

# 【FUN 春假囉！擁抱山海趣】

## 高雄市政府教育局 106 年度春假 「探索挑戰營」實施計畫

### 壹、目的：

為提供學子春假多元探索體驗學習活動，結合高雄市山河海豐富自然資源，規劃辦理「柴山地心探險-探洞與樹攀」、「百步穿楊神射手-射箭」、「我是蜘蛛人-攀岩」、「超越登峰漫步雲端-高空探索」、「愛河畔與獨木舟的邂逅-獨木舟」、「奔跑吧！親子定向越野樂遊趣-定向越野與樹攀」六大項活動，使學生在活動參與中走出戶外、遠離 3C 產品，重新認識自己、發現自己，並經驗高雄城市之美，達到鍛鍊體魄、培養進取精神與問題解決能力之目的。

### 貳、辦理單位：

一、主辦單位：高雄市政府教育局

二、協辦單位：市立三民高中、中正高工、海青工商、中正高中、壽山國中、光榮國小

參、參加對象：本局轄屬國小五年級（含）以上、國中、高中（職）學生

### 肆、活動時間、項目：

一、106 年 4 月 1 日（週六），計 1 天。（射箭、攀岩、獨木舟、探洞）

二、106 年 4 月 2 日（週日），計 1 天。（射箭、攀岩、高空、獨木舟）

三、106 年 4 月 3 日（週一），計 1 天。（射箭、高空、獨木舟、定向越野）

伍、活動時間：早上 09：00 時至下午 16：00 時

### 陸、活動地點：

一、柴山地心探險：柴山（鼓山高中門口集合）--高雄市鼓山區明德路 2 號

二、百步穿楊神射手：高雄市立楠梓射箭場--高雄市楠梓區旗楠路 160 號

三、我是蜘蛛人：壽山國中（群育樓後方攀岩場集合）--高雄市鼓山區鼓山二路 37 巷 108 號

四、超越登峰漫步雲端：壽山國中（第二棟川堂集合）--高雄市鼓山區鼓山二路 37 巷 108 號

五、愛河畔與獨木舟的邂逅：愛河（鹽埕區光榮國小大門旁涼亭集合）--高雄市鹽埕區大智路 150 號

六、奔跑吧！親子定向越野樂遊趣：衛武營（823 戰役紀念館集合）--高雄市鳳山

區新強里 15 鄰輜汽路 281 號

柒、參加名額（梯次）及年齡限制：

- 一、柴山地心探險（探洞與樹攀）：每梯次 25 人（全天，1 梯次）國小五年級（含）以上
- 二、百步穿楊神射手（射箭）：每梯次 30 人（全天，3 梯次）國小五年級（含）以上
- 三、我是蜘蛛人（攀岩）：每梯次 35 人（全天，2 梯次）國小五年級（含）以上
- 四、超越登峰漫步雲端（高空）：每梯次 30 人（全天，2 梯次）國中三年級（含）以上
- 五、愛河畔與獨木舟的邂逅（獨木舟）：每梯次 30 人（全天，3 梯次）國小五年級（含）以上
- 六、奔跑吧！親子定向越野樂遊趣（定向越野與樹攀）：每梯次 30 人（全天，1 梯次），國小五年級（含）以上。（學生家長可陪同參加親子定向運動，不另外收費，惟午餐及飲用水須自理，若須由承辦單位代訂，當天會統一調查，費用由家長自付，不包含在學生報名費用內。活動當日下午樹攀體驗以學生優先，家長可在旁陪同，但不進行樹攀體驗。）
- 七、每人限報名一項（單項活動人數不足將取消開班，費用全額退回）

捌、報名方式：

- 一、請於 106 年 3 月 10 日（週五）前至下列網址完成線上報名作業

柴山地心探險（探洞與樹攀）：<https://goo.gl/tcJBav>

百步穿楊神射手（射箭）：<https://goo.gl/7z011D>

我是蜘蛛人（攀岩）：<https://goo.gl/wyZEHv>

超越登峰漫步雲端（高空）：<https://goo.gl/PsNDZ0>

愛河畔與獨木舟的邂逅（獨木舟）：<https://goo.gl/r3oNOM>

跑吧！親子定向越野樂遊趣（定向越野與樹攀）：<https://goo.gl/l6vrG0>

- 二、參加費用依報名項目而定，每人新台幣 800 元（含）起算，承辦單位通知錄取後，才能辦理匯款作業，匯款帳戶由承辦單位另行通知。
- 三、錄取者請於 106 年 3 月 17 日（週五）前將報名表暨家長同意書紙本（如附件 1）併同匯款收據寄至各活動聯絡窗口處。（完成此項者始真正完成報名，若未於時限內完成繳費並寄送家長同意書及匯款收據，由承辦單位通知下一報名順

