

2013 臺東體中第二專長計畫

計畫緣起 |

臺東體中是全台唯一為發掘及培育體育人才而設立之完全體育中學，為了讓學生透過完整的生涯規劃，實踐自我價值，102 學年度，公益平台與台東體中共同規劃符合學生興趣及在地就業需求之課程，以培養學生第二專長。

計畫目標 |

1. 透過課程讓學生認識自我特質和潛能，透過「做中學」方式，啟發學生對運動專項以外的興趣。
2. 藉由企業講師透過職場專業訓練，建立學生對於專項正確基本知識、技能及態度。
3. 培養學生對於文化、土地、族群及自然生態的認識，並練習口語表達，學習解說技巧。
4. 培養運動專項以外興趣，並從見習中學習進入職場前應具備之技能及體能。
5. 與相關企業合作，規劃見習指導並提供未來就業機會。

計畫內容 |

課程規劃為期一學年，共有五個專項主題，單車安全教練、極限運動(溯溪)安全教練、生態導覽、海洋生態保育及民宿管理，搭配以文化、族群及建立自我價值觀等基礎知識建構課程，學習專項專業知識，同時培養文化內涵、專業素養及態度。

文化涵養課程中，內容著重讓每位學生認識自己，啟發學生對於運動專項以外的興趣發展，及生涯規劃的想像；專項主題課程中，以「做中學」的方式讓學生從體驗中學習專業技能、基本知識及態度。

延續上學期課程，下學期將進入**專業知識深化及技能運用**階段。課程分為兩部份，文化涵養及專項分組，文化涵養課程分別為人文·自然·生態、海洋生態、解說技

巧、藝文賞析、美學概念、款待服務、運動體能&保護知識概念；專項課程分兩組，[A 組]單車/極限運動 [B 組]民宿管理/生態導覽，內容著重於專項訓練。

執行時間 | 102 學年

共同主辦 | 國立臺東大學附屬體育高級中學

課程規劃 | 瘋馬旅行社總經理 李文瑞 / 高雄餐旅大學教授 蘇國焜

參與對象 | 臺東體中高中部三年級學生

講 師 群 |

李文瑞/瘋馬旅行社 總經理

蘇國焜/高雄餐旅大學 教授

彭慧敏/護士

陳敏彥/單車安全總教練

吳文祥/領騎教練

林仁秋/專業技師

劉華榮/專業技師

劉毅宏/極限運動總教練

許勤/極限運動教練

徐靖喬/極限運動教練

高晴天/極限運動教練

吳之榮/極限運動教練

黃世明/極限運動教練

邱信文/後山生態走廊工作室負責人

王方美/專業導覽解說員

江怡慧/專業導覽解說員

王昱心/東華大學 民族藝術研究所 助理教授

賴威任/黑潮海洋文教基金會 執行長

葉建成/黑潮海洋文教基金會 海洋生態研究員

蔡偉立/黑潮海洋文教基金會 海洋生態研究員

課程進度表 |

(102 學年度上學期)

週次	日期(週二)	主題	內容	週次	日期(週二)	主題	內容
1	13/9/3	生態導覽	*生態旅遊系列課程概論	12	13/11/19	海洋生態與保育	實際觀察海洋生態，透過海洋解說員了解東部海域特性及保育的重要性
2	13/9/10	醫療救護	*醫療救護基本常識 *止血、骨折等簡易包紮法、心肺復甦術	13	13/11/26		
3	13/9/17	單車安全教練	單車知識、單車知識、	14	13/12/3	期中考	
4	13/9/24		交通規則、安全知識、騎乘技巧、安全判斷、	15	13/12/10	與主流市場對話	民宿經營管理概論
5	13/10/1		單車基本介紹、單車基本維修等基本概念	16	13/12/17	民宿經營管理	了解原漢差異(文化特性、生活型態)，認識自身文化特質，理解主流社會價值觀以及對話能力
6	13/10/8	文化與族群	從族群文化特性(居住環境、飲食)了解族群差異及文化特質	17	13/12/24	民宿觀摩	實地走訪民宿，瞭解經營管理、空間美學、風格建立
7	13/10/15	極限	水上運動基本知識概	18	13/12/31		

