

國民中學體育課程規畫之實務探討

陳信志 新北市重慶國民中學教師

前言

由於現行國民中學體育班實施課程規劃時，呈現百花齊放之現象，對義務教育階段之學生造成何種影響，實無法預知，加上各縣市人力有限，恐亦無法督導各校體育班之課程規劃與實施，為使體育班學生之發展能符合義務教育階段之教育目標及奠定培育優秀運動人才之基礎，本文乃提出國民中學體育班課程規劃之理念與實務供各校參考。

體育班的發展概要

一、體育班的發展

我國自民國 60 年台灣省政府訂頒「台灣省公私立中等學校體育班設置計劃」設置體育班以來，即期望能透過集中訓練之方式，建立運動人才培養網，對具有潛能、優良運動記錄之人才，作有計劃之長期培訓。民國 65 年再訂定「重點發展學校單項運動辦法」，由台灣省

教育廳及台北市教育局遴選運動成績優良之中等學校，集中具有潛力之運動人員，作有計劃之長期訓練，以發展其優異之專長技術，為國爭光，實施項目則有田徑、體操、游泳及桌球等四項。重點發展單項運動辦法實施後，由於成效良好，於是逐年增加辦理學校及運動項目。而教育部亦於民國 73 年頒布「重點發展單項運動實施學校得依需要實施其他適當之編班方式」之行政命令與頒布「國民中小學體育教育實驗班」計畫，民國 95 年訂頒「教育部主管高級中等以下學校體育班設置要點」，高中以下體育班即依據上述法規運作。（曾瑞成 2008，274）依據學校體育統計年報之調查，98 學年度各縣市國中開設主管教育行政機關核定之體育班共計 246 校，約占整體 26.57%，並呈逐年成長之趨勢，體育班人數共 15,998 人，其中男生 10,294 人，女生 5,704 人，（學校體育統計年報 2011，11）詳細情形如表 1。

表1 98學年度縣市國中體育班開設統計表

縣市	開設體育班 校數	占各縣市 百分比	占全國學校 百分比 (N= 926)
台北市	26	31.71%	2.81%
高雄市	35	79.55%	3.78%
台北縣	9	10.47%	0.97%
宜蘭縣	1	4.55%	0.11%
桃園縣	21	35.00%	2.27%
新竹縣	3	9.68%	0.32%
苗栗縣	6	18.75%	0.65%
台中縣	13	25.00%	1.40%
彰化縣	26	61.90%	2.81%
南投縣	1	3.13%	0.11%
雲林縣	8	21.62%	0.86%
嘉義縣	11	44.00%	1.19%
台南縣	3	6.00%	0.32%
高雄縣	23	46.94%	2.48%
屏東縣	21	53.85%	2.27%
台東縣	4	19.05%	0.43%
花蓮縣	5	22.73%	0.54%
澎湖縣	1	7.69%	0.11%
基隆市	6	35.29%	0.65%
新竹市	1	5.26%	0.11%
台中市	11	36.67%	1.19%
嘉義市	2	16.67%	0.22%
台南市	9	37.50%	0.97%
金門縣	0	0.00%	0.00%
連江縣	0	0.00%	0.00%
總計	246		26.57%

資料來源：學校體育統計年報（2011）。

二、國中體育班課程規畫問題探討

我國高中以下體育班成立之後，其課程規劃始終未曾頒布法令依據，至民國 87 年始依據「特殊教育課程、教材及教法實施辦法」第五條及第六條規定，將運動專長訓練列入正式課程。民國 94 年體育班被排除適用特殊教法，教育部遂於民國 95 年訂頒「教育部主管高級中等以下學校體育班設置要點」，其中第八條規定：國民中小學體育班之課程，除依國民中小學九年一貫課程綱要實施外，應安排專項術科課程，每週以十節課為原則。由於該原則並無強制規定，以致各校課程呈百花齊放之狀態，尤其國民中學之專長訓練課程，各校之差異更為明顯。依據國內學者曾瑞成對國民中學體育班之研究，及其參與審查某些縣市國民中學體育班之課程規畫後，曾提出國民中學體育班存在下列現象：

- （一）專長訓練課排 3 天，其中兩天各排 2 節，一天連排 3 節，訓練形成週休四日。
- （二）每週領域時間僅排 3 節專長訓練課程或全週僅排 3 節專長訓練課程，專長訓練課程形同虛設。