位者匯款)。

#### 玖、報到時間與地點：

- 一、探洞：106年4月1日(週六)上午08:30分鼓山高中大門口集合(高雄市鼓山區明德路2號)，活動行程表(如附件2-1)。
- 二、射箭：於高雄市楠梓射箭場大門口集合(高雄市楠梓區旗楠路160號)，活動行程表(如附件2-2)。
  - (一) 106年4月1日(週六)上午08:30分。
  - (二) 106年4月2日(週日)上午08:30分。
  - (三) 106年4月3日(週一)上午08:30分。
- 三、攀岩：於高雄市壽山國中室內攀岩場集合(高雄市鼓山區鼓山二路37巷108號)，活動行程表(如附件2-3)。
  - (一) 106年4月1日(週六)上午08:30分。
  - (二) 106年4月2日(週日)上午08:30分。
- 四、高空：於高雄市壽山國中第二棟川堂集合(高雄市鼓山區鼓山二路37巷108號)，活動行程表(如附件2-4)。
  - (一) 106年4月2日(週日)上午08:30分。
  - (二) 106年4月3日(週一)上午08:30分。
- 五、獨木舟：於高雄市光榮國小集合(高雄市鹽埕區大智路150號)，活動行程表(如附件2-5)。
  - (一) 106年4月1日(週六)上午08:30分。
  - (二) 106年4月2日(週日)上午08:30分。
  - (三) 106年4月3日(週一)上午08:30分。
- 六、定向越野：106年4月3日(週一)上午08:30分衛武營823紀念館集合(高雄市鳳山區新強里15鄰輜汽路281號)，活動行程表(如附件2-6)

#### 拾、辦理方式及設備：

- 一、採原則講解、熱身、實際操作、反思回饋等方式實施。
- 二、各項活動所使用之裝備統由承辦單位提供。

#### 拾壹、一般規定：

- 一、凡學生患有心臟病、高血壓、癲癇及氣喘等突發性疾病或不適合激烈活動等病症，請勿報名。

二、參加學生請穿著長袖長褲運動服裝、球鞋，活動項目大多為戶外課程，如遇雨天、惡劣天候或不可抗拒之因素，由本局統一決定取消或延後實施。

三、各項活動編組具合格教練證及種能師資訓練合格人員擔任。

四、各項活動經算概算表（如附件 3-1 至 3-6）。

五、各地點交通資訊（如附件 4），各項課程注意事項（如附件 5）。

六、退費規定：

（一）活動日前三個工作日通知各活動承辦單位，扣除已支付行政費用，退回報名費用 50%。

（二）活動當日（含）以後通知各活動承辦單位，不退費。

（三）因天災或不可抗之因素致無法成行，退回全額報名費用。

拾貳、連絡窗口：

一、軍訓室：鄭修如教官 電話：(07)799-5678 轉 3125~3130 傳真：(07)740-6613。

二、各項活動聯絡窗口：

（一）探洞報名資訊：三民高中，薛清信教官，電話：(07) 347-5181 轉 882，傳真：(07) 347-4185。

探洞課程資訊：鼓山高中，鄭寓謙教官，電話：(07) 521-3258 轉 5225，傳真：(07) 551-9071。

（二）射箭報名及課程資訊：三民高中，薛清信教官，電話：(07) 347-5181 轉 882，傳真：(07) 347-4185。

（三）攀岩報名及課程資訊：海青商工，鄭利誠教官，電話：(07) 581-9155 轉 468，傳真：(07) 585-0707。

（四）高空報名資訊：中正高工，梁維藩教官，電話：(07) 723-2301 轉 462，傳真：(07) 713-4702。

高空組課程資訊：袁子仁教官，手機號碼：0931-893319。

（五）獨木舟報名資訊：中正高工，梁維藩教官，電話：(07) 723-2301 轉 462，傳真：(07) 713-4702。

獨木舟課程資訊：海青工商，劉曉樺教官，電話：(07) 581-9155 轉 468，傳真：(07) 585-0707。

（六）定向越野報名資訊：海青工商，劉曉樺教官，電話：(07) 581-9155 轉 468，傳真：(07) 585-0707。

定向越野課程資訊：小港高中，麻治中教官，電話：(07) 806-2627 轉  
803，傳真：(07) 801-7159。

拾參、本實施計畫如有未盡事宜，得另行補充（修訂）之。

附件 1

高雄市政府教育局 106 年度春假「探索挑戰營－

探洞射箭攀岩高空獨木舟定向越野」(請勾選參加項目)

