

十二年國民基本教育健康與體育領域課程綱要草案研修說明

一、研修背景

教育部經過長年來的規劃與推動，十二年國民基本教育已於民國 103 年 8 月 1 日起全面實施。而十二年國民基本教育的推動與實施，乃建立於九年國民義務教育的基礎上，具備有教無類、因材施教、適性揚才、多元進路及優質銜接等五大理​​念，其目的不只是接受教育的人數增加及年限的延長，更將帶動整體教育環境的改善與品質的提升。

十二年國民基本教育建置以「學生主體」、「垂直連貫與橫向統整」、「培養核心素養」為核心理念之十二年國民基本教育課程體系。為有效推動及落實十二年國民基本教育的另一項核心理念—建構「垂直連貫與橫向統整」的課程體系，如何透過統整與連貫之課程結構，將國中小教育與高中職教育相互銜接，使學生之學習經驗與身心發展階段相互連結，為十二年國民基本教育課程體系的重要關鍵。在十二年國民基本教育的理念下，為延續九年一貫課程的「健康與體育」領域目標，並以健康與體育領域課程前導研究為基礎，重新界定該領域的學科範疇及課程綱要，以銜接不同教育階段的課程目標。

我國九年一貫課程為求提升 21 世紀的國家整體競爭力、呼應國際潮流趨勢及培養身體適能、情緒適能、社會適能、精神適能與文化適能良好的健全國民，已將「健康教育」與「體育」整合成同一學習領域。為達學習一貫化之目的，研修的過程中，就健康與體育課程的現況、國際發展概況與趨勢進行瞭解，調查其他先進之國家，其有關健康與體育課程的現況，據以擬訂十二年國民教育健康與體育領域課程綱要草案。

綜觀世界發展情勢，諸多先進及鄰近的國家或地區如澳洲、紐西蘭、中國大陸、日本、瑞典、蘇格蘭等，將「健康教育」與「體育」合併成為同一學習領域，強調培養學生對於「健康與體育」的知識、理解、技能、價值與態度，課程內容涵蓋個人身心健康與身體發展、健康行為、身體活動、自我及群體管理的相關的技巧，以達到提升學生的健康與體育素養為課程目標。除了借鏡國外的發展情勢外，也針對國內現場需求，做兩學科間重要內涵的調整，以利十二年國教基本教育健康與體育領域順利的在教學現場執行。

二、研修目標

植基於上述的研修背景，本次研修工作希望達成的目標是：

- (一) 符合十二年國民基本教育課程綱要總綱的理念與精神。
- (二) 規劃以核心素養為導向的健康與體育領域課程與教學。
- (三) 適切融入性別平等、人權、海洋、環境等重要或新興議題。

- (四) 能與各領域進行橫向的聯繫與縱向的接軌。
- (五) 符合課程綱要研修之程序與共同規範之必要格式。
- (六) 廣納各方意見，調整課程綱要之內涵，裨益現場教師課程實踐之成效。
- (七) 編輯「十二年國民基本教育健康與體育領域課程綱要說明手冊」，協助現場教師理解新課綱的精神。

三、研修原則

健康與體育領域課程綱要(草案)研修原則，主要包括：(1) 在基礎上持續精進；(2) 強化健康與體育領域課程的連貫與統整；(3) 以相關研究做為研修之基礎；(4) 成員需依程序組成及遴聘；(5) 工作進行需符合民主議事與程序原則；(6) 廣納各方意見，以利課綱內涵之擬定以及未來推廣與實踐工作；(7) 與其他領域課程綱要研修，同步滾動調整修正。茲說明如下：

(一) 在基礎上持續精進

植基於現行課綱的實踐基礎上，邀請健康與體育領域學有專精之學者、課程與教學專家、現場教育實務工作者等，共同研議課綱修訂之方向、討論現行課綱之內容，據以進行新課綱之發展與建構。

(二) 強化健康與體育領域課程的連貫與統整

在十二年國民基本教育課程綱要總綱的基本理念與課程目標之下，如何銜接健康與體育領域中，不同學習階段課程的連貫性，建構出清晰、有組織的漸進式成就目標，增加健康與體育領域的廣度與深度，為此次課綱研修的重要課題之一。

(三) 以相關研究做為研修之基礎

依據教育部課程審議會審議通過之「十二年國民基本教育課程綱要總綱」之規範，及參考「十二年國民基本教育課程發展建議書」及「十二年國民基本教育課程發展指引」等課程文件，並以「十二年國民基本教育健康與體育領域綱要內容前導研究」之結案報告為基礎，研訂本課程綱要草案。

(四) 成員需依程序組成及遴聘

依「十二年國民基本教育課程研究發展會之領域課程綱要研修小組委員組成及遴聘程序」規定辦理，由各界進行推薦後，聘請參與健康與體育領域課綱研修委員共 40 位，計有課程研發單位代表、學者專家、現場教育工作者等人員組成，並得視實際研修工作的需要，邀請若干諮詢委員參與。委員專業背景涵蓋各個層面，從不同角度切入，提供健康與體育領域課程發展的相關意見。

