

114 學年度臺東縣戶外教育及海洋教育中心 2-3 學校辦理戶外教育自主學習課程成果報告

執行學校	年級	學生參與人數	教師人數
臺東縣永安國民小學	4-6 年級	20 人	4 人

一、計畫名稱： DreamMaker

二、活動日期：115 年 1 月 24 日（六）至 1 月 25 日

三、活動地點：臺東縣與花蓮縣沿山沿海鄉鎮

四、活動流程：

著重在教師如何導引學生自主學習之策略，讓學生嘗試搭載學習主題、思考學習需求，鼓勵其創造自己學習模式，累積學習經驗並逐步成為自主學習者。建議可結合「部定課程」運用習得領域知能延伸學習，提供學習知能與生活情境的鏈結機會；或「校訂課程」運用合宜學習場域資源，統整學習生活經驗，進行學習遷移展能。

1. 課前討論：

- A. 課程設計結合戶外教育宣言 3.0，以「讓學習走向社會永續—全民共創健康、平權、共好的戶外教育」，了解戶外教育對學生的價值及效益，提供多元的學習機會與適性教學，依興趣、能力、情境、時機及需求，逐步深化教學，提供自主學習及探索世界之機會。
- B. 「迎向戶外世界，探索內心興趣」：更關注學生的身心靈均衡發展，讓學生進入多元豐富的真實世界，驅動學習興趣，促進開展自我潛能。
- C. 「以學生為中心，共築平權環境」：以學生的受教權及學習自主權為基礎，讓學生自由探索和學習，進而跨越自我中心，尊重與關懷周遭的每一個人。
- D. 「培養團隊精神，共創永續世界」：培養學生合作與共好的行動力，在實踐全球人類共同福祉的目標下，共創美好及永續的社會。
- E. 利用社會課本及 Google 地球的 3D 景觀，介紹花東地形及地質景觀特色，引導學生觀看 Google 地球裡的景點介紹，了解 Google 地球的操作方式，從中挑選出花東景色迷人之處。
- F. 學生分組了解花東有什麼值得觀看的美景，讓學生自由發表，景點越多越

好，並請學生發表是否曾與家人去過其中的地點，還有當時的體驗如何。

- G. 學生發表時仔細聆聽並代入這次花東之旅，哪些景點是騎腳踏車可抵達的？並請學生分組挑選景點的位置，如：位於北臺東、臺東海岸、花蓮山區、花蓮海岸……。
- H. 學生分組設計這次要去的景點，學習利用 Google 地圖串接自己要去的地點，想想里程數及騎腳踏車要在哪裡休息。了解如何使用 Google 地圖製作自己的遊覽地圖。
- I. 高年級利用彈性課程分組合作學習規劃長天數行程。

1.1 挑戰經驗傳承：

- 1.1.1 歷年遠征成果介紹、各領域教師介紹沿途可探究觀察的景點或主題、參與過的孩子分享旅途經驗。
- 1.1.2 年級任務分配重點(5 年級領騎練習及景點介紹、6 年級行程規畫與夜間省思會議主持)。
- 1.1.3 班級自主訓練規劃(訂定個人成長目標、旅途觀察主題制定……)。

1.2 定期籌備會議：

- 1.2.1 依分配任務及所規劃進度表，報告是否達成及需協助配合事項。

1.3 單車知能實作：

自 114 年 10 月起至 115 年 1 月出發前，結合彈性課程進行 10 次單車保養維修、騎乘技術與車隊行進交通安全觀念增能課程，並規劃如下：

- 1.3.1 引發興趣、單車結構介紹、可能路線討論、道路號誌標線說明。第一週
- 1.3.2 分配車輛、保養 1 大部保養(飛輪、齒輪)。第二週
- 1.3.3 保養 2 細部保養、安全帽、坐墊調整、上下車教學與練習。第三週
- 1.3.4 技術操控 1：直線前進(快、慢速)、S 形前進、起步加速、繞錐轉彎。第四週
- 1.3.5 技術操控 2：圓形、行進默契、轉彎手勢、地圖閱讀。第五週
- 1.3.6 學校周圍繞圈練車：回轉速觀念與練習、安全紀律、車隊編排。第六週
- 1.3.7 單車體能訓練(永隆)：迴轉數、換檔練習、出隊裝備介紹。第七週
- 1.3.8 單車體能訓練(高台)：迴轉數、換檔練習、編隊前進、領騎。第八週
- 1.3.9 單車體能訓練(武陵)：迴轉速、編隊前進、領騎、路線判讀。第九週
- 1.3.10 單車體能訓練(瑞豐)：迴轉速、編隊前進、領騎、路線判讀。第十週

