國立臺北護理健康大學
National Taipei University of Nursing and Health Sciences

一、活動目的：

響應全球身心療癒浪潮與國家「Tourism 2030」觀光願景，本競賽結合「休閒產業與健康促進」之專業特色，以「休閒健康遊程 × 實境遊戲化」為核心理念，翻轉傳統走馬看花的旅遊型態。

競賽鼓勵參賽者以臺灣在地休閒場域為舞台，將戶外運動、五感沉浸與身心紓壓等「休閒健康行為」，結合實境闖關、任務解鎖、大地尋寶等遊戲化手法（Gamification）。透過將整體遊程設計為一套趣味盎然的「實境探索遊戲」，引導旅客在化身玩家的過程中，自然達成促進身心適能與休閒紓壓的效果。期盼匯聚跨領域創意，開發具市場潛力與休閒健康效益的創新遊程，展現休閒健康產業的全新可能。

二、指導單位：教育部

三、主辦單位：國立臺北護理健康大學健康科技學院休閒產業與健康促進系

四、參賽資格：

(一) 高中職組：全國高中職學校、五專部（一至三年級）之在校學生。高中職組成員內如有專四以上成員，一律報名大專組。

(二) 大專院校組：全國大專院校各學制之在學學生（包含五專四、五年級、四技、二技）。

組別	資格	每隊人數	指導教師
高中職組	全國高中職學校、五專部（一至三年級）之在校學生。	3-5 人	1-2 人
大專院校組	全國大專院校各學制之在學學生。（包含五專四、五年級、四技、二技）	3-5 人	1-2 人

(三) 學生可跨系、跨校組隊，惟同一位學生於本競賽期間僅得報名一次、參加一支隊伍。

(四)　每隊須具備指導老師，指導老師須為高中職與大專校院之現職學校教師，一隊以兩名指導老師為限，指導老師不限指導隊數。

(五)　每隊設隊長 1 人，負責與主辦單位聯繫參賽事宜。

五、報名方式：

(一)　採網路報名及收件：即日起**延長至 115 年 11 月 9 日(一)**23:59 截止。

請至本校網頁>健康科技學院>休閒產業與健康促進系>活動專區>遊程競賽>報名連結處，完成網路報名及企畫書上傳程序。競賽團隊在報名後，即不得更換團隊成員。

報名網址：https://leisure.ntunhs.edu.tw/p/412-1032-3032.php?Lang=zh-tw

(二)　報名費用：免費報名。

(三)　參賽文件上傳繳交：

1. 簡要式遊程企劃書。
2. 著作權及肖像權聲明書。

(四)　逾期恕不受理，請各隊務必於期限內完成報名與資料上傳。

(五)　參賽隊伍上傳之報名資料及附件，主辦單位不另行退回或提供檔案，請各隊自行留存備份。

六、競賽方式說明：

（一）第一階段初賽-書面評選：

1.　繳件規定：各參賽團隊須於報名及初賽稿件收件截止日前，繳交以下資料，並以 PDF 電子檔上傳至指定區，並依規定命名（例如：「作品名稱-企劃書」、「作品名稱-聲明書」）：

(1) **簡要式**遊程企劃書（詳見第十點參賽作品規格）。

(2) 著作權及肖像權聲明書（團隊與指導老師全員簽名，可電子簽名或親筆簽名後掃描）。

(3) 繳交成功後，系統將發送通知信予參賽團隊的隊長信箱，請確認信箱收件正常；未收到通知信者，請於截止日前主動與主辦單位聯繫確認，以免影響參賽權益。聯絡資訊請詳活動網頁。

2. **評選方式：**由評審委員會依書面資料分「大專組」、「高中職組」二組審查，各組選出六組團隊晉級決賽（合計十二組）；實際各組晉級組數得依報名情況與作品水準，由評審委員會酌情調整。

