

# 修訂普通高級中學課程綱要「體育」Q&A

96.09.26 定稿

## 一、關於體育課程綱要之修訂理念

**Q1：為何要進行高中體育課程綱要的修訂？**

A1：

為落實 93 年 4 月「全國高中教育發展會議」發展更理想課程之共識，強化中小學課程的連貫與統整，銜接九年一貫課程綜合活動領域理念，以及橫向呼應普通高級中學體育科科理念與內涵，並激勵學校發展特色，賦予學校彈性自主空間，以及強化教師專業自主，乃修訂體育課程綱要。另外，95 課綱實施後，整合各界對 95 課綱意見，修訂更適合於現階段發展的綱要內容。

**Q2：高中體育課程綱要的修訂理念為何？**

A2：

本次普通高級中學體育課程綱要修訂理念如下：

(一) 銜接九年一貫課程之健康與體育領域理念

普通高級中學體育課程綱要修訂，強調與九年一貫健康與體育領域理念之銜接，以強化國小、國中、高中體育課程的連貫性。

(二) 融入各重要議題，與社會脈動相契合

為落實課程綱要的時代性，普通高級中學體育課程綱要修訂融入了生涯發展、生命教育、性別平等教育、法治教育、人權教育、海洋教育、環保教育、永續教育、多元文化教育及消費者保護教育等重要議題，供學生在學習脈絡中思考這些議題。

(三) 培養學生個人擅長的運動項目，力行動態生活，提昇生活品質

普通高級中學體育課程綱要修訂，強調培養學生個人擅長的運動項目，確立學生的運動嗜好，讓學生能積極參與動態活動，增進身體適應能力，提昇生活品質。

(四) 強調內容的完整性與彈性

普通高級中學體育課程綱要修訂，強調內容的完整性，同時為了符合各校自主的理念，在教材綱要與實施方法規劃了彈性空間，讓各高級中學能依照學校的發展需求，發揮學校本位特色。

**Q3：高中體育課程綱要的修訂特色為何？**

A3：

體育課程綱要各項修訂內容特色如下：

項目	特色
目標	1.國中小為培養運動能力，進入高中時期，需進一步培養學生的運動技能，建立終身運動的基礎。 2.強調延伸學生所具備的運動能力，增進運動技能。
核心能力	1.強調學生運動技能的提昇，培養學生具備個人專長運動的能力。 2.強調學生能主動參與動態生活，廣泛參與各種休閒活動，提昇個人健康狀況與生活品質。
教材綱要	1.強調學校本位體育課程發展，並以指標內涵闡述學生所要達到的能力範疇。各校課程發展委員會至少應規劃三種主要運動種類或項目，作為學校體育發展的核心教材內容，以建立學校體育發展特色。

項目	特色
	2.各校可依各校發展的特色與實際需求，選擇各校所要發展的方向，可在規定的範圍內，各校自行調配每類教材的百分比。 3.為能與中小學能力指標接軌，將分項指標與指標說明的措辭由原本有部分以教師為中心撰寫的部分改為以學生為中心來撰寫，以求更切合學生的能力指標。
實施方法	1.體育課可採行傳統的隨班授課方式，或是採行以學生為中心的體育課興趣選項方式，進行教學活動。主要是讓學生發展較為擅長的運動項目，促進學生終身運動的發展。 2.教材之編選應根據學生的身心發展條件與興趣、學生的體適能與運動基本能力、學校特色（如學校的運動場地、設備、師資、重點發展項目...等）慎選合宜教材。 3.進行教材編選時，各校必須成立體育科課程小組負責體育課程規畫。教師在開學前將課程計畫提交體育科課程小組討論後，再提學校課程發展委員會核定。 4.教學評量更具彈性，各校依課程綱要教學評量原則訂定百分比。

