

學校本位體育特色課程之實踐

> 以海洋運動教育為例

莊鑫裕 國立臺東大學體育學系助理教授

前言

海洋教育已被列入國家政策。教育部於2008年將海洋議題納入「國民中小學九年一貫課程綱要」，2014年延伸至「十二年國民基本教育課程綱要」（以下簡稱十二年國教），海洋教育成為融入各領域課程的重大議題，並於2018年起正式施行。依據「十二年國教」，中小學海洋教育應以發展「親海、愛海、知海」的新運動與新文化，培養一般國民的海洋通識素養為主軸，其實施方式可藉由海洋飲食、生態旅遊及休閒活動開始進行，讓學生親近海洋、感受海洋（許明欽、李坤崇、羅綸新，

2008）。此外，「十二年國教」將課程類型區分為二大類：「部定課程」與「校訂課程」，其中，校訂課程則成為學校發展本位課程的主要依據。

「學校本位課程」係指學校為達成教育目的或符應社會、地方需要，以學生為中心、學校教育人員為主體，依照社會資源、學校條件、家長期望以及學生學習之需求等面向，採學校、社區、師生、親師共同參與、調整、建構創造之課程（教育部，2001）。其課程發展強調將決定權釋出給學校層級，讓學校成員參與學校課程之主導，即以學校為中心，社會為背景，透過



圖1 海港游泳教學（圖片來源：莊鑫裕提供）

中央、地方與學校三者權力責任的再分配，賦予學校教育人員權力與責任，由他們結合學校內外資源與人力，以學生學習需求考量，主動進行學校的課程計畫、實施與評鑑（吳清山、林天祐，2009）。

在臺灣將海洋運動列為學校本位課程的指標學校，莫過於臺東縣綠島鄉公館國小。該校充分利用在地環境，配合在地特色設計課

程，整合與運用社區特色資源，走向多元化教學，並首創「海港游泳教學」、「海上運動會」及「海底畢業典禮」，更獲得2014年教育部SH150優等典範學校、2015年教育部城鄉共學計畫特色試點學校，以及2015年全國唯一海洋教育推廣影片特優學校等獎項肯定。無獨有偶，以海洋為學習主題，融入生命探索領域課程的學校，就屬臺東均

一實驗高級中學，該校以學生學習為中心，強調團體合作，共同學習，不強調競爭，並強調在地文化資源的結合及跨領域教學，讓學生有機會走出教室，開展更多元的學習視角，激發學生探索生命的學習熱忱。該校10年級學生曾於2016年以自製的8艘獨木舟，完成5小時20公里的太平洋海上航行。

本人於2000年就在大學裡開設海洋運動課程，一直致力於海洋運動教育的推展，2012年轉至國立臺東大學體育學系任教後，於2013年首次將水肺潛水帶進臺東縣綠島鄉公館國小，開啟另一項海洋運動特色。從此深水游泳、獨木舟及水肺潛水成為該校三種最具特色的海洋運動課程，也奠定「勇闖海洋」之學校本位課程的基礎。除此之外，臺東均一實驗高級中學自2015年由具公民領導教育和體育雙背景的黃景裕校長接任後，本人獲聘擔任該

校生命探索領域課程的諮詢專家學者，該校海洋運動課程的發展，個人亦參與其中。因此，本人就此二校實踐海洋運動教育的過程與成果進行分享。

勇闖海洋——公館國小學校本位體育特色課程

綠島公館國小自2010年起，由時任校長姚立吉訂定海洋運動為學校重點發展特色項目，但當時學校並無海洋運動專業師資，且該運動的核心基礎是游泳能力，而該校雖為濱海學校，但學生普遍不會游泳，因此，校長委任豐鏡洲主任尋求國立臺東大學體育學系溫卓謀教授協助，進行游泳教學事宜，發展出「海港游泳教學」課程，學生有了深水游泳經驗後，接著規劃2天1夜畢業成長營「獨木舟環綠島」活動，校長邀請海洋獨木舟業者陳嘉峰教練協助獨木舟教學事宜，自此



圖2 海底畢業典禮（圖片來源：國立臺東大學官網首頁）



圖3 獨木舟環島（圖片來源：張淑卿提供）

開始「勇闖海洋」本位課程的前導規劃。

2012年本人轉任國立臺東大學體育學系任教後，積極培訓一批戶外探索團隊種子教師，於2013年首

次將水肺潛水帶進綠島公館國小，教導高年級學生學習水肺潛水，開啟另一項海洋運動特色，更於2014年首創「海底畢業典禮」，從此深水游泳、獨木舟及水肺潛水成為該

校三種最具特色的課程，也奠定「勇闖海洋」本位課程的基礎。

2014年9月現任校長王邇翰就任，因豐鏡洲主任建議將運動會改在海上舉辦，並尋求本人協助規劃與執行，於2015年將運動會舉辦於公館港船澳，創造全國在海上辦運動會的首例，並於同年正式提出「勇闖海洋」本位課程，依照低、中、高年級，依序設計海上游泳、浮潛、獨木舟、水肺潛水一系列的海洋運動，成為臺灣第一所將海洋運動教育列入學校本位特色課程的學校。

