

國立體育大學教育部補助計畫成果資料

計畫名稱	國際戶外冒險領導(GOAL)學程-戶外專業證照與戶外繩索新生訓練		
活動名稱	校長 ABC 戶外專業知能課程	指標	C1-3
執行單位	休閒產業經營學系		
活動日期	113 年 11 月 3 日(日)		
活動時間	9：00-17：00	活動地點	國立體育大學教學大樓
活動網址	報名網址或公告網址		
活動種類	☒ 活動 ☐ 演講／座談 ☐ 工作坊 ☐ 協同教學 ☒ 課程 ☐ 其他：		
聯絡人	王俊杰老師	聯絡電話：0920-759-260	
		電子信箱：cw7@ntsue.edu.tw	
總參與人數	參與教師 <u>2</u> 人，職員 <u> </u> 人，學生 <u>8</u> 人，合計 <u>10</u> 人		
相關附件			
☒ 活動資料(活動中提供參與者資料或者講義……等) ☐ 活動影音檔(無則免勾選) 觀看網址：_____			
☐ 簽到表 ☐ 問卷資料(每場活動、講座、工作坊請務必做問卷調查)			
☒ 活動照片 ☐ 其他：			
單位承辦人		單位主管	教學業務發展組

1. 活動內容簡述

校長戶外專業知能課程

一、 目標

教育部於民國 107 年 5 月發布之十二年國民基本教育課程綱要-健康與體育領域學習內容項目，針對健康與運動參與，實施戶外探索計畫-校長必修 ABC 戶外教育課程。

二、 時間與地點

2024/11/3 於國立體育大學教學大樓 B06 教室(集合點)，松果區(走繩活動)

三、 策略 / 執行方案

藉由專業人員之帶領與實際體驗，增進校長對於戶外探索之認識，並將此教學方式融入課程教學，進而達到對戶外休閒運動推動成效。藉由實務案例分享，強化參與校長針對推動探索教育課程之印象，並採用多元戶外元素，增進未來發展與辦理相關課程之內容。預計招收 12 名校長或校長指派教師代表。

四、 預期成效

1. 提升國高中小學校長戶外專業知能

戶外探索常常使用走繩、定向、攀樹、垂降與高低空繩索場進行活動，透過國立體育大學各種戶外探索設施及活動，增加國小、國高中的校長之專業知能，讓戶外探索之理念能深入各級學校之校園與校園附近的課程活動。

2. 高教大手牽小手

與各級學校合作，利用國立體育大學的戶外專業培育學校校長專業能力，以高等教育專業推廣至各級學校戶外探索課程。

五、 執行重點差異/亮點

過去課程皆以體育大學學生證照為主，本次課程秉著善盡大學社會責任，結合在地連結與人才培育為核心，以各級學校校長參與戶外探索課程。

六、 所屬高耕面向

1. 落實教學創新及提升教學品質

提升學習成效、強化專業實務技術能力、改善教學品質、提高學生自主學習及跨領域專長、培養學生具備使用及運用程式語言之能力、創新創意能力等措施。

2. 發展學校特色

如產學合作、國際化(國際交流)、研究能量或其他優勢特色等。

3. 提升高教公共性

提升獎助學金規模、永續性助學專款機制，提供就學輔導並建立成效追蹤機制，以及改善學生休退學率等。

4. 善盡社會責任

以「在地連結」與「人才培育」為核心，引導大學以人為本，從在地需求出發，激勵師生參與USR制度並推動USR國際議題、場域實踐及成果擴散。

2. 執行成果指標(量化與質化)

校長質質化反饋如下：

校長反饋（一）

參加這次戶外專業知能課程，我深刻感受到戶外探索在教育中的獨特價值。上午的風險管理課程特別啟發我，講師強調「事前規劃是保障安全的基石」，並透過案例分析解釋了如何有效預防意外發生。這不僅改變了我對戶外活動的看法，也讓我明白了細節決定成敗的重要性。走繩活動對我來說是一個新的挑戰。在冠璋老師與俊杰老師的指導下，我不僅了解了走繩活動的基礎架設技術，還體驗了其中的趣味性與教育意義。我發現這樣的活動不僅能提升學生的肢體協調能力，還能幫助他們增強自信心和團隊合作能力。這讓我開始思考，如何將走繩活動融入我們學校的課外課程中。下午的大樓垂降是我印象最深刻的環節。從24米高的地方垂降對我來說既刺激又緊張，但當我克服恐懼完成挑戰時，內心充滿成就感。我相信學生也會在這類活動中學到勇氣與毅力，並在挑戰中找到自己的潛能。整個課程讓我對戶外教育有了全新的認識。我計劃在學校中設立一個專門的戶外探索日，讓更多學生能夠參與此類活動，從而在實踐中提升自己，成長為更具韌性與合作精神的人。

