接駁的兩條繩索，分開左右兩邊放置。在左邊繩索打一個開口繩耳；右手拿着右繩繩頭，由下向上穿入繩耳。



2. 將繩頭從下繞過左繩繩耳，即放在繩耳下面。



3. 將右手繩頭翻過來橫過繩耳，穿入其本身的繩身下面，最後拉出繩頭。



4. 將左手繩耳及右手的繩頭和繩身拉緊，使繩結緊合。



附註

此結並不完全可靠。當交替用力抽拉和放鬆時，繩結或會鬆散。當不斷用力拉時，繩結又會愈拉愈緊，很難解開。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《繩結》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 繩結

示範下列繩結並說出其用途：平結、接繩結、八字結、雙套結、稱人結、繫木結

建議

8字結

Figure-of-eight Knot



簡介

此結的名稱，是因其外形與阿拉伯數字「8」的形狀相似而來。由於繩結的外形美觀，中世紀時，有人稱之為「愛情結」，代表愛和恆久的友情，亦有人將之作為宗譜圖案。

用途

作為臨時繩端結，也可用來防止繩尾從滑輪中滑出，或將繩索固定在阻擋物上。

步驟

先做一個繩眼，可以打出來或直接在打結處扭出來，以下分別介紹：

1. 在接近繩尾處，做一個繩眼。
(或在打結位置扭一個繩圈，做成一個繩眼亦可。)



2. 將繩頭繞過主繩。
(又或將之前的繩圈再扭多半個圈)



3. 再將繩頭穿進繩眼中去。



4. 此步驟已形成「8」字對稱圖案，最後拉緊繩索和繩頭。



5. 繩結完成。



更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《繩結》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 繩結

示範下列繩結並說出其用途：平結、接繩結、八字結、雙套結、稱人結、繫木結

建議

雙套結

Clove Hitch



簡介

雙套結是一個用途廣泛和常用的繩結之一。使用時，能夠緊緊繫物體；還原時，亦很容易將繩解除。雙套結有很多花巧的結法，利用不同的結法施教，不但增加學習的興趣，亦激發學習的意慾。

用途

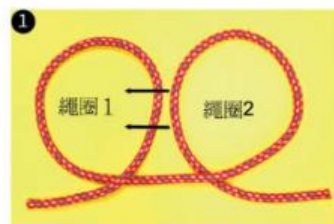
主要是將繩索綁在圓柱或管狀物體上。由於它很易鬆滑，所以多用作臨時綁紮，或作為其他編結的開始。有時為防止其滑動，打結者會用其繩端在本身主繩上打多一個半結。

這裡介紹兩種基本結法：徒手打結和在圓柱上打結。

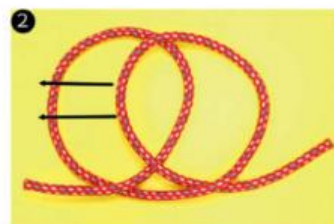
步驟

方法一 徒手打雙套結

1. 隨手做一個正手繩圈1，接着在旁邊再打另一個反手繩圈2。



2. 將繩圈2平衡橫放在繩圈1上，使兩個繩圈上下重疊（如下圖3）。



3. 最後將兩個繩圈一同套入柱狀物件，收緊繩圈並整理形成雙套結。



更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《繩結》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 繩結

示範下列繩結並說出其用途：平結、接繩結、八字結、雙套結、稱人結、繫木結

建議

稱人結

Bowline

別名：
拉帆結
單套結



簡介

如果以原先的用途和形狀來命名，稱人結應叫做「拉帆結」或「單套結」。以前童軍在緊急搶救的情況下，用此繩結「稱」起被救者，因而得名。時至今日，所使用的名稱便源於童軍多年來慣用的叫法。

在教導童軍學習此繩結時，童軍領袖可以用故事描述打稱人結的步驟，幫助童軍牢記：「一隻小白兔（活動的繩頭）從兔窟走出來（從下向上穿過繩身上的繩環），繞過樹幹（從後繞過繩身），再回到兔窟去（將繩頭再穿進繩環）。」

用途

稱人結是一個古老而用途多的繩結。最初是海員用來把張開的帆篷綁緊在船身上以穩定帆篷。後來因為繩結穩固、不易鬆脫和不滑動（走位），遇壓和拉扯時也不會過份緊合的特性，亦漸漸地被用作其他用途，例如：接駁繩結、打包裹、做套圈等。

步驟

1. 在繩身交叉打一個小繩圈，近繩頭那方搭在繩身上，把繩頭從下向上穿進繩圈內。



2. 將繩頭繞繩身後一圈，穿回之前的小繩圈中。



3. 收緊繩結，做一個大套圈。



附註

利用此繩結凌空拉起一個人，是不可靠和不安全的。除非處於非常危急，且環境或時間都不許可採用其他方法，否則應使用其他較安全的方法和穩固的繩結去救人，例如：繩耳稱人結或消防椅結等。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《繩結》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 繩結

示範下列繩結並說出其用途：平結、接繩結、八字結、雙套結、稱人結、繫木結

建議

繫木結

Round Turn & Two Half Hitches

別名：
營釘結



簡介

因童軍常用此結將營繩綁在營釘上，故又稱為「營釘結」。繫木結是由一個繩圈和兩個半結所組成，用來固定拉索的長度。此結具有迅速鬆解、調節和結紮的優點。

用途

將綁緊在圓柱或圓環上的拉索（如營繩），繫綁在營釘或尖樁上，以固定營帳或桿柱的直立位置。

步驟



1. 將繩身繞過所綁物件兩圈。



2. 將繩頭從搭在繩身前面，打一個半結。



3. 接着再將繩頭搭在繩身前面，再打一個半結。



4. 收緊繩結兩個半結。



5. 完成。

附註

在打繫木結時，兩個半結必需貼近營釘，以防止繩索滑動，而失去安全固定的作用。打法與漁人索看來相似，但實際是不同的，漁人索是將繩索的工作端穿過繞在圓柱的繞圈，但繫木結是不穿過的。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《繩結》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

深資童軍團 第 14 次集會

14

日期：_____年____月____日 (星期____)

時間：_____至_____ (____分鐘)

地點：_____

負責領袖：_____

出席領袖：1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

集會主題：深資童軍肩章(二) 童軍技能 - 繩結

1. 示範下列繩結並說出其用途：

四方編結、十字編結及八字編結

程序

序	分鐘	項目	內容	場地	物資	領袖
1	5	準備	場地及儀式準備	室內	團旗及旗架	
2	5	儀式	團集會儀式	室內	團旗及旗架	
3	60	課程	深資童軍肩章(二) 童軍技能 - 繩結	室內		
			示範下列繩結並說出其用途			
			四方編結、十字編結及八字編結		童軍技能評審計劃 《繩結》	
4	5	宣布	宣布下次集會事項	室內		
5	5	儀式	團集會儀式	室內		
6	5	收拾	執拾及清潔場地	室內		

課程 深資童軍肩章

內容 繩結

建議

示範下列繩結並說出其用途：四方編結、十字編結及八字編結

四方編結

Square Lashing



簡介

四方編結是用來紮緊橫直兩根棍子的繩結。一般情況下，兩根棍子成十字架形，但有時彼此相交的角度會因應環境變化，不一定是90度的。多數情況下，垂直的棍子較為受力，但也有例外，打結時須觀察實際環境，看究竟是哪一根棍子是最受力的。因為編結一開始所用的雙套結就是打在最受力的棍子上，而結尾則收在另一根棍子上。如有需要，可以用硬實的物件作為楔子，楔進編結與棍子之間的空位，以減少棍子可移動的空間，從而使編結更牢固地抓緊棍子。

用途

此編結多用作支撐架，將一根同地面垂直的棍子和另一根橫向的棍子結合起來。

步驟

1. 選定橫棍放置的位置，在直棍上靠近橫棍下方打一個雙套結作起結。繩頭預留長度以8-12厘米為宜（視乎繩索的粗幼而定），以便將繩頭與繩身扭在一起繞繩圈。將橫棍放置在雙套結上方，用纏繞着繩頭的繩索搭着橫棍右上方，從後橫過直棍回到橫棍的左邊（如圖2）。



更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《繩結》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

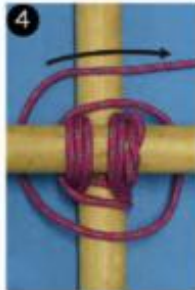
課程 深資童軍肩章

內容 繩結

建議

示範下列繩結並說出其用途：四方編結、十字編結及八字編結

2. 將繩索從後面橫過直棍下方，回到剛才的起點處，此為一圈。繞圈時用力拉緊繩索，如是者繞橫直兩棍2-3圈（如圖4）。繩圈排列整齊，按“橫外直內”或“橫內直外”的準則排列。具體做法是：如果每次都將新繩圈排列在橫棍的最內側，那麼繩索就要經直棍的最外側走，回到橫棍的最內側；反過來，也可將新繩圈放置在橫棍繩圈的最外側和直棍的最內側。注意：同一個結要用同一個繞圈準則。



3. 當繩索再次回到起點處時，繞直棍半圈（如圖4），之後用力在兩棍中間繞2-3個勒緊繩圈，繩圈之間不能互疊，目的是勒緊兩棍之間的空隙，使繩結更牢固。



4. 繼續將繩索帶到橫棍上（任何一邊也可）（如圖5），在橫棍上打雙套結收尾，防止編結鬆散（如圖6）。如繩尾過長可繼續在橫棍繞上整齊的繩圈，最後再打雙套結或半結作結束（如圖7-8）。如繩尾非常長，可先在橫棍打一雙套結，然後用縮繩結縮短繩尾至適當長度，再繞網在橫棍上，接着打雙套結收尾。