## 二、關於體育課程綱要之修訂原則

### Q4：高中體育課程綱要的修訂原則是什麼？

A4：

本次體育課程綱要修訂循「連貫」、「通識」、「適性」、「彈性」、「專業」及「民主」六大原則進行修正。

- (一) 連貫原則：為因應九年一貫課程變革，大學教育追求卓越趨勢，以及世界各國積極培育人才的潮流，高中課程發展應與國中、大學相互聯結。高中課程目標以生活、生計、生命的人生發展階段為範疇，生活階段著重生活素養，包含人文素養、藝術素養、科技素養、民主法治素養；生計階段強調生涯規畫，為選擇學術或職業奠基；生命階段重視尊重、關懷、創造。國民中小學課程目標以生活為主，佐以生計與生命。高中課程目標除延續生活發展任務之外，以生計為主，並輔以生命發展。
- (二) 通識原則：為提高學生素質與競爭力、培育廿一世紀的人才，應擬定中等教育後期學生必須具備共同的知識與能力。基本的共同素養，如團隊合作、社會關懷、民主法治素養、藝術素養、科技素養、解決問題能力、生涯規畫能力、創造思考能力、批判思考能力。
- (三) 適性原則：為切合學生不同的性向、興趣與能力，並符應生計發展的需求。高中課程應提供學生依其性向做不同的選擇，在課程設計方面應包含必修與選修，課程內涵宜有層次性，使學生得適性選擇，以利生計發展。高中課程亦應激發學生潛能，鼓勵學生追尋自我卓越、邁向自我實現。
- (四) 彈性原則：為落實學校本位理念，課程發展應強調課程綱要的彈性化、教材編輯與選用的多元化、學校本位課程的自主性，並賦予學校更多彈性自主空間，發展學校特色。

(五) 專業原則：課程發展宜先提升教師專業能力與專業精神，再賦予教師專業自主權。課程設計方面，不僅給予教師設計、改編、選擇、組織課程的權利，亦應要求教師善盡創新教學、多元評量以提高學生素質的義務。

(六) 民主原則：課程發展應採取多元參與、凝聚共識之民主模式，邀請學者專家、教育及學校行政人員、教師、學生、家長、民間團體以及民意代表等有關人員，共同參與研討，辦理公聽會、焦點座談會，擴大參與課程研討之機會。

### Q5：高中體育課程綱要的修訂重點為何？

A5：

體育課程綱要各項修訂內容重點如下：

項目	修訂重點
目標	1.強調運動技能的提昇，並與國中小的目標有層次的差別。 2.銜接九年一貫的課程目標。 3.延伸學生所具備的運動能力。
核心能力	1.強調學生體適能的提昇。 2.強化終身運動習慣與運動技能的養成。 3.培養學生力行動態生活，參與戶外活動，提昇生活品質。 4.強調運動倫理與良好的社會行爲。 3.強調學生正確運動概念與健康促進觀念的建構。
教材綱要	1.各類別教材內容設定為一定範圍的比例，給予各校有彈性發展的空間。 2.健康體適能類可融入到他類教材內容內，因此調降健康體適能類的比例。 3.戶外活動類因考量到有些學校有實質授課上的困難，固比例調整為0~10%。 4.能力指標參照九年一貫能力指標陳述方式，並參考國際主要國家學生能力發展層級。因此，調整分項指標與指標說明的用詞，並以學生為中心，訂定合適的指標內涵。
實施方法	1.各校可依據學校本位課程發展特色。 2.認知、技能與情意的評量比例可由各校於規定的比例範圍內彈性調整。

### 三、關於體育課程綱要之修訂過程

#### Q6：體育課程綱要有哪些人參與修訂？

A6：

體育課程綱要專案小組委員包括大學教授 8 名，高中校長、主任與教師 6 名，體育學者 1 名。體育科綱要修訂過程包括專案委員會、分區焦點座談會、分區公聽會、專案小組會議、聯席會議等，並邀體育學科中心代表參與研修，修訂過程兼顧理論與實務，充分吸納教師組織、家長組織及學生組織意見。

**Q7：體育課程綱要是如何進行修訂的？**

A7：

體育課程綱要修訂自 96 年 4 月至 96 年 9 月，六個月期間召開了四次專案委員會會議、六次小組會議、三區專家學者焦點座談、邀請專家學者審核體育課程綱要、三區邀請各界人士之公聽會、一次網路徵詢意見與一次聯席會議，詳細修訂流程如下：

會議名稱	時間	地點
第一次專案委員會會議	96 年 4 月 20 日 10：30～12：00	國立體育學院 504 會議室
第一次小組會議（目標與核心能力組）	96 年 5 月 3 日 19：00～21：00	國立台灣師範大學運動管理學會會議室
第二次小組會議（實施方法組）	96 年 5 月 4 日 14：00～16：00	南開技術學院休閒系會議室
第三次小組會議（時間分配與教材綱要組）	96 年 5 月 5 日 10：00～14：00	國立體育學院 504 會議室
第二次專案委員會會議	96 年 5 月 12 日 10：00～12：00	國立體育學院 504 會議室
南區焦點座談	96 年 5 月 15 日 14：00～16：00	國立中山大學體育館二樓會議室
中區焦點座談	96 年 5 月 17 日 14：00～16：00	國立台中第二高級中學翠英樓會議室
北區焦點座談	96 年 5 月 18 日 10：00～12：00	國立體育學院 504 會議室
第三次專案委員會會議	96 年 5 月 25 日 10：30～12：00	國立體育學院 504 會議室
第四次小組會議	96 年 6 月 1 日 14：00～17：00	國立體育學院 403 會議室
審核體育課程綱要三稿	96 年 6 月 1 日	國立台中教育大學、國立台南大學
第五次小組會議	96 年 6 月 8 日 14：00～17：00	國立體育學院 403 會議室
南區公聽會	96 年 6 月 12 日 14：00～16：00	國立中山大學體育館一樓會議室
中區公聽會	96 年 6 月 14 日 14：00～16：00	國立台中第二高級中學會議室
北區公聽會	96 年 6 月 15 日 9：00～11：00	國立體育學院國際會議廳
第六次小組會議	96 年 6 月 15 日 14：00～17：00	國立體育學院 403 會議室