報名表暨家長同意書

學校		姓名		電話	
出生 年月日		身份證 字號		緊急聯絡人 及電話	
通訊地址				飲食 習慣	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素

### 家長同意書

本人接受高雄市政府教育局春假探索挑戰營課程所存在之某些風險。我瞭解探索挑戰營課程採取自發性選擇挑戰 (Challenge by Choice) 的理念，當本人認為不適合從事任何一項活動時，我有不參與的決定權利，並同意尊重他人相同的決定。我同意參與活動過程中，不貶低、漠視或輕視團隊中的任何一位成員；而且，我也同意支持他人、為了自己或團隊益處給予與接受正面及負面的回饋。

我瞭解並接受在參加高挑戰性的活動時，可能帶來的身心風險，我瞭解本人如有任何生理上的限制：包括頸部、背部、心臟疾病、高血壓、糖尿病、氣喘、癲癇者、最近動過的手術、或懷孕等，都有知會高雄市政府教育局探索教育挑戰營之工作人員的責任。

我同意在參加訓練課程期間，遵照訓練員及引導員所有的安全指示，並聲明：若因無遵照正常操作所帶來的傷害，與訓練員及引導員無關。

若在活動期間發生之意外或引發疾病，本人同意接受緊急醫療照顧。

根據上述，本人同意參加本次體驗課程。

參加者簽章：\_\_\_\_\_

家長／監護人簽章：\_\_\_\_\_

日期：\_\_\_\_\_

高雄市政府教育局 106 年度春假探索挑戰營  
「柴山地心探險」活動行程表

衝呀！衝呀！柴山上的寶藏我們來了！  
據藏寶圖指示，我們將前往高雄壽山洞穴進行寶藏勘查，  
預測地心裡會有鐘乳石、石筍、石柱、石壁、石廉、石藤，  
我們將進行樹攀、攀爬、垂降、穿越叢林等，  
找到海賊王林道乾所藏的寶藏，  
請帶上你們的行李，準備好了嗎？

時間 \ 日期	4 月 1 日 (週六)	備考
08:30-08:40	鼓山高中門口集合	
08:40-09:00	到達入山口，講解安全規定	
09:00-09:30	換裝、暖身運動	
09:30-10:30	漫步山徑：健行、生態解說	
10:30-12:00	地心冒險：探訪鐘乳石洞穴	
12:00-13:00	享受“超美味飯卷”+“飲品”	
13:00-15:00	飛簷走壁、峽谷垂降、地心探險	
15:00-15:30	返程 (回鼓山高中)	
15:30-16:00	反思回饋暨頒發體驗證書	
16:00	賦歸	

高雄市政府教育局 106 年度春假探索挑戰營  
「百步穿楊神射手」活動行程表

射箭是一項力與美的結合運動，箭的動力是射手賦予它的生命力，唯有心眼合一，才能準中靶心，射箭者克服外在干擾因素，同時增加專注力、觀察力、耐力及協調力，在開弓引弦的剎那，肌肉是緊繃的，但精神上卻要放鬆，在自信與自在之中使箭飛出。讓我們一同享受射箭的美好成果。

時間 \ 日期	4 月 1 日 (週六)、4 月 2 日 (週日)、 4 月 3 日 (週一) 各一梯次	備考
08:30-09:00	學生報到	
09:00-09:30	破冰活動、大地遊戲	
09:30-10:00	原則講解	
10:00-12:00	實作課程 (弓箭組裝、射箭體驗)	
12:00-13:00	午餐	
13:00-15:30	實作課程 (射箭體驗)	
15:30-16:00	反思回饋暨頒發體驗證書	
16:00	賦歸	