更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《繩結》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 繩結

建議

示範下列繩結並說出其用途：四方編結、十字編結及八字編結

十字編結

Diagonal Lashing

別名：
十字結



簡介

這個編結是將兩根交疊的棍子綁在一起，避免它們分離，以增強結構的穩固性。打此結時不需理會兩棍交疊的角度。

用途

將兩根交疊的棍子結合在一起，增強結構的穩固性。

步驟

1. 將兩棍交叉相疊，用繩的一端在交疊位置打一個曳木結索緊兩棍。再依曳木結走向，用繩索繞交疊處3圈，所繞繩圈必須併排整齊及拉緊；最後繩索經下方的棍子繞上來，圖2目的是為接下來將繩的繞圈方向轉為垂直地搭在之前的繩圈之上作準備。



更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《繩結》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 繩結

建議

示範下列繩結並說出其用途：四方編結、十字編結及八字編結

2. 轉變了方向的繩索再垂直地繞交疊處3圈（如圖3），繩圈同樣要併排整齊及拉緊。然後，繩索在兩棍中間繞圈勒網，目的是收緊兩棍及之前所繞繩圈的空隙（如圖4）。



3. 在收緊中間繩圈時，每繞一圈必須拉緊一次，使橫繞和直繞的繩圈盡量收緊（如圖5）。然後，在其中一根棍上連續打兩個半結，做成一個雙套結結尾（如圖6）。



4. 將繩尾整理並收藏好，如繩尾過長可在雙套結後繼續繞圈，或用縮繩結縮短繩索長度，最後在棍上再打多一個雙套結或半結結尾。



附註

表面看來，它的功能和四方編結相似。但不同之處在於細紮的棍子是否用來支撐或輔助支撐起整個工程結構。當要用其中一根棍子作支撐用途，或用來做承托時，就要打四方編結了。如只是將兩根棍子綁在一起，或防止彼此間移動，則可用十字編結。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《繩結》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 繩結

建議

示範下列繩結並說出其用途：四方編結、十字編結及八字編結

8字編結

Figure-of-eight Lashing

簡介

這是將三根棍子做成三腳架的方法之一，名稱表示了它的編結方法，結法既簡單又易學，而另外一種結法就是三腳架編結。

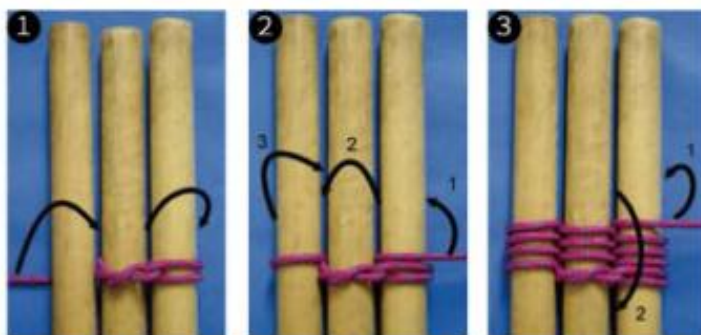
用途

紮三腳架



步驟

1. 將三根棍子並排放地上，棍的末端在同一平面上；在第一根棍子上打雙套結，繩頭扭麻花般繞在繩身上（如圖1）。一同搭住中間棍子，之後從後包圍第三根棍子（如圖2），再繞到第三根棍子的前面，再經第二根棍子背後，回到第一根棍子前面（如圖3），此為一個循環。



更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《繩結》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

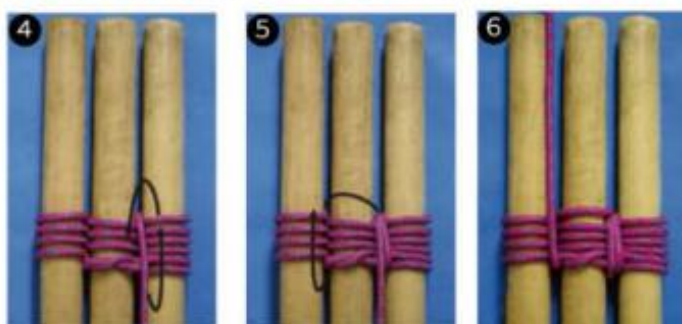
內容 繩結

建議

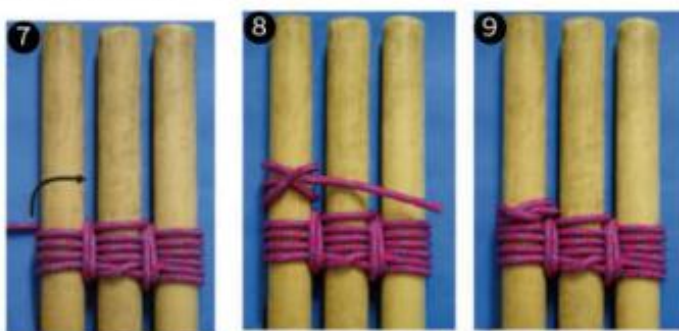
示範下列繩結並說出其用途：四方編結、十字編結及八字編結

如上所述，繩索就如數字「8」形狀那樣在棍與棍之間來回繞圈，繩圈的排列次序向上，一般繞5或7個繩圈，以繩索回到起結的棍子上為1圈，每次繞圈時都要拉緊繩索和排列整齊。

2. 完成繞圈後，繩索回到第一根棍子上並繞棍子1圈，在第一和第二根棍子中間穿出來，垂直地搭在繩圈上（如圖4），再繞2圈（如圖5-6）。目的是將之前橫繞的繩圈收緊，增加結構的穩固性，但不要拉得過緊以至影響三腳架的開啟。



3. 當首兩根棍子的間隙被勒緊後，繩索由近棍頂上方橫過第二根棍子來到第二與第三根棍子的間隙上面（如圖6-7），同樣地垂直繞2圈，繩尾最後走到第三根棍子的頂部打雙套結收尾（如圖8），將多餘的繩頭收藏好（如圖9）。



附註

當三腳架打開後，每一根棍子依次地靠在另一棍子上，即第一根棍子靠着第二根，而第二根靠着第三根，第三根又靠着第一根棍子。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《繩結》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

深資童軍團

第 15 次集會

15

日期：_____年____月____日 (星期____)

時間：_____至_____ (____分鐘)

地點：_____

負責領袖：_____

出席領袖：1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

集會主題：深資童軍肩章(二) 童軍技能 - 露營

2. 準備一份適合兩日一夜小隊露營的個人及小隊物資清單

6. 設計一個兩日一夜小隊露營的食譜及單獨烹調其中一款菜式

程序

序	分鐘	項目	內容	場地	物資	領袖
1	5	準備	場地及儀式準備	室內	團旗及旗架	
2	5	儀式	團集會儀式	室內	團旗及旗架	
3	60	課程	深資童軍肩章(二) 童軍技能 - 露營	室內		
			2. 準備一份適合兩日一夜小隊露營的個人及小隊物資清單		童軍技能評審計劃 《露營技能》	
			6. 設計一個兩日一夜小隊露營的食譜及單獨烹調其中一款菜式			
4	5	宣布	宣布下次集會事項	室內		
5	5	儀式	團集會儀式	室內		
6	5	收拾	執拾及清潔場地	室內		

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議

2. 準備一份適合兩日一夜小隊露營的個人及小隊物資清單

「在家千日好，出外半朝難」

俗語說：「在家千日好，出外半朝難。」因為家中有齊日常生活所需的東西、用品、工具和食物，去應付各種需要；就算有甚麼遺漏，也可以即時到附近購買。但當在野外走動時，如果忘記或漏帶了一些東西，除了諸多不便外，還會帶來許多麻煩，甚至危險。

露營活動是在山野地方或遠離市區地方舉行，往往在乘坐交通工具後，仍要徒步一段路程，才能到達目的地。由於補給困難，所以要帶備營期內所需的物品，去應付起居生活的需要。露營者更要懂得利用背囊（又稱背包），收拾和攜帶物品。背着背囊走路，比較舒服，且可騰空雙手去做其他工作。

露營活動需要攜帶的物品，視乎季節、營期長短、露營地區、目的和性質、附近的環境和設施、個人喜好、參加人數等等因素而定。

三季露營裝備

在不同季節和不同地方露營，基本需要的物品，大致相同，但在寒冷季節和在高山地區露營，就要帶備適當的禦寒衣物和裝備。夏天天氣炎熱，只需輕便衣服、雨具和薄薄的風衣，便可應付天氣的變化；但在冬天或在高山露營，就要帶備禦寒的裝備了。一般而言，露營用品和裝備以適用季節的數目來劃分。

- 一季裝備：只適合和暖季節（春天和夏天）或在熱帶地方露營的裝備。
- 兩季裝備：適合和暖至寒涼季節（秋、冬季節）或春夏季節在山地露營的裝備。
- 三季裝備：適合嚴寒季節（在寒冬季節，在深山、雪地或緯度高的地方露營）的裝備。

在山區，太陽落山後，寒涼山風驟然而起，氣溫因而迅速下降，需備有足夠的禦寒物品，才可應付。同時，不論季節，在山野和高山地區，日間和夜間的天氣差異和轉變很大，切勿掉以輕心。

攜帶物品的基本原則

露營前，要有預先思考和計劃攜帶甚麼物品。攜帶過量和不適用的物品，只會增加負荷。裝備不足或攜帶不適用的物品，影響工作效能，或無法做要做的事。在選擇要帶那些物品去露營時，可以用下面幾個問題問問自己，然後決定取捨：

