

臺北市立成淵高中 106 學年度第 1 學期期末體育委員會議暨

體育班發展委員會議紀錄

壹、時間：106 年 12 月 19 日(星期二)中午 12 時 00 分

貳、地點：綜合大樓 5 樓研討室

參、出席人員：詳簽到表

肆、主持人：朱校長逸華

紀錄：梁衛昕

伍、主席致詞：

各位委員大家午安，今天召開 106 學年度第 1 學期期末體育委員會議暨體育班發展委員會議，先請體育組長報告這學期的業務內容，之後再來做提案討論，謝謝。

陸、鼎元組長報告：

各位委員大家午安，接下來報告這學期的業務內容。

一、體育行政

(一)經費申請-經費來源

成效：

1. 體育班經費：514,000 元。
2. 選訓要點：40,000 元。
3. 基層訓練站：
 - 田徑-250,000 元。手球-150,000 元。
 - 羽球-80,000 元。
4. 推動重點運動項目：65,000 元。
5. 手球訓練站：50,000 元。
6. 改善運動設施：300,000 元。
 1. 下肢水療機。
 2. 多功能訓練機。
7. 議員補助操場工程：
 - 工程費：6,330,000 元。
 - 空汙費：4,951 元。
 - 工管費：103,316 元。
 - 設計費：38,500 元。
 - 總金額：6,823,267 元。

(二)政令宣導

成效：

1. 依據 106 年 12 月 5 日北市教體字第 10642377100 號函。
2. 為能即時進行空氣品質惡化處理及應變，達三級嚴重惡化(AQI>200)以上情形時，高級中等以下學校應立即停止戶外課程及活動。學校運動賽會及體育競

賽活動皆須有一定籌辦期間，請各校辦理學校運動賽會及體育競賽活動，預先擬定戶外典禮及競賽活動之因應備案。

3. 游泳教學防溺注意事項：

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。

4. 高級中等學校實施游泳教學應行注意事項(附件)。

(三)體育班評鑑

成效：

1. 105 學年度中等以下體育班評鑑實地訪評於 106 年 11 月 14 日。

2. 訪視委員對於本校給予相關建議：

(1) 羽球隊可由教練於鄰近國中、國小耕耘，選手也將跟隨教練於本校就讀，降低優秀選手外流之壓力。

(2) 羽球隊訓練耗材所需的經費需要更多幫忙。

(3) 體育班專長課程時間可以在不違反教育部規定下進行些微調整，避免學生在訓練後想打瞌睡。

(4) 訓練過程中可以由學校提供營養補充。

(5) 羽球場地不足，可與鄰近學校共享資源。

(四)體適能輔導訪視

訪視委員給予建議：

1. 林國瑞委員：許多學科都會給予學生課後作業，其實體育課也可以，讓體育股長督促同學每天跑步，學生認為學校是重視，就像張貼榮譽榜，讓學生有榮譽感，增加內在動機，國中生可塑性強。

2. 謝應裕委員：就數據上而言，通過四個項目的測驗人數比較少一點，或許是有些學生因生理狀況不佳或請假而沒有做到測驗，又沒有補測，導致通過率低，學校可以透過各班檢測學生人數中得知是否有這個現象，若有，能否請體育老師加以注意，鼓勵學生進行補測。

3. 黃景生委員：給予四項測驗都通過的學生獎勵，鼓勵其學習態度佳，不一定要用成績才督促學生，在做完測驗後，能給予學生完測紀錄，全校男女生前十名記功，由校長頒獎，增加獎勵優越。

提升體適能通過率策略：

1. 辦理多元體育活動，培養學生運動習慣：

辦理體育運動會、水上運動會、躲避飛盤等運動賽事對於國七學生增辦較不受場地限制之多人跳繩競賽；國八參與中山大同區的大隊接力、手球、羽球、桌球等競賽；國九辦理籃球賽辦理朝會後、放學後慢跑每學期達 100 圈者進行表揚

2. 依統計分析於體育教學增強各年級體適能培訓

國七心肺適能(800/1600 跑走)：折返跑、跳繩、間歇跑

國八肌肉耐力(仰臥起坐)及柔軟度(坐姿體前彎)：核心肌群訓練、肌肉伸展

國九肌肉耐力(仰臥起坐)及柔軟度(坐姿體前彎)：核心肌群訓練、肌肉伸展

3. 加強宣導獎章認證，鼓勵學生增加後測

加強宣導成淵青年獎章及教育部體適能認證獎章，鼓勵學生練習後進行後測於學校操場升旗台張貼英雄榜，按周(月)更新學期末邀請進步最多與各年級最優者分享並給予獎勵學期末頒發體適能優異班級及班級團體進步優異者慢跑每學期達 100 圈者進行表揚。

二、體育活動

(一)體育教學

成效：

1. 體適能、游泳檢測請體育教師將已完成的檢測資料繳交至體育組。
2. 青年獎章體育能力認證融入課程，持續給予學生認證。
3. 臺北市 106 學年度教育盃中小學手球辦理日期：

