



課程類別	領域/科目及學分數		授課年段與學分配置						備註		
			第一學年		第二學年		第三學年				
名稱	名稱	學分	一	二	一	二	一	二			
	<b>小計</b>		<b>152</b>	<b>28</b>	<b>28</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>21</b>	<b>15</b>	(本校高一~高三合計 150)	
校訂必修	一般科目	專題探究 I、II(專題發表)	2					1	1	若屬以下課程類型，請勾選： <input checked="" type="checkbox"/> 跨領域/科目專題(合計至少 2 小時) <input type="checkbox"/> 跨領域/科目統整 <input type="checkbox"/> 實作(實驗) <input type="checkbox"/> 探索體驗	
		<b>小計</b>	<b>2</b>					<b>1</b>	<b>1</b>		
選	加	國語文	專題閱讀與研究	2					2		
			國學常識	2						2	
	深	英語文	英文作文	2					2		
			英文閱讀與寫作	2						2	
			英語聽講	2						2	
	廣	第二外語								可於多元選修課程中開設	
		數學	數乙	8					4	4	
	選	科技	科技應用專題	2						2	
			<b>小計</b>	<b>20</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>6</b>	<b>14</b>	
	補										
<b>小計</b>				0	0	0	0	0	0		
多元	(須與普通班合併開課)			2	2			2	0	若屬以下課程類型，請勾選： <input type="checkbox"/> 跨領域/科目專題 <input type="checkbox"/> 跨領域/科目統整 <input type="checkbox"/> 實作(實驗) <input type="checkbox"/> 探索體驗	
	<b>小計</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>2</b>				<b>2</b>	<b>0</b>		
求	特									(特教課程，暫時不列)	
		<b>小計</b>									
修	競技體育	競技運動綜合訓練		3※	6※	3※	6※	3※		1. 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。 2. 寒假以開設 3 學分為上限，暑假以開設 6 學分為上限。 3. 每學分不得低於 18 小時。	
		<b>選修學分數小計</b>	<b>26-30</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>14</b>	(本校高一~高三合計 26)	
<b>校訂必修及選修學分上限合計</b>		<b>30</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	<b>15</b>	(本校高一~高三合計 30)		
<b>學生應修習學分總計</b>		<b>180</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	(本校高一~高三合計 180)	
每週團體活動時間(節數)	班級活動	12/18	1	1	1	1	1	1			
	社團活動		1	1	1	1	1	1	社團活動每學年不得低於 24 節		
每週彈性學習時間(節數)	選手培訓	12/18	1	1	1	1	1	1			
	自主學習、學校特色活動		1	1	1	1	1	1	學生「自發」規劃學習內容，做法納入年度課程計畫備查 (本校高三學生每人均須撰寫自主學習計畫至少 18 節)		
	充實增廣教學		1	1	1	1	1	1			
<b>每週總上課節數</b>		<b>210</b>	<b>35</b>	<b>35</b>	<b>35</b>	<b>35</b>	<b>35</b>	<b>35</b>	<b>35</b>	(本校高一~高三合計 210)	

陸、奕良組長報告：

各位委員大家午安，首先來報告這學期的業務內容。

### 一、體育行政

#### (一)授課場域分配

實施作法：

週別	1~4	5~8	9~11	12~14	15~17	18~21
授課區間	8月30日 ↓ 9月20日	9月23日 ↓ 10月18日	10月21日 ↓ 11月8日	11月11日 ↓ 11月29日	12月02日 ↓ 12月20日	12月23日 ↓ 1月17日
重要行事 教師姓名	17-18 臺高中健康檢查 新島借用泳池：9/12, 19, 26。	101 流感疫苗施打(暫)。 08、09 第一次段考。 15 流感疫苗施打(暫)。 新島借用泳池：10/3, 17, 24。	11/01 運動青春。 11/5, 7 陸運會個人單項。 11/4, 6 陸運會大隊接力。 11/08 成淵之星決賽。	28、29 第二次段考。		30-31 高三期末考。 13-14 高二期末考。 13-14 國中期末考。
陳怡璇(18) 沈奕良(6)	體育館	游泳池	桌球室	羽球館	籃球場 (田徑場)	排球場
黃丞薇(12) 蔡易辰(10)	排球場	體育館	游泳池	桌球室	羽球館	籃球場 (田徑場)
張家菘(20) 潘瑞根(1)	籃球場 (田徑場)	排球場	體育館	游泳池	桌球室	羽球館
魏玉珍(18) 陳祈維(4)	羽球館	籃球場 (田徑場)	排球場	體育館	游泳池	桌球室
李柏燁(12) 黃鼎元(6)	桌球室	羽球館	籃球場 (田徑場)	排球場	體育館	游泳池
林鈺傑(4) 劉士賢(18)	游泳池	桌球室	羽球館	籃球場 (田徑場)	排球場	體育館

