



普通高等教育“十二五”规划教材
高等院校素质教育系列规划教材



SURVIVE



野外 生存技巧



(第二版)



王 健 主编



科学出版社

普通高等教育“十二五”规划教材

高等院校素质教育系列规划教材

野外生存技巧

(第二版)

王 健 主编

胡 忠 万田户 副主编

科学出版社

北 京

内 容 简 介

本书从野外生存和户外旅行两方面的实际情况出发,结合人们在野外应对突发事件和户外自助旅行的需要,既着重介绍了野外生存技巧,又介绍了户外旅行必备的和较为专业的知识,是一本集野外生存和户外旅行知识为一体的求生、旅行宝典。

本书可作为高等院校旅游、地理、美术、体育、摄影、商贸等专业的专业选修课教材,也可作为公选课教材,此外还可为自助旅游、家庭休闲露营、户外探险、户外采风、旅游资源调查等提供资讯。

图书在版编目(CIP)数据

野外生存技巧/王健主编. —2版. —北京:科学出版社,2012
普通高等教育“十二五”规划教材 高等院校素质教育系列规划教材
ISBN 978-7-03-033269-1

I. ①野… II. ①王… III. ①野外-生存-高等学校-教材
IV. ①G895

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第001338号

责任编辑:王彦刚/责任校对:柏连海

责任印制:吕春珉/封面设计:东方人华平面设计

科学出版社出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

骏杰印刷厂印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2007年3月第一版 开本:B5(720×1000)

2012年2月第二版 印张:19 3/4

2012年2月第六次印刷 字数:384 000

定价:34.00

(如有印装质量问题,我社负责调换〈骏杰〉)

销售部电话 010-62134988 编辑部电话 010-62135517-8305 (HP02)

版权所有,侵权必究

举报电话:010-64030229; 010-64034315; 13501151303

第二版前言

本书自 2007 年面世以来,承蒙广大读者和全国众多高校厚爱,发行量逾万册。并在 2008 年荣获第三届江西省普通高校优秀教材一等奖,成绩斐然。

随着科技进步和经济发展,户外装备及材料日益更新,通讯设备和网络日益完善,交通手段和条件日益完备,野外活动参与群体和活动方式日益宽泛,第一版有些内容明显老化,跟不上时代的发展。为此,第二版在第一版基础上作了删改和充实。第一版第四篇中的价格数据变化很快,故删去。在绪论中增加了“野外生存起源与发展”;针对近年来户外装备的发展及户外活动的特点,重新编写了第 2 章;补充了“附录:GPS 在野外穿越中的应用”的实际操作内容;完善了教学课件,并建立了与本书相配套的“精品课程”网站,以供读者随时使用。

由江西师范大学王健教授主持重新修编,负责拟出大纲,并最后统稿。参加修订工作的还有胡忠、万田户、三板斧,具体分工如下:王健编写第 3、7、9、10、11、12 章,江西师范大学胡忠编写绪论 0.1 和 0.3、第 1、4、5、6、8 章;江西师范大学万田户编写绪论 0.2、第 2 章;南昌铁路局三板斧编写附录。教学课件由王健、万田户制作,读者若需要,可登陆江西师范大学《野外生存技巧》精品课程网站(<http://jwc.jxnu.edu.cn:8080/kc/ywsc/index.php>)免费下载。

本书在编写中,参考和吸取了部分相关著作的成果,在此谨向有关作者表示诚挚的谢意。

王 健

2011 年 5 月 28 日

于显微湖畔

第一版前言

针对中国地理环境特点，及近 10 年来中国旅游由观光转向体验、团队转向自助的趋势，以及中国民间探险的崛起和各高校日益注重对学生综合素质的培养，许多院校在旅游系或公选课中开设野外生存这类课程。本书结合近年来户外装备的发展及户外活动的特点，以户外装备篇、野外生存篇、活动组织篇、精品景区篇的结构，图文并茂图随文走的形式成书。与同类书籍比较，本书注入了时代的新内容，更全面、更适合当今大众户外生活的使用，是一本在野外应对突发事件和大众户外活动的多用途行动手册。

