

體育班前導學校『綜高版』實務經驗分享

——以臺北市立大理高中為例

✍ 楊廣銓／臺北市立大理高級中學校長
廖元豐／臺北市立大理高級中學體育組長

前言

體育班課程綱要（草案）的制定，係提供高級中等以下學校體育班有課程規劃的依循。惟教育部直至 2008（民國 97）年底始發布「高級中等學校體育班課程綱要」，僅適用於高級中等學校體育班專用的課程綱要，當時的課程設計僅有普通高中的規劃模版，技術型高中、綜合型高中及國中小均無依學校類型設計的體育班課程模組。

2014（民國 103）年教育部體育署依據發布之「十二年國民基本教育課程綱要總綱（以下簡稱總綱）」，委託專業團隊研修制定「十二年國民基本教育體育班課程綱要（草案）」（以下簡稱本課綱草案），才真正提供國小第三學習階段、國中第四學習階段及高中職第五學習階段學校體育班針對各類型課程有其適用的依循，俟課程審議程序完成審查通過後實施。

體育署為瞭解本課綱草案於學校現場端實行的可行性評估，指定七所學校擔任體育班課程前導學校，進行課程規劃、實行、檢核及評估。本文將說明前導學校臺北市立大理高中體育班採取「綜高版」之課程規劃綜合說明，提供各校在規劃體育班課程時參考。

學校概述

本校創立於 1968（民國 57 年），校名「臺北市立大理女子國民中學」，僅招收女生；1991（民國 80）年改為「臺北市立大理國民中學」，為男女兼收之國中；1998（民國 87）年改制為「臺北市立大理高級中學」，附設國中部，辦理九年一貫課程、綜合高中課程及體育班，並開設學術學程及專門學程（觀光餐飲、資訊應用）等多元課程，

體育班國中部招收棒球、柔道及自由車；高中部招收棒球、柔道、角力。

本校綜合高中分學術學程及專門學程之課程規劃。學術學程主要是培養學生基礎學科能力。學習內容則依學生性向、興趣，配合大學多元入學方案，輔導學生選修適性課程。包括本國語文、外國語文、數學、社會、自然、藝術、生活、體育、活動、專門等十類領域科目。

專門學程（資訊應用學程）以培育優秀資訊基礎人才，傳授有關資訊處理之基本和實用技能，兼顧學生升學與就業之需求。訓練學生運用電腦做資料收集、整理、分析處理等能力，養成學生敬業、負責、勤奮、合作等優良職業道德，造就學生健全人格及適性發展。學習內容設有資訊處理、程式語言、計算機概論、計算機應用、網路原理、資訊專題等多樣課程，以滿足學生的適性探求，並配合商業類之基本理論與實務課程，如會計學、經濟學與商業概論等。

專門學程（觀光餐飲學程）以培養學生對於觀光餐旅科系與課程之了解，培養中西餐飲製作，及觀光飯店餐飲經營的實務與知識。教導學生擔任觀光餐飲事業之經營、服務及管理之專業人力，為未來大學科系與觀光餐旅產業奠定人才的基石。學習內容著重觀光餐飲製作實務，包括中西餐烹調、飲料與調酒等。觀光餐飲管理，包括餐飲服務技術、旅館管理、餐旅英文與會話等。商業基本課程，如會計學。

未來進路如選擇升學（升入大學/科大/專校）有以下管道：特殊選才、繁星推薦、申請入學、大學獨立招生、教育部保送考試（甄審、甄試）、大學指定考科考試、科大獨立招生、國防部 ROTC 大學儲備軍官訓練團。如就業選擇上：「資訊應用」學程可參加職業證照考試，擔任商業資訊、文書排版、動畫設計、多媒體設計、秘書、業務助理等所有使用資訊科技之各行各業相關工作；「觀光餐飲」學程可擔任觀光事業或大飯店之中、西餐烹飪人員、飲料調製員、餐飲服務員等工作。

課程設計理念

本校為使學生能提高學習動機與課程成就經驗，經校內體育班發展委員會研議，邀請體育班經營及教練團隊、觀光餐飲及資訊應用學程的教師進行座談，參考歷來體育班學生升學銜訓及退役就業進路分佈情形，從而務實檢視學生在學三年學習需求、未來升學進路及職涯規劃，選擇「綜高版」之學習類型安排課程及學分數，俾使學生能接受一般學科的基礎學習，並挑戰專門課程的證照考驗，同時也能接受體育專業課

程的合宜安排。本課程規劃表（表 1）經二次體育班發展委員會擬定後，送交課程發展委員會審議通過，報請教育部體育署核定後實施。目前適用對象為 107 學年度入學之高一新生。

