

# 教育部體育署 110 年度山野教育高山挑戰活動 (第一梯) 報名簡章

## 一、依據

教育部體育署 109 年 11 月 23 日臺教體署學(三)字第 1090039501 號函辦理。

## 二、目的

透過辦理高山體驗活動，使參加者體驗高山魅力，同時更了解高山生態環境的瑰麗與潛在的風險，強化參加者對山野場域的認知，並強調「登山安全責任自負、登山環境倫理從我做起」的觀念。

## 三、辦理單位

(一)主辦單位：教育部體育署

(二)承辦單位：國立臺灣師範大學公民教育與活動領導學系

## 四、活動對象

(一)對象：

1. 教育行政人員(教育部相關單位、直轄市縣市政府教育局處、學校單位專兼任行政人員等等)
2. 學校教師(含校長、主任、正式教師與代理教師)
3. 全國性或地方性家長會幹部、各中小學學校家長會幹部
4. 符合前三項資格報名者之子女(每人限攜一名，須為國中至高中學生，並請於表單報名同時填寫，恕不提供單獨報名與事後補報)。

(二)預計招收人數：28 人

## 五、活動日期與地點

(一)活動日期：110 年 04 月 24 日-04 月 25 日(星期六~日)(若延期則另公告之)

(二)活動地點：南投縣信義鄉 鹿林山、麟趾山、玉山前鋒(如因不可抗拒因素需更換地點，則另公告之)

(三)報到時間：04 月 24 日上午 07：30

(四)報到地點：高鐵臺中站。

## 六、活動進行方式

(一)本活動為進階高山體驗活動，04/24-04/25 將於山區進行行程，將會歷經兩日輕裝健行、高山過夜住宿、高山環境體驗之歷程。

(二)參與本活動行程成員需具備下列條件：

1. 有意協助推動中小學山野教育者。
2. 身體狀況適合進行過夜高山健行活動。
3. 錄取後願意在主辦單位規劃下進行**個人體能訓練**並做好**出發前準備**。
4. 具備個人登山裝備(詳附件一，團體裝備由主辦單位準備)

## 七、報名資訊與資格審核方式

(一)本活動為依照報名者於報名表單中填寫之各項資格進行審核(標準請詳見第五項)，並非依報名先後決定錄取與否，先行敘明。

(二)報名日期：即日起至 110 年 04 月 08 日(星期四) 24 時。

(三)報名方式：

請至 <https://forms.gle/nhyVRzKzv2SmMKQG8> 填寫詳細報名資料，並請依照報名系統各項問題進行填寫，此為**報名審核重要依據**之一。

(四)名額：

1. 正取 28 名，備取 4 名。

2. 正取名單於 110 年 04 月 09 日下午 14:00 公布於「**山野教育推廣團隊**」**FB 粉絲專頁**；並同時以 e-mail 和簡訊個別通知正備取人員。(未錄取者恕不個別通知)

3. 若備取者於 110 年 04 月 16 日 12:00 前尚未接獲遞補通知，則代表未遞補成功，請毋須再行等待。

(五)審核標準為：

1. **必備資格**：需具備**基本登山活動經驗**(一日輕裝攀登中高海拔山峰，如：合歡山、中海拔之「小百岳」等山峰，或登山健行超過 6 小時以上的郊山)，且能依主辦單位需求，進行「體能、態度、知識、裝備、技能」之**自主管理**。

2. 除具備前述資格外，將再依下列資格順序進行排序審核：

(1) 教育行政人員(教育部相關單位、直轄市縣市政府教育局處、學校單位專兼任行政人員等等)

(2) 學校教師(含兼校長、主任、組長、正式教師與代理教師)

(3) 全國性或地方性家長會幹部、各中小學學校家長會幹部

(六)報名者於錄取後請務必協助填寫健康調查表。

(七)活動費用：免費，但請自行預備活動第一日之早餐與兩日份之午餐與行動糧。

(八)聯絡人：蘇威丞 先生、葉孟學 先生 (02)7749-1876

電子郵件：[mountainedu2013@gmail.com](mailto:mountainedu2013@gmail.com)