在学习本书所述技能时，读者应遵循环境保护的需要，避免杀害动物和损毁植物，遵守各种相关的动植物保护法，加强环境保护意识。切记，这里的野外生存技巧是有关在求生环境下使用的技巧，各项求生技能仅适用个人安全受到威胁的紧急情况。只有当自我保护必须至上，寻求正常生活已变得无效，冒险成为必要时，才应该求助于它。在需要做出生存决策时，最终选择权属于自己，如果错了，没有人能替你承担过失。如果本书实践者由于运用或误用所述各项技能造成各种可能的不良后果或伤害，出版者不负任何责任。

本书由江西师范大学王健教授主持编写，拟出大纲，并最后统稿、插图。王健编写第 3、7、9、10、11、12、13、14 章，江西师范大学胡忠编写绪论、第 1、4、5、6、8 章；华南师范大学丁武军编写第 2 章。教学课件由王健制作，读者若需要此课件，可发邮件至：ncwj1957@yahoo.com.cn 联系。

本书在编写中，参考和吸取了部分相关著作的成果，在此谨向有关作者表示诚挚的谢意。本书的顺利完成得到了户外资深山友张凡力、北坡、李建民、李会勇、曹宏等的大力支持。南昌航空工业学院 04 级装潢的刘荣、康红叶、旷枚花、余芳同学为本书配图做了大量工作。在此，一并表示诚挚的感谢和敬意。

王 健

2006.10.18

于南麓坞岩下

目 录

第二版前言

第一版前言

绪论	1
0.1 野外生存概念及内容	1
0.2 野外生存的起源与发展	1
0.2.1 野外生存的起源	1
0.2.2 野外生存的发展	2
0.2.3 国内外野外生存发展概况	3
0.3 野外生存的价值与功能	5

第 1 篇 户外装备篇

第 1 章 野外着装	11
1.1 野外着装的概念	11
1.2 野外着装物的选择	11
1.2.1 选用野外着装物的基本原则	11
1.2.2 服装的选择	12
1.2.3 鞋袜选择	14
1.2.4 头、颈部穿戴物的选择	16
1.2.5 手套的选择	17
1.3 野外着装技巧	18
1.3.1 分层穿着衣裤	18
1.3.2 野外行进忌穿新鞋	18
1.3.3 根据拟前往的地区、季节和具体旅行路线的特点选择着装	19
第 2 章 野营套装	20
2.1 帐篷、睡袋、地垫的分类	20
2.1.1 帐篷的种类	20
2.1.2 睡袋的种类	21
2.1.3 地垫的种类	22
2.2 帐篷、睡袋、地垫的选择	23
2.2.1 帐篷、睡袋、地垫的选择	23

2.2.2	帐篷、睡袋、地垫的选购细节	24
2.3	帐篷、睡袋、地垫的使用	27
2.3.1	帐篷的使用	27
2.3.2	地垫的使用	28
2.3.3	睡袋的使用	28
第3章	其他工具	30
3.1	背负工具	30
3.1.1	背包	30
3.1.2	腰包	35
3.2	登山工具	36
3.2.1	登山杖及其使用	36
3.2.2	绳索及其使用	39
3.2.3	快挂、锁扣及其他安全工具	41
3.2.4	登山表	44
3.3	炊事工具	44
3.3.1	炉具及其使用	44
3.3.2	锅具及其使用	47
3.3.3	水具及其使用	48
3.4	通信定位器材	51
3.4.1	对讲机及其使用	51
3.4.2	GPS 在野外穿越中的应用	53

第2篇 野外生存篇

第4章	野外定向	57
4.1	野外定向的意义	57
4.2	野外确定方位和时间的主要方法	57
4.2.1	使用专门的地图和定向仪器定方位	57
4.2.2	借助随身携带的工具定向	61
4.2.3	利用自然界特征判定方向和时间	61
4.3	迷失方向后怎样处置	69
4.3.1	保持镇静，冷静分析，力争“迷途知返”	69
4.3.2	利用自然界特征和地区环境特色判定方向，探索回“家”之路	70
4.3.3	保存体力，节约给养	71
4.3.4	发出求救信号，等待救援	71

