

3-3-2日月潭雙環游 成果報告

一、申請計畫內容簡述（與申請計畫應相符）

（一）課程目標：

- 1.了解海洋社會與感受海洋文化之愛海情懷。
- 2.體驗海洋休閒與重視戲水安全之親海行為。
- 3.學生正確的騎乘自行車技能、培養騎車樂趣與運動習慣。
- 4.日月潭的周邊生態、物種認識及水域安全認知。
- 5.分析自我身體條件、槳與地面（水面）施力角度、撐船力量分配，理解 SUP 操槳的技能原理。

（二）準備活動：講述傳說蒼萃之地-日月潭引起動機。

（三）發展活動：異質性分組團隊合作、自然環境互動體驗、競賽及獎勵。

（四）綜合活動：騎乘自行車、SUP 立槳趣味競賽。

二、實施過程（質化說明）

本次戶外教育活動以日月潭周邊場域為主要教學場景，透過多樣化的學習方式與豐富的自然人文資源，引導學生深入體驗海洋與湖泊環境之文化、體能與安全素養，強化學生對環境的感知與行動力。這次的活動時間為兩天，老師讓學生以團體合作、互助的分組方式進行，使學生在真實情境中獲得多面向的學習經驗。

活動第一天由新竹縣出發，前往南投日月潭，早上的第一個活動是「日月潭自行車道向山段騎乘活動」。透過專業人員帶領，學生了解日月潭周邊的自然生態與人文歷史，並實地練習騎乘技能。藉由實地騎乘，學生不僅能鍛鍊體能與腳踏車的操控技巧，也建立正確的交通安全觀念，培養其對自行車運動的興趣與習慣。

當天下午進行 SUP 立式划槳水上活動，由合格教練團隊進行安全指導與技能教學，並配合實際下水體驗。學生在湖面上練習槳的操作、重心轉移與協調技巧，學習判斷水域環境與安全自主管理。活動過程中強調團隊合作與彼此照應，並結合遊戲與趣味競賽，提升學生參與動機與學習成效。整體過程兼顧水域教育、安全知識、技能操作與探索精神，深具教育價值。

活動第二日則安排「九族文化村參訪與文化體驗課程」，學生乘坐纜車橫越日月潭，自然銜接景觀轉換與高度變化的地理學習，並進入文化場域探索台灣原住民族群之生活樣貌與歷史背景。透過主題展示與現場導覽，學生得以實地認識不同族群文化內涵，促進文化理解與尊重多元的社會價值。

本活動從湖泊地形、在地文化、交通方式、自行車運動到 SUP 立槳技能等面向進行整合學習，引導學生培養觀察力、操作力、體能耐力及環境敏感度。課程設計強調「做中學、玩中學、行中學」，不僅深化戶外教育的教學內涵，也為學生帶來身心靈均衡發展的多元體驗。

三、計畫成效自我評估與檢討

（一）計畫無法解決之問題說明

本次戶外教育活動雖事前已進行完整的行程規劃與風險評估，但因為活動前一天發生降雨，使得第一天上午在進行日月潭自行車道向山段騎乘活動時，路面仍存有部分濕滑情形，導致個別學生因地面濕滑不慎摔車，所幸僅為輕微擦傷，隨即由帶隊教師與工作人員妥善處理，並強化後續路段的安全引導與防滑提醒。

此外，下午進行 SUP 立槳體驗活動時，也稍微毛毛雨影響，儘管活動在安全範圍內持續進行，仍有部分學生因身體浸濕、上岸後感覺寒冷，針對上述狀況，教學與工作團隊也請學生及時換上乾衣，並且乾毛巾及吹風機將頭髮用乾。天氣不穩確實對學習情緒與活動體驗造成一定程度干擾，也顯示戶外教育課程在面對突發氣候變化時所面臨之限制。

（二）總體自我評估與檢討

整體而言，本次戶外教育活動雖受天候影響產生局部挑戰，但核心教學目標多數仍順利達成。學生在實地參與自行車騎乘、SUP 立槳操作及九族文化村參訪課程中，展現出高度投入與參與熱忱。透過異質性分組與任務導向的學習方式，學生於自然環境中建立團隊合作默契，提升了身體協調能力與問題解決能力，並在文化探索過程中加深對本土與原住民文化的理解與尊重。

本活動整體設計結合「愛海親海」理念與生活化、體驗化的學習形式，成功激發學生對戶外教育的正向認同。儘管氣候因素為執行過程帶來挑戰，但也讓學生學習到如何在不確定環境中進行自我保護、調整心態並持續完成任務，無形中強化了其適應力與面對困境的韌性。建議未來辦理類似活動時，除預留備案空間外，亦可增強天候應變機制與裝備準備，以提升整體活動的彈性與安全性。

