

## 第貳章 文獻探討

### 第一節 國外綜合高中的發展

#### 一、日本

##### (一) 成立背景

迎接二十一世紀的來臨，日本在1984年成立臨時教育審議會對於全國的教育改革提出具體的目標與運作，其中在教育改革的觀點上，強調中等教育未來的走向應朝多元化及適性發展原則，讓學生朝個性化及自由化發展，以適應未來多元化、民主化、國際化的社會及增加解決問題的能力，因此希望未來建立以綜合高中為後期中等教育的主流。基於此理念，自1994年開始成立綜合學科，成立之初設置了7所屬於綜合學科的高中（黃政傑、李隆盛、陳淑娟，1997）。

##### (二) 課程架構

日本的綜合高中，日語稱「總合科」，其課程是學術和職業學習的統整，學術學程相當於升學發展取向，職業學程相當於生涯發展取向，解決了現有普通與專門教育二分化缺點，並達成培養全人格的教育宗旨（闕百華，1997）。目前綜合高中課程分為四大類（教育部，1999b）課程架構，如表2-1-1：

#### 1. 高中必修科目

依照「高等學校學習指導要領」中所規定的必修科目，包含國語 I、

數學 I、體育保健等，共計35單位。

2. 必選修科目又稱原則履行科目，為綜合學科特有的教材。係指高一之「產業社會與人類」、高二之「資訊相關基礎課程」、高三之「課題研究」，三門必修科目。
3. 選修課程又細分為綜合選修科目與自由選修科目。綜合選修科目乃指具有整體性或專門性的科目群，而自由選修科目即各校依學生需求及地方特色等因素而開設之課程。

從日本綜合高中課程規劃中發現，隨著年級的增加，必修科目越開越少，選修的科目越開越多，提供多樣化的選修課程供學生選修。

表2-1-1 日本綜合學科課程架構

科目類別	必修	選修	合計
共同科目 (部訂必修)	35		35 (單位)
必選修 (原則履行科目)	6-12		6-12 (單位)
綜合選修科目		39	39 (單位)
自由選修科目			
合計	41	39	80 (單位)
說明：日本高中實施單位制，一單位相當於我國2學分，高中畢業總學分為80單位，相當於我國的160學分，與我國目前綜合高中畢業學分數相同。			

資料來源：參考陳水河（2000）整理

在體育課程規劃方面，由於日本相當重視體育與運動，政府積極推動終身體育活動（楊思偉，1999），文部省在臨時教育審議報告書中特別要求體育與保健課程三年必修8單位，因未規定每學期的必修單位，所以各校

可自由分配各年級的體育與保健的必修單位，以日本今宮高等學校為例：

高一、高二將體育列為3單位保健列為1單位，高三只列體育為1單位，課程表，如表2-1-2。

表2-1-2 日本今宮高等學校課程表

年級	一年級																
科目	國語	現代社會	數學 I	數學 A	化學 I A	地學 I A	體育	保健	音樂 I	美術 I	書道 I	英語 I	英語會話 A	家庭概論	產業社會人類	H R	社團活動
單位	4	4	4	1	2	2	3	1	2	4	1	2	2	1	1		
年級	二年級																
科目	數學 A	體育	保健 I	英語 I	英語會話 A	家庭概論	資訊相關基礎科目	選擇科目					H R	社團活動			
單位	1	3	1	4	1	2	2	18					1	1			
年級	三年級																
科目	體育	英語讀本	課題研究	選擇科目								H R	社團活動				
單位	1	4	2	24								1	1				

資料來源：1997 中華民國美日綜合高中教育考察報告書（1997）

在課程架構上，日本與我國約略相同，但由於日本在綜合高中為了因應學生的多樣化選修，聘請許多兼任教師，因此面臨教師教學品質、學校財務、設備充足等問題，值得我國做為借鏡（陳水河，2000）。日本特別在綜合中學的課程中，特別增設必選修科目（原則履行科目）「產業社會與人類」、「資訊相關基礎課程」、「課題研究」等課程，有助於學生了解自我及建立良好的職業態度（劉秀瑛，1999），這是我國所缺乏的。而

針對體育課程的研究目前尚未出現，但從日本成立綜合高中的過程可以清楚看出，日本政府重視學生的體育，明文規定體育列為三年必修 8 單位，相較於我國將體育改為一年必修兩年選修其中的利弊得失有待深入研究。

