

# 體育班技術型課程試行經驗分享

## ——以新北市立鶯歌工商為例

✍ 吳昭儒／新北市立鶯歌高級工商職業學校體育組長

### 前言

新北市立鶯歌高級工商職業學校（以下簡稱本校）目前全校班級數，日間部 58 班、進修學校 6 班，合計 64 個班級。本校隸屬於技術型高中，設有陶瓷工程科、美術工藝科、廣告設計科、資料處理科、資訊科及綜合職能科，並於 99 學年度設立體育班，目前招收棒球、拳擊及女子排球等三個運動項目選手。

十二年國教課綱裡的「核心素養」，是指一個人為適應現代生活及面對未來挑戰，所應具備的知識、能力與態度。素養導向教學成為新課綱教學的重要目標，培養孩子自主學習、社會參與及溝通互動的能力。因此，體育班新課綱規劃也朝向這個方向目標前進。

本校因應十二年國民基本教育體育班課程綱要之推行，擔任技術型高中課程前導學校，自 107 學年度第一學期起試行技術型高中課程。本校體育班課程規劃以學生學習為主體，減少部定一般科目學分數，大幅增加校定選修特色課程，安排跨群科領域學習，重視體育班學生的技能學習和培養就業能力，並發展學校特色課程。雖然課程規畫初期，遭遇許多問題與挫折，本校逐項克服並順利執行技術型課程。半年來，體育班學生上課狀況良好，也學習到更多運動專項技術之外的課程，獲益良多。以下就本校執行體育班技術型前導學校的現況予以說明。

### 一、規劃的過程（設班初期）

本校體育班設立於 99 學年度，目前設有棒球隊、拳擊隊及女子排球隊。以培養學生專業學科及專項術科能力，提升基礎學科能力，培養運動倫理與人文素養，養成具備現代公民素養之優秀運動人才為目標。依據高級中等學校體育班課程綱要，授課

課程包括綜合活動、語文領域、數學、自然領域、社會領域、藝術領域、生活領域、健康與體育、體育專業學科、體育專項術科、全民國防教育等必修課程，及運動應用英語、運動科學概論、運動人文概論、專項運動戰術與應用、競技運動綜合訓練及其他彈性選修課程等選修課程。

然而，體育班課程規劃為了兼顧學科學習與專項訓練，排入所有課程後，學科授課時間縮減。例如：數學、物理、化學等學科課程，對普通高中學生而言，乃屬於教學時數高，且需回家自主複習之課程，遑論體育班學生下午接受專項訓練，尚有夜間專業訓練，長時間投入心力於專項運動，已身心俱疲，實際上無力完成學科作業甚或複習學科進度，且學生代表學校公假出賽期間，無法參與學習活動，明顯進度落後，導致學科學習熱誠低落，學習效果不如預期。

另一方面，課堂間學生的學習態度，亦間接影響授課教師的教學熱誠，且因本校三個代表隊學生公假出賽時間，輪流交錯，致使任課教師難以安排與掌握授課進度。考量學生學習狀況、學習態度及任課教師教學活動安排，本校體育班因應新課綱自發、主動、共好之理念及核心素養之目標，希冀教學活動模式改變，及提升學生學習意願為立基，重新思索發展體育班技術型高中課綱可能性，在體育班學生發展專項運動外，能透過專業類科課程及多元教學活動，增加多元思考及問題解決能力，提升學習意願及動機，培養學生帶著走的能力，達到最佳學習成效。

本校採用技術型高中課程考量因素

- (一) 升學需求：本校體育班設立七年來，學生升學管道以參加運動成績優良單獨招生居多，參加大學學測考試申請入學方式較少，意即高中三年所修習的一般課程無助於升學需求。
- (二) 學校屬性：本校為技術型高中，擁有多元的專業師資，場地及軟、硬體設備充足，可以提供體育班學生體育專項術科之外的學習，進而培養第二專長，做為未來生涯進路發展。
- (三) 特色課程：考量第二外國語的重要性，及棒球選手有機會至日本職棒發展，本校體育班開設日文特色課程，並積極與日本高校學生交流學習，提升體育班學生日語能力。