高雄市政府教育局 106 年度春假探索挑戰營  
「我是蜘蛛人」活動行程表

還在抓寶嗎?別再抓了，把手機放一邊，來參加教育局探索學校的攀岩活動，可以讓妳（你）挑戰自我、鍛鍊體能、增加自信心、克服恐懼感、提高專注力、平衡感、協調性，總之，好處多到講不完，還在等什麼，快揪團來參加，一起成為高雄蜘蛛人。

時間 \ 日期	4 月 1 日 (週六)、4 月 2 日 (週日) 各一梯次	備考
08:30-09:00	壽山國中門口集合	
09:00-09:30	環境與師資介紹，破冰活動	
09:30-10:00	認識裝備 (含暖身操)	
10:00-10:40	向前衝衝衝之攻佔城堡	
10:40-12:00	挑戰自我之上攀體驗	
12:00-13:00	填飽五臟廟	
13:00-13:30	腦力激盪之平面遊戲	
13:30-14:00	大風吹	
14:00-14:30	我猜我猜我猜猜猜	
14:30-15:30	超越巔峰之上攀體驗	
15:30-16:00	反思回饋暨頒發體驗證書	
16:00	賦歸	

高雄市政府教育局 106 年度春假探索挑戰營  
「超越登峰漫步雲端」活動行程表

<p>超越登峰漫步雲端之高空獨木橋～</p> <p>你〈妳〉想挑戰登高一呼的英雄氣概嗎？</p> <p>你〈妳〉想享受漫步雲端的特殊體驗嗎？</p> <p>你〈妳〉想瞭解自我如何克服高度恐懼嗎？</p> <p>你〈妳〉想知道信任、專注、溝通及問題解決嗎？</p> <p>不要再猶豫了，我們在高雄探索學校等著充滿熱情與活力的你〈妳〉！</p>		
時間	日期 4月2日(週日)、4月3日(週一) 各一梯次	備考
08:30-09:00	學生報到	
09:00-09:10	破冰活動	
09:10-09:30	課程講解 (環境與師資介紹, 裝備穿戴及檢查、 安全規定、課程講解及暖身運動)	
09:30-12:00	實作體驗 (引導員全程針對個別學員實施觀察並 協助其探索個人特質及各項品格價值)	
12:00-13:00	補充能量	
13:00-15:30	實作體驗 (引導員全程針對個別學員實施觀察並 協助其探索個人特質及各項品格價值)	
15:30-16:00	反思回饋暨頒發體驗證書	
16:00	賦歸	

高雄市政府教育局 106 年度春假探索挑戰營  
「愛河畔與獨木舟的邂逅」活動行程表

<p>愛河畔與獨木舟的邂逅～ 獨木舟是現代戶外休閒水上活動之一，也是探索自然最棒的方式。 高雄和煦的陽光映照愛河畔，波光粼粼的河面，舟船點點。 跟著槳的節奏，充滿熱情與活力的你，趕快坐上獨木舟，跟著我們徜徉悠游在愛河！</p>		
日期	4 月 1 日 (週六)、4 月 2 日 (週日)、4 月 3 日 (週一) 各一梯次	備考
時間		
08:30-09:00	學生報到	
09:00-09:30	我說你聽 (環境與師資介紹，安全規定、課程講解及暖身運動)	上午課程結束： 第 1 次衣褲更換
09:30-11:30	槳-槳-槳-槳 (獨木舟槳法與實作練習)	
11:30-12:00	愛河“妳的名字”(愛河名字由來)	
12:00-13:00	河景拌飯 + 海味飲品	
13:00-15:30	同舟共競體力挑戰	下午課程結束： 第 2 次衣褲更換
15:30-16:00	反思回饋暨頒發體驗證書	
16:00	愛的見證 約定再見愛河畔	

# 高雄市政府教育局 106 年度春假探索挑戰營 「奔跑吧！親子定向越野樂遊趣」活動行程表

今年的春假在衛武營--南台灣最大的自然生態公園即將展開一場別具意義的定向越野活動！『樹攀』是以對樹產生最少的衝擊去親近、認識它。透過人樹安全原則，用輔助攀繩方式到達樹上，在樹上登高望遠，可以做動、植物的觀察，亦可以修剪樹枝，過程是種休閒運動，也是生活樂趣。還在猶豫連假到那兒去嗎？想要穿梭在這座美麗的公園嗎？想要享受盡情奔跑的尋寶樂趣嗎？想要體驗攀上大樹的成就感嗎？為這次的連假留下美好回憶！不要再猶豫了，趕快報名，我們在高雄衛武營等你來挑戰喔！