## 二、英國

### （一）成立背景

英國的中等教育起源甚早，早在十九世紀之前即有中等教育，惟當時的中等教育係屬準備升大學之菁英教育，與初等教育不相銜接。直到 1944 年頒布教育法，決定中等教育全民化並與小學互相銜接後，中等教育發展成文法學校、技術中學、現代中學三類學校分立之制度，以十一足歲考試成績作為入學的依據。同年綜合中學學制也開始慢慢醞釀成形。1950 年代以後，民眾就讀中等教育需求激增，分化三類學校之十一足歲考試競爭劇烈，且效度不佳，可能造成過早分化、分發錯誤、浪費人才等缺失，同時導致教學不正常的現象，因此備受質疑；另外，文法中學的學生大都來自中產階層的家庭，而現代中學學生多來自勞工階層，如此因階級因素所導致勞工階層之子女能力未能充分發揮而浪費的教育體制引起民眾不平之鳴，在此情況下綜合中學制度備受推崇。1976 年執政的工黨政府立法強制地方向教育科學部提出改組綜合中學的計畫，於是綜合中學日益增多（謝文全，1996）。根據 1992 年的統計，英格蘭地區就讀綜合中學學生約有 85.4%，而威爾斯為 99.1%、蘇格蘭地區為 100%（楊瑩、李俸儒，1995），可

以見得綜合中學已逐漸成為英國中學的主流。

## （二）課程規劃

英國的學制年齡劃分不同於我國，英國的綜合中學所招收的學生年齡為 11~16 歲的學生，僅相當於我國國小六年級至高一階段的學生，而相當於我國高二高三年級，則另設有第六學級。在課程的規劃方面，英國的教育體制傳統以來相當重視地方自主權，自 1944 年制定教育法案以來並未統一規劃課程，各地方課程由各地方教育局長負責（李然堯，1998）。這樣執行的結果造成各地教育水準參差不齊，影響教育機會均等理想的實現。為了改善此現象，1988 年英國政府制訂並公佈了教育改革法案，創設了國定課程（National Curriculum），規定了全國一致的基礎課程與核心課程，也將英國義務教育年齡（5~16 歲）分成四個關鍵階段，並訂定每門科目每個階段的「成就目標」、「學習方案」和「評量安排」，每個階段結束後要進行全國性的統一考試，以了解學生達成該關鍵成就目標之情形。核心課程包含英語、數學、科學，另外威爾斯尚包括威爾斯語；基礎科目包含歷史、地理、科技、音樂、藝術、體育及現代外語（李然堯，1998）。綜合中學屬於第三與第四關鍵階段，所以課程必須依國定課程所規範的科目及內容來授課，全為必修課程共佔綜合中學授課時間 75% ~85%，其餘的 15~25% 則用在選修課程及宗教課程上。國定課程的授課總時數比例，如表 2-1-3（陳啟東，1997）。第四學年（14 歲）開始課程的安排才在必修科目之外另設選

修科目以適應學生的個別需求，此時通常選修時間比必修時間要多（謝文全，1996）。茲舉一綜合中學第四學年的課程供參考如表 2-1-4。

表 2-1-3 英國綜合中學前三年國定課程授課時數比例

科目	百分比
英語	10
數學	10
綜合科學	10-20
科技	10
現代外國語	10
歷史或地理	10
藝術/音樂/戲劇/設計	10
體育	5
合計	75% -85%

資料來源：謝文全「中等教育」（1996）

表 2-1-4 英國綜合中學第四學年課程表舉例

	科目	每週授課時數
必修科	英語	5
	數學（按能力分成四組）	4
	宗教	1
	體育	1
	遊戲或休閒	2
選修科	A 家庭經濟 裁縫、金工、照相、音樂	3+1
	B 歷史 I、木工、美術、體育 人類生物	3
	C 地理 II、打字、事務實務 德語、生物	2+1+1
	D 歷史 II、打字、法語、物理 環境科學	2+1+1
	E 英文學、基礎英語、宗教 化學、美術	2+1
	F 地理 I、商業、技術、戲劇 塑膠加工	2+2
	合計	35

資料來源：謝文全「中等教育」（1996）

在體育課程規劃方面，英國綜合中學的體育皆為必修科目，但是每週授課的比例只佔全部學科的 5%，是所有學科中最少的。在第四學年時體育除了規定的必修學分外，再加開選修的課程供學生自由選修，但根據 1991 年英國下院的文教委員會的調查，只有 52% 的 16 歲學生選擇了體育選修課（佚名，1997）。國定課程對於第六學級（相當於我國高二高三，如圖 2-4）的課程未有規定，由於傳統以來第六學級的課程都以準備升大學為主，所以其開設的科目皆是升學的考試科目，體育課程並非考試科目所以未被列為必修。依據英國公立中學所開設的科目中體育相關課程有三科（體育、舞蹈與運動研究），僅佔所有科目的百分之四（李然堯，1998）。

李然堯（1998）針對英國綜合高中的研究，提出英國綜合高中的五大特色，其中一項為「重視課外活動視為課程之重要部分，目的在於讓學生學習課本之外的知識，培養休閒活動的良好習慣」。體育課程的規劃是否受到強調課外活動的影響而減少，有待日後深入研究。