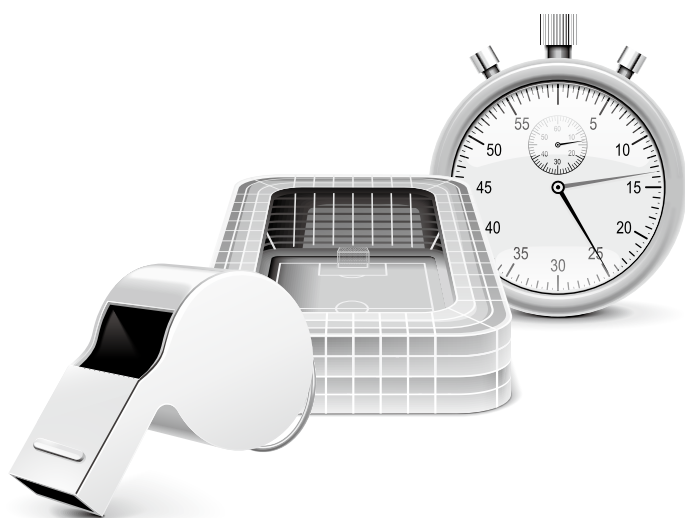
- (三) 每週每天下午第五、六、七節課均為專長訓練課程，訓練量有過多之虞。
- (四) 每週領域時間與九年一貫課程綱要七、八年級 28 節、九年級 30 節之規範不符。
- (五) 每週每天實施晨間訓練 2 小時，加上專長訓練課程 10 節，訓練量有過多之現象。
- (六) 每週每天實施晨間訓練，每週每天下午 5、6、7 三節課均為專長訓練課程。

上述現象，專項訓練課程有合乎情理者，但亦不乏專項訓練課程形同虛設或過重者，此外，尚有若干縣市之體育班，其專項課程之實施幾乎沒有成效者，因此如何規劃相對適當之課程，成為重要之議題。

體育班課程規畫之參考法規與理念

由上述體育班之發展中發現，98 學年度國中體育班人數即達 15,998 人，而其課程規劃實有部分仍須加以省思，本文即依據九年一貫課程綱要、教育部主管高級中等以下學校體育班設置要點，以及 2012 年教育部規劃之高級中等以下學校體育班設立標準及輔導辦法，提出規畫體育班課程規劃之法規與理念。

- 一、課程目標、學習領域與時間及學習總節數均宜以九年一貫課程綱要基本理念為依據國民中學為義務教育，體育班之學生自不例外，因此課程目標自然宜依據九年一貫課程之基本理念，以培養健全人格、民主素養、法治觀念、人文涵養、強健體魄及思考、判斷與創造能力、具有國家意識與國際視野之現代國民為目的。準此，國民中學體育班之課程規劃亦宜依據九年一貫課程綱要之學習領域與實施要點之相關規範辦理，即每週之學習領域時間為：七、八年級學習總節數 32-34 節、領域時間 28 節、彈性課程 3-6 節，九年級學習總節數 33-35 節、領域時間 30 節、彈性課程 3-5 節。學校課程發展委員會應依下列規定之百分比範圍內，合理適當分配各學習領域學習節數。



(一) 語文學習領域占領域學習節數之 20% -30%。但國民小學一、二年級語文領域學習節數得併同生活課程學習節數彈性實施之。

(二) 健康與體育、社會、藝術與人文、自然與生活科技、數學、綜合活動等六個學習領域，各占領域學習節數之 10% -15%。

(三) 學校應依前揭比例計算各學習領域之全學年或全學期節數，並配合實際教學需要，安排各週之學習節數（教育部，2005）。

二、專項訓練課程規畫與實施宜依據「教育部主管高級中等以下學校體育班設置要點」辦理

上述要點第八條規定：國民中小學體育班之課程，除依國民中小學九年一貫課程綱要實施外，應安排專項術科課程，每週以十節課為原則。前項專項術科之安排，得使用彈性學習節數；正式課程仍應依課程綱要七大學習領域學習節數百分比規範授課。（教育部，2006）準此，各校在安排專項術科訓練節數時，即應優先安排於彈性課程與空白課程時間，不足數再運用課餘時間。

