

談十二年國教體育班課程綱要 草案的修訂理念與內容

曾瑞成 玄奘大學通識教育中心副教授

邵心平 中華大學體育室副教授

前言

我國體育班的發展歷經運動代表隊、體育實驗班、重點發展項目學校至體育班等四個階段，而體育班課程則至民國97年12月教育部發布「高級中等學校體育班課程綱要」，始成為我國第一次正式公告之體育班課程綱要（以下簡稱體育班課綱）。民國103年11月教育部公告「十二年國民基本教育課程綱要總綱」（以下簡稱《總綱》），在附則中規範「依據特殊教育法、國民體育法、藝術教育法及相關法

規，特殊教育學生與體育班、藝術才能班及科學班等特殊類型班級學生之部定及校訂課程均得彈性調整（包含學習節數／學分數配置比例與學習內容），並得於校訂課程開設特殊需求領域課程，惟不應減少學習總節數（教育部，2015）。同時依據教育部體育署公告之102學年度學校體育統計年報資料顯示，我國中等以下學校體育班計有國小181校、國中311校、高中140校，共計達632校（教育部體育署，2014），影響層面廣大。教育部

於民國103年11月28日發布《總綱》，並持續修訂各領域課程綱要之際，體育署乃委託國立臺灣師範大學配合修訂十二年國教體育班課綱，本次完成之十二年國教體育班課綱草案，俟教育部審查通過後實施，完成十二年國教體育班課綱之法制化。為使各級學校對新修訂之體育班課綱能有清楚之認知，本文在教育補審查通過之前，對十二年國民基本教育體育班課程綱要之修訂理念與內容加以說明，供各體育班學校參考，並提出建言

十二年國教體育班課程綱要的修訂理念

一、以培養具備現代公民素養的優秀運動選手為目標

高級中等以下學校之體育班學生，基本上其教育目標均設

定與一般學生相同，不同者在於開發體育班學生之運動潛能，以達適性發展之教育目標；亦即體育班學生以：（一）培養基本學力；（二）落實生活教育；（三）發揮運動潛能，此三點為教育目標。在此目標之下，尚處發育階段之國民小學學生，運動潛能與興趣皆宜多元發展，因此各學習領域課程均與一般學生一致，完全採用十二年國教課綱之內容，運動專長則以彈性學習時間與課外時間從事訓練。國民中學階段之身心發展與運動潛能亦屬發展階段，因此有關基本學力之語文、數學、自然與社會領域皆與一般學生相同，僅將健康與體育、藝術與人文及綜合活動的學習領域時數修改為2-3小時、科技修改為1-2小時，賦與各級學校體育班安排專項訓練之彈性

空間。高中階段則秉持：（一）提昇一般基礎學科能力；（二）培養兼具體能、技能與心智能力之運動選手；（三）課程納入運動科學與運動人文；（四）滿足競技運動資優教育之理念；（五）規劃專項競技運動之專業學科、專項術科、運動訓練與比賽之統整課程。

二、符合國際培養優秀運動學生選手之趨勢

在修訂十二年國教體育班課綱之前，規劃小組針對中國大陸、日本、韓國、俄羅斯、澳洲、匈牙利及法國等國家培育優秀學生運動選手制度之探討，歸納出各國大致有下列趨勢：

（一）各國在培育優秀運動選手時，均以一般學科與專長訓練並重之方向實施；（二）各國在培育優秀運動選手的課程架構，大

致以一般科目占三分之二，專長訓練占三分之一之比例規劃課程；（三）各國正式課程之專長訓練時間，每天以3小時為多數；（四）各國之優秀運動選手學生，多能於課餘時間從事自主訓練；（五）在體育專項學科的安排上，體育高中學生除了一般科目之學習外，多數還安排體育學概論、運動科學、運動傷害等相關之專業運動課程；（六）訂定最低學力參賽標準，以保障學生基本學力；（七）多元整合教練、運動傷害防護員與心理諮商師等資源輔導學生運動員；（八）高中階段納入職業體系，培養學生就業能力。以上理念均納入本次修訂十二年國教體育班課綱之重要參酌。

三、回應高級中等以下學校體育班對體育班課程之需求

本次十二年國教體育班課綱修訂時，除辦理北、中、南、花蓮與臺東之座談會，並於草案完成後辦理北、北、中、南四場次之公聽會，蒐集各級學校意見並具體回應，將可行意見納入課綱，例如技術型高級中等學校建議規劃職業類別之課程綱要，本次十二年國教體育班課綱即規劃技術型高級中等學校體育班課綱，具體回應教學現場需求。同時明確規範各級學校專項訓練之領域時間，以利落實高級中等以下體育班設置辦法之相關規範。