計畫三：推動海洋教育課程成果彙整表

3-3. 學生海洋體驗課程活動(下表可自行增列)

項次	活動名稱	活動層級	活動對象	對外交流	活動主題	活動日期	場次	總人數
1		☐ 縣市層級 ☐ 校本層級	☐ 國小 ☐ 國中	☐ 開放外縣市報名 ☐ 與非臨海學校交流	☐ 結合聯合國永續發展目標SDGs ☐ 水域休閒運動 ☐ 產業技術 ☐ 環境探索 ☐ 食魚教育 ☐ 海洋保育 ☐ 藝術文化 ☐ 職業試探 ☐ 淨灘活動 ☐ 文教場館參訪 ☐ 其他_____			
	活動檢討(請簡述)							
項次	活動名稱	活動層級	活動對象	對外交流	活動主題	活動日期	場次	總人數
2	日月潭水陸空雙環遊	☒ 縣市層級 ☐ 校本層級	☒ 國小 ☐ 國中	☐ 開放外縣市報名 ☒ 與非臨海學校交流	☒ 結合聯合國永續發展目標SDGs ☒ 水域休閒運動 ☐ 產業技術 ☒ 環境探索 ☐ 食魚教育 ☐ 海洋保育 ☐ 藝術文化 ☒ 職業試探 ☐ 淨灘活動 ☒ 文教場館參訪 ☐ 其他_____	114.0605-0606	1	30

	活動檢討 (請簡述)	整體而言，本次戶外教育活動雖受天候影響產生局部挑戰，但核心教學目標多數仍順利達成。學生在實地參與自行車騎乘、SUP 立槳操作及九族文化村參訪課程中，展現出高度投入與參與熱忱。透過異質性分組與任務導向的學習方式，學生於自然環境中建立團隊合作默契，提升了身體協調能力與問題解決能力，並在文化探索過程中加深對本土與原住民文化的理解與尊重。 本活動整體設計結合「愛海親海」理念與生活化、體驗化的學習形式，成功激發學生對戶外教育的正向認同。儘管氣候因素為執行過程帶來挑戰，但也讓學生學習到如何在不確定環境中進行自我保護、調整心態並持續完成任務，無形中強化了其適應力與面對困境的韌性。建議未來辦理類似活動時，除預留備案空間外，亦可增強天候應變機制與裝備準備，以提升整體活動的彈性與安全性。					
總計	活動層級	縣市層級 <u>1</u> 場，校本層級 <u> </u> 場				總計場次 <u> </u> 場 參與人數 <u> </u> 人次	
	活動對象	國小 <u>1</u> 場，國中 <u> </u> 場					
	對外交流	開放外縣市報名 <u> </u> 場，與非臨海學校交流 <u>1</u> 場					
	活動主題	結合聯合國永續發展目標 SDGs <u> </u> 場 水域休閒運動 <u> </u> 場 產業技術 <u> </u> 場 環境探索 <u> </u> 場 食魚教育 <u> </u> 場 海洋保育 <u> </u> 場 藝術文化 <u> </u> 場 職業試探 <u> </u> 場 淨灘活動 <u> </u> 場 文教場館參訪 <u> </u> 場 其他 <u> </u> 場					
學生海洋體驗課程活動執行成果： https://www.youtube.com/watch?v=RUUzyEHEX-w							





☆☆☆☆☆ 學習加油站 ☆☆☆☆☆

台灣的原住民族系列：

1. 賽夏族最重要的祭儀活動是什麼？矮靈祭
2. 最早接受漢化的原住民是哪一族？平埔族
3. 哪一族的原住民有紋面的習俗？泰雅族、布農族、賽夏族、夏克尼族
4. 台灣原住民中，最懂得用植物染布的是哪一族？泰雅族
5. 現在日月潭中的小島以前叫做光華島，為了尊重邵族，改稱為什麼？拉魯島
6. 台灣原住民中真正的「高山族」是哪一族？平埔族
7. 魯凱族較突出的女性，除了服裝特別外，還有身上哪個部位紋身的習俗？下半身
8. 以前魯凱族有將潔白的牙齒染黑的習俗，為什麼？文化習俗
9. 魯凱族貴族嫁女兒時，象徵最高榮譽的聘禮是什麼？木柴
10. 1996 年奧運會的主題曲採用了台灣原住民哪一族的歌曲？阿美族
11. 台灣本島的原住民中，唯一擁有傳統製陶技巧的民族是哪一族？雅美族
12. 從文化比對來看，與太平洋玻利尼西亞文化最接近的原住民是哪一族？雅美族