### 三、美國

#### （一）成立背景

美國早期移民來自歐洲各國，因此中等教育制度也受到歐洲的影響，尤其是英國。美國早期的中等教育，係沿襲歐洲之雙軌制，設置文法學校，開設學術準備課程，以培育菁英分子升大學為目的，被認為與移民新大陸追求自由、平等之民主精神不符。1751 年富蘭克林(Benjamin Franklin)

首創文實中學(Philadelphia Academy)，導入就業準備與生活準備之實用課程。隨後由於民主思潮澎湃洶湧及工業革命後中產階級興起，勞工教育需求提高等因素，導致公立學校逐漸盛行，就讀中等教育人口逐漸增加，中學之性質逐漸傾向實用性的全民化教育。1918年，美國教育協會中等教育重建委員會提出《中等教育基本原則報告》，確立美國中等教育以綜合中學為主要型態(李然堯，1998)。其主要精神就是中等教育應向所有民眾開放，揚棄傳統純為準備升學之菁英教育，轉而注重全人教育之養成。

1950年代，美國反對綜合中學的學者紛紛提出，綜合中學使美國學生的學術水準越來越低落，由於課程彈性太大，使學生傾向選擇容易通過的課程，造成基本能力水準的降低，此時期為美國綜合中學發展最艱困的時期。雖然如此，綜合中學仍在此艱困的環境中逐步發展。

惟60年代以後，仍有素質低落之質疑，尤以1983年之《國家在危機中》報告為最。美國教育界仍堅持綜合中學為全民開放之基本精神，為了提昇素質以增設畢業最低要求、獎勵學生修習基礎科目、設立變通學校提早專業之學習、加強綜合中學與社區學院或業界之合作等方式，來提升學生水準，從未改變以綜合中學為主之教育型態。另一項近年來發展的重點是，因應高科技時代的來臨，要求每位學生要兼顧升學與就業，準備升學者也要修習職業學程，儘早決定志向，展開專業基礎之學習；準備就業者，亦不能降低學術水準，以奠定終身學習之基礎。



綜合中學雖經過艱困時期但仍成為美國中等教育主流的原因為：美國是高度民主化的國家，堅信教育機會應均等的理念，綜合中學的設立，讓全國青年不分階級種族均能在同一類型之學校就讀。同時美國為多民族的國家，亦有賴綜合中學將其屬於不同民族的國民融為一體，以統整國民的思想和行為，以為社會之安定（謝文全，1996）。

## （二）課程規劃

地方分權是美國學校教育的主要特徵，故只有州政府才能直接影響中等教育的課程。為尊重地方分權的傳統，各州政府通常也只規定畢業所需修習的若干必修學分及所需上課時數或學分數，各地方政府及學校依此規定並參酌當地的環境實況決定各校的課程，故學校對於課程的安排一向有很大的自主空間，如此的制度使得美國中等學校所開設的課程並不儘一致。根據統計，各州規定的必修學分通常包括英文或語文、社會、科學、數學、保健及體育等。另外美國相當重視課外活動，以補正課之不足。

為了避免綜合中學學生避重就輕的心態來選擇科目，造成學生素質低落，美國增設綜合中學畢業最低要求，目前已有 42 州訂有畢業最低要求。畢業最低要求即規定學生畢業前應完成的必修科目及學分數，有些州或學校尚規定須通過基本能力測驗，以保障畢業之最低水準。

體育課程規劃，在地方分權的教育體制下，體育雖被列為各州的必修科目之一，但學分數由各州或各校自行決定，所以各校的執行情形皆有所

不同，以夏威夷公立學校及夏威夷檀香山市羅斯福高中為例，表 2-1-5 為夏威夷公立學校畢業要求科目及學分數；表 2-1-6 為夏威夷檀香山市羅斯福高中畢業要求科目及學分數：

表 2-1-5 夏威夷公立學校畢業要求科目及學分數

科目領域	高中文憑	BOE 優異文憑
必修	14-16	18
英文	4	4
社會學科	4	4
數學	2-3	4
科學	2-3	3
體育	1	1
保健	0.5	0.5
輔導	0.5	0.5
下列三選一		
外國語文		2
表演/美術		2
職業教育		2
選修（任何科目）	6	2
合計	20-22	22-24

說明：1. 美國的學分單位以卡耐基（Carnegie Unit）為單位，一科目每週上課 5 節（每節以 40 分為原則）上一學年 36 週達 120 小時為一卡耐基單位。相當於我國 8 學分。

2. 畢業要求分為一般高中文憑及州教育委員會（Board of Education, BOE）所認可的優異文憑（BOE Special Recognition Education）。

3. 欲得 BOE 所頒優異文憑的學生，修課成績平均等第分數（GPA）須達 3.0

資料來源：黃政傑等，1997

表 2-1-6 夏威夷檀香山市羅斯福高中畢業要求科目及學分數

科目領域	高中文憑
必修	16
英文	4
社會學科	4
數學	3
科學	3
體育	1
保健	0.5
輔導	0.5
選修（任何科目）	6
合計	22
說明：美國的學分單位以卡耐基（Carnegie Unit）為單位，一科目每週上課 5 節（每節以 40 分為原則）上一學年 36 週達 120 小時為一卡耐基單位。相當於我國 8 學分。	