(四) 多元發展：為了培養體育班學生未來就業基本能力，本校開設文書處理及商業簡報等課程，並輔導學生參加丙級證照檢定。

## 二、體育班新課綱課程類型決議作業程序

- (一) 首先召開體育班發展委員會，討論確認新課綱課程類型。
- (二) 確認課程類型後，陳送課程發展委員會，經委員會委員討論後決議。
- (三) 課程發展委員會決議後，成立課程綱要規畫小組。
- (四) 課程綱要規劃小組研訂體育班領域 / 科目及學分數草案。
- (五) 體育班領域 / 科目及學分數草案陳送課程發展委員會審核。
- (六) 課程發展委員會審核修訂後之版本陳送校務會議討論決議。
- (七) 函送教育局（主管行政機關）核可。

## 三、體育班課程學分規劃與學習狀況

表 1

107 學年度第一學期體育班課表

| 星期<br>節次 | 星期一    | 星期二       | 星期三    | 星期四       | 星期五  |
|----------|--------|-----------|--------|-----------|------|
| 第一節      | 生活陶瓷實習 | 數學        | 基礎圖學實習 | 國語文       | 國語文  |
| 第二節      | 生活陶瓷實習 | 數學        | 基礎圖學實習 | 聽說讀寫五十音   | 國語文  |
| 第三節      | 繪畫基礎實習 | 音樂        | 基本設計實習 | 數位科技概論    | 英語文  |
| 第四節      | 繪畫基礎實習 | 聽說讀寫五十音   | 基本設計實習 | 數位科技概論    | 英語文  |
| 第五節      | 全民國防教育 | 專項運動戰術與應用 | 彈性學習時間 | 專項運動戰術與應用 | 體育   |
| 第六節      | 專項體能訓練 | 專項技術訓練    | 專項體能訓練 | 專項技術訓練    | 綜合活動 |
| 第七節      | 專項體能訓練 | 專項技術訓練    | 專項體能訓練 | 專項技術訓練    | 班級活動 |

表 2

體育班課程實施教師滿意度調查表

| 問題                             | 平均分數<br>(10 表示非常滿意) |
|--------------------------------|---------------------|
| 本學期對於體育班孩子的整體學習成效滿意度           | 7.29                |
| 本學期對於體育班孩子的整體學習態度滿意度           | 7.17                |
| 對於本校體育班新課綱技術型課程學分數規劃滿意度        | 8.58                |
| 對於本校體育班新課綱技術型課程內容規劃滿意度         | 8.54                |
| 體育班新課綱規劃技術型課程對於體育班學生職涯發展是否有幫助？ | 8.54                |

本問卷由任教體育班任課教師 8 位，匿名填寫，由以上數據可看出任課教師針對體育班學生學習狀況及新課綱課程規劃皆持正面及肯定態度。

表 3

體育班學生學習問卷調查 - 一般科目

| 問題              | 平均分數<br>(10 表示非常滿意) |
|-----------------|---------------------|
| 對於國文科整體學習滿意度    | 8.70                |
| 對於英文科整體學習滿意度    | 7.78                |
| 對於數學科整體學習滿意度    | 4.17                |
| 對於日文整體學習滿意度     | 6.57                |
| 對於音樂科整體學習滿意度    | 7.57                |
| 對於體育科整體學習滿意度    | 7.78                |
| 對於全民國防教育整體學習滿意度 | 8.04                |

本問卷由體育班一年級學生 25 位，匿名填寫，由以上數據可看出學生對於一般科目之整體學習皆表示滿意。其中數學課程因需花較多心力及時間演算題目，學生整體學習滿意度僅達四成。此數據再次顯示本校新課綱降低一般科目學分數之規劃方向正確。

表 4

體育班學生學習問卷調查 - 技術型課程科目

| 問題              | 平均分數<br>(10 表示非常滿意) |
|-----------------|---------------------|
| 對於數位科技概論整體學習滿意度 | 7.65                |
| 對於繪畫基礎實習整體學習滿意度 | 7.74                |
| 對於基本設計實習整體學習滿意度 | 8.26                |
| 對於基礎圖學實習整體學習滿意度 | 7.35                |
| 對於生活陶瓷實習整體學習滿意度 | 7.22                |
| 對於彈性學習課程整體學習滿意度 | 7.26                |