四、訂定專項術科課程規劃，以利整合日後技術訓練

由於目前各級學校體育班之專項訓練沒有規劃課綱作為依

據，各校教練各自訓練，自然產生各校技術訓練程度之差異，導致部分優秀選手入選國家代表隊之後，在整合選手之技術訓練時，產生落差，影響整體技術之提升。因此為有利整合各級學校體育班專項運動訓練之綱要，本次十二年國教體育班課綱亦選擇奧亞運重點項目，訂定課程綱要，規劃各運動種類各階段適合之運動技術程度，避免過度訓練與職業化訓練，以利長遠發展。

（國立臺灣師範大學體育研究與發展中心，2016）

十二年國教體育班課綱草案之修訂內容

在經過規劃委員會依據體育班分區座談會、蒐集國際趨勢與辦理分區抗綱草案公聽會之程序後，完成之十二年國教體育班

課綱重要內容，陳述如下：

一、國民小學及國民中學階段

（一）課程規劃

國民小學及國民中學部定課程及校訂課程之規劃，如表1所示。

二、高級中等教育階段

（一）普通型高級中等學校

高級中等學校體育班的整體課程規劃，如課程類別、領域/科目及學分數、授課年段與學分配置等，如表2所示。

（二）技術型高級中等學校

技術型高級中等學校的課程類別、領域／科目及學分數、授課年段與學分配置，如表3所示。

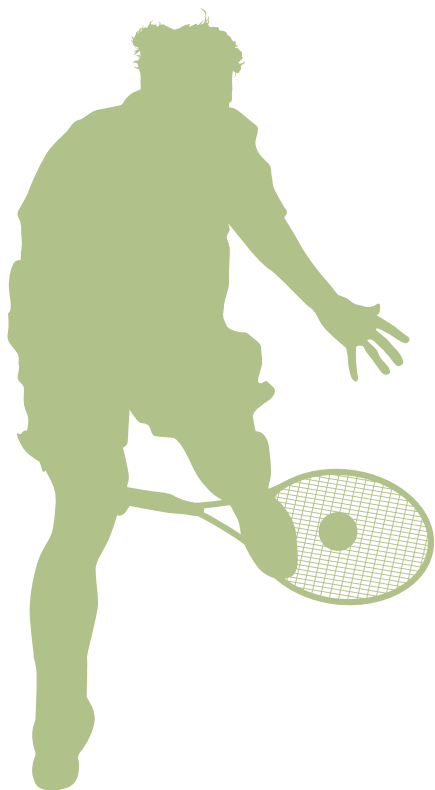
表1到表3關於十二年國教體育班課綱之內容，係依據《總綱》相關規範及納入發展學生運動潛能課程規劃而成，各級學校

於實施之際如有發現不足之處，則可參酌《總綱》之相關內容實施，亦可以透過體育班課程中心處理。

結語

整體而言，本次十二年國教體育班課綱之規劃，為高級中等以下學校體育班課程完成法制化之程程序，在普通型高中階段屬於修定性質，在技術型高中與國民中小學階段屬於訂定之性質，同時由於十二年國教體育班課綱係建立於《總綱》之上，並納入專項訓練課程而成，內容具有97年教育部發布之「高中體育班課程綱要」之性質，因此，各級學校體育班均應依據此課程綱要規劃體育班所有學習領域之課程，並落實實施，以提升學生之基本學力，培養健全身心與發展

運動潛能。各校應於課程綱要規範之學習領域時間範圍內規劃課程，不宜偏重某升學學習領域而忽略其他非升學學習領域，更不宜忽略專項運動訓練課程，借體育班之名而行能力編班之實；或過度偏重專長訓練而忽略基本學力之提升與生活教育之落實。



參考文獻

教育部體育署（2014）。學校體育統計年報。臺北市：作者。

教育部（2015）。十二年國民基本教育課程綱要總綱。臺北市：作者。

國立臺灣師範大學體育研究與發展中心（2016）。十二年國民基本教育體育班課程綱要結案報告。臺北市：作者。

更正啟事

《學校體育雙月刊》152期文章〈守護運動幼苗——運動防護員與學校專任運動教練的協作機制〉，作者來函更正。該文的作者為「王偲潔/國立臺東大學附屬體育高級中學運動防護員、林文蘭/國立清華大學社會學研究所助理教授」，編輯部代為刊登說明。

