

# 教育部體育署 113 年度山野教育 全國性挑戰型高山體驗活動 報名簡章

## 一、依據

教育部體育署 113 年 1 月 25 日臺教體署學(二)字第 1130002822 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：國立臺灣體育運動大學

## 四、活動對象

- (一)對象：
  - 1. 學校教師(含校長、主任、正式教師與代理教師)
  - 2. 高中職學生
  - 3. 全國教育行政人員(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)
- (二)預計招收人數：每梯次 30 人

## 五、活動日期與地點

- (一)活動日期：113 年 8 月 24 至 25 日(星期六至星期日)  
(若活動因故延期則另公告之。)
- (二)活動地點：合歡西北峰(如因不可抗拒因素需更換地點，則另公告之)
- (三)報到時間：113 年 8 月 24 日中午 12:30
- (四)報到地點：新烏日火車站一樓大廳。

## 六、活動進行方式

- (一)本活動為挑戰型高山體驗活動，活動日將於合歡山山區進行行程，將會歷經紮營、夜間山路行走、長途攀登、高海拔氣候、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：113年7月15日起至113年8月4日止。

(三)報名方式：

請至 <https://forms.gle/T9S3jhm5zXzyhnPD8> 填寫詳細報名資料，並請依照報名系統各項問題進行填寫。

(四)名額：

1. 每梯次正取30名，備取6名。
2. 正取名單於113年8月6日下午15:00公布於[山野教育推廣園地臉書粉絲專頁](#)；並同時以e-mail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113年8月19日15:00前尚未接獲e-mail遞補通知，則代表未遞補成功，請毋須再行等待。
4. 行前通知書會與錄取通知一起寄發，若未收到請聯繫山野教育推廣團隊。

(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) 學校教師(含兼校長、主任、組長、正式教師與代理教師)
  - (2) 高中職學生(需填寫家長同意書)
  - (3) 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)

(六)活動費用：免費，但行動糧與部分餐食需自備(行前通知書內告知)。

(七)聯絡人：山野教育推廣團隊 (04)22213108 分機 3422

電子郵件：[mtedu2024@gm.ntus.edu.tw](mailto:mtedu2024@gm.ntus.edu.tw)

臉書粉專：[山野教育推廣園地](#)

## 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

第一天			
時間	活動內容	課程重點	地點
12:30	集合出發	事先編好組分組點名集合	臺中新烏日火車站一樓室內廣場
12:30~13:00	裝備檢查	登山穿著與核心裝備(鞋子、背包、雨衣、糧食、飲水與禦寒衣物等等)不符者不予以上山。	
13:00~16:00	交通往救國團觀雲山莊	山野知能(一):車上登山安全課程重點提醒、中高海拔森林線生態特色解說	救國團觀雲山莊
16:00~17:00	營帳搭設教學	救國團觀雲山莊	
17:00~18:00	晚餐烹煮技巧及工具介紹	高山烹煮技巧解說及爐具、套鍋使用教學(因合歡山區規定不能炊煮,僅教學,不實際操作) 山區飲食的無痕山林原則	
18:00~19:00	晚餐時間	救國團觀雲山莊提供團膳	
19:00~20:00	登山安全課程 離線地圖 APP	山野知能(三):高山常見風險與急難處置、離線地圖 APP 使用	
20:00~20:30	就寢	回憶的山林	
第二日			
時間	活動內容	課程重點	地點
04:00~05:00	早餐時間	注意山上禮儀與聲量	合歡山區
05:00~07:00	前往合歡北峰	夜間行走、低溫行走、行走技巧、登山杖使用、呼吸調整	
07:00~07:30	山頂討論、高山生態解說	山野知能(四):高山生態脆弱與生物多樣性、三角點意義	
07:30~09:30	合歡西峰攀登	長途攀登注意事項、地形判讀、撤退要件判斷	
09:30~10:00	反思	反思及觀察-我感受到什麼	
10:00~13:00	高山午餐/返回營地	高山午餐糧食講解、下坡注意事項、隊員體力觀察	
13:00~14:00	無痕山林	LNT 的要點與實作	
14:00~17:00	下山車程	返回新烏日火車站	
17:00	解散 (保守估計時間)		新烏日火車站

註：行程會依天氣及隊伍行進狀況予以調整。

## 【附件一】高山活動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
中/小背包	須裝得下水壺/雨具/外套/行動糧等輕裝行進物	
登山鞋	較防滑運動鞋或雨鞋亦可	
雨具	雨衣（兩截式雨衣，含雨褲）	
保暖衣物/毛帽	高山溫差大，請依個人需求調整；一般刷毛布料衣服、羽絨衣、帽子、手套等。	
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。	
帽子	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，建議行進水至少需有 1500cc。	
行進糧	簡單之能量棒或巧克力、糖果等	
頭燈	照明用（LED 燈泡為佳）	
身分證件	健保卡、身分證等一般身分證明文件	

### 二、參考裝備（非關安全，可斟酌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、做行程記錄	
哨子	萬一走失時可吹哨求救（低音哨尤佳）	
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。	
手機	緊急事故通聯用	
登山杖	減少腳的肌肉跟膝蓋的負擔、保持行走間平衡	

### ※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、雨鞋或較防滑運動鞋；**切勿穿著棉質、牛仔衣褲。**