

二、各國近期體育課程的主要內涵

此部分之研究範疇，主要探討中國大陸、香港、日本、美國、芬蘭、澳洲、紐西蘭、英國、法國、德國等地之中小學體育課程。各地體育課程之發展近況，將分別依照其背景、課程名稱、每週授課時數、課程架構、課程目標、課程內涵、師資培育、挑戰與趨勢、以及對臺灣體育課程的啟示等項目做敘述。

(一) 中國大陸

1. 環境背景

1949年以前，中國的基礎教育十分薄弱，教育發展最高年的1946年，小學28.9萬所，中學4266所。1949年中華人民共和國成立後，中央和地方各級政府非常重視發展基礎教育，投入大量的人力和財力普及教育。特別是1978年改革開放以來，中國的基礎教育事業進入了一個新的發展時期。1985年中共中央發佈的《關於教育體制改革的決定》中提出了“實行基礎教育由地方負責，分級管理的原則”，從而極大地調動了地方各級政府，尤其是縣、鄉兩級政府辦學的積極性。1986年全國人民代表大會頒佈《中華人民共和國義務教育法》，使中國的基礎教育走上了法制的軌道。1993年中共中央、國務院發佈《中國教育改革和發展綱要》，明確了到本世紀末中國基礎教育的發展方向和基本方針。1999年初國務院批轉了教育部制定的《面向21世紀教育振興行動計畫》，這一計畫是教育戰線落實“科教興國”偉大戰略的具體舉措，是在落實《中華人民共和國教育法》及《中國教育改革和發展綱要》基礎上提出的跨世紀教育改革和發展的施工藍圖。6月，中共中央、國務院發佈了《關於深化教育改革，全面推進素質教育的決定》，為構建21世紀充滿生機活力的具有中國特色的社會主義教育體系指明了方向。

新中國成立50年來，中國的基礎教育事業取得了巨大成績。截止到1998年底，有小學60.96萬所，在校學生13953.80萬人；普通初級中學63940所，在校生5363.03萬人；普通高級中學1.39萬所，在校生938萬人；有特殊教育學校1535所，在校生35.84萬人(其中在普通學校附設特殊教育班及隨班就讀學生22.55萬人)。全國小學適齡兒童入學率已達98.9%，小學畢業生升入初中階段(含普通初中和職業初中)的比例已達94.3%，初中階段入學率達87.3%。全國90%的人口地區普及了初等義務教育，73%的人口地區普及了初中階段義務教育，大城市市區和沿海經濟發展較快地區已開始普及高中階段教育。

在課程發展的部分，1916年以前分為初等小學與高等小學，修業年限由九年改為七年，授課內容為遊戲、有益之體育活動以及體操(兵式體操)，每周上課平均3.6小時。1929年之後，小學課程改制為六年，授課內容更為豐富，增加許多運動項目、器材，每周上課160分鐘。之後中小學課程不斷修訂，1978年，改為十年制義務教育；1988年開始，為九年義務教育。

中學分為初級中學與高級中學，1942年以前體育與健康課程以軍事課程做為主要授課內容。1988年改制為九年義務教育後，強調學生體質健康，促進五育均衡發展，培養現代化、世界觀的人才，提高中華民族素質的戰略措施。

2. 課程名稱

體育與健康

3. 每週授課時數

體育與健康的課時，1~2年級相當於每週4學時，3~6年級和7~9年級相當於

每週3學時，高中1~3年級相當於每週2學時。但《標準》沒有規定各個學習領域內容的時數比例，在制訂教學計畫時，可以根據以下原則來確定教學內容的時數比例。

(1)實踐性原則

本課程是以增進學生身心健康為主要目的的實踐性課程，要保證絕大多數教學時間用於體育活動實踐。只有讓學生經常參與體育活動，他們的身體才能得到很好的發展，心理健康水準和社會適應能力才能得到進一步的提高。要避免用過多時間在課堂上給學生講授體育與健康知識的現象。在充分保證體育實踐課的前提下，也可以安排一定時數的室內教學來講授體育與健康的有關知識。

(2)靈活性原則

應按照教學內容的性質、作用和難易程度安排教學時數，並根據學生達成學習目標的狀況，及時調整教學時數和進度。

(3)綜合性原則

每一堂課的教學都應指向多種教學目標。教學中不僅要重視學生運動技能和知識的掌握，更要關注學生的心理發展和社會適應能力的提高。教師要創設一些專門的情景，以保證心理健康和社會適應學習目標的實現。

4.課程架構

根據九年義務教育小學階段、初中階段的培養目標和兒童、少年身心發育的規律設置課程。課程包括學科、活動兩部分，主要由國家統一安排，也有一部分由地方安排。學科以文化基礎教育為主，在適當年級，因地制宜地滲透職業技術教育；以分科課為主，適當設置綜合課；以必修課為主，初中階段適當設置選修課；以按學年、學期安排的課為主，適當設置課時較少的短期課。活動在實施全面發展教育中同學科相輔相成。學校在教育、教學工作中，要充分發揮學科和活動的整體功能，對學生進行德育、智育、體育、美育和勞動教育，為學生的全面發展打好基礎。