時間 \ 日期	4月3日(週一) 一梯次	備考
08:30-09:00	英雄聯盟會集(報到)	823 紀念館
09:00-09:30	請你跟我這樣做(破冰活動)	
09:30-10:00	我說你聽 課程講解 (環境與師資介紹, 安全規定、 課程講解及暖身運動)	823 紀念館
10:00-12:00	九宮格之密室大逃脫、尋寶樂遊趣	
12:00-13:00	榕園餐點 + 湖景品茗	
13:00-13:30	漫步談天至中正高中	
13:30-14:00	樹攀活動及安全規則說明	中正高中
14:00-15:30	超越自我樹攀體驗	
15:30-16:00	反思回饋暨頒發體驗證書	
16:00	英雄惜別之珍重再見	

高 雄 市 政 府 教 育 局 1 0 6 年 度 春 假 「 探 索 挑 戰 營 - 探 洞 」 活 動 經 費 概 算 表 ( 個 人 報 名 費 )						
名稱	數量	單位	單價	總價	說明	
(一) 支出費用						
1	飯糰含飲料(參加人員)	25	人	70	1,750	午餐 50 元、飲料 20 元
2	礦泉水	25	人	20	500	
3	師資鐘點費	25	人	768	16,800	師資鐘點費每小時 700 元，上午師資 4 人，下午師資 4 人，上下午課程各 3 個小時 700 元*8 人*3 小時 =16,800 元
4	活動費	1	式	950	950	保險費、識別證、體驗證書、紅布條製作等場地佈置
小計					20,000	
以上各項經費得准予相互流用						
(二) 收入						
報名費	25	人	800	20,000		
收入總計					20,000	
承辦人	單位主管		會計		校長	

附註：價錢單位：新臺幣。

高 雄 市 政 府 教 育 局 1 0 6 年 度 春 假 「 探 索 教 育 挑 戰 營 - 射 箭 」 活 動 經 費 概 算 表 ( 個 人 報 名 費 )						
名稱	數量	單位	單價	總價	說明	
(一) 支出費用						
1	便當含飲料(參加人員)	30	人	100	3,000	午餐 80 元、飲料 20 元
2	礦泉水	30	人	20	600	
3	師資鐘點費	30	人	640	19,200	師資鐘點費每小時 800 元，上午師資 4 人，下午師資 4 人，上下午課程各 3 個小時 800 元*8 人*3 小時 =19,200 元
4	活動費	1	式	1,200	1,200	保險費、識別證、體驗證書、紅布條製作等場地佈置
小計					24,000	
以上各項經費得准予相互流用						
(二) 收入						
報名費	30	人	800	24,000		
收入總計					24,000	
承辦人	單位主管		會計		校長	

附註：價錢單位：新臺幣。

高 雄 市 政 府 教 育 局 1 0 6 年 度 春 假 「 探 索 教 育 挑 戰 營 - 攀 岩 」 活 動 經 費 概 算 表 ( 個 人 報 名 費 )						
名稱	數量	單位	單價	總價	說明	
(一) 支出費用						
1	便當含飲料(參加人員)	35	人	100	3,500	午餐 80 元、飲料 20 元
2	礦泉水	35	人	20	700	
3	師資鐘點費	35	人	550	19,250	師資鐘點費每小時 800 元，上午師資 4 人，下午師資 4 人，上下午課程各 3 個小時 800 元*8 人*3 小時 =19,200 元，結餘 50 元支應活動費。
4	活動費	1	式	1,100	1,100	保險、識別證、體驗證書、紅布條製作等場地佈置、清潔費、水電費
5	場地費	35	人	100	3,500	場地費 50*2 時段=100 元
小計					28,000	
以上各項經費得准予相互流用						
(二) 收入						
報名費		35	人	800	28,000	
收入總計					28,000	
承辦人		單位主管		會計		校長

