高雄市立仁武高中（國中部）112學年度體育班課程發展計畫

在本校體育班發展特色中,為培養允文允武青年,特成立體育班,冀能提升校園運動風氣,亦能培養優又運動人材,為國爭光。

民國87年8月改制成完全中學,由教育局龔局長乾源擔任校長一職,並成立體育班,初期全校計有籃球、羽球及田徑隊等3隊。

體育班成立後,即履創佳績,期間並培育出眾多優秀之國家代表隊選手。於九十年本校獲選為高雄縣田徑、手球、籃球訓練中心,成為南部基層績優運動選手之搖籃。93年本校在行政院體委會補助下成立「田徑基層運動選手訓練站」,同年共獲高雄縣縣政府頒發「高雄縣績優體育團體」、校長龔乾源先生獲頒「體育有功人員」、簡招旺老師獲頒「績優教練」,邵浚偉同學獲頒「績優運動選手」。並且,從93年至今,每年皆獲選為體委會基層田徑運動選手訓練站。目前,全校計有田徑、羽球、手球、籃球及滑輪溜冰等項目,繼續以優良的師資和訓練環境培訓本縣優良體育人才。

一、課程目標

在基本理念引導下，參體育班設立目標，訂定以下五項課程目標，以協助學生學習與發展。

（一）啟發生命潛能

啟迪學習的動機，培養好奇心、探索力、思考力、判斷力與行動力，願意以積極的態度、持續的動力進行探索與學習；從而體驗學習的喜悅，增益自我價值感。進而激發更多生命的潛能，達到健康且均衡的全人開展。

（二）陶養生活知能

培養基本知能，在生活中能融會各領域所學，統整運用、手腦並用地解決問題；並能適切溝通與表達，重視人際包容、團隊合作、社會互動，以適應社會生活。進而勇於創新，展現科技應用與生活美學的涵養。

（三）促進生涯發展

導引適性發展、盡展所長，且學會如何學習，陶冶終身學習的意願與能力，激發持續學習、創新進取的活力，奠定學術研究或專業技術的基礎；並建立「尊嚴勞動」的觀念，淬鍊出面對生涯挑戰與國際競合的勇氣與知能，以適應社會變遷與世界潮流，且願 意嘗試引導變遷潮流。

（四）涵育公民責任

厚植民主素養、法治觀念、性別平等及權益、人權理念、道德勇氣、社區/部落意 識、國家認同與國際理解，並學會自我負責。進而尊重多元文化與族群差異，追求社會 正義；並深化地球公民愛護自然、珍愛生命、惜取資源的關懷心與行動力，積極致力於 生態永續、文化發展等生生不息的共好理想。

（五）提升運動競技

提高運動競技知能，涵養運動倫理，發展多元運動能力，增進競技體能及技術，提升運動競技水平，成為具備現代公民素養之優秀運動人才。

二、核心素養具體內涵

第四學習階段是學生身心發展的快速期，也是自我探索與人際發展的關鍵期，應持 續提升所有核心素養及競技運動能力，以裨益全人發展。尤其著重協助學生建立合宜的 自我觀念、進行性向試探、精進社會生活所需知能，同時鼓勵自主學習、同儕互學與團 隊合作，並能理解與關心社區、社會、國家、國際與全球議題。

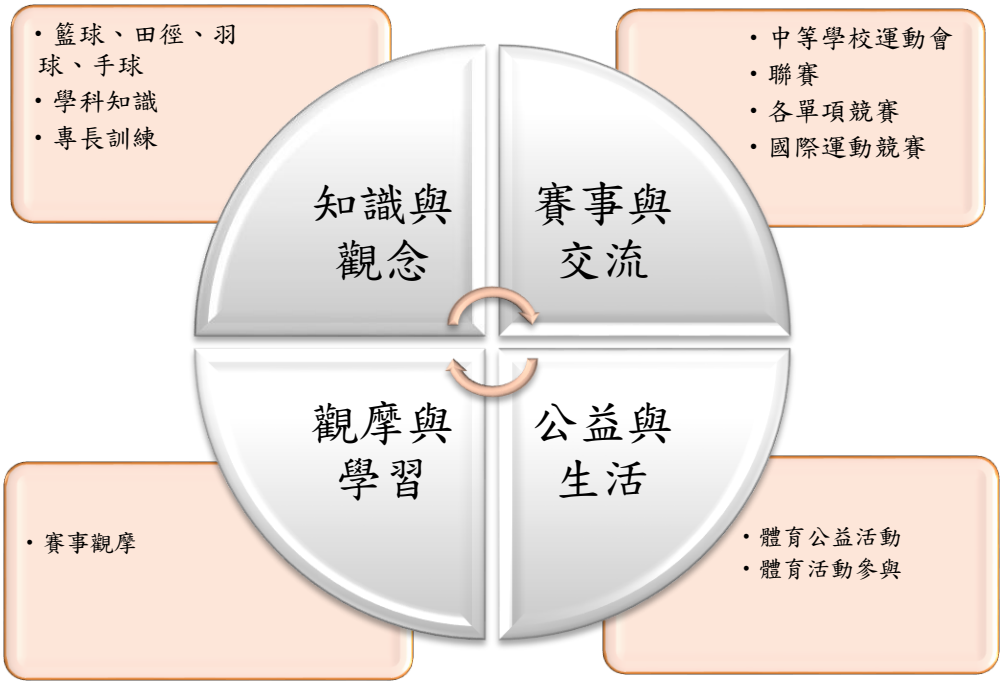
體育班核心素養係依循總綱各教育階段核心素養具體內涵，結合體育班基本理念與 課程目標之具體展現；並依學生個體身心發展狀況，各階段教育訂有不同核心素養及依 據各教育階段學習特性與體育專業課程性質，制定具體內涵。第四階段體育專業領域核 心素養具體內涵分列如下：