三、參酌教育部最新訂定之「學校體育班設立標準及輔導辦法」之相關規範

教育部依據國民體育法第十三條第二項「高級中等以下學校為培育優秀運動人才，得提出計畫報經該主管教育行政機關核定後設體育班；其設班基準、員額編制、入學測驗、編班方式、課程教學、訪視評鑑、停辦及其他相關事項之辦法，由教育部定之」之規定，於本年度訂定「學校體育班設立標準及輔導辦法」，該辦法第十四條規定，國民中小學體育班之課程，除依國民中小學九年一貫課程綱要實施外，應安排專項術科課程，每週以 6 節至 10 節為原則，安排自第七節課起實施為原則，得由國民中小學九年一貫課程綱要所列之彈性學習節數中調整，並得以例假日或適當時間補足之。前項專項術科應以學生健康及體適能提升為主，著重多元運動能力之培養，專項運動訓練配置比例不得超過百分之 60。國民中小學體育班利用晨間辦理課業輔導，第十八條也規定：國民中學體育班實施九年一貫課程綱要健康與體育領域課程，應將運動營養、運動生理、運動傷害、運動禁藥管制及運動疲勞恢復等基礎運動科學內容納入授課範圍。同時規範體育班學生之一般學科及

體育學科課程學業成績以一百分為滿分，以六十分為及格，其它應遵行事項，依其相關規定辦理。前項學生學業成績未達成績考查及格者，學校應積極輔導並進行補救教學，至其成績考查及格始得同意其對外參賽。（教育部，2012）

體育班課程規畫之實務舉例

依據上述體育班課程規劃之法規與理念並參考過內辦理績優之國民中學體育班課程規劃，本文試擬國民中學體育班課程規劃，其中七年級與八年級之學習領域與時間及學習總節數一致，因此僅規劃七年級與九年級之課程，其課程時數與課表請見表 2、3：

上述課程實施時，係依據「學校體育班設立標準及輔導辦法」第十四條規定：專項術科課程，每週以 6 節至 10 節為原則，安排自第七節課起實施為原則，同時國民中小學體育班利用晨間辦理課業輔導，解決國民中學專項訓練後實施課後輔導成效欠佳之困境。

結語

由於現行國民中學體育班課程並無明確之規範，以致專項訓練課程有按部頒規定十節為原則者，有一星期僅實施三節者，也有每週每天實施三小時以上者，更有早上 6 點至 8 點實施晨間專項訓練者，實施情形可說百花齊放，不一

表2 七、八年級課程規劃表

	一	二	三	四	五
第一節	國文	數學	社（歷）	英語	自然
第二節	數學	自然	國文	社（地）	英語
第三節	綜（童）	英語	數學	綜（家）	數學
第四節	體育	國文	體育	國文	視覺藝術
第五節	英語	綜（輔）	表演藝術	音樂	健康教育
第六節	生活科技	社（公）	專長訓練	自然	專長訓練
第七節	專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練
第八節	專長訓練	專長訓練		專長訓練	

每週領域課程 28 節：國文 4、英文 4、數學 4、自然 4、社會 3、藝文 3、綜合 3、健體 3。
每週專長訓練 10 節。早自習為課輔時間。

表3 九年級課程規劃表

	一	二	三	四	五
第一節	數學	英語	社（歷）	英語	自然
第二節	國文	自然	國文	社（地）	國文
第三節	綜（童）	社（公）	數學	綜（家）	健康教育
第四節	體育	國文	體育	國文	視覺藝術
第五節	英語	綜（輔）	表演藝術	音樂	數學
第六節	生活科技	數學	綜（家）	自然	英語
第七節	專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練
第八節	專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練

每週領域課程 30 節：國文 5、英文 4、數學 4、自然 4、社會 3、藝文 3、綜合 4、健體 3。
每週專長訓練 10 節。早自習為課輔時間。

而足，其成效亦有值得省思之處。2012 年教育部依據新修訂之國民體育法訂定之「學校體育班設立標準及輔導辦法」，使體育班各項規範更為明確。本文即依據教育部訂頒之法規與實務經驗，提出國民中學體育班課程規劃之理念與實務，做為未來各校規劃之參考。

參考文獻

- 教育部（2005）。九年一貫課程綱要。台北市：作者。
- 教育部（2006）。教育部主管高級中等以下學校體育班設置要點。台北市：作者。
- 教育部（2012）。學校體育班設立標準及輔導辦法。台北市：作者。
- 曾瑞成（2008）。我國推動學校競技運動政策之研究。新竹：偉文。