107 年 1 月 4 日-7 日，4 和 5 日上課期間，煩請使用五樓場地教師利用其他場地授課，影響之處敬請見諒。

(二)全校運動會

成效：

國中部大隊接力獲獎班級

七年級：第一名 708、第二名 704、第三名 710

八年級：第一名 805、第二名 809、第三名 803

九年級：第一名 907、第二名 906、第三名 903

高中部大隊接力獲獎班級

高一混合 A 組：第一名 103、第二名 107、第三名 102

高二混合 A 組：第一名 210

高三混合 A 組：第一名 302、第二名 304

高中混合 B 組：第一名 207、第二名 209、第三名 101

高中混合 C 組：第一名 111、第二名 203

體育班：第一名 212、第二名 312、第三名 112

(三)高一舞動青春

成效：

本學年度獲獎班級：

第一名 111、第二名 102、第三名 112、第四名 104、

最佳造型獎 110、最佳創意獎 106、最佳編舞獎 105、

最佳音樂獎 107、最佳團隊獎 103 及 109、

最佳精神獎 101 及 108。

(四)普通班校外競賽成績

成效：

- 1.106 年全國總統盃分齡游泳錦標榮獲 13&14 歲級男子組 50 公尺仰式、100 公尺仰式第二名；50 公尺蛙式第三名；100 公尺蛙式第四名；50 公尺蝶式第六名；200 公尺仰式、100 公尺蝶式、200 公尺混合式第八名。
- 2.106 年臺北市中正盃分齡游泳錦標 13&14 歲男子組 50 公尺仰式、50 公尺蛙式榮獲第二名。
- 3.106 學年度臺北市教育盃桌球錦標賽高男乙組單打第四名。
- 4.106 年臺北市第 35 屆中正盃中溜冰錦標賽國中男子組 1000 公尺爭先賽第五名。

三、專案辦理

(一)推動重點運動

成效：

田徑

- 1.透過小型競賽活動，可以讓選手習慣在比賽中訓練以及在訓練中比賽，調整自身狀況，促進個人運動成績表現。
- 2.透過學校承辦重點運動項目，可以促進與他校聯誼及交流機會，進而使選手之間能互相分享及交流，有助於提升運動成績表現。

手球

- 1.邀請香港選手參與比賽增進球技交流外，也促進國際間交流。
- 2.各個球隊非常支持此項賽事不用出國就可以作比賽交流，收穫豐碩。
- 3.辦了第五屆成淵盃透過比賽交流更能迅速掌握，其他校的水準。

四、體育班管理

(一)代表隊校外競賽成績

成效：

手球隊：

2017 丹麥維堡國際手球分齡賽 19U 第三名。

106 年大甲媽祖盃全國手球錦標賽榮獲 19U 第二名、17U 第四名。

106 年臺北市中正盃手球賽青男組第一名、少男甲組第二名。

106 年全國手球錦標賽 18U 第一名、15U 第三名。

羽球隊：

2017 悅基金第七屆全球華人國際羽球錦標賽：

212 陳少綦 A 組男單第三名 312 陳正軒 A 組男單第五名

112 陳品文 B 組男單第五名 112 李 嶽 C 組男單第五名

112 蔡予倫 C 組男雙第一名 112 李威霆 C 組男雙第一名

112 李 嶽 C 組男雙第三名 112 林致任 C 組男雙第三名
112 吳子翟 C 組男雙第五名 112 朱晉德 C 組男雙第五名
804 黃義驊 D 組男單第五名 801 李威辰 D 組男雙第五名
807 陳冠羽 D 組男雙第五名

106 年新北市城市夏季盃全國羽球錦標賽：312 陳正軒高男組單打第三名。

106 年臺北市中正盃羽球錦標賽：312 陳正軒高男組單打第三名。

田徑隊

106 年新北城市盃全國田徑公開賽 1500 公尺第二名、5000 公尺第三名

106 年桃園市盃全國田徑分齡賽 1500 公尺第七名、2000 公尺障礙第三名、第四名、3000 公尺障礙第二名、第八名、5000 公尺第二名、第四名、10000 公尺第二名。

106 年臺北市秋季全國田徑公開賽 5000 公尺第六名、10000 公尺第七名、3000 公尺障礙第三名。

106 年全國中等學校田徑錦標賽 5000 公尺第一名、10000 公尺第一名、10000 公尺競走第四名、第八名、3000 公尺障礙第三名、5000 公尺第八名、10000 公尺第六名。

106 年全國運動會 10000 公尺競走第七名、第八名。

106 年基隆市基層選手訓練站區域性田徑對抗賽 2 金、9 銀、4 銅、第五名 2 名、第六名 3 名、第七名 4 名、第八名 3 名。

106 年新竹市風城盃全國競走錦標賽 10000 公尺競走第五名。

(二)訓練與管理專題

成效：

1. 透過運動訓練與管理專題報告，能讓學生們認識舉重選手的求學、訓練與求職過程，透過不同專項運動知道運動選手的生命歷程。
2. 本次專題報告請來黃則維講師，講師身是國立台灣師範大學競技系畢業，目前於中央銀行擔任特助。藉由分享自身經歷，如何在劣質的環境下訓練？如何在畢業後求職？又如何在求職中繼續訓練？這些分享都能讓學生當成借鏡。

以上為本學期業務說明，謝謝。

柒、提案討論：

討 論 一：106-2 學期辦理多人制跳繩比賽，提請討論。

說 明：1. 體適能訪視改進策略。

2. 是否以國七為辦理年段？

決 議：經委員表決通過，於 106 學年度第二學期辦理國七多人制跳繩比賽，請體育組在期末前把實施計畫草案與體育老師討論。

討 論 二：106-2 學期辦理高三排球比賽，提請討論。

說 明：高中 307 班於青年會議建議：因為這屆沒有舉辦排球比賽，希望能在高三下舉辦。

決 議：經委員表決通過，建議高三排球比賽讓排球社來辦理友誼賽。

捌、臨時動議：略。

玖、散會：下午 13 時 00 分。