（二）第二階段決賽-公開評選：

1. **晉級資格說明：**初賽通過僅取得決賽參賽資格；未完整參加決賽（含簡報與現場問答）者，視同放棄晉級資格，不核發得獎證明。
2. **簡報形式：**
   - 入圍決賽之團隊須於決賽會場進行口頭簡報，簡報時間為 8 分鐘，並由評審委員會進行 5 分鐘現場問答。
   - 簡報得使用投影片或其他輔助形式呈現。
3. **評選方式：**由評審委員會依現場簡報與問答表現，分「大專組」、「高中職組」二組進行評分，各組遴選出前三名及佳作三名，並於決賽當日公告成績及頒獎。
4. **決賽時程安排：**
   - 日期：2026 年 12 月 9 日（星期三），下午 12:50~17:30。
   - 地點：國立臺北護理健康大學 親仁樓 B118 會議廳。
5. **簡報繳交：**決賽隊伍須於 **2026 年 12 月 7 日（星期一）17:00** 前，將簡報以 PowerPoint 或 PDF 格式上傳至指定區(請見活動網站)，並依規定命名（例：「作品名稱-簡報」）。
6. **出席規定：**決賽當日，若參賽團隊未達三分之二以上成員出席，視同棄權，不予評分亦不核發相關證明。

七、重要日期與注意事項

活動日期	內容說明
即日起**延長至 2026/11/09(一)**23:59	受理報名（一律採網路報名）及初賽收件上傳截止（詳閱第八點報名資料繳交方式）
延長至 2026/11/25(三)	初審結果公告。實際公告日期，得視作業情形酌予調整。
延長至 2026/12/7(一)17:00	晉級決賽隊伍簡報上傳截止
2026/12/9(三)	決選及頒獎，地點：B118 會議廳

八、評分方式

(一) 第一階段初賽-書面評選

評選項目	說明	權重
健康促進理念與設計	生理適能行為與心理健康效益是否具體明確、對應關係合理；是否適度安排任務挑戰與沉浸修復之節奏	25%
遊戲化任務設計	線上／行前暖身任務與現場實境任務是否完整、觸發方式與完成條件是否清楚；任務是否有效引導旅客親身參與，而非流於形式	25%
在地資源與低碳旅遊運用（如綠色旅遊）	低碳移動方式運用是否具巧思；在地場域與資源特色結合是否具體、具備地方連結度	15%
遊程規劃完整性與可行性	遊程規劃表時段安排合理、動線流暢；安全性評估、天候應變、族群彈性調整、保險與緊急應變機制是否周全	15%
成本分析與行銷策略	經費編列是否合理、符合大眾可接受範圍；行銷方案是否切合目標市場、具備推廣可行性	10%
整體創意與完成度	企劃書整體呈現方式、創意巧思、圖文編排與易讀性（含「其他」項目加分內容）	10%

(二) 第二階段決賽-公開評選

評選項目	說明	權重
企劃內容精華呈現	簡報是否精準傳達健康促進設計、遊戲化任務設計、在地低碳運用三大核心構想，且能在有限時間內聚焦亮點、避免逐字照唸企劃書	25%
遊程可行性與完整度	遊程規劃、安全性與可行性、成本與行銷策略是否經得起現場檢視與追問	15%
簡報表達與台風	口條流暢度、時間掌控、視覺輔助（簡報設計、道具、示範等）之呈現效果	20%
問答應對表現	回應評審提問是否切題、邏輯清晰；面對質疑或臨場狀況之應變能力	25%
團隊整體印象與創意特色	團隊默契、簡報整體創意巧思與現場感染力	15%

九、獎勵辦法:

本競賽不提供紙本獎狀，得獎證明統一以電子獎狀形式寄送予得獎隊伍。

(一) 大專組

- 第一名：超商禮物卡陸仟元整、電子獎狀乙份
- 第二名：超商禮物卡參仟元整、電子獎狀乙份
- 第三名：超商禮物卡兩仟元整、電子獎狀乙份
- 佳作三名：超商禮物卡伍佰元整、電子獎狀乙份

(二) 高中職組

- 第一名：超商禮物卡陸仟元整、電子獎狀乙份
- 第二名：超商禮物卡參仟元整、電子獎狀乙份
- 第三名：超商禮物卡兩仟元整、電子獎狀乙份
- 佳作三名：超商禮物卡伍佰元整、電子獎狀乙份

