

# 新加坡探索體育教育課程發展與 人才培育

文 / 郭癸賓、陳科嘉



學生透過探索體育課程—繩索體驗，可建立自信心、信任與環境的重視。（圖片提供 / 郭癸賓、陳科嘉）

## 壹、前言

新加坡戶外探索教育專家學者為了持續發展，針對第二次教育部戶外探索教育會議所取得的共識，於2007年進行為期4天的戶外探險活動，進一步探討了新加坡學校戶外探索教育的學習作用。其討論結果發表了新加坡戶外探索教育的新思維與新目的，其中包括3個互補且同樣重要的組成部分：生態素養，復原力和批判性思維（Martin & Ho, 2009）。李顯龍總理也指出，改善新加坡環境的努力，將為未來的國家做好準備，同時考

慮到能源代價高昂，氣候變化將繼續是全球議程（Fernandez, 2008）。即新加坡作為第一世界國家，必須積極主動應對氣候變化，限制碳排放以及解決過度消費的根本原因。因此，在一個更受生態標準驅動的世界中，對富裕觀念的改變將需要恢復力。新加坡認為，戶外探索教育可以再將年輕人重新定位於替代世界觀方面發揮關鍵影響，並於2016年4月8日，新加坡教育部宣布：從2020年起，新加坡政府決定通過為學生提供更多的戶外教育



繩索體驗透過合作（左圖）與彼此溝通（右圖），培養團隊凝聚力、溝通與群體合作的整合能力。（圖片提供 / 郭奕賓、陳科嘉）

（Outdoor Education, OE）促進其全面發展，其中包括所有中學三年級學生都必須到科尼島或烏敏島的新加坡外展教育中心（Outward Bound Singapore, OBS）基地參加為期5天的探索體驗訓練營，以培養學生的韌性和群體合作的團隊能力。還明確指出：今後新加坡基礎教育的重點為「走出過分關注學業的思維定式，培養兒童為未來做準備，全面轉向全人教育」。

## 貳、戶外學習逐漸列為正式課程

新加坡戶外教育的發展，起源於國家獨立初期，為能增強國防能力的需要而制定的教育政策。當時新加坡獨立後，作為一個初生國家，必須立刻構建與增強國防能力，培養堅強的人民意志被認為是當前要務。所以當時制定的戶外教育目標是改善學生的身體素質條件，讓學生養成面對冒險探索和艱苦活動的積極態度。為了表現社會與政治的關注重點，當時政府的戶外教育與構建一個堅強穩固國家的發展願景密切結合，也因此戶外和冒險活動大量湧現。例如，1967年成立的外展教育學校（Outward Bound School），無疑是新加坡戶外教育的重要基礎。新加坡外展教育學校的課程發

展是依著國家訂立的策略方針而實施，青年戰略地圖是整個課程發展的核心架構，相關課程擬定、安排與發展，透過探索與挑戰、體驗學習、品格發展、同理心與服務和社會責任與環境責任的學習手段，還來達成自我意識（self awareness）、自我管理（self management）、社會意識（social awareness）、人際關係管理（relationship management）、責任的決策（responsible decision making）等核心價值，來為未來新加坡領導人而準備。它不僅是一個向年輕男女提供冒險探索與領導力培訓的管道，而且為普通新加坡人提供了近距離瞭解軍事生活的機會。外展教育學校得到了新加坡內政與國防部的支持，挹注投資相關建設與營運經費，且外展教育給新加坡人民，尤其是年輕人傳授相關的生活技能、合作及積極的態度方面，發揮著非常重要的作用，是一種面向生活的教育，是對新加坡未來的投資。因此，新加坡戶外教育最初是以冒險探索課程的形式來增強年輕人的身心韌性，培養新加坡的軍事防禦力量。

後來在1990年代，在構建「堅固社會」願景的驅動下，新加坡教育部簽署一項政策，明確規定：學生在中學階段至少一次駐地露營體驗。

自此，戶外教育項目（Outdoor education programmes）正式成為教育體系的重要構成部分，融入學生的教育學習全面發展過程中，同時隨著學校組織的戶外探索課程專案日益增加，使得戶外探索實踐層面更加拓展，並擴及組織學生到海外遠行，開展更寬廣的冒險與探索活動，增加其世界觀。時至2000年，教育部將課外活動改為輔助課程活動（CO-curricular activities），強化輔助課程活動在學生的非學業發展方面的影響作用。當時體育、戶外教育與音樂一起被納入輔助課程領域，表明此一領域已經成為國家教育建設重要方向，努力讓學生的身體與心理成長更具韌性的一項重要學校教育活動（孟世悅，2016）。同時，教育部將輔助課程活動升格為戶外教育處（outdoor education unit），管理四個戶外探索學習中心（DFOALC），為學校發展相關課程，每年約接受7萬學生的體驗學習。