資料來源：黃政傑等，1997

由以上兩所學校的畢業學分數及必修科目中得知，體育在綜合中學的畢業要求為必修 1 卡耐基單位相當於我國 8 學分，比我國的畢業必修 4 學分的要求多出 2 倍。

## 第二節 我國綜合高中的發展與現況

### 一、綜合高中的成立背景

為了順應世界教育發展的潮流以及因應廿一世紀高科技時代的來臨，民國 83 年在第七次全國教育會議與會人士經過熱烈討論後做成決議：「希望在面對廿一世紀高科技時代的來臨之前，能在我國中等教育的後期，除現有的普通高中、高職及五專之外，設立綜合高中，以提供性向、興趣較遲緩分化之學生有更多元的教育管道」。同年行政院教育改革審議委員會在

「教育改革總諮議報告書」，針對我國後期中等教育的改革再一次提出：「為使學制分流與課程分化能滿足未來的需求，高級中等學校應朝向綜合高中的方向調整」，期建立以綜合高中為主體的高級中等教育制度，擺脫傳統標準課程的束縛，積極進行綜合高中的實驗課程（教育部，1996）。教育部並於 85 年開始試辦綜合高中。民國 88 年更以總統令頒布新高級中學法，將綜合高中明列為高級中學正式學制之一（教育部，1999）。綜觀綜合高中學制之所以受到重視，乃在於綜合高中的教育目標在照顧每一位學生，提供適性的教育機會，並且實現教育機會均等的理想。因而教育部廿一世紀教育願景的規劃中，綜合高中不但將成為社區高中，同時也將配合免試升學政策成為生活學區制高中（楊朝祥，2000）。

## 二、綜合高中的成長

就近年來綜合高中的發展而言，民國 85 年教育部試辦綜合高中的初期，試辦學校只有 18 所，經過 9 年的推動截至 94 學年為止，辦理綜合高中的學校已增加到 149 所，其中有 35 所為全校辦理綜合高中，短短的 9 年內成長 8 倍的數量，已佔全國公私立高中職的三分之一，就此發展趨勢看來，綜合高中的數量應會再攀升，成為高中教育制度的發展主流，如表 2-2-1 所示。

表 2-2-1 94 學年度綜合高中數量統計表

學校別	高中		高職		總計
	公立	私立	公立	私立	
全國高中職校數	173	139	93	68	473
辦理綜合高中校數	31	48	40	30	149
綜合高中百分比	17.9%	34.5%	43.0%	44.1%	31.5%

資料來源：研究者依據教育部技職司的資料整理而成（2005）

### 三、綜合高中的教育基本理念

綜合高中在高一階段著重基本能力的奠定及生涯規劃的落實，自高二起一方面繼續修習基本學科，另一方面採課程分流方式選擇學術或專門學程做較專精的修習，其基本的教育理念包涵：

#### （一）統整

統整普通高中與職業學校應有的基本學科，使學生奠定分化專精與適性發展的基礎。

#### （二）分化

自高二起以有利學生適性發展的學術導向和專門導向學程，提供分化專精科目。

#### （三）彈性

僅規範共同必修名稱、學分數、科目大綱、教學綱要和基本設備，其餘課程僅作原則性界定，賦予學校本位發展及學生多元學習的彈性。

（四）重視學生在各方面的異質性，課程著重在使每一名學生都能學習成功，具備公民生活和繼續進修的知能又能適性發展。

#### 四、綜合高中的課程架構

根據綜合高中實施要點，綜合高中的課程架構採學年學分制，以每週授課一節（50分鐘）滿一學期或總授課節數達18節為一學分，課程架構如表2-2-2所示。學生畢業總修習學分數至少為160學分，其中必修學分不及格者不得畢業；選修學分不及格者可選擇重修或修習其他科目代替，若總學分數已達160學分且每學期學業平均及格者，選修學分不及格不影響畢業。

表 2-2-2 綜合高中課程架構

科目類別	部訂必修	校訂	
		必修	選修
一般科目	56 (28.2%)	0-16 (0% -8%)	110-142 (55.5%-71.7%)
專精科目	—	—	
小計	56 (28.2%)	126-142 (63.6% -71.7%)	
可修習總學分數	182-198 學分		
綜合活動	12-18 節 (含班會、週會及聯課活動，不計學分)		
總上課節數	194-210 節		
畢業學分數	160 學分		
說明：（一）校訂選修 110-142 學分中應含專精科目至少 60 學分。 （二）本表計算百分比時，分母為 198 學分。			