(五) 研修工作之進行符合專業原則及民主議事程序

研修委員會區分為全體委員大會、跨組會議、分組會議、小組會議等層次。全體委員大會主要任務在於決議本綱之重要內容，以及確認本委員會各種對外言論與公告文本之內容，跨組會議主要的功能在於整合健康教育、體育兩組的草

案內容，分組會議主要的任務在於研修健康教育、體育兩組的草案內容，而小組會議則負責領綱各個部分內容的起草工作。領綱草案初稿完成後，交由學者專家進行書面審查，並根據審查之意見進行修正。本領綱研修之過程，符合專業原則及民主議事程序。

(六) 召開諮詢會議及公聽會，廣納各方意見，以利課綱內涵之擬定及未來推廣與實踐工作

除上述各層級會議的舉行之外，召開諮詢會議，並根據諮詢委員的意見以協助本領綱草案之研擬。除此之外，將配合領綱研修工作總計畫，於北、中、南、東等地區，辦理公聽會，廣納各地教育行政人員、校長、教師、家長與學生的聲音，以符合民主社會的精神。

(七) 與其他領域課程綱要研修同步滾動調整修正

本次十二年國民基本教育各領綱課程之研修，強調十二年課程連貫，以及橫向聯繫之課程統整精神，因此透過各層級之會議交叉對話，進行課程綱要格式之規範，以及實質內容之統合，並關注核心素養、重要議題融入本領域課程綱要的問題。本研修小組委員代表亦透過參與各層級課程會議的每一次討論，與每一個領綱內涵同步修正與精進。

四、研修過程

健康與體育領域課程綱要研修工作時程，自 103 年 6 月 1 日起至 105 年 4 月 30 日止，(預定)完成如下重要工作項目：

日期 推動進程說明	103 年							104 年												105 年	
	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
1.籌組並規劃課程綱要研修小組																					
2.擬訂課程綱要之總體架構																					
3.進行課程綱要草案內涵之研訂																					
4.召開諮詢會議																					
5.完成領域課程綱要草案初稿																					
6.邀請學科專家進行審查																					
7.辦理各領域課程綱要草案公聽會																					
8.根據公聽會意見滾動修訂課程綱要草案內容，並撰寫說明手冊																					
9.提交教育部課程審議會審議並滾動修正																					
10.教育部發布																					

- 1.103 年 1 月至 7 月：籌組並規劃健康與體育領域課程綱要研修小組。
- 2.103 年 11 月：擬訂健康與體育領域課程綱要之總體架構（基本理念、課程目標、時間分配、核心素養等初稿），送課發會。
- 3.104 年 5 月：完成健康與體育領域課程綱要初稿（學習重點、實施要點與附錄），送課發會。
- 4.104 年 6-8 月：進行書面審查。
- 5.104 年 9-10 月：辦理公聽會。
- 6.104 年 6 月-105 年 2 月：依據各方意見調整課綱草案之內容。
- 7.104 年 11 月-105 年 1 月：編撰「十二年國民基本教育健康與體育領域課程綱要說明手冊」。

五、各科目的研修特色與重點

（一）健康教育/健康與護理

健康教育/健康與護理課程將國小、國中與高中職的學習連貫統整，注重學習者核心素養的培養，在「自發」、「互動」與「共好」三個層面有不同的學習重點與實踐方式。

為呼應十二年國教課程綱要的精神，規畫五個學習階段的「學習重點」，根據 1.認知(健康知識、技能概念)2.情意(健康覺察、正向態度)3.技能(健康技能、生活技能)4 行為(自我管理、倡議宣導)等「學習表現」的類別，設計包含 1.個人衛生與保健 2.生長、發育、老化與死亡 3.性教育 4.人與食物 5.安全教育與急救 6.藥物教育 7.健康心理 8.健康促進與疾病預防 9.消費者健康 10 健康環境等十大主題的「學習內容」。

（二）體育

體育課程關注各教育階段間之縱向銜接、不同學習階段之學習能力與需求之描述。以運動性質區分，取代教學類別。增加課程實踐中培養解決問題能力，強調健康與體育領域的獨特性，將所學內容轉化為實踐性的知識。

為呼應十二年國教課程綱要的精神，規畫五個學習階段的「學習重點」，根據 1.認知(運動知識、技能原理)2.情意(學習態度、運動欣賞)3.技能(技能表現、策略運用)4 行為(運動計畫、運動實踐)等「學習表現」的類別，設計包含 1.體適能與運動知識 2.挑戰性運動 3.競合性運動 4.表現性運動 5.民俗性運動 6.休閒性運動 7. 防衛性運動等七大主題的「學習內容」。

六、主要研修成果

主要研修成果包括：

- （一）完成健康與體育領域課程綱要草案之本文。
- （二）完成健康與體育領域課程綱要之附錄：「學習重點與領域/科目核心素養的

呼應表」、「四項重大議題融入健康與體育領域之說明表」、「高級中等學校開設校定選修之參考課程」等。

(三) 完成健康與體育領域課程綱要研修說明。

(四) 持續完成健康與體育領域課程綱要說明手冊(包括健康與體育領域課程綱要 Q&A、重大議題融入對應表、學習重點與領域/科目核心素養之對應表、健康與體育領域課程教學方案模組之示例...等)。