第 5 章 野外行进	76
5.1 野外行进应遵循的基本原则和注意事项	76
5.1.1 认识所去地区的环境, 选择综合行进条件好的行进路线和路面	76
5.1.2 精选同伴, 结伴同行	76
5.1.3 白天行进, 尽量不走夜路	76
5.1.4 使用正确步姿, 协调行进节奏和行进速度, 行进和休歇相结合	77
5.1.5 精力集中, 保持良好心态	78
5.1.6 给家人或朋友留下你的行进路线安排和时间表	78
5.2 野外特殊地类的行进	79
5.2.1 过独木桥	79
5.2.2 过吊桥	79
5.2.3 过栈道	79
5.2.4 过碎石地	79
5.2.5 渡河	79
5.2.6 坡地行走	83
5.2.7 通过草丛灌木	84
5.3 山地与雪域坡地分布区行进	85
5.3.1 山地区行进要领	85
5.3.2 雪坡雪地分布区行进要领	96
5.4 热带丛林地与湿涝地分布区行进	97
5.4.1 热带丛林地分布区行进要领	98
5.4.2 湿涝地行进要领	103
5.5 荒漠分布区行进	104
5.5.1 认识荒漠, 备足所需	104
5.5.2 夜行昼宿, 用慢行法行进, 避开烈日高温和恶劣天气	106
5.5.3 注意间隔定方位, 防止迷向	106
5.6 行进中的跟踪与反跟踪	107
5.6.1 跟踪技巧	107
5.6.2 反跟踪	108
第 6 章 猎取食用动物	109
6.1 猎取可食动物的目的和意义	109
6.2 猎取应遵循的基本原则	109
6.2.1 低风险和多效用原则	109
6.2.2 就近和简便有效原则	110
6.2.3 需要原则(够用和多效用原则)	110
6.3 寻猎动物	110

6.3.1	行踪	110
6.3.2	排泄物	111
6.3.3	啃食信息	111
6.3.4	气味	111
6.3.5	洞穴	112
6.3.6	野外常见动物寻猎	112
6.4	猎取方法	119
6.4.1	捕猎方法	120
6.4.2	狩猎方法	127
6.4.3	捕鸟方法	129
6.4.4	捕鱼方法	132
6.5	猎获物的处理和食用	136
6.5.1	猎物的捆绑	136
6.5.2	大型哺乳类动物的处理	137
6.5.3	悬挂贮存	139
6.5.4	猪类动物的处理	139
6.5.5	爬行类动物的处理	139
6.5.6	鸟类的处理	139
6.5.7	鱼类的处理	139
第7章	采集野生植物	140
7.1	可食野生植物的鉴别与处理方法	140
7.1.1	可食野生植物的鉴别	140
7.1.2	野菜毒性的处理方法	141
7.1.3	野菜的食用方法	142
7.2	中国主要可食野生植物	143
7.2.1	中国主要可食野菜	143
7.2.2	野果、蘑菇、海藻类	161
第8章	水、火的野外寻取与野炊	168
8.1	水的寻取	168
8.1.1	寻找水源	168
8.1.2	取水	173
8.1.3	对水的处理	178
8.1.4	科学饮水方法	181
8.2	野外取火	181
8.2.1	火源、火种与可燃物	181
8.2.2	取火	182

8.2.3 各种形式火的设置与作用	185
8.3 野炊	189
8.3.1 蒸煮食物的方法	189
8.3.2 烤制食物的方法	192
第9章 野外露营	195
9.1 野外露营地的选择	195
9.1.1 从时间上考虑	195
9.1.2 从空间上考虑	195
9.1.3 确定选址后的观察	195
9.2 帐篷的架设	196
9.2.1 成品帐篷的架设	196
9.2.2 自制帐篷与床铺的架设	197
9.3 临时庇护所的修建	199
9.3.1 山崖石滩露营临时庇护所	199
9.3.2 森林露营临时窝棚的搭建	200
9.3.3 寒带积雪地区庇护所的构建	203
第10章 野外自救与保健	206
10.1 救生绳结与实用绳结	206
10.1.1 救生绳结	206
10.1.2 实用绳结	208
10.2 虫、蛇、蚂蟥和犬的危害及其处理	222
10.2.1 昆虫及其危害与处理	223
10.2.2 蛇、蚂蟥和犬的预防与处理	226
10.2.3 避免感染血吸虫病	229
10.3 野外伤病的处理与保健	230
10.3.1 几种野外伤病的预防和救治	230
10.3.2 野外急救常识	241