資料來源：取自教育部綜合高中暫行課程綱要（2005）

## 五、綜合高中實施通則

### (一) 必修與選修的開設原則

依據綜合高中課程綱要之規定，綜合高中的必修與選修科目需依據課程開設原則來辦理，其開設原則如下：

#### 1. 必修開設原則

- (1) 部訂必修科目安排於一年級修習為原則。
- (2) 校訂必修科目以開設一般科目並安排於一、二年級修習為原則。
- (3) 學校宜就學生個別差異較大的必修科目，開設不同難易程度的班別，輔導學生做能力分組修習。

#### 2. 選修科目開設原則

- (1) 各校開設之選修科目應考量學生之需求，並維持開課之彈性及學生選課之多樣性。
- (2) 課程之開設應注意五育均衡發展的原則，提供學生修習各類課程的機會。
- (3) 適應學生未來進路之需求，各校須規劃學術導向與專門導向學程，輔導學生適性選擇學程。
- (4) 選修科目應跨班排課，並輔導學生適性選課，且依學生需求給予跨班、跨學程及跨年級選修之機會。

## （二）授課教材

1. 部訂必修科目教科用書需依本綱要所訂各科目教學綱要編審。
2. 校訂必、選修科目均應研擬科目大要和教學綱要，並列出適用教材。
3. 教師使用科目大要或教學綱要時，須選擇適用教材或自行編寫教材，並視學生程度、社會需要及科目內容之發展酌量增減。

## （三）師資安排

1. 善用現有師資，並透過校內或校外第二專長進修活動，加強教師專業發展，增大教師專長之多元性。
2. 依現行高中、高職教師員額編制標準，聘專任、兼任教師擔任，並視需要安排教師跨校授課，必要時得二校以上合聘之。

- （四）各校應組成課程發展委員會，依本綱要規定訂定或適時修正課程計劃，提教務會議討論通過後，循行政程序報經主管單位教育行政機關核定備查後實施。

## 六、體育課程規劃

依據綜合高中的基本理念高一統整、高二分化、高三專精，為了配合這個理念綜合高中的體育課程規劃出現變革，由原本高中三年必修 12 學分修改為高一必修 4 學分，高二、高三校訂選修，選修課程的開設由各校體育科召集人依據體育教師的專長配合學校的場地器材等因素，提出體育科的選修項目供學生選課，選修科目應打破班級界線排課，輔導學生自由選



課，不可強迫修習使成必修（教育部，2001）。秉持著綜合高中的基本理念在體育課程規劃，希望在高一時讓學生廣泛接觸各項體育項目從中找尋自己的興趣，高二、高三時再開選修課程讓學生依自己的興趣選修，培養一項運動專長作為將來從事終身運動的技術基礎，此為綜合高中體育課程規劃的理念。

從綜合高中的發展現況及教育改革的政策，顯現出綜合高中將成為我國後期中等教育發展的主流，因應這項體育的變革，我們須先了解這項變革對於未來高中體育發展的衝擊並提早做預防，保持體育在高中階段的重要地位。

### 第三節 普通高中與綜合高中體育課程規劃比較

體育課程實施宗旨乃依照高中體育課程標準中的體育目標來執行，所以體育課程標準關係著體育課程的實施方向。民國 85 年綜合高中學制成立，我國高級中學發展出現新局面，本節將針對普通高中與綜合高中的體育課程目標、授課內容及時數做比較，由於綜合高中於民國 85 年才成立，所以普通高中的部分也將從民國 84 年開始探討，從中了解近 10 年來我國不同制度下體育課程目標、授課內容及時數的相異之處。

#### 一、體育課程目標

##### （一）民國84年普通高中課程標準的修訂

民國76年政府解除戒嚴令，社會朝向民主、開放、多元化的發展，人民對於受教權開始重視，紛紛推出具體的作法予以推動，而政府的教育政策在民間教育改革團體不斷的要求下，進行教育法案的修訂、政策的鬆綁，以回應社會大眾對於教育的需求。因應此需求高級中學課程標準再度修訂，並於民國84年頒佈執行，體育課程目標修訂為：

1. 認識體育功能，建立正確體育觀念。
2. 增進運動技能，提升身體適應能力。
3. 培養運動習慣，樹立良好運動道德。
4. 欣賞運動美感，充實休閒生活。

相較於民國72年，在此次體育課程目標修訂中增列「欣賞運動美感」

之規範，也融入了休閒生活的概念，讓體育不再只是活動身體增進運動技能而已，加入欣賞的規範提升了體育的層次。

## （二）民國94年普通高中課程標準的修訂

民國91年國中開始實施九年一貫課程，為了因應這批首屆九年一貫畢業生進入高中課程得以銜接，教育部於民國93年針對高級中學法作修訂，並將課程標準修改為課程綱要，新修訂的體育課程目標為：

1. 充實體育知能，建構完整體育概念。
2. 提升運動能力，發展個人運動專長。
3. 積極參與運動，養成規律運動習慣。
4. 培養運動道德，表現良好社會行為。
5. 體驗運動樂趣，豐富休閒生活品質。