#### (二)行政宣導事項

實施作法：

1. 體育館配合全校事務，部分時段暫停使用，敬請教師配合調整課程；國、高中部周班會時段分別為星期一(三、四節)、星期五(七節)，經常性辦理講座或宣導活動須使用活動中心五樓時，亦請教師協助調整。
2. 為維護器材及延長器材使用年限，並減少器材遺失之情況，請教師授課時務必要求學生確實回收體育器材外，體育組每日中午及放學時段會安排小義工，針對場地用球與器材進行簡易清點，以避免學生私自拿球或帶回教室情況發生。
3. 場地分配部分，如因天候或其他因素導致更改場地時，請教師先行協調場地，另以原使用場地之教師為優先使用。
4. 上課期間，同學未經允許不可隨意進入一樓游泳池、三樓羽球場和五樓活動中心(運動代表隊亦同)，下課期間須注意自身安全，如有意外請通知相關單位。
5. 新興國中借用泳池時段於9/12-10/24日，均為周四上午，請確認相關時段是否有排課問題。

### (三)水域安全宣導

實施作法：

1. 戲水安全宣導除救溺五步、防溺十招外，請教師額外宣針對戲水安全「五不、五要」進行宣導。
2. 水域活動進行時，請老師留意學生宿疾資料，並於授課前確認身體概況並隨時注意學生活動情形。
3. 防溺安全宣導：請教師於上課期間加強宣導，同學從事水上活動，應選擇設有合格救生員及救生設備之游泳池、海水浴場等，以確保自身安全。

## 二、一般體育

### (一)高一舞動青春

實施作法：

1. 實施目的：為培養本校優質、創新、適性願景，建立多元卓越創新學習，增進個人健康，凝聚班級合作、學習。
2. 比賽日期：108年11月1日(五)班週會。
  - (1)幹部訓練中說明比賽相關事宜，請各班提早準備。
  - (2)以往協請體育老師指導舞蹈部分，今年會拜託綜合領域科目，針對音樂或藝術部分給予協助，還請體育老師能持續指導。
3. 討論事項：為達鼓勵廣設獎項為班班有獎，易有與實際表現出入造成質疑的部分，建議是否尊重評審觀點給予獎項，並調整獎項面數。

### (二)全校運動會

實施作法：

1. 實施目的：營造運動風氣，增進健康體適能，培養運動家精神。
2. 比賽日期：108年11月4日至11月8日。
  - (1)個人單項、接力競賽：11月5、7日。
  - (2)大隊接力比賽：11月4、8日
    - 高中部：總人數20人，依性別比例跨年級分組。
    - 國中部：總人數16人，男、女各8名。
  - (3)大隊接力非正選選手者，均為候補選手。
3. 創新作法：為提升學生對於正式競賽之了解，為達學生學習之觀念，以求增加運動人口，其創新部分如下兩項：
  - (1)報名方式新增最佳成績填寫，以成績方式進行分組，提升學生參與動機與提高競爭心態。
  - (2)設精神總錦標獎項：
    - a. 班級是否依照指定時間完成報名、報到及家長同意書等資料，由體育組酌以0至5分之分數。
    - b. 選手無故缺席或遲到賽前集合或賽時檢錄，該人次扣0.5分；選手無故棄賽，該人次扣1.5分。

c. 個人單項部分以班級參賽人數計算之，1 人 1 分；接力競賽部分以參賽組別計算之，1 組 3 分。

d. 賽事獲得第一名則榮獲積分 7 分，第二名榮獲積分 5 分，依此類推取至優勝名次。

4. 創新作法：為提升學生對於正式競賽之了解，為達學生學習之觀念，以求增加運動人口，其創新部分如下兩項：

(1) 報名方式新增最佳成績填寫，以成績方式進行分組，提升學生參與動機與提高競爭心態。

(2) 設精神總錦標獎項

(3) 設置校內、外田徑紀錄公佈欄。

5. 獎勵措施：依本實施計畫第七條給予獎勵外，全班於朝會由校長頒發精神總錦標錦旗。

### (三) 體適能(游泳)檢測

實施作法：

1. 定期在體育課程實施體能(游泳)教學及訓練，為提升學生體能及游泳能力，由體育教師給予學生不定期施測。

2. 凡學生通過檢測，核予青年獎章認證。

3. 本學年將持續辦理體適能與游泳兩項檢測工作，請體育教師利用體育課加強學生的體適能及動作技巧，提高通過率。

4. 高三及國九課老師務必於 12 月底前繳交，以利作業。

5. 每年 5 月間上傳資料至教育部網站，並頒發證書。

### (四) 器材管理

實施作法：

1. 學生平時借用運動器材，須有指導老師同意，才准予以借用，原則上不借給個別學生使用，所借用器材亦僅限於本校區使用；開放空間之器材開放借用，借用時請務必歸還並整齊放好，使用時也請注意自身安全，下課後請老師務必上鎖。

