



第四章

群育理念與實踐

本著作僅供線上瀏覽，不得下載重製、列印、傳輸及展示，如欲利用本書須徵求著作財產權人同意及書面授權，請逕洽教育部(02)7736-5540。

不管學生在學校或校外進行任何的學習，他們總是會體驗到人際與自然關係的重要。這種由個人到人與人到社會團體到自然環境的發展關係，對學生的學習與發展是非常重要的而且無可取代的。著名的自然作家Olson (1984)認為不斷探索人際與自然關係是人類天生的需求與本能。可惜隨著傳統學校教育走向升學主義、形式主義與孤立主義，學生探索人際與自然關係的機會與能力慢慢地消失了。

群育是一個可以重新啟動學生探索人際與自然關係能力的課程。為了達成培養學生探索人際與自然關係能力的目標，教師必須接受設計與實施群育課程的研習與訓練，以便設計與實施符合學生需求的群育課程。

第一節 群育理念

群育的理念為何？要實踐群育之前，究竟要設定什麼目標？實踐什麼內容？有什麼理論基礎或原理原則可以依循？本節從四個重點來回答上述問題：首先闡述**群育目標要旨**，從我國各階段綜合活動課程的教育目標來探討群育的目標要旨，並指出群育之目標要旨乃在積極培養學生實踐群己與自然關係的能力，讓學生在參與過程中了解人生即群己與自然互動(包括心智與行為的互動)，並能瞭解群己與自然活動的意義；其次，介紹**群育意涵內容**，強調群育可以在學校、教室內外實施；群育可視為一種體驗學習的程序與方法；而且是一種人際與自然關係學習主題的課程。再者，探究**群育理論基礎**，透過體驗學習理論、社會學習理論、學習轉移理論、團體動力理論與建構主義理論可協助教師瞭解如何、為何與何時設計與實施群育課程。最後，解釋**群育原理原則**，此段說明群育乃是以學生為中心，活動課程為媒介，人際與自然關係為主題的課程。教師在群育教學過程中必須善用各項原理引導學生實踐、體驗與省思群育主題對於他們的意義，而非僅僅學習一些群育的知識。

一、群育目標要旨

我國群育的實施，主要透過各教育階段的活動課程來進行。目前在九年一貫國民中小學階段與普通高級中學階段皆有**綜合活動領域**課程可以實施群育。

在九年一貫國民中小學階段，綜合活動領域的課程目標包括四個面向，其內容如下（教育部，2006a）：

（一）實踐體驗所知

綜合活動學習領域引領學習者透過活動中的實踐、獲得直接體驗與即時反饋訊息，從過程中應用所知，增進對自己的了解。

(二) 省思個人意義

綜合活動學習領域鼓勵學習者在所參與活動中，有從容地表達並省思自己的體驗之時間與機會，也可以自己的方式表達對活動的意義。

(三) 擴展學習經驗

綜合活動學習領域希望學習者以多種感官來體驗世界，提供開放、多樣性的學習環境，以擴大訊息選擇的範圍、來源與方式。

(四) 鼓勵多元與尊重

綜合活動學習領域藉由多元的活動，讓每一位學習者開展、發掘並分享屬於個人的意義，尊重他人的體驗，並同時鼓勵學習者參與社會、擔負起自己的責任。

普通高級中學階段必修科目「綜合活動」之課程目標，內容如下（教育部，2006b）：

- (一) 透過實施團體、社群及服務活動，強化體驗、省思與實踐，以統整各科學習。
- (二) 擴展生活經驗，持續發展興趣與專長，激發潛能，以促進適性發展。
- (三) 經由合作學習與團體活動，以促進個性與群性的調和發展。
- (四) 增強自治、領導與溝通能力，以涵養互助合作、修己善群之團體精神。
- (五) 透過服務他人、關懷社會的行為，以提高參與公共事務的熱忱與知能。
- (六) 培育尊重生命，以及關懷自己、他人與自然環境的態度。

群育目標要旨乃配合我國各階段教育宗旨與目標，積極培養學生實踐群己與自然關係的能力，讓學生在參與過程中了解人生即群己與自然互動（包括心智與行為的互動），並能瞭解群己與自然活動的意義。

綜觀以上目標陳述，群育可培養學習者以下知能：

- (一) 有關團體與公共事務的知識。
- (二) 體驗、省思與實踐，以統整學習經驗的能力。
- (三) 溝通、協調、互助合作之能力。
- (四) 尊重生命，以及關懷自己、他人與自然環境的價值觀。

具體而言，群育是全人教育的重要一環，亦是學生體驗校園與自然生活的好機會。群育使學生能夠透過學校生活的體驗，建立健康、積極的人生價值觀，明白人際與自然關係及處事之道，進而積極參與社會事務，服務社會，達到立己立人的理想。同時，學生在參與各項群育活動時，能高度發揮群策群力的組織及領導才能，繼而發展出高度的自信，鍛鍊勇於承擔責任的精神。

二、群育意涵內容

所謂群就是一種同類的集合體（蔡宗陽，2004）。黃人傑（1995）認為有組織、有紀律、有品德與愛心，能分工合作以及團結進取的一群人，才是真正的群。依據群育的目標而言，群的關係包括：**他人、團體、社會（含國內外）與自然（含生命與非生命）**。群育一詞在國外雖無直接對應的專有名詞，但並不代表不重視群育。Priest 與 Gass（1997）將戶外課程活動分為兩大類，第一類以增進**自我效能**與促進**人際關係**為主，第二類以增進**人類與自然關係**為主，呼應我國以群育為觀點的廣義群己關係。

吳務貞（1986；1995），綜合各專家學者的解說，定義群育即：「利導個體的個性與群性、培養群體意識、啟迪團體觀念、陶融社會道德、協合人際關係、以促進個體生長發展，並學習自我控制及對群體事物之判斷，以成為良好的民主社會的公民之歷程。」

歐陽教（1994）主張群育有廣義與狹義兩種：狹義的群育突顯**群性陶冶**的活動與課程；廣義的群育則包括一切發展陶冶合宜個性與群性的**五育活動**。

人類存活於這社會中，歸納到最後不外是人與人間的相互關係，

所聯結出一張網，個人和群體是相互依存的，一個人絕無法獨立存在於這世界中，個人的生存，必須仰賴群體的協調創造，群策群力；而群體的諧和發展，則需仰賴個體的健全努力與互助合作。群己關係則以瞭解自我為開始，接著擴大到人與人的互動，人與團體的互動，到人與社會、人與自然環境的互動，唯有每一互動、每一環節皆能協調相處，才能創造出整個大環境的諧和。

從以上的說明，我們可以發現群育包括所有以實踐群育目標為主的課程。群育可以在學校、教室內外實施；群育可視為一種體驗學習的程序與方法；而且是一種**人際與自然關係學習主題**的課程。透過**直接體驗**的方法，學習者可以從第一手經驗中去學習並發展關於人際與自然關係的認知、情意與技能。

群育的特色就是**親身的體驗**。直接體驗的機會除了啟動多元的感官經驗，同時也使得高品質的學習經驗得以產生。僅僅從書本與教室中去學習人際與自然關係的知識與定義，比不上有機會去實際應用與體驗人際與自然關係。例如，要教育學生如何尊重別人，要讓學生體驗被尊重感覺是很重要的；要教導學生愛護自然環境，也應該讓學生親身體驗自然環境的美與環境被破壞的可怕。

依據上述的群育意涵，群育的內容應包括三大部分：

- (一) 人際與自然關係的覺知。
- (二) 人際與自然關係的知識。
- (三) 人際與自然關係的行動技能。

群育範圍則從家庭、學校、社區、社會、國家、全球到自然環境。人際關係與自然關係的主要議題如：溝通、領導、決策與問題解決則是群育必須培養的行動技能。

三、群育理論基礎

群育的理論可以幫助教師瞭解如何、為何與何時設計與實施群育課程。群育的理論協助解答下列問題：

1. 如何透過直接經驗學習群育主題？

- 2.團體學習對學生之重要性為何？
- 3.學習群育主題的經驗如何轉移到日常生活？
- 4.如何以團體動力協助學習群育主題？
- 5.如何進行群育主題的教與學？

群育活動的設計與實施應該要以群育的理論為基礎，當應用到以下的理論時，嘗試想像這些理論如何被應用到不同場合與形式的群育活動。例如，直接經驗在群育活動應用非常廣泛，因此經驗教育理論的原理將會被用在許多群育活動設計的實例上。

本段討論到的理論包括：

- 1.體驗學習理論。
- 2.社會學習理論。
- 3.學習轉移理論。
- 4.團體動力理論。
- 5.建構主義理論

(一)體驗學習理論

體驗教育是一種跨領域的教育，其精神以生活經驗為主題，以尋找個人經驗為前導，其理論基礎是基於Dewey的哲學基礎與 Kolb的體驗學習理論為主軸，其之學習是透過學習的認知作價值上的思考判斷，省思個人的意義，而獲得生活的經驗和人生的意義。

體驗學習理論基礎內容如下：

1.Dewey的經驗教育哲學

Dewey (1938)認為有教育價值的經驗會修正個人的行為和活動，而影響後來的經驗；它會形成態度，而態度包含感情和智慧去覺察和處理生活的情況。經驗的延續原則即是從過去的心得來改善後來的學習效果。當我們注意到經驗延續性的不同方式，我們就會區分經驗，由積極地參與學到所需的經驗而成長。

Dewey 認為**真正經驗**是將**外在條件**附屬於個人具有的**內在經驗**。Dewey 要求教師不僅要瞭解環境條件也要應用環境情況來產生能促進

成長的經驗。教師有責任決定那些經驗能使學生的能力和需要互動，來創造有經驗價值的環境。然而，Dewey 也提出警告：**經驗也會誤導教育**；例如：有些經驗可能促使一個人養成自動選擇的技能，而偏愛某方面，或造成沒有感覺和沒有回應的態度，或驅使個人滿足於急切的享樂，而養成散漫和不細心的態度。因此教育的重要問題就是：**如何選擇現在有效的生活經驗和創造延續的經驗。**

2. Kolb的體驗學習理論

體驗學習是建立在經驗的**轉移過程**；依照 Kolb(1984) 的見解，體驗學習包括：**具體經驗—反思觀念—抽象觀念—活動實驗**等四個學習循環進程。Kolb 注重經驗的延續性，認為知識的轉移是從**瞭解**（apprehension）、**深入**（intension）、**領會**（comprehension），而能**延續**（extension）。瞭解可能先是初步的認識，就是所謂的具體經驗階段。深入是應用反思能力去尋找意義。當個人有所領會時，應能整理出事理而預知未來如何處理相關事務的原則，此即能轉移經驗於其他情境。延續活動則是外向化的過程，應用新的行為於新的情況，而獲得進步的經驗。

按照Webb（1980）的解析，Kolb整合各種相對而複雜的發展理論而成辯證調適的統整模式；此模式分為：**情意**（affective）、**觀感**（perceptual）、**象徵**（symbolic）、**行為**（behavioral）等四個交織的層面。說明如下：

- (1)當個人與世界在互動過程中，個人依自己喜歡的模式去接觸，而形成瞭解的**具體經驗**。（affective apprehension concrete experiencing）
- (2)透過多方思考的觀察而有**個人的觀感**（divergence intension reflective observation）
- (3)經過情意和象徵化過程的吸收類化而能體會**抽象概念**（Affective symbolic abstract conceptualization）
- (4)個人能面對各種情況採納所領會的**經驗原則**，而能改變行為和獲得新的經驗而成長。（extension divergence accommodation）

active experimentation)