2013年7月，新加坡教育部公佈了新的《體育與運動教學大綱》細節，明確將戶外教育學習列入學校體育課程中，明訂中小學必須保留10%~20%的課程時間作為戶外探索學習，旨在透過學校體育教學的身體活動思維來結合戶外探索教育發展，且體育活動與戶外探索活動的目的都是透過身體力行、團隊合作與促進身心健康。同時更讓學生走到戶外融入自然環境，以冒險探索來體驗環境、尊重與保護自然環境的身心活動，讓學生在探索自然或都市環境中養成冒險與合作精神，並加強學生對自我探索的成長。隨著新制定的體育與運動教學大綱的全面實施，戶外教育作為體育課程的一部分，所有中小學都將戶外探索學習列入正規課程，也辦理體育教師們的戶外教育活動的教學研習，增進體育教師的專業能力。自此體育和戶外教育結合，提供高品質、全面性與安全的探索體育學習，正式成為學校體育課程的一部分（孟世，2016）。

### 參、探索體育致力於培養學生的適應力

新加坡由於經濟成長迅速，國民生活安逸，年輕人卻變得越脆弱，正如新加坡首任總理李光耀先生在其回憶錄中所言：目前新一代人認為安全和成功是理所當然的，不願意為社會上其他人的利益做出犧牲。在這樣的背景下，讓戶外教育學者專家著手致力於培養年輕人走出逆境的能力，增加其適應力（李光耀，2000）。2006年，第二屆教育部戶外教育大會也列出戶外探索教育的重要學習結果，從高到低依次是：提高了個人走出逆境的能力、促進小組合作、增強自我責任、提高了社交及溝通技能、增強了自尊心、提高了批判思維及問題解決能力、培養了領導技能、理解了人際關係、促進對戶外環境的重視與瞭解、促進了身體健康、培養了戶外運動與休閒技能（Ho, Susanna. 2016; Lui, T. Y., 2006）。因此，新加坡的戶外教育培養目標包含三個部分：

- 一、**有關自然環境的知識與技能**：培養目標對於戶外教育者而言是一個挑戰，因為新加坡自然資源有限，但這也使顯得更加重要。作為一個島國，土地資源有限，必須把相當的陸地資源用於住房、製造、國防、公路和鐵路設施以及其他公共設施建設。自然區域的缺乏對新加坡戶外教育形成挑戰，而當地氣候潮濕溫度高，也阻礙戶外活動的開展，因此教會學生享受戶外學習，並在戶外學習中感到舒適變得非常迫切（唐科莉，2016）。
- 二、**深植社會的適應力**：最近來，亞洲金融危機和流行病疫情也嚴重影響了新加坡的經濟發展，適應力被看做是應對逆境、確保社會發展和持續繁榮的重要能力。在探索體育教師的任務是培養學生具備回應自然環境的適應力，確保能夠應對未來挑戰（唐科莉，2016）。

三、對於社會與環境未來的思維：新加坡教育系統通過重視學業考試，使年輕人在閱讀、數學和一般教育具有較高水準。近年來，教育部日益意識到更大的靈活性才能確保新加坡在全球市場上的創新前沿地位。因此，必須對教學政策進行重整。探索體育的任務要教會學生思考社會與自然環境的關係、以及構成新加坡人口的不同民族與文化群體之間的關係（唐科莉，2016）。

#### 肆、戶外探索教育過度依賴體育教師

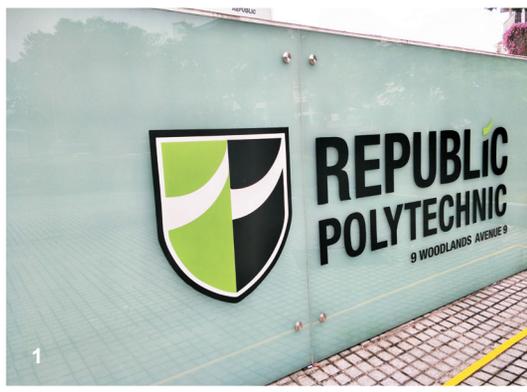
新加坡在增強和擴大戶外探索教育的過程中，強調學生的安全為第一要件，確保戶外學習由高技能專業指導員負責。如為確保戶外探索教育的品質，教育部外展教育中心（OBS）與學習中心聘請多位全職戶外探險教育工作者，負責策劃和指導探索活動。教育部也和私人戶外活動策劃業者協作，提升戶外教育水準，為學生提供多樣化的活動。同時也成立戶外探索學習顧問團，聘請國內外專家學者及家長代表組成，顧問團著重檢討與提升戶外教育活動的品質和安全性。

但戶外教育者的專業發展機會及教師培訓機會有限，現有教師培訓中無戶外教育專業，只在體育教學文憑中列入部分的戶外探索活動體驗課程。職前教師教育中缺乏專門的戶外教育教學模組，導致戶外教育過度依賴體育教師。新加坡目前僅有