第3篇 活动组织篇

第11章 游戏活动	263
11.1 运动游戏	263
11.1.1 定向越野	263
11.1.2 团队精神拓展游戏	265
11.2 智力游戏	274

11.2.1	杀人游戏	274
11.2.2	成语接力游戏	276
第 12 章	户外自助旅游及出行攻略案例	277
12.1	户外自助旅游分类及其组织过程	277
12.1.1	户外自助旅游	277
12.1.2	户外自助旅游的分类	277
12.1.3	户外自助旅游的组织过程	278
12.2	出行攻略案例与点评	282
12.2.1	《户外活动公约》案例	282
12.2.2	近郊休闲案例	285
参考文献		288
附录	GPS 地图的制作及使用	289

绪 论

0.1 野外生存概念及内容

野外，是与户内或室内相对的一个地域类型概念，它是指未受人类活动影响或人类活动影响较小，其原来面貌基本上保持未变的自然环境，即天然环境。它包括原始自然环境、原生自然环境和次生自然环境三类。野外也与“户外”概念不同，严格意义上讲，旅行者一踏出家门即是户外，而野外所界定的范围则要小许多。在本书中，我们所讲的“野外”，强调的是其地域的自然性和原始性。人迹较少、生存条件相对恶劣是野外的重要特点。

生存，是一种旨在维持自身生命的活动，表现为行为主体为了维持其生命而施行的一系列行为的组合。这里行为主体可以是个人、人群、公司、机构、国家或国家集团等，其概念外延十分广泛。在本书中，生存则专指行为对象（特定个体的人或人群）置身于生存条件恶劣的环境中时，以维持生命为目的而实施的一系列行动的组合或开展的活动，无论他们是主动置身其中，还是被迫面临。

因此，本书所说的野外生存，是指人们在非人居的自然环境（即非生活环境）中，为了维持自己的生命而进行的各种行为组合或活动的总称。非生活自然环境和最大限度地维持生命是此概念中的两个关键。

野外生存涉及的对象是相当广泛的。对于“背包族”来说，掌握野外生存知识和技能是成为一个合格“背包族”必备的条件；对社会其他成员来说，掌握野外生存知识和技能也是有备无患的事；对于从事与野外有关行业如地质、生物资源考察、自然地理野外工作、考古、探险、登山、救护、军事等行业的从业者来说，掌握野外生存知识和技能则是从业的要求之一。

野外求生存，概括起来大体上是围绕行、吃、住和自救四个方面展开的，具体包括野外判定方向与求救、野外宿营、寻找水源与取火方法、复杂地形行进、猎捕动物、采食野生植物、跟踪搜索方法、救生绳结和攀岩速降、野外常见伤病防治与救助等内容。

0.2 野外生存的起源与发展

0.2.1 野外生存的起源

对于野外生存起源问题的探讨，学者们众说纷纭。有的认为野外生存活动起源于18世纪中期阿尔卑斯山脉的登山运动，有的认为野外生存源于第二次世界大战期间士兵的军事训练，其实人类的野外生活动从有人类开始就一直没有停止

过，从这一角度出发，我们根本不用来讨论野外生存活动的起源问题。我们祖先的原始生活方式就是一种标准的野外生存。他们生活在原始的自然环境里茹毛饮血、营木为巢、钻木取火。从某种意义上讲，我们现在的一些野外生存活动训练科目就是对祖先生活方式的重演，是人类原始技能的一种回归。

0.2.2 野外生存的发展

综观野外生存的发展历史，18世纪登山运动的兴起和第二次世界大战期间的军事训练，对野外生存的发展起到了巨大的推动作用。

（1）18世纪登山运动的发展对野外生存的推动作用

18世纪中后期，法国一位著名科学家德·索修尔想去探索阿尔卑斯高山植物资源，但是他无法克服当时那种看来是不可逾越的险阻，即登上阿尔卑斯山顶峰勃朗峰。于是1760年5月，他在阿尔卑斯山脚下的夏木尼镇贴出一则告示：“凡能登上或提供登上勃朗峰之巅线路者，将以重金奖赏。”一天、两天、三天……直到26年后的1786年6月，夏木尼镇一位名叫巴卡罗的医生揭下了告示，他经过两个多月的准备，与当地山区水晶石采掘工人巴尔玛结伴，于8月6日首次登上了勃朗峰。

1787年8月3日，由德·索修尔本人率领、巴尔玛做向导的一支20多人组成的登山队，再次登上了勃朗峰，揭开了现代登山运动的序幕。在整个登山过程中，他们进行了有关人体生理、自然环境等多方面的考察，取得了许多高山科学的宝贵资料。