關鍵要素	核心素養面向	核心素養項目	項目說明	核心素養具體內涵 國民中學教育（體-J）
終身學習者	自主行動	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。	體-J-A1 具備增進競技體能、技術與 態度，展現自我運動潛能，探索自我 價值與生命意義，並積極實踐。

		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。	體-J-A2 具備理解競技運動的全貌， 並做獨立思考與分析的知能，進而運
		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	體-J-A3 具備善用競技運動的各項資 源，擬定運動計畫，有效執行並發揮
	B 溝通互動	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	體-J-B1 具備情意表達的能力，能以 同理心與人溝通互動，並理解競技運 動的基本概念，應用於日常
		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	體-J-B2 具備善用相關科技、資訊及 媒體，以增進競技運動學習的素養， 並察覺、思辨人與科技、資
		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	體-J-B3 具備審美與表現的能力，了 解競技運動在美學上的特質與表現 方式，以增進生活中豐富的美感
	C 社會參與	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	體-J-C1 具備生活中有關競技運動的 道德思辨與實踐能力及環境意識，並 主動參與公益團體活動，關懷社會。
		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	體-J-C2 具備利他及合群的知能與態 度，並在競技運動中培育相互合作及
		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、	體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的 涵養，關心本土與國際競技運動議 題，並尊重與欣賞其間的差異。

三、課程架構

體育班整體課程除「知識與觀念」外，尚包含「賽事與交流」、「觀摩與學習」、「公 益與生活」等各方面，其中「知識與觀念」部分為課程核心，分為普通學科課程和體育專業課程。課程架構如下圖所示:



（一）普通學科課程

1. 七、八、九年級應依據十二年國民基本教育體育班課程實施規範之課程規劃所列領域節數排課，以班級為單位集中式教學，課程內容與普通班無異。

2. 國民中學體育班之體育專業課程節數，每週以六節至十節為原則；另依新課綱規範，國民中學以每週八節為限。所需節數得由十二年國民基本教育體育班課程實施規範之課程規劃中調整使用。

3. 另將配合申請體育署學習輔導鐘點費補助案，以統籌運用在學生有需要（如出賽期間）、有特殊任務時，用於調整課務、補強學生基本學力等。

高雄市仁武國中新課綱體育班領域課程節數規劃表(112 學年)

學習領域/十二年國教			七年級		八年級		九年級	
			上學期	下學期	上學期	下學期	上學期	下學期
部定課程/正式課程	語文(8-9)	國語文	5	5	5	5	5	5
		英語文	3	3	3	3	3	3
		本土語	1	1	1	1		
	數學(4)		4	4	4	4	4	4
	社會(3)	歷史	1	1	1	1	1	1
		地理	1	1	1	1	1	1
		公民與社會	1	1	1	1	1	1
	藝術(2-3)	音樂	1	1	1	1	1	1
		視覺藝術	1	1	1	1	1	1
		表演藝術			1	1	1	1
	綜合活動(2-3)	家政	1	1	1	1		
		輔導	1	1	1	1	1	1
		童軍	1	1			1	1
	健康與體育(2-3)	健康教育	1	1	1	1	1	1
		體育	1	1	1	1	2	2
	自然科學(3)	生物	3	3				
		理化			3	3	2	2
		地球科學					1	1
	科技(1-2)	資訊科技	1	1	1	1	1	1
		生活科技	1	1	1	1	1	1
	特殊類型班級課程	體育專業課程(5)	5	5	5	5	5	5
	部訂學習節數(A)		33	33	33	33	33	33
校訂課程/彈性課程	類別	課程名稱	上學期	下學期	上學期	下學期	上學期	下學期
	其他類課程	班會	1	1	1	1	1	1
	特殊需求領域課程	專項運動戰術與應用	1	1	1	1	1	1
	校訂課程總節數(B)		2	2	2	2	2	2
每週學習總節數(A+B)		綱要規定節數	35	35	35	35	35	35