附註：1. 價錢單位：新臺幣。2. 一時段=2 小時

高 雄 市 政 府 教 育 局 1 0 6 年 度 春 假 「 探 索 挑 戰 營 - 高 空 」 活 動 經 費 概 算 表 ( 個 人 報 名 費 )						
名稱	數量	單位	單價	總價	說明	
(一) 支出費用						
1	便當含飲料(參加人員)	30	人	100	3,000	午餐 80 元、飲料 20 元
2	礦泉水	30	人	20	600	
3	師資鐘點費	30	人	560	16,800	師資鐘點費每小時 700 元，上午師資 4 人，下午師資 4 人，上下午課程各 3 個小時 700 元*8 人*3 小時 =16,800 元
4	活動費	1	式	600	600	保險費、識別證、體驗證書、紅布條製作等場地佈置
5	場地費	30	人	100	3,000	場地費 100*1 時段=100 元
小計					24,000	
以上各項經費得准予相互流用						
(二) 收入						
報名費		30	人	800	24,000	
收入總計					24,000	
承辦人		單位主管		會計		校長

附註：1、價錢單位：新臺幣。2. 一時段=2 小時

高 雄 市 政 府 教 育 局 1 0 6 年 度 春 假 「 探 索 挑 戰 營 - 獨 木 舟 」 活 動 經 費 概 算 表 ( 個 人 報 名 費 )						
名稱	數量	單位	單價	總價	說明	
(一) 支出費用						
1	便當含飲料(參加人員)	30	人	100	3,000	午餐 80 元、飲料 20 元
2	礦泉水	30	人	20	600	
3	師資鐘點費	30	人	640	19,200	師資鐘點費每小時 800 元，上午師資 4 人，下午師資 4 人，上下午課程各 3 個小時 800 元*8 人*3 小時 =19,200 元
4	活動費	1	式	1,200	1,200	保險費、識別證、體驗證書、紅布條製作等場地佈置
5	場地(通行)費	7	舟	30	210	每舟每日 30*7=210 元
小計					24,000	
以上各項經費得准予相互流用						
(二) 收入						
報名費		30	人	800	24,000	
收入總計					24,000	
承辦人		單位主管		會計		校長

附註：價錢單位：新臺幣。

高 雄 市 政 府 教 育 局 1 0 6 年 度 春 假 「探索教育挑戰營-定向越野」活動經費概算表（個人報名費）						
名稱	數量	單位	單價	總價	說明	
<b>（一）支出費用</b>						
1	便當含飲料（參加人員）	30	人	100	3,000	午餐 80 元、飲料 20 元
2	礦泉水	30	人	20	600	
3	師資鐘點費	4	人	800	19,200	師資鐘點費每小時 800 元，上午師資 4 人，下午師資 4 人，上下午課程各 3 個小時 800 元*8 人*3 小時 =19,200 元
4	活動費	1	式	1,200	1,200	保險費、識別證、體驗證書、紅布條製作等場地佈置
小計					24,000	
以上各項經費得准予相互流用						
<b>（二）收入</b>						
報名費		30	人	800	24,000	
收入總計					24,000	
承辦人		單位主管		會計		校長

