

**114 學年度普通型高級中等學校體育學科中心
體育素養新動能：能量補給×運動播報工作坊
【桃園場－策略聯盟（跨單位合作）】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、透過策略聯盟模式，促進資源共享與互助合作，建構跨區、跨單位專業支持網絡，活化各區教師專業知能交流，提升教學創新與專業成長。
- 二、辦理能量果膠補給製作課程，增進教師運動補給概念與實務應用之能力。
- 三、辦理運動賽會行銷與傳播主題，提供教師課程設計概念，強化校園體育活動推廣效益。

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。
普通型高級中等學校家政學科中心——國立臺南女子高級中學。
智林運動行銷。

肆、辦理內容

- 一、參加對象：全國高中職體育、家政教師為主（人數上限40人）。
錄取順序：
(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、家政教師。
(二) 對研習主題有興趣之教師。
- 二、研習時間：115年2月3日（二）8時20分至15時30分。
- 三、研習地點：桃園市立平鎮高級中等學校（324桃園市平鎮區環南路三段100號）。
- 四、研習內容：
(一) 碳水炸彈製作。
(二) 體育新媒體，直播自己來！
(三) 輪到你拔河。
- 五、研習辦理方式：本次研習以實體為主。
- 六、其他注意事項：

課程名稱	攜帶用具及注意事項
碳水炸彈製作	依個人喜好自備即溶咖啡粉、濃縮酸櫻桃汁、楓糖漿與黑糖溶液、黑醋栗等材料，製作各種風味之果膠
體育新媒體，直播自己來！	手機或平板，並務必先行下載CapCut
輪到你拔河	運動服裝及務必穿著運動鞋或步鞋（鞋底有膠底為佳）
※校園開放停車空間	

七、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			行政大樓 3 樓多功能教室 + 綠猗園 5 樓家政教室
08：40 09：00 (20 分鐘)	開幕式		體育學科中心主任 許唐敏校長	
09：00 10：40 (100 分鐘)	學 科 + 實 作	碳水炸彈製作	桃園市立平鎮高級中等學校 陳琦峰教師【體育教師】 鄭麗文教師【家政教師】	
10：40 10：50 (10 分鐘)	交流時間+場地移動			行政大樓 3 樓多功能教室
10：50 12：30 (110 分鐘)	學 科 + 實 作	體育新媒體，直播自己來！	智林運動行銷 鄭秉宸主播 陳修敬剪輯師	
12：30 13：30 (60 分鐘)	午餐交流+場地移動			迎風川廊 + 光電球場
13：30 15：10 (100 分鐘)	實 作	輪到你拔河 【主軸為 8 人制拔河】	桃園市立八德國民中學 黃婷宜教師	
15：10 15：30 (20 分鐘)	討 論 及 意 見 交 流	綜合座談／閉幕式	講師群	
15：30-	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：https://www2.inservice.edu.tw/index_login.aspx，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【研習名稱／代碼】，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：**5317001**。

- (二) 報名日期：**114年1月5（一）至1月27日（二）止**。

- (三) 錄取通知：於115年1月28日（三）前以電子郵件通知。

- (四) 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件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。

工作坊場地交通

開車

- 中山高速公路：[中壢/新屋交流道]下往中壢方向接民族路，右轉環南路過中豐路二百公尺。[66 快速道路：觀音/大溪交流道]下往大溪方向至[中豐路]交流道下，再迴轉接中豐路右轉，往中壢方向至環南路口右轉二百公尺。
- 北二高：大溪交流道下往中壢方向接東西快速道路至中豐路口下，往中壢方向至環南路口右轉二百公尺。
- 省道：在平鎮市之省道為延平路，經延平路與中豐路交叉口，轉中豐路往龍潭方向，至環南路口左轉二百公尺。

坐車

- 客運：中壢客運、桃園客運、新竹客運，在平鎮市公所站下車步行，由德育路至環南路 5 分鐘；在環南路口站（第一製藥）下車步行 3 分鐘。
- 火車：中壢站下車，由後站經和平路轉德育路，步行約 20 分鐘。

平鎮高中位置圖



搭車+YouBike

- 火車：中壢站後站下車，騎乘約 7 分鐘至平鎮高中。

中壢站後站 YouBike 站 <https://maps.app.goo.gl/skjSCLt1LJ3nRRTZA>

桃園市立圖書館平鎮分館 YouBike 站 <https://maps.app.goo.gl/etT3uhJrNaEDGffx7>

工作坊場地平面圖

桃園市立平鎮高級中等學校

校舍平面配置圖 (114年版)

