

國立東石高級中學
115 學年度運動科學實驗班續招甄選簡章



學校地址：嘉義縣朴子市大鄉里 253 號
連絡電話：(05) 3794180 #203 (教務處註冊組)
學校網址：[https:// www.tssh.cyc.edu.tw/](https://www.tssh.cyc.edu.tw/)

國立東石高級中學 115 學年度運動科學實驗班續招甄選重要日程表

序 號	工作日期	時間	工作項目及進度	備註
1	115 年 7 月 29 日 (三)	9 : 00	公告甄選簡章	學校首頁公告
2	115 年 7 月 29 日 (三) 115 年 8 月 12 日 (三)	09 : 00 16 : 00	1.運動科學實驗班報名。 2.115 年 7 月 29 日 09 : 00 起 開始報名至 115 年 8 月 12 日 16 : 00 報名截止。	需繳交紙本報 名表
3	115 年 8 月 14 日 (五)	12 : 00	資格審查	召開實驗教育 委員會
4	115 年 8 月 14 日 (五)	17 : 00 前	錄備取名單公告	學校首頁公告
5	115 年 8 月 17 日 (一)	12 : 00 前	繳交放棄錄取資格聲明書 13 : 30 電話通知備取學生	繳交至教務處 註冊組
6	115 年 8 月 17 日 (一)	17 : 00 前	公告運動科學實驗班正式名 單。	學校首頁公告

目 錄

一、 依據.....	01
二、 目的.....	01
三、 對象.....	01
四、 報名及甄選方式.....	02
五、 課程規劃.....	02
六、 預期成效.....	04
七、 轉出及轉入.....	04
附件一、國立東石高級中學 115 學年度運動科學實驗班續招甄選報名表	
附件二、國立東石高級中學 115 學年度運動科學實驗班放棄錄取聲明書	

一、依據

本校適用 115 學年度入學學生之「運動科學實驗班」實驗計畫。

二、目的

隨著社會健康意識的提升與運動產業的蓬勃發展，體育已不再只是競技表現的展現，更與科學研究、科技應用、健康促進密切相關。為回應十二年國教課綱強調的「自我精進」與「社會參與」核心素養，本校擬成立「運動科學實驗班」，以科學化的學習模式培養兼具運動能力、健康素養與探究精神的學生。

近年來，運動表現的提升已從「經驗訓練」轉向「科學驗證」的階段。運動心理學、運動營養學、運動傷害防護與運動管理等跨領域知識，成為運動員表現與健康維持的重要基石。本校觀察到學生對運動實務、健身訓練、營養飲食及心理調適的高度興趣，若能導入科學方法與系統性課程，不僅能提升學生的學習動機，更能引導其探索多元升學與職涯方向，如體育、醫療保健、運動管理及健康科技等領域。有鑑於此，本班的成立目的在於：

- 一、提升學生學習成就，提供對適性體育和專業訓練兩領域皆有興趣或潛能的學生，一個跨域整合的發展機會。避免因過於專注於專項訓練導致一般科目課程學習被壓縮，缺乏學科素養的問題。
- 二、培養學生將科技與科學思維應用於運動訓練的能力，透過引進科學化訓練與數據分析方法，取代傳統單純的經驗式訓練，幫助學生運動員優化運動表現、預防運動傷害，從而提升競技成績。
- 三、培育未來能投入運動產業、健康照護體系、運動科學、健康管理、物理治療或國家競技支援體系的專業人才。避免因過於投入競賽項目的專精與要求，卻忽視其他學科的均衡致升學或就業發展瓶頸的情形。
- 四、本縣運動風氣濃厚，包括朴子國中排球隊、東石國中足球隊、太保國中田徑隊等等，為照顧本縣學子的均衡發展，協助想兼顧學科學習與體育訓練的一般生規畫特色實驗課程，並與國中端訓練體系一脈相承，期能以訓練和課程並重方式激發學生的多元潛力，改善體育人才因競爭激烈，造成淘汰率高、受傷率也高的狀況，就此失去一展長才的舞台，期許透過本實驗班，讓學生成為適性體育、運動科學系統訓練、有氧運動、情蒐技戰術系統培養的投入者與推廣者。
- 五、符應課綱精神，推動素養導向教學、跨領域課程與多元活動，結合 SEL 情緒學習、STEAM 教育、科技融入教學、深度學習之理念，建構學生全人教育思維與自主學習的自信，教導學生尊重個別差異並發揮所學。
- 六、培育具備適性體育、健康運動、運動科學、技戰術研發、訓練器材研發、休閒管理知能與實務能力之人才為目標。

