

高英高級工商職業學校學生體育訓練實施辦法

95年9月 1日95學年度第1學期期初校務會議訂定通過
97年9月 1日95學年度第1學期期初校務會議修訂通過
99年8月27日99學年度第1學期期初校務會議修訂通過
104年8月28日104學年度第1學期期初校務會議修訂通過
106年8月29日106學年度第1學期期初校務會議修訂通過
108年8月29日108學年度第1學期期初校務會議修訂通過
110年9月01日110學年度第1學期期初校務會議修訂通過
111年8月29日111學年度第1學期期初校務會議修訂通過

一、依據：

- (一) 遵照教育部頒體育課程實施要點辦理。
- (二) 依本校教育計劃，並參照實際狀況訂定。

二、構想：

以體育訓練帶動整體活力，進而提昇體能，促進學習效率。

三、目的：

- (一) 鍛鍊強健體魄，激發蓬勃朝氣。
- (二) 培養開闊胸襟及團結合作精神。
- (三) 提昇良好體能，促進學習效率。

四、要求：

- (一) 踏實基本動作，增進技術、技能。
- (二) 全員參與，增強基本體能。
- (三) 從簡而難，由個別技能到團隊合作。

五、實施

(一) 體育課程：

1.實施重點：

- (1) 能懂、會做。
- (2) 培養興趣，選擇終身運動項目。
- (3) 每學年至少舉辦基本體能測驗一次，人人參與奠定良好基本體能。

2.實施方式：

- (1) 以教授班為單位，採講解示範、練習實施、測驗講評三段式教學原則。
- (2) 依課程基準，每週排課兩小時，並循高中(職)課程內容排訂授課。(時數配當及課目配當如附件一、二)

(二) 體育活動：

- 1.結合社團，選修項目、培養所好、奠定良好體能。
- 2.每學期待舉辦全校性團體活動；例如：大隊接力、拔河、越野競賽、趣味競賽、各項球類競賽及校慶各項田徑賽等。

(三) 體育代表隊：

1.項目：排球。

2.訓練時間：利用每天晨間及第七節以後時間實施訓練。

(四)對外競賽：

1.參加校外各級舉辦之體育競賽。

2.邀約友隊來校或赴他校友誼賽。

(五)體育評量：

1.動常識(規則)、知能評量20%

2.情意(含學習態度)評量30%

3.技能評量：50%

每一課目實施完畢後，即行評量，以所授課目評量之成績相加平均，即為該學期技能成績。

(六)體適檢測：

1.教職員：每年於元月份檢測一次，利用第八節課自行訓練。

2.學生：每年於元月份檢測一次，利用體育課程訓練12週。

3.學生於學期開學後一個月內，實施基本體能前測；並於學期結束前實施基本體能後測，以了解體適能進步情形。

六、運動大會：

每年舉辦全校運動大會一次，比賽項目另案簽核。

每兩年擴大舉辦運動大會，並實施全校大會操表演及各項運動會前賽。

七、場地設備：(含器材)

(一)場地：編列預算逐年更新設備以支授訓練，並指定專責單位及個人負責保養維護。

(二)器材：依班級人數，調配授課所需器材充份支授上課，以達預期效果。

八、督導考核：

(一)督導：承校長之命，由體育組長負全盤策劃之責。

(二)考核：教師於授課時必須請點到課人數，並注意學習效果，以達思想，行為合而為一。

(三)鼓勵全程學習，培養多方興趣，奠定全民運動基礎，提昇國民體格。

(四)開放場地，結合社區，充份運用學校資源。

(五)培養績優運動選手，繼續深造，提昇運動水準。

九、本辦法經校務會議修訂通過，陳校長核定後實施，修訂時亦同。