附註：價錢單位：新臺幣。

#### 附件 4

### ◎鼓山高中（探洞）交通資訊：高雄市鼓山區明德路 2 號

一、搭乘高雄捷運：由高鐵左營站、高雄火車站及小港機場均可搭乘高雄捷運紅線至 R13 凹仔底站→轉搭捷運接駁公車紅 32 公車至鼓山高中。

#### 二、搭乘一般公車

##### （一）218 路公車：

1. 高雄火車站→鼓山高中（有延駛至鼓山高中班次）

2. 加昌站→鼓山高中（有延駛至鼓山高中班次）

註：非延駛鼓山高中班次，大榮高中站下車→沿迪化街（往九如國小方向）

步行→左轉鼓山三路→鼓山高中，步行距離約 500 公尺，步行時間約 5 分鐘。

##### （二）73 路公車：建軍站→鼓山高中（有延駛至鼓山高中班次）

註：非延駛本校班次，高雄電台站下車→沿西藏街步行→左轉鼓山三路→鼓山高中，步行距離約 1000 公尺，步行時間約 10 分鐘。

##### （三）38 路公車：榮總→鼓山高中

##### （四）明誠幹線公車（紅 33）鳳山商工→鼓山高中（有延駛至鼓山高中班次）

註：非延駛本校班次，高雄電台站下車→沿西藏街步行→左轉鼓山三路→鼓山高中，步行距離約 1000 公尺，步行時間約 10 分鐘。

### ◎壽山國中（攀岩、高空）交通資訊：高雄市鼓山區鼓山二路 37 巷 108 號

#### 一、搭乘高雄捷運

（一）搭乘高雄捷運橘線至 02 鹽埕埔站→轉搭捷運接駁公車橘 3 公車至電力公司站下車沿鼓山二路北行左轉 37 巷約 500 公尺即可到達。

（二）由高鐵左營站、高雄火車站及小港機場均可選擇搭乘高雄捷運紅線轉搭橘線。

（三）紅線乘客請於 R10/05 美麗島站轉搭橘線。

#### 二、搭乘一般公車

（一）高雄市公車：搭 31、56、219 線公車至電力公司站下車沿鼓山二路北行左轉 37 巷約 500 公尺即可到達。

（二）高雄客運：無直達公車路線，請搭乘高雄市公車轉乘。

（三）由高鐵左營站出發：無直達公車路線，請搭乘高雄捷運轉乘。

（四）由高雄火車站出發：搭 56 線公車至電力公司站下車沿鼓山二路北行左轉 37 巷約 500 公尺即可到達。

（五）由小港機場出發：無直達公車路線，請搭乘高雄捷運轉乘。

◎**高雄市楠梓射箭場（射箭）交通資訊：高雄市楠梓區旗楠路 160 號**

- 一、**公車**：R21 一號出口搭乘紅 58 號公車，在電力公司站下車後（約 15 分），走路約 4 分鐘即可到達。
- 二、**腳踏車**：R21 四號出口租借腳踏車，往 R22 青埔捷運站方向騎，至德民路口右轉直騎會過德民新橋，直騎到底 T 字路口右轉旗楠路約 100 公尺左邊即可看到射箭場大門口。

◎**衛武營（定向越野）交通資訊：高雄市鳳山區新強里 15 鄰輜汽路 281 號**

- 一、**自行開車**：  
在國道一號高速公路中正路或三多路交流道下，往鳳山方向，由三多路衛武營北區停車場進入，步行 50 公尺至 823 台海戰爭紀念館。
- 二、**搭公車**：  
搭乘高雄市公車 55 號、88 號、248 號、50 號、70 號、53 號等，至「建軍站」下車，於三多路往高速公路方向步行 150 公尺至 823 台海戰爭紀念館。
- 三、**搭捷運**：  
搭乘捷運至衛武營站(010)至 3 號出口，往衛武營服務中心方向步行 200 公尺，至 823 台海戰爭紀念館。

◎**光榮國小（獨木舟）交通資訊：高雄市鹽埕區大智路 150 號**

- 一、**搭乘高雄捷運**：  
搭乘高雄捷運橘線至 02 鹽埕埔站走 2 號出口右轉後再右轉走新樂街直走過三個街區遇大智路左轉。
- 二、**搭公車**：  
高雄市公車搭 0、11、25、33、56、88、214、219 至大智路口下車。

## 高雄市政府教育局 106 年度春假「探索挑戰營」課程注意事項

### 一、「柴山地心探險-探洞」課程注意事項

- (一) 確認學員的身體狀況，每個人在活動之前需有足夠的關節暖身運動。
- (二) 注意季節性因素的蚊蟲叮咬，避免噴香水吸引蜜蜂或其他蚊蟲。
- (三) 參與活動時服裝以長袖排汗衣物為主。
- (四) 告知有無特殊病史：如心臟病、氣喘、重大手術、糖尿病、曾經骨折、懷孕或其他醫療狀況，請事先告知，承辦單位將視個人情況適當建議安排，若未告知導致發生事故，承辦單位將不負任何法律責任。
- (五) 健保 IC 卡、個人藥品、個人習慣用品（如：帽子、防蚊液、飲用水...等）。如欲攜帶背包請帶“雙肩式後背包”以便行動，避免攜帶“手提式提袋”。
- (六) 請於活動前修剪手及腳的過長指甲。

### 二、「百步穿楊神射手-射箭」課程注意事項

- (一) 在靶前方及四周尚有人未離開時，不得站在發射線上等待射箭。
- (二) 除非站在發射線上否則不得搭箭張弓。搭箭時不得面向非靶區，嚴重得以取消資格。
- (三) 拔箭時請小心確定後方及旁邊的射手，不要戳到他人。
- (四) 未得許可不得觸摸其他選手之弓具器材。
- (五) 不可持箭及器材在跑步、追逐或嬉鬧。
- (六) 隨時檢查弓箭器材是否有故障，以策安全。
- (七) 若有意外傷害發生時不要慌張，請盡速通知就近教練或射場指揮處理。
- (八) 身體不適、精神不濟禁止射箭。