1. 物品有何用途？在營期中會否有需要或有機會用到該件物品？
2. 物品是否實用和耐用，不易破爛和損壞？
3. 物品的體積是否過大？是否不方便收藏和攜帶？是否有體積較小的物品可以替代？
4. 攜帶的數量是否適中和夠用？
5. 物品是如何操作？它的性能是否良好？它是否符合安全標準？

換句話說，攜帶的露營物品，必須符合下列的條件：

1. 實用－只帶沿途和在營地上需要使用或備用的物品，不帶無必要的物品。
2. 輕便－物品以簡便和輕巧為主，以減輕負荷。
3. 體積小－方便收藏及攜帶，增加背包的空間，擺放其他物品。
4. 耐用－物品的品質及性能良好，長時間使用後，也不會減低原先的效能。
5. 容易操作－操作簡易和使用方便。出發前，應先行熟習物品的操作方法和安全措施，檢查各項所需配件及補充足夠消耗品（燃料）。
6. 不易破損－物品不易破裂和損壞，倘若在旅途中受到碰撞和擠壓，也不會損破。如必須攜帶易碎或易爛的物品，就要用其他物品適當地包裹和保護。
7. 防水防潮－可以用防水的膠袋或物料包好，防止受雨水弄濕。
8. 適當數量－勿帶過量的物品，以減輕背包的重量。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議

2. 準備一份適合兩日一夜小隊露營的個人及小隊物資清單

個人用品及全隊裝備清單

下面列出全季度所需的露營物品和裝備，以供參考。大家可以根據露營的季節、地區、活動性質、自己的喜好和需要等因素，去決定增添和減少攜帶物品的項目和數量。

類別	用品名稱	用途及功能	用品分類		
			個人	共用	團體
衣著	太陽帽	阻擋陽光、防曬及防紫外線。	✓		
	太陽眼鏡	保護眼睛，減低陽光及紫外線進入眼睛。	✓		
	頸巾／圍巾	保護頸部，阻擋寒風吹進胸膛。	✓		
	制服及或營服	全體一致的服裝，彰顯團隊精神。	✓		
	外衣（風褸）	防風、擋雨、阻隔冷空氣及保溫。	✓		
	上衣	保護身體。以柔軟、舒服及防皺為主。以用吸汗、散熱及快乾布料製造者為佳。	✓		
	長褲	適體剪裁，方便活動。以用柔軟、耐磨、快乾布料為佳。在寒冷地方露營時，要有保溫效能。	✓		
	短褲	舒適和輕便休閒服裝，方便在營地活動時穿著。	✓		
	內衣褲／替換衣物	衛生衣服。	✓		
	禦寒衣物	保溫和保暖。抵抗寒冷天氣。	✓		
	雨衣（能阻擋大風大雨的外套或斗篷）	防止雨點弄濕裏面的衣服，以免身體着涼。	✓		
	手套	在營地工作時，保護雙手。在寒冷天氣時，保持雙手溫暖。	✓		
	睡眠衣著	舒適輕便為主，有助入睡。	✓		
	泳衣／泳褲	從事水上活動時穿著。或在缺乏沐浴設施的地方，沐浴時使用。	✓		
	野外活動鞋	保護雙足，方便在郊野地面走動。	✓		
食	休閒鞋／涼鞋	輕便和舒適鞋具，方便在營地走動。	✓		
	襪子	保護雙足。	✓		
	水壺	盛載食水，隨身攜帶使用。	✓		
	個人食具（筷子、叉、匙和餐刀）	進食用具。	✓		
	爐具及燃料（包括用來預熱氣化液體燃料爐的酒精或固體／膏狀燃料）	用來烹煮食物。使用前要清楚爐具的性能和操作方法，免生意外。在出發和使用前，細心檢查爐具的性能和燃料存量，確保爐具可以正常操作；使用後亦要確定已關閉氣掣和燃料罐的蓋子。在轉換燃料罐時，要先熄滅火種和在遠離高熱的地方進行。		✓	
	炊具（飯煲、湯鍋連蓋，平底鑊等）	烹調食物。		✓	
	碟、杯、碗	盛載食物和流質物品。		✓	
	生火用品（打火機／火柴）	用來打火燃點爐灶。火柴或打火機，要用膠袋包好，以防受潮。		✓	
	菜刀	用來切肉、切菜和割切其他食物。		✓	
	砧板	割切食物時的墊子，多以輕身的硬膠製造。		✓	
	鑊鏟及湯勺	用來在鍋中或煎鑊上翻動食物。		✓	
	調味品容器	盛載調味品。		✓	
	食物紗網	擺放食物，保存食物新鮮和衛生。		✓	
	水袋	盛載食水，方便前往水源取水及帶回營地。		✓	
	垃圾袋	盛載廢棄或要拋掉的物品。		✓	
	清潔用品（洗潔精、碗布）	清潔食具、炊具和其他營地用品。		✓	

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議

2. 準備一份適合兩日一夜小隊露營的個人及小隊物資清單

類別	用品名稱	用途及功能	用品分類		
			個人	共用	團體
住	睡袋	睡眠時保持身體溫度，增進睡眠的質素。	✓		
	地蓆	遮蓋營帳內的地面，阻隔地下的泥沙、草屑和濕氣。		✓	
	睡墊	減少地面凹凸不平的影響，阻隔地下的寒氣，增強保暖的效能。	✓		
	枕頭或代用品	在睡眠時，用來墊高頭部。	✓		
	梳洗及沐浴用品	包括面布、浴巾、肥皂、梳子、髮品、美容護膚用品、剃鬚用品，並用袋子袋好。	✓		
	營帳／營幕	用來過夜度宿，抵擋外面的寒冷空氣、雨水和濕氣，保持營內的溫度。以耐磨、抗撕裂、防風及防水物料製造。如配備外帳“fly sheet”和透氣防蚊紗者更佳。		✓	
	天幕	掛在樹上的大幅膠布／尼龍布，或是用桿柱架起四面無牆壁的帳篷，用來遮擋陽光和雨水，提供舒暢的環境，進行活動和工作。		✓	
	營地紮作物品	用來製造營地各項紮作的物品，包括繩索、竹枝、木板、營釘等等。		✓	✓
	營地建設物品	用來建設營地上各項構築物的物品和工具。包括竹、棍、繩索、繩釘、鏈子、鏈……等等。		✓	✓
	營燈	營區的照明工具。讓營友和其他人士可以在光線不足的地方，仍可看到附近的東西。		✓	
	個人藥物	個人常用的藥物。	✓		
行	藥囊及救傷用品	放置基本救傷物品。以備不時之需。藥囊以輕便、防水為佳。	✓	✓	
	背囊／背包	用來放置個人的露營裝備和物品，放在兩個肩膀上，方便行動。	✓		
	防雨背囊套	用來把背囊包裹起來，防止雨水弄濕背囊和其內的物品。	✓		
	地圖	提供地理資料和資訊，確定各項活動的位置和地形地勢。地圖需用防水透明膠袋保護，方便攜帶、使用及清潔。	✓	✓	
	指南針	找尋方位，確定方向和位置。	✓		
	全球定位系統接收器	精細的顯示方位、地理和地勢資料的儀器。能夠準確地確定所在位置、行程路線，方便策劃在營地附近的活動，如遠足或短途旅行。	✓	✓	
	通訊器材（對講機）	與其他營友和工作人員聯絡和溝通。		✓	
	照相機及附屬物品（記憶咭、後備電池）	拍下照片，留作紀念或紀錄。		✓	
	摺刀	多用途的摺刀，以應付營地上不同工作的需要。	✓		
	電筒	在黑暗時照明用，亦可用來傳遞信息。	✓		
	手提電話	個人通訊用。	✓		
其他	哨子	用來呼喚、召集或求救，引起他人注意。	✓		
	手錶	知道時間。	✓		
	筆及筆記簿	方便抄錄和記下資料資訊。所用的筆應能在不同表面上書寫，包括潮濕的紙張。	✓		
	遊戲用品	視乎節目和需要而定。			✓
	活動用品	視乎節目和需要而定。			✓
	工作用品	視乎工作需要而定。			✓

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議 6. 設計一個兩日一夜小隊露營的食譜及單獨烹調其中一款菜式

策劃露營膳食的原則

在計劃野外露營的膳食時，要考慮下列各點：

1. 煮食的安排 – 一般的露營活動以小隊為單位。膳食由小隊自己計劃、編排和烹調。但有些大型露營活動會採取中央採購和分配形式；由負責領袖編排和購買食物，然後分派給各小隊煮食。當然亦可以中央煮食，集中由專人烹調，不用個別小隊勞心；煮好後，便分配給每位營友進食。
2. 營友的口味和習慣 – 要關注個別和組羣營友的種族、文化和宗教等背景，彼等的生活及飲食習慣。在準備食物時，要照顧個別營友的膳食需要和禁忌。如為素食者、不吃豬肉者、不吃牛肉者準備適合他們口味的食物。
3. 食物的品質 – 食物應以新鮮為主，如客觀環境不可能使用新鮮食材，便要退而求其次，購備可以長時間儲存、不容易變質或變壞的食物，或採用有效的辦法保存食物（請參閱本章稍後介紹的方法）。
4. 食物的份量 – 一個人需要的食物，如以熱量來計，每日約需 2,000 至 2,600 卡路里，劇烈的戶外活動會消耗高達 6,000 卡路里。如用重量計，每日每人約為 0.8 至 1 公斤。如露營節目包含耐力或劇烈運動，所需的食物份量便要相應增加。
5. 食物多樣化 – 食物要多樣化，增進食慾，迎合不同的口味和給營友多些選擇。