三、對象

(一) 本校115學年度入學普通科高一學生，符合下列條件之一者，皆可於教務處公告報名期間內完成報名程序，參加甄選。

- 1.115學年度錄取本校普通科學生且國中教育會考「國文」、「自然」，任一科等級達B以上。
- 2.通過本校運動成績優良學生單獨招生入學考試之學生。
- 3.無參加教育會考者，須另行參加校內舉辦之運動科學實驗班入班考試，考試期程另行通知。

(二) 招生人數：32人。(得不足額錄取)

四、報名及甄選方式

(一) 報名方式：本次採紙本報名，請於報名時限內繳交以下資料至本校教務處註冊組，未於報名時限內繳交者，視同未報名成功。

- 1.運動科學實驗班報名表一份。
- 2.會考成績單影本一份。(需清楚顯示各科成績及學生資料)
- 3.家長同意書一份。(需有監護人簽章)

(二) 甄選方式：

1.會考成績(佔比總成績之60%)=會考國文換算分數(30%)+會考自然換算分數(30%)。

國中教育會考國文、自然成績換算分數對照表如下：

	A++	A+	A	B++	B+	B	C
國文	25	21	18	15	12	9	6
自然	25	21	18	15	12	9	6

2.資料審查：審查學生讀書計畫(10%)、相關競賽表現(25%)、相關證明(5%)，所得資料審查成績佔比總成績之40%。

3.超額比序：如錄取分數相同時，依以下順位錄取。

- (1) 第一順位：國文科會考積分。
- (2) 第二順位：自然科會考積分。

五、課程規劃

依108年教育部頒定之「十二年國民基本教育課程綱要」排定課程，並輔以跨領域課程，培育體育科學及相關產業之專門人才。配合實驗班學生普通科課程之需要，設計補充教材，實施教學，激發學生學習興趣。其實驗課程如下：

運動科學實驗班實驗課程			
實施年級	課程名稱	課程概述	評量方式
高一	運動心理學	結合「心理學」與「運動科學」，強調心智狀態對運動表現的影響。旨在幫助學生了解「身心調適」及「應對策略」及「團隊合作」等，培養其專注力、動機、壓力管理及溝通互動等能力，並引導學生將心理策略應用於運動與日常生活中。 課程目標如下： - 了解運動心理學的基本概念，並能應用心理技巧及意象訓練提升表現。 - 建立正向積極的運動態度與競技策略，並能強化訓練成果。	1、分組作業 25% 2、實作評量 25% 3、課堂表現 30% 4、參加校內外競賽活動表現 20%

		促進團隊心理與領導管理，推動自主問題解決。	
高二上	運動傷害防護	以「預防勝於治療」的概念規劃課程，注重運動安全、保健與正確救護的態度、理論與基礎能力。結合生物、健護與實務操作，讓學生具備辨識、預防、初步處理運動傷害的方法，並培養健康運動的觀念。課程目標如下： - 認識運動傷害的成因與種類，建立保健意識。 - 學習防護與急救原則，強化應變與有效處理技巧。 - 提升自我照顧與團隊協助能力，培養運動安全素養。 - 拓展視野，培育運動相關產業人才。	1、分組作業 25% 2、實作評量 25% 3、課堂表現 30% 4、參加校內外競賽活動表現 20%
高二下	運動與科技應用	現代體育需透過整合運動科學、資訊科技、管理學等知識，培養具備跨領域技能，能適應運動科技產業發展的新型態人才。本課程鼓勵學生透過專題製作、實務演練等方式，將所學理論應用於實際場域，例如開發運動科技產品或解決產業問題，以激發學生的創新思考，鼓勵他們探索運動科技的模式。課程目標如下： - 理解科技在現代運動訓練、健康促進及行銷中的應用原理。 - 能運用科技工具進行數據蒐集、分析與回饋。 透過專題設計，展現運動創新與問題解決能力。	1、分組作業 25% 2、實作評量 25% 3、課堂表現 30% 4、參加校內外競賽活動表現 20%
高三上	運動生物力學	- 學生能了解人體在運動中動作產生的力學原理，並能運用於動作分析與技術改進。 - 學生能夠運用運動生物力學的基本概念（如力、重心、槓桿、動量與能量轉換）於實際運動技能。辨析飲食迷思與媒體識讀。	1、 平時成績（40%） 課堂參與、筆記、實驗紀錄、分組討論表現。 2、 實作與報告（40%） 動作分析報告、影片觀察分析、數據處理與結論呈現。 3、 筆試評量（20%） 力學原理、名詞解釋與應用題