此次修訂的特色除了體育課程目標外，增列體育核心能力，包括：

1. 瞭解體育活動的意義、功能及方法，並能運用於日常生活中。
2. 具備良好運動能力，表現運動技能，發展身體活動。
3. 做到定期定量運動，執行終身運動計畫，增進身體適應能力。
4. 發揮運動精神，培養良好品德，並表現符合社會規範之行為。
5. 實踐力行體育理念，享受運動樂趣，促進身心均衡發展。

民國76年政府解嚴後，我國的民風逐漸開放、社會型態也從農業社會轉型為工商業社會，再加上民國90年開始實施週休二日的政策，休閒生活

慢慢受到重視，因應這股潮流，將休閒活動的概念納入體育課程目標中，期許學生在高中體育課程中體驗運動樂趣，豐富休閒生活品質。

### （三）民國85年綜合高中課程標準制定

因應世界教育改革潮流及因應廿一世紀高科技時代的來臨，教育部成立綜合高中新學制，於民國85年開始試辦，當時參與試辦的學校18所，教育部頒布「試辦綜合高中實驗課程實施要點」「綜合高中行政處理暫行要點」作為綜合高中課程規劃的法源基礎。當時將綜合高中的體育課程目標訂為：

1. 了解運動的知識與方法，使運動更加安全有效。
2. 藉由規律參與運動，增進運動技能，培養運動專長，進而規劃生涯運動。
3. 培養良好的運動習慣，以提昇身體適應能力。
4. 培養欣賞運動美感的素養以充實休閒生活，提昇生活品質。
5. 透過練習及比賽的過程，以增進人際關係，培養運動精神。

### （四）民國94年綜合高中課程標準的修訂

為了迎接首屆實施九年一貫課程的國中畢業生，於民國92年開始進行綜合高中課程綱要的修訂，預定於95學年開始正式實施。修訂後的體育課程目標為：

1. 充實體育知能，了解體育活動的意義、方法及功能，並能應用於日常生活中。
2. 提升運動能力，有效操控身體，表現運動技能，培養欣賞與審美能

力，發展個人終身運動項目，豐富休閒生活品質。

3. 積極參與運動，身體力行動態生活方式，養成規律運動習慣，達到並維持健康體適能。
4. 認識人與社會，了解並尊重個別差異，發展良好人際關係與社會行為，利用機會服務人群。
5. 體驗運動樂趣，勇於接受挑戰，評估不同價值、信念，培養責任感，建立正向的態度。

此次課程目標修訂增列了「尊重個別差異」「服務人群」「體驗運動樂趣」「培養責任感」等規範，可以看出綜合高中的體育目標較普通高中體育目標更為寬廣且更貼近人性。

## 二、體育課教材內容

### （一）民國 84 年普通高中體育課程內容及授課時數

教材種類分必授教材及選授教材兩大類。必授教材共分田徑、體操、球類、舞蹈、國術、體適能、體育知識等七大類，佔高中三年體育授課節數百分之三十。選授教材計有田徑、體操、球類、舞蹈、自衛運動（含國術）、體適能、體育知識、水上運動、民俗體育及其他運動等，佔高中三年體育授課節數百分之七十。依照課程標準各校視學校的場地器材設備選擇上課的項目。相較於民國72年，必授教材佔高中三年體育授課節數百分之八十，選授教材最高不得超過全部教材的百分之二十，此次的課程修訂

在教材選擇上給予體育教師更大的選擇空間。必授及選授教材如表2-3-1。

在授課時數的分配體育課每學年，每週均二小時。

表2-3-1：民國84年體育課程標準必授及選授教材種類、要項表

教材總類	教材要項
田徑運動	短距離跑、中距離跑、長距離跑、接力跑、跨欄、急行跳遠、三級跳遠、跳高、推鉛球。
體操	地板、跳箱、單槓、雙槓、平衡木、疊羅漢。
球類運動	籃球、排球、足球、棒（壘）球、手球、羽球、合球、桌球、網球、巧固球、橄欖球、高爾夫球。
舞蹈	創造性舞蹈、中國舞蹈。
國術	拳術、刀術、劍術、槍術。
體適能	心肺適能、肌肉適能、柔軟性、身體組成。
體育常識	體育概論、運動安全與運動傷害、運動生理及運動營養、體能診斷及運動處方、運動歷史、運動按摩。
水上運動	適應水性、捷泳、仰泳、蛙泳、蝶泳、水上安全與救生、水球
自衛活動	跆拳道、拳擊、空手道、柔道。
民俗運動	踢毬、扯鈴、跳繩。
備註	一、球類運動由各校視環境、師資等條件，選擇二至三項實施。 二、各項術科之歷史、規則、方法等理論常識，於術科教學時教授，不佔體育常識教學時間。