十、參賽作品規格

（一） 遊程設計原則：以『休閒健康遊程 × 實境遊戲化』為主軸規劃遊程。

1. **健康促進與心理復原：**遊程需清楚指出能引導旅客產生哪些生理適能（如：有氧步行、單車騎乘之熱量消耗）與心理健康（如：自然場域的五感體驗、靜心舒壓）及其效益，並適度保留無任務干擾之沉浸片刻，以創造能有效釋放日常壓力、促進注意力恢復的療癒體驗。
2. **遊戲化任務設計著重於行為引導，而非為遊戲而遊戲：**
   (1) 遊程須包含至少一項「線上或行前暖身任務」與一項「現場實境任務」，引導旅客主動參與而非被動遊覽。
   (2) 參賽團隊可依遊程場域特性與旅客族群，靈活選用適切的任務呈現方式，無論是實體集章、關主帶領，或搭配 App、AR、Chatbot 等數位工具輔助，皆歡迎嘗試，無須具備程式開發能力，鼓勵優先採用現成平台或免程式碼工具；未採用數位工具之遊程，亦可透過實體道具達成相同之遊戲化效果，兩者評選權重相同。重點在於任務設計是否能有效引導旅客親身參與、樂在其中，並保留身心沉浸與自然對話的空間，而非任務本身之複雜度或科技技術占比。
3. **結合在地資源與低碳旅遊型態：**鼓勵優先運用步行、自行車、鐵道等低碳運具作為遊程移動方式，並結合國家風景區、步道系統、生態場域、地方社區等在地場域特色進行任務設計，使移動過程本身即成為健康促進行為之一環，同時展現地方資源與健康促進結合之可能性。
4. **安全性與可行性：**遊程設計須考量不同體能與年齡層旅客之參與彈性（如提供簡化版任務或路線），並將活動安全性、天候備案等因素納入路線與任務規劃之通盤考量。

（二）簡要式企劃書格式規範

1. **封面頁**：1 頁，不納入頁數計算。
2. **內文頁數**：3 至 5 頁，字體字號不限，以易讀為原則，須編頁碼；呈現方式可採傳統計畫書格式，或採海報、摺頁等創意形式。

3. **圖片與素材來源**：圖片不限大小；非自行拍攝或自製素材，須註明來源。
4. **匿名化規範**：封面與內文不得標示學校名稱、系所、師生姓名或其他可辨識參賽隊伍資訊；違者將扣分或取消參賽資格。
5. **參考資料**：須另附參考資料來源，不計入頁數。

（三）簡要式企劃書內容指引建議，包含下列項目：

1. **封面頁**：呈現遊程名稱、核心主題與一句話亮點；另請註明適用對象、建議天數與人數上限，不納入頁數計算。圖示如下：



2. **企劃構想與特色**：說明遊程之整體設計構想**(請於 3 至 5 頁內文中呈現，圖文不拘，項目順序可自訂)**，可涵蓋以下三個面向：

- 健康促進設計：說明生理適能行為與心理健康效益及其對應關係；說明任務挑戰與沉浸修復之節奏安排。
- 遊戲化任務設計：列出至少一項線上／行前暖身任務與一項現場實境任務，說明內容、觸發方式與完成條件；說明任務呈現方式（例如: 實體道具、關主帶領或數位工具等）。
- 在地資源與低碳旅遊運用：說明低碳移動方式之運用；說明結合之在地場域與資源特色。

1. **遊程規劃表:** 以簡明表格呈現時段、地點、活動內容與對應任務。
2. **安全性與可行性說明:** 體能／戶外風險評估重點；天候應變機制；不同族群之彈性調整方式；保險規劃與緊急事件應變機制。
3. **成本分析與預算**：合理列支，金額以一般大眾可接受為原則。經費須合理編列，包含行政及行銷費用，並註明適用人數。