1.4 行前準備與風險評估：

- 1.4.1 出發前準備：車輛安檢、個人裝備檢查。第十一週
- 1.4.2 行前個人體能風險評估：是否達成基本體能要求(慢跑 300 圈)、是否有發燒、頭痛或身體不適症狀、是否有任何心理虞慮需要輔導老師或家長提供協助…等等。
- 1.4.3 行前最終準備：出發日前將裝備帶到學校檢查(個人裝備檢查表)、健保卡及個人保健相關藥品(請導師與家長聯繫學生個人病史)、緊急聯絡電話…等等。

2. 課中學習：

- A. 分組介紹景點：利用五感來觀察周遭環境的變化、了解台灣地質特性（歐亞板塊與菲律賓板塊的分界點在哪）
- B. 騎乘腳踏車注意事項：融入交通安全（指標如何看？標線及標誌有何重要性？如何騎腳踏車左右轉？等等）
- C. 領騎同學的重要性：團隊如何前進、休息，單車手勢的學習。
- D. 夜間分享：告訴大家旅程中你的喜悅、恐懼與成就。你學會了什麼？

2.1 課中學習

- 2.1.1 每日行程時段分配(以逆時鐘路線為例，實際路線依本年度六年級師生討論規畫調整，每日騎乘時間依當日路線難度及距離進行微調。)
- 2.1.2 活動日期預計於 115 年 1 月 24 日(六)至 1 月 25 日(日)進行。
- 2.1.3 行程中結合沿線地形、地理特色、人文歷史融入語文、社會、自然科目的學習經驗實地印證。
- 2.1.4 透過異地住宿機會實踐生活禮儀並融入打工換宿的概念，以行動維護住宿點的環境品質。
- 2.1.5 藉由陌生環境規劃分組路線，給予學生閱讀地圖、定位、沿途蒐集資訊以抵達目標的解決問題實踐機會。

3. 課後反思及評量：

- A. 引導學生寫作與發表，先引導學生在課堂中發表再讓學生在學弟學姐前發表，輔導學生克服自己的恐懼，踴躍在大家面前發表。

3.1 課後反思

- 3.1.1 每日召開回饋會議與排定個人省思日記撰寫時間，並由學員互相分享回饋。
- 3.1.2 藉由主題報告與專案作業製作與發表，深化旅程中所見所得。
- 3.1.3 完成主題報告或專案作業(簡報或短片)，於第二學期開學後與學弟妹分享學習經驗、活動記錄並將之呈現學校粉絲團或網路平台…等。

4. 成果與效益分析：

- A. 以學習者為中心，跨越學科分割的藩籬、跨越空間與教材範疇，回歸學習本質，從真實情境與探索體驗中增長經驗，並在引導下學習規劃行程並制定個人旅途觀察目標。
- B. 統整各學習領域課程，實施多元化的教學，以培養學生生活技能，增進自我瞭解與潛能激發，並協助學生建立正確人生觀，陶冶健全的人格。
- C. 透過單車環花東挑戰自主學習課程，建立良好人際關係及陶冶群性的發展。
- D. 透過單車環花東 挑戰自主學習課程，輔導學生認識自我，建立自我信念，進而發展潛能，實現自我。

五、活動紀錄：(至少 6 張，越豐富越好。)