體驗學習的初期是統整自己而與世界從事交易過程；隨之，個人能有充實知能與世界更密切互動；最後則融入世界與之和諧地生活。

就群育課程而言，透過體驗學習理論的**體驗、反思、歸納與實踐**的過程，可使學生將人際與自然關係的覺知與知識轉化為群育的行動。

(二) 社會學習理論

人類是觀察學習模仿的動物。社會學習學派的 Bandura 提出行為可由兩種途徑學習。一為體驗學習理論所言之**直接經驗**。另一則是觀察別人的行為及別人行為所獲知結果而學習（即**示範學習**）。而**觀察學習**包含四部分：1. 仔細注意觀察對象 2. 保留示範者行為的特徵 3. 重複行為 4. 依據獎賞或行為結果來修正行為。因此行為結果寓有傳遞訊息、動機（行為前）、即增強（行為後）三種功能（蘇建文，1994）。

透過群育活動的發展，可使學生除了體驗學習外進行觀察學習，尤其在群體與自然關係的層面，可以獲得不同以往的團體的支持與分享，顯而易見群育活動對學生拓展生活層面與培育正向行為是有助益的。

(三) 學習轉移理論

活動真正的價值或效能，主要根基於參與活動者，在活動中所學習的經驗，能否有效的運用到未來實際生活中，此一效果可稱之為**學習轉移**(the transfer of learning)，或只是**轉移**(transfer)。活動學習轉移理論主要有三種，即**特定性轉移**、**非特定性轉移**和**隱喻性轉移**(Gass, 1990)。

1. **特定性轉移** (specific transfer)：當學習者將初始的學習經驗，應用到與其相類似的特定任務中，心理學家認為此一特定現象為**特定轉移**，它也可以說是**習慣**的延伸和關聯。如個人在活動之初，學習到如何以繩索套到木栓，當學習運用繩索的過程，養成了確保安全的習慣，如面對攀岩垂降時，就能自然應用手部技巧作為煞車的功能。

2. **非特定性轉移** (non-specific transfer)：如果學習者並不是以技巧為基礎，而是將原先的認知經驗普遍化為概念，是一種**原則和態度的轉移**，然後將之運用到另一新的學習環境。比如學習者在信任倒的活動中，體驗到如何「被信任」和「信任對方」的關係，彼此相互支持，培養出信任感。當學習者面對生活中的環境時，就能將上述的美好經驗，實際運用在同儕團體或同事間，發展信任的互動關係，建立高效能的團體。

3. **隱喻性轉移** (metaphoric transfer)：此一轉移同樣也需要學習者將某一情境中的學習體驗，普遍化至另一情境中，但在此一理論中，被轉移的原則並非結構上相同或共通的，而是**相似的** (similar)、**類似的** (analogous)、或**隱喻的** (metaphorical)。例如兩個人在划雙人獨木舟時，學習到彼此動作要如何協調、有默契，目標一致的重要性。在此獨木舟的經驗並不是和實際的生活經驗完全一樣，而是相類似。因而將經驗轉移、運用到企業團體的分工合作。決定是否為**隱喻性轉移**的主要因素，是介於**隱喻性情境和真實情境結構相同的程度**，如果兩者相似的程度高，那就是彼此互為隱喻性經驗 (Bacon, 1987)。

運用學習轉移理論，最常犯的錯誤之一就是**缺乏學習轉移計畫**。要有效的發揮其效用，必須有計畫的評估和規劃。而且不只應選擇合適的理論，還須選擇能增強轉移的技術和活動 (Gass, 1990)。此種技術有很多種，要如何選擇，必須根據此種技術是否能轉移特定計畫目標的能力，以及根據規劃者所採用的轉移理論而決定。

(四) 團體動力理論

「**團體動力**」是團體領導者與成員互動後，對團體的高度認同感而產生之集體意識，團體成員皆清楚團體的目標，雖然會有外在力量的介入，但所有成員會適度犧牲自己的利益而成全團體（群性）的需求，完成所有的工作，而且當團體利益發展成長時，個別利益此時亦相對增加而促進自我（個別化）發長，形成互利雙贏的結果。團體動

力對群育的知識、覺知與行動技能有相當的影響力，以下為團體動力的兩個主要理論：

1. Lewin在他的**場地論** (field theory)中指出團體應該被視為一個互動的部分所共同組成，也就是任何時間內，團體具備一個心理場地，這個**生命空間** (life space) 中包含所有的人之內、外在特質 (Lewin, 2001)。
2. Cottell 與他的小組成員在伊利諾大學的研究對團體動力的概念貢獻甚多，他認為領導者對團體動力的影響相當大，**領導者**可以被定義為具備影響團體特質的人。Cottell 於 1980 年提出 $S = f(PR)$ ，其中 S 就是**團體特質** (syntality)，P 就是**個人特質**，R 就是**團體的結構**，團體結構及其運作方式可以從個人的表現及人與人的互動中看到，團體結構包括了政府、傳統、次團體、角色等概念 (引自 Gibb, 1984)。

根據上述理論所歸納的影響團體動力基本元素如：領導者、團體目標、成員個別化特質、環境與團體結構可以應用來協助群育課程的實施。此外團體運作時產生的議題如：溝通、領導、決策、問題解決與責任，也是群育課程中培育人際關係覺知與行動技能應處理的重要議題。

(五) 建構主義理論

現代建構主義，特別是社會建構主義的三個基本原理是 (張靜馨, 1995)：

1. 知識是認知個體主動的建構，不是被動的接受或吸收；
2. 認知功能在適應，是用來組織經驗的世界，不是用來發現本體的現實；
3. 知識是個人與別人經由磋商與和解的社會建構。

基於這三項原理和考量傳統教學的缺失，張靜馨(1996)所建構的建構教學原理可提供群育主題教學參考有三：

1. 群育教學在引導學生**建構知識**，不在也不可能傳輸學生知識；
2. 群育教學的目的在促進學生**思考 and 了解**，不在記背知識與技巧；
3. 群育學習是以：**做中學、談中懂、寫中通**等多元互動的社會建構，非為：聆聽、練習等單向的任意建構。

這三項原理應是教師在群育教學心態上應有的基本認知。如果教師在心態上沒有這些認知，而依舊是很傳統的，想把最好的知識或真理傳輸給學生的話，想成功的施行群育教學，不但會困難重重，也是在緣木求魚。群育教學教室氣氛活潑，學生討論熱烈，學生比想像中的聰明，會思考有創意，也沒有人會打瞌睡；但是如果沒有掌握好建構主義的方法會發現群育教學很費時間，而且學生常常討論不出要教的內容，影響教學進度，沒時間練習，考試怎麼辦等等。解決這些困擾的方法之一，就是教師要趕快調整心態摒棄傳統的想法與評鑑方法。

四、群育原理原則

沈翠蓮（1997）指出群育教學對知識、情意、技能的實踐具有相當影響，因為在群育教學中可以透過合作與競爭等方法、策略，充分發揮、塑造潛能作用，在學校教學可運用專長互補、任務結構、酬賞增強、權威結構、遊戲成長等原理以收群育功效。

1. **專長互補原理**：即將班級組成份子依專長、能力重新組合成大小適中的小組，共同學習。這個原理對於國中、小各科的學習或團體活動的進行都適用。
2. **任務結構原理**：即團體內每個成員都被指定去共同參與任務。此方法對於合作學習的群育教學很有幫助。
3. **酬賞增強原理**：即修正傳統教學中個人取向的教學方式，改由著重團體取向的增強策略，以收群育的效果。酬賞增強方面可分長遠性和及時性的正負增強。
4. **權威結構原理**：即把部分權威授予學生來運用，利用學生同儕團體的自約與公約，愛好表現，完成任務，獎功罰過，可以收到群

性發展的效果。運用此原理應注意使每人感到成就機會均等，有成就動機爭取為團體貢獻的心力，而非只是一味的服從權威。

5. **遊戲成長原理**：即以活動遊戲化的設計教學觀點，讓學生在競賽中對自己或團體負責，獲得知識與人格成長的過程。

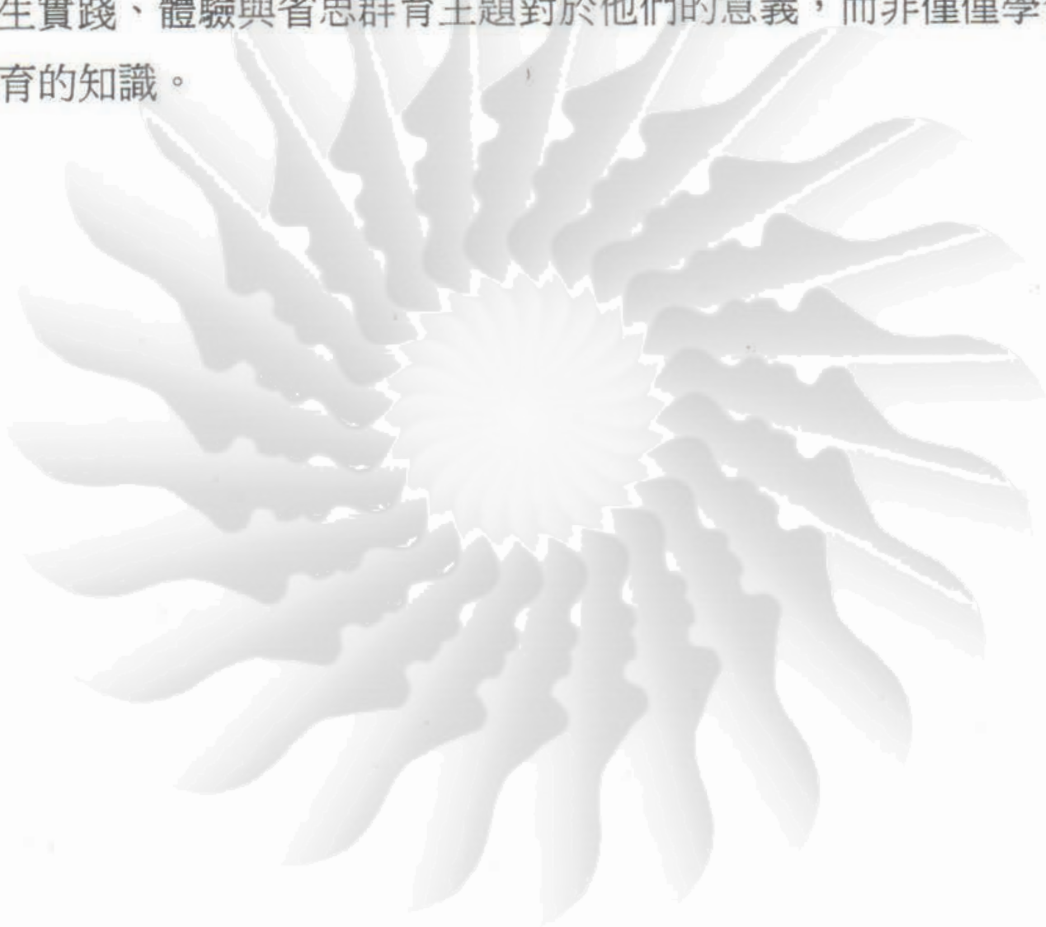
黃譯瑩與蔡居澤（2004）提出的**綜合活動教學原則**，因其目標宗旨與群育課程相符，也可應用於群育之教學，茲引述如下：1. 教師能提供讓學生**體驗或實踐**學習主題的機會；2. 教師能在學生對學習主題進行實踐、體驗與省思的過程中，引導學生探尋學習主題之於自己的**意義**；3. 教師協助學生在建構自己對學習主題的意義之同時**探索自我**。以上三大教學原則，可再細分成以下八項教學原則：