一、「勇闖海洋」設計理念

該校發展的「勇闖海洋」本位課程是規劃完整6年的課程，融入各領域學科當中，依照低、中、高年級，依序設計「勇闖海洋」的海洋運動課程：海上游泳、浮潛、獨木舟、水肺潛水，讓每位學生對海洋教育能有較全面的認知、情意

及技能。該校課程設計理念，結合「五程」教學內容（工程、課程、教程、學程、遊程），帶孩子透過探索體驗學習，在動態循環不斷精進，實現「讓孩子在探索中學習課程，在生活中實踐知識」的願景。

二、「五程教學」課程內容

課程願景以海洋（OCEAN）意象為核心（如表1），經由環境感知（Opportunity）、技能創意（Create）、探索合作（Explore）、問題解決（Achieve）、人文關懷素養（Native），培養孩子帶得走的能力。

（一）課程建構論述

「勇闖海洋」課程，以孩子每日生活的環境「海」為特色題材，走出教室，運用技能學習和探索合作策略，建立人文關懷素養；透過感知環境問題，達成環境問題回應和強化環境保育，如此不斷循環提升，找到人與自然、人與社會和諧

表 1
五程教學課內容實踐願景目標表

課程主題	單元主題	環境感知 O（工程）	技能創意 C（課程）	探索合作 E（教程）	問題解決 A（學程）	人文素養 N（遊程）
勇闖海洋	白浪滔滔	感知綠島海洋生活環境	泳技學習	觀摩討論	游泳技能	自救救人
	乘風破浪	有效利用綠島海洋環境	水域活動	探索合作	水域技能	保育概念

共處之道，成為立足綠島放眼世界的現代優質公民。

（二）課綱融合與課程設計

綠島四周環海，生活與海息息相關，近年來因少子化家長漸不讓孩子親近海洋，透過課程讓公館孩子感知生活環境，學習水域技能，達成與自然共生和解決問題的能力。因此於每年夏季4月到9月時實施「勇闖海洋」課程，主題一「白浪滔滔」游泳教學課程和主題二「乘風破浪」水域特色教學課程。「白浪滔滔」課程，與臺東大

學體育系策略聯盟進行游泳技能、自救救生的概念和技能教學，直接在校門口前海上實地教學。「乘風破浪」課程，與臺東大學及社區業者、志工及家長，學習浮潛、獨木舟、水肺潛水等海洋運動技能及海洋保育觀念。本課程除海洋運動技能檢核外，「白浪滔滔」課程並規劃「海上運動會」、「乘風破浪」課程「獨木舟環島畢業成長營」和「海底畢業典禮」，讓學生在生活上展現學習成果，實踐美學技能。

表 2
各年級課程內容與能力指標

課程主題	年級 單元主題	能力指標	課程內涵	實踐美學
白浪滔滔	(低年級) 海洋精靈	健 3-1-1-1	1. 游泳基礎打水、漂浮、 換氣技巧教學 2. 辨識危險水域	海上運動會
		3-3-3-2		
		5-1-1-10		
	(中年級) 海上蛟龍	健 3-2-1-1	1. 蛙式游泳技巧介紹及 教學 2. 水域安全規範及器材 介紹	
		3-2-4		
		5-1-3-7		
	(高年級) 海浪勇士	健 3-2-1-1	1. 仰式、捷泳技巧介紹及 教學 2. 水域基礎急救	
		3-2-4		
		5-2-3-9		
乘風破浪	(低年級) 浮游海面	健 3-1-3-2	1. 浮潛運動教學 2. 綠島海域常見魚類介 紹及保育	獨木舟環島 畢業成長營
		生 1-1-5-2		
		環 5-1-1		
	(中年級) 楫出海洋	健 3-1-4-2	1. 獨木舟操舟技巧教學 2. 綠島潮間帶常見生物 觀察與保育	
		自 2-2-2-2		
		綜 3-1-2-5		
		環 3-1-1		
	(高年級) 潛進海底	健 3-3-4-7	1. 水肺潛水教學 2. 綠島海域常見珊瑚介 紹及保育	
		自 2-2-2-2		
綜 3-1-2-5				
環 1-2-2				