4. **行銷策略**：針對目標市場提出行銷方案（如推廣通路、宣傳素材、合作對象等）。

5. **其他**：如有其他亮點或加分內容，可於此自由發揮呈現。

十一、相關作業須知：

（一）參賽隊伍須於規定時間內完成線上報名並繳交所需文件，符合資格者，主辦單位將核發數位參賽證明。

（二）禁止抄襲、一稿多投，或未經轉化直接複製市場既有商業行程（含景點組合、文字內容、企劃架構等）；若經查證屬實，將取消參賽與獲獎資格，並追回已頒發之獎金/獎品。

（三）本競賽得依政府政策、場地或其他不可抗力因素，適時調整活動辦理方式；競賽內容、獎勵及規章，主辦單位保有修改之權利，修改內容將公告於競賽官方網站。

（四）如有未盡事宜，主辦單位保留最終解釋、調整及變動之權利，並對競賽結果擁有最終決定權。

十二、預期效益

(一)　提升學生知能與創新創意

1. 培養跨領域整合能力，將健康促進理念、遊戲化任務設計與遊程規劃實務相結合。
2. 引導學生以使用者體驗角度規劃遊程，強化創意發想與問題解決能力。
3. 透過企劃書撰寫與決賽簡報，訓練提案企劃與口語表達素養。

(二)　促進產業交流與地方特色發展

1. 結合國家風景區、步道系統、地方社區等在地資源，發掘地方觀光與健康促進潛力。
2. 鼓勵運用低碳運具規劃遊程，呼應永續旅遊發展趨勢。
3. 搭建學界與觀光產業交流平台，為健康促進與智慧觀光累積創新遊程案例。

第七屆全國休閒健康盃旅遊行程設計創意競賽

著作權及肖像權聲明書

本團隊(全員姓名：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿)，以作品名稱：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿，參加國立臺北護理健康大學舉辦之「第七屆全國休閒健康盃旅遊行程設計創意競賽」，茲聲明如下：

一、著作權聲明：

1. 本團隊所提供之資料及參賽作品 **正確無誤**，並遵守競賽簡章相關規定。
2. 本團隊所設計之遊程為 **原創作品**，排除抄襲、一稿多投，亦未以相同企劃書參加其他競賽或公開發表於任何媒體，且不得違反著作權相關規範。
3. 本遊程競賽強調參賽者的原創性與創意發揮。若使用 AI 工具協助創作，請揭露其角色及參與程度（可複選）：

   ☐無使用 AI　☐有使用 AI (請再依據下列回答問題)

   ☐ 文字，(例如：AI 生成初稿，由我修改或潤飾)

   ☐ 圖片（例如：AI 生成草圖，由我進行後製或排版）

   ☐ 其他: ＿＿＿＿＿＿＿＿(請具體說明)

   在整體遊程設計中，人類創意與 AI 協助的比例或分工：＿＿＿＿：＿＿＿＿

   (範例人：AI= 80%：20%)
4. 若發現違反上述規定，主辦單位得取消參賽資格；若為得獎作品，主辦單位可追回獎金並公告，團隊承擔所有法律責任。

二、著作財產權及公開使用同意

1. 本團隊保留參賽作品之 **著作人格權**。
2. 本團隊同意，若參賽作品得獎，主辦單位可行使圖片及文字的 **公開發表、宣傳、報導、出版及推廣** 等著作財產權利。

三、肖像權同意聲明

1. 參賽團隊成員同意主辦單位在競賽相關活動中拍攝之照片、影片及影像素材可用於 **宣傳、報導、出版及網路展示**。
2. 本團隊確認上述影像素材不涉及侵犯第三方權益，並自願授權使用。

此致

國立臺北護理健康大學

著作財產權人(須團隊全員親筆簽名或電子簽名)：

＿＿＿＿＿＿、＿＿＿＿＿＿、＿＿＿＿＿＿、＿＿＿＿＿＿、＿＿＿＿＿＿

指導老師(親筆簽名或電子簽名)：

＿＿＿＿＿＿、＿＿＿＿＿＿

☐本人確認參賽學生在學身分屬實，且隊伍組別歸類正確（大專組／高中職組）；並確認本團隊企劃書內容係原創，未違反本競賽簡章相關規定（含抄襲、一稿多投、複製市場既有商業行程等情事）。如經主辦單位查明不符，指導老師須負連帶責任。

中　華　民　國　1　1　5　年　＿＿＿＿＿月　＿＿＿＿＿日