校長反饋（二）

這次戶外專業知能課程是一次收穫滿滿的學習經歷。作為一名校長，我一直思考如何讓學生在課堂外的活動中獲得更多的教育價值，而這次課程為我提供了非常好的啟發。上午的風險管理課程讓我意識到戶外活動安全的重要性，尤其是在校內外舉辦大規模活動時，如何做好風險評估與應急預案是必須掌握的技能。講師的詳細講解與實際案例分析，讓我學到了一些非常實用的操作方法，也讓我更加堅定要在學校中推廣戶外活動的信心。

校長反饋（三）

參與國立體育大學的戶外專業知能課程後，我對戶外教育的價值有了全新的理解，也為學校課程設計帶來了新的思路。走繩活動是我這一天中最具啟發性的部分之一。當我親身參與並完成挑戰後，我真正體會到這項活動在鍛煉個人專注力與增強自信方面的價值。我認為，將這樣的活動引入校園，可以有效提升學生的心理韌性，並激發他們的潛能。整個課程為我提供了新的啟發，我計劃將其應用到學校的課程設計中，讓學生在戶外探索中學會團結合作、挑戰自我，並在實踐中成長。

校長反饋（四）

這次戶外專業知能課程讓我重新認識了戶外探索活動的教育意義，也讓我學到了許多實用的專業知識。回到學校後，我計劃設計類似的戶外課程，並將這次課程的理念傳遞給教師團隊，讓我們的學生能夠在安全、有挑戰的活動中，學會勇氣、責任與合作精神。

校長反饋（五）

這次戶外專業知能課程讓我對戶外探索活動有了全新的體驗，也幫助我看到教育的更多可能性。

校長反饋（六）

這次戶外專業知能課程讓我對戶外教育的重要性有了更深的認識，也讓我反思了學校目前課程設計的不足之處。風險管理課程非常實用，尤其是講師提到的「預防為主」的觀念，對我影響深刻。過去在規劃校外活動時，我們常常忽略一些細節，而這次課程教會了我如何從環境、設備到緊急應變，全方位地做好準備，確保參與者的安全。同時，我也意識到，這樣的專業知識應該傳遞給更多的教師，讓他們在帶領學生時更加得心應手。

3.活動訊息傳遞方式

☒校內簽辦 ☐學校最新消息 ☐海報

☐ e-mail ☒ 其他：_____LINE 群組_____

(請以文字及拍照或擷取畫面說明傳遞方式，圖片寬度 10CM)

本課程旨在培養國高中小學校長或教師對戶外教育的專業知能，提升其對冒險課程的理解與實踐能力。參與者將學習如何進行戶外活動的風險管理、課程規劃與實施，並透過實地操作體驗多項經典戶外探索項目（如走繩與大樓垂降），為將戶外探索融入校園課程奠定基礎。並做 YOUTUBE 影片做為活動訊息傳遞方式。



活動花絮



11/13 上室內課



自我介紹



冠璋老師教授垂降技術



垂降練習



正式垂降



垂降體驗



垂降體驗



垂降體驗

4.活動相關附件(活動簡章、摘要議程或流程字)**校長戶外專業知能課程**

目的：提升國高中小學校長戶外專業知能

地點：國立體育大學教學大樓 B06 教室(集合點)，松果區(走繩活動)

時間：2024/11/3

活動內容：戶外探索常常使用走繩、定向、攀樹、垂降與高低空繩索場進行活動，透過國立體育大學各種戶外探索設施及活動，增加國小、國高中的校長之專業知能，讓戶外探索之理念能深入各級學校之校園與校園附近的課程活動。

參與人數：各級學校校長或指派教師 10 人

嘉寶國小、新北市林口區麗園國民小學、桃園市立大崗國中、彰化縣忠孝國小、桃園市山腳國小、桃園市光明國小、新北市林口高中、桃園市立壽山高中。影片檔：

<https://youtu.be/wUgQcYTNnXo>

戶外探索計畫-校長必修 ABC 戶外教育課程大綱

(國體大教學課程)	
時間	主題
08:30-09:00	報到
09:00-10:30 (A 課程)	冒險課程風險管理評估教學
休息(10:30-10:45)	
走繩活動(B 課程)	
10:45-11:30	Section 1：走繩之緣起與介紹 Section 2：走繩體驗與環境評估
11:30-12:00	Section 3：走繩架設與課程延伸 Section 4：課程與實例經驗分享
午休(12:00-13:30)	
大樓垂降(B 課程)	
13:30-14:30	Section 1：垂降架設與架設點評估
14:30-17:00	Section 2：垂降示範與冒險體驗之大樓 24 米垂降