南投縣觀光產業發展戶外教育課程方案表

一、場域基礎資訊

場域名稱	樂晴探索教育中心	**場域地址交通方式**	南投縣魚池鄉日月潭月牙灣
場域網站連結網址	https://cakegogogo.wixsite.com/hssup		
聯絡方式	姓名：陳之唯　　電話：0910-364112		
場域特色與教育價值	本課程為到校宣導課程，場域以學校教室、視聽教室、活動中心或體育館為主，課程特色在於由具備日月潭水域活動與戶外教育實務經驗之專業團隊，將真實水域風險案例、安全判斷、求救觀念與 CPR＋AED 基礎實作帶入校園。課程透過情境討論、示範教學與分組實作，引導學生建立「先保護自己、立即求救、正確協助」的生命安全素養，並可作為水域活動、校外教學與暑假前安全宣導之前導課程。 **教育價值：從安全知識到生命素養** 水域安全與急救教育不只是單次宣導，而是學生生活中重要的生命安全素養。本課程透過水域事故情境、落水應對、救援原則與 CPR＋AED 實作，引導學生理解「先保護自己、立即求救、正確協助」的重要性。 學生能從課程中學習到： • 面對危險時不逞強、不冒險 • 理解生命安全與公共安全責任 • 培養冷靜判斷與求助能力 • 學習與同伴分工合作完成急救流程 • 將安全觀念帶回家庭與日常生活 本課程可作為學校戶外教育、水域活動、畢業旅行、校外教學或暑假前安全宣導之前導課程，協助學生在參與水域或戶外活動前，建立基本安全意識與行動能力。 **專業支持與課程延伸** 樂晴探索教育中心長期執行日月潭水域體驗、學校戶外教育與安全管理課程，能將實際活動中的水域風險案例、救生衣穿著、求救流程與現場安全管理經驗帶入校園課程。原方案中已具備專業水域教練、助教、救生衣、通訊設備、急救設備與後送流程等安全管理基礎，這些經驗可轉化為到校宣導課程中的案例教學與實作引導。 		

二、戶外教育課程方案

<table>
<tr><td>課程方案名稱</td><td colspan="3">水域安全與 CPR＋AED 到校宣導課程</td></tr>
<tr><td>對象、年齡層</td><td>9-12 歲</td><td>每場次人數</td><td>20－80 人，可依場地分組</td></tr>
<tr><td>每場次時間</td><td>80 分鐘</td><td>每天可提供場次</td><td>4 場</td></tr>
<tr><td>是否提供學習單</td><td>是</td><td>收費方式</td><td>2000/一場</td></tr>
<tr><td>課程/活動類型</td><td colspan="3">□生態環境□人文歷史□探索挑戰□休閒遊憩□職涯探索□山野☑海洋及水域</td></tr>
<tr><td rowspan="2">對應十二年國教核心素養
<u>（勾選後，在後面的描述底線或是粗體，以明確標示這個課程所著重的部分，最後需要補充說明</u>
）</td><td>A 自主行動</td><td>B 溝通互動</td><td>C 社會參與</td></tr>
<tr><td>☑A1
身心素質與自我精進：
具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。
說明：學生透過水域安全情境討論與 CPR、AED 基礎實作，認識自身與他人生命安全的重要性，培養面對危急情境時的冷靜態度、自我保護意識與健康生活素養。</td><td>☑B1
符號運用與溝通表達：
具備理解及使用語言、文字、數理、肢體及藝術等各種符號進行表達、溝通及互動的能力，並能了解與同理他人，應用在日常生活及工作上。
說明：學生學習辨識水域安全標誌、求救訊號、119 報案重點與 AED 語音指示，並能以清楚語言表達現場狀況、請求協助與傳遞安全資訊。</td><td>☑C1
道德實踐與公民意識：
具備道德實踐的素養，從個人小我到社會公民，循序漸進，養成社會責任感及公民意識，主動關注公共議題並積極參與社會活動，關懷自然生態與人類永續發展，而展現知善、樂善與行善的品德。
說明：學生透過生命安全教育，理解水域事故預防、急救協助與公共安全責任的重要性，培養尊重生命、保護自己與關懷他人的公民意識。</td></tr>
<tr><td>☑A2
系統思考與解決問題：
具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考素養，並能行動與反思，以有效處理及解決生活、生命問題。
說明：學生透過水域事故案例、落水情境判斷與急救流程演練，學習分析現場風險，依「先保護自己、立即呼救、正確協助」原則，做出合</td><td>□B2
科技資訊與媒體素養：
具備善用科技、資訊與各類媒體之能力，培養相關倫理及媒體識讀的素養，俾能分析、思辨、批判人與科技、資訊及媒體之關係。</td><td>☑C2
人際關係與團隊合作：
具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的養。
說明：學生於 CPR、AED 分組演練與水域情境任務中，進行角色分工、互相提醒與合作演練，學習在緊急情境下與同伴共同完成求救、通報與協助任務。</td></tr>
</table>

	宜的安全判斷與行動選擇。_____		_
	□A3 **規劃執行與創新應變：** 具備規劃及執行計畫的能力，並試探與發展多元專業知能、充實生活經驗，發揮創新精神，以因應社會變遷、增進個人的彈性適應力。 **說明：**_____	□B3 **藝術涵養與美感素養：** 具備藝術感知、創作與鑑賞能力，體會藝術文化之美，透過生活美學的省思，豐富美感體驗，培養對美善的人事物，進行賞析、建構與分享的態度與能力。 **說明：**_____	□C3 **多元文化與國際理解：** 具備自我文化認同的信念，並尊重與欣賞多元文化，積極關心全球議題及國際情勢，且能順應時代脈動與社會需要，發展國際理解、多元文化價值觀與世界和平的胸懷。 **說明：**_____

對應學科	□語文(國語文、英語文) □數學□自然科學□社會□藝術 ☑綜合活動□科技 ☑健康與體育
對應議題	□性別平等教育□人權教育□環境教育□海洋教育□品德教育□生命教育 □法治教育□科技教育□資訊教育□能源教育 ☑安全教育□防災教育□家庭教育 □生涯規劃教育□多元文化教育□閱讀素養 ☑戶外教育 □國際教育□原住民族教育
回應的聯合國永續發展目標（SDGs）與細項目標	□SDG1 消除貧窮 □SDG2 消除飢餓 ☑SDG3 良好健康與福祉 ☑SDG4 優質教育 □SDG5 性別平等 □SDG6 潔淨水資源與衛生 □SDG7 潔淨水與衛生 □SDG8 尊嚴就業與經濟發展 □SDG9 產業創新與基礎設施 □SDG10 減少不平等 ☑SDG11 永續城市與社區 □SDG12 負責任生產與消費 □SDG13 氣候行動 □ SDG14 水下生命 □SDG15 陸域生命 □SDG16 和平正義與制度 □SDG17 夥伴關係 --- 上述勾選的目標請將最貼近細項目標羅列如下： **SDG3 良好健康與福祉** **3.d 強化健康風險管理能力** 透過水域安全風險辨識、CPR 胸外按壓與 AED 基礎操作，提升學生面對突發事故時的求救、應變與生命安全意識。 **SDG4 優質教育** **4.7 永續發展與生命安全素養** 以校園宣導與實作課程方式，讓學生習得水域安全、急救觀念、團隊協助與自我保護能力，培養生活中可實踐的安全素養。 **11.5 降低災害與事故風險** 透過水域事故預防、正確求救流程與公共 AED 認識，強化學生對社區公共安全資源的理解，降低水域與突發事故造成的風險。