- (1) 教師可邀請學生一起思考如何開創對任何學習主題進行實踐、體驗、省思的機會與挑戰。
- (2) 教師尊重學生對任一學習主題的探索權與詮釋權，不明示或暗示教科書、成人或自己原先理所當然的價值觀，避免直接認定某事的應然與慣常程序。
- (3) 教師雖然不對學生明示或暗示既定的價值，但須在學生實踐與體驗某學習主題的過程中，適時地提出好問題（尤其是 WHY 類的提問），使學生有釐清自己感受之源起、挑戰自己理由之合理性的機會。
- (4) 教師應允學生從容地針對某學習主題進行實踐、體驗與省思，教師也能主動分享自己對該主題的瞭解、感受與理由。
- (5) 教師營造一個師生彼此互相信任的空間，允許並鼓勵學生用其自己興趣或專長的方式（不一定是教科書或學習單上的方式），與大家分享體驗、反思、實踐某學習主題的歷程與收穫。
- (6) 教師可使用多元的反思教學技巧（如：活動型、藝術型、創意思型、隱喻型與獨處型），來輔助傳統問答式的引導方式，使學生能在實踐、體驗、省思的學習歷程充滿樂趣與挑戰性。
- (7) 針對學生偏差的價值觀，教師不應急於灌輸自己的價值觀，應引導學生以各種思考法（如水平思考法、批判思考法與隱喻思

考法) 重新審視自己的價值觀，並從中建構出新的意義。

(8) 凡能實現綜合活動宗旨但不在上述之教學原則，教師可因地制宜自行創造符合自己教學情境之原則。

總而言之，群育之原理原則乃以學生為中心，活動課程為媒介，人際與自然關係為主題。教師在群育教學過程中必須善用各項原理引導學生實踐、體驗與省思群育主題對於他們的意義，而非僅僅學習一些群育的知識。



第二節 群育實踐

群育要如何實踐？要實踐群育，究竟要如何設計與實施課程？如何確保群育課程品質？有什麼活動實例可以依循？本節從八個重點來回答上述問題：其中前五項**群育實踐途徑、群育教學模式、群育課程設計特色、群育課程設計準則與群育課程實施準則**著重在群育課程的發展與實施，透過文中深入淺出的介紹，可以使職前或在職教師對群育在學校的實踐，有相當的瞭解與實施準備；其次，**群育課程評鑑策略與群育專業知能與發展**兩個重點，則是著重確保群育課程的品質的兩個途徑：第一，從活動課程評鑑的觀點來探究群育課程評鑑的策略，以確保群育課程能達成預期的目標；第二，從群育專業知能與發展的觀點來提醒教師本身如何不斷學習成長，以確保群育課程能發揮其教育意義；最後，呈現的是群育課程設計實例，不管是師資培育生或在職教師均可依據本段提供的教案修改成立即可實施的群育課程，並依本章提供的原則加以評量。

一、群育實踐途徑

雖說現今各級學校仍有五育之分，但其並非各自獨立存在而互不關聯，相反的，其不僅是密切相關且是相互依存的；因此，群育亦可在德育、智育、體育、美育中進行。如：德育中之公德，智育中之「合作學習」、「體驗學習」，體育中之團隊組織，美育中之集體創作等，都具有群育的功能。

在學校中群育的實踐，最主要是經由「活動課程」來推行，此處所謂的「活動課程」乃是廣義的，舉凡課表上的領域課程、學校舉辦的活動、朝會、學生自組的社團活動、甚至是學校環境、教師身教等各種具有教育意義的大小群體活動，皆可稱之為「活動課程」。

在此，群育的落實，則透過「正式課程」、「非正式課程」與「潛在課程」中之活動課程的施行，來做進一步的實踐。如：群育中關

於人際關係與自然關係的知識可透過一般學科來傳授，而群育的覺知與行動技能則可透過活動課程與課外活動來達成。

二、群育教學模式

黃政傑與林佩璇（1996）提出的合作學習教學模式可應用到群育課程：

- (一) **學生小組成就法** (Student-Teams-Achievement-Division; STAD)：先區分異質性小組，教師利用演講法提示教材並提供作業單給學生做，做完評量，採機會均等計分，最後表揚。
- (二) **小組遊戲競賽法** (Teams-Games-Tournament; TGT)：先區分異質性小組，使高中低小組分別進行學習，教師安排組間比賽，最後合併各不同程度比賽結果，計算各組的團體分數。
- (三) **拼圖法** (Jigsaw-Instruction)：每組六位成員，每人負責一題，至專家組精研該子題至完全精熟，然後回到各小組教給其他同學，至其他成員也學會該主題為主。
- (四) **團體探究法** (Group Investigation; GI)：師生共同安排之下，為著手一項學習，組合成一個個小組，所進行的學習活動的歷程。
- (五) **社會技巧教學** (Social-Skills Training)：師生透過像角色扮演的過程瞭解自己和他人的群己關係，有適當的社會技巧與他人交往。
- (六) **同儕媒介教學** (Peer-Mediated Instruction)：即由兩兩同學的教學來適應親和需求並發展出群性的教學模式，即一人當老師，一位當學生，互相輪流。

群育活動教學乃以班級、社團為主的型態，而班級、社團必然涉及團體動力，群育教學欲提供更從容的表達並省思自己的體驗之時間與機會，必須減少大班級分享的次數，增加分組的時間。

整體而言，群育的教學模式乃以小團體為主，以實踐、體驗與反

思為架構，以促進交流與合作為宗旨，使學生能於活動課程中能得到瞭解自我、人際交流與愛護自然的能力。

三、群育課程設計特色

群育活動的課程設計與一般學科課程設計不同的是：在群育活動中，教師透過活動不僅傳授知識與技能，並能使學生「從行動中學習」與「經由行動學習」，從而產生態度與行為的改變。從這個活動設計模式中，筆者體認到活動課程的整體架構是品格教育的良好觸媒，透過群育活動使學生得到應用知識，培養態度與改變行為的良好機會。從活動設計的策略來看，活動課程的「金三角」：經驗的架構、經驗的提供與經驗的整理及應用，三者缺一不可。（見圖4-1）

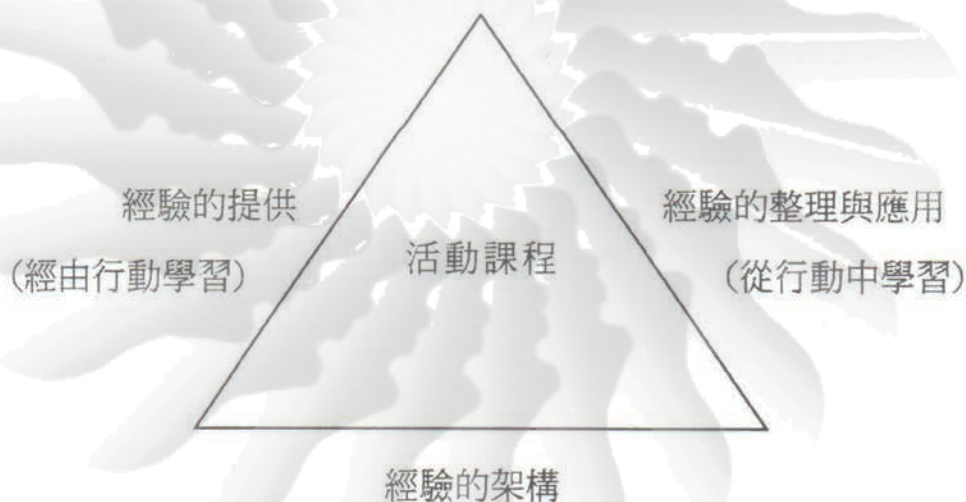


圖4-1 活動課程設計的「金三角」(Hammond, 1997; 蔡居澤, 2002a)

所謂「經驗的架構」包括活動情境的塑造及相關技能與知識的傳授；「經驗的提供」則包括使學習者對於活動主概念與次概念的體驗（如尊重、關懷與責任等），有時是第一手的直接體驗，有時是透過間接的方式如模擬等；「經驗的整理與應用」則是對於學習經驗的導引整理與反省。上述三者的活動課程設計中皆扮演重要角色，對於活動課程教學熟練的教師，不只是提供學生經過適當設計的活動經驗，更能隨時於課程中導引學生並於活動後對學習經驗做適當的整理及提供學生機會去應用所學經驗。本文接著介紹群育課程設計的準則，以

作為教師教學之參考。

四、群育課程設計準則

現階段綜合活動學習領域確實提供群育活動課程極佳的實現機會。若以一般學習領域的上課時程是不可能實施完整的活動課程，但是透過**綜合活動**一週三小時的時間作一個學期的活動課程安排，則有機會針對特定的**群育主題**做完整的探討與體驗。

以下作者列出群育活動課程發展流程實例：

1. 教師選定**群育主題**。（可參考學校特色或相關資訊如：周慧菁，2003；Lickona, 1991；McBrien & Brandt, 1997）
2. 分析主題、訂定活動目標、活動主要概念與次要概念。
3. 設計體驗活動與經驗處理方式。
4. 設計活動評鑑方式。

以上四個步驟，可設計為一個學期的群育活動課程。值得注意的是：

1. 上述實例未強調群育基礎知識的傳授，教師應於其他學習領域時間教學或另設計活動實施，為整個活動課程奠定堅實的知識基礎。
2. 教師應於活動中隨時評估課程實施的成效與阻礙，學生可以討論、發表等各種方式與教師交流階段性成果，教師也可透過活動日誌、同儕評估表了解學生表現與狀況（參考蔡居澤，2002a）。
3. 教師應對於學生於活動中產生的經驗加以適當的導引（參考蔡居澤，2002b）。
4. 教師應注意整體活動流程的連貫性，注重各個活動的貫串，提醒學生每個活動在整體課程的角色及其關鍵性。

五、群育課程實施準則

群育活動課程可以下圖的方式來實施（見圖4-2）。如圖二所示整個活動過程則包括前導的情境活動、體驗活動、經驗整理活動與總結

串聯活動。活動課程由學生進入活動情境開始（教師以故事情境方式解說活動任務與安全事項）、而後學生從解決問題中親身體驗抽象的群育概念漸入活動高峰，其後經驗處理與總結活動為活動之完成，透過串聯活動又連接另一活動的開始，如此可使整個活動課程如海潮一般一波接著一波充滿生命與活力，並兼顧活動的層次、系列與教育目標的完成（見圖4-2）。串聯活動猶如人體之脊椎聯繫各個活動成為一個整體。無法設計適當的活動貫串一系列的個別活動是許多活動課程