以上為本學期業務說明，接下來是體育班發展委員會業務報告。

## 一、競技體育

### (一) 體育班評鑑

實施作法：

自評時間：108 學年度。

繳件時間：108 年 9-10 月繳件。

提醒事項：

1. 競技成績採計方式：依「種類」分類，除手球外，田徑、羽球為個人「項目」，計分公式如下。

如某賽會冠軍為 5 分，羽球雙打冠軍，其得分為：2 人 X 5 分 = 10 分。

2. 學校自評針對體育班困難與建議事項意見表，如教練、導師等有相關建議事項，可向體育組提出，並寫入學校自評部分，供教育局參酌。
3. 今年會進行實地訪評，唯本校不確定列入訪評對象，後續通知。

#### (二)運動代表隊組訓

實施作法：

1. 本學年度高中體育班招生辦理兩次，高一新生招收 21 位。
2. 本學年度國中重點運動項目招收手球、羽球，國七新生共計招收 17 位。
3. 每週/月不定期於晨操結束對體育班學生進行生活教育。
4. 108 學年度重大賽事：請導師參考附件資料。
5. 一般生欲參加運動代表隊得經過申請手續，需經由家長、導師同意後，再經過教練術科測驗，通過後始可加入代表隊。

#### (三)體育班管理辦法

實施作法：

1. 體育班導師與教練座談：每學期舉辦 1-2 次會議，促進導師、教練與行政溝通。
2. 生活常規規範：每月至少進行一次生活常規宣導及體育班重大事項。
3. 班級巡查機制：每週不定時課堂巡查，包含課堂禮儀及生活常規。
4. 體育組暫設置「運動防護暨體育器材室」，為避免體育選手進出體育組干擾教師休息，現規定選手進行防護時僅能走後門出入並降低音量與禁止不雅字眼。

#### (四)體育班座談活動

實施作法：

1. 透過活動讓師長以及各隊學生互相認識。
2. 促進師生關係，熟悉學校團體文化及運作情形。
3. 辦理時間暫定於 12 月。
4. 邀請講師：邀請中。
5. 座談地點：研討室五樓。

#### (五)體育班閱讀計畫

實施目的：

1. 培養閱讀習慣的建立，培養學生研究態度的養成，學習獨立自主與主動探索，自信地整合活用各種資訊，發揮思辨、統整、溝通能力與創意的素養導向。

實施作法：

1. 閱讀期程：每學期閱讀 3 本書，每年段各買一本書，每 2 個月後交換閱讀。
2. 閱讀分享：每位學生閱讀完後，於書本後記寫下分享，每本書有 3 位寫下的分享內容。
3. 好書推薦：由學校師長或教練推薦閱讀書籍。
4. 閱讀成果：由體育組收集書籍做成果，為體育班成年禮專題報告奠下基礎。

#### (六)運動防護計畫講座

實施目的：

1. 為落實「高級中等以下學校體育班設立辦法」第十一條規定，協助輔導設有體育班，參與近三學年度體育署辦理學生運動聯賽成績優異之高中學校合聘運動傷害防護員，辦理運動傷害防護工作，落實學校體育政策計劃之推動，完備學校體育人才照顧系統，特規劃本輔導計畫。

實施作法：

1. 照顧體育班學生，避免不必要傷害之發生，並確實進行體育班學生之健康管理。於突發傷害發生時，提供適當處理與快速啟動緊急醫療機制，提高傷害防護、處理，透過合作醫療院所之診治與協助，縮短復健期程，獲得良好恢復。
2. 透過訪視與輔導，了解體育班學生參與體能與專項訓練之危險因子，提供教練訓練計畫擬定與調整參考，保障運動安全。
3. 透過運動科學講座，提升運動員相關運科知識，達到衛教目的。

#### (七)體育班相關經費

相關申請：

1. 每學期臺北市體育班及國中部重點運動項目學生學雜費及培訓補助金將在補助款撥款後發給學生。

## 二、專案辦理

### (一)市中運聯合開幕

實施作法：

1. 依據北市生學字第 1086005176 號辦理。
2. 開幕日期：108 年 9 月 28 日。
3. 辦理地點：和平籃球館。
4. 參加對象：本校代表隊。

### (二)臺北市 108 學年度教育盃手球賽

實施作法：

1. 依據北市教體字第號辦理。
2. 辦理日期：109 年 1 月 2-5 日 共計四天。
3. 辦理地點：活動中心五樓。
4. 參加對象：本市高級中等以下學校。
5. 比賽當日如有影響活動中心使用，請教師調整授課。