教學目標	1. 學生能辨識常見水域風險，如溪流、湖泊、泳池、埤塘、排水溝、海邊與下雨後水位變化。 2. 學生能說出水域活動基本原則：不單獨前往、不貿然下水、不推擠、不逞強、穿著救生衣、聽從指示。 3. 學生能理解遇到有人落水時，應優先呼救、找大人、打 119，不貿然跳下水救人。 4. 學生能認識救援原則「叫、叫、伸、拋、划」，以安全距離進行協助。 5. 學生能理解 CPR＋AED 的基本流程，並知道民眾版急救口訣「叫、叫、壓、電」。 6. 學生能在模型人與訓練用 AED 輔助下，練習胸外按壓位置、按壓節奏與 AED 開、貼、聽指示的基本步驟。 7. 學生能建立珍惜生命、保護自己與協助他人的安全態度。 **教學主軸** **水域風險辨識 × 安全救援觀念 × CPR＋AED 基礎實作 × 生命教育** **教學特色** ・ 以學生日常可能接觸的水域情境設計課程，如日月潭、溪流、泳池、橋下、雨後溪水與校外教學場域。 ・ 將「不要貿然下水救人」轉化為學生可理解、可操作的安全協助方式。 ・ 以任務式與情境式提問引導學生判斷：「這個地方可以下水嗎？」「如果同學落水我該怎麼做？」 ・ 結合 CPR 模型人與訓練用 AED，讓學生不只聽講，也能實際練習。 ・ 可作為水域體驗前導課，銜接日月潭 SUP、獨木舟、遊艇探索與戶外教育活動。 ・ 強調學生階段可做到的行動：呼救、報案、找 AED、聽指示、協助保持現場安全。
安全風險管理機制	**水域安全與 CPR＋AED 到校宣導課程** 一、風險評估 本課程於校內教室、視聽教室、活動中心或體育館辦理，雖無實際下水活動，但仍包含 CPR 模型人操作、AED 訓練機使用、分組移動與情境演練，須於課前完成以下安全評估： 1. 場地安全檢查 確認教學場地地面平整、防滑、無積水、無雜物阻礙動線，並保留學生分組實作與緊急通行空間。 2. 學生身體狀況確認 課前請導師協助掌握學生特殊身體狀況，如心臟疾病、氣喘、近期受傷、手腕或膝蓋不適、容易緊張等，必要時調整為觀察、口頭演練或協助紀錄角色。 3. 實作強度控管 CPR 胸外按壓練習採短時間輪流操作，避免學生因連續按壓造成手腕、肩膀或身體不適。 4. 器材使用安全 CPR 模型人、AED 訓練機、救生衣、拋繩袋等教具僅作教學示範，不做追

	逐、丟擲、拉扯或不當操作。 5. 情緒與心理安全 課程涉及溺水、昏倒、急救等情境，教師與講師應以教育性語言引導，避免過度驚嚇或渲染事故畫面，並留意學生情緒反應。 **二、保險與責任** • 本課程為校內宣導與實作教學，由學校依既有學生團體保險及校園活動安全規範辦理。 • 執行單位負責教學內容、器材示範、活動流程與實作安全提醒。 • 學校教師協助學生秩序管理、特殊學生照顧、突發狀況通報與校內行政聯繫。 • 若學校另有活動保險需求，可由雙方於課前確認。 **三、保險與責任** • 本課程為校內宣導與實作教學，由學校依既有學生團體保險及校園活動安全規範辦理。 • 執行單位負責教學內容、器材示範、活動流程與實作安全提醒。 • 學校教師協助學生秩序管理、特殊學生照顧、突發狀況通報與校內行政聯繫。 • 若學校另有活動保險需求，可由雙方於課前確認。
課程方案詳細內容	
抵達場域前	傳達內容 **課程目的說明** 本課程為校內水域安全與生命安全宣導，透過水域風險辨識、正確求救觀念、CPR 胸外按壓與 AED 操作認識，協助學生建立「先保護自己、立即求救、正確協助」的安全行動概念。 **學生課前準備** 請教師提醒學生，本課程會進行分組討論與 CPR、AED 基礎實作，請穿著方便活動的服裝，並遵守講師與教師指示。 **學生身體狀況確認** 請導師協助掌握學生是否有心臟疾病、氣喘、近期受傷、手腕或膝蓋不適、容易緊張等情形。若不適合實作，可改以觀察員、紀錄員或情境討論角色參與。 **校內場地確認** 請學校協助安排視聽教室、活動中心、體育館或可分組實作之教室，並確認地面平整、動線安全、可使用投影設備。

	發放資料	• 課程通知單 • 水域安全與 CPR＋AED 學習單 • 課後回饋表，視學校需求提供
	播放影片	1 建議教師可於課前播放短片，作為課程引導： 1. **水域安全宣導影片** 引導學生認識常見水域危險，如溪流、湖泊、泳池、埤塘、雨後水位變化、未穿救生衣與單獨戲水等風險。 2. **CPR＋AED 基礎認識影片** 讓學生先初步了解「叫、叫、壓、電」流程，包含確認反應、呼叫 119、胸外按壓與 AED 操作概念。 3. **AED 公共場所使用影片** 認識 AED 在學校、車站、運動中心、觀光場域等公共空間的配置與重要性，建立學生尋找 AED 與請求協助的概念。 https://youtu.be/5aIEfBcnZvw?si=oQQk8AC6udoRZghL https://youtu.be/kgVgUBJUHeI?si=x1MY-BsXF6ZdWbEb

	其他提醒		
在場域中的教學安排與規劃 （場域端需要完整、詳細說明與規劃）	類型	時間	主題與教學內容主要說明
	引起動機	**10 分鐘**	水域安全離我們很近: 以日月潭、溪流、泳池、校外教學等情境提問，讓學生思考生活中可能遇到的水域風險。
	發展活動	**20 分鐘**	認識常見風險：水深不明、雨後暴漲、濕滑落水、未穿救生衣、單獨戲水、推擠嬉鬧、不聽從指示等。 學習「不貿然下水救人」、大聲呼救、找大人、撥打 119，並認識「叫、叫、伸、拋、划」安全協助原則。
		10 分鐘	學生休息、補水；講師與助教準備 CPR 模型人、AED 訓練機與分組實作器材。

	綜合活動	30 分鐘	CPR＋AED 流程: 說明「叫、叫、壓、電」流程：確認反應、呼叫 119 與取得 AED、胸外按壓、依 AED 語音指示操作。 學生分組輪流練習 CPR 按壓位置、按壓姿勢、AED 開機、貼片與聽從語音指示。
		10 分鐘	學習回顧與安全承諾 快問快答複習重點，完成安全承諾：「遇到危險先保護自己、立即求救、正確協助。」
	其他補充		
離開場域後建議 （建議教師離開場域後可進行之活動與評量）	延伸活動	• **將安全觀念帶回家庭與生活** 鼓勵學生與家人分享課堂中學到的水域安全規則、CPR AED 流程與 AED 位置觀察。 • **公共 AED 觀察任務** 鼓勵學生觀察學校、車站、運動中心、圖書館、觀光場域是否設置 AED，並了解標誌位置。	
	延伸反思	• **安全行動內化** 讓學生建立「不逞強、不冒險、先求救、會協助」的行動態度。	
	延伸實作	• **家庭水域安全檢核** 請學生與家人討論：家附近是否有溪流、圳溝、池塘、湖泊或容易積水的地方？哪些地方需要特別注意？ • **參與日月潭讀戶外體驗課程** 參與戶外水域活動讓學生可以實際參與戶外水域體驗	
學習單圖片			

南投縣觀光產業發展戶外教育課程方案表

一、場域基礎資訊

場域名稱	樂晴探索教育中心	**場域地址 交通方式**	南投縣魚池鄉日月潭月牙灣
場域網站連結網址	https://cakegogogo.wixsite.com/hssup		
聯絡方式	姓名：陳之唯　　電話：0910-364112		
場域特色與教育價值	**（一）場域特色：**位於日月潭月牙灣，屬於南投最具代表性的湖泊水域環境 • 水域環境穩定，適合進行安全導向之水域體驗課程 • 結合湖泊地形、生態與人文歷史，具高度教育價值 • 鄰近邵族文化聚落，具在地文化連結基礎 **（二）教學轉化** • 在真實水域中學習安全行為，而非僅於教室理解 • 透過觀察湖面變化，建立基本環境判讀能力 • 在實際操作中理解水域風險與正確應對方式 **（三）教育價值** • 建立學生正確的親水態度，由「害怕水」轉為「理解水」 • 培養基本自我保護意識與安全行為 • 透過雙人合作活動，發展溝通與互助能力 • 引導學生認識並尊重在地自然與文化環境 **（四）專業支持** 本課程由具備專業水域背景之教學團隊執行，包含前輕艇國家代表隊選手及暨南國際大學船艇隊選手共同參與教學與輔助指導，具備以下優勢： • 提供正確且標準化之水域操作示範 • 能依學童能力進行分級指導與即時調整 • 強化活動安全管理與風險判斷能力 • 提供近距離陪伴與即時協助，提升學習安全感 本團隊同時具備救生員與水域教學相關證照，確保課程於安全與教育品質下進行。 		