（二）體育專業課程

提供有關該項運動種類之體育專業課程（詳如體育班專業課程進度表），並依學生 能力設計教學活動，運用輔助教材，並實施多元評量。

1. 施教重點：

（1）加強體育專業之知能。

（2）強化體育表現之技能。

（3）提升學生健康及體適能，著重多元運動能力之發展。

2. 上課方式：

上課型態以混齡分類教學為主，並視需求進行個別教學、分組教學、團體教學等。分組教學依學生程度或戰術需求而有不同人數的組合，團體教學人數則為七、八、九年級體育班全體學生。

3. 專業課程內容與上課節數：

體育專業課程	七年級	八年級	九年級
田徑	6	6	0
羽球	0	6	0
籃球	6	6	6
手球	6	0	0

4. 評量方式

體育專業課程	適用年級	評量方式
田徑	七、八、九	定期/總結性評量:40%（實作評量、課堂觀察） 平時/形成性評量:60%（實作評量、口頭報告、課堂觀察）
羽球	七、八、九	定期/總結性評量:40%（實作評量、課堂觀察） 平時/形成性評量:60%（實作評量、口頭報告、課堂觀察）
籃球	七、八、九	定期/總結性評量:40%（實作評量、課堂觀察） 平時/形成性評量:60%（實作評量、口頭報告、課堂觀察）
手球	七、八、九	定期/總結性評量:40%（實作評量、課堂觀察） 平時/形成性評量:60%（實作評量、口頭報告、課堂觀察）

5. 輔助教學活動

（1）每年定期參與國內外各項賽事、文化交流友誼賽、移地訓練等，以賽代訓。

（2）爭取辦理各項講習或競賽，並鼓勵學生參與或觀摩，擴展學生視野。

（3）參與體育公益活動、特教融合活動，培養學生具備接納多元文化的涵養。

（4）要求生活管理、行為規範，培育與人相互合作與和諧互動的素養。

（5）協助校內大型運動賽事，培養服務精神與團隊合作的默契。

四、空間設備

名稱	現有數量	設備及用途說明
體育班教室	3 間	學科上課用
田徑場	1 處	專業課程訓練用
體育館	1 處	羽球及籃球專業課程訓練用
室外籃球場	1 處	籃球專業課程訓練用
重量器材室	1 間	羽球及田徑專業課程訓練用
運動防護室	1 間	選手運動防護貼紮、傷害治療及恢復

五、親師互動

（一）學校依規定成立「體育班發展委員會」，由校長召集相關人員組成，擬定體育班課程發展計畫，並定期召開會議，了解體育班相關運作情形。108 學年度起，依十二年國教體育班課程實施規範，體育班發展委員會應下設「體育班課程規劃小組」且由教務處主辦、學務處協辦，負責體育班課程設計與發展相關事宜。

（二）每學年度除配合學校外，亦不定期召開班級親師座談會，提供親師互動機會，促進家長彼此間的經驗分享與交流。

（三）導師隨時與家長保持密切聯繫，讓家長能確實掌握學生在校學習情形。

（四）邀請家長參與體育班各項活動及賽事，讓家長自然融入溫馨的體育班大家庭！

六、未來展望

透過不同的學習重點與實踐方式，讓學生透過課程，落實十二年國民基本教育「自發」、「互動」與「共好」的課程理念，以臻全人教育之理想。

（一）以學生為主體，教導學生覺知各種運動與生活情境，引導學生認識體育專業課程，培養個人成為具運動參與興趣、多元運動能力，使身體及心理均衡發展之運動人 才，並以正向積極的態度面對人生。

（二）強調個人、團體及競技訓練環境的溝通思辨，培養學生透過體育專業領域課程學習的歷程，能與他人互動且相互合作的目的。

（三）以行動力進行專業運動訓練，在課程中施以專業體育及運動教育，輔導其適性發展與社會參與，培育運動專業人才。

學生是自發主動的學習者，學校教育應善誘學生的學習動機與熱情，引導學生妥善 開展與自我、與他人、與社會、與自然的各種互動能力，並鼓勵學生探索與規劃生涯發 展使之不受性別之限制，重視性別與身心障礙者參與競技運動之權益，協助學生應用及 實踐所學、體驗生命意義，願意致力社會、自然與文化的永續發展，共同謀求彼此的互 惠與共好，以有效促進學生生涯發展。