以上為本學期體育班業務說明，謝謝。

柒、提案討論：

**討論一：本校 108 學年度全校運動會實施計畫，提請討論。**

**說明：**1. 有關比賽項目，是否持續辦理跳遠賽事？

2. 高中組大隊接力因各班人數不足，是否彈性調整分組，以同年級優先，次以班級比例為考量進行編配？

3. 報名時請教師協助告知學生最佳成績，屆時收件個人填具之最佳成績進行分組。

4. 高中體育班時程是否能參加大隊接力。

**討論內容：**

奕良組長：提案是否要持續辦理跳遠賽事，請大家提請討論。

朱校長：各位老師有什麼想法呢？

怡璇老師：其實因為在我們主要的課程裡是沒有教授到跳遠這個項目，所以如果以安全性來說的話，我比較不建議。

玉珍老師：雖然我們是沒教到跳遠這個項目，但是學生是有興趣的。

祈維主任：建議可以用自由報名的方式。

朱校長：目前國中部是傾向不辦理，高中部是自由報名，那我們來表決一下，先表決高中部，請問高中老師，要辦理跳遠項目的請舉手(6位)，不要請舉手(0位)，高中部跳遠項目持續辦理，採自由報名的方式，接下來表決國中部要辦理跳遠項目的請舉手(0位)，取消跳遠的請舉手(3位)，那國中部跳遠項目，因考量安全問題，所以今年跳遠項目先暫時停辦，明年再來討論是否要續辦，再來下個討論，請奕良組長說明一下，謝謝。

奕良組長：再來因為高中部各班人數男女不同，是否彈性調整分組，以同年級優先，次以班級比例為考量進行編配？

朱校長：請問高中老師覺得怎樣分組比較好呢？

玉珍老師：因為我們也不清楚各班的人數，往年都是體育組來分配。

朱校長：那我們直接授權給體育組來依人數來分組，那我們再接下去討論。

奕良組長：今年高中部大隊接力日期在 11 月 8 日，各隊在時程上是否能參加大隊接力？

朱校長：往年體育班會有一個表演賽，今年各在 11 月 8 日是否有賽事呢？

登凱教練：我們田徑隊在 11 月 8 日-11 日在花蓮有一個田徑錦標賽，應該會在 11 月 6 日就會先出發去花蓮，所以田徑隊沒辦法參加。

孟宏教練：羽球隊在 11 月 3 日-11 日也有羽球錦標賽的比賽，也沒辦法參加。

祈維主任：往年運動會都是田徑隊協助，今年田徑隊出去比賽的話就沒辦法協助了。

奕良組長：田徑隊是全隊都去比賽嗎？

登凱教練：應該會有一半以上都會去比賽。

奕良組長：那如果我們人手真的不足的話，我們可能會請高一體育班協助。

朱校長：那我們就麻煩高一體育班協助運動會事宜，田徑隊就專心比賽，那今年就沒有表演賽了，因為 3 隊有 2 隊都要比賽，那今年體育班大隊接力就先暫停一



次，請問大家還有沒有臨時動議？

決議：經委員討論舉手表決通過如下：

1. 跳遠項目：國中部取消；高中部持續辦理。
2. 高中部彈性調整分組，由體育組協助分配。
3. 體育班大隊接力暫停一次。

捌、臨時動議：

捷明老師：我要討論的事情是游泳池的浴室，這2年因為後門開放以後，很多社團的學生都會自己去把鐵捲門打開，就會發現常常有很多不是上游泳課的人在那裡洗澡或上廁所的情況發生，其實在一般正常的游泳池為了安全起見，是不開放給別人使用的，所以我建議是不是可以把門關閉起來，不開放給非游泳課的學生使用。

朱校長：謝謝捷明老師的說明，所以目前發現的問題都是社團的學生使用比較多，他們通常是在假日或是放學後才會使用，是不是讓社團申請時，在表單上特別提醒，再來就是門禁部分，大家有什麼建議呢？

建榮主任：目前狀況學生是從鐵捲門那裡進到游泳池裡面使用，那如果我們把防火門鎖起來，還有也把門前鎖起來，這樣學生應該沒辦法進去使用了，這樣是不是可以解決這個問題呢？

捷明老師：防火門鎖起來是可以解決這個問題，但是目前有一扇門是故障的，可能要請總務處協助修理。

潘老師：目前原則上會使用游泳池的浴室比較多是球隊的學生，教練們也都有叮嚀學生注意安全，所以目前怎麼規範社團的學生就要麻煩學務處來處理，大家都按照規定來使用的話，就會比較安全。

朱校長：謝謝潘老師，目前我們就按照建榮主任的建議，把前後門都上鎖，請總務處協助把門鎖修理好，還有社團的規範會再請士弘組長跟社團說明，請問大家還有沒有臨時動議呢？如果沒有的話，我們就散會，謝謝大家。

玖、散會：下午14時00分。