6. 均衡食物 – 露營的食物要配合人體所需，包含食物 3 大營養要素：碳水化合物（穀類和薯類食物）、蛋白質（主要來自肉類）、脂肪。它們各有其功能，皆可提供熱能。維持身體的健康，要從食物中攝取這 3 類營養素，最佳的比率是碳水化合物 50%-70%；蛋白質 20%-30%；脂肪 20%-30%。即是我們的食物應有一半以上是碳水化合物，而蛋白質及脂肪各約佔四分之一。

碳水化合物在消化後，變成葡萄糖進入血液，提供人體需要的能量；是人體“燃料”的來源。脂肪提供能量，維持正常體溫，起保護內臟組織和關節作用。蛋白質是生命的物質基礎，構成和修補人體組織，構成酶和激素，構成抗體，提供能量。人體每天所需的蛋白質的數量幾乎是固定的。但人體無法儲存蛋白質，多餘的蛋白質會轉成熱量或變成脂肪儲存起來。

每種食物所含的營養物質各有特點。一般把食物分為五大類。第一類是穀類及薯類，主要提供碳水化合物。第二類是肉類，主要提供蛋白質、脂肪、礦物質及多種維他命。第三類是豆類和堅果（硬殼果），主要提供蛋白質、脂肪、膳食纖維和礦物質。第四類是蔬菜和水果，主要提供膳食纖維、礦物質及維他命 C。第五類是純能量食物，包括動植物油、澱粉、食用糖和酒類，主要提供能量。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議 6. 設計一個兩日一夜小隊露營的食譜及單獨烹調其中一款菜式

食物的品種

食物的品種繁多，多經過不同方法的處理才發售，包括新鮮食物、冷藏食物、急凍食物、乾糧、醃漬食物、罐頭、脫水食物及濃縮食品等。露營者可以根據本身的需要、營地環境和露營的目的，選擇適合的食物品種和配搭，帶到營地食用。

選擇露營食物

在近郊或附近有食物售賣的營地露營，只需有一個大概的菜單，便可就近購買一日三餐的食物。但在野外露營，補給困難，便要預先計劃和準備好營期內所需的食物，帶到營地去。目的是要把一日三餐，做成色、香、味俱全的食物，美味、可口、營養豐富和易於消化。

選擇露營食物的原則，包括：

1. **易於攜帶** – 容易收藏和擺放，方便運送。過大或過重的食物佔用太多空間，難於收拾和攜帶。容易腐爛（魚類）、變壞（豆腐）和破爛（雞蛋）的物品，要特別處理，否則，無法使用這些食物。
2. **有益、衛生和健康** – 進食的目的是用來補充人體所需。應以衛生、富營養的食物為主。
3. **方便儲藏** – 大部分露營食物往往需要儲存一段時間才烹煮。不適宜儲存的食物，很易變質或變壞。
4. **易於烹調** – 露營食物，以易煮快熟為主。可以在短時間準備和調味，減少使用燃料，省時、經濟又環保。
5. **份量適中** – 勿帶過量的食物，增加負擔，造成浪費。

更多內容
參考資料

童軍技能評審計劃《露營技能》第2版

資料來源：香港童軍總會訓練署

選擇食物心得

下面幾點是富經驗露營者選擇食物的心得：

1. 新鮮比罐頭好 – 營養價值高、易於消化、少防腐物質。
2. 瓜果比葉菜好 – 易於攜帶及儲存。
3. 細塊比大件好 – 容易烹調及易熟，有需要時，在出發前先把食物切開和弄細。
4. 不妨預備一些脫水食物，如紫菜、菜乾、粉絲、魚乾 – 它們重量輕，味道好，配搭易，不易變壞，收藏易，容易攜帶，可以長時間儲存。

一日要多少餐？

雖然在日常生活中，許多人一日只食兩餐；但根據人體的生理需求，特別是消化系統的活動規律，在露營活動中，一日三餐較為適合。我們的消化系統要用 4 至 5 小時去消化體內的蛋白質和脂肪食物，碳水化合物則較快和易消化。所以，通常兩餐的相隔時間為 4 至 6 小時。除了睡眠時間，我們一天大約有 16 小時是清醒的，從事各種活動和工作。因此，根據消化系統的運作，最適合的是一日三餐，即每隔 4 至 6 小時進食一次，這不包括零食和茶點時間的額外食物。

在營地，一日三餐應要有規律。早餐由上午 6 時 30 分至 8 時 30 分；午餐在中午時份；晚餐則在下午 6 時至 8 時之間。用膳時間，早餐以 15 至 20 分鐘為宜，午餐 30 分鐘，晚餐約為 30 至 45 分鐘。

一日食物的分配，通常是以可以供應能量作為標準。早餐應能提供全日 25% 至 30% 的能量，午餐 30% 至 35%，晚餐 35% 至 45%。大家可以根据本身的情況、需要和現場環境，調校各餐熱量提供的比率。

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議 6. 設計一個兩日一夜小隊露營的食譜及單獨烹調其中一款菜式

設計營地餐單

早餐 – 每日吃早餐是世界衛生組織倡導的健康生活方式之一。早餐補充睡眠時消耗的熱能，提供備用的熱能，以應付即將開始的日間活動和工作。至於早餐要食甚麼食物，人言人殊，各家各法，有許多不同理論。

一份營養豐富的早餐，可以帶來一個美好日子的開始。早餐應以容易消化，營養和熱能高的食物為佳。早餐要有熱食或熱飲，包括穀類食物（粥、粉、麵、麵包）和肉類；份量因人而異，有人喜愛飽餐一頓，塞滿肚子。有人則喜歡簡單和份量少的早餐。無論如何，早餐不可不吃。

午餐 – 一般以乾糧為主，因為在活動和工作期間，或在遠足途中，不宜停下來生火煮食。所以，午餐會視乎當日的活動和節目而定，可以開灶煮食，準備一頓熱騰騰、餸菜豐富的午餐，亦可以用三文治、乾糧、罐頭和麵包的簡單午飯。午餐的食物以高熱能食物為佳。

晚餐 – 晚餐是一天中最重要的膳食。因為經過一天的活動後，大家可以輕鬆一下，用多些時間去準備和烹調一頓可口美味、營養豐富和熱騰騰的晚膳，補充消耗了的體力。

第一天

晚餐（新鮮食材）蕃茄／瓜類肉碎湯、油菜、洋蔥煎豬排、薯仔煮雞翼、米飯。

第二天

早餐（提供熱能）熱朱古力／阿華田／奶茶、牛奶（紙包）麥片、火腿／蛋三文治，即食麵。

午餐（簡便熱食）雜菜肉片湯米粉／通粉、油菜、煎蛋，米飯／麵。

晚餐（乾製食品）紫菜蛋花牛丸湯、青瓜炒煙鴨胸肉、洋蔥薯仔肉片、蒸魚乾、油菜或紹菜（節瓜）粉絲蝦米、米飯。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

深資童軍團 第 16 次集會

16

日期：_____年____月____日(星期____)

時間：_____至_____ (____分鐘)

地點：_____

負責領袖：_____

出席領袖：1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

集會主題：深資童軍肩章(二) 童軍技能 - 露營

1. 與團內或團外之深資童軍完成一次兩日一夜之露營

3. 收拾一個兩日一夜露營用的背囊及個人急救藥囊

4. 能正確架搭、收拾及存放一個營幕

5. 熟悉並正確地使用氣爐及摺刀，並知道有關之安全措施

7. 能以火柴及天然物生火

頒發 深資童軍肩章 儀式

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議 1. 與團內或團外之深資童軍完成一次兩日一夜之露營。

領袖參考：[戶外活動安全要則及須知](#)

(一) 要則

1. 出門前應留意天氣，定時收聽天氣報告。
2. 在雷暴警告或熱帶氣旋警告生效期間，均不應出外露營。
3. 選擇地勢平坦，且不當風的地點搭營，避免在沙灘水位能及之地方或河岸紮營。
4. 不可在密林、灌木叢和生滿長草的地方露營，在暴風雨季節中，切勿在山頂或樹下紮營。
5. 在紅色火災危險警告訊號懸掛時，應吃乾糧，減少煮食。
6. 煮食一定要在營外，廚區附近不可貯存易燃物品。
7. 注意水源是否乾淨，在飲用前必須煮沸。
8. 到偏僻地區露營，應預先將地點告知附近警署及有關單位。
9. 熟悉營地附近可作求助之警署、郊野公園管理站、醫院等所在及其通訊電話。
10. 帶備急救箱、地圖、指南針、哨子、電筒及足夠乾糧以作應急用。

(二) 個人須知

1. 出發前，將露營地點、來回日期及時間告知家長，並留下緊急時查詢用之電話號碼。
2. 非經許可，切勿擅離營區，如無必要，不作單獨行動。
3. 凡事量力而為，不可暴飲暴食，夜眠早起，透支體力。
4. 意外受傷時，保持鎮靜，衡量環境，決定求救辦法。
5. 知曉輕微受傷及蛇蟲咬傷之處理方法，帶備個人應急用之藥物。

(三) 領袖須知

1. 事前必須獲得家長及所屬單位同意，並應衡量隊員之體力是否勝任。
2. 露營前後，均須通知有關人士並提供及報告有關露營的情況。
3. 熟悉露營附近環境及求救應有之常識。
4. 有豐富之露營經驗／已接受良好之露營訓練。
5. 足夠之助手以供編配工作及定時檢查。
6. 在較偏僻地區露營，夜間當值必須提高警覺。