在18世纪，有一些传教士为了传教，不得不穿越山区；科学家开始走入山区，做一些自然生态的研究，除了这些人外，还有一些因拜工业革命所赐而形成的实业家和企业家等社会新阶层，这些人有了一定的资金后同时也为了追求另一种刺激，就开始把登山当成另一种休闲方式。在当时，首登就成为所有登山者追求的目标，当那些在阿尔卑斯山区中，比较平缓而容易到达的山头都被首登过后，剩下的就是有着相当难度的大山了。当时的登山者，为了克服这些终年积雪的冰岩地形，进而总结、发展出一整套野外生存技术。

（2）“二战”期间军事训练对野外生存的促进作用

“二战”期间，野外生存训练作为军事训练项目在英国开展。当时大西洋商务船队屡遭德国人袭击，使许多年轻的海员葬身海底。但是让人称奇的是那些能够活下来的并不是身体最强壮、游泳技术最好的人，而是那些具有顽强意志、具备强烈求生欲望、有着丰富生活阅历、懂得一定生存技能的人。于是在德国人库尔特·汉恩等人的提议下创办了“阿伯德威海上学堂”，利用自然条件和人工设施训练海员的心理素质和生存技巧，这便是世界上最早的野外生存学校。战后，海上训练学校的利用价值大大降低，但野外生存训练的独特创意和组织训练方式得到了大力推广，训练对象也从海员扩展到军人、学生以及工商业者等群体，训练

目标也由单纯的体能、生存训练扩展到心理训练、人格训练和管理训练等。人们从各种渠道了解到特种兵的野外生活，从开始的好奇、崇拜一直到模仿，野外生存也因此被更多的人所接受，并走上了军转民的发展道路。近 30 年，野外生存训练在西方逐渐成为一种中青年所钟爱的时尚生活休闲方式。人们通过野外生存活动，亲近自然、磨炼意志、强健体魄、化解压力、增长阅历，进而在国内外产生了许多新名词、新称谓，如“背包客”、“暴走族”、“远足者”、“跋涉者”、“驴友”等，这些都是对热爱参与野外生存活动的人的一种别称。

0.2.3 国内外野外生存发展概况

(1) 国外野外生存发展状况

野外生存活动在国外的普及面比较广，民间野外生存活动有自发的，也有有组织的。休闲类的野外生存活动，如爬山、野炊、露营和溯溪等备受青睐；另外，有技巧尝试性的野外生存活动和综合度较高的挑战性野外生存活动，形式多样，内容丰富，关注度也很高。与此同时，还有大量关于野外生存方面的专业工具书出版，如《美军野外生存手册》、《怀斯曼生存手册》等；及有关野外生存题材的电影、纪录片问世，如《垂直极限》、《荒岛惊魂》、《127 小时》；同时与之相配合产生了众多世界顶级的野外生存装备品牌制造商。

另外，发达国家学校中开展“野外生存生活训练”活动也比较普遍。如日本把野外生存能力作为青少年必备的一种生活技能，建立了专门的训练基地，并在《保健体育指导纲要》中明确指出：根据当地的地理条件和学校的具体情况，积极采用诸如冰上游戏、滑雪、溜冰等与大自然紧密相连的活动作为教学内容，有关体育与健康的活动不仅在课堂教学中进行，而且还应该结合学校的一些专门活动（如野营活动）来开展。

美国的体育课程规定：参加冒险和户外教育的学生应首先培养这方面的能力，使学生既能迎接挑战，又能享受乐趣；活动的选择要有助于学生对环境的保护意识，并使学生喜欢这种活动；同时，该课程要求学生在两个或更多的户外教育活动中培养能力，如搬运货物、划船、宿营、长途徒步旅行、定向、水上运动等。

新西兰健康与体育课程规定：户外教育为学生发展个人空间和培养社会技能提供了条件，为了确保户外活动的可靠和安全以及提高学生的整体健康水平，学校应制订相关的政策和条例，同时要选择、利用、评估最适合的社区资源。新西兰的户外教育包括户外冒险活动和户外专业活动。户外冒险活动可以使学生通过体验合作、设置目标、言语和行为上的交流，解决问题并做出决定的能力。户外专业活动如野外定向、扬帆、攀岩、远足等都有助于学生掌握一些生存的技能。