資料來源：研究者根據『中學課程標準』（1995）整理而成。

## （二）民國94年普通高中體育課程授課內容及授課時數

配合教育政策的開放，及提供教師對於課程的主導權，此次修訂的體育課程總綱中，雖有訂定體育課程教材的類別及內容供參考，但各校得根據學校特性、學生特質、資源特點、發展特色，自訂教材內容及百分比，經學校課程發展委員會通過後，再提交校務會議決議後實施，惟應注意九年一貫的課程銜接，所以課程綱要中不再明訂必授與選授教材。體育課程綱要中所列的類別及項目如表2-3-2。在授課時數的分配上，修訂的過程中

為了減少學生的必修學分數減輕學生的負擔，曾有人提出體育必修0學分的想法（東森新聞報，2003），引起體育界的軒然大波，在體育界的共同爭取下，最後仍決議體育必修12學分，維持每學年每週二小時。

表2-3-2：民國94年體育課程教授類別及內容

類別	內容		比例 (%)
競技運動類	田徑	短距離跑、中距離跑、長距離跑、接力跑、跨欄、急行跳遠、三級跳遠、跳高、推鉛球、障礙跑…等。	60% ∩ 80%
	水上運動	仰泳、蛙泳、蝶泳、捷泳、混合四式、游泳接力、短距離游泳、中距離游泳、長距離游泳、跳水、水球、划船等。	
	體操運動	地板、跳箱、單槓、雙槓、平衡木、高低槓、鞍馬、跳馬、疊羅漢、徒手體操…等。	
	球類運動	籃球、排球、足球、棒球、壘球、手球、羽球、桌球、網球(或軟網)、巧固球、橄欖球、高爾夫球、撞球、保齡球、木球、合球…等	
	技擊運動 (自衛運動)	跆拳道、拳擊、空手道、柔道、合氣道、劍術…等	
	其它類運動	射擊、射箭…等。	
戶外活動類	登山、露營、野外求生、攀岩、自行車、直排輪、浮潛、潛水、水上安全與救生、衝浪、水中遊戲…等。		0%~ 5%
健康體適能類	有氧耐力運動、健康操、肌力運動、伸展操、瑜珈…等。		10%~15%
舞蹈類	運動舞蹈(國際標準舞)、街舞(Hip-hop)、創作舞、踢踏舞、民俗土風舞、中國古典舞、原住民舞蹈、有氧舞蹈、啦啦隊舞蹈…等		5%~10%
鄉土活動類	扯鈴、跳繩、踢毽、舞龍、舞獅、划龍舟、拔河…等		0%~5%
健康管理類	運動保健(含健康體適能內容)、飲食與營養、體重控制、運動傷害與急救…等		5%~10%
運動知識類	運動技術與規則、比賽策略、國際運動動態、運動倫理與道德、運動發展與欣賞、運動休閒產品、運動服務消費教育…等		10%~20%

資料來源：研究者根據『高級中學體育課程綱要』(2005)整理而成。

此次的課程修訂因應社會環境的變遷、教育改革的趨勢，將標準改為綱要，不硬性規定體育授課的教材僅提供參考類別項目，主要是希望各校考量學校的場地、師資、發展特色，在不違背綱要的情況下制訂出符合學校教學的體育課程，把制訂課程的權利還給教師，以制訂出以學生為主的體育課程。

### （三）民國84年綜合高中體育課程內容及授課時數

在『試辦綜合高中實驗課程實施要點』中明列體育 I、體育 II 高一部訂必修4學分的教材大綱，如表2-3-3所示；在高二、高三選修課程方面，由各校視場地及師資能力，採取單項開課的方式實施體育課程教學。體育授課時數，高一每週授課二小時，高二高三為選修。

表2-3-3 民國84年綜合高中體育課程教授類別及內容

類別	內容
球類	籃球、排球、足球、壘球、桌球、羽球、網球
體適能活動	體適能知識、有氧運動、肌力與肌耐力運動、柔軟度運動
水上活動	蛙泳
舞蹈	創作活動
武術	太極拳
田徑	短距離跑、接力跑、跳遠
體操類	地板

資料來源：研究者根據『試辦綜合高中實驗課程實施要點』（1995）整理而成。

### （四）民國94年

這次的課程綱要中僅明列高一部訂必修4學分的教材參考類別，二、三年級校訂選修的教材未列入，學校可依各校的師資、場館設備、發展特色及學生需要自行調整上課的內容，類別共分為十二類，如表2-3-4所示。體



