

2015 臺東體中第二專長計畫 — 生態旅遊系列課程

計畫緣起 |

台東體中為台灣唯一一所長期培育體育人才之體育完全中學，在教學上除了體育專科學習外，同時強調學科均衡發展。針對具有體育專項潛力的學生，學校可整合教育及相關體育單位的資源，進行銜接連貫的培訓計畫，協助規劃適切的運動員生涯發展。

然而，體育選手的職業生命與身體機能息息相關，一旦發生運動傷害或隨著年紀增長，都將面臨生涯規劃轉型的挑戰，因此與公益平台合作，規劃符合學生興趣及在地就業需求之課程，輔導學生培養符合自身特質的第二專長，將能延續學習養成的價值並達到自我實踐的人生目標。

計畫目標 |

- 一、透過課程讓學生認識自我特質和潛能，透過「做中學」，啟發學生對運動專項以外的興趣。
- 二、藉由企業講師透過職場專業知識啟發，建立學生對於專項正確基本知識、技能及態度。
- 三、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。
- 四、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。

計畫內容 |

日期：2015 年 9 月至 2016 年 6 月

時間：上學期：每週五，08:10-12:00。下學期：每週五，08:10-17:00

地點：專科教室(或依課程需求指定地點)

學分：4 學分

課程內容 |

課程規劃為期一學年，內容包含「專項主軸課程」及「文化涵養課程」，前者以單車運動教練、山海運動教練為主軸，後者含括文化、族群、生態環境、海洋保育及建立自我價值觀等基礎知識建構課程。

在學習目標的設定上，上學期為基礎學習課程，培養學生學習專注度、專業知識啟發（課堂參與/互動/提問）及基礎知識建構；下學期進入進階課程，著重專業知識深化及技能運用，在戶外課程或見習中培養專業技能及態度、表達能力，以及畢業後能直接進入職場工作的能力。

上學期
【人文涵養課程】 <ul style="list-style-type: none">• 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。• 認識自我：認識自我，了解文化特質，啟發學生對於生涯願景想像。• 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。• 說話技巧：練習說話，建立個人說話風格，練習如何運用說話技巧與人溝通，學習勇敢上台發言。• 海洋生態保育：透過海洋解說員了解東部海域特性及保育的重要性，並了解海洋相關運動及行業。• 人文、自然、生態：以台灣生活地景為主題，了解東台灣地景面貌，從自己生長環境了解地質生態與民俗植物的特性。• 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。
【專項基礎課程】 <ul style="list-style-type: none">• 單車運動教練：單車知識、單車知識、交通規則、安全知識、騎乘技巧、安全判斷、單車基本介紹、單車基本維修等基本概念。• 山海運動教練：山、水域活動基本知識概念，了解溯溪安全教練工作內容，並熟悉運用在野外求生及登山戶外活動中。

下學期

【人文涵養課程】

- 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。
- 海洋生態：海洋環境及生物類別基本介紹，海洋資源維護。
- 解說技巧：如何透過有趣的方式及技巧，讓人對於解說內容感興趣，將理論技巧運用於解說實務中。
- 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。
- 美學概念：從原住民服裝、美食、空間場域中，探討生活方式、態度、價值，培養學生對於美感認知及生活美學的概念建立。
- 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。

【專項基礎課程】

單車運動教練

- 透過實務訓練，培養正確專業知識、單車機械與性能基本常識。
- 規劃見習課程，透過山海線路程，學習隨機應變、臨時狀況排除。
- 練習規劃行程，設計路線，擔任單車團隊中各專業教練。
- 著手規劃單車人文之旅活動行程與執行，列入年度成果實現。

山海運動教練

- 溯溪安全教練工作內容、高山嚮導及野外求生基本知識。
- 活用課程知識，培養耐力與抗壓能力，及專業人員應有基本知識與態度。
- 完成古道（花蓮南安部落瓦拉米步道）生態行程巡禮，凝聚團隊共識與合作默契，列入年度成果實現。
- 104 年度帶入衝浪體驗課程

執行方式 |

1. 甄選機制

- 選填自願：在了解課程內容、學習目的及動機原則下，學生得依照自己興趣及未來發展，選擇是否願意參與課程及專項。

- 導師/教練推薦：導師及教練可透過平日相處，熟悉及了解學生各學習的狀況，推薦或鼓勵適合的學生參與課程。
- 面談：每學年不超過 20 位學生參與課程。在確認學生名單後，透過面談仔細了解學生個性、學習需求及對未來期望，在為期一學年的課程中，適當給予學生提點及協助。

2.課程進行方式

- 文化涵養課程：主要將課程內容透過影片(紀錄片)/照片/實際案例分析/活動互動，建立學生基礎人文養成教育，厚實文化內涵。並依課程需求實際走訪場域觀察，理論與實務結合，相互印證，建立學生觀察能力，及思考判斷能力。
- 專項戶外集訓：依課程內容規劃適合場地及流程，小班教學，透過實地操練，讓學生學習正確的專業知識及技能，並用正向態度看待。透過專項集訓，在畢業前，建立學生對於職場生涯概念及應具備之技能，並培養市場競爭力。
- 企業見習體驗：藉由職場見習，讓孩子學習承擔、學會溝通、學會合作，提前感受職場生態，從做中學中瞭解專業從業人員須具備什麼條件，給自己重新認識自己的機會，在畢業前思考未來的方向，建立學習目標與培養興趣。須確認學生本身狀態(學習態度、品格素養)與學習意願，於高二升高三暑假完成至少 10 天以上見習體驗。

3.學習互動

- 課堂學習：從每次課程出席率、室內及戶外實習學習專注度、參與互動中，透過教練(講師)及隨堂老師共同觀察評比。
- 報告/心得分享：設計與課程相關之測驗題目，並鼓勵學生善用文字/語言表達自我內心想法。
- 實際觀察/課程回饋：針對每次主題設計課程學習及回饋問卷，瞭解學生學習狀況，適時與教練(講師)協調，調整上課方式，並與課堂中學生反應作交叉比對。
- 面談/性向評估：與學生面對面訪談，透過適當問題瞭解學生內心想法及問題解惑，並由學校輔導室進行性向測驗，進一步評估學生興趣及學習方向。