更多內容
參考資料

[戶外活動安全要則及須知](#)

資料來源：香港童軍總會

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議

1. 與團內或團外之深資童軍完成一次兩日一夜之露營。

領袖參考：[靈性發展活動指引](#)

所有童軍單位，若舉行度宿活動，必須安排最少一次的童軍崇拜會，所有童軍成員務必出席該環節。擁有宗教背景的童軍單位，應按照其宗教傳統，進行有關崇拜會。

凡童軍活動，於進餐前，所有童軍成員須進行感恩儀式（如：唱謝飯歌及禱告）。擁有宗教背景的童軍單位，應按照其宗教儀式，進行感恩祈禱。

凡舉行營火會活動，於活動完結前，須安排領禱、默禱或領唱歌曲「TAPS」等環節。

營地建議：[營地及活動中心](#)



大潭童軍中心
香港赤柱大潭水塘道873地段



洞梓童軍中心
大埔汀角路洞梓100號



大美督海上活動中心
大埔汀角路大美督413號



沙田童軍中心
沙田作壩坑水泉坳街63號



蔡志明聯光童軍中心(暫停開放)
元朗大棠道大棠村1號



白沙灣譚華正海上活動中心
香港新界西貢白沙灣西貢公路600號



基維爾營地
九龍飛鵝山

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議 1. 與團內或團外之深資童軍完成一次兩日一夜之露營

第一日

序	分鐘	項目	內容	場地	物資	領袖
1	75	準備	集合・交通	室內		
2	60	課程	深資童軍肩章 4.能正確架搭、收拾及存放一個營幕	室內	營幕	
3	240	活動	營地建設及營地工作	戶外		
4	60	晚膳	晚膳	室內		
5	60	課程	深資童軍肩章 3.收拾一個兩日一夜露營用的背囊及個人急救藥囊	室內	背囊、個人急救藥囊	
6	30	儀式	營燈會	室內		
7		休息	就寢	戶外		

第二日

序	分鐘	項目	內容	場地	物資	領袖
1	60	早餐	早餐	室內		
2	30	活動	童軍崇拜會	戶外		
3	45	課程	深資童軍肩章 5. 熟悉並正確地使用氣爐及摺刀，並知道有關之安全措施	戶外	氣爐、摺刀	
4	45	課程	深資童軍肩章 7. 能以火柴及天然物生火	戶外	火柴 天然物生火	
5	60	活動	營地工作	戶外		
6	60	午膳	午膳	室內		
7	15	儀式	頒發 深資童軍肩章 儀式	戶外		
8	60	交通	交通	室內		
9	15	解散	解散	戶外		

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議 4. 能正確架搭、收拾及存放一個營幕

營幕架搭及拆卸



營幕使用常識

營幕多是用來住宿的，所以要經常保持其內部通爽（打開透氣紗窗和營門），避免積聚異味。日間天色良好時，可打開前後營門，增加空氣的流通，甚至捲起營帳，或將營幕翻到一邊來，讓陽光直接照進營幕內和原先被地蔭遮蓋的地面，曬乾地面和驅散濕氣，亦可讓草地“呼吸”。

下雨時，應減少進出營帳次數，以免濺濕的衣物和鞋襪，弄污地蔭和營幕內壁。同時亦避免用任何物品，包括手指，觸及營帳的內壁。因為被觸摸的地點，會成為雨水滲入的途徑。

此外，切勿在營幕內生火或採用燃料的營燈。除了易招火災外，燃料燃燒後所產生的無色無味一氧化碳，容易引致氣體中毒。

紮營前注意事項

1. 視察營地周圍環境，確保營地安全。
2. 確定營帳的位置，避免起營後，需要再三遷移。睡營要起在廚區和衛生區的上風處，避免炊煙和不雅氣味，隨風飄進住宿地方。
3. 測定風向，避開寒風直接吹進睡營。
4. 決定營門的方向，以風向和方便進出為考慮因素。
5. 清理地面異物，如石塊、填平凹洞，以免妨礙睡眠。
6. 把營帳的配件按使用次序齊整地排好。（應在出發前點齊和查好營帳的主件和配件，避免到達營地時才發覺配件損壞或缺失。）
7. 熟記說明書所述的起營步驟，然後依照所列的次序和步驟架起營幕。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議

4. 能正確架搭、收拾及存放一個營幕

架搭營帳的方法

1. 營帳最理想的擺放是營門斜斜向風。
2. 主營繩應拴緊在營釘上。營釘以 45° 斜插入地最為穩健，營釘入地應為釘的長度 $2/3$ 。
3. 固定地席的營釘應垂直入地，即以 90° 正插入地。
4. 盡量將營帳的篷布拉直，減少其上的摺痕和皺紋，使營簷筆直和美觀。
5. 把營繩（先是營幕之主繩，然後副繩）調校至所需的長度和理想的拉緊程度，然後利用金屬片、繫木結或營釘結將營繩綁緊。
6. 如果地席不是和營幕縫在一起，應把整張睡墊放在營幕之內。確保下雨時，沿營幕流下的水，不會流到睡墊上。
7. 如營幕有防雨外帳（fly sheet），要確保外帳與營幕和營牆之間分開及保持足夠的空間，使其可以發揮通風和隔熱作用，和有效地防止雨水從幕頂滲進營內。

A 字營搭建方法



1. 檢查所有營幕配件。



2. 決定地點，測定風向，營幕門口應背風，地布鋪平，營釘固定四角。



3. 把營柱組合起來。



4. 將營柱插入營幕上的固定孔，套上主營繩。

更多內容
參考資料

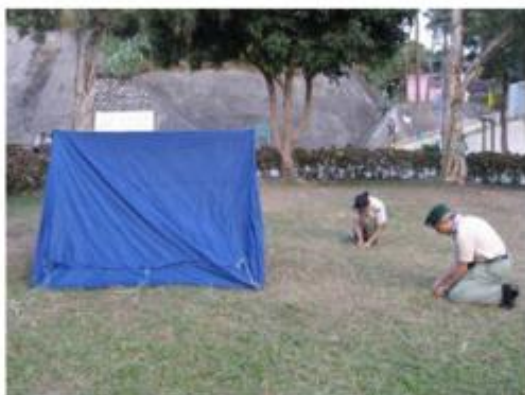
[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議 4. 能正確架搭、收拾及存放一個營幕



5. 把左右兩邊主營繩 45° 向外拉，用營釘固定位置，同一方法再建另一邊。



6. 然後把四邊結上副營繩。



7. 向外拉用營釘固定位置，同一方法再建另一邊。
把營幕兩邊完全張開，營牆上皺紋越少越好。



8. 整理防水天幕，結上副營繩，將天幕套入營柱上。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議 4. 能正確架搭、收拾及存放一個營幕



9. 把左右兩邊副營繩向外拉，用營釘固定位置。



註：天幕的營繩要與營幕的營繩平衡及同一方向。收整好所有營繩，把營柱及營門整理好。



10. 完成。



注意：營繩要確實拉緊，提高強度，避免被強風吹歪。同時也可以在營牆與天幕之間製造出空氣層（見箭嘴位置），防止營幕漏水。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議 4. 能正確架搭、收拾及存放一個營幕

蒙古營搭建方法



1. 檢查所有營幕配件。



2. 將地布張開平放。



3. 將兩組營柱分別連起。



4. 將營柱穿過營幕上的管套。



5. 將營柱穿入管套時要小心，如果太用力拉扯，營柱會在管套中分開。



6. 把營柱的一端固定在地布的套環上。



7. 抓住對角線上的營柱另一端，一邊將管套往外拉，讓營幕豎立。（見步驟 6 黃圈）



8. 用營頂端的繩將兩條營柱綑綁好，固定營柱位置。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議 4. 能正確架搭、收拾及存放一個營幕



9. 整理防水天幕。



10. 注意天幕和營門的入口位置，必須彼此相符。在確實兩者的門口相稱後，才罩上。



11. 固定營柱在中間位置。



12. 把天幕繩鈎扣在營幕四邊的套環上。



13. 把天幕營繩用營釘拉起，完成。



注意：在四角處加入營釘固定營幕位置。營繩要確實拉緊，提高強度，避免被強風吹走營幕。同時，可以在營幕與天幕間製造出空氣層，提高營幕的防水效能。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議

4. 能正確架搭、收拾及存放一個營幕

拆卸營幕的方法

1. 先拔去防水天幕的營釘，讓天幕內外晾乾後，才摺疊和妥當收起。
2. 檢視營幕，清理好營幕內部的草屑和泥沙，並關好門窗。
3. 由於營幕在早晨時多帶露水，或有潮濕現象，所以要進行除濕的步驟：
 - a. 如是 A 字營，將營幕的副營繩拆下，掛起兩邊；
 - b. 如是蒙古營，先把營釘除去，將營幕翻起。

把接觸地面部份的地布，去除泥灰草屑、抹去露水，然後放在陽光下曬晾吹乾。
4. 兩側營柱同時抬高，向左或右倒放。
5. 把營柱分解、拔去所有營釘，清理後收起。
6. 依營幕、天幕、配件順序放好、捲緊，收入營袋。

營帳曬晾



A 字營

蒙古營



整理營幕底部，並拭去草屑和沙泥。

注意：有一句簡單易記的說話，形容架搭和拆卸營幕的步驟，大家可以記住：「先建，後拆；後建，先拆。」總括來說，是把原來建營的次序，倒轉次序，便成為拆卸的次序。

更多內容 參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議

3. 收拾一個兩日一夜露營用的背囊及個人急救藥囊

收拾背囊

基本守則

背囊是用來收拾露營期間需要用的物品，包括個人物品、小隊物品和團體物品，帶到營地去。由於背囊的容量有限，而個人在山野間行走的負重能力亦有極限，約為個人體重的 25%。負重應以個人體重的 15% 至 20% 作為準則，超過這個比率，便無法可以安全和舒服地在山野走動。

