

114 學年度普通型高級中等學校體育學科中心

【北二區】全國教師增能培力研習實施計畫

壹、依據

教育部國民及學前教育署114年8月6日臺教國署高字第1145404608號函核定「普通型高級中等學校體育學科中心114學年度工作計畫」辦理。

貳、目的

- 一、因應十二年國教實施，以素養導向課程推動為核心，協助教師精熟課綱內涵，並透過跨領域(科)課程共備機制，強化教師課程設計與教學實踐。
- 二、建構教學資源研發支援體系，增進教師教學研究之風氣促進教師專業成長，提升教師教學品質。
- 三、推廣運動性別平等，營造尊重、多元、包容的教育與運動環境，以保障師生權益。
- 四、在體育課程中融入社會情緒學習(SEL)，培養學生覺察、管理、人際與決策能力，促進教師專業成長，提升學生學習成效與生活適應力。
- 五、透過加深加廣運動傷害防護課程，讓教師更熟悉運動傷害防護基本原理與方法並提升教師課堂即時應變能力，減少校園運動傷害發生率。

參、辦理單位

- 一、指導單位：教育部國民及學前教育署。
- 二、承辦單位：普通型高級中等學校體育學科中心——桃園市立平鎮高級中等學校。
- 三、協辦單位：基隆市政府教育處、基隆市國民教育輔導團健康與體育領域分團、新竹縣政府教育局、新北市政府教育局、臺北市政府教育局、桃園市政府教育局、新竹市政府教育處、國立基隆女子高級中學。

肆、辦理內容

- 一、參加對象：全國高中職體育（人數上限45人）。
錄取對象之排序：
(一)未曾參與學科中心各項研習活動且適用於普高課綱學校之體育教師。
(二)基隆、臺北、新北、桃園、新竹及宜蘭地區高中職體育教師。
(三)其他縣市體育教師或相關領域教師。
- 二、研習時間：114年11月29日（六）08時20分至15時40分。
- 三、研習地點：國立基隆女子高級中學（201基隆市信義區東信路324號）。
- 四、研習內容：
(一)性不性有你(妳)—淺談體育教學現場的性平實例x法規。
(二)高中體育課程融入社會情緒學習的策略與想像。
(三)加深加廣安全教育與傷害防護課程：筋放鬆—肌筋膜的伸展與放鬆。
- 五、其他注意事項：

課程名稱	攜帶用具及注意事項
加深加廣安全教育與傷害防護課程：筋放鬆—肌筋膜的伸展與放鬆	穿著運動服及運動鞋，自備滾筒、毛巾以利術科操作。
※研習當日校園開放停車空間。	

六、研習課程表：

時 間	研 習 內 容		主 持（講）人	研習地點
08：20 08：40 (20 分鐘)	報到			圖書館 2 樓 人文講堂
08：40 09：00 (20 分鐘)	開幕式		桃園市立平鎮高級中等學校 許唐敏校長 國立基隆女子高級中學 林三維校長	
09：00 10：40 (100 分鐘)	專題 講座 + 實作	性不性有你(妳)—淺談體育教學 現場的性平實例 x 法規	桃園市立平鎮高級中等學校 曾露瑤教師	
10：40 10：50 (10 分鐘)	交流時間			
10：50 12：20 (100 分鐘)	專題 講座	高中體育課程融入 社會情緒學習的策略與想像	臺北市立明倫高級中學 劉曜銘教師	
12：20 13：30 (70 分鐘)	午餐交流+場地移動			
13：30 15：30 (120 分鐘)	術科 + 實作	加深加廣 安全教育與傷害防護課程： 筋放鬆－肌筋膜的伸展與放鬆	高雄市立海青高級工商職業學校 詹恩華教師、曾士琦物理治療師	資源大樓 5 樓 跆拳道 教室
15：30 15：40 (10 分鐘)	綜合座談／閉幕式		桃園市立平鎮高級中等學校 許唐敏校長 講師群	
15:40-	賦歸			

註：本日程表得視實際情況酌予調整

八、報名方式：

- (一) 請前往教育部全國教師在職進修資訊網報名：網址：<https://www2.inservice.edu.tw/>，選擇【教師登入】輸入教師帳號及密碼→點選網頁上【研習進階搜尋】→於【學科中心】→於【體育】或輸入課程名稱或代碼查詢→點選頁面下方【線上報名專區】→填寫資料→完成報名手續
研習代碼：**5215818**。

- (二) 報名日期：**114年09月22日至11月21日止**。

- (三) 聯絡人：體育學科中心張小姐 (amyamy840730@pjhs.tyc.edu.tw)。

九、研習時數：全程參加者核予6小時研習時數。

十其他事項：

- (一) 本研習期間供膳，敬請服務單位惠予出席人員公（差）假與會，研習期間往返交通費及住宿費由貴校相關經費依規定支給。
- (二) 為響應節能減碳，敬請與會教師自備環保杯；另因研習課程含體育教學實務操作，敬請與會教師自備 1 套以上之運動服裝更換。
- (三) 研習時間若遇天然災害，依「行政院人事行政總處全球資訊網」公告各縣市是否停止上班上課情形為辦理依據。
- (四) 本研習開放拍照與錄影，惟請勿散布與重製內容，以尊重智慧財產權。

伍、注意事項：

因應十二年國教108課綱體育素養導向課程增能，敬請服務單位惠允參與教師公（差）假與課務排代，相關經費由任職學校支應。

陸、本計畫奉 校長核定後實施，修訂時亦同。

體育學科中心相關資源		
 108 課綱【5.0】問卷	 北區教師共備社群	 評量問卷
 教學資源平臺	 Instagram	 Facebook
 YouTube	 回饋表	

研習場地交通資訊(詳細請參閱學校官網)

開車路線

中山高速公路大業隧道→第一出口，往濱海公路→中正高架橋道路→中正橋→中正路→右轉接信二路→沿信二路直行到底，遇十字路口左轉接東信路→再前行80 M→即達「基隆女中」

搭乘公車

請搭乘201、202、203、204公車，至「基隆女中」站下車。

搭乘客運

【瑞芳、九份】

請搭乘往「基隆—金瓜石」的客運，至基隆女中站下車。

【台北】

◆ 搭乘客運2088(基隆—市府轉運站) 至 基隆女中/月眉路口下車，步行5分鐘。

◆ 搭乘客運

1800(基隆—中崙)、1801(基隆—國北護)、1802(基隆—三重)、1813(基隆—台北)、9006(基隆—士林)、1032(基隆—南港轉運站)、1191(基隆—中崙)、1550(基隆—行天宮)、1550A(基隆—行天宮)、1551(基隆—國道1號、新店)、1558(基隆—國道3號、動物園)、1573(基隆—國道1號、內湖科技園區)、1579(基隆—圓山)、1070(基隆—板橋)至 基隆車站或基隆市政府下車，轉乘 201、202、203、204 公車，至「基隆女中」站下車。

【淡水、金山】

862(基隆—淡水)、790(基隆—金山))至 基隆車站下車，轉乘 201、202、203、204 公車，至「基隆女中」站下車。

搭乘火車

搭乘台鐵往「基隆」方向區間車、自強號等，於「基隆」火車站下車，轉乘 201、202、203、204公車，至「基隆女中」站下車。

研習場地平面圖