表1 國民小學及國民中學課程規劃（單位：每週節數）

教育階段 階段 年級 領域/科目			國民小學						國民中學		
			第一學習階段		第二學習階段		第三學習階段		第四學習階段		
			一	二	三	四	五	六	七	八	九
部定課程	語文		國語文（6）		國語文（5）		國語文（5）		國語文（5）		
			本土語文/ 新住民語文（1）		本土語文/ 新住民語文（1）		本土語文/ 新住民語文（1）				
					英語文（1）		英語文（2）		英語文（3）		
	數學		數學（4）		數學（4）		數學（4）		數學（4）		
	社會		生活課程 （6）		社會（3）		社會（3）		社會（3） （歷史、地理、 公民與社會）		
	自然科學				自然科學（3）		自然科學（3）		自然科學（3） （理化、生物、 地球科學）		
	藝術				藝術（3）		藝術（3）		藝術（2-3） （音樂、視覺藝術、 表演藝術）		
	綜合活動				綜合活動（2）		綜合活動（2）		綜合活動（2-3） （家政、童軍、輔導）		
	科技										科技（1-2） （資訊科技、生活科技）
	健康與體育		健康與體育（3）		健康與體育（3）		健康與體育（3）		健康與體育（2-3） （健康教育、體育）		
	領域學習節數		20節		25節		26節		25-29節		
校訂課程	彈性學習	統整性主題/專題/ 議題探究課程		2-4節		3-6節		6-9節		6-10節	
		社團活動與技藝課程									
		特殊需求課程									
		其他類課程									
學習總節數			22-24節		28-31節		32-35節		31-35節		

資料來源：國立臺灣師範大學體育研究與發展中心（2016）

表2 高級中等學校體育班領域／科目及學分數（單位：每週節數）

類別		領域/科目及學分數			建議授課年段與學分配置						備註	
名稱		名稱		學分	第一學年		第二學年		第三學年			
					一	二	一	二	一	二		
部定必修	一般科目、專業科目	語文	國語文	20	16				4		1.各領域／科目授課年段與學分配置依據領域綱要，由體育班發展委員會擬定，報請學校課程發展委員會通過後實施。 2.國語文部定必修含中華文化基本教材 2 學分。 3.數學部定必修課程於第二學年設計兩類課程，學生依適性發展之需要，應選擇一類修習。 4.自然科學領域每科至少須修習 2 學分。 5.藝術領域每科至少須修習 1 學分。 6.生命教育、生涯規劃每科至少須修習 1 學分。 7.「家政」、「科技領域」、「健康與護理」至少修習 2 科，共 4 學分。 8.運動學概論包含運動傷害防護、運動倫理、運動科學、運動人文、運動禮儀等課題概述。 9.體育專項術科由各校依所設運動類別自行訂定，並得在總學分不變下自行調整學分數。	
			英語文	18	16				2			
		數學	數學	16	8	8 (分類課程)						
			社會	歷史		18	6					
		地理		6								
		公民與社會		6								
		自然科學	物理	12	2-4							
			化學		2-4							
			生物		2-4							
			地球科學		2-4							
		藝術	音樂	4	1-2							
			美術		1-2							
			藝術生活		1-2							
		綜合活動	生命教育	2	1							
			生涯規劃		1							
		科技	家政									
			生活科技		4	4						
		資訊科技										
		健康與體育	健康與護理									
			體育	4	4							
			全民國防教育	2	2							
			體育專業學科	運動學概論	2	2						
			體育專項術科	專項體能訓練	24	24						
		專項技術訓練	24	24								
		小計	150									
校訂必修	一般科目、專業科目										1.校訂必修課程由學校課程發展委員會依據學校願景與特色自主規劃開設。 2.校訂必修課程係延伸各領域／科目之學習，以一般科目的統整性、專題探究或跨領域／科目專題、實作（實驗）、探索體驗或為特殊需求者設計等課程類型為主。	
		小計	0-4									
選修	一般、專業科目	語文	國語文								1.選修包括加深加廣、補強性、多元選修課程，其相關課程說明及課程實施請見規劃說明。 2.學生需修習「跨領域／科目專題」、「實作（實驗）」或「探索體驗」等課程類型之相關課程至少合計 4 學分。若學生於校訂必修修習同類課程則可合併計算。 3.職涯試探係提供學生試探機會，可於選修課程開設，或融入各領域／科目之各類課程設計中。 4.特殊需求領域課程詳見實施要點。 競技運動綜合訓練應安排於寒、暑假實施，不列入各學期排課節數	
			本土語文									
			英語文									
			第二外國語文									
		數學										
		社會										
		自然科學										
		藝術										
		綜合活動										
		科技										
		健康與體育										
		競技體育	運動應用英語									
			運動科學概論									
			運動人文概論									
			專項戰術應用									
			競技運動綜合訓練		3※	6※	3※	6※	3※			
	跨領域/科目專題											
	實作及探索體驗											
	職業試探											
	特殊需求											
	選修學分數小計	26-30										
校訂必修及選修學分上限合計			30									
學分總計 (每週節數)			180 (30)	30 (30)	30 (30)	30 (30)	30 (30)	30 (30)	30 (30)	1.部定必修、校訂必修及選修課程可修習學分上限 180 學分。 2.國語文（含中華文化基本教材）部定必修及選修至少須 24 學分。 3.英語文部定必修及選修或加第二外國語文至少須 24 學分。 4.學生需修習「跨領域／科目專題」、「實作（實驗）」或「探索體驗」等課程類型之相關課程至少合計 4 學分。若學生於校訂必修修習同類課程則可合併計算。		
每週團體活動節數			12-18	2-3	2-3	2-3	2-3	2-3	2-3	六學期每週單位合計 12-18 節。		
每週彈性學習節數			12-18	2-3	2-3	2-3	2-3	2-3	2-3	六學期每週單位合計 12-18 節。		
每週總上課節數			210	35	35	35	35	35	35			