收拾背囊的基本守則是：

1. 只帶需用和有用的物品 – 出發前，細心檢查，衡量那些物品可以不用攜帶。
2. 只選不易破爛和碎裂的物品 – 一般露營物品，以堅硬耐用為主。
3. 盡量攜帶體積小和重量輕的物品 – 檢視是否有更輕和體積更小的物品可代替。
4. 盡用背囊所有空位 – 摒棄齊整摺疊的概念，應考慮採用把物品塞入去的方法，因為用力壓塞物品會填塞所有空位、特別是衣物、睡袋等物品。
5. 絕對防水 – 確保背囊和背囊裡面所有物品 100% 防水，不會因大雨或一時不慎跌進水中，而弄濕背囊裡面的物品。方法是把個別物品先用防水膠袋包好，然後，再把袋口封好；堵塞可能入水的地方，才放進背囊去。有人甚至先將一個特大的膠袋，放進主囊去，才擺放物品入背囊，最後將大膠袋袋口向內覆摺，防止入水。這樣做法，是在背囊的內壁，再加多一個防水袋。三重保障。

如果擺放得法，將物品平均和有系統地放進背囊，會提高背負者的舒適感覺。不適當地擺放物品，會造成背囊重心偏移，令使用者不舒適，甚至在行進間，易失平衡而跌倒。

執拾方法

執拾背囊要有方法，才可盡用背囊的容量，放進更多物品。執拾背囊的方法如下：

1. 在普通山野，地勢平坦地方走動時，宜將重物放在背囊的上方和靠近身體背部位置，最重的物品放在背囊兩條肩帶之間，即將背囊的重心提高和貼近背脊上部。輕的物品，如睡袋和備用衣物，則放置在底層；重的物品如水、食物，則放在上層。
2. 如要在崎嶇不平 and 落差大的地區行走時，應將重物放在背囊的下方，把其重心降低，幫助平衡身體。
3. 收拾時，要將沿途要用的物品，如地圖、雨衣、電筒、水壺等放在伸手可及的地方，如背囊頂或側袋，隨時可以取用。
4. 堅硬的東西不要貼近背脊的位置，使背部不舒服。雖然背囊有支架和背墊保護背部，但在行進間，如受硬物不斷撞擊，也會弄痛背脊的肌肉。
5. 物件要分門別類裝好，將同類物品或同時使用的物品放在同一個膠袋內，方便取用。
6. 最好養成將物品放在背囊內固定位置的習慣，這樣不但加快整理背囊的效率，即使在惡劣的環境或漆黑一片時，也能純熟地在背囊中取出所需的物件。
7. 將物品分別用防水膠袋裝好，配合背囊的防雨罩，做到 100% 防水。標準是在滂沱大雨下，或不慎人和背囊同時跌落水時，背囊內的物品也不會沾濕。
8. 營幕、地蓆、睡袋等可放在背囊頂部或外側，或利用外掛帶固定在背囊外面或底部。外掛時，要仔細檢查，確保物品已經索緊，不會輕易鬆脫。
9. 收拾好的背囊應是四平八穩，左右的重量均衡，背囊裡並無任何空位給物品走位，就算在行走時和背囊不斷搖晃時，物品也不會移位。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議 3. 收拾一個兩日一夜露營用的背囊及個人急救藥囊



註：急救用品及殘存包應掛在腰間，不應放入背囊之內。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議

3. 收拾一個兩日一夜露營用的背囊及個人急救藥囊

個人急救包

除了小隊急救包外，我們鼓勵童軍在遠足和露營時，攜備個人急救包。原因是可以攜帶符合自己需要的急救包，並且隨身攜帶。個人急救包要用適當大小，而且防水的容器，放在容易取出的位置。

建議個人藥囊物品如下：

名稱	用途
1. 藥水膠布	處理輕微損傷。
2. 大小消毒敷料數塊	用於較大的傷口。
3. 消毒藥水	可作消毒、燙傷、損傷及蟲咬之用。
4. 棉花	清潔傷口。
5. 膠布	黏貼繃帶。
6. 紗布	覆蓋傷口。
7. 繃帶	包紮及固定敷料。
8. 扣針	固定包紮傷口繃帶的末端。
9. 鑷子	除去小刺。
10. 剪刀	剪開繃帶和膠布。
11. 摩擦膏	疲勞或抽筋。
12. 個人藥物	個人要服用的藥物。
13. 個人資料	以便他人知悉你的個人病歷，敏感的物品，緊急時聯絡家人的資料。
14. 白紙和筆	記錄。



個人藥囊

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議

5. 熟悉並正確地使用氣爐及摺刀，並知道有關之安全措施

爐具的類型

以燃料燃燒方法來分，爐具可分為：

1. 壓力爐具 - 利用氣壓（加壓或氣壓原理）將燃料輸送到爐頭（爐芯，燃料出口）燃燒的爐具。由於要用壓力輸送燃料燃燒，所以，爐具在使用時會發出嘶嘶聲。
2. 不需壓力的爐具 - 不需用任何壓力燃燒燃料的爐具。所用的燃料非常廣泛，包括柴枝、蠟燭、火水、酒精、固態燃料（固體或軟膏狀）等燃料。



汽化爐



酒精爐



瓦斯爐



白蠟爐（固體燃料）

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議

5. 熟悉並正確地使用氣爐及摺刀，並知道有關之安全措施

其他石油氣爐具

一般為野外活動而設計的石油氣爐以輕便為主，只適宜 1 至 4 人小組煮食，因其爐頭的圓周細而出氣口的數目小，只能烹煮容量小，圓周細的煲鍋。

在歐西國家，有專為露營使用的石油氣爐灶，以箱形設計，平排一至三、四個爐頭，爐頭的圓周較大和出氣口多，火力猛。不過，這些爐灶要使用體積較大、儲存量多的石油氣罐，利用喉管輸送氣體到爐灶去。當然，不能將整套爐具放進背囊去，要用其他方法運送到營地去。

但大家可以考慮使用本地家庭、火鍋店常用的扁平形狀，單爐頭的石油氣爐。這些氣爐使用樽形用完可棄的石油氣罐。因其爐頭較大，火力稍佳，重量適中，體積雖較輕便爐具稍大，但總算易於收藏和攜帶，非常適宜小隊露營煮食用。而且替換的樽形氣罐售價相對廉宜，且隨處有售，非常方便。只是此類產品品牌太多，製造商和產地也多，無法確保品質和操作的安全性。



便攜式卡式爐



單頭石油氣爐

選購露營爐具

在選購爐具時，要注意下列各點：

- 用途：確定要煮食的份量和炊具的體積，以決定採用爐具的類型。不過遠足和露營使用的爐具只適宜小組煮食用。如小隊人數多，須考慮分開小組煮食方式，以 3 至 4 人為一組。
- 重量和體積：爐具要輕巧，體積要適中，方便收藏和攜帶。
- 效率：燃料的燃燒效率要高。除了減低攜帶燃料的數量外，更可快捷地完成烹調工作。
- 操作容易：以易於操作為決定的條件，以備在危急時（如視野不佳或惡劣天氣下），可以很快裝好爐具和生火。其實最重要的，是自己和隊員都懂得爐具的操作。故應在出發前一星期，細讀操作說明書及熟習各項操作，俾能掌握爐具的功能。如有疑問，亦可及時向人請教和自行操練。
- 實用可靠：有良好調較火力的設施。高火時火力強勁，細火時火力可以恆久保持，各項零件堅穩可靠，不易損壞。
- 補充燃料：方便補充燃料是一個重要的考慮因素。因為沒有燃料補給，爐具便不能使用。如要長途跋涉才買到補充燃料，則費時失事，且也不合乎經濟原則。基於安全理由，不能在家中、旅部存放大量燃料。
- 安全：熟悉各種安全措施。嚴格遵循所有爐具使用的安全步驟，尤其是在添加液體燃料，或更換氣罐時。小心處理和儲存燃料，避免放置在受熱力影響的地方。在處理燃料時，要特別小心，慎防倒瀉液體、洩漏氣體、或弄破盛載燃料的器皿，引致火警，燒燬財物。
- 價格：現時，各式各樣的爐具價格不菲。所以，購物時要確保物有所值，小心考慮自己的需要，比較價錢和爐具的效能，才作出決定。
- 保養：有良好的售後服務，配件容易買到。保養維修容易的爐具，多可自行修理。

更多內容
參考資料

童軍技能評審計劃《露營技能》第2版

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議 5. 熟悉並正確地使用氣爐及摺刀，並知道有關之安全措施

使用爐具時注意事項

1. 炊事區的環境和炊事工作枱必須四平八穩和安全。如要烹調大量食物，要有足夠地方處理。
2. 放在爐具上的鍋爐，因重心高，易被撞倒而翻轉，要特別小心。
3. 確保爐具放置在平穩的位置上，如地方不甚平整，便要平整之。如用大型炊具，可用大型支架或其他支撐物品，穩定爐具和炊具。
4. 燃料要擺放遠離高溫或有火種的地方。平日要放在陰涼地方，在營地時，要避免陽光直接或間接照曬。