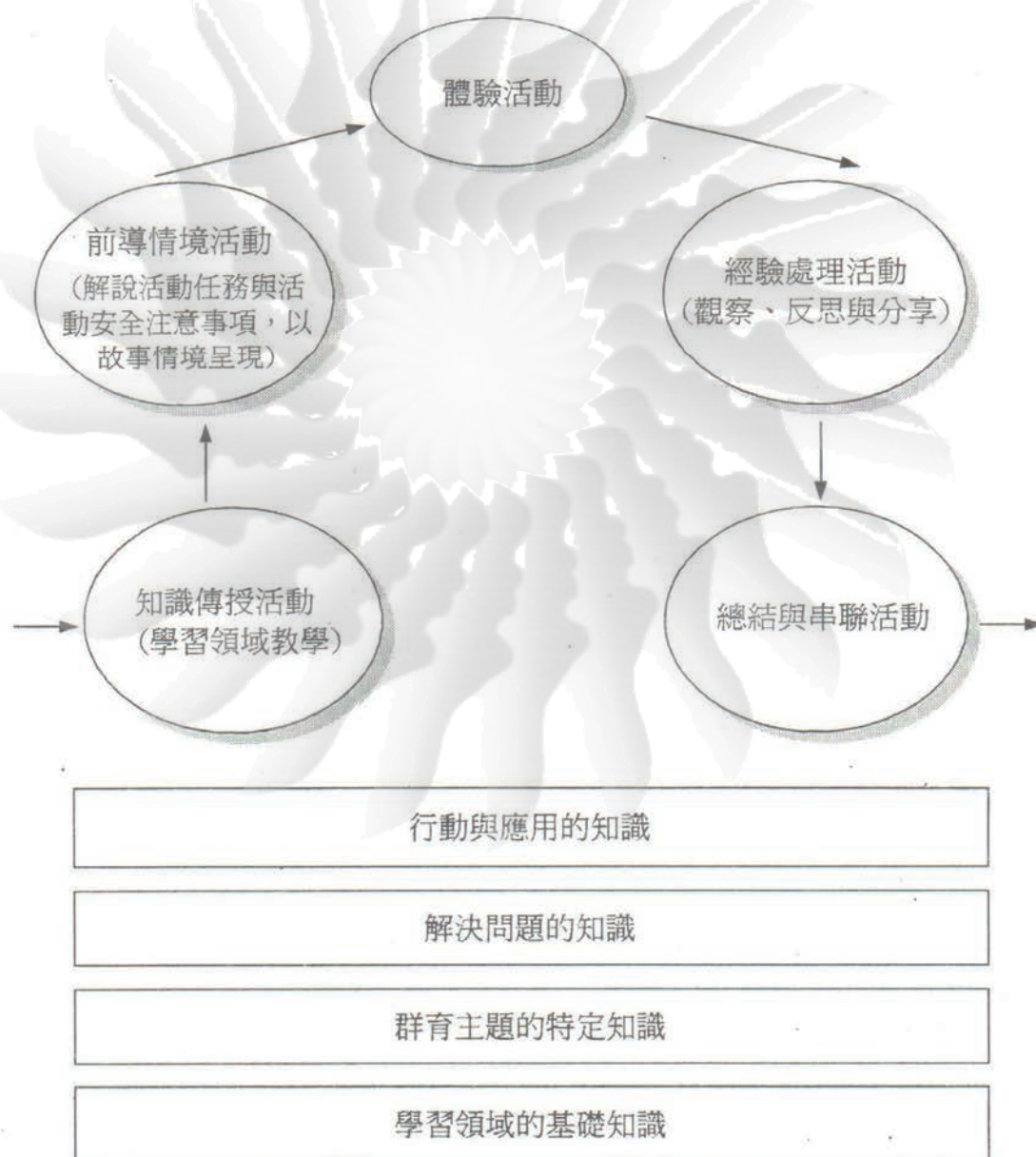


圖4-2 群育課程實施的程序（修改自 Schoel & Maizell, 2002）

常見的缺點，以致使各個活動限於孤立，學生之學習經驗亦因此而零散且易遺忘（Tsai, 2002）。

六、群育課程評鑑策略

我國對於群育活動評鑑的發展，尚屬於起步階段，相關文獻也不多，不過近年來許多公家及私人單位如行政院青輔會、金車教育基金會陸續進行許多活動意見調查及成效評估工作（曾清芸，1997；呂建政，1997；張老師基金會，1998），已為群育活動評鑑的未來發展作了開路的工作。

我國目前所做的群育活動評鑑較偏向於**總結性的評鑑**，因此所能達成的效果非常有限，所能解釋的地方也不多。筆者建議可採以下作法發展群育活動課程評鑑：

（一）將評鑑過程建立於活動之中

活動評鑑基本上是一種評鑑活動中反應的工具，然而就過去將焦點放在一次測驗的短期評鑑的作法，並無法達成這項目標。為了使評鑑更有意義，必須重新將評鑑工作**建構到活動之中**，為活動幹部及教師建立一套**行為－反應的學習圈**。舉例來說，群育活動的實施通常由活動領導者伴隨學員經歷一天的活動流程，因此關於學員的回饋與反應，可以在每個課程活動結束後立即反應，也可以在每一天的活動結束後作當天的回饋與反應。一個重要而簡單的評鑑方法，就是用**三點評量表**請學員以他們的經驗評估每個活動或當天所有活動的價值。這種評估的程序，除了將評鑑工作納入活動流程之外，也讓學員瞭解到他們也在活動評鑑中扮演重要角色。假如這種評估同時包括對教育幹部及活動的回饋與反應，教師將擁有一個有效的工具來瞭解哪些地方符合學員需求，而哪些地方遭遇困難需要協調及改進（Condon & DeVore, 1996）。

這種評鑑方式可能發現新的研究假設，需要作進一步的後續研究來驗證，而且也能激勵活動的改進。採取額外的步驟將評估的結果記

錄下來，可使有心的教師獲取活動中許多詳細的資訊，而不只是一些爭議性意外事件的檢討與回憶。譬如，評估的結果可用來檢定特定的群育活動可能對特定類型的學員有貢獻，對於其他類型的學員則沒有顯著效果（Teaff & Kablach, 1987）。同一種活動可以設計成許多類型同時舉行，並比較其評估結果，以便瞭解或擴大有顯著效果的學員的範圍。設計一種簡單而每日舉行的評估系統，目的不在想出令人吃驚的點子，也不在於使活動更受學生喜愛。它只是一種能蒐集活動中有用的資訊，又能刺激行為反應學習圈的評鑑方法之一。

活動評鑑的發展方向之一，就是在活動課程發展的不同階段，考慮不同類型的問題。一開始當群育活動課程設計時，問題的焦點放在「形成性」或「過程性」的評鑑問題上，諸如，參加者是誰？他們的需求是什麼？活動符合課程的目標嗎？特定的活動如何運作及為什麼這樣運作？等等……，在群育活動課程發展的後續階段，則可能較著重「總和」或「結果」式的評鑑策略。雖然這類的資料通常需要詮釋其結果，但是直接就資料做出確定的結論或通則，卻沒什麼著力點，除非活動課程有非常一致而有條理的架構。不幸的是，活動課程在早期的發展中，卻以評鑑結果的方式及策略作為評鑑模式的重點。

（二）結合行為與反應的評鑑

為了更進一步使評鑑成為活動發展的有效工具，結合行為與反應的學習圈，學生必須在活動評鑑中擔負更重的職責。

舉例來說，一個有經驗的教師想要精確地記錄與評估活動與參與者的經驗，以質的研究法就能提供很多新點子、假設及資訊，並且能運用到活動及群育文獻中。教師所處的地位，就是要提出一些超越一般活動意識型態（一般幹部的想法）限制的議題。以上的作法需要從活動整體架構去觀察，而把焦點放在經驗的質的研究。

（三）以多元的方法來評鑑

學生的問題解決技巧的發展是群育課程的關鍵要素，有效的問題

解決方法，包括針對一個問題的處置方法，提出範圍寬廣的策略，然後將這些策略剪裁成可以配合某個特定群育議題或情況的解決方法。有效的群育活動課程評鑑也要採取類似的方法。其實要解決活動課程評鑑的問題，有範圍廣大的資源可以運用，如教育學、社會學及人類學有關以民族誌程序從事質的分析的文獻都可以參考（Goetz & Le Compt, 1984; Guba & Lincoln, 1985）。此外，在應用行為分析的領域也有幾十年的研究成果，它們採用非常科學的方法來界定處理過程，及評估改變的結果（Haynes, 1978; Simon & Boyer, 1974）。譬如，**成熟的行為觀察程序**可以用來評鑑學生在解決問題的活動課程中問題解決技巧的改變（Warner, 1984）。**同儕互評**是另一項被用來評估教育課程的方法，而這種方法特別適合群育的哲學（Beker, 1960; Kaufman & Johnson, 1974; Wiggin, 1973）。教師可以將學生對他的同儕的觀點加以記錄，當成一項分析團體動力及領導型態的工具。最後，活動日誌是許多群育課程的關鍵因素，經由標準的內容分析程序，從活動日誌中抽出的主題和觀點，常能形成學生學習成果的展現（Carney, 1972; Gilbertson, Bates, McLaughlin, Ewert, 2006）。例如，仔細分析學生活動日誌中有關自我導向的陳述句，可能可以瞭解學生因為活動經驗所產生的自我認知的改變。

（四）從結果中學習

群育活動嘗試建立回饋與結果直接、自然與具體的學習情境。假如一群青少年無法在野外旅行中一起野炊，他們將沒有伙食可吃。假如同樣的學習模式應用到活動設計會如何呢？假如學生在活動結束之時，並沒有展現合作行為的增進，那麼活動設計就要更改。以上兩個例子都過分單純，但是想呈現的觀念就是在活動進行到某個階段，教師就需要關切執行的結果。根本來說，那些專門針對問題或殘障學生，以行為改變為目標的活動，有需要轉變活動的重心，從原來尋找態度轉變的**總結性評鑑**，轉變為記錄學生成就與行為改變的**形成性評鑑**。例如，許多群育活動宣稱可使問題青少年變得更為合作及擔負社會

責任。有很多方法可以從評估實際行為中，測得這些概念。在參加完活動之後青少年的酗酒習慣改變了嗎？他們在工作及休閒活動中表現得更積極嗎？活動的擁護者在以上的問題中面臨了負面的測量結果，原因乃在教師對參加者行為改變有不夠真實的期待，尤其當這些學生只接受短期而密集的活動就馬上回到他們原來的環境。或許這些活動擁護者的期待是對的，但面對負面數據所引起的挑戰，將是活動是否能將青少年與其生長環境重新整合，並且建立有效的**後續輔導措施**（McCabe & Harris, 1979；Pommier & Witt, 1995）。

強調增加活動過程與經驗的評鑑和以實際行為和成就來評鑑，兩者看來似乎是互相矛盾的，事實上，這兩者可說是互補的，從群育活動而言，只有能夠與**活動過程與經驗**的資訊相結合，行為結果的評鑑方能提供有意義的訊息。

整體而言，群育活動課程評鑑的目標在協助教師瞭解群育活動的設計與實施是否符合學生的需求。教師必須將以上四項原則確實應用到活動評鑑中，不要再以傳統的總結性量化評鑑來評估群育活動的成果，方能真正發揚群育活動的教育意義。

七、群育專業知能與發展

（一）群育專業態度

從群育的觀點而言，兒童是教室中社會互動的主要活動者，是共同合作的學習者而非競爭者；教師是群育課程的「**引導者**」或討論的「**促進者**」而非「**領導者**或**問題解決者**」。教師群育專業發展的第一步就是專業態度的建立，教師必須拋棄傳統「**權威者**」的角色，教師本身由教室中的主體轉為客體，學生由過去的客體成為學習環境的主體。在教師的群育專業發展中，教師們不僅是專業知識與能力的學習，而且還要調適自己角色變化所帶來在心理上的衝突與矛盾。由於教師必須改變自己習慣的教學生活方式，去面對課程改革的不確定性、焦慮、和恐懼，對教師而言，是一種很大的挑戰。此外群育課程由於並非升學的主流課程，常遭到學校的忽略，因此身為群育的教師必須