會議名稱	時間	地點
第四次專案委員委員與諮詢會議	96年6月22日 10:30~12:00	國立體育學院行政大樓 504 會議室
審核體育課程綱要四稿	96年6月25日	國立高雄師範大學、新莊市裕民國小
上網徵詢意見	96年6月28日	<a href="http://140.116.223.225/98course/">http://140.116.223.225/98course/</a> ，各科專案小組專區下之「體育科」
聯席會議	96年9月17日	國立體育學院行政大樓 504 會議室

#### 四、關於體育課程綱要與 95 課綱之差異

**Q8：高中體育課程綱要與 95 課綱有何差異？**

A8：

課程綱要與 95 課綱各項差異內容如下：

- 1.課程目標方面：僅一些文字修正，強調學生運動技能的增進與運動倫理的培養。將「提升運動能力」改為「增進運動技能」；「培養運動道德」修改為「培養運動倫理」。
- 2.核心能力方面：配合課程目標，強調高中學生應發展個人擅長的運動項目、確立其運動嗜好與提升運動技能水準，並強調培養學生能確實執行終身運動計畫，以提升其身體適能，同時，也重視學生參與健康的休閒活動，享受運動樂趣，以提升生活品質。
- 3.時間分配方面：配合實際的需求做文字、語詞上的修正。
- 4.教材綱要方面：除了做文字與語詞上的修改之外，於教材內容增列遺漏的項目與其他，並做百分比的調整；各分項指標與指標內涵全部進行調整、歸納與整理，將原本以教師為中心的指標皆修正為以學生為中心的指標，原本以學生的中心的指標則調整其內容以符合學生的需求，主要教材內容則依據分項指標與指標內涵之內容規劃適切的主要教材內容。
- 5.實施要點方面：於前言部分增列「各校可依據學校本位課程發展特色，在體育課時採行傳統的隨班授課方式，或是採行以學生為中心的體育課興趣選項方式，進行教學活動，激發學生發展較為擅長的運動項目，落實學生終身持續運動的習慣」；教材編選做文字上的修正；教學方法除了做文字的修正，也將各項原則做順序的調整；教學評量則將比例修改為一定範圍之間，以符合各校實際的需求，並使課程綱要保有彈性；教學資源的各要項則進行順序的調整；各教材或單元間的聯繫與配合則做文字的修正。

#### 五、關於修訂課程綱要如何與 95 課綱的課程銜接問題及其補救方式

**Q9：體育課程綱要與 95 課綱之差異，課程銜接有無困難？若有困難如何補救？**

A9：

體育課程綱要與 95 課綱之差異在於賦予學校更多彈性自主與專業發展的空間，強調學校特性與發展特色、學校本位課程、保障體育課最低節數、彈性調整評量比例促使教學評量更為務實，對學生而言，強調學生運動技能的增進、執行終身運動計畫、享受運動樂趣與提升生活品質，體育科課程目前無銜接困難之問題，現階段尚無須採取補救措施。

**Q10：體育課程綱要與 95 課綱之差異，師資培育有無必要調整？若應調整如何處理？**

**A10：**

體育課程綱要與 95 課綱均強調：強調學校本位體育課程的建置，培養學生規律運動習慣，強化體適能，發展終身運動技能。建議未來體育科師資要具有下列關鍵能力如下，並針對不足部分，各師資培育單位與教師研習機構以予增能學習課程：