		- 學生能培養觀察、測量、分析與解釋運動動作的能力，提升運動表現與預防運動傷害。 - 學生能結合科學探究與問題解決能力，促進跨領域整合（物理、生理、體育）的思考。 學生能使用科技工具（如動作分析軟體、力量平台、影像辨識系統）進行實驗與數據判讀之能力。	
高三下	運動管理與行銷	現代體育產業是「運動、行銷、經濟、教育」的綜合領域。希望可以提早讓學生了解運動產業的組成、活動策劃流程與行銷策略，進而培養組織協調、領導溝通與專案管理能力，並激發學生在運動產業中的職涯想像。有助於未來升學與就業。課程目標如下： 1. 理解運動產業的基本概念 2. 培養運動行銷與推廣思維。 3. 建立團隊合作與領導能力。	1、分組作業 25% 2、實作評量 25% 3、課堂表現 30% 4、參加校內外競賽活動表現 20%

六、預期成效

- (一) 學生能提升學習成就，具備學科知識和自主專業訓練與跨域整合的能力。
- (二) 學生能將科技與科學思維應用於運動訓練的能力，並能理解科學化訓練與數據分析方法優化運動表現、預防運動傷害，從而提升競技成績。
- (三) 學生能了解運動產業、健康照護體系、運動科學、健康管理、物理治療或國家競技體系，有助於未來升學與就業。
- (四) 學生能兼顧學科學習與體育訓練，持續維持訓練，成為適性體育的投入者與推廣者。
- (五) 學生能具備全人教育思維與自主學習的素養，進而發揮所學。
- (六) 學校能建立校本特色課程，型宿學校特色，強化辦學體質，落實國中與高中的連結，拓展並穩定生源。

七、轉出及轉入

實驗班於每學期結束後，得依學生意願並經「實驗教育委員會」討論，辦理實驗班學生之轉出及轉入，其標準如下：

(一)轉出：

1. 申請轉出：學生本人得考量其興趣、性向、學習成效及預期目標等因素，於每學期末主動申請轉出。
2. 輔導轉出：學生品性及生活適應不良，經導師、任課教師提報，足以影響實驗課程之進行時，得參考學生意願，並經實驗教育委員會同意後，輔導轉出。為維持教師教學

及學生學習之穩定性，高二起學校不再進行輔導轉出。

3. 轉出之編班程序，悉依本校「編班、選組、轉班及適性輔導作業原則」及「適性輔導轉科要點」辦理，並請輔導室及新班導師定期予以輔導。

(二)轉入：

1. 申請轉入：如有缺額，在高一上或下學期結束前得由學生依個人意願提出申請。
2. 報名資格：
 - (1) 若申請為高一上學期：參照高一上學期部定必修國語文、自然兩次總成績(不含上學期期末考)，依成績擇優錄取。
 - (2) 若申請為高一下學期：參考全學期之部定必修國語文、自然五次段考總成績(不含下學期期末考)，依成績擇優錄取。
3. 成績計算方式：
 - (1) 若申請為高一上學期：總成績=高一部定必修國語文兩次段考總成績*50%+高一部定必修自然兩次段考總成績*50%。
 - (2) 若申請為高一下學期：總成績=高一部定必修國語文五次段考總成績*50%+高一部定必修自然五次段考總成績*50%。
 - (3) 超額比序：高一部定必修國語文總成績。

