

# 學校單位辦理兒童夏令營之參考

尚憶薇 國立東華大學體育與運動科學系副教授

## 前言

現代社會科技日新月異，兒童提早接觸到科技產品，常常花費過多時間在看電視、打電動、上網路等被動式休閒活動，導致體重過重和肥胖的兒童由 10% 增至 15%（自立晚報，2002），一旦在兒童階段過於肥胖或是養成久坐式生活型態，容易導致心血管疾病，運動行為降低，體適能越來越差，進而影響成年階段的生活型態（Nader, et al., 1995）。另外，在 1980 年以後出生的孩子們被過度寵愛，變成過度依賴，呼籲為人父母者「要疼孩子，但不是寵孩子」，讓孩子學習獨立自主（中時電

子報，2009）。

聯合新聞網（2005）報導大約有近四成家長在暑假會為孩子安排參加國內夏令營，有兩成家長會送孩子出國參與遊學團。臺灣地區暑假期間，每年七、八月暑假即將來臨時，許多政府公部門、學校單位或非營利事業組織在暑假期間會開始行銷各式各樣玲瓏滿目、五花八門的暑期夏令營，價錢從千元到數萬元皆有，而且活動性質參差不齊，其品質與安全性受到質疑，常常讓家長無所適從。近年來，國內外夏令營為了顛覆「勤於業，荒於嬉」的刻板印象，於是在課程內容、人力資源、場地設施等皆有所差異性，其目的是要提供樂趣化、

生活化、多樣化、精緻化的多元學習方式。

### 夏令營之起源與內涵

根據大英百科全書（2010）釋意，最早的夏令營大約開始於西元1885年發源於美國，當時人們由於都市化的日益發展引起各種返回自然的運動，於是產生了夏令營。夏令營源起美國，康乃狄克州的教師肯恩（Frederick W. Gunn）在1861年的夏天，率領兒童進行為期兩周的登山、健行、帆船、釣

魚等戶外活動，來均衡兒童身心，之後稱之為「肯恩營隊」。每年的八月肯恩營隊會將兒童帶到一座森林的湖畔進行為期兩週的戶外活動，而這個營隊每年舉辦，持續進行長達12年之久（American Camp Association, 2008；Kipnes, 1987）。此外，美國露營協會（American Camp Association, 2008）指出夏令營提供兒童參與創意、娛樂與教育的戶外活動機會。經由專業指導員、大自然環境和課程內容安排讓



每位兒童達到身體上、心靈上和社交上的成長。

夏令營內涵具有教育意義及休閒娛樂並重，藉以幫助兒童紓解壓力，而且找尋多元興趣，更可以從活動中學習社交能力，對兒童成長有正面的意義。夏令營就像生活在一個小型的社會圈，除了可以促進人際關係、訓練獨立自主和培養自我認同外，還能夠減少兒童被動式的生活型態、擁抱自然環境、增進體能技巧。Christopher, Marge, Leslie, & Karla (2007) 在研究中發現兒童參與夏令營對於自我肯定、社會溝通技巧、身心調適、正面價值與心靈提升上皆有正向行為發展。

## 學校單位辦理兒童夏令營之參考

學校單位要為兒童辦理正確且有保障的夏令營，有其必要確認下列幾項因素：

### 一、學校單位

學校單位在辦理夏令營必須要提昇公信力。首先，學校單位要建

立活動模式、自我特色。其次，學校單位要提供安全合法的證明文件，例如建築物執照、消防安全以及醫護人員成為重要指標。最後，透過新聞媒體報導建立學校單位的專業口碑與正面評價。

### 二、活動課程

隨著時代潮流的變化，學校單位在規劃夏令營應添加符合現代兒童興趣和需以及符合家長期望的多元化活動課程。夏令營活動課程要建立活動目標與特色，提供活動內容的明確性、執行活動行程的流暢性、評估活動場地的風險性以及落實活動指導的專業性。

### 三、人力資源

人力資源分層的專業性和多元性是必要的評估指標，學校單位在辦理夏令營時，人力資源規劃可分為總營長、指導者和輔導員，依其職掌各司其職。總營長負責活動方針與目標訂定、人員職前訓練、組織協調工作、課程與場地的統籌等。指導者和輔導員需要具備良好的溝通能力、端正行為舉止以及正

向的個人特質，其負責內容包括活動指導、團隊經營管理、緊急狀況處理以及學員輔導能力等。夏令營輔導員與參與者的人數比例是家長最關心的問題。學校單位應參照每位輔導員配至十位左右學員的人數比例，以利監控學員的活動安全。

#### 四、場地設施

夏令營場地器材設施的考量，包括環境安全性、場地獨立性、器材適切性等等。通常開放性空間的環境會增加風險性，學校單位必須對於開放性空間的活動進行事前之安全性評估。人數過多時提供獨立性的場地空間，切勿在過於擁擠的場地進行活動，避免碰撞所引起之傷害。另外，有提供過夜住宿的夏令營，住宿地點最好是以全封閉式管理，同時也要了解餐飲環境和衛浴設備的清潔安全與公共衛生。

#### 五、危機處理

夏令營藏著許多不確定性風險，所以安全問題是家長的重要考量。學校單位必須訂定危機事故處理程序，在職前訓練時需告知每位

指導員與輔導員危機處理流程，以利立即有效處理突發狀況發生。同時，向家長詢問兒童的個人健康狀況，讓專業的醫療人員了解可以隨時監控健康情形。

#### 結論

現今社會少子化成為全球之趨勢，為人父母者「要疼孩子，但不是寵孩子」，讓孩子學習獨立自主。夏令營就像生活在一個小型的社會圈，除了可以促進人際關係、訓練獨立自主和培養自我認同外，還能夠減少兒童被動式的生活型態、擁抱自然環境、增進體能技巧。學校單位在辦理夏令營應該考量主辦單位、活動內容、人力資源、場地設施、危機處理等因素，以符合家長需求且提供樂趣化、生活化、精緻化的夏令營。

#### 參考文獻

大英百科全書（2010）。大英線上繁體中文版。資料引自 <http://www.wordpedia.com/edu/search/>  
自立晚報（2002，10月14日）。臺灣



兒童體適能落後日本兒童。

聯合新聞網 (2005, 6月22日)。放暑假4成上夏令營課輔。

中時電子報 (2009, 6月6日)。溺愛讓孩子無法無天 只救消費 沒有救心。

American Camp Association (2008). *Camping*. Retrieved March 30, 2008, from <http://www.acacamps.org/>

Christopher, A. T., Marge, M. S., Leslie, S., & Karla, A. H. (2007). Youth development outcomes of the camp experience: Evidence for multidimensional growth. *Youth Adolescence, 36*, 241-254.

Kipnes, B. (1987). *Total Coaches Guide to Running a Summer Sports Day Camp*. Championship Books

Kraus, R. (2002). *Recreation programming: a benefits-driven approach*. Needham Heights, MA: Allyn & Bacon.

Nader, P. R., Sallis, J. F., Broyles, S. L., McKenzie, T. L., Berry, C. C., Davis, T. B., ... Frank-Spohrer, G. C. (1995). Ethnic and gender trends for cardiovascular risk behaviors in Anglo and Mexican-American children, ages four to seven. *Journal of Health Education, 26* (2. Suppl), 27-35.

