

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

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。**