對群育課程的目標與內容有相當的瞭解與認同，才能使群育課程不致淪為配課與借課的犧牲品。以上這兩項是教師在學習群育專業知識與能力前就必須具備的**專業態度**，可惜當前的師資培育教育大部分未讓教師充分的了解自己在群育課程中所應扮演的角色，教師沒有充分的認識與自我調整就要在教室現場實施群育課程，從而降低群育課程的品質與實踐機會。

（二）群育專業知能

就設計與實施群育課程而言，中小學教師應具備下列兩項的群育專業知能，一為**群育專業內容知能**：群育專門領域內所應具備的學術理論基礎與應用能力，如：體驗教育、團體動力學、環境教育與合作學習等專業知識的學習。除了學術理論基礎之外，群育課程內容要生活化，必須以學生的學習與生活經驗為中心，著重在能力的培養，也就是知識的應用與創造，而非知識的獲取與記憶。尤其人與人間的溝通、協調、領導與被領導、決策與問題解決等能力更是群育的學習重點。因此教師也必須具備群育專業知識應用與創造的能力；二為**群育專業教學知能**，指的是教師擔任群育課程教學時，如何將群育專業知識與技能傳授給學生的知能，如：活動課程的設計、實施與評鑑的知能。群育的學習必須經由動態的活動課程來體驗、反思與實踐。傳統的知識傳授與灌輸方式，無法對學生產生態度的影響與行為的改變，因此不適用於群育課程的實施。尤其對於**活動課程的反思與實踐**的方式，必須加強專業訓練與研習，以免使活動課程只停留在體驗層次，無法深入學生價值系統並產生意義。

（三）群育專業知能發展

教師要透過什麼樣的管道來發展群育的專業知能？有什麼方法可以促進學生實踐群育活動？針對這些問題，以下依據群育實踐的特性為基礎，提供數項發展群育專業知能的管道。

（1）**向資深群育專家教師學習實務經驗**：經常向有經驗的群育專家請

教與討論，可以有效的發現群育教學問題並加以澄清，此外並可前往資深教師教學班級觀摩或與資深教師進行協同群育活動教學，從實務教學中學到第一手經驗。

- (2) **參加學術組織的研討會與讀書會**：許多民間群育學術組織如中國童子軍教育學會、體驗教育學會等，會定期舉辦讀書會與大型研討會，教師可從其中吸收許多群育的新觀念，並與其他學員交流學術與實務經驗。
- (3) **參與各種群育教學工作坊**：各縣市綜合活動教學輔導團與民間群育學術組織會定期舉辦群育課程設計與教學工作坊，教師可從工作坊中實際體驗多元與新穎的群育活動設計與實施方法。
- (4) **參與各種跨校群育活動**：群育課程的推動可聯合同一地區甚至不同地區的學校共同舉辦，如多校聯團露營等活動。教師可藉此機會與他校教師合作學習，進行實務的專業成長。
- (5) **善用網路進行群育學習**：網路的快速發展，可使教師利用網路進行跨國與跨文化的群育設計與學習。教師可以利用網路蒐集不同資國家與文化的群育資料設計群育課程；也可利用網路及時互動的特性與其他國家與文化的群育教師進行對談與學習。
- (6) **與大學及學術組織合作**：可與大學或群育相關的專業組織密切合作，共同發展與實施群育課程。
- (7) **從事學術研究**：群育教師自我專業成長或進修學位時，可將教學實務問題列為學術研究之目標。在理論中尋求實務之引導方向，在實務中尋求理論之印證與修正。

群育課程的設計必須能引導學生獲得深層而持久的學習經驗，針對不同的對象與環境必須有不同的設計以為因應。因此教師應透過各種管道主動充實發展專業的群育知能，才得以因時制宜寓教於樂的群育活動，幫助學生發展立己達人的個性與群性。

八、群育課程設計實例

(一)開始設計群育課程

為了成為一個有效率的群育活動，群育活動課程須事先加以謹慎地計劃。下列因素在規劃群育活動應加以考慮：

1. 設訂目標：群育活動可達到許多成果，包括增加對群育議題的了解、價值澄清，甚至可以做活動評鑑。在開始進行群育活動前，教師必須考慮可能及想要達到的結果。群育活動的目標必須與團隊目標以及活動的類型相關。此外也應考慮參與成員的個人目標。群育的目標的範圍要廣，範圍不要太過特定，以便在反思過程進一步的發展。教師必須保持彈性，了解反思可能會向群育以外議題推展，目標可能也會改變。
2. 認識參與者：考慮參與的對象。他們對於活動內容熟悉嗎？如果不是，他們之前的經驗為何？他們的學歷為何？最有興趣的科目為何？對於群育活動他們最擅長的為何？什麼樣的議題可能對他們造成緊張的情況？教師必須鼓勵每個人參與並肯定他們的貢獻。選擇能促進這種情況的活動與方式。
3. 規劃活動中的反思時間：反思應該包括在群育活動課程之中，而不是額外或附加的活動。群育活動課程的資料應該清楚地顯示這樣的概念，並且應該讓參與活動的人明白而清晰地了解反思與活動是一體的。規劃反思時間的長短，乃是依據議題的性質（如人際關係的議題）與活動經驗的強度與長度（如整個春假期間的活動課程，可能需要規劃較長的反思時間）而定。確定參與者知道反思的時段以及反思的時間是規劃在參與者方便的時段。
4. 選擇反思的方法：教師選擇反思的形式，不只是考慮到前述的活動目標與議題，也應考慮反思地點、時間與參與人數。典型的方法有：各小隊出一盤菜的晚餐聚會、活動日誌、討論以及團體活動。外來的演講者也對反思的促進有幫助，不過不要超過總反思時間的一半。

選擇群育活動的形式時，下列數點值得考慮：

- (1) 要有創意且包括不同的活動。群育活動必須符合不同的學習類型，參與者必須樂於活動中。
- (2) 選擇參與者能舒服且安全表達自己感受的活動。團體活動除了容許表達不同的意見外，也能促進團隊合作。要達成這樣的效果不只是活動的本身，也包括催化的方法。
5. 資源：教師必須辨識能提供資訊與支持的其他資源。包括校園、社區或組織中對活動內容熟悉的人士以及活動相關的資料如：文獻、研究與活動指引。
6. 催化技巧：群育活動的成功與否在於催化的成敗。教師必須接受適當催化技巧的訓練，以便能營造所有參與者皆願意參加的安全又具挑戰氣氛的反思環境。教師必須具有團體動力的知識，並能對反思中的衝突做出適當的回應。此外教師必須具備反思的經驗並熟悉反思的議題。教師可以尋求其他資源的協助，如果本身對於討論議題的認識有限。
7. 評鑑：群育活動的過程及結束必須由參與者做階段性與總結性的評鑑。這樣做能使教師瞭解活動過程的成果，以及做必要的調整。此外經由對活動階段的評鑑，學生思考到從群育活動學到的東西，從而加強了群育的價值。

其他值得注意的觀點：

- a. 強調反思的重要性：規律地將反思活動設計成群育活動課程的一部份，來強調反思的價值。確定每一個活動成員都能參與，包括團隊領導者及其他參加活動的人。對於討論活動中未能反應的觀點，可以其他方式提出來(如在活動日誌)。反思的重要性也可在文獻探討或活動成果發表中彰顯出來。
- b. 利用「教學時機」：當重要議題或經驗產生時，教師必須能辨識並利用這個最佳教學時機來催化反思。這樣的能力包括催化技巧的訓練與對不同資訊來源的熟悉。教師必須親身體驗這樣的狀況，或接近這樣的環境或團體學習。教師必須自己製造親

身體驗的機會。

- c. 嵌入式與融入式的反思活動：可單獨設計催化反思的活動（嵌入式），如：熱身、破冰、認識與目標設定活動。也可將主題融入反思活動中（融入式），以加深對活動主題的分析批判、歸納綜合與反省。如：活動主題與問題解決活動結合；破冰活動融入主題加深思考。

（二）反思圈

簡單來說，反思就是讓人們說出他們的經驗。好的催化能使這樣的過程以安全與民主的方式產生。反思最基本的形式就是反思圈的產生。在反思圈的公開討論中，催化的技巧的應用與反思問題的提出，使參與者開始思考他們的活動經驗與學習成果。反思圈的優點在於它能反映好的催化過程，以及提供下列促進反思的空間：

1. 每位參與者有權利與機會說話。
2. 每一個想法都有其價值，並對團隊學習有貢獻。
3. 個人的貢獻被肯定。
4. 參與者對自己的學習負責。

參加反思的人應坐成一圈，教師與他們坐在一起。教師不應站在參與者前面或站在講臺後面。教師提出反思問題並鼓勵參與者回應。全體成員的參與是好的催化的重要因素。反思的問題應充滿彈性並可由進行中的討論產生，或較結構化地依循一個與活動相關的特定主題提出。同樣地，問題的範圍可以很廣，如：「為什麼你要參加這次的活動？」。或是更特定的範圍，像：「基於這次參加群育活動的經驗，你對團隊溝通有什麼想法？」。底下是一些反思圈的樣本問題：

1. 為什麼你要參加這次的活動？個人興趣或其他因素？
2. 形容一下這次活動所遇到的人。
3. 說出三件活動中印象最深刻的事。
4. 形容一下活動中的團隊氣氛。
5. 形容一下活動中的團隊互動。

6. 為什麼你覺得上述事情會發生？
7. 活動實施前後團隊或環境是否改變？
8. 團隊成員的「肢體語言」告訴你什麼？
9. 團隊成員的回應讓你感覺如何？
10. 活動環境讓你感覺如何？
11. 你與其他團隊成員之相同與相異點？
12. 協助與阻礙團隊進步的因素為何？
13. 你從自己身上學到什麼？
14. 這次的活動經驗與其他活動相較如何？
15. 這次的活動經驗與課堂上的學習有何可以聯結之處？
16. 從這次的活動經驗你學到什麼議題？
17. 這次的活動經驗如何挑戰你的假設與刻板印象？
18. 你覺得團隊成員獨特嗎？為什麼？
19. 這次的活動有什麼決策？代表什麼？需要改進嗎？
20. 誰來做決定？
21. 你會如何做如果由你來做決定？
22. 最具挑戰性的事是什麼？
23. 你覺得自己融入團隊了嗎？
24. 形容活動中產生的衝突。產生衝突的因素為何？應如何解決？
25. 形容活動中產生的問題。你覺得問題的根源為何？你覺得團隊有沒有可能解決這個問題？
26. 這次的活動經驗如何應用到你的實際生活？
27. 活動中解決問題的方法如何應用到你的實際生活？
28. 基於這次的活動經驗，你覺得下一步該如何走？

(三) 群育活動實例

雖然**反思圈**可作為反思的基本架構，並非所有的團隊或成員能夠立即舒服或有興趣地說出他們的經驗與觀點。有創意地運用一些不同的活動可以協助教師引起參與者的興趣並能培養團隊成員的熟悉度與

默契。使用混合的方法也能促進不同面向的學習及溝通方式。一些活動可以將團隊分成許多小單位，使參加者能在較不具威脅性的環境舒服地發言。其他的格言遊戲、視覺遊戲與角色扮演則可激發討論。團體活動提供反思群育主題的架構，並鼓勵參與者開始批判性思考他們的經驗。經由聽取不同的觀點，參與者可發展他們自己對群育議題的瞭解，並且可以改善他們的反思能力，不用再借助結構化的活動。而如此的群育課程設計也充分符合歐陽教（1994）主張之群育活動課程設計的規準：即兼具**適當的嚴肅性**（favorable seriousness）（活動中的反思部分）與**合理的遊戲性**（reasonable playfulness）（活動中的遊戲部分）。歐陽教認為群育課程越好玩越有效果，任何遊戲活動只要有合理的遊戲性與嚴肅性則有高度的可行性與群育價值。