二、戶外教育課程方案

<table>
<tr><td>課程方案名稱</td><td colspan="3">日月潟讀（一）- 水域安全體驗與合作學習課程</td></tr>
<tr><td>對象、年齡層</td><td>7-10歲
國小1–4年級學童</td><td>每場次人數</td><td>20-50人次</td></tr>
<tr><td>每場次時間</td><td>2小時</td><td>每天可提供場次</td><td>2場 上午9:00 下午13:00</td></tr>
<tr><td>是否提供學習單</td><td>是</td><td>收費方式</td><td>400/1人</td></tr>
<tr><td>課程/活動類型</td><td colspan="3">□生態環境□人文歷史☑探索挑戰☑休閒遊憩□職涯探索□山野□海洋</td></tr>
<tr><td rowspan="2">對應十二年國教核心素養
（勾選後，在後面的描述底線或是粗體，以明確標示這個課程所著重的部分，最後需要補充說明
）</td><td>A 自主行動</td><td>B 溝通互動</td><td>C 社會參與</td></tr>
<tr><td>☑A1
身心素質與自我精進：
具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。
說明：透過水域安全體驗活動，培養學童基本身體協調能力與自我保護意識，建立正確親水觀念。</td><td>☑B1
符號運用與溝通表達：
具備理解及使用語言、文字、數理、肢體及藝術等各種符號進行表達、溝通及互動的能力，並能了解與同理他人，應用在日常生活及工作上。
說明：
學習水域安全標誌辨識、緊急求救信號，並能清楚表達安全需求與狀況。</td><td>☑C1
道德實踐與公民意識：
具備道德實踐的素養，從個人小我到社會公民，循序漸進，養成社會責任感及公民意識，主動關注公共議題並積極參與社會活動，關懷自然生態與人類永續發展，而展現知善、樂善與行善的品德。
說明：培養保護自己與他人生命安全的責任感，建立對在地環境的關懷與保護意識。</td></tr>
<tr><td>☑A2
系統思考與解決問題：
具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考素養，並能行動與反思，以有效處理及解決生活、生命問題。
說明：在簡單水域情境中，學習判斷安全與危險行為（如是否可以下水、如何尋求協助），培養基礎判斷能力。</td><td>□B2
科技資訊與媒體素養：
具備善用科技、資訊與各類媒體之能力，培養相關倫理及媒體識讀的素養，俾能分析、思辨、批判人與科技、資訊及媒體之關係。</td><td>☑C2
人際關係與團隊合作：
具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的養。
說明：透過雙人一板合作活動，學習互相協助與溝通，共同完成任務。</td></tr>
</table>

	□A3 **規劃執行與創新應變：** 具備規劃及執行計畫的能力，並試探與發展多元專業知能、充實生活經驗，發揮創新精神，以因應社會變遷、增進個人的彈性適應力。 **說明：**_____	□B3 **藝術涵養與美感素養：** 具備藝術感知、創作與鑑賞能力，體會藝術文化之美，透過生活美學的省思，豐富美感體驗，培養對美善的人事物，進行賞析、建構與分享的態度與能力。 **說明：**_____	□C3 **多元文化與國際理解：** 具備自我文化認同的信念，並尊重與欣賞多元文化，積極關心全球議題及國際情勢，且能順應時代脈動與社會需要，發展國際理解、多元文化價值觀與世界和平的胸懷。 **說明：**_____

對應學科	□語文(國語文、英語文) □數學□自然科學□社會□藝術 ☑綜合活動□科技 ☑健康與體育
對應議題	□性別平等教育□人權教育□環境教育□海洋教育□品德教育□生命教育 □法治教育□科技教育□資訊教育□能源教育 ☑安全教育□防災教育□家庭教育 □生涯規劃教育□多元文化教育□閱讀素養 ☑戶外教育 □國際教育□原住民族教育
回應的聯合國永續發展目標（SDGs）與細項目標	□SDG1 消除貧窮 □SDG2 消除飢餓 ☑SDG3 良好健康與福祉 ☑SDG4 優質教育 □SDG5 性別平等□SDG6 潔淨水資源與衛生 □SDG7 潔淨水與衛生 □SDG8 尊嚴就業與經濟發展 □SDG9 產業創新與基礎設施 □SDG10 減少不平等 □SDG11 永續城市與社區 □SDG12 負責任生產與消費 □SDG13 氣候行動☑ SDG14 水下生命 □SDG15 陸域生命 □SDG16 和平正義與制度 □SDG17 夥伴關係 --- 上述勾選的目標請將最貼近細項目標羅列如下： 4.7「學生能辨識安全規則＋完成操作＋情境判斷」 4.7 在西元 2030 年以前，確保所有的學子都習得必要的知識與技能而可以促進永續發展，包括永續發展教育、永續生活模式、人權、性別平等、和平及非暴力提倡、全球公民、文化差異欣賞，以及文化對永續發展的貢獻。 3.4 透過戶外水域活動，促進學生身體活動與心理適應能力，建立正向親水經驗 3.d 強化所有國家的早期預警、風險減少，以及國家與全球健康風險的管理能力，特別是開發中國家。 14.1透過水域活動前後的環境觀察，引導學生理解垃圾、塑膠與人為活動對湖泊水域生物棲地的影響，建立減少污染與守護水域生命的觀念。 **14.2** 以日月潭湖泊生態為學習場域，認識水域生態系與人類活動之關係，培養學生尊重水域生物、維護湖泊環境與永續利用水域資源的態度。

教學目標

1. 學生能辨識基本水域安全規則，如穿著救生衣、不單獨下水、聽從教練指示與保持安全距離。
2. 學生能依自身能力與學校安排，選擇 SUP 或獨木舟進行初階水域體驗。
3. 學生能在教練引導下完成基礎水上平衡、坐姿划行、方向控制或合作移動任務。
4. 學生能透過雙人或小組合作，完成簡單水域任務，培養溝通、互助與安全提醒能力。
5. 學生能觀察日月潭水域環境，理解水資源、水域生態與人類活動之關係，建立珍惜水資源與守護湖泊環境的態度。
6. 學生能將課程中學到的安全行為與環境觀察，延伸至家庭與日常生活中的水域安全判斷。

本課程提供兩種初學者友善之水域體驗載具，學校可依學生年齡、能力、課程目標與安全考量選擇：

體驗項目	適合對象	教學重點	安全配置
SUP 立式划槳	適合希望挑戰平衡、合作任務與開放水域體驗之學童	坐姿平衡、基礎划槳、雙人合作、落水不慌	低中年級以 2 人一板為原則，教練近距離陪伴
獨木舟	適合初次接觸水域、較需要穩定坐姿與安全感之學童	坐姿划行、方向控制、同伴合作、環境觀察	以雙人艇或多人協作方式進行，降低初學焦慮

學生可依學校課程安排與個人狀況選擇 **SUP 立式划槳** 或 **獨木舟體驗**。兩項活動皆以「安全親水、基礎操作、合作學習、環境觀察」為核心，不以競速或高難度技巧為目標。教練將依學生游泳能力、身體狀況與現場天候條件進行分組與調整，確保初學者也能在安全陪伴下完成水域學習。