澳大利亚维多利亚州健康与体育课程标准要求：学生学会户外活动安全保护的方法，并为自己和他人制定户外活动的安全计划。

（2）国内野外生存发展状况

我国民间开展野外生存活动的的时间并不长，直到20世纪80年代中后期，作为西方人的一种现代休闲娱乐方式——野外生存活动才在我国民间开始发展。这种发展实际上是从漂流探险开始的。

首先引起国人瞩目的是来自四川某大学的尧茂书。1979年他萌发了漂流长江的念头。1983年，他自费到长江源头实地考察。尧茂书预计于1986年下水。然而1985年，美国将派“激流探险队”于秋天从长江源头漂流而下的消息，促使尧茂书做出捷足先登漂流长江的决定。这位西南交大电教室年轻的摄影师经过长达6年的准备，于1985年6月20日来到了长江源头。为了赶在即将来华的美国肯·沃伦探险队之前漂流金沙江，尧茂书以一腔热血驾驶着“龙的传人号”只身在浪涛中搏击。不幸的是，开漂仅一月，行程仅千余公里，7月24日他就在金沙江通伽峡遇难，时年32岁。

自1986、1987年的“长漂”、“黄漂”热之后，中国的民间探险运动在条件极不完善的状况下艰难发展，涌现了一大批著名探险人物。

随着国民经济的持续增长，人民生活水平的大幅度提高，人们已接纳了野外探险运动，认同了它开拓、进取、前仆后继、不屈不挠的精神，于是漂流、登山、野营、溯溪、攀岩、自行车等野外生存活动发展势头更加迅猛。但是由于热情高于理智和技巧，所以在这个过程中出现了一系列的问题，野外生存安全事故频频发生。

2002年8月13日，北京某大学登山队一队人马，在攀登希夏邦马峰西峰过程中，遭遇雪崩，5名学生遇难。这是一起选择了错误的时间，并且没有高山协助的登山活动。

2006年5月3日，北京一队驴友在穿越库布齐沙漠过程中，下午3点左右一名女驴友突然出现中暑的症状，经过多方努力后未果，于4日凌晨2点左右不幸遇难，时年27岁。这是一起开始请了向导和骆驼保障，后又辞去，并且不遵循沙漠行进“昼伏夜行”规则，从早上8点一直行进到下午2点而导致的技术失误。

2006年7月7日，一群互不相识的网约驴友，前往南宁武鸣县赵江溯溪，并在山谷河滩大石头上露营，次日上午7时左右山洪暴发，一名女子不幸罹难，引起了社会广泛关注。这是一起露营地选择错误的典型案例。

2010年12月12日，上海某大学登山协会组织的18名以学生为主的上海驴友，前往黄山明文禁止的未开发区域进行探险。由于技术准备和物质准备不充分，12日下午5点，他们发现迷路了，GPS漏水失灵，只知道当前的坐标。在接到学生家属报警后，黄山警方动用200警力进行搜救行动。在13日凌晨1点找到迷路的18人，在下山过程中为给18人中的一个女生让路，一名民警坠崖身亡。这是一起不请向导，没有做好必要的技术准备和物质准备的，并没有达到极限危险地步，而随意动用公共社会资源导致人员伤亡的典型案例。

我们痛惜事故中每一个生命的逝去，但是对于事故背后的思索对后来者会有警示价值：组织者缺乏野外生存知识、常识和技巧，对他人、对自己不负责任的疯狂；参与者安全防患意识的淡薄，盲目草率，对自身体力和能力状况判断的不足等，是造成灾难的根源。这说明国内野外生存活动的开展还需要进一步引导和规范。

中国登山协会认证注册的专业野外生存俱乐部的兴起；中国登山协会不定期举办的各种户外知识技能考核培训；各种不同功能的野外特殊保险的相继推出；《山野》、《户外探险》等杂志及有关书籍发行的增加；中国户外资料网、中华户外网等专业及大型野外生存及户外出行的门户网站的建立；形式多样的野外生存挑战赛和户外帐篷节等大型活动的策划；相关野外生存题材电影的播映等，在普及我国野外生存活动、介绍野外生存知识、引导民众树立安全参与观、规范商业化野外生存特殊市场等方面起到巨大促进作用，为中国国内野外生存活动的进一步健康发展奠定了坚实的基础。