## 八、其他注意事項

(一)本活動為教育部計畫，敬請各相關單位惠予參加人員以公(差)假方式參加活動。

(二)攜帶裝備：請參考【附件一】。

(三)如因國家公園乘載量限制、颱風、豪大雨、公路坍方的不可抗力因素需延期或更改地點，將另行通知錄取人員。

(四)如遇錄取學員無法配合主辦單位規畫進行**行前準備**時或**裝備整檢**時未預備合宜裝備，基於登山與人身安全之考量，主辦單位**有權婉拒學員**繼續參與本活動。

## 九、活動行程表

D1-04/24			
時間	活動內容	地點	行程重點
0730-0740	集合	高鐵台中站	(詳細地點待錄取後另行通知)
0740-1040	車程	台中高鐵站→東埔山莊	
1040-1055	整裝	東埔山莊	背包填裝與裝備管理
1055-1110	車程	東埔山莊→塔塔加	
1110-1130	準備與敬山儀式	塔塔加	敬山與靜心
1130-1730	分組行進 (午餐自備乾糧)	塔塔加→麟趾山 →鹿林山→東埔山莊	LNT 無痕山林、走路技巧與登山杖運用、背包裝填與調整、呼吸調節、高度適應、高山地形與野生植物、高山環境體驗
1730-1830	晚餐及休息	東埔山莊	LNT 無痕山林、山屋禮節
D2-04/25			
時間	活動內容	地點	行程重點
0530-0630	早餐時間	東埔山莊	LNT 無痕山林、山屋禮節
0630-0645	車程	東埔山莊→塔塔加	
0645-1245	分組行進 (午餐自備乾糧)	塔塔加→孟祿亭 →玉山前峰登山口 →玉山前峰登山口 →孟祿亭→塔塔加	LNT 無痕山林、走路技巧與登山杖運用、背包裝填與調整、呼吸調節、高度適應、高山地形與野生植物、高山環境體驗
1245-1300	車程	塔塔加→東埔山莊	
1300-1400	綜合課程/小組分享	東埔山莊	經驗分享與回顧
1400-1430	整裝		裝備管理、打包技巧
1430-1730	車程	高鐵台中站	
1730	賦歸		

註：行程會依天氣及隊伍行進狀況予以調整。

## 【附件一】進階戶外課個人裝備清單建議表

### 一、必要裝備（攸關安全，請務必確實備妥並攜帶。）

項目	主要功能與基本說明	打勾確認
小背包	須裝得下水壺/雨具/外套/行動糧/頭燈等輕裝行進物	
登山鞋	雨鞋亦可，但請勿穿著一般運動鞋	
雨具	雨衣（兩截式雨衣，含雨褲）	
保暖衣物/毛帽	山上日夜溫差大，請依個人需求調整；一般刷毛布料衣服、羽絨衣、帽子等。	
換洗衣物 1 套	東埔山莊可供盥洗，請自備換洗衣物及盥洗品	
備用衣褲 1 套	身上衣服濕了得以更換；上衣、長褲、內衣褲、襪子。	
鴨舌帽	可遮陽或擋毛毛雨，寬緣帽子尤佳	
水壺	耐熱塑膠或金屬為佳，建議行進水需有 1000cc。	
頭燈或手電筒	夜間活動照明用（LED 燈泡為佳）	

### 二、參考裝備（非關安全，但請攜帶以增加安全與便利性。）

項目	主要功能與基本說明	打勾確認
筆記本、筆	寫筆記、塗鴉畫畫～	
哨子	萬一走失時可吹哨求救（低音哨尤佳）	
指北針	戶外行程「定位」用，但得有實際操作經驗。	
地圖	戶外行程「定位」用，但得有實際操作經驗。	
防曬用品	山上紫外線強，注意防曬，避免曬傷	
個人藥品	主辦單位準備基本外傷用藥，個人特殊藥品請自行攜帶。	
身分證件	健保卡、身分證等一般身分證明文件。	
手機	緊急事故通聯用	
輕便拖鞋	抵達東埔山莊可替換，舒適用途，愈輕愈好。	
相機/望遠機	記錄用，輕便數位相機即可。	
登山杖	可用其他棍子或竹子代替	

### ※攜帶裝備注意事項：

活動出發前請務必留意山區天氣狀況，準備足夠的保暖衣物。但切記避免攜帶多餘物品而造成自己的負擔。活動進行期間，請穿著運動衣褲（舒適、排汗材質），以及登山鞋、雨鞋；**切勿穿著棉質、牛仔衣褲或一般運動鞋。**