教學主軸

「「安全親水」＋「載具選擇」＋「合作學習」＋「水域永續」

教學特色

• 提供 **SUP立式划槳 / 獨木舟** 兩種體驗選擇，讓不同能力與心理狀態的初學者皆能安全參與。

• 低中年級採陪伴式教學，SUP以2人一板為原則，獨木舟以穩定坐姿與合作划行為主。

• 以任務遊戲化方式提升參與度，降低初次接觸開放水域的緊張感。

• 將水域安全教育放入真實場域，讓學生從「知道規則」進一步轉化為「能做出安全行為」。

• 結合日月潭湖泊環境觀察，培養學生對水資源、水域生態與地方環境的關懷。

• 從「怕水」轉為「理解水」，從「玩水」提升為「安全、尊重、守護水域」。

<table>
<tr><td>安全風險管理機制</td><td colspan="2">風險評估
• 天候條件限制（風速、能見度標準）
• 明確規範水溫、水位安全標準
• 特殊學童（如不會游泳、身體狀況）的處理方式
保險類別：
• 公共意外責任險
• 水域活動專項保險
戒護人員及器材配置：
• 專業水域安全教練
• 水域安全助教
• 急救設備組
• SUP 板、獨木舟等救援器材
• 救生衣（一人一件）
• 通訊設備（對講機、緊急聯絡電話）
後送流程：
1. 現場緊急處理（CPR/AED）
2. 聯繫 119 救護車
3. 通知家長及學校
4. 送至南投埔里基督教醫院
5. 持續追蹤與關懷

</td></tr>
<tr><td colspan="3">課程方案詳細內容</td></tr>
<tr><td rowspan="3">抵達場域前</td><td>傳達內容</td><td>引導學生從認識水域、參與體驗到生活應用，建立完整學習歷程。
建立基本水域安全概念與心理準備，降低陌生環境焦慮。
（本單位可安排教練協助到校實施課前教學）</td></tr>
<tr><td>發放資料</td><td>• 發放學童游泳能力調查表（附件一）
• 發放家長同意書（附件二）</td></tr>
<tr><td>播放影片</td><td>1.日月潭與水域環境認識
• 日月潭是什麼樣的地方（簡單故事導入）
• 水域與我們生活的關係
https://youtu.be/xbgfCM8VdO4?si=tmCsS9Kf0tSSwQe1
2.水域安全基礎概念
• 不可單獨下水
• 穿著救生衣的重要性
• 聽從指示的重要性
https://youtu.be/iNUvwY1AgmE?si=w1Hm-tEXjHmjm6dC</td></tr>
</table>

<table>
<tr><td></td><td>其他提醒</td><td colspan="2">• 說明當天活動流程
• 建立「安全體驗」概念
• 提醒攜帶物品（衣物、水壺等）</td></tr>
<tr><td rowspan="5">在場域中的教學安排與規劃
（場域端需要完整、詳細說明與規劃）</td><td>類型</td><td>時間</td><td>主題與教學內容主要說明</td></tr>
<tr><td>引起動機</td><td>20分鐘</td><td>主題：水域安全小小探險家
• 認識場域（水域環境與安全界線）
• 安全規則說明（情境式）
• 裝備介紹（救生衣、SUP 板）
• 分組與任務說明</td></tr>
<tr><td>發展活動</td><td>90分鐘</td><td>1.基礎操作與安全建立
• 救生衣正確穿著
• 板上穩定與平衡（坐姿為主）
2.雙人合作體驗
• 2 人一板（前後配置）
• 基本划行（簡單指令）
• 同步動作練習 （培養溝通與互助）
3.任務導向學習
• 小任務（繞標、到達指定點）
• 團隊合作完成任務
4.基本安全練習
• 落水不慌（心理建立）
• 抓板回復安全位置</td></tr>
<tr><td>綜合活動</td><td>10分鐘</td><td>在地特色與趣味知識問答
• 問答回顧（水域安全重點）
• 分享體驗與感受
• 強化安全觀念</td></tr>
<tr><td>其他補充</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="3">離開場域後建議
（建議教師離開場域後可進行之活動與評量）</td><td>延伸活動</td><td colspan="2">將體驗轉化為生活應用與態度建立。
本課程透過「事前評估－現場分級教學－活動後追蹤」三階段安全機制，確保不同能力學童皆能在安全前提下參與水域學習。</td></tr>
<tr><td>延伸反思</td><td colspan="2">家庭水域安全分享
• 與家人分享學到的安全觀念
• 討論生活中有哪些水域風險</td></tr>
<tr><td>延伸實作</td><td colspan="2">學習單與反思活動
• 畫出今天的水域體驗
• 寫下「我學到的安全行為」</td></tr>
</table>

學習單圖片	

日月潭讀（低中年級）學習單

學校：_____ 班級：_____ 姓名：_____

一、我認識的水域安全（請打勾）

□ 下水前要穿救生衣

□ 可以自己跑去水邊玩

□ 要聽教練指示

□ 可以推同學下水玩

二、今天的活動回顧（請打勾）

□ 我有和同伴一起完成任務

□ 我有學會坐在板子上保持平衡

□ 我知道如果落水要抓住板子

□ 我有幫助同學或被幫助

三、畫出今天的 SUP 體驗

（請在下方空白處畫出你今天的活動）

四、我學到的一件重要事情

_____

五、我想對家人說

_____



附件一：學童游泳能力調查表

學童游泳能力調查表

基本資料

- 學校名稱：_____
- 班級：_____
- 學生姓名：_____

一、游泳能力評估（請勾選最符合狀況）

☐ 完全不會游泳
☐ 可在水中站立，但無法前進
☐ 可短距離移動（約 5 公尺內）
☐ 可持續游泳（約 10–25 公尺）
☐ 可穩定游泳（25 公尺以上）

二、水域經驗

☐ 無水域活動經驗
☐ 曾參與游泳池活動
☐ 曾參與開放水域（湖泊／海邊）活動

三、水中自救能力（可複選）

☐ 不會漂浮
☐ 可短暫漂浮（10 秒內）
☐ 可仰漂或水母漂（10 秒以上）
☐ 知道如何呼救與保持冷靜

四、健康與特殊狀況

☐ 無

☐ 有（請說明）：_____
（如：氣喘、心臟疾病、癲癇、易緊張等）

五、教師備註（選填）

_____

附件二：家長同意書

戶外教育暨水域活動家長同意書

親愛的家長您好：

本校預計辦理「日月槳讀－開放水域安全教育課程」，活動資訊如下：

- 活動地點：日月潭月牙灣
- 活動時間：____年____月____日
- 活動內容：水域安全教育、SUP 立式划槳或獨木舟體驗、團隊合作任務、日月潭水域環境觀察。
  本課程將依學校安排、學生能力、天候條件與現場安全判斷，進行 SUP 或獨木舟體驗分組；若現場條件不適合下水，將改以岸上安全教學、器材認識與水域風險判斷課程進行。
- 主辦單位：_____
- 執行單位：樂晴探索教育中心

一、活動風險說明

本活動為水域戶外教育課程，已採取以下安全措施：

- 全員穿著救生衣
- 專業教練與救生員配置（1:10）
- 完整器材檢查與安全教學
- 投保公共意外責任險與活動保險

二、家長同意事項（請勾選）

☐ 本人已了解活動內容與風險說明
☐ 同意子女參與本次水域活動
☐ 子女身體狀況適合參與（如有特殊狀況已主動告知）

三、緊急聯絡資料

家長姓名：_____
聯絡電話：_____

四、健康狀況補充

_____

家長簽名：_____
日期：__ __年__ __月__ __日

南投縣觀光產業發展戶外教育課程方案表

一、場域基礎資訊

場域名稱	樂晴探索教育中心	**場域地址 交通方式**	南投縣魚池鄉日月潭月牙灣
場域網站連結網址	https://cakegogogo.wixsite.com/hssup		
聯絡方式	姓名：陳之唯　　電話：0910-364112		
場域特色與教育價值	**（一）場域特色：**位於日月潭月牙灣，屬於南投最具代表性的湖泊水域環境 • 水域環境穩定，適合進行安全導向之水域體驗課程 • 結合湖泊地形、生態與人文歷史，具高度教育價值 • 鄰近邵族文化聚落，具在地文化連結基礎 **（二）教學轉化** • 在真實水域中學習安全行為，而非僅於教室理解 • 透過觀察湖面變化，建立基本環境判讀能力 • 在實際操作中理解水域風險與正確應對方式 **（三）教育價值** • 建立學生正確的親水態度，由「害怕水」轉為「理解水」 • 培養基本自我保護意識與安全行為 • 透過雙人合作活動，發展溝通與互助能力 • 引導學生認識並尊重在地自然與文化環境 **（四）專業支持** 本課程由具備專業水域背景之教學團隊執行，包含前輕艇國家代表隊選手及暨南國際大學船艇隊選手共同參與教學與輔助指導，具備以下優勢： • 提供正確且標準化之水域操作示範 • 能依學童能力進行分級指導與即時調整 • 強化活動安全管理與風險判斷能力 • 提供近距離陪伴與即時協助，提升學習安全感 本團隊同時具備救生員與水域教學相關證照，確保課程於安全與教育品質下進行。 		