8	13/10/22	體能運動(溯溪)安全教練	念·了解溯溪安全教練工作內容·及野外求生方式	戶外教學	2014/1/3 (預定)	戶外教學	從部落廚房認識野菜文化、部落生活智慧、土地倫理及部落傳統工藝與生態建築工法
9	13/10/29	認識自我	*認識自我·了解文化特質·啟學生對於生涯願景想像	19	14/1/7	款待服務	服務是憑借技術提供產品給顧客·款待則是提供產品時·帶給顧客的感覺·瞭解款待服務的重要
10	13/11/5	生態導覽	*透過資源、觀察應用、影像紀錄、田野調查等方式·認識在地資源·以原住民自然生活的方式體會生態旅遊	20	14/1/14	期末成果分享	*實際演練操作 *以一組(2-3)人為單位·共同完成系列課程中任一組題分享報告
11	13/11/12		*觀察環境·從植物遊戲及故事方式解說導覽技巧 *從地質環境、民俗植物理解文化特性				

(102 學年度下學期)

週次	日期(週五)	主題	內容	週次	日期(週五)	主題	內容
1	14/2/14	A 組 單車安全教練	*專業知識、技能運用 *調車/檢修/姿勢進階培訓	11	14/4/25	美學概念	從原住民服裝、美食、空間場域，探討生活方式、態度、價值，培養美感認知及生活美學的概念。
		B 組 民宿管理	[入住前作業] 進駐民宿，實際操作客人入住前的作業程序。網頁宣傳、接訂房、接待、訂單處理、財務管理。	12	14/5/2	A 組 單車安全教練	[單車海岸之旅] 規劃東部海岸景點行程，透過行徑路線設計，了解單車性能、機械特性，訓練專業態度耐力。
2	14/2/21	A 組 單車安全教練	專業知識、技能運用。透過實習，拆解組裝單車，認識零件、單車本體及各部位。			B 組 生態導覽	[海洋生態保育-海上導覽] 透過海洋解說員了解海洋生態及海洋資源保育重要，包括鯨豚、綠蠵龜、珊瑚礁生態系及魚類。
		B 組 民宿管理	[入住後作業] 學習當個民宿主人，迎賓方式、學	13	14/5/9	A 組 極限運動	[溯溪訓練] 透過溯溪訓練瞭解基本設備/正確著裝方式/行前說明/

			習介紹環境、民宿空間導覽、民宿周邊旅遊景點介紹、送客				暖身操，培養溯溪教練應有的正確專業知識及態度。
3	14/2/28	228 國定 假日				B 組 生態導 覽	[海洋生態保育] 了解海洋親潮 &黑潮海域特 性、漁業發 展，及成功鎮 歷史人文、自 然環境特色。
4	14/3/7	人文、 自然、 生態	學習運用資 源及觀察方 式，認識在 地人文、自 然環境、生 態植物、鳥 類昆蟲及觀 察星象。	14	14/5/16	款待服 務	服務是憑借技 術提供產品給 顧客，款待則 是提供產品 時，帶給顧客 的感覺。瞭解 款待服務的重 要。
5	14/3/14	A 組 單車安 全教練	[單車山線 之旅] 透過行徑路 線設計，了 解單車性 能、機械特 性，訓練專 業態度耐力	15	14/5/23	期 中 考	
		B 組 生態導覽	[環境生態- 黑森林巡禮] 騎乘單車規 劃人文生態 旅行，解說 黑森林環境 生態。	16	14/5/30	A 組 極限運 動	[野外求生] 培養野外求生 的基本知識/辨 別動植物/觀測 天氣/救援求生 要領及技能。

6	14/3/21	運動體能&保護知識概念	正確的運動方式避免運動傷害，建立正確運動觀念。			B 組 民宿管理	[餐飲練習] 規劃民宿特色餐點，實際練習早午餐製作。
7	14/3/28	解說技巧	透過有趣的方式及技巧，讓人對於解說內容感興趣，理論技巧運用於解說實務	17	14/6/6	A 組 極限運動	[救生員課程] 建立救生員應有基本知識及概念，並規劃課程利用暑假期間培訓並考照。
8	14/4/4	兒童節國定假日				B 組 民宿管理	[房務作業] 練習準備備品、清潔房間浴室、換洗棉被枕套，從民宿實習練習房務清潔。
9	14/4/11	海洋生態	海洋環境及生物類別基本介紹，海洋資源維護	18	14/6/13	畢業典禮	
10	14/4/18	藝文賞析	延續族群文化及認識自我課程，藉由工作室參訪&原住民藝術工作者對談，以單一族群了解文化特色及藝術創意。				