本問卷由體育班一年級學生 25 位，匿名填寫，由以上數據可看出學生對於技術型專業科目之整體學習滿意度達到七成以上。

表 5

體育班技術行課程學分表

| 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     | 語文          | 國語文    | 16    | 3         | 3  | 3    | 3  | 2    | 2  | <p>可依群科屬性、學生生涯發展、學校發展特色彈性調減至 4 學分，合計為 4-8 學分</p> <p>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、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，合計為 6-10 學分，學生至少修習二科以上。</p> <p>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、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，合計為 4-6 學分，學生至少修習二科以上。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> |   |
|          |             | 英語文    | 12    | 2         | 2  | 2    | 2  | 2    | 2  |   |   |
|          | 數學          | 數學 A   | 4     | 2         | 2  |      |    |      |    |   |   |
|          |             | 歷史     | 2     |           |    |      |    | 2    |    |   |   |
|          | 社會          | 地理     | 2     |           |    |      |    |      | 2  |   |   |
|          |             | 公民與社會  | 2     |           |    | 2    |    |      |    |   |   |
|          | 自然科學        | 物理     | 2     |           |    | 2    |    |      |    |   |   |
|          |             | 化學     | 2     |           |    |      | 2  |      |    |   |   |
|          |             | 生物     | 2     |           |    |      | 2  |      |    |   |   |
|          | 藝術          | 音樂     | 2     | 1         | 1  |      |    |      |    |   |   |
|          |             | 美術     | 2     |           |    |      |    | 1    | 1  |   |   |
|          | 一般科目        | 綜合活動   | 生命教育  | 2         |    |      |    |      | 2  |   |   |
|          |             |        | 生涯規劃  | 2         |    |      |    |      |    |   | 2 |
|          | 部定必修        | 健康與體育  | 健康與護理 | 2         |    |      |    |      | 1  |   | 1 |
|          |             |        | 體育    | 4         | 1  | 1    | 1  | 1    |    |   |   |
| 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     |           |    |      | 2  |      |    |   |   |
|          |             | 專項體能訓練 | 24    | 4         | 4  | 4    | 4  | 4    | 4  |   |   |
|          | 體育專項術科      | 專項技術訓練 | 24    | 4         | 4  | 4    | 4  | 4    | 4  |   |   |
| 部定必修學分合計 |             |        | 110   | 18        | 18 | 20   | 18 | 18   | 18 | 各群依屬性不同得進行差異性規劃   |   |
| 校訂必修     | 專題實作        |        | 3     |           |    |      |    | 3    |    |   |   |
|          | 小計          |        | 3     | 0         | 0  | 0    | 0  | 3    | 0  |   |   |

(接續上表5)

| 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          | 專業科目        | 數位科技概論       | 4         | 2       | 2       |         |         |         |                               |                                   |
|               |             | 設計與生活美學      | 2         |         |         |         |         |         | 2                             |                                   |
|               | 實習科目        | 繪畫基礎實習       | 4         | 2       | 2       |         |         |         |                               |                                   |
|               |             | 基本設計實習       | 4         | 2       | 2       |         |         |         |                               |                                   |
|               |             | 基礎圖學實習       | 4         | 2       | 2       |         |         |         |                               |                                   |
|               |             | 數位影像處理實習     | 4         |         |         |         |         | 2       | 2                             |                                   |
|               | 數位科技應用      | 6            |           |         | 3       | 3       |         |         |                               |                                   |
| 校訂選修          | 實用科目        | 立體造形設計實習     | 3         |         |         | 3       |         |         |                               |                                   |
|               |             | 立體造形實作       | 3         |         |         |         | 3       |         |                               |                                   |
|               |             | 資訊應用多媒體製作與應用 | 6         |         |         |         |         | 3       | 3                             |                                   |
|               | 商用日文        | 聽說讀寫五十音      | 12        | 2       |         |         |         |         |                               | 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 |
|               |             | 日語基礎發音       |           |         | 2       |         |         |         |                               |                                   |
|               |             | 日語基礎會話       |           |         |         | 2       |         |         |                               |                                   |
|               |             | 生活日語會話       |           |         |         |         | 2       |         |                               |                                   |
|               |             | 日語文法與閱讀      |           |         |         |         |         | 2       |                               |                                   |
|               |             | 日語閱讀與書寫      |           |         |         |         |         |         | 2                             |                                   |
|               | 電腦文書處理      | 生活理財         | 4         |         |         | 2       | 2       |         |                               | (電腦文書處理、生活理財) 2 選 1               |
|               |             | 電腦商業簡報       | 4         |         |         |         |         | 2       | 2                             | (電腦商業簡報、電腦硬體裝修) 2 選 1             |
|               |             | 電腦硬體裝修       | 4         | 2       | 2       |         |         |         |                               |                                   |
|               |             | 生活陶瓷實習       | 4         | 2       | 2       |         |         |         |                               |                                   |
|               |             | 人際關係與溝通技巧    | 1         |         |         |         |         |         | 1                             | (人際關係與溝通、品德與法治教育) 2 選 1           |
| 品德與法治教育       | 品德與法治教育     | 1            |           |         |         |         |         |         |                               |                                   |
|               | 競技體育        | 運動健康管理       | 2         |         |         | 2       |         |         |                               |                                   |
|               |             | 專項運動戰術與應用    | 12        | 2       | 2       | 2       | 2       | 2       | 2                             |                                   |
|               | 競技運動綜合訓練    |              | 3*        | 6*      | 3*      | 6*      | 3*      |         | 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 |                                   |
|               | 小計          | 79           | 14        | 14      | 12      | 14      | 11      | 14      |                               |                                   |
| 校訂必修及選修學分上限合計 |             | 82           |           |         |         |         |         |         |                               |                                   |
| 學分上限總計 (每週節數) |             | 192          | 32 (32)   | 32 (32) | 32 (32) | 32 (32) | 32 (32) | 32 (32) |                               |                                   |
| 每週團體活動節數      |             | 12           | 2         | 2       | 2       | 2       | 2       | 2       | 綜合活動 1 節，班會 1 節               |                                   |
| 每週彈性學習節數      |             | 18           | 3         | 3       | 3       | 3       | 3       | 3       | 必修科目不計學分                      |                                   |
| 每週總上課節數       |             | 210          | 35        | 35      | 35      | 35      | 35      | 35      |                               |                                   |

