

休閒教育融入國小教學—以「小二休閒趣」為例

陳玉君

臺北市私立中山小學教師

李嘉燕

臺北市私立中山小學教師

一、前言

玩與休閒是人類共同的基本需求，也是個體生存與生活重要的一部份。現代孩子的休閒技能、態度與行為多來自於家庭與學校，不過，在升學主義掛帥與重視學科分數的臺灣社會，學校教育卻常犧牲孩子們遊憩活動的時間來加強其聽、說、讀、寫、算的能力，即便是遊憩技能，也未必能從學校教育中學到，更別提休閒態度與行為的教導了。

設身處地同理現代父母，實難奢求他們全心去負起孩子休閒教育的責任，致使許多孩子的休閒發展只限於懵懂的摸索。而在探討休閒社會化的現象時發現，期初的休閒經驗將影響個體後來的休閒態度與休閒行為發展。Neulinger（1981；引自吳忠宏，2003）認為兒童時期的經驗，乃是建立休閒態度的基礎階段。這喚起身為導師的我們，檢視過去忽略休閒教育或只提供遊憩活動教育的缺失，進而深入去了解休閒教育的本質、內容與重要性，並將休閒教育適時融入於各領域之教學中。

二、教學設計理念

休閒是新衍生的人權之一，也是後現代社會，民眾生命週期中不可或缺的重要元素。為了提升休閒生活的

品質，同時落實九年一貫課程發展以「人的生活」為中心、實現十二年課綱以「自發、互動、共好」之理念，應及早將休閒教育融入於以生活教育及品格教育為重心的中小學課程之中。如何在孩子們的小二學習之旅，於各領域教學融入休閒教育？

休閒教育最基本的意思是「為休閒而教育」。更具體的說法，休閒教育可以協助我們認識休閒的意義、善用休閒的時間、學習休閒的活動技巧以及養成休閒的選擇能力（呂建政，1994）。余嬪（2000）指出休閒教育的實施應根據休閒教育目標來設計實施策略與期望的經驗，而休閒教育工作者亦須因時因地制宜，要考慮對象的背景與生活方式，期望參與者能有深度的休閒學習。

而從事休閒教育的教師是扮演促進者的角色，與學習者或參與者之間應建立相互信任、接納與尊重的良好關係。休閒教育的內容要豐富，實施方式要有彈性、有創意，是啟發式的，是寓教於樂、寓學於樂的，是教學相長及資源與經驗共享的。

休閒教育在於使學習者認識休閒活動的價值，發展其參與休閒活動的能力；能夠學會「自由」、「負責」的選擇，安排休閒活動及評鑑休閒生活；創新的從事以發揮自己的潛能，

能珍惜休閒的機會並維護良好的休閒環境；願意發展良好的社會互動關係，進而擁有快樂滿足的休閒生活，促進身心健康，培育健全人格與社會安樂。由上述可知，休閒教育是一種價值教育、一種生命教育、一種行動教育、一種整合的教育，同時也是一種終身學習的教育。

九年一貫課程綱要中明定：國民中小學之課程理念應以「生活」為中心，配合學生身心能力發展歷程；尊重個性發展，激發個人潛能；涵泳民生素養，尊重多元文化價值；培養科學知能，適應現代生活需要（教育部，2001）。

十二年國教課綱以「成就每一個孩子—適性揚才、終身學習」為願景，以開展生命主體為起點，透過適性教育，激發學生生命的喜悅與生活的自信，提升學生學習的渴望與創新的勇氣，展現共生智慧，成為具適應力與應變力的終身學習者（教育部，2018）。此外，課程發展的主軸為「核心素養」，即適應生活及面對挑戰所應具備的知識、能力與態度。為使學生透過實踐力行而能將課堂所學習到的知識與技能靈活運用於生活之中，課程設計應統整領域或科目。

休閒教育與九年一貫的「生活」、十二年國教課綱的「核心素養」不謀而合。為達成此原則，筆者閱讀相關書籍與文獻，與學群夥伴溝通討論，共同進行資料蒐集與統整，並以「做中學」來落實。

三、教學活動設計

1970 年代以來，已有許多休閒教育模式被提出，根據 Mundy（1998；引自吳忠宏，2003）的看法，這些模式主要可歸類為兩大類：一、課程或學校本位模式（curriculum or school-base model）或廣度與序列模式（the scope and sequence model），其二、系統規劃模式（systems planning approach）。

本方案主要依據 Mundy(1998)提出的「系統規劃休閒教育模式」，設計休閒教育融入各領域之教學活動。另參考吳忠宏（2003）彙整出的休閒教育模式（如圖 1）進行課程設計。