DAY1



說明：出發前的共識圈



說明：探訪月眉自行車道



說明：關山親水公園集結休息



說明：拜訪伯朗大道金城武樹



說明：午餐休息擊裝置藝術欣賞



說明：東里車站及自行車道騎乘

DAY2



說明：民宿享用今日早餐



說明：派訪光復彼心書店，了解風災災況及學生直笛快閃活動



說明：前進林田山林業文化園區進行參訪



說明：前進林田山林業文化園區進行參訪

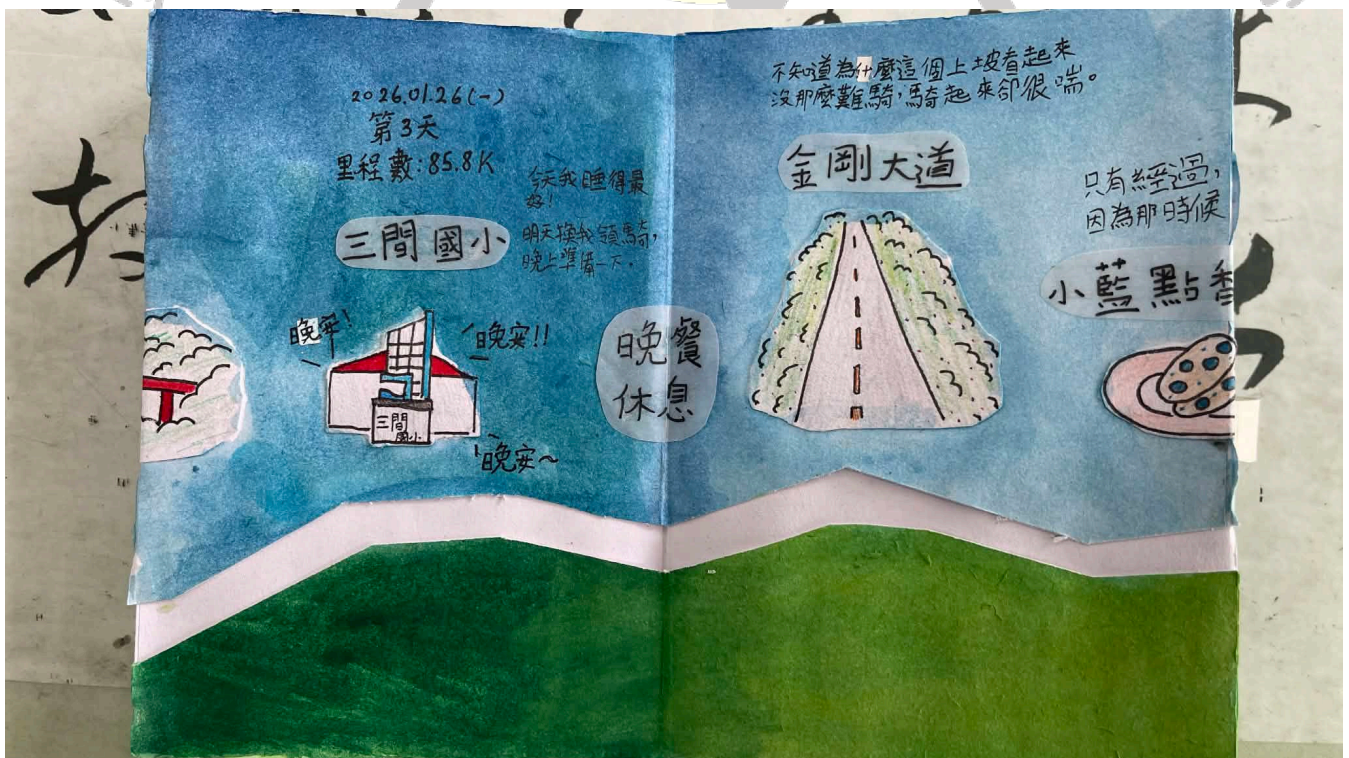
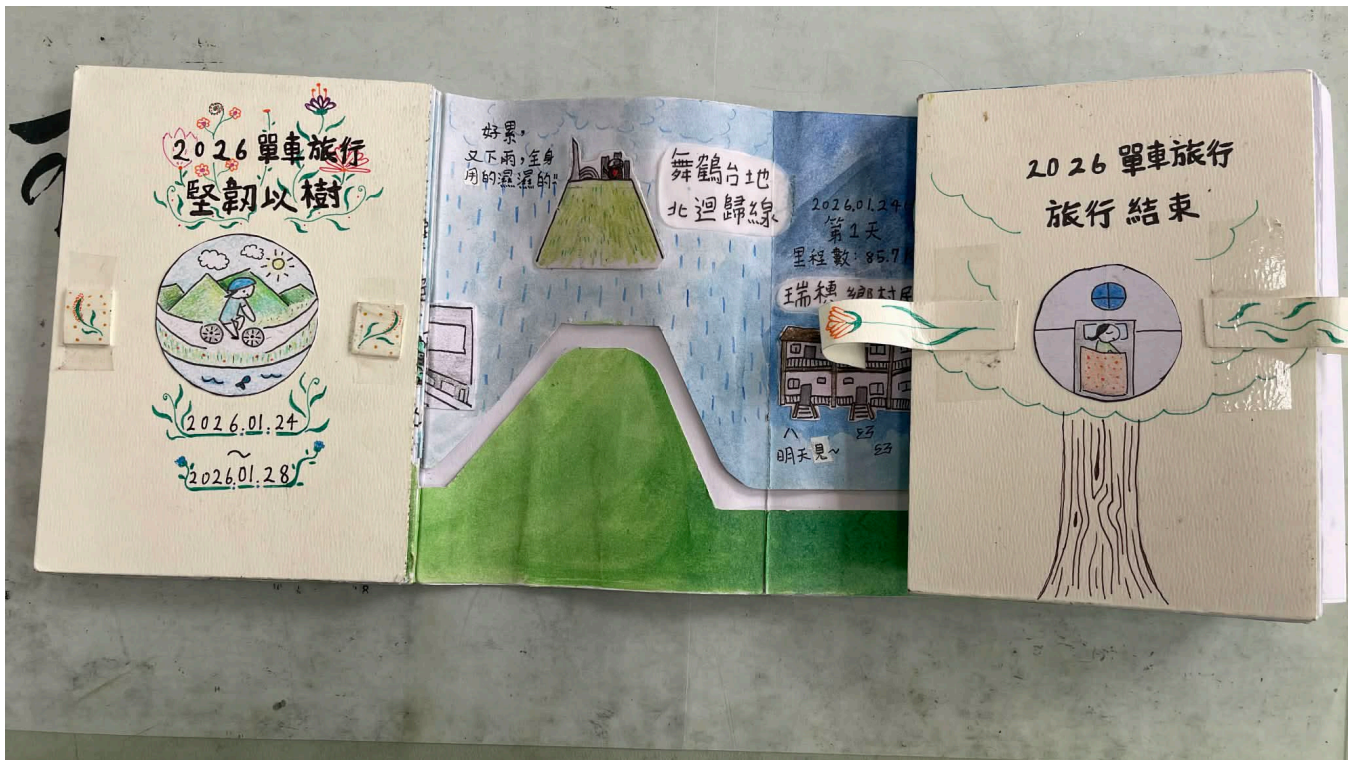


說明：長距離騎乘隊伍練習



說明：參訪壽豐考古博物館，認識考古發現

六、學生回饋/成果：(文字記錄學生反應或是學生成果紀錄例如:學習單、小日記)



七、教師針對此路線的回饋與建議：

1. 活動手冊詳盡實用，即便初次參加也能依手冊備好裝備及了解行程與沿途景點
2. 因為分組、膳食、交通、住宿各方面事先安排妥當，才能讓整個行程順利進行，其中膳食組，除減少廚餘與一次性垃圾，三餐食物量控制與彈性調整精準到盡乎完美，還兼顧到均衡營養，令人印象深刻
3. 營隊開始前的體力訓練嚴格執行，是旅途順利的重要條件之一
4. 建議在帽上除名字，也能加上組別，可加快認識每個人，對一個與團隊不熟的夥伴，五天的營隊時間算充裕，可以從朝夕相處認識每位成員，進而培養革命情感，若人數多且時間短，不快速與人連結，會變成是參加一個活動，提昇自我成長，很難共情到長久