因此底下的群育活動實例即以活動形式（合理的遊戲性）加上反思（適當的嚴肅性）來達成群育的目標：

第一週

目標：

認知：1. 學生能聽從教師的口頭指導。

2. 學生能發展決策與問題解決能力。

情意：學生能加強團隊溝通、團隊合作。

技能：學生能改善手眼協調、平衡感、彈性、身體協調度、敏捷度。

活動量：中低

活動器材：拋繡球：每人一條童軍繩、每組一個沙灘球。

碰罐子：每小隊一個可樂罐。

一起跳兩下：一條淘汰的攀岩繩。(75英尺)

十字轉門：一條淘汰的攀岩繩。(75英尺)

暖身活動：拋繡球

暖身活動說明：

拋繡球

1. 請學生分8-10人一組面向內圍成一圈。每組一個沙灘球，每人發一條童軍繩。

2. 所有人利用童軍繩(與對面的伙伴聯結)組成繩網。用繩網的力量將球往上頂十下。

3. 將球拋給下一組接(如1-2, 2-3, 3-4, 4-1)。

主活動名稱：1. 碰罐子

2. 大家一起來

3. 姓名排隊

4. 一起跳兩下

5. 十字轉門

活動安全考量：膝蓋或腳有舊傷的人應評估自己是否適合做跳繩的動作

活動規則說明：

一、碰罐子：

1. 請學生分成12-15人的數個小隊。
2. 請兩個學生站在小隊中間以鼻子頂住一個可樂罐。
3. 其他的學生要以身體的某一部份(通常用手指)同時碰觸可樂罐並且不能碰到其他學生。

二、大家一起來：

1. 請學生找相同體型的同學兩兩配成一對。
2. 請每對學生坐下來，面對面，腳底相對，膝蓋彎曲，兩手互相緊握。
3. 聽口令兩人靠對方的力量平衡一起站起來。
4. 接著組成四人一組藉著力量平衡一起站起來。
5. 每次組合的人數不斷倍增。隨著人數增加握手的方式可能要想辦法改變。

三、姓名排隊：

1. 請學生圍成一圈面向內。
2. 請學生依序說出名字，並注意聽他人的名字。
3. 聽口令開始在不說話的情況下，依名字筆劃的多寡依次在圈中往下排。
4. 排完後再請學生說自己的名字一遍，以便檢查排列的正確性。
5. 紀錄完成任務所重覆說出名字的次數。

四、一起跳兩下：

1. 請學生分成20人或以下一組。用一條淘汰的攀岩繩當跳繩。
2. 然後請全部學生嘗試在圈內連續跳兩下，而無人觸繩。
3. 學生可自行決定排列的順序與繩圈揮舞的方向
4. 可經常更換揮動繩子的人。

五、十字轉門：

1. 請學生分成30人或以下一組。用一條淘汰的攀岩繩當跳繩。
2. 請兩人負責揮動繩子。
3. 請所有學生在以下條件下通過繩子到另一邊：
 - (1) 每次一個學生進入
 - (2) 進入後跳一下
 - (3) 沒有人觸繩。

建議：十字轉門：團隊可能會有挫折感。鼓勵他們完成任務並提供足夠的時間讓他們嘗試。

目標： 認知：1. 學生能聽從教師的口頭指導。 2. 學生能發展決策與問題解決能力。 情意：學生能加強團隊溝通、團隊合作與創造力。 技能：學生能改善手眼協調、平衡感、彈性、身體協調度、敏捷度。
活動量：中低
活動器材：汽球倒數計時：每小隊一個汽球。 通通接住：每個學生一顆軟球。 三分鐘計時：一個碼錶或有秒針的手錶
暖身活動：1. 吹汽球 2. 煎蛋模擬器 3. 向錢跳
暖身活動說明： 一、吹汽球 1. 請學生分散在規定的範圍內，並躺在地上。 2. 其次將姆指壓在嘴唇上，開始向姆指吹氣並發出嘶嘶聲代表空氣進入汽球(學生的手腳)。 3. 接著學生開始模擬空氣由身體(逐漸乾癢)進入手腳(逐漸膨脹)。 4. 學生要設法使過程逼真且合理。提醒學生要吹脹一個汽球需要不少時間。 5. 學生繼續吹到汽球飽滿(雙頰鼓起、以足尖站立、手腳變直變硬)。 6. 最後可以兩種方式結束：(1)模擬汽球「碰」一聲爆炸並癱在地上；(2)有些人則讓汽球突然洩氣，隨著嘶聲滿屋流竄直到空氣洩完。 二、煎蛋模擬器 1. 請學生分散在規定的範圍內，並跪在地上臉朝下。此時學生模擬尚未打破的生雞蛋。 2. 聽口令雞蛋被打破然後放到熱鍋上〈學生倒向地板臉朝下〉。 3. 學生開始模擬蛋在熱鍋上被煎的過程，越有創意越好。 三、向錢跳 1. 請學生分成四人一組，每組給一張玩具鈔。 2. 將玩具鈔放在地上，請學生兩手抓住腳趾往前跳越過玩具鈔，跳的過程與著地時不可放手。

3. 跳之前兩腳離玩具鈔越近越好，用腳後跟清潔玩具鈔。

主活動名稱：1. 汽球倒數計時
3. 手結

2. 通通接住
4. 三分鐘計時

活動安全考量：無

活動規則說明：

一、汽球倒數計時：

1. 請學生(10-30人)圍成一圈面朝同一方向(左或右)，每人看前面同學的背部。
2. 請一位學生當領導者並拿一顆汽球給他。
3. 聽口令學生將汽球於兩腳之間傳遞，從領導者開始與結束。
4. 每位學生有0.5秒的傳遞時間，例如20人傳遞時間為10秒
5. 時間到就吹哨子，鼓勵學生設法降低時間。

二、通通接住：

1. 請學生分散站在規定的範圍內。每人手上拿一顆軟球。
2. 請一位學生將球拋10英尺高，另一位學生將球接住。
3. 如果接住了，接著由兩位學生丟，另兩位學生接。
4. 每接住一次球就增加一個，學生必須思考策略來增加成功率
5. 一旦有球落地活動就重新開始。

三、手結：

1. 請學生分成10-12人的小隊，每小隊面朝內圍一圈。
2. 每位學生伸出右手抓住對面一位同學的右手，接著伸出左手抓住對面另一位同學的左手。不要抓住同一人的左右手。
3. 請學生不要鬆手開始解開手結，解完之後還是一個圓圈，不過有些人會面朝內，有些人會面朝外。
4. 必須注意的是有些手結無法解開，因此可讓學生決定那裡可以鬆開手再握，有時鬆開手再握的情況會超過一次以上。

四、三分鐘計時：

1. 請學生分散坐在地上，然後閉上眼睛。
2. 聽口令開始預估三分鐘的時間，第一分鐘到伸出一根手指，依此類推。
3. 三分鐘到時可睜開眼睛但不要說話，等所有人都完成，一起分享計時的策略。

建議：像手結這種需要學生長時間牽手的問題解決活動。可使用五英寸的伙伴繩取代握手，來使學生感覺較自在。

第 三 週

目標：

- 認知：
1. 學生能聽從教師的口頭指導。
 2. 學生能發展決策與問題解決能力。
 3. 學生能發展記憶力與專注力。

情意：學生能加強團隊溝通、團隊合作與發明才能。

技能：學生能改善手眼協調、平衡感、彈性、身體協調度、敏捷度。

活動量：中低

活動器材：大蜻蜓：每隊一隻竹蜻蜓。

交通阻塞：每小隊九個橡膠墊。

你丟我撿：100個網球與三個廢紙簍

暖身活動：大蜻蜓

暖身活動說明：

大蜻蜓

1. 請學生分5-8人一隊各小隊人數相同。每隊發一隻竹蜻蜓。
2. 設定起始線。看那一小隊能以接力方式讓竹蜻蜓飛到最遠的距離。

主活動名稱：1. 交通阻塞

2. 十人金字塔

3. 你丟我撿

活動安全考量：十人金字塔：如在地板進行，必須要鋪墊子。如用膝蓋與手疊高則要確保。

活動規則說明：

一、交通阻塞：

1. 請學生分成八人一組，在地上鋪九塊橡膠墊並指定一片為中心。
2. 請四位學生站在中心的左側的墊子上，其他學生站在右側。兩邊的學

生面對中心的空墊子。

3. 活動的目標是讓左右兩邊的學生交換位置。

4. 學生移動時必須遵守以下規則：

(1) 不可倒退。

(2) 不可繞過前一個與自己同方向面對中心的同學。

(3) 一次只能有一位學生移動。

(4) 前面有空墊子可以前進一格。

(5) 可以繞過前一個與自己面對面的同學，到他後面的空墊子。

5. 一旦學生已找出解決方法，請他們實地操作。由學生選出一位領導者，只有領導者可以指揮移動順序。

6. 聽口令由領導者指揮整個行動。引導員計時，除領導者外，其他學生必須停止呼吸直到行動完成。如違規則活動重新開始。

7. 本活動必須有良好的領導者與其他人的配合。

二、十人金字塔：

1. 將學生分成十人一小队，並請他們以最快的方式組成對稱的十人金字塔(4-3-2-1)，記錄完成的時間。

2. 接著請他們用不同的方式再組一次。

3. 第二次活動大部份的小隊會開始用手與膝蓋，較快的方式是躺下或排隊，大概五秒就可完成。

4. 讓學生了解對有些看來有既定答案的事，思考不同策略的重要。

三、你丟我撿：

1. 將廢紙簍依不同距離擺好，最近的一分，依次為三分、五分、九分。

2. 將學生分成兩組：擲球組與撿球組。擲球組站在擲球線後面，撿球組可站在方便撿球的位置。撿球組不可協助球進桶，只負責撿球及儘快傳回擲球組。

3. 聽口令開始在兩分鐘內將最多球丟進廢紙簍。

4. 活動一旦開始擲球組與撿球組不可互換角色。

5. 活動重新開始前可討論策略與角色分配。

建議：你丟我撿：網球彈性大較具挑戰性，但用軟球或類似的教具亦可。

第 四 週

目標：

認知：1. 學生能聽從教師的口頭指導。

2. 學生能發展決策、問題解決能力與團體共識。

3. 學生能發展記憶力與專注力。 情意：學生能加強團隊溝通、團隊合作與責任感。 技能：學生能改善手眼協調、平衡感、彈性、身體協調度、敏捷度。
活動量：高中低
活動器材：飛盤足球：攻門小隊每人一個橡膠或布飛盤。 能源危機：每小隊一隻鉛筆一張紙。 速球王：每小隊一個軟球。 雜技團：每人一個軟球。 無語尋球：兩人一個汽球。
暖身活動：飛盤足球
暖身活動說明： 飛盤足球 1. 請學生分8-10一小隊。兩小隊配成一組。一小隊當守門員另一小隊當攻球門者。 2. 找到真的足球門或在牆上畫出球門範圍，一小隊在劃定距離線外以射飛盤方式攻球門，另一小隊以接飛盤方式或擋開飛盤守門，飛盤飛進球門或碰觸得分範圍即為得分。 3. 攻守雙方均可討論策略，進行5分鐘後，交換角色。
主活動名稱：1. 能源危機 2. 速球王 3. 雜技團 4. 無語尋球
活動安全考量：飛盤足球：不可用一般飛盤。 無語尋球：提醒矇眼學生彎腰拿球時要保護頭和臉。
活動規則說明： 一、能源危機： 1. 請學生分成六人一組，發給每一組一張紙與一隻鉛筆。 2. 引導員宣佈以下情節：在一次能源危機中，政府規定每戶家庭必須銷

