

# 高雄市立青年國民中學 110 學年度體育班設班理念與目標

## 一、設班理念

本校體育班成立於民國 97 年，承接國小運動人才與發展區域運動，提供國中教育階段運動績優學生良好學習及訓練環境，施以專業體育及運動教育，輔導其適性發展，培育運動專業允文允武人才為設立宗旨，迄今已屆滿 13 年。

本校針對具有體育專項能力、性向及興趣的學生，安排接受專業訓練，希望學生結合部定學習課程、自身能力及學業需求，透過各項基本體能及專項課程，開發其學習潛能。本校體育班在學校與家長全力支援、師生努力下，體育班學生參加國內外各項競賽 成績斐然；學校對學生學科的基本學力更是不遺餘力，讓學生在各方面均能全方位發展。

未來，體育班課程亦將在符應總綱的原則與素養發展的前提下，透過體育專業領域課程，融入適合學生專項運動發展應有之核心素養，以求能在學習歷程中除適應現在生活及面對未來挑戰，所應具備的知識、能力與態度；更能發揮運動潛能，以完善之運動技能，迎接所有競技運動之挑戰。

## 二、課程目標

在基本理念引導下，參體育班設立目標，訂定以下五項課程目標，以協助學生學習與發展。

### (一) 啟發生命潛能

啟迪學習的動機，培養好奇心、探索力、思考力、判斷力與行動力，願意以積極的態度、持續的動力進行探索與學習；從而體驗學習的喜悅，增益自我價值感。進而激發更多生命的潛能，達到健康且均衡的全人開展。

### (二) 陶養生活知能

培養基本知能，在生活中能融會各領域所學，統整運用、手腦並用地解決問題；並能適切溝通與表達，重視人際包容、團隊合作、社會互動，以適應社會生活。進而勇於創新，展現科技應用與生活美學的涵養。

### (三) 促進生涯發展

導引適性發展、盡展所長，且學會如何學習，陶冶終身學習的意願與能力，激發持續學習、創新進取的活力，奠定學術研究或專業技術的基礎；並建立「尊嚴勞動」的觀念，淬鍊出面對生涯挑戰與國際競合的勇氣與知能，以適應社會變遷與世界潮流，且願意嘗試引導變遷潮流。

### (四) 涵育公民責任

厚植民主素養、法治觀念、性別平等及權益、人權理念、道德勇氣、社區/部落意識、國家認同與國際理解，並學會自我負責。進而尊重多元文化與族群差異，追求社會正義；並深化地球公民愛護自然、珍愛生命、惜取資源的關懷心與行動力，積極致力於生態永續、文化發展等生生不息的共好理想。

### (五) 提升運動競技

提高運動競技知能，涵養運動倫理，發展多元運動能力，增進競技體能及技術，提升運動競技水平，成為具備現代公民素養之優秀運動人才。

## 三、核心素養具體內涵

第四學習階段是學生身心發展的快速期，也是自我探索與人際發展的關鍵期，應持續提升所有核心素養及競技運動能力，以裨益全人發展。尤其著重協助學生建立合宜的自我觀念、進行性向試探、精進社會生活所需知能，同時鼓勵自主學習、同儕互學與團隊合作，並能理解與關心社區、社會、國家、國際與全球議題。

體育班核心素養係依循總綱各教育階段核心素養具體內涵，結合體育班基本理念與課程目標之具體展現；並依學生個體身心發展狀況，各階段教育訂有不同核心素養及依據各教育階段學習特性與體育專業課程性質，制定具體內涵。第四階段體育專業領域核心素養具體內涵分列如下：

關鍵要素	核心素養面向	核心素養項目	項目說明	核心素養具體內涵
				國民中學教育 (體-J)
終身學習者	A 自主行動	A1 身心素質 與自我進精進	具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，不斷自我精進，追求至善。	體-J-A1 具備增進競技體能、技術與態度，展現自我運動潛能，探索自我身心素質價值與生命意義，並積極實踐。
		A2 系統思考 與解決問題	具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考素養，並能行動與反思，以有效處理及解決生活、生命問題。	體-J-A2 具備理解競技運動的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決各項問題。
		A3 規劃執行 與創新應變	具備規劃及執行計畫的能力，並試探與發展多元專業知能、充實生活經驗，發揮創新精神，以因應社會變遷、增進個人的彈性適應力。	體-J-A3 具備善用競技運動的各項資源，擬定運動計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。
	B 溝通互動	B1 符號運用 與溝通表達	具備理解及使用語言、文字、數理、肢體及藝術等各種符號進行表達、溝通及互動的能力，並能了解與同理他人，應用在日常生活及工作上。	體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解競技運動的基本概念，應用於日常生活中。
		B2 科技資訊 與媒體素養	具備善用科技、資訊與各類媒體之能力，培養相關倫理及媒體識讀的素養，俾能分析、思辨、批判人與科技、資訊及媒體之關係。	體-J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。
		B3 藝術涵養 與美感素養	具備藝術感知、創作與鑑賞能力，體會藝術文化之美，透過生活美學的省思，豐富美感體驗，培養對美善的人事物，進行賞析、建構與分享的態度與能力。	體-J-B3 具備審美與表現的能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方式，以增進生活中豐富的美感體驗。
	C 社會	C1 道德實踐 與公民意識	具備道德實踐的素養，從個人小我到社會公民，循序漸進，養成社會責任感及公民意識，主動關注公共	體-J-C1 具備生活中有關競技運動的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團

參與		議題並積極參與社會活動，關懷自然生態與類永續發展，而展現知善、樂善與行善的品德。	體活動，關懷社會。
	C2 人際關係 與團隊合作	具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。	體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在競技運動中培育相互合作及與人和諧互動的素養。
	C3 多元文化 與國際理解	具備自我文化認同的信念，並尊重與欣賞多元文化，積極關心全球議題及國際情勢，且能順應時代脈動與社會需要，發展國際理解、多元文化價值觀與世界和平的胸懷。	體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際競技運動議並尊重與欣賞其間的差異。

### (一) 體育專業課程

提供有關該項運動種類之體育專業課程（詳如體育班專業課程進度表），並依學生能力設計教學活動，編製教材，並實施多元評量。

#### 1. 施教重點：

- (1) 加強體育專業之知能。
- (2) 強化體育表現之技能。
- (3) 提升學生健康及體適能，著重多元運動能力之發展。

#### 2. 上課方式：

上課型態以混齡分組教學為主，並視需求進行個別教學、分組教學、團體教學等。分組教學依學生程度或參賽次數而有不同人數的組合，團體教學人數則為七八九年級體育班全體學生。

#### 3. 專業課程內容與上課節數：

體育專業課程	七年級	八年級	九年級
田徑	6	6	6
籃球	6	6	6
舉重	6	6	6

#### 4. 評量方式：

體育專業課程	適用年級	評量方式
田徑	七、八、九	定期/總結性評量 40% 平時/形成性評量 60%
籃球	七、八、九	定期/總結性評量 40% 平時/形成性評量 60%
舉重	七、八、九	定期/總結性評量 40% 平時/形成性評量 60%

#### 4. 輔助教學活動(課程)

- (1) 定期參與國內外各項賽事。
- (2) 協助校內校慶運動會與各項賽事，培養勇於任事的態度。
- (3) 融合各項活動，培養學生具備接納多元文化的涵養。
- (4) 加強生活管理與規範，培養學生互助合作的精神。