☆☆☆☆☆ 學習加油站 ☆☆☆☆☆

台灣的原住民族系列：

1. 賽夏族最重要的祭儀活動是什麼？矮靈祭
2. 最早接受漢化的原住民是哪一族？平埔族
3. 哪一族的原住民有紋面的習俗？泰雅族、布農族、賽夏族、夏克尼族
4. 台灣原住民中，最懂得用植物染布的是哪一族？泰雅族、布農族、阿美族
5. 現在日月潭中的小島以前叫做光華島，為了尊重邵族，改稱為什麼？拉魯島
6. 台灣原住民中真正的「高山族」是哪一族？平埔族
7. 魯凱族較突出的女性，除了服裝特別外，還有身上哪個部位紋身的習俗？雙手、背部
8. 以前魯凱族有將潔白的牙齒染黑的習俗，為什麼？身份尊貴的象徵
9. 魯凱族貴族嫁女兒時，象徵最高榮譽的聘禮是什麼？刀、陶器
10. 1996 年奧運會的主題曲採用了台灣原住民哪一族的歌曲？阿美族
11. 台灣本島的原住民中，唯一擁有傳統製陶技巧的民族是哪一族？阿美族
12. 從文化比對來看，與太平洋玻利尼西亞文化最接近的原住民是哪一族？巴丹語群

班級：八(2) 姓名：戴怡欣

日月潭八景中，你完成哪一些？

- ☒ 水上自行車道
- ☐ 水蛙頭步道（九蛙）
- ☐ 水社埧（水社壩）
- ☒ 向山印月（向山遊客中心）
- ☒ 山中明珠（拉魯島）
- ☐ 日月潭纜車（微笑山谷）
- ☐ 九族櫻樹

最吸引你的景色是哪裡？為什麼？

水上自行車道，因為
一路上很多獨特的風
光。



2. 瀏覽日月潭過程中，請問你發現哪些文化或產業？會對環境造成哪些影響呢？

拉魯島，認識了他從以前的小石頭變為小島。

3. 您認日月潭飯店遊客該如何維護維護日月潭環境？有哪些方式可以兼顧旅遊經濟與環境的維護？

不亂丟垃圾不浪費食物

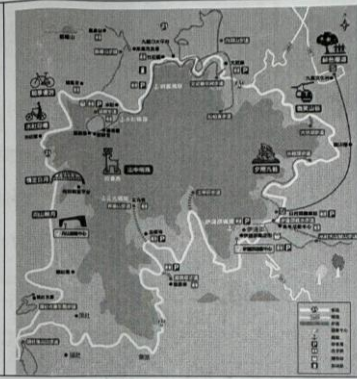
班級： 姓名：

日月潭八景中，你完成哪一些？

- ☐ 水上自行車道
- ☐ 水蛙頭步道（九蛙）
- ☐ 水社埧（水社壩）
- ☒ 向山印月（向山遊客中心）
- ☒ 山中明珠（拉魯島）
- ☒ 日月潭纜車（微笑山谷）
- ☒ 九族櫻樹

最吸引你的景色是哪裡？為什麼？

日月潭纜車，因為在
高處看比較遠而
且風景很好看。



2. 瀏覽日月潭過程中，請問你發現哪些文化或產業？會對環境造成哪些影響呢？

產業因為要產業的話需要機器製造，製造過程
產生對環境有害的東西。

3. 您認日月潭飯店遊客該如何維護維護日月潭環境？有哪些方式可以兼顧旅遊經濟與環境的維護？

1. 用比較低碳的交通工具等。
2. 選擇低碳交通工具、選擇環保住處。

日月潭SUP學習單 座號：22
與自然同行，與夥伴協力 姓名：蘇志忠

什麼是「SUP」？英文全名是？請用
自己的話簡單說明

Stand Up Paddle
立將衝浪

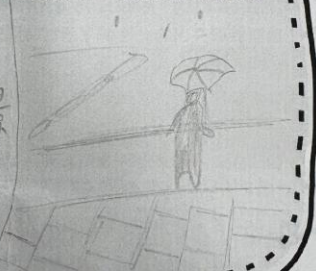
進行「SUP」需要那些安全設備？要
注意那些安全事項？

因為生理問題所以
沒辦法下水，但看他們
感覺很好玩

【我的SUP省思角】

請寫出你的學習收穫與感受，過程中有趣的事情，以及對日月潭的認識。

雖然沒在划過SUP但是還是很開心
因為可以看了很多風景
(以中女)



日月潭SUP學習單 座號：17
與自然同行，與夥伴協力 姓名：林宜晴

什麼是「SUP」？英文全名是？請用
自己的話簡單說明

SUP是立槳，Stand Up
Paddle是立式划槳

進行「SUP」需要那些安全設備？要
注意那些安全事項？

救生衣，檢查救
生衣。

【我的SUP省思角】

請寫出你的學習收穫與感受，過程中有趣的事情，以及對日月潭的認識。

划船的時候很有趣，讓我有滿滿的
成就感。