毀十件最用不到的器具(如：電視、收音機、熨斗、洗衣機等)。請以5分鐘將你家中十件最用不到的器具的名稱依最不重要的順序列出。

3. 請每組請一位同學向全班報告清單並分享原因。

二、速球王：

1. 將學生分成二十人以下一隊，請他們面向內圍成一圈。
2. 引導員開始將軟球丟給對面的一位學生，該生也將球丟給對面的一位學生，如此每人丟接一次，一直到球回到引導員手中。提醒學生記得誰丟給他，他丟給誰。
3. 請一位學生拿碼錶當計時員，記錄傳一循環所費時間(通常每人一到二秒)。
4. 請學生討論如何降低時間的方法。幾乎所有建議都能接受，包括更換位置。
5. 唯一限制是傳球時，球一定要離手。

三、雜技團：

1. 將學生分成二十人以下一隊，請他們面向內圍成一圈。
2. 請學生回憶「速球王」建立的傳球順序。
3. 聽口令開始以正常速度傳第一顆球。持續增加球到等於全組人數為止。

四、無語尋球：

1. 請學生兩人一組提供每組一個眼罩。請每組一位學生戴上眼罩，並隨機分配每組一個號碼。發給每組一個吹好的汽球。
2. 用油性筆將每個汽球依序寫上號碼。將汽球交給矇眼的學生每人一個，確定學生拿到的汽球與分配到的號碼不同。
3. 聽口令將汽球拍到空中，每組的任務就是找到與自己分配號碼相同的汽球。
4. 明眼的學生以口令導引矇眼的同學找到汽球，矇眼的學生找到汽球後，必須依數字順序肩並肩排出一列橫隊。
5. 活動中必須遵守下列規則：
 - (1) 明眼的學生可以手碰矇眼的同學但不可操控。
 - (2) 矇眼的同學不可出聲或說話。
 - (3) 明眼的學生只能以口令導引同組矇眼的同學。
6. 允許學生討論策略再重覆活動。確定學生需交換角色。

建議：無。

第 五 週

目標：

認知：1. 學生能聽從教師的口頭指導。

2. 學生能發展決策、問題解決能力。

3. 學生能發展記憶力與專注力。

情意：學生能加強團隊溝通、團隊合作與責任感。

技能：學生能改善手眼協調、平衡感、彈性、身體協調度、敏捷度。

活動量：中低

活動器材：壕溝戰：每班13個橡膠墊。

流球河：每小隊30個網球。一根180公分的棒子。

暖身活動：1. 對對碰

2. 對對碰X2

暖身活動說明：

一、對對碰

1. 請學生找一位伙伴，這位伙伴是活動中要抓的人，而且只抓這個人。

2. 如果有人被伙伴抓到，請他原地轉 360度或數到三，再開始抓他的伙伴。

3. 活動進行的時候，只能快走不能跑。

4. 不可走出界線外。

二、對對碰X2

將上個活動伙伴抓伙伴，改成一組(兩人肘部相勾)抓另一組。其餘規則相同。

主活動名稱：1. 壕溝戰

2. 流球河

活動安全考量：無。

活動規則說明：

一、壕溝戰：

1. 請學生分成9人一班，一位學生擔任班長，其餘8人擔任班兵。

2. 這9人站在十個橡膠墊(與交通阻塞相同的教具)中的9個。班長站在第10個壕溝(墊子)上，但是要移到第1個壕溝(墊子)。(10個墊

子排成一直線)

3. 有三個公共廁所(墊子)與4, 6, 8號壕溝相連。這三個廁所編號11, 12, 13號。運用這三個額外的壕溝, 可使班長由第10個壕溝(墊子)上, 移到第1個壕溝(墊子)。

			11		12		13			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

4. 其他規則如下：

- (1) 每個廁所一次只能站一個人。
- (2) 每個學生每次移動距離不限。
- (3) 除班長外其餘學生在活動結束時必須回到原位。

5. 本活動最少要28步才能完成。

6. 解答如下：(第一數字代表人，第二數字代表位置)

2-1, 3-2, 4-3, 5-11, 6-4, 7-5, 8-6, 9-7, 1-13, 9-10, 8-9, 1-12, 7-13, 6-8, 5-7, 1-11, 4-12, 3-6, 2-5, 1-1, 2-2, 3-3, 4-4, 5-5, 6-6, 7-7, 8-8, 9-9。

依此方式班長在第28步抵達第1壕溝。

二、流球河：

1. 將學生分成十人一小隊，給每小隊30個網球與一根180公分堅固的棒子。
2. 河面約8公尺寬(硬而摩擦力大的表面如柏油路面)。畫出起點與終點線。
3. 聽口令，學生用網球為墊腳石，用棒子保持平衡，使小隊渡過河面。
4. 學生可將網球放在任何河面的位置並重覆使用。
5. 身體任何部位不得碰到河面。
6. 學生可兩兩一組，手牽手保持平衡。

建議：流球河：提醒學生用腳跟踩球，較易保持平衡。

第 六 週

目標：

認知：1. 學生能聽從教師的口頭指導。

2. 學生能腦力激盪尋求可能答案。

情意：學生能加強團隊溝通、團隊合作與發明才能。

技能：學生能改善手眼協調與敏捷度。

活動量：低
活動器材：猜字謎：每組一份謎題。
暖身活動：隱形跳繩
暖身活動說明： 隱型跳繩
1. 請學生分散站好。想像手中有一條隱形的跳繩。 2. 聽口令開始慢慢地舒服地跳20下。然後開始有力地雙手交叉跳，先單交叉再雙交叉跳。 3. 接著嘗試連兩跳、連三跳。請學生自由創作跳躍姿勢。 4. 請學生搭配兩人一組，再做一次。
主活動名稱：猜字謎
活動安全考量：無。
活動規則說明： 猜字謎：
1. 請學生分成6人一組，每組發一份謎題。學生嘗試解答每個字謎的意義。 2. 例題：心心心意意——代表三心二意；顧盼——代表左顧右盼。 3. 各組分享謎題與解答。
建議：猜字謎：教師可考慮給各組一樣或不同的謎題。
第七週
目標：
認知：1. 學生能聽從教師的口頭指導。 2. 學生能發展決策、問題解決能力。 3. 學生能學習妥協以達成共識。
情意：學生能加強團隊溝通、團隊合作與責任感。
技能：學生能改善手眼協調、平衡感、彈性、身體協調度、敏捷度。
活動量：中低

活動器材：1. 汽球列車：每人一個汽球 2. 跳島作戰：每組5個呼啦圈。
暖身活動：1. 抓手抬腳 2. 人類彈簧 3. 白鶴伸展
暖身活動說明： 一、抓手抬腳： 1. 請學生兩兩配對站好。伸出右手與伙伴相握並維持握手姿勢。接著以左手由後抓住抬高的左腳。 2. 兩人互相搖晃，設法使對方失去平衡放開左腳。數回合後換握左手，以右手抓右腳。 3. 請學生注意當伙伴失去平衡時，應提供協助避免對方跌倒，而非繼續攻擊。 4. 本活動應在草地或較軟的地面進行。 二、人類彈簧： 1. 請學生找與自己身材相當的伙伴兩兩配對，面對面，兩腳打開與肩同寬站好。 2. 兩人將手抬高，手掌相對，掌心互相抵住，像拱橋一樣保持平衡。 3. 兩人靠手掌彈力彈開，並逐漸拉開距離操作。 4. 本活動應在草地或較軟的地面進行。 三、白鶴伸展 1. 請學生三個一組，站成三角隊形，面向內。 2. 三人手牽手以左腳支撐身體，抬起右腳放在右邊伙伴的右大腿上保持平衡。 3. 三人嘗試將頭靠向右膝，保持10秒，休息10秒。再重做一次。 4. 要拆開隊形時，請學生向左轉面向圈外，這樣自然可使右腳滑落。
主活動名稱：1. 汽球列車 2. 跳島作戰
活動安全考量：無。
活動規則說明：

一、汽球列車：

1. 請學生分成10人一組，每組發10個汽球。
2. 請學生圍成一個圓圈，面向前面同學的背部。兩人中間夾一個汽球。
3. 活動的目標在於維持汽球不落地的條件下，穿越一片地雷區。（可設置立體障礙）
4. 若汽球落地可考慮以下懲罰：
 - (1) 全組退回起點。
 - (2) 讓汽球落地的人換位置。
 - (3) 團隊設法在其他球不落地的條件下撿回汽球。
5. 增加難度：請學生除汽球外不得碰觸其他同學。
6. 最後請學生以身體的力量將汽球夾破。

二、跳島作戰：

1. 請學生分成12-15人一組，每組發5個呼啦圈。
2. 第一回合引導員將呼啦圈排成圓形，圈與圈相隔約30公分。（可變化增加難度）
3. 學生依下列規則拍打沙灘球：
 - (1) 學生一旦踩進一個呼啦圈同一回合內不得更換。
 - (2) 同一個呼啦圈內的學生不得連續拍打沙灘球二次。（違規分數歸零）
 - (3) 五個呼啦圈應合作成一個團隊。
 - (4) 活動進行中學生不得離開呼啦圈。（違規分數歸零）
4. 整個活動由三回合組成，每回合兩分鐘。時間未到分數歸零，或球落地可重打。
5. 每回合結束休息一分鐘討論戰略與變換隊形。

建議：跳島作戰：教師可視目標調整回合數與時間。

第 八 週

目標：

認知：1. 學生能聽從教師的口頭指導。

2. 學生能發展決策、問題解決能力。

3. 學生能學習妥協以達成共識。

情意：學生能加強團隊溝通、團隊合作與創造力。

技能：學生能改善手眼協調、平衡感、彈性、身體協調度、敏捷度。

活動量：中低
活動器材：1. 汽車追逐戰：每部警車兩個海綿球。 2. 四面楚歌(跳繩加強版)：四條跳繩。 3. 雙面硫酸河：每組十樣乾垃圾
暖身活動：汽車追逐戰
暖身活動說明： 汽車追逐戰： 1. 請學生兩兩配對。每兩人即成為一部車子，兩人想好車子廠牌年份型號等，並以白色厚紙板創作畫出顯示自己特色的車牌。 2. 請其中一部扮演警車，該組兩人各拿一個海綿球，其他組拿著自己的車牌。 3. 聽口令各車在劃定範圍內追逐，被海綿球打到的車即成為下一部警車 4. 追逐時各車發出代表自己的聲音，警車則發出警笛聲。 (若組別多，警車可超過一部，或被抓到的車變警車)
主活動名稱：1. 四面楚歌(跳繩加強版) 2. 雙面硫酸河
活動安全考量：一、四面楚歌：膝蓋或腿有受傷者須考量能否做行進間跳躍。 二、雙面硫酸河：注意尖銳而硬的垃圾不適合本活動。
活動規則說明： 一、四面楚歌： 1. 請八位學生負責揮動四條跳繩，以口袋方式將團隊圍在中間。 2. 團隊要以下列規則突圍(跑進繩中，跳一下，跑開)： (1) 全體學生包括八位負責揮動四條跳繩的學生都要選一條繩子跳出。 (2) 可超過一人同時跳同一條繩子。 (3) 這是一個計時活動，從第一個人跑向繩子開始計時，一直到最後一人跳出為止。 (4) 失誤不另增加時間懲罰。