表 1

臺北市立大理高級中學 108 學年度【綜高版】體育班課程規劃表（2018 年 11 月 20 日課發會通過）

類別		領域 / 科目及學分數			授課年段與學分配置					
					第一學年		第二學年		第三學年	
		名稱		學分	一	二	一	二	一	二
部定必修	一般科目	語文	國語文	8	4	4				
			英語文	8	4	4				
		數學	數學	8	4	4				
			社會	歷史	4	1				
		地理				1				
		公民與社會		1		1				
		自然科學	物理	4	1					
			化學			1				
			生物		1					
			地球科學			1				
		藝術	音樂	4			1	1		
			美術			1	1			
			藝術生活							
		綜合活動	生命教育	4						
			生涯規劃		1	1				
			家政							
	法律與生活									
	環境科學概論									
	科技	生活科技								
		資訊科技				1	1			
健康與體育	健康與護理	6	1	1						
	體育		2	2						
全民國防教育			2	1	1					
體育專業科目	體育專業學科	運動學概論	2					1	1	
	體育專項術科	專項體能訓練	24	4	4	4	4	4	4	
		專項技術訓練	24	4	4	4	4	4	4	
部定必修學分合計				98	29	29	11	11	9	9
校訂必修		專項戰術運用專題		12	1	1	3	3	2	2
校訂選修	一般、專精科目	語文選修	國文	16			4	4	4	4
			英文	8			2	2	2	2
		數學選修		16			4	4	4	4
		英語選修		8			2	2	2	2
		體育選修		2					1	1
		飲料調製	8			0	0	4	4	
				程式語言			0			0

(續上表 1)

類別		領域 / 科目及學分數		授課年段與學分配置					
				第一學年		第二學年		第三學年	
		名稱	學分	一	二	一	二	一	二
校訂選修	一般、專精科目	中餐烹調	8			4	4	0	0
		資訊處理						0	0
		自然科學探究與實作	2				1	1	
		家政	1					1	
		生活科技	1					1	
校訂必修及選修學分上限合計		82	1	1	19	19	21	21	
學分上限總計		180	30	30	30	30	30	30	
每週團體活動節數		12	2	2	2	2	2	2	
每週彈性學習節數		18	3	3	3	3	3	3	
每週總上課節數		210	35	35	35	35	35	35	

課程規劃實施與反思

一、技術證照導向

學生除專注於體育專業訓練及參賽外，修習專門課程取得餐飲或資訊證照，其效益在於明確之成果導向產出學習，即在學習目標明確下，學生在體育專長、基本學力之外，闢出第三條學習軌道，證照取得對於其未來職涯規劃及職場階段性工作有其助益，並能擴充其自身學習視野，儲備未來下一階段，包含就業與升學之精進能量。

二、學習餐飲課程

透過課程規劃及實務操作，認識觀光遊憩及餐飲實務，訓練生活知能、飲調及餐食烹飪技能，輔導學生於高二能取得「飲調丙級技術士」，高三能勇於挑戰取得「中餐丙級技術士」的專業證照，以回應證照導向的課程規劃目的，以致能建立對餐飲產業之認識，深化職涯學習。

三、學習程式語言課程

透過課程訓練基本邏輯思考，建立運算思維之理解與運用，培養操作程式元件之能力，搭配機器人、機器車硬體載具之使用，融入物理學、機械原理等，結合參數設定與內容調校等程式進階操作，引導學子建立運動科學之基本概念，開啟另一扇跨域統整學習之窗。

四、學習大數據 / 資料科學課程

結合新興領域學習趨勢，透過網路資料及新聞分析，探究大數據對未來生活之影響，幫助學生了解大數據隨時間變化，以及大數據重視關聯性更甚於因果性之概念。再者，透過電子試算表軟體操作，協助學生建置資料圖像化之理解能力，對於資料科學建立進階認知，期使未來在運動科學、運動管理、運動行銷等領域上，具備跨域思維與學習統整之基礎。

結語

體育班學生一直以來，所學課程都限縮在一般學科及體育相關學識，但是在教育現場和學生對談得知，大多數學生對於未來的學習或職涯規劃並非只走體育這條路，也有少部分同學是呈現空白的狀況。再者，體育班學生生性活潑樂觀，對於學習喜歡動態實作，如強迫學生乖乖地坐在教室死讀書或放任發呆、睡覺、看影片，對學生學習歷程實在是大打折扣，也浪費其寶貴的生命。

前導學校的試行，即因應學校師資結構、課程類型、部定及校訂學分數差異等條件，能使學校採行既有之師資、群科、學程課程提供合適之學習安排與適性發展。無論是餐飲、資訊、應用外語、美容美髮，還是動力機械群科課程，同時也嘗試推動普通班及體育班學生，依學校校本課程或校訂必修的特色發展，採取併班或跑班上課，其實皆可列為體育班課程規劃之整體考量，讓體育班學生的學習更活潑，更有學習動機與參與意願。期待學生在體育專業領域之外，能接觸不同於一般學科課程的探索與實作，取得未來職涯發展的基本能力與落實各項職前準備工作。

參考文獻

教育部（2018）。十二年國民基本教育體育班課程綱要（草案，審議中）。臺北市：教育部。