資料來源：國立臺灣師範大學體育研究與發展中心（2016）。

表3 技術型高及中等學校領域／科目及學分數（單位：每週節數）

課程類別		領域/科目及學分數		建議授課年段與學分配置						備註			
名稱				第一學年		第二學年		第三學年					
名稱		名稱	學分	一	二	一	二	一	二				
部定必修科目	一般科目	語文	國語文	16							1.「社會領域」包括「歷史」、「地理」、「公民與社會」三科，各校可依群科屬性、重大議題融入、學生生涯發展、學校發展特色、師資調配等彈性開設，學生至少修習二科以上。 2.「自然科學領域」包括「物理」、「化學」、「生物」三科，各校可依群科屬性、重大議題融入、學生生涯發展、學校發展特色、師資調配等因素彈性開設，學生至少修習二科以上。 3.「藝術領域」包括「音樂」、「美術」、「藝術生活」三科，各校自選二科共4學分。 4.社會、自然科學與藝術領域必修課程可研擬跨科之統整型、探究型或實作型課程2學分。 5.「綜合活動領域」包括「生命教育」、「生涯規劃」、「家政」、「法律與生活」、「環境科學概論」等五科，「科技領域」包括「生活科技」、「資訊科技」等二科，各校自選二科共4學分彈性開設。		
			英語文	12									
		數學	數學	8									
			社會	歷史	6								
		地理											
		公民與社會											
		自然科學	物理	6									
			化學										
			生物										
		藝術	音樂	4									
			美術										
			藝術生活										
		綜合活動	生命教育	4									
			生涯規劃										
			家政										
			法律與生活										
			環境科學概論										
		科技	生活科技	4									
	資訊科技												
	健康與體育	健康與護理	2										
		體育	4										
	全民國防教育		2								全民國防教育得規劃於假日或寒、暑假實施，前述時間實施之課程，每學分不低於18節課。		
	小計			64							各群依屬性不同得進行差異性規劃。		
	專業科目	體育專業學科	運動學概論	2								群共同專業科目，本群所屬之科別均應修習，計○○學分。 適用於○○技能領域○○。 群共同實習科目，本群所屬之科別均應修習，計○○學分。 適用於○○科、○○科。 適用於○○科、○○科。	
			體育專項術科	專項體能訓練	24								
				專項技術訓練	24								
		實習科目											
			○○技能領域										
			○○技能領域										
小計			50-72										
部定必修學分合計			114-136										
校訂必修	專題實作		2-4								各校視需要自行規劃，須包括特殊需求領域課程。		
	小計												
校訂選修											各校開設規定選修學分 1.2-1.5 倍之選修課程，供學生自由選修。 競技運動綜合訓練應安排於寒、暑假實施，不列入各學期排課節數		
	競技體育	運動應用英語											
		運動科學概論											
		運動人文概論											
		專項戰術應用											
		競技運動綜合訓練											
		3※	6※	3※	6※	3※							
	小計												
校訂必修及選修學分上限合計			44-78										
學分上限總計（每週節數）			180-192（30-32）	30-32（30-32）	30-32（30-32）	30-32（30-32）	30-32（30-32）	30-32（30-32）	部定必修、校訂必修及選修課程學分上限總計。				
每週團體活動節數			12-18	2-3	2-3	2-3	2-3	2-3	六學期每週單位合計 12-18 節。				
每週彈性學習節數			6-12	0-2	0-2	0-2	0-2	0-2	六學期總計需 6-12 節。				
每週總上課節數			210	35	35	35	35	35					

資料來源：國立臺灣師範大學體育研究與發展中心（2016）。