



www.20187.org.tw

#教育電台廣播節目

教育好伙伴專訪單車達人、單車環島Let's Go 作者李紀庭~五月主題 全球公民學：讓孩子認識 世界—從單車環島談起

文 / 官網編輯小組 2009-5-14

- 2009年5月14日 星期四
- 題目：五月主題 全球公民學：讓孩子認識世界—從單車環島談起
- 主持人：蕭慧英
- 來賓：單車達人、單車環島Let's Go作者李紀庭

訪談大綱：

1. 請先分享您的親子單車環島經驗？何時？幾天？
2. 我們這個月主題是”全球公民學”您如何從”單車環島”這樣的親子活動來傳達這個課題？（請李先生先告知會從哪幾個面向來談。）
3. 如何規畫親子單車環島？要如何讓它能成為一個好的學習經驗？

4. 除了單車環島let's go這本書外，請再推薦一本書您認為"全球公民學"這議題，父母可以參考的書。

單車環島Let's Go 書籍介紹

從事設計工作的李紀庭與9歲後的小瑜兒子在365天內完成兩次環島，靠著單車與雙腳的努力，享受全然不同的親子關係，讓孩子學到學校裡所沒有教導的堅毅...

滿足個人、同學、朋友、親子的出遊計畫

8天看遍台灣城鄉美景，行前練習曲6條模擬道路

詳盡路線地圖、公里數標示、路況提醒，照著走絕不失誤

【本書特色】

- 1.環島分段地圖清楚標示：全書將18天環島地圖，分段畫出，地圖在各路段上標示清楚所有的休息點、便利超商、廁所、食物和水的補給站、遮陰處、值得停留的景點。
- 2.里程路線圖簡潔實用：每天行程都配置一條清楚簡單的里程路線圖，圖上有清楚的兩點間里程數，道路名稱，可與地圖對照使用，同時讓團隊騎乘方便掌握休息點。
- 3.內容以重點式分類：擺脫市場環島書的遊記式寫法，本書採重點式分類，有住宿、餐飲、景點的重點提要，還包括領隊的心情故事。

4.團隊操作的困難與解決：以作者實際操作經驗，將團隊環島最容易遭遇的困難提出，同時將如何解決問題的方法列出。讀者可有參照，同時避免類似狀況發生。

5.戶外教室單元豐富：每天行程都有配一則當天行程中的學習教室，把從大自然學習到什麼的意義告訴孩子，對親子單車團隊而言非常具知識性。

6條練習路線先學技巧：對沒信心環島的讀者，本書精選了全省6條短程路線，作為環島前後的練習路線，此路線兼具了環島時所有需要的騎乘技術和體力，路線同樣附地圖可參照，里程路線讀者可在太雅部落格下載。

7.獨創環島道路地圖：本書將全省可騎乘的道路，以創意式的捷運地圖方式呈現，讓想規劃環島的讀者，可以任意安排自己的路線，非常實用又易懂。

8.行前的軟硬體內容齊備：包含環島配備建議、騎乘技巧和禮儀、暖身操練習、行前規劃事項、團隊工作分配、團隊溝通技巧等。

3大單元讓你輕鬆環島行

【準備去環島】

包含「團體單車環島旅遊的意義」、「環島行前規畫v.s預算計畫書」、「行前體能鍛練v.s團隊溝通」、「環島配備建議」，將出發前不可不知的各種問題，完全思考進來，以便日後能夠從容而充足的面對環島所遭遇的各種突發狀況。

【環島前後練習曲】

從坪林、新店、烏來、恆春、花東.....1日～4日的短程練習，全省精選6條路線，預先體會環島行程中所會遇到的路況，同時也藉以訓練體力，在一場場迷你的旅程中，逐漸儲備好環島的心理狀態與專業技巧。

【環島18天照著走】

精密的路線規畫，詳盡的地圖，讓讀者可以真的騎乘單車，照著走完18天路程，此外，還一路介紹沿路重要風土人文、歷史建築、輕快的美食品味，以及夜宿之地。

同時，也將團員每天所遇到的身心狀況以「問題與解決」明確標示與處理，讓讀者可以理解到在這一趟環島行程裡，林林總總，意想不到的狀況。而在公路上、市區裡，甚至山徑上所會遇到的不同道路狀況，也依地點逐一說明，做為安全上的重要提醒。