二、戶外教育課程方案

<table>
<tr><td>課程方案名稱</td><td colspan="3">日月潭讀（二）－湖泊探索 x 環境教育遊程</td></tr>
<tr><td>對象、年齡層</td><td>11-14 歲
國小高年級,國中學童</td><td>每場次人數</td><td>20-50 人次</td></tr>
<tr><td>每場次時間</td><td>2.5 小時</td><td>每天可提供場次</td><td>2 場 上午 9:00 下午 13:00</td></tr>
<tr><td>是否提供學習單</td><td>是</td><td>收費方式</td><td>800/1 艘（ＳＵＰ或獨木舟）</td></tr>
<tr><td>課程/活動類型</td><td colspan="3">□生態環境□人文歷史☑探索挑戰☑休閒遊憩□職涯探索□山野☑海洋及水域</td></tr>
<tr><td rowspan="2">對應十二年國教核心素養
（<u>勾選後，在後面的描述底線或是粗體，以明確標示這個課程所著重的部分，最後需要補充說明</u>
）</td><td>A 自主行動</td><td>B 溝通互動</td><td>C 社會參與</td></tr>
<tr><td>☑A1
身心素質與自我精進：
具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。
說明：能運用身體控制與技巧完成水域操作與自救</td><td>☑B1
符號運用與溝通表達：
具備理解及使用語言、文字、數理、肢體及藝術等各種符號進行表達、溝通及互動的能力，並能了解與同理他人，應用在日常生活及工作上。
說明：能理解安全指令並進行有效溝通。</td><td>☑C1
道德實踐與公民意識：
具備道德實踐的素養，從個人小我到社會公民，循序漸進，養成社會責任感及公民意識，主動關注公共議題並積極參與社會活動，關懷自然生態與人類永續發展，而展現知善、樂善與行善的品德。
說明：建立對水域安全與環境保護的責任感。</td></tr>
<tr><td></td><td>☑A2
系統思考與解決問題：
具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考素養，並能行動與反思，以有效處理及解決生活、生命問題。
說明：能在水域情境中判斷風險並選擇適當應對方式</td><td>□B2
科技資訊與媒體素養：
具備善用科技、資訊與各類媒體之能力，培養相關倫理及媒體識讀的素養，俾能分析、思辨、批判人與科技、資訊及媒體之關係。</td><td>☑C2
人際關係與團隊合作：
具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的養。
說明：在任務中進行分工合作與互助</td></tr>
</table>

	□A3 **規劃執行與創新應變：** 具備規劃及執行計畫的能力，並試探與發展多元專業知能、充實生活經驗，發揮創新精神，以因應社會變遷、增進個人的彈性適應力。 **說明：**_____	□B3 **藝術涵養與美感素養：** 具備藝術感知、創作與鑑賞能力，體會藝術文化之美，透過生活美學的省思，豐富美感體驗，培養對美善的人事物，進行賞析、建構與分享的態度與能力。 **說明：**_____	□C3 **多元文化與國際理解：** 具備自我文化認同的信念，並尊重與欣賞多元文化，積極關心全球議題及國際情勢，且能順應時代脈動與社會需要，發展國際理解、多元文化價值觀與世界和平的胸懷。 **說明：**_____

對應學科	□語文(國語文、英語文) □數學□自然科學□社會□藝術 ☑綜合活動□科技 ☑健康與體育
對應議題	□性別平等教育□人權教育□環境教育□海洋教育□品德教育□生命教育 □法治教育□科技教育□資訊教育□能源教育 ☑安全教育□防災教育□家庭教育 □生涯規劃教育☑多元文化教育□閱讀素養 ☑戶外教育 □國際教育□原住民族教育
回應的聯合國永續發展目標（SDGs）與細項目標	□SDG1 消除貧窮 □SDG2 消除飢餓 ☑SDG3 良好健康與福祉 ☑SDG4 優質教育 □SDG5 性別平等 □SDG6 潔淨水資源與衛生 □SDG7 潔淨水與衛生 □SDG8 尊嚴就業與經濟發展 □SDG9 產業創新與基礎設施 □SDG10 減少不平等 ☑SDG11 永續城市與社區 □SDG12 負責任生產與消費 □SDG13 氣候行動 □ SDG14 水下生命 □SDG15 陸域生命 □SDG16 和平正義與制度 □SDG17 夥伴關係 --- 上述勾選的目標請將最貼近細項目標羅列如下： 4.7「學生能辨識安全規則＋完成操作＋情境判斷」 4.7 在西元 2030 年以前，確保所有的學子都習得必要的知識與技能而可以促進永續發展，包括永續發展教育、永續生活模式、人權、性別平等、和平及非暴力提倡、全球公民、文化差異欣賞，以及文化對永續發展的貢獻。 3.4 透過戶外水域活動，促進學生身體活動與心理適應能力，建立正向親水經驗 3.d 強化所有國家的早期預警、風險減少，以及國家與全球健康風險的管理能力，特別是開發中國家。 11.4 認識日月潭與在地文化的關係 11.4 在全球的文化與自然遺產的保護上，進一步努力。

教學目標	1. 學生能透過 SUP 或獨木舟體驗，認識日月潭湖泊水域環境與基本親水方式。 2. 學生能觀察湖面、水色、風向、岸邊環境與人為活動，理解水域環境與日常生活的關係。 3. 學生能認識日月潭湖泊生態、外來種議題、水資源利用與環境保護的重要性。 4. 學生能透過小組任務完成水域探索、環境觀察與團隊合作挑戰。 5. 學生能理解日月潭在地文化、邵族生活記憶與湖泊觀光發展之間的關係。 6. 學生能提出一項日常生活中可實踐的水域保護行動。 **教學主軸** 水域探索 × 湖泊環境教育 × 在地文化理解 × 永續行動 **水域體驗方式** 本課程提供兩種水域探索方式，學校可依學生年齡、能力、課程目標與天候條件選擇： **A 方案｜SUP 立式划槳探索（建議高年級一人一板）** 適合希望增加挑戰性、平衡感與小組任務的學生。課程以坐姿划行為基礎，視學生能力安排跪姿或站姿體驗，並結合湖面觀察任務。 **B 方案｜獨木舟湖泊探索（2 人一艘）** 適合希望穩定體驗、重視環境觀察與團隊合作的學生。透過雙人或多人協作划行，進行湖面觀察、岸邊環境辨識與水域文化探索。 **彈性安排方式：** 學校可選擇全班統一體驗 SUP、全班統一體驗獨木舟，或依學生能力進行分組體驗。若遇天候、水位或風浪條件不佳，將以較穩定之獨木舟或岸上環境教育任務進行替代。 **教學特色** • 以「遊程式戶外教育」設計，結合水上體驗、湖泊觀察、環境教育與在地文化。 • 提供 **SUP 立式划槳／獨木舟** 兩種體驗選項，學校可依學生能力、活動目標與天候條件彈性安排。 • 透過水上視角觀察日月潭，從湖面理解水資源、觀光活動、生態環境與人類生活的關係。 • 導入環境教育任務，如水域垃圾觀察、湖岸人為活動觀察、生物棲地與外來種議題討論。 • 結合日月潭在地文化與邵族生活故事，讓學生理解湖泊不只是遊憩場域，也是地方文化與自然資源的重要載體。 • 以小組任務、觀察紀錄與分享反思，培養學生團隊合作、環境覺察與永續行動能力。 • 安全教育融入活動流程，不作為單一主題反覆強調，而是轉化為學生在戶外遊程中的基本行動素養。