育授課時數，高一每週授課二小時，高二高三為選修。

表2-3-4 民國94年綜合高中體育課程教授類別及內容

類別	內容
球類	籃球、排球、足球、壘球、桌球、羽球等
體適能活動類	有氧運動、重量訓練、柔軟運動等
舞蹈類	創作活動、踢踏舞、民俗土風舞、中國古典舞、原住民舞蹈等
武術類	太極拳、刀術、槍術、劍術、棍術、氣功等
田徑類	短距離跑、跳遠、推鉛球、障礙跑等
體操類	地板、單槓、平衡木、高低槓、跳馬、疊羅漢、徒手體操等
游泳類	蛙泳、仰泳等
技擊類	跆拳道、拳擊、空手道、柔道、合氣道等
休閒活動類	登山、冒險活動、攀岩、自行車、直排輪、飛盤等
鄉土活動類	扯鈴、跳繩、踢毽、舞龍、拔河等
水上活動類	水球、划船、浮潛、水上安全與救生等
體育知識類	運動技術與規則、比賽策略、國際運動動態、體適能知識等

資料來源：研究者根據『綜合高中暫行課程綱要』（2005）整理而成。

相較於綜合高中試辦初期所訂定的教材內容，此次的教材更多元化且生活化，配合休閒風氣的盛行，加入了休閒活動類，課程的多樣化體育教師的再進修，顯得格外重要。

### 三、普通高中與綜合高中體育課程綱要的比較

民國94年，兩種學制為了因應首屆實施九年一貫課程畢業的學生，同時修訂了課程綱要。為了更加了解普通高中與綜合高中兩學制的體育課程規劃的異同點，針對主管單位、修課方式、課程規劃、授課內容及課程目標做比較，如表2-3-5：

表 2-3-5 普通高中與綜合高中修課方式、授課內容及課程目標比較表

項目	兩者相同點	兩者相異點	
		普通高中	綜合高中
主管單位		教育部中教司	教育部技職司
修課方式		三年必修 12 學分	一年級必修 4 學分 二、三年級選修
課程修訂同意 執行最高會議		校務會議	教務會議
體育課程規劃	由各校課程發展委員會，依據課程綱要規劃各校體育課程		
授課內容	只訂定教材的類別及內容供參考，將教材分為十二大類。 1. 田徑 2. 水上運動（游泳） 3. 體操運動 4. 球類 5. 健康體適能類 6. 舞蹈 7. 鄉土活動類 8. 運動知識類 9. 技擊運動 10. 戶外活動類（休閒活動類）	1. 其它類（射擊、射箭） 2. 健康管理類（運動保健（含健康體適能內容、飲食與營養、體重控制、運動傷害與急救）	1. 武術類（太極拳、刀術、槍術、劍術、棍術、氣功等）
體育課程目標	1. 充實體育知能 2. 提升運動能力、發展個人運動專長 3. 積極參與運動、養成規律運動習慣 4. 體驗運動樂趣、豐富休閒生活品質	1. 培養運動道德、表現良好社會行為 2. 建構完整體育概念	1. 有效操控身體、培養欣賞與審美能力 2. 了解並尊重個別差異、發展良好人際關係與社會行為，利用機會服務人群 3. 勇於接受挑戰、培養責任感，建立正向的態度

資料來源：研究者根據『綜合高中課程暫行綱要』『94 年高級中學課程暫行綱要』整理而成。

綜合表 2-3-5 的比較，可以看出兩種學制在主管單位、修課方式及課程規劃同意執行最高單位，沒有共通點外，就課程規劃、授課內容及體育目標方面都有共通點。綜合高中課程修訂執行最高會議為教務會議，由於

教務會議並非所有人都參加，容易造成教務處主導課程修訂，缺乏公平性。課程的修訂應在全校皆參加的校務會議中提出修訂，以確保每位教師的權利。體育課程目標，由於綜合高中的教學理念在適性學習，所以不同於普通高中，增列「尊重個別差異」的理念。

#### 第四節 本章小結

比較我國、日本、英國與美國綜合中學的體育課程規劃，就制度上而言我國與英國較為相同，英國在第六學級（相當於我國高二高三，如圖 2-4）體育課程改為選修。而日本由於政府重視體育與終身運動的建立，在法令上明訂綜合高中體育三年必修 8 單位（相當於我國 16 學分），另外在高三時再加開體育選修課程。美國規定畢業體育必修學分為 1 卡耐基（相當於我國 8 學分），四國的比較我國體育必修學分數僅高於英國，卻在日本與美國之下。然而在日本、英國與美國的綜合中學教育中，相當重視學生的課外活動，以補正課之不足，我國在沒有重視課外活動的情況下又縮減體育課程的授課時數，對於學生的身體活動發展令人堪憂。

就高中升大學的制度而言，只有美國採取申請入學的方式不必參加考試，所以高三並無升大學的壓力。在我國、日本與英國在高三時都有升大學的考試壓力，英國為了升學在第六學級只開設升學相關科目，日本受到文部省體育三年必修 8 學分的規定，採取加重一、二年級的體育學分數，

減少三年級的體育學分數的方式，以準備升大學的考試。呂昆娣（2004）研究發現，綜合高中課程之實施仍受升學考試所影響，體育在此情況下高二高三改為選修，各校會不會因升學的考量加重學科的比例而忽略了體育的發展，是本研究極為想要探討的問題。



圖 2-4 各國年齡與學制圖