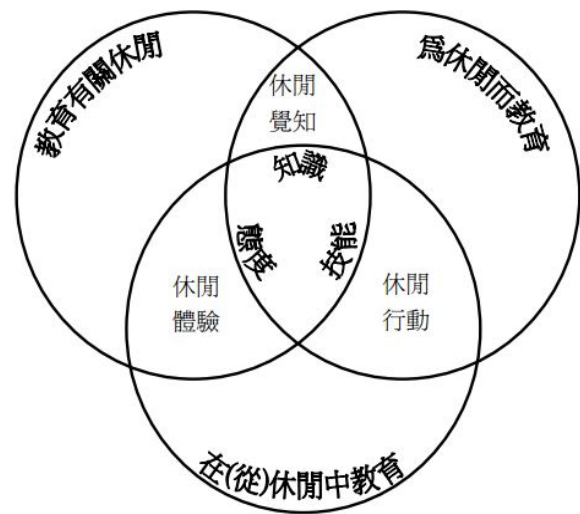


圖 1 休閒教育模式

依休閒模式進行課程設計，將休閒教育融入各領域教學，課程架構如圖 2。

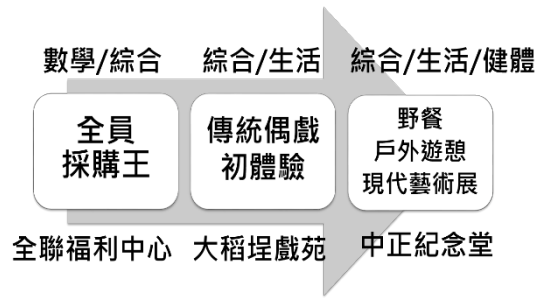


圖 2 休閒教育課程架構

(一) 全員採購王

1. 融入領域：數學、綜合。
2. 休閒教育欲培養之能力：使學生能具備規劃、組織與實踐休閒抉擇的能力。
3. 核心素養：「自主學習」面向，「系統思考與解決問題」、「規劃執行與創新應變」項目。
4. 教學流程：尋找休閒夥伴→討論採買計畫→賣場購物趣→平分樂融融。
5. 策略：討論教學、實作、體驗。

(二) 傳統偶戲初體驗

1. 融入領域：語文、綜合、生活。
2. 休閒教育欲培養之能力：培養有關休閒感受、鑑賞、審美、表現等能力，敢於嘗試新的休閒活動來表現自我特質，以提升休閒生活品質。
3. 核心素養：「溝通互動」面向，「藝術涵養與美感素養」項目。
4. 教學重點：以臺灣本土偶戲為主軸，結合優良戲苑場地，透過欣賞

傳統偶戲藝術表演、戲偶 DIY、或博物館導覽，培養對藝術作品的感受力、對傳統偶戲及其歷史具備基本認知。

5. 策略：導覽、討論、實作、體驗。

(三) 中正紀念堂多元體驗趣

1. 融入領域：語文、綜合、生活、健體。
2. 休閒教育欲培養之能力：鼓勵學生主動參與休閒活動並將個人休閒經驗與休閒覺知精緻化。學習團體互助與合作，享受戶外活動的樂趣。
3. 核心素養：「自主學習」面向，「身心素質與自我精進」項目。「溝通互動」面向，「藝術涵養與美感素養」項目。「社會參與」面向，「人際關係與團隊合作」項目。
4. 教學重點：提供藝術刺激，透過欣賞作品培養對藝術的感受力、鑑賞能力。
5. 策略：導覽、討論、體驗、分享、實作。

四、結語

課程設計強調個體從體驗活動與實作過程中，體會、省思進而尋求意義與價值。本方案在課程內容編排上，強調與小二學生生活經驗相結合，希望透過教學歷程，讓學生習得解決問題之能力，此設計亦符合綜合活動學習領域中體驗、省思與實踐的精神，即讓學生在有意義的學習情境

中樂於主動求知探索，在良善的學習氛圍分享心得與收穫，與他人共同合作，達到休閒教育融入各領域教學之目標。此外，規劃休閒教育之內容還應包含「休閒倫理」，方能使休閒教育的課程設計更臻完整，即師生在教學與體驗的過程中，要共同了解「休閒自由之界限」與「休閒的禁忌」，避免在從事休閒活動時造成資源的浪費、生態的破壞、個人健康的損害或任何不當的示範等。如此，才能開展互動能力，應用所學產生共好，落實「自發」、「互動」、「共好」之十二年國教理念。

參考文獻

- 余嬪（2000）。休閒教育的實施與發展。**大葉學報**，**9**（2），1-13。
- 林裕強、何嘉琦（2013）。家庭參與生態旅遊之動機與阻礙－不同家庭生命週期之探討。**戶外遊憩研究**，**26**（4），1-30。
- 吳忠宏、范莉雯（2003）。以九年一貫課程為架構之休閒教育模式與內容。**戶外遊憩研究**，**16**（1），1-23。
- 葉子明、謝佩伶、黃美卿（2014）。壓力與休閒！補習學童休閒阻礙與休閒參與類型關聯之研究。**運動休閒餐旅研究**，**9**（4），36-65。
- 曹勝雄、戴友榆（2015）。如何從事一趟低碳旅遊？低碳旅遊量表之發展與驗證。**戶外遊憩研究**，**29**（2），27-53。