<table>
<tr><td>安全風險管理機制</td><td colspan="2">風險評估
• 天候條件限制（風速、能見度標準）
• 明確規範水溫、水位安全標準
• 特殊學童（如不會游泳、身體狀況）的處理方式
保險類別：
• 公共意外責任險
• 水域活動專項保險
戒護人員及器材配置：
• 專業水域安全教練
• 水域安全助教
• 急救設備組
• SUP 板、獨木舟等救援器材
• 救生衣（一人一件）
• 通訊設備（對講機、緊急聯絡電話）
後送流程：
1. 現場緊急處理（CPR/AED）
2. 聯繫 119 救護車
3. 通知家長及學校
4. 送至南投埔里基督教醫院
5. 持續追蹤與關懷

</td></tr>
<tr><td colspan="3">課程方案詳細內容</td></tr>
<tr><td>抵達場域前</td><td>傳達內容</td><td>引導學生從「旅人」與「觀察者」的角度認識日月潭，了解本次活動不只是水上體驗，而是透過 SUP 或獨木舟進入湖泊場域，觀察水資源、生態環境、在地文化與觀光活動之間的關係。
（本單位可安排教練協助到校實施課前教學）

日月潭湖泊環境認識
• 日月潭的位置、湖泊特色與水資源功能
• 水庫、觀光、居民生活與自然環境的關係
• 為什麼日月潭需要被保護？

環境觀察任務預告
• 到現場觀察水面是否有垃圾
• 觀察湖岸有哪些人為設施與自然景觀
• 思考觀光活動可能對水域環境造成哪些影響</td></tr>
</table>

		在地文化導入 • 日月潭與邵族文化的關係 • 水域、聚落與地方生活的連結 • 從遊客視角轉為地方觀察者視角 **活動準備提醒** • 攜帶換洗衣物、毛巾、水壺、防曬用品 • 穿著適合水域活動之輕便服裝 • 說明本次可依安排體驗 SUP 或獨木舟
	發放資料	• 發放學童游泳能力調查表（附件一） • 發放家長同意書（附件二）
	播放影片	1 水域風險情境討論 • 什麼情況可以下水？什麼情況不可以？ • 常見水域危險案例（關鍵：開始培養判斷能力） 2 水域安全行動原則 • 不貿然下水救人 • 遇到危險先求救 • 如何觀察環境 https://youtu.be/b9qrbPhferk?si=0gkOrejzfrXZLfIS https://youtu.be/kgVgUBJUHeI?si=CUQSMNbV_isuMl6m

	其他提醒	• 說明本次課程將進行「自救技能」與「情境任務」 • 建立學習目標（不是體驗而已） • 提醒攜帶物品（衣物、水壺等）	
在場域中的教學安排與規劃 （場域端需要完整、詳細說明與規劃）	類型	時間	主題與教學內容主要說明
	引起動機	20 分鐘	日月潭湖泊探索出發： 認識月牙灣場域、日月潭湖泊特色、今日探索任務說明、SUP／獨木舟體驗選項介紹、分組與裝備確認
	發展活動	120 分鐘	**SUP／獨木舟基礎體驗：** 學生依學校安排選擇 SUP 或獨木舟。學習基本坐姿、划槳、方向控制與小組合作移動。安全規範以操作前提醒方式融入。 **湖面觀察任務：** 從水上視角觀察日月潭：風向、水色、水面漂浮物、湖岸使用、人為活動與自然景觀。小組完成「湖泊觀察任務」。

			日月潭與在地文化： 簡介邵族文化、日月潭地名故事、水域與地方生活的關係，讓學生理解湖泊不只是觀光景點，也是文化與生活場域。
	綜合活動	**10 分鐘**	小組分享觀察結果，提出「我可以為日月潭做的一件事」，完成學習單重點紀錄。
	其他補充		
離開場域後建議 （建議教師離開場域後可進行之活動與評量）	延伸活動	將水上體驗轉化為環境行動與地方理解。 • **日月潭水域觀察紀錄整理** 學生整理活動中觀察到的湖面、水岸、人為活動與環境問題，完成小組觀察紀錄。 • **在地文化延伸討論** 討論日月潭對邵族文化、地方居民、觀光產業與學生自身生活的意義。	
	延伸反思	• **戶外教育反思寫作** 題目可設定為：「如果我是日月潭的一日守護者」、「我從湖面看到的日月潭」、「玩水和保護水，可以一起發生嗎？」	
	延伸實作	• **我的日月潭永續行動提案** 以小組方式提出一項可行的水域保護行動，例如減少一次性塑膠、淨湖行動、遊客宣導、友善水域活動規範等。	
學習單圖片		

附件一：學童游泳能力調查表

學童游泳能力調查表

基本資料

- 學校名稱：_____
- 班級：_____
- 學生姓名：_____

一、游泳能力評估（請勾選最符合狀況）

☐ 完全不會游泳
☐ 可在水中站立，但無法前進
☐ 可短距離移動（約 5 公尺內）
☐ 可持續游泳（約 10－25 公尺）
☐ 可穩定游泳（25 公尺以上）

二、水域經驗

☐ 無水域活動經驗
☐ 曾參與游泳池活動
☐ 曾參與開放水域（湖泊／海邊）活動

三、水中自救能力（可複選）

☐ 不會漂浮
☐ 可短暫漂浮（10 秒內）
☐ 可仰漂或水母漂（10 秒以上）
☐ 知道如何呼救與保持冷靜

四、健康與特殊狀況

☐ 無

☐ 有（請說明）：_____
（如：氣喘、心臟疾病、癲癇、易緊張等）

五、教師備註（選填）

_____

附件二：家長同意書

戶外教育暨水域活動家長同意書

親愛的家長您好：

本校預計辦理「日月槳讀－開放水域安全教育課程」，活動資訊如下：

- 活動地點：日月潭月牙灣
- 活動時間：____年____月____日
- 活動內容：日月潭湖泊環境教育、SUP 立式划槳或獨木舟體驗、水域觀察任務、在地文化探索、團隊合作活動。
  本活動以戶外教育遊程方式進行，透過 SUP 或獨木舟作為水域探索媒介，引導學生認識日月潭水資源、湖泊生態、在地文化與永續觀光。活動全程穿著救生衣，並由專業教練與助教陪同執行。

- 主辦單位：_____
- 執行單位：樂晴探索教育中心

一、活動風險說明

本活動為水域戶外教育課程，已採取以下安全措施：

- 全員穿著救生衣
- 專業教練與救生員配置（1:10）
- 完整器材檢查與安全教學
- 投保公共意外責任險與活動保險

二、家長同意事項（請勾選）

☐ 本人已了解活動內容與風險說明
☐ 同意子女參與本次水域活動
☐ 子女身體狀況適合參與（如有特殊狀況已主動告知）

三、緊急聯絡資料

家長姓名：_____
聯絡電話：_____

四、健康狀況補充

_____

家長簽名：_____
日期：__ __年__ __月__ __日

南投縣觀光產業發展戶外教育課程方案表

一、場域基礎資訊

場域名稱	樂晴探索教育中心	**場域地址 交通方式**	南投縣魚池鄉日月潭月牙灣
場域網站連結網址	https://cakegogogo.wixsite.com/hssup		
聯絡方式	姓名：陳之唯　　電話：0910-364112		
場域特色與教育價值	**（一）場域特色：**位於日月潭月牙灣，屬於南投最具代表性的湖泊水域環境 • 水域環境穩定，適合進行安全導向之水域體驗課程 • 結合湖泊地形、生態與人文歷史，具高度教育價值 • 鄰近邵族文化聚落，具在地文化連結基礎 **（二）教學轉化** • 在真實水域中學習安全行為，而非僅於教室理解 • 透過觀察湖面變化，建立基本環境判讀能力 • 在實際操作中理解水域風險與正確應對方式 **（三）教育價值** • 建立學生正確的親水態度，由「害怕水」轉為「理解水」 • 培養基本自我保護意識與安全行為 • 透過雙人合作活動，發展溝通與互助能力 • 引導學生認識並尊重在地自然與文化環境 **（四）專業支持** 本課程由具備專業水域背景之教學團隊執行，包含前輕艇國家代表隊選手及暨南國際大學船艇隊選手共同參與教學與輔助指導，具備以下優勢： • 提供正確且標準化之水域操作示範 • 能依學童能力進行分級指導與即時調整 • 強化活動安全管理與風險判斷能力 • 提供近距離陪伴與即時協助，提升學習安全感 本團隊同時具備救生員與水域教學相關證照，確保課程於安全與教育品質下進行。 		