在教育部相关素质培养计划的倡导下，目前我国许多高校已开设了野外生存课程，并在一些院校建设为精品课程（如江西师范大学）。通过几年来的尝试教学与实践探索，证实了野外生存课程在训练和培养大学生野外生存能力、生活自立能力、独立思维能力、组织协调能力、社会适应能力、吃苦耐劳品质、团队合作精神、环境保护意识等方面都具有很强的引导作用，不仅为拓展大学生视野、培养大学生健全人格及提升大学生身心综合素质奠定了坚实的基础，而且为学校的课程教育改革和社会新型复合型人才的培养做出了许多积极贡献，受到了学校和社会的广泛关注。

0.3 野外生存的价值与功能

学习野外生存知识、掌握野外生存技能，对于现代社会的人们来说是很有意义的。其价值和功能可以从客观实际需要和现代人要求保持身心健康的主观需求等层面反映出来。

1. 野外生存是客观需要

随着社会的进步、人民生活水平的不断提高和人们旅游观念的转变，野外生存这种集旅游、运动、休闲和探险为一体的活动，正在逐渐成为越来越多的中青年的休闲方式。据不完全统计，目前我国与户外运动和野外生存有关的俱乐部几乎每一个省、市、自治区都有，而在一些经济发达的城市，数量较多，发展快速。全国每年参与野外活动的人数达几十万人，与野外生存有关的活动正在全国范围内逐步升温。许多著名的探险地带（沙漠、雪山、草地和大峡谷地）在探险的季节里常常人满为患。以“死亡地带”罗布泊为例，近年来不得不通过提高收

费标准来“规劝”到此进行“死亡之旅”的探险者。

近年来，野外运动作为一项体育活动正在我国蓬蓬勃勃地开展起来。野外运动、野外生存训练在对人意志、品行的培养中起着独特的作用，已经受到国家有关部门特别是教育界的关注，野外定向运动已正式列入了国家的体育运动项目。不少学校纷纷开设了与野外生存训练有关的公共课程。喜欢参加这项运动的人越来越多。

对于任何一位想要参加野外生存训练和户外运动的个人或团体成员来说，学习和掌握野外生存的知识和技能是必不可少的。因为只有具备了丰富的野外生存知识，熟练掌握着野外生存的技能，在野外生活动中才能成为一个真正的自由人，毕竟野外生存活动者面对的环境是相当艰苦的。“暴走，成为一个快乐的自由人！”这是需要前提的。一位出色的“暴走族”应拥有丰富的野外生存知识，能够娴熟地运用各种野外生存技巧，并有大量野外生存实践活动的宝贵经验。

同时，学习一些野外生存知识、掌握野外生存技能对于其他社会成员来说，也是很有意义的。因为谁也无法肯定其一生中不会发生意外，不会面对衣、食、住无着的窘境。当迷路、自然灾害、交通事故、空难和战争等事件发生时，如何脱离困境、求得生存是每一个当事者所必须面对的重大问题。这时，野外生存知识多少、野外生存能力的强弱成为能否幸存的决定性因素。当然，也会有人认为，当自然灾害、交通事故、恐怖事件，甚至战争等偶发事件发生后，人类强大的科学技术和专业的从业人员会应对和处理所有的麻烦，其实，正是这种不正确的认识使许多人泯灭了自身原始的生存本能，而步入死亡的边缘。殊不知常常由于条件所限，专业人员并非都能及时赶到事发现场，现代科技也远未达到无所不能和及时安全的程度。野外生存训练对唤醒、发挥人类的生存本能和发掘人类的生存潜能有其存在的价值。

对于某些与野外有关的行业的从业者来说，掌握和应用野外生存知识技能的多少和优劣，是判定其是否成为合格从业者的标准之一。

2. 野外生存成为主观要求

现代人追求身心健康、人格完美，野外生存训练可以增强人的体质、激发人的潜能、磨炼人的意志、陶冶情操、增强人对自然环境的适应能力和保护环境意识。

无数观察研究和许多“驴友”的亲身体会都表明，随着参加野外活动次数的增多，以及历经的自然环境类型的日益丰富多样，人从野外生存活动中所获得的收益亦不断增加，个人修为不断提升。大部分经常到原始自然环境中去的“野外人”（或称“背包族”、“暴走族”、Associate、“驴友”）、长期在野外从事研究工作的科学工作者最终都变成了环境保护主义者。这都应归功于大自然，是大自然的