

## 臺北市立成淵高中108學年度多元選修課程計畫書

課程名稱	戶外探索		
授課教師	黃士銘 詹采芸		
年 級	高二	開課 時程	皆為1學年課程
選修人數 上限	高一上限 人 下限 人 高二上限25 人 下限 3 人 (確認選修人數由學校最後安排之)		
對應本校學生 核心能力指標	請勾選(可複選) (一)主動探索 <input checked="" type="checkbox"/> 1-1激發好奇 <input type="checkbox"/> 1-2自主學習 <input type="checkbox"/> 1-3批判思考 (二)展現合作 <input checked="" type="checkbox"/> 2-1具同理心 <input type="checkbox"/> 2-2尊重他人 <input type="checkbox"/> 2-3溝通協調 (三)自信表達 <input checked="" type="checkbox"/> 3-1樂觀積極 <input type="checkbox"/> 3-2發表論述 <input checked="" type="checkbox"/> 3-3規劃執行 (四)社會關懷 <input type="checkbox"/> 4-1關懷弱勢 <input type="checkbox"/> 4-2服務社會 <input type="checkbox"/> 4-3國際視野		
選課學生要求	喜好自然、具冒險精神		
上課教室 及設備要求			
課程介紹與特色 (100-200字)			
<p>探索教育者科漢 (Kurt Hahn) 曾說：「教育的首要任務，是確保擁有一顆積極進取的好奇心、一種不可戰勝的精神、永不放棄的追求，以及最重要的同理心」。而接觸戶外探索教育的人，正能培養出以上特質。</p> <p>因此，我們想藉由這門課讓學生除了解戶外探索課程的種類外，更希望能從中塑造堅毅不拔、勇於面對挑戰的人格特質，進而使學生重新自我認識，重新定位自我，實現自我超越。</p>			

多元選修課程

課程名稱	中文名稱	戶外探索	
	英文名稱		
授課年段	高二	學分數	
課程屬性 (單選)	<input type="checkbox"/> 專題探究 <input type="checkbox"/> 跨領域/科目專題 <input type="checkbox"/> 跨領域/科目統整 <input type="checkbox"/> 實作(實驗) <input checked="" type="checkbox"/> 探索體驗 <input type="checkbox"/> 第二外語 <input type="checkbox"/> 本土語文 <input type="checkbox"/> 全民國防教育 <input type="checkbox"/> 職涯試探 <input type="checkbox"/> 通識性課程 <input type="checkbox"/> 大學預修課程 <input type="checkbox"/> 特殊需求 <input type="checkbox"/> 其他 <u>商管類課程</u>		
師資來源	<input type="checkbox"/> 校內單科 <input checked="" type="checkbox"/> 校內跨科協同 <input type="checkbox"/> 跨校協同 <input type="checkbox"/> 外聘(大學) <input type="checkbox"/> 外聘(其他)		
課綱 核心素養	A 自主行動	<input checked="" type="checkbox"/> A1. 身心素質與自我精進 <input type="checkbox"/> A2. 系統思考與問題解決 <input type="checkbox"/> A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	<input type="checkbox"/> B1. 符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> B2. 科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	<input type="checkbox"/> C1. 道德實踐與公民意識 <input type="checkbox"/> C2. 人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> C3. 多元文化與國際理解	
對應學群 (至少3最多6)	<input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 工程 <input type="checkbox"/> 數理化 <input type="checkbox"/> 醫藥衛生 <input type="checkbox"/> 生命科學 <input checked="" type="checkbox"/> 生物資源 <input checked="" type="checkbox"/> 地球環境 <input type="checkbox"/> 建築設計 <input type="checkbox"/> 藝術 <input type="checkbox"/> 社會心理 <input type="checkbox"/> 大眾傳播 <input type="checkbox"/> 外語 <input type="checkbox"/> 文史哲 <input checked="" type="checkbox"/> 教育 <input type="checkbox"/> 法政 <input type="checkbox"/> 管理 <input type="checkbox"/> 財經 <input checked="" type="checkbox"/> 遊憩運動		
學習評量			
學生圖像 (依校選填)	(不用填，各校的學生圖像不同)		
學習目標			
教學大綱 上學期	週次	單元/主題	內容綱要
	1	自我探索	自我介紹
	2	戶外活動介紹(登山)	認識台灣山林：郊山、小百岳、百岳介紹
	3	戶外活動介紹(登山)	登山裝備：登山鞋差異、登山杖使用方法、背包打包(容量)、氧氣瓶、頭燈、洋蔥式穿法 GPS、高度計、地圖
	4	戶外活動介紹(登山)	高壓爐火、野炊
	5	戶外活動介紹(登山)	登山計畫撰寫(路線選擇、交通接駁、衣物、時間、氣候、費用)
	6	戶外體驗	劍潭山健行
	7	戶外活動介紹(越野跑)	越野裝備及功用(越野背包差異、水袋、越野鞋、壓縮襪)
	8	戶外活動介紹(越野跑)	上、下坡練習、耐力練習
	9	戶外活動介紹(越野跑)	上、下坡練習、耐力練習
	10	戶外活動介紹(越野跑)	北部越野路徑(風櫃嘴、擎天崗、七星山)
	11	戶外活動介紹(攀岩)	抱石、攀岩差異 北部攀岩場(龍洞、Y17、運動中心)
	12	戶外活動介紹(攀岩)	繩結
	13	戶外活動介紹(攀岩)	攀岩體驗
	14	戶外活動介紹(漆彈)	漆彈賽制、漆彈槍、護具、掩體、場地介紹
	15	戶外活動介紹(漆彈)	漆彈體驗
	16	戶外活動介紹(漆彈)	漆彈體驗
	17	成果驗收	成果回顧(拍攝上課點滴、體驗剪接成影片)
18	成果驗收	成果回顧(拍攝上課點滴、體驗剪接成影片)	
備註	下學期		