構面	內涵能力
1-1 課程 總綱 認知	1-1-1 瞭解新高中課程綱要修訂的理念
	1-1-2 瞭解新高中課程綱要之課程目標
	1-1-3 瞭解新高中課程綱要重視學校本位課程規畫
	1-1-4 瞭解新高中課程綱要實施必選修學分的內涵
	1-1-5 瞭解新高中課程在於銜接九年一貫課程與大學基礎教育
1-2 體育 綱要 認知	1-2-1 瞭解新體育課程綱要之基本理念
	1-2-2 瞭解新體育課程綱要之課程目標
	1-2-3 瞭解新體育課程綱要期望學生達到的五大核心能力與分項指標。
	1-2-4 瞭解新體育課程綱要的教材類別與配置比例
	1-2-5 瞭解新體育課程綱要教材內容，需融入新興議題（如生命教育、性別平等、海洋教育、法治、人權、環保...）
1-3 體育 專門 知識	1-3-1 瞭解基本的運動科學概論，如運動生理學、心理學、力學...等知識
	1-3-2 瞭解運動的歷史與演進
	1-3-3 瞭解基本的運動競賽規則（至少五種）
	1-3-4 瞭解運動保健與傷害的基本知識
	1-3-5 瞭解各種體育教材的特性與價值
	1-3-6 瞭解各種體育教學的原理與方法
	1-3-7 了解教導身心障礙學生運動的基本知識
	1-3-8 瞭解運動安全與風險的基本知識。
2-1 運動 指導 能力	2-1-1 具指導健康體適能的能力
	2-1-2 具指導新興休閒運動的能力，如登山、攀岩、直排輪、潛水、撞球、保齡球、帆船...等（至少一種運動項目）
	2-1-3 具有指導田徑運動的能力
	2-1-4 具有指導游泳運動的能力
	2-1-5 具有指導體操運動的能力
	2-1-6 具有指導球類運動的能力（至少三種）。
	2-1-7 具有指導舞蹈的能力
	2-1-8 具有指導民俗運動的能力
	2-1-9 具有指導自衛運動的能力（含跆拳道、空手道、柔道或國術等）
2-2 體育 課程 規畫	2-2-1 能依學校背景特質，規劃學校本位的體育課程
	2-2-2 瞭解體育課程發展委員會運作模式
	2-2-3 能依學生身心發展狀況，擬定學年與學期教學計畫。
	2-2-4 能依體育課程綱要教材編配比例，編選適當教材內容於教學活動。
	2-2-5 能依據體育課程之需要，規劃各種學校或班級的運動競賽與活動。

構面	內涵能力
2-3 體育 教學 策略	2-3-1 能針對學生的不同特性，運用多元化的體育教學方法與策略。
	2-3-2 能依課程需要，善用資訊媒體進行體育教學活動。
	2-3-3 能有效經營班級，營造良好的學習氣氛。
	2-3-4 能對身心障礙學生實施適應體育教學。
	2-3-5 依據課程需要，運用各種運動設施設備及自製教具，提昇學習效果
2-4 體育 教學 評量	2-4-1 能以觀察、紙筆、表演、比賽、口語、學習檔案等多元評量方式進行體育教學評量。
	2-4-2 能對學生健康體適能進行檢測、評估與建議。
	2-4-3 能對身心障礙學生進行教學評量
	2-4-4 能針對教學實施進行自我評鑑
2-5 運動 風險 管理	2-5-1 具有運動傷害處理能力
	2-5-2 具有急救能力。
	2-5-3 具有評估各項運動風險的能力
3-1 體育 教師 信念	3-1-1 具有良好的教育理念
	3-1-2 認同體育在學校教育中的價值
	3-1-3 能認同體育課程可促進學生的身心發展
	3-1-4 對體育教學工作充滿熱忱
3-2 教師 敬業 精神	3-2-1 能在體育課前進行各種教學準備工作。
	3-2-2 願主動參與學校本位體育課程建置
	3-2-3 關懷學生在體育課程中的學習表現
	3-2-4 願協助辦理校內外各種體育相關活動
3-3 專業 成長 動向	3-3-1 在教學工作之餘，積極參與校內、外體育相關進修與研習活動。
	3-3-2 主動運用各種研究方法，探討體育教學問題。
	3-3-3 主動研發創新的體育教學方法與策略，改進教學。

## 六、其他

**Q11：體育課程綱要中的體育科授課時數是否減少？**

A11：

體育課程綱要與 95 課綱的授課時數相同，並未減少。

**Q12：若有些教師覺察體育科綱要的授課時數不足，如何處理？**

A12：

體育科每週教學節數以二節為原則，每次上課以一節為原則，若因課程實施之需要，得連續上課二節，欲以每週二節達成體育科課程目標，確實需要學校完整的課程計畫、行政高效率的執行、教師高度專業與場地調配的充分結合，各校可因應實際需求，於課餘時間，安排運動會、健康操、校內外體育競賽與學校特色等活動。