## 四、體育班排定技術型課程可能遭遇困境

### （一）師資問題

職業類科專業課程需由專業教師協助，專業教師是否願意為體育班學生量身訂作課程，且考量體育班學生之能力及學習狀況，給予多元評量，亦或以職業類科學生之學習標準評量，尚須在接納與包容體育班學生的狀況為基礎上，多加理解及做好良性的溝通。本校在校長的大力支持與教務處的行政團隊努力與專業群科教師的溝通協調，各科在排除萬難之中協調出專業師資擔任體育班的授課教師。

### （二）場地設備

專業課程需使用之場地設備，需考量校內所有課程之規劃，以不影響原有職業類科學生之學習為原則。

### （三）刻板印象

普遍教師對於體育班學生的刻板印象，頭腦簡單四肢發達、學習態度不佳，因此影響擔任授課教師意願，我們只能不斷懇請老師並要求體育班學生學習態度，由自身做起逐漸改變任課教師的刻板印象，漸漸地有更多的老師願意擔任體育班地授課教師。

### （四）學習態度

「態度決定一切，品格決定高度」，透過不斷要求體育班孩子的學習態度與良好品格，不管是體育專業術科學習或是一般學科及專業科目，都要秉持專注認真的學習態度，養成良好的學習習慣，將會受用一生。

## 結語

高級中等學校體育班設立辦法（2018年5月11日）規定，學校為建立優秀運動人才一貫培訓體系，應依下列目標設立體育班：一、國民小學體育班：早期發掘具有運動潛能發展之學生，培育具運動參與興趣、多元運動能力、身體及心理均衡發展之運動人才。二、國民中學及高級中等學校體育班：供前一教育階段運動績優學生繼續

升學，施以專業體育及運動教育，輔導其適性發展，培育運動專業人才。高中體育班是培養國家優秀運動選手的重要階段，這個階段也是很多選手面臨人生轉折的重要考驗，不管是運動成績無法突破或是因為運動傷害結束運動生命，還是迫於現實要轉換跑道。一直以來，體育班所修習的課程都是一般科目，當選手必須轉換跑道時，回首過往所學到的學科知識無法提供就業的基本能力，必須從零開始，等於中學階段的三年時間白白浪費，對於運動的孩子真的是很大的傷害。十二年國教課綱裡的「核心素養」，要培養孩子適應現在生活及面對未來挑戰的知識、能力與態度。如果從高中體育班開始，讓孩子除了增進專項運動術科的能力，同時規劃以學生為主體的課程，安排技術型實用性課程，培養孩子基本的就業能力，當孩子從運動場上退役時，他們並不是一無所有，而能以最有效率的方式轉型成功。期待，體育班新課綱的改革能夠讓孩子們有更寬廣更多元的學習機會。