資料來源：臺東縣綠島鄉公館國小（2016）。

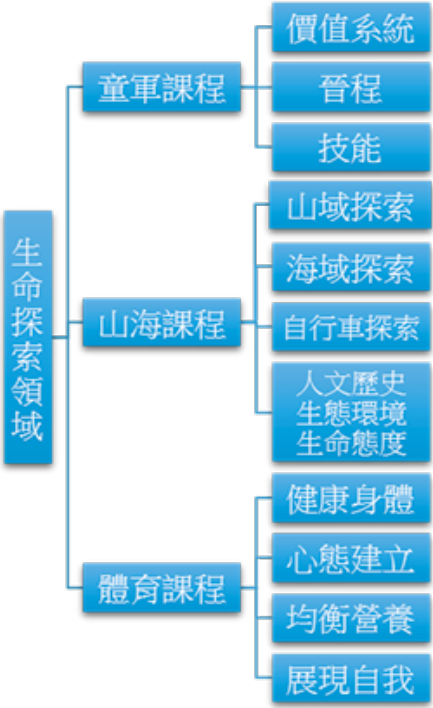


圖4 生命探索領域架構圖

生命探索領域課程——臺東均一實驗高級中學

臺東均一是以華德福教育為教育理念的實驗學校，2012年嚴長壽被委請全權接任均一中小學董事長後，即以連結臺東在地優勢的「藝術人文」與「自然生態」為學習主軸，「國際雙語」和「生活品格」

並重的教育思維為經絡，建立一個跨宗教和多元化的學習校園。該校教育理念是以學生學習為中心，強調團體合作，共同學習，不強調競爭，並強調在地文化資源的結合及跨領域教學，讓學生有機會走出教室，開展更多元的學習視角，激發學生探索生命的學習熱忱。

表 3
海域探索課程安排表

單元主題	年級	教學目標	課程內涵
游泳	7 年級	以任何姿勢游 25 公尺	基礎游泳技能
體驗浮潛	8 年級	在深水區操作技能	自救與求生
體驗衝浪	9 年級	在開放水域操作技能	海上水文判別
獨木舟海上航行	10 年級	自力造舟在海上航行	海上安全知識
課程分流	11 年級	依興趣選擇探索課程	山域、海域、自行車



圖5 自力造舟（圖片來源：均一實驗高級中學提供）

一、生命探索領域課程的發展

2015年黃景裕校長接任後即著手課程規劃，融入臺東環境特色山海探索課程，並結合童軍和體育，建構生命探索領域課程，然而，該校師資和設備尚缺，因此，黃校長尋求國立臺東大學體育學系溫卓謀教授和本人協助發展，並簽訂策略聯盟學校，自此開啟生命探索領域課程（如圖4）。

二、海域探索課程設計

海域探索課程是以海洋為學習主題，透過海洋運動讓學生探索生命。該校雖然未如公館國小將海洋

運動列為學校本位課程，但已將其列入領域課程中，並依不同年級訂定學習目標（如表3），其中10年級的獨木舟主題是海域探索的特色課程，其課程安排一學年，每次3天，每學期2~3次，課程內容從自力造舟、平靜水域試航、開放水域訓練到實際海上航行，讓學生學習一套完整的獨木舟知識與技能，該校學生於2016年就以自製的8艘獨木舟，完成5小時20公里的太平洋海上航行。

結語

這兩所學校運用地環境資源，以學生為中心、學校教育人員為主體，依照社會資源、學校條件、家長期望以及學生學習之需求建構海洋運動教育之課程，真正實踐「十二年國教」的海洋教育政策，相關單位應該給予這2所學校實質的鼓勵與支持，型塑典範，供其他學校觀摩和參考。然而，海洋運動教育的推行並非任何一所學校能獨立去執行完成的事，光從學校內在可操作的課程建構、專業師

資、器材裝備、風險控管、經費支應等，就讓不少學校避之唯恐不及，更遑論外在資源的尋求與配合。因此，因地制宜是實踐海洋運動教育的必要條件。

參考文獻

吳清山、林天佑（2009）。教育小辭書。臺北市：五南。
教育部（2001）。海洋白皮書。臺北市：作者。

許明欽、李坤崇、羅綸新（2008）。臺東縣公館國小（2016）。

海洋教育基本知能融入中小學課程
綱要計畫期末報告（教育部委託專
案研究）。臺北市：教育部。

105年營造空間美學與發
展學校特色專刊。取自：
<http://210.240.131.84/>。



圖6 平靜水域試航（圖片來源：均一實驗高中學級提供）



圖7 太平洋海上航行（圖片來源：均一實驗高級中學提供）