二、戶外教育課程方案

<table>
<tr><td>課程方案名稱</td><td colspan="3">日月槳讀（三）日月探險家一日課程</td></tr>
<tr><td>對象、年齡層</td><td>11-15 歲
國小高年級 國中</td><td>每場次人數</td><td>20-50 人次</td></tr>
<tr><td>每場次時間</td><td>6 小時</td><td>每天可提供場次</td><td>1 場</td></tr>
<tr><td>是否提供學習單</td><td>是</td><td>收費方式</td><td>1450/1 人(含午餐)</td></tr>
<tr><td>課程/活動類型</td><td colspan="3">☐生態環境☐人文歷史☑探索挑戰☑休閒遊憩☐職涯探索☐山野☐海洋</td></tr>
<tr><td rowspan="2">對應十二年國教核心素養
（<u>勾選後，在後面的描述底線或是粗體，以明確標示這個課程所著重的部分，最後需要補充說明</u>
）</td><td>A 自主行動</td><td>B 溝通互動</td><td>C 社會參與</td></tr>
<tr><td>☑A1
身心素質與自我精進：
具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。

說明：學生透過 SUP 體驗、魚類復育觀察與聚落探索，培養身體活動參與、戶外適應能力與自我挑戰精神，建立正向親水與戶外學習經驗。</td><td>☑B1
符號運用與溝通表達：
具備理解及使用語言、文字、數理、肢體及藝術等各種符號進行表達、溝通及互動的能力，並能了解與同理他人，應用在日常生活及工作上。

說明：
學生透過任務卡、觀察紀錄、學習單與小組分享，整理水域生態、地方文化與商圈觀察成果，並以口語或文字表達學習發現。</td><td>☑C1
道德實踐與公民意識：
具備道德實踐的素養，從個人小我到社會公民，循序漸進，養成社會責任感及公民意識，主動關注公共議題並積極參與社會活動，關懷自然生態與人類永續發展，而展現知善、樂善與行善的品德。
說明：學生透過魚類復育與水域環境觀察，建立尊重生命、保護水域、減少污染與友善旅遊的公民責任感。</td></tr>
<tr><td>☑A2
系統思考與解決問題：
具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考素養，並能行動與反思，以有效處理及解決生活、生命問題。

說明：學生於魚類復育觀察與伊達邵任務探索中，思考水域生態、觀光活動、人類行為與環境保護之間的關係，並提出友善旅遊與守護日月潭的行動建議。</td><td>☐B2
科技資訊與媒體素養：
具備善用科技、資訊與各類媒體之能力，培養相關倫理及媒體識讀的素養，俾能分析、思辨、批判人與科技、資訊及媒體之關係。</td><td>☑C2
人際關係與團隊合作：
具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的養。
說明：學生於 SUP 體驗、魚類觀察、遊艇移動與伊達邵探索任務中進行小組分工、合作觀察、討論與成果分享。</td></tr>
</table>

	□A3 **規劃執行與創新應變：** 具備規劃及執行計畫的能力，並試探與發展多元專業知能、充實生活經驗，發揮創新精神，以因應社會變遷、增進個人的彈性適應力。 **說明：**_____	□B3 **藝術涵養與美感素養：** 具備藝術感知、創作與鑑賞能力，體會藝術文化之美，透過生活美學的省思，豐富美感體驗，培養對美善的人事物，進行賞析、建構與分享的態度與能力。 **說明：**_____	□C3 **多元文化與國際理解：** 具備自我文化認同的信念，並尊重與欣賞多元文化，積極關心全球議題及國際情勢，且能順應時代脈動與社會需要，發展國際理解、多元文化價值觀與世界和平的胸懷。 **說明：**學生透過伊達邵聚落探索，認識邵族文化、地方飲食、商圈生活與日月潭觀光發展，培養尊重多元文化與地方差異的態度。_____

對應學科	□語文(國語文、英語文) □數學□自然科學☑社會□藝術 ☑綜合活動□科技 ☑健康與體育
對應議題	□性別平等教育□人權教育□環境教育□海洋教育□品德教育□生命教育 □法治教育□科技教育□資訊教育□能源教育 ☑安全教育□防災教育□家庭教育 □生涯規劃教育□多元文化教育□閱讀素養 ☑戶外教育 □國際教育☑原住民族教育
回應的聯合國永續發展目標（SDGs）與細項目標	□SDG1 消除貧窮 □SDG2 消除飢餓□SDG3 良好健康與福祉 ☑SDG4 優質教育 □SDG5 性別平等☑SDG6 潔淨水資源與衛生 □SDG7 潔淨水與衛生 □SDG8 尊嚴就業與經濟發展 □SDG9 產業創新與基礎設施 □SDG10 減少不平等 □SDG11 永續城市與社區☑SDG12 負責任生產與消費 □SDG13 氣候行動□ SDG14 水下生命 □SDG15 陸域生命 □SDG16 和平正義與制度 □SDG17 夥伴關係 ---------- 上述勾選的目標請將最貼近細項目標羅列如下： **SDG4 優質教育｜4.7** 透過SUP體驗、魚類復育觀察、遊艇導覽與伊達邵聚落探索，引導學生在真實場域中學習 **SDG6 潔淨水資源與衛生｜6.3、6.6** 透過日月潭水域與魚類復育場觀察，理解水質、棲地與魚類生存的關係，建立減少污染、珍惜水資源與維護水域環境的意識。 **SDG12 負責任消費與生產｜12.8** 透過商圈與飲食觀察，理解旅遊消費、包裝垃圾、友善旅遊與永續觀光之間的關係，培養負責任旅遊與消費意識。

教學目標	1. 學生能透過 SUP 體驗，認識日月潭湖泊水域環境與基本親水方式。 2. 學生能透過日月潭魚類復育場觀察，認識原生魚類、外來種議題與水域棲地保護的重要性。 3. 學生能理解魚類復育與湖泊環境保護之間的關係，建立不隨意放生、不污染水域的觀念。 4. 學生能從遊艇移動過程中觀察湖岸景觀、碼頭設施、船舶活動與觀光利用情形。 5. 學生能透過伊達邵探索任務，認識日月潭在地文化、邵族生活記憶與商圈特色。 6. 學生能理解水域活動、生態保育、觀光產業、地方文化與環境保護之間的關係。 7. 學生能在小組任務中進行分工合作、觀察紀錄與口語分享。 8. 學生能完成「日月探險家」任務，提出一項守護日月潭水域生態或友善旅遊的具體行動。 **教學主軸** **水域體驗 x 魚類復育 x 湖泊導覽 x 聚落探索 x 永續觀光** **教學特色** • 以「SUP 水域體驗＋魚類復育觀察＋遊艇導覽＋伊達邵探索」形成完整一日水陸學習路線。 • 以日月潭魚類復育場為生態教育亮點，讓學生認識原生魚類、外來種議題與水域棲地保護。 • SUP 不只是水上運動，也作為進入湖泊環境的體驗媒介，讓學生從水面理解日月潭。 • 遊艇移動轉化為湖泊觀察課程，引導學生觀察碼頭、船舶、湖岸景觀與觀光活動。 • 伊達邵探索任務結合邵族文化、地方飲食、商圈觀察與永續觀光。 • 課程完成後頒發「日月探險家證書」，強化學生的任務感、成就感與守護日月潭的責任感。 • 適合國小戶外教育、校外教學、畢業活動、環境教育、地方文化課程與觀光產業體驗學習。 