國立東石高級中學 115 學年度「運動科學實驗班」續招甄選報名表

學生資料	學生姓名		家長資料	家長姓名 (監護人)	
	性別	☐ 男 ☐ 女		關係	☐ 父 ☐ 母 ☐ 其他_____
	出生日期	民國 年 月 日		市話	
	身分證字號			手機	
	入學管道				
	通訊地址				

資格審核

報名者勾選	甄選資格	檢附相關證明	複核 (學校填寫)	☐ 通過 ☐ 未通過 原因：
	☐ 國中教育會考測驗「國文」、「自然」，任一科等級達 B 以上。 ☐ 國文—_____（等級） ☐ 自然—_____（等級） ☐ 本校運動成績優良學生單獨招生入學考試	☐ 國中教育會考成績單影本 （必附）		

成績計算

一、會考成績（佔比總成績之 60%）＝會考國文換算分數(30%)+會考自然換算分數(30%)。

二、國中教育會考國文、自然成績換算分數對照表如下：

	A++	A+	A	B++	B+	B	C
國文	25	21	18	15	12	9	6
自然	25	21	18	15	12	9	6

三、資料審查：審查學生讀書計畫(10%)、相關競賽表現(25%)、相關證明(5%)，所得資料審查成績佔比總成績之 40%。

四、總成績：會考成績（佔比總成績之 60%）+資料審查(佔比總成績之 40%)。

五、超額比序：

1. 第一順位：國文科會考積分。
2. 第二順位：自然科會考積分。

六、甄選方式：

（一）會考成績（佔比總成績之 60%）

報名者填寫	科目	等級	積分	分數(30%)	總積分	複核 (學校填寫)	☐ 積分計算正確 ☐ 計算有誤，修正如下： 國文等級____，積分____，分數(30%)____ 自然等級____，積分____，分數(30%)____	總積分
	國文							
	自然							

（二）資料審核（佔比總成績之 40%）

報名者填寫	繳交資料	複核 (學校填寫)	繳交資料	總積分
	☐ 讀書計畫		☐ 讀書計畫：積分____，分數(10%)____	
	☐ 競賽表現-請附影本		☐ 競賽表現-請附影本：積分____，分數(25%)____	
	☐ 證明文件-請附影本		☐ 證明文件-請附影本：積分____，分數(5%)____	

（三）總成績

(學校 填寫)	會考成績（佔比總成績之 60%）	資料審核（佔比總成績之 40%）	總成績

家長同意書

本人同意敝子女（學生姓名）_____報名 115 學年度運動科學實驗班，已確認以上資料填寫正確，並充分知曉實驗班特色課程，有其實驗性質。一經錄取，除非特殊狀況，應依本校轉科（班）規定及其相關法規辦理轉出。

學生簽名：_____

家長簽名：_____

填寫日期：_____

審核結果(學校填寫)

資格審核	錄取順位	超額比序積點	排序	結果	核章
☐ 通過 ☐ 未通過		1.國文積點_____ 2.自然積點_____		☐ 錄取 ☐ 未錄取	審核人員： 註冊組長： 教務主任：

國立東石高級中學 115 學年度「運動科學實驗班」放棄錄取聲明書

第一聯 學校存查聯

姓名		身分證統一編號		聯絡電話	
本人自願放棄國立東石高級中學 115 學年度運動科學實驗班錄取資格，絕無異議，特此聲明。 此致 國立東石高級中學 學生簽章：_____ 家長（或監護人）簽章：_____ 日期：115 年 月 日					
教務處蓋章					

✂

國立東石高級中學 115 學年度「運動科學實驗班」放棄錄取聲明書

第二聯 學校存查聯

姓名		身分證統一編號		聯絡電話	
本人自願放棄國立東石高級中學 115 學年度運動科學實驗班錄取資格，絕無異議，特此聲明。 此致 國立東石高級中學 學生簽章：_____ 家長（或監護人）簽章：_____ 日期：115 年 月 日					
教務處蓋章					

注意事項：

1. 欲放棄錄取資格者，請填妥本聲明書，經學生、家長雙方（或監護人）親自簽章後，於 115 年 8 月 17 日（星期一）12：00 前，由學生或家長（或監護人）親自送至錄取學校辦理，逾期放棄不予受理。
2. 聲明放棄錄取資格手續完成後，不得以任何理由撤回，請學生及家長雙方（或監護人）慎重考慮。