安全守則

1. 不應在營幕內使用爐具。因為燃料在燃燒後會釋出有害氣體，如一氧化碳。
2. 使用時，必先檢查所有活塞及組件的功能。
3. 燃料必須遠離高熱或明火的地方。
4. 切勿使用塑膠容器盛載液體燃料。
5. 使用前，要清楚閱讀容器上的說明，瞭解燃料之種類、成分和安全使用守則。
6. 如在爐具使用時，要加添液體燃料，必須先熄滅爐火，靜候爐具之熱力冷卻後才注入燃料。加添時，要使用漏斗，確保燃料不會外瀉。
7. 石油氣比空氣重，放置用過的氣罐在妥善的地方，確保罐內之餘氣不會溜走。
8. 於換壓縮氣罐時，要確保舊罐的氣體已用完，或完全放氣（在空曠地方，打開氣閥或用物品壓低罐口的圓珠，讓液態燃料溢出），才棄置在適當的地方。在放氣時要小心和留神，因從罐中走出的低溫氣體，當與外間空氣接觸時，會立即結霜或降低周圍的氣溫。
9. 不要讓兒童接觸到燃料和爐具，免生危險。貯放燃料的地方，尤其是液體燃料，要遠離食物。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議

5. 熟悉並正確地使用氣爐及摺刀，並知道有關之安全措施



單邊刃摺刀



兩邊刃摺刀



多用途摺刀（萬用刀）

摺刀

刀是野外生活不可缺少的用具。通常用的有獵刀和摺刀。獵刀是在狩獵時使用的刀柄連刀鋒的刀子，用來切割野獸和削修樹枝。由於狩獵活動受嚴格管制，而獵刀也被視為一件武器，非露營者使用的刀子。早在 1950 年代後期，童軍運動禁止童軍人士使用獵刀。而且獵刀的用途非常局限，因此，自獵刀被禁後，童軍便開始採用摺刀。

摺刀的刀鋒可以摺疊收藏於刀柄內，方便攜帶。有單葉刀的摺刀，也有兩葉刀的摺刀，更有配以其他小型工具的多用途摺刀（萬用刀），配置有刀、開瓶器、木鏹、十字批等。通常刀鋒的長度由 5 厘米至 8 厘米。當然有刀鋒尺寸更長的摺刀，但普遍不受歡迎。

選購摺刀

在選購摺刀時，要注意下列事項：

1. 應選擇多用途摺刀，因其配件種類多，可以迎合個人的需要和以備不時之需。刀鋒以用高硬度的不銹鋼或高碳鋼製造為佳，因為不易變質和被鏽蝕。
2. 手柄要使用易握、不易破損的質料，如金屬、不碎膠料、獸骨或角質及鑲嵌紋飾等。刀柄的形狀要適合手形，有些具有護托、防滑柄面；或配有夾扣，方便插夾於袋口或腰帶上。
3. 要注意，摺刀在開合刀鋒時，彈弓鋼條的力度要強穩，張開時刀鋒要穩固，不會自動摺回。如有安全鎖的設計更好。有安全鎖設備的摺刀，在張開時能保持穩固，不會無故摺回。
4. 配有耳圈，以便繫上繩帶，方便攜帶。
5. 刀的橫切面有雙邊平直型、雙邊平斜型、單邊平斜型、全淺溝型、半淺溝型和單邊淺溝型可供選擇。開合機能方面，選擇的類型有：
 - (a) 用雙手開刀，雙手收刀的摺刀；
 - (b) 用單手開刀，雙手收刀的摺刀；
 - (c) 用單手開刀，單手收刀的摺刀。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議

5. 熟悉並正確地使用氣爐及摺刀，並知道有關之安全措施

各部份的使用方法

刀是一種利器，如不小心使用，會誤傷自己或旁邊的人。故使用時，必須遵守各項安全守則。

首先是要清楚各類刀的性能，並經常使用它，才能熟習其性能和使用自如。刀的主要功能是切割東西，不要用刀做其他用途，更不可把刀用作斧頭，去砍斬物品；也不可把它用來當錘子，或用它來撬起東西。下面的圖畫示範瑞士萬用摺刀各項配件的使用方法。



大刀

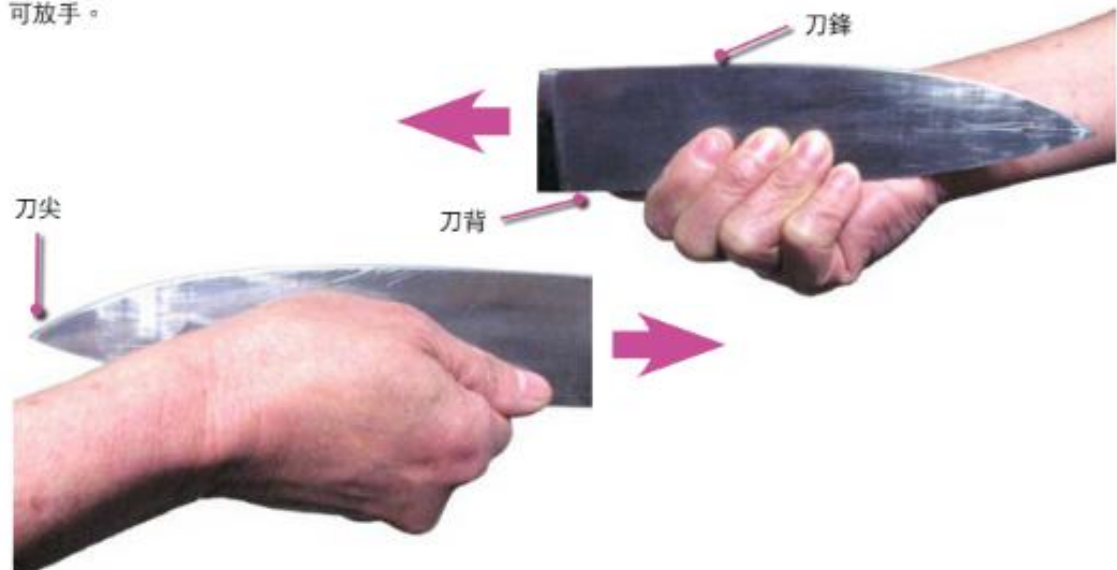


小刀

刀的傳遞

如需要將刀傳遞給別人，要注意自己和他人的安全，避免為刀鋒所誤傷。

如是摺刀，應先將刀鋒及所有工具摺回刀柄內，然後傳遞。倘若因客觀環境不許可，便要小心傳遞了。為了彼此之安全，自己先握著刀背，使刀鋒向上，將刀柄那面，遞給對方，待他接著刀柄，握定後，才可放手。



更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議 7. 能以火柴及天然物生火

建灶及生火

基於環保原因，露營要使用爐具煮食。但我們也要懂得原始的生火煮食方法和技能，以備不時之需。在山野地方，危急時，如沒有爐具，或爐具不能正常運作時，便要運用附近找到的燃料，建灶生火煮食。

找尋燃料

在山野中，最易找到的，是可燃燒的植物，如乾草、樹枝和樹葉。實際上，只要有植物生長的地方，便可以有燃料可用。不過，青綠的樹枝和樹葉，因含有水份，很難燃燒，且會出煙。最佳的燃料是乾葉、枯枝和乾草。

只有枯枝才易燃燒和維持火力一段時間。最好的枯枝是仍掛在樹上，未丟落地上的樹枝。因為地上之枯枝可能受雨水和地面水氣弄濕，難於燃着。

在尋找燃料時，先拾取丟在地上的乾枝、松子、枯葉、乾草。然後找尋一些比較粗大之乾枯的樹枝和樹幹。乾葉、乾草和幼枝，方便起火。粗大樹枝耐燃而火大，是最佳的延續燃料，維持火力。

如露營期間要採用天然燃料，生火煮食，就要及時準備充足燃料；務求在天黑前，收集足夠的柴枝，留待早上及翌日使用。為防止晚間下雨和因溫度驟然下降所產生的露水和濕氣，弄濕柴枝，所以要將收集到的樹枝，放在乾爽的地方，離地擺放，或用膠袋封好，阻擋水氣和濕氣。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議

7. 能以火柴及天然物生火

劈柴

如收集的樹枝過大或過長，便要用斧和鋸，將之劈開或鋸開，造成適度的柴枝，方便放入爐灶燃燒。在劈樹為柴時，要注意下列事項：

1. 地點：劈柴削木的地方必須開揚和安全，遠離營友活動和走動的地方，附近亦無樹枝或移動的物體，阻礙斧頭的揮動範圍。地面要堅穩，不會跣腳。如地面泥土鬆軟，應在地面上鋪上木材（木板或木條）。有需要時，可以用繩將劈柴的地方圍住，警告行近的人。
2. 劈法：劈柴要有襯墊，承托柴枝，方便砍劈。襯墊的高度以在腰部左右為佳（見右圖）。如要砍劈粗大樹幹，不能放上襯墊時，可以先用一根樹枝橫放在足前做襯墊，把要劈開的樹幹放在上面，與襯墊成交叉位置。用斧頭在樹幹一邊砍開一個“v”字形缺口（見左下圖），再翻轉樹幹，在缺口背後砍劈，將樹幹砍成兩段。如樹幹過於粗大，可以站在其上砍伐。

注意：只有受過訓練的童軍人士方可用大斧劈柴。



與襯墊成交叉位置



砍開一個“v”字形缺口



用斧頭在樹幹一邊砍開



砍開樹幹



更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議

7. 能以火柴及天然物生火

3. 安全：在使用前，必須檢查斧頭，確保斧頭的頭部牢固和緊實，不會鬆脫。清除身上的鬆散的物品（如寬鬆的衣物、項帶）。站立在砍劈的位置，伸長手臂，慢慢揮動斧頭，向前後、左右及上下轉動，確保斧頭移動的軌跡，不會撞到任何物體。使用斧頭時，要緊緊握着，不讓斧頭脫手。

