

教育部國民及學前教育署

113 學年度補助實施戶外教育與海洋教育計畫

吳沙國中
成果報告書

中華民國一一四年七月二十四日

計畫二：辦理戶外教育課程成果

2-1：學校實施戶外教育 {吳沙國中}(必填)

一、計畫名稱	太平洋划船趣-南方澳豆腐岬獨木舟體驗		
二、學校名稱	宜蘭縣立吳沙國民中學		
三、課程屬性	結合學科領域 ☐ 語文 ☐ 數學 ☐ 自然科學 ☐ 社會 ☐ 藝術 ☐ 綜合活動 ☐ 科技 ☒ 健康與體育 結合彈性學習課程領域 ☐ 跨領域統整性課程 ☐ 專題 ☐ 議題探究課程 ☐ 社團活動/技藝課程 融入議題 ☐ 性別平等 ☐ 人權 ☒ 環境 ☒ 海洋 ☐ 品德 ☐ 生命 ☐ 法治 ☐ 科技 ☐ 資訊 ☐ 能源 ☐ 安全 ☐ 防災 ☐ 家庭教育 ☐ 生涯規劃 ☐ 多元文化 ☐ 閱讀素養 ☐ 國際教育 ☐ 原住民族教育		
四、課程實施資訊	☐ 跨縣市，_____縣(市) ☒ 無跨縣市 實施地點：宜蘭縣蘇澳鎮南方澳豆腐岬		
五、參與人數	參與學生數____41____人 參與教師數____9____人		
六、成果照片上傳 (請上傳 3-5 張)	請學校選擇較具代表性的實施戶外教育之照片，並以簡單的文字敘述呈現照片說明。		
			
	行前安全講習 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境	現場安全講習 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境	
			
	獨木舟及 SUP 操作 -4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	獨木舟實作--2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度	

		
	2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動	淨灘活動
		
	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能	
七、申請計畫內容簡述（與申請計畫應相符）	結合學校發展體育專業項目(輕艇)，擴展學生不同水域之學習經驗。利用學校輕艇特色發展項目，發展各領域於會考後之統整性教學設計，讓學校輕艇項目普及化至體育班以外之學生學習經驗。 透過活動前之在校相關體能、基礎水域訓練，與活動中之參與及活動後之回饋，鍛鍊體能、團隊合作、促進身心健康，增進學生自發互動共好。 結合行前之海洋與戶外教育相關課程運作，藉實際體驗來感受自然環境重要性、了解水域及戶外場域之安全常識等戶外教育理念。	
八、實施過程（質化說明）	獨木舟挑戰活動旨在透過實地探訪和親身體驗，深化對海洋的了解，並培養對自然和社會的深厚情感。這項活動不僅強調身體的鍛鍊，更致力於培育參與者刻苦耐勞、不懼困難、堅持不懈的精神。透過挑戰極限，參加者能夠增強自信，為迎接未來更大的挑戰做好準備。下午，活動將轉至內埤海灘進行環境教育與淨灘行動，讓參與者在實踐中學習環保，體會保護海洋環境的重要性。	
九、計畫成效自我評估與檢討	海上划船體能挑戰：這項活動將鼓勵學生通過划船來鍛鍊身體，培養刻苦耐勞、不畏艱辛的品質。成效包括： 1.提高學生的體能水平：通過划船訓練，學生將提升心肺功能、肌肉力量和耐力，促進健康成長。 2.培養毅力和堅持精神：完成體能挑戰需要長時間的訓練和努力，這將培養學生堅持不懈、不怕困難的品質。 淨灘及環境體驗：透過參與淨灘和環境體驗活動，學生將學會愛護鄉土和自然。成效包括： 1.提高環保意識：通過實際行動參與淨灘活動，學生將意識到保護海洋和環境的重要性，從而培養環保意識。 2.培養社會責任感：參與鄉土環保活動，學生將體驗到自己對社區和環境的責任，從而培養社會責任感和公民意識。 這兩項活動將有助於學生全面發展，培養他們的身心健康、品格素養和社會責任感。	