(5)繩子揮動方向由團隊決定。

二、雙面硫酸河：

1. 請學生分成兩組，每組出發去撿一些校園能找到的乾垃圾。
2. 引導員設定硫酸河面(寬約十五公尺)。請兩組各選十樣法寶(垃圾)協助渡河。
3. 聽口令兩組從相反方向出發。在河中間交換法寶，抵達對岸。
4. 渡河時身體可碰觸法寶，不得直接碰觸河面。法寶無人碰觸即被河水流走。
5. 計時兩回合，每回合結束休息一分鐘討論戰略與變換隊形。

建議：雙面硫酸河：也可找一些能拆解細部零件的大型物體。(如報廢的電腦、塑膠椅等)

第 九 週

目標：

認知：1. 學生能聽從教師的口頭指導。

2. 學生能發展決策、問題解決能力。

3. 學生能學習妥協以達成共識。

情意：學生能加強團隊溝通、團隊合作與責任感。

技能：學生能改善手眼協調、平衡感、彈性、身體協調度、敏捷度。

活動量：低

活動器材：諾亞方舟：每小隊一個60cm*60cm平台

暖身活動：是結非結

暖身活動說明：

是結非結：

1. 請學生分成12-15人一小隊。

2. 每小隊負責觀察一堆繩圈(引導員準備五條繩圈，其中一條貫穿其他四條)。在不碰觸繩圈的情況下，達成那一條繩圈貫穿其他四條的共識。(基本版：五個繩圈不同顏色；進階版：五個繩圈相同顏色)

主活動名稱：1. 諾亞方舟 2. 男生女生配
活動安全考量：無。
活動規則說明： 一、諾亞方舟： 1. 請學生分成12-15人一小隊。每小隊發一個60cm*60cm平台。 2. 聽口令全小隊兩腳離開站上平台並維持5秒。 3. 允許學生討論不同策略。 二、男生女生配： 1. 請學生分成8人一組，每組包括4男4女。 2. 請每組排成橫列，面向排頭，男女交錯站。 3. 聽口令請學生依下列規則，排成4男4女各一邊的橫列。 (1)學生以最少的移動次數完成目標。 (2)所有的移動必須以兩人為一組，每位學生的左右兩鄰都可能是移動的伙伴。 (3)當一組兩人移動後的空位，必須由另一組來填補。 (4)移動時兩人的順序不可更換。 (5)完成任務時，必須全部位置填滿，不可有空隙。
建議：無
第 十 週
目標： 認知：1. 學生能聽從教師的口頭指導。 2. 學生能發展決策、問題解決能力。 3. 學生能培養傾聽的習慣與專注力。 情意：1. 學生能加強團隊溝通、團隊合作與責任感。 2. 學生能在壓力下完成任務。 技能：學生能改善手眼協調、平衡感、彈性、身體協調度、敏捷度。
活動量：中低
活動器材：岩堆：數個立方體(用塑膠地墊拼成)與一半人數的眼罩

立體地雷區：50個網球與一半人數的眼罩

暖身活動：三五七巧連智

暖身活動說明：

三五七巧連智：

1. 請學生圍成一圈面向內坐下。
 2. 請一位學生開始從1報數，報到7時不報7而報「巧」，然後順序迴轉，只要遇到數字有7或7的倍數就要說「巧」，然後迴轉一直到有人出錯為止。然後從1再開始。
 3. 只要經過幾次練習團隊就可衝到蠻多的數字。記得到77的時候要喊「巧巧」。
 4. 要玩進階版可增加5，凡遇到數字有5或5的倍數就說「連」。最高階再加入3，凡遇到數字有3或3的倍數就說「智」。
- 最高階範例如下：
- 1, 2, 智, 4, 連, 智, 巧, 8, 智, 連, 11, 智, 智, 巧, 連, 16, 巧, 智, 19, 連

- 主活動名稱：1. 岩堆
2. 立體地雷區

活動安全考量：無。

活動規則說明：

一、岩堆：

1. 請學生分成兩人一小組。每小組發一個眼罩。
2. 聽口令明眼學生以口語指揮矇眼學生到達岩堆(不得有肢體碰觸)，將岩塊搬到指定地點。
3. 設計有挑戰性但安全的路線
4. 互換角色再進行一次。

二、立體地雷區：

1. 劃出一塊地雷區約寬2.5m長9m。當中放置若干網球(依參加人數與難度而訂)當地雷，並懸掛若干詭雷(海報捲成長條狀、汽球等)。
2. 請學生兩兩一組，每組一人戴上眼罩。每組選一個吉祥物放入雷區。矇眼者必須進入雷區拿到吉祥物再出雷區，過程中不可碰到任何地雷或詭雷(懸掛物)。

3. 明眼人只能以口語指揮，不得與矇眼者有肢體碰觸。
4. 一回合後角色互換再進行一次。

建議：無

上述活動實例最主要可以激發學生對群育議題的覺知與培育行動技能，除此之外，群育亦可以其他活動形式實施，諸如：1. 班級活動：由導師輔導的班會或班級性活動，用以學習民主議事程序，推展班級自治、聯誼活動或班級團體輔導，及落實生活教育等。2. 學生自治會活動：輔導成立學生自治會組織，以提供全校學生服務，支援學生各項教育活動，代表學生意見，及處理學生本身事務之自治活動。3. 學生服務學習活動：配合學校、社區需要，透過體驗、省思與實踐，並掌握服務學習精神所實施計畫性的學校、社會服務活動，如校園志工、社區服務、公共服務、休閒服務及環保服務等。4. 學校特色活動：依據學生興趣與身心發展階段、學校背景與現況、家長期望、及社區資源，辦理的例行性或獨創性活動。如週會、教學參觀活動、專題學習活動、專題研究、通識教育講座活動、學習成果發表活動、節日慶祝活動、健康體能活動、聯誼活動、校際活動、始（畢）業活動、國（校）內外交流活動、及其他創意活動。5. 社團活動：學生依其興趣、性向、及社團組織型態，向學校提出申請，在教師輔導下的學習活動（教育部，2006b）。6. 自然體驗活動：利用科內爾的自然體驗遊戲與環境教育活動啟發學生對人與自然關係的覺知，並培養學生對解決人與自然問題的行動技能。

參考文獻

- 呂建政(1997)：暑期青少年休閒活動營隊之成效調查。台北市：行政院青輔會委託研究。
- 吳務貞(1986)：群育原理與實施。台北市：文景出版社。
- 吳務貞(1995)：國民中學群育實施之探討。公民訓育，28，41-48。
- 沈翠蓮(1997)：群育教學原理與模式。中等教育，48(3)，121-123。
- 周慧菁(2003)：品格要怎麼教？。天下雜誌，287，58-64。
- 黃譯瑩與蔡居澤(2004)：綜合活動教學原則。未出版會議記錄。
- 張老師基金會(1998)：八十七年度青少年自我挑戰營成果報告。台北市：行政院青輔會委託辦理。
- 張靜馨(1995)：何謂建構主義？。建構與教學，3。
- 張靜馨(1996)：傳統教學有何不妥？。建構與教學，4。
- 黃人傑(1995)：群育的研究方法。中等教育，46(6)，41-48。
- 黃政傑與林佩璇(1996)：合作學習。台北市：五南。
- 教育部(2006a)：國民中小學九年一貫課程綱要。
- 教育部(2006b)：普通高級中學必修科目「綜合活動」課程綱要。
- 蔡宗陽主編(2004)：辭彙。台北縣：登福。
- 蔡居澤(2001)：探索教育與活動學校。台南市：翰林出版社。
- 蔡居澤(2002a)：從活動中學習－活動課程設計架構與活動定位的省思。載於國立台灣師範大學實習輔導處主編：國中九年一貫課程教案編寫示例(pp. 139-146)。台北市：師大。
- 蔡居澤(2002b)：探索教育領導討論技能之探討。載於中國童子軍教育學會主編：童軍探索教育活動設計與實施(pp. 29-37)。台北市：奇文。
- 歐陽教(1994)：群育的哲學分析。教育研究所集刊，35，47-64。
- Bacon, S. B. (1987). *The evolution of the Outward Bound process*. Greenwich, CT: Outward Bound USA.
- Beker, J.(1960).The influence of school camping on the self-concepts and social relationships of sixth grade children. *Journal of Educational Psychology*, 51(6), 352-356.
- Carney, T. F.(1972). *Content analysis: A technique for systematic inference from communication*. Winnipeg: University of Manitoba Press.
- Condon, S. M.,& DeVore, G. (1996). Program building through evaluation. *Camping Magazine*, 68(5). 36-38.

- Dewey, J.(1938/1997).*Experience and education*. New York: Simon and Schuster.
- Freire, P. (1990). *Pedagogy of the oppressed*. New York: Continuum.
- Gass, M. (1990). The longitudinal effects of an adventure orientation program on the retention of students. *Journal of College Student Development*, 31(1), 33-38.
- Gibb, C. (1984). The Influence of Cattell in social psychology and group dynamics. *Multivariate Behavioral Research*, 19 , 193-206.
- Gilbertson, K., Bates, T., McLaughlin, T., & Ewert, A.(2006). *Outdoor education: Methods and strategies*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Goetz, J. P., & LeCompt, M. D. (1984). *Ethnography and qualitative design in educational research*. Orlando, FL: Academic Press.
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1985). *Naturalistic inquiry*. Beverly Hills, C A: Sage Publication.
- Hammond, W. F. (1997). Educating for action. *Green Teacher*, 50, 6-14.
- Kaufman, G. G., & Johnson, J. C. (1974). Scaling peer ratings: An examination of the differential validity of positive and negative nominations. *Journal of Applied Psychology*, 59, 302-306.
- Kolb, D. A.(1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. New Jersey: Prentice Hall.
- Lewin, K. (2001). *Psychology Today*, 34, 92.
- Lickona, T. (1991). *Educating for character: How our schools can teach respect and responsibility*. New York: Bantam Books. [ED 337 451]
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality*. New York: Harper & Row.
- McCabe, B. A., & Harris, B. (1979). Keeping the flame alive: The role of followup in therapeutic adventure programming. Paper presented at the *Annual Conference of the Association for Experiential Education*, Portsmouth, NH.
- McBrien, J. L., & Brandt, R. S. (1997). *The language of learning: A guide to education terms*. Alexandria, VA: Association for Supervision and Curriculum Development.
- Olson, R. E. (1984). *Reflections from the north country*. New York: Alfred Knopf.
- Pommier, J. H. & Witt, P. A. (1995). Evaluation of an outward bound School. *Therapeutic-Recreation-Journal*, 29(2). 86-103.
- Priest, S., & Gass, M. (1997). *Effective leadership in adventure programming*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Rogers, C.R. (1961). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*.

Boston: Houghton Mifflin.

Schoel, J. & Maizell, R. S. (2002). *Exploring island of healing*. Beverly, MA: Project Adventure.

Teaff, J., & Kablach, J. (1987). Psychological benefits of outdoor adventure activities. *Journal of Experiential Education*, 10(2), 43-46.

Tsai, J. T. (2002). *A comparative study of activity curriculum in two outdoor education centers*. Unpublished research report. Indiana University.

Warner, A. (1984). Using initiative games to assess group cooperation. *Journal of Experiential Education*, 7(1), 42-43.

Wiggins, J. S. (1973). *Personality and prediction: Principles of personality assessment*. Don mills, ON: Addison Wesley.