共和理工學院在休閒、體育與健康學院開設探索教育學習文憑（Diploma of Adventure Based Learning）課程，以培養從事戶外探索教育人才為主，學校教學方式以創新教學與問題導向學習，唯這畢業文憑不具從事體育教師資格，主要就業以投入戶外探索教育專業指導員為主，如至OBS、戶外探索學習中心或私人機構。其次，為能順利在中小學實施體育課程中的戶外探索課程指導，教育部定期辦理體育教師的在職專業訓練，確保執行課程時的專業與安全性。但由於戶外探索活動項目多元，如繩索、獨木舟、攀岩與野地露營、滑雪與探洞等活動，皆是需具高度技能與經驗的專業能力。所以，新加坡未來面對積極拓展的戶外探索教育，仍迫切需要構建更多人才培育機構，針對學科與技能基礎、認證體系及教師專業發展路徑，進行師資培養，投入教育體系。

#### 伍、探索體育的願景與意義

教育部體育署於2017年啟動探索體育的計畫，是以「探索體育、鍛鍊品格」政策推廣依據，讓體育課程除體能鍛鍊與運動技術認知學習外，更希



1. 新加坡共和理工學院開設有探索教育學習課程。  
（圖片提供 / 郭奕賓、陳科嘉）  
2. 新加坡共和理工學院設置有繩索體驗場。  
（圖片提供 / 郭奕賓、陳科嘉）



望透過團隊合作學習與探索教育的領導、反思與回饋的體驗學習結合，讓學生和環境與同儕之間有更強的連結。希望能從learning by doing及體驗學習開始，透過探索運動教育的合作與體驗，從過程中獲得「品格建立」（德育）與「群體合作」（群育）增進。探索體驗教育是將「戶外活動」、「冒險活動」、「戶外體驗學習與行為」融入教學活動，學生透過體驗、參與實作與課程反思，培養與鍛鍊學生刻苦耐勞的品格與發展團隊合作的能力。

筆者近二年曾參訪了新加坡、紐西蘭與日本的外展教育學校，各國在發展探索體驗教育的核心價值皆為推廣與意義上皆大同小異，新加坡將戶外探索教育納編於學校教育課程中，以政府的資源讓所有中學生接受探索教育的冒險體驗，培育團隊合作與解決問題的能力。紐西蘭和日本是以非營利事業組織營運，參與者不限年齡，配合所喜好的課程進行生命中的探索。在最近參訪日本外展教育學校（OBJ）時，給予我們對探索體驗有更深一層的體認，OBJ強調“unlocking your potential”與“self-discovery through adventure”的核心精神，且強調在大自然環境中進行個人內在的挑戰成

長、人際互動與資源永續發展的理念，強化大自然關懷的品格胸懷，以具體的來實踐「Outward bound is inward odyssey.」的意義。因此，在臺灣目前所推廣的探索體育政策，雖以教育部體育署為出發，但要讓探索體育的推動走得長、走得久、深植人心、具體實踐，須突破既有思維框架，落實整合臺灣探索體育實踐場域，讓學習不只是在教室，讓全世界都是學習場域，讓學生能勇於探索自我與發展屬於自己的旅程，也是未來政策規劃執行時，值得我們給予更多關注。👤

作者郭癸賓為國立屏東科技大學體育室競賽活動組組長、陳科嘉為國立屏東科技大學體育室助理教授

## 參考文獻

李光耀（2000）。李光耀回憶錄（1965-2000）。世界出版社，臺北市。

孟世悅（2016）。新加坡大力發展戶外教育專案促進學生全面發展。世界教育資訊，11，77-77。

唐科莉（2016）。新加坡通過戶外學習培養堅強，有韌性的年輕人。上海教育，24，32-35。

Ho, Susanna. (2016). *Outdoor Education in Singapore*. 10.13140/RG.2.1.3451.3687.

Lui, T. Y. (2006). *Opening address by Minister of State, MOE, at the 2nd Outdoor Education Conference on 31 Oct*. Retrieved from <http://www.moe.gov.sg/speeches/2006/sp20061031.htm>

Martin, P., & Ho, S. (2009). *Seeking sustainability and resilience: Outdoor education in Singapore*. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 9(1), 79-92.

Ministry of Education. (2010). *MOE to enhance learning of 21st century competencies and strengthen art, music and physical education*. Retrieved from <http://www.moe.gov.sg/media/press/2010/03/moe-to-enhance-learning-of-21s.php>

*Outward Bound Singapore*. (2007). *Of courage and character: Outward Bound Singapore-the first 40 years*. Singapore: People's Association.



新加坡共和理工學院設置有攀岩體驗場。  
（圖片提供 / 郭癸賓、陳科嘉）