4. 分類和用法：煮食用的柴枝分為粗柴、細柴、引火柴，在不同時段使用。在營地時，要預先按木柴的粗細大小，分類擺放。在生火初時，多用細柴。當細柴燃著時，然後加入粗柴，因細柴容易著火但不耐燃，粗柴則耐燃而不易燃點著。此外要另備引火柴，約為手指般粗幼，長約 15 厘米（6-7 吋）、木紋順直乾燥，木質鬆軟的幼枝最適宜做引火柴。亦可從細柴中選用，或從粗柴中劈取一片，然後就其一端，用小刀刨成柴花形狀。



刨柴花



柴枝分組－粗柴、細柴、引火柴

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議 7. 能以火柴及天然物生火

選擇生火地點

要選擇開揚和堅固的泥地生火，遠離營幕、樹木及草叢，避免引發火災。盡量避免在草地上建灶，因為燃燒過後的草地需要一段較長時間，才可回復原貌。如要在草地上生火，應先鏟起草皮，面積約為 1 平方米，並用石頭把四邊圍繞，防止火焰向周圍草地燃燒。把鏟起的草皮用水淋澆，讓其可以繼續生長。在露營活動完畢後，重新在原地蓋上。生火時，更要時常注意火勢和煙火吹向，避免發生火警和影響他人。



堆砌柴架及生火法

利用樹枝和柴炭生火，建設一個爐灶或堆砌一個柴架，提高起火和燃燒的效能。柴架的堆砌有很多形式和方法，下面介紹幾款平實的柴架。

1. 塔形柴架

此是最常見的架柴法，生火快、且火勢猛烈，最適合炊事用。架搭此架，是在地上豎立一根較粗大的樹枝，作為中柱，作為幼柴枝之依托；並在來風處，預留一個風口。然後用多根引火幼柴枝、乾葉和削薄的柴花，緊密斜靠中柱堆起，造成一個圓錐狀的柴架，尤如尖塔。注意要在幼枝之間，留點空隙，讓空氣流過。



2. 斜塔形柴架

與塔形柴架相若。分別是塔形架的中柱是垂直豎立，而斜塔形柴架是中柱斜插入泥土，柱頂朝迎風處，再將幼柴枝放斜柱底下，造成一個斜向的塔形。斜塔架的好處是架搭時間短，火與柴的接觸面積較大，因有多處風口，有助燃燒。引火柴斜靠柱周圍，加柴時，放在引火柴上。



更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議 7. 能以火柴及天然物生火

3. 井字形柴架

是一種能在短時間獲得大量炭火的架柴法。用木柴依次橫直相交堆疊，做成井字形狀。將幼柴枝放井字中央，用來生火。柴架的井字形，可以一層一層的堆積上去，粗枝在下層、幼枝在上；下闊上窄，越上層越密，規模加大時，可在上端再加一個塔形柴架，稱為『井塔合一形』，多用於燒烤、營火會或篝火會中。



4. 橫形柴堆

此架是將柴枝打橫排開，增大火床的面積，加大生火的面積。做法是將兩根圓木平行擺放，在其上橫放一根長枝，將引火的幼柴枝堆放在兩根圓木間之長枝上，斜靠在地，方便生火。然後再向左右加放圓木和橫枝，用來擺放薪柴。



5. 星形火堆

又稱『懶人火』，是一種省燃料且燃燒持久的火堆。先將火升起，再用四、五根木柴從不同角度放入火堆中心去，斜躺於地，或用小樹枝或小石子把柴枝架高，方便燃燒。

在起火初期，火勢薄弱，一不留神，火種便會熄滅。所以，要留心加入適量柴枝，增強火勢，並預備足夠的樹枝及助燃物，隨時加添；直至火勢成熟。



更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議 7. 能以火柴及天然物生火

生火步驟



1. 收集枯枝，分粗柴、細柴、引火柴擺放好。



2. 開始蓋架柴架。



3. 外圍用粗枝，內裏放入幼樹枝或枯葉。



4. 架成。



5. 點火。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 露營

建議 7. 能以火柴及天然物生火



6. 加入氧氣。



7. 放上炊具烹煮。



8. 觀察火勢。



9. 完成。

滅跡及熄滅火種

滅跡原是軍事用語，是指滅除痕跡，以防止敵人發現和追蹤。在童軍露營活動中，是要將營地回復原狀，去除所有會給別人發覺，該處曾有人到過或用過的痕跡。是保護大自然生態環境的最基本的要求。

在露營活動結束時，大隊離開營地前，全體必須細心巡察營地，務求將營地清理和恢復原來的樣子。未用過的樹葉及樹枝應丟放在附近的樹叢去。在曾用來生火的地方澆水熄滅火種，用水浸溼未完全燒盡的樹枝；將火炭、灰燼清除，並用泥沙或石頭覆蓋其上，不讓灰燼亂飄。將用過的石頭放回原位。

完成滅火工作後，做一個標記，讓別人知道這裡曾經生過火。並在其上澆水清洗，讓植物有重新生長的機會。

更多內容
參考資料

[童軍技能評審計劃《露營技能》第2版](#)

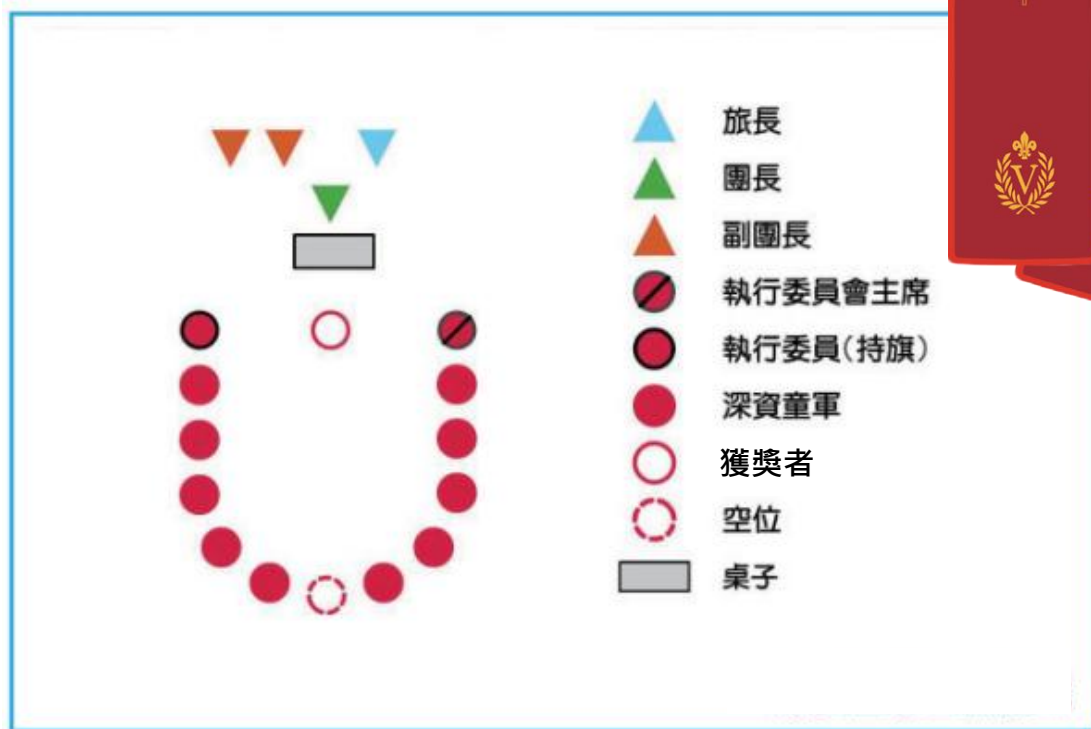
資料來源：香港童軍總會訓練署

課程 深資童軍肩章

內容 頒發 深資童軍肩章 儀式
建議

頒授獎項儀式

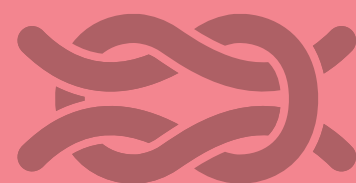
- 頒授獎項包括進度獎章、專科徽章、其他獎章、獎狀和獎品等。
- 全團以馬蹄鐵形排列，團長站在缺口中央，副團長在團長後面排成直線；團隊長可持團旗站在全團首位位置。（小童軍團圍成圓圈或幼童軍團圍成活動圈，團長站在圈中央；副團長站在圈外，在團長後面排成直線。）
- 儀式開始時，團長命令全團立正，宣佈頒發獎項的意義和獲獎者姓名，並邀請獲獎者到面前領獎。
- 獲獎者走到團長面前立正，敬禮後踏前一步。
- 團長還禮後頒發獎項，並和他握手以示嘉許。
- 如果頒授的獎項需由團長為獲獎者佩戴在制服上，而獲獎者是女團員的話，就應由女領袖協助為她佩戴；如果沒有女領袖在場，可以交由她自己佩戴。
- 獲獎者領獎後踏後一步，向團長敬禮；待團長還禮後，向後轉向全團敬禮；在全團還禮後，獲獎者返回原位。
- 最後，團長帶領全團歡呼以示祝賀。



更多內容

參考資料 [《童軍基本技能教材手冊》 三. 儀式篇](#)

資料來源：香港童軍總會訓練署



香港童軍總會
發展署旅團支援組