### 三、「超越登峰漫步雲端-高空探索」課程注意事項

- (一) 活動中請確遵守安全須知，聽從指導老師的指示操作，不得違反及擅自觸動操作活動器材，以免發生危險。
- (二) 活動當日請穿著輕鬆方便衣服及運動鞋，嚴禁穿著涼鞋、拖鞋，以免發生傷害。
- (三) 參加高空活動體驗課程學員，活動全程需穿著座帶、岩盔、手套，並接受高空引導員的規範指導。

### 四、「我是蜘蛛人-攀岩」課程注意事項

- (一) 進行操作時一律穿岩鞋或運動鞋，禁止未穿鞋攀登，服裝以輕便運動服為原則（長短不拘，女同學不宜穿裙進行活動）。
- (二) 活動進行中統一聽從指導員及教練指示進行。
- (三) 確保者統一由助教或教練擔任。
- (四) 裝備使用（著裝）依照教練指導使用並穿著。
- (五) 活動進行前後均要實施暖身及緩和運動。
- (六) 相信裝備、教練、引導員。
- (七) 如有身體不適或任何問題應立即向師長報告。

## 五、「愛河畔與獨木舟的邂逅-獨木舟」課程注意事項

- (一) 患有心臟病、氣喘病、癲癇症以及不適合激烈活動者，請主動告知，請勿下水。
- (二) 建議穿著涼鞋、排汗快乾衣褲，勿穿著牛仔褲、棉質褲、嚴禁打赤腳上、下碼頭，因為河岸邊可能有硬殼生物，容易割傷腳。（不宜穿裙或布鞋進行水上活動）。
- (三) 請準備個人充足飲水以隨時補充水分，建議背帶式水壺，避免水壺落水遺失。
- (四) 夏季天氣炎熱，請做好防曬措施，建議攜帶帽子、太陽眼鏡。擔心曬傷則以長袖、長褲為佳。
- (五) 身體如果有較深之傷口，海水可能造成傷口感染，不建議下水！如果為一般破皮擦傷，建議使用防水透氣敷料，並盡量避免長時間碰觸海水！
- (六) 請勿攜帶貴重物品、手機或照相機，避免潮濕或掉落水底。攜帶之手錶請確認是否有防水功能。
- (七) 獨木舟航行於水域上，暈船和不適的情況會因個人身體狀況而不同，且需靠雙槳划行前進，需一定的體力和技巧。
- (八) 活動前，確實穿著救生衣並檢查裝備及舟體。
- (九) 活動進行中，請聽從指導員及教練指示進行，不得單人單艘進行或嬉鬧、碰撞船體、船槳等情形，若有危險狀況教練應立即制止或暫時停止課程，以維安全。
- (十) 裝備使用（著裝）依照教練指導使用並穿著，不得逕自脫除救生衣、安全頭盔或解開其扣環與連接帶。
- (十一) 如有身體不適或任何問題應立即向教練報告。
- (十二) 發現有異狀應主動告知教練協助處理。
- (十三) 如果遇到打雷，或雨勢太大，則須聽從教練指示上岸避雨。如果活動前因颱風來襲或天候不佳，為安全考量會於事前延後或取消活動。

(十四) 活動進行前後均要實施暖身及緩和運動。

(十五) 女生如遇生理期，建議使用衛生棉條或告知教練，活動中儘量不翻船下水，並與現場女性指導員討論是否適合下水。

## 六、「奔跑吧!定向越野趣」課程注意事項

(一) 活動中請確遵守安全須知，聽從指導老師的指示操作，不得違反擅自脫離隊伍掌握，及未經同意操作活動器材，以免發生危險。

(二) 活動當日請穿著輕鬆方便衣服及運動鞋，嚴禁穿著涼鞋、拖鞋，以免發生傷害。(注意季節性因素的蚊蟲叮咬，盡量穿著長袖長褲。)

(三) 視個人需要攜帶個人藥品、個人習慣用品(如：帽子、防蚊液、飲用水...等)。