<table>
<tr><td>安全風險管理機制</td><td colspan="2">風險評估
• 天候條件限制（風速、能見度標準）
• 明確規範水溫、水位安全標準
• 特殊學童（如不會游泳、身體狀況）的處理方式
保險類別：
• 公共意外責任險
• 水域活動專項保險
戒護人員及器材配置：
• 專業水域安全教練
• 水域安全助教
• 急救設備組
• SUP 板、獨木舟等救援器材
• 救生衣（一人一件）
• 通訊設備（對講機、緊急聯絡電話）
後送流程：
1. 現場緊急處理（CPR/AED）
2. 聯繫 119 救護車
3. 通知家長及學校
4. 送至南投埔里基督教醫院
5. 持續追蹤與關懷

</td></tr>
<tr><td colspan="3">課程方案詳細內容</td></tr>
<tr><td rowspan="3">抵達場域前</td><td>傳達內容</td><td>引導學生理解本課程不是單純玩水，而是一趟「日月探險家」任務。學生將透過 SUP、魚類復育觀察、遊艇導覽與伊達邵探索，從不同角度認識日月潭的湖泊環境、生態保育、地方文化與觀光產業。
（本單位可安排教練協助到校實施課前教學）</td></tr>
<tr><td>發放資料</td><td>• 發放學童游泳能力調查表（附件一）
• 發放家長同意書（附件二）</td></tr>
<tr><td>播放影片</td><td>1.日月潭與水域環境認識
• 日月潭是什麼樣的地方（簡單故事導入）
• 水域與我們生活的關係
https://youtu.be/xbgfCM8VdO4?si=tmCsS9Kf0tSSwQe1
2.水域安全基礎概念
• 不可單獨下水
• 穿著救生衣的重要性
• 聽從指示的重要性
https://youtu.be/iNUvwY1AgmE?si=w1Hm-tEXjHmjm6dC</td></tr>
</table>

<table>
<tr><td></td><td>其他提醒</td><td colspan="2">• 日月潭湖泊環境認識
• 日月潭的位置、湖泊特色與水資源功能。
• 日月潭和觀光、居民生活、魚類棲地之間的關係。
• 魚類復育概念導入
• 什麼是原生魚類？
• 為什麼有些魚類需要復育？
• 為什麼不能隨意放生魚類？
• 外來種可能對水域生態造成什麼影響？
• 伊達邵文化與商圈探索預告
• 認識日月潭與邵族文化的關係。
• 思考觀光商圈、在地飲食與友善旅遊的關係。
• 活動準備提醒
• 攜帶換洗衣物、毛巾、水壺、防曬用品。
• 穿著適合水域活動之輕便服裝。
• 說明當天會搭乘遊艇，並進行小組探索任務。</td></tr>
<tr><td rowspan="10">在場域中的教學安排與規劃
（場域端需要完整、詳細說明與規劃）</td><td>類型</td><td>時間</td><td>主題與教學內容主要說明</td></tr>
<tr><td>引起動機</td><td>09:00 – 09:20</td><td>主題：日月探險家集合任務
認識場域（水域環境與安全界線）
• 安全規則說明（情境式）
• 裝備介紹（救生衣、SUP 板）
• 分組與任務說明</td></tr>
<tr><td rowspan="5">發展活動</td><td>09:20 – 10:40</td><td>SUP 水域體驗
基礎划行教學、坐姿／跪姿體驗、團隊合作划行，建立從水面認識日月潭的體驗</td></tr>
<tr><td>10:40 – 11:20</td><td>魚類復育觀察任務：
觀察魚類復育環境，認識原生魚類、外來種議題、水域棲地與保育行動</td></tr>
<tr><td>11:20 – 11:50</td><td>上岸整理與更衣
整理器材、補水、更衣，準備搭乘遊艇</td></tr>
<tr><td>11:50 – 12:20</td><td>遊艇湖泊導覽
搭乘遊艇前往伊達邵，沿途觀察湖岸景觀、船舶活動、碼頭設施與觀光利用</td></tr>
<tr><td>12:20 – 13:20</td><td>午餐
午餐與休息，結合在地飲食與商圈觀察</td></tr>
<tr><td rowspan="2">綜合活動</td><td>13:20 – 14:40</td><td>伊達邵聚落探索：
小組任務：文化觀察、商圈探索、小吃觀察、友善旅遊任務</td></tr>
<tr><td>14:40 – 15:00</td><td>日月探險家任務分享：
小組分享魚類復育觀察、文化探索與友善旅遊提醒
頒發「日月探險家證書」、合影</td></tr>
<tr><td>其他補充</td><td></td><td></td></tr>
</table>

<table>
<tr><td rowspan="3">離開場域後建議
<u>（建議教師離開場域後可進行之活動與評量）</u></td><td>延伸活動</td><td>將一日遊程轉化為環境行動、文化理解與學習成果。
日月探險家學習單整理
學生完成任務學習單，整理魚類復育觀察、遊艇導覽觀察、伊達邵文化與商圈探索成果。</td></tr>
<tr><td>延伸反思</td><td>我的日月潭守護行動
學生提出一項具體行動，例如：
• 不隨意放生魚類。
• 減少一次性塑膠使用。
• 不將垃圾留在水邊或商圈。
• 尊重在地文化與居民生活。
• 向家人分享原生魚類與外來種議題。</td></tr>
<tr><td>延伸實作</td><td>小組成果分享
可由學生製作海報、簡報、圖文紀錄或短影片，主題如：
• 我認識的日月潭魚類
• 如果我是日月探險家
• 如何成為友善日月潭的旅人
• 從魚類復育看見日月潭生態</td></tr>
<tr><td>學習單圖片</td><td colspan="2">


</td></tr>
</table>

附件一：學童游泳能力調查表

學童游泳能力調查表

基本資料

- 學校名稱：_____
- 班級：_____
- 學生姓名：_____

一、游泳能力評估（請勾選最符合狀況）

☐ 完全不會游泳
☐ 可在水中站立，但無法前進
☐ 可短距離移動（約 5 公尺內）
☐ 可持續游泳（約 10–25 公尺）
☐ 可穩定游泳（25 公尺以上）

二、水域經驗

☐ 無水域活動經驗
☐ 曾參與游泳池活動
☐ 曾參與開放水域（湖泊／海邊）活動

三、水中自救能力（可複選）

☐ 不會漂浮
☐ 可短暫漂浮（10 秒內）
☐ 可仰漂或水母漂（10 秒以上）
☐ 知道如何呼救與保持冷靜

四、健康與特殊狀況

☐ 無

☐ 有（請說明）：_____
（如：氣喘、心臟疾病、癲癇、易緊張等）

五、教師備註（選填）

_____

附件二：家長同意書

戶外教育暨水域活動家長同意書

親愛的家長您好：

本校預計辦理 日月槳讀（三）日月探險家一日課程，活動資訊如下：

- 活動地點：日月潭月牙灣
- 活動時間：____年____月____日
- 活動內容：水域安全教育、SUP 立式划槳或獨木舟體驗、團隊合作任務、日月潭水域環境觀察。
  本課程將依學校安排、學生能力、天候條件與現場安全判斷，進行 SUP 或獨木舟體驗分組；若現場條件不適合下水，將改以岸上安全教學、器材認識與水域風險判斷課程進行。
- 主辦單位：_____
- 執行單位：樂晴探索教育中心

一、活動風險說明

本活動為水域戶外教育課程，已採取以下安全措施：

- 全員穿著救生衣
- 專業教練與救生員配置（1:10）
- 完整器材檢查與安全教學
- 投保公共意外責任險與活動保險

二、家長同意事項（請勾選）

☐ 本人已了解活動內容與風險說明
☐ 同意子女參與本次水域活動
☐ 子女身體狀況適合參與（如有特殊狀況已主動告知）

三、緊急聯絡資料

家長姓名：_____
聯絡電話：_____

四、健康狀況補充

_____

家長簽名：_____
日期：__ __年__ __月__ __日