體育與健康課程的五個學習領域分別為：

(1)運動參與

運動參與是學生發展體能、獲得運動技能、提高健康水準、形成樂觀開朗的生活態度的重要途徑。促使學生主動參與體育活動的關鍵是通過形式多樣的教學手段、豐富多彩的活動內容，培養他們參與體育活動的興趣和愛好，形成堅持鍛煉的習慣和終身體育的意識。在促使生積極參與體育活動的基礎上，還應使學生懂得科學鍛煉身體的方法。在1~6年級，要著重讓學生體驗參加體育活動的樂趣；在中學階段，要注重學生體育鍛煉習慣的養成。

(2)運動技能

運動技能學習領域體現了體育與健康課程以身體練習為主的基本特徵，學習運動技能也是實現其他領域學習目標的主要手段之一。通過運動技能的學習，絕大多數學生將學會多種基本運動技能，在此基礎上形成自己的興趣愛好，並有所專長，提高終身體育鍛煉的意識和能力。同時在學習過程中也能瞭解到安全地進行體育活動的知識和方法，並獲得在野外環境中的基本活動技能。

在義務教育階段，應注重學生基本的運動知識、運動技能的掌握和應用，不過分追求運動技能傳授的系統和完整，不苛求技術動作的細節；在高中階段，應充分尊重學生的不同需要，引導他們根據自己的具體情況選擇一兩種運動專案進

行較系統的學習，發展運動能力。

(3) 身體健康

少年兒童正處在生長發育最旺盛的時期，這一時期學生的身體狀況對他們身體的健康成長具有重要影響。體育活動是促進學生身體發展和健康的重要手段，因此，本學習領域在引導學生積極參與體育活動、發展體能的同時，注意使他們瞭解營養、環境和不良行為對身體健康的影響，並形成健康的生活方式，這樣才能有效地提高學生的身體健康水準。

學生的身體健康水準與其體能狀況緊密相關，而良好的體能是通過持之以恆的鍛煉獲得的。根據學生體能發展敏感期的特徵，本學習領域要求學生在某一水準學習時側重發展某些體能。

(4) 心理健康

體育活動不僅有助於身體健康，也能增進心理健康。本課程十分重視通過體育活動來提高學生的自信心、意志品質和調節情緒的能力。在教學中，要防止只重視運動技能的傳授，而忽視心理健康目標達成的現象；要努力使學生在體育活動過程中既掌握基本的運動技能，又發展心理品質；要注意創設一些專門的情景，採取一些特別的手段，促進學生心理健康水準的提高。

在義務教育階段，應側重使學生瞭解和體驗體育活動對心理狀態的影響；高中階段，應側重使學生運用體育活動方法改善心理狀態。

(5) 社會適應：

體育活動對於發展學生的社會適應能力具有獨特的作用，經常參與體育活動的學生，合作和競爭意識、交往能力、對集體和社會的關心程度都會得到提高，而且，學生在體育活動中所獲得的合作與交往等能力能遷移到日常的學習和生活去。在體育教學中應特別注意營造友好、和諧的課堂氛圍，採取有效的教學手段和方法培養學生的社會適應能力。

在1~6年級，應著重幫助學生瞭解一般的遊戲規則，學會尊重和關心他人，並表現出一的合作行為；在7~9年級，應注重學生對運動角色和體育道德行為的識別，注重培養學生對媒體中的體育與健康資訊作出簡單評價的能力；在高中階段，要關注學生形成良好的體育道德和合作精神，增強他們對社會的責任感，使他們學會通過多種途徑獲取現代社會中體育與健康知識的方法。

5. 課程目標

小學階段使學生掌握體育、衛生、保健的基礎知識，簡單的體育運動技術。使學生養成鍛煉身體、講究衛生的習慣，增強體質，加強紀律觀念，培養學習團結友愛、朝氣蓬勃和勇敢頑強的精神。

初中階段使學生掌握體育基礎知識和體育衛生保健知識，初步掌握基本運動技能。使學生養成自覺鍛煉身體的習慣，促進身體正常發育，增強體質，進一步加強紀律觀念，培養學生團結合作的精神、競爭的意識和勇敢頑強的意志品質。養成講究衛生的習慣，具有健康的體魄。具有初步的審美能力，形成健康的志趣和愛好。學會生活自理和參加力所能及的家務勞動，初步掌握一些生產勞動的基礎知識和基本技能，瞭解一些職業的常識，具有正確的勞動態度和良好的勞動習慣。

6. 課程內涵

堅持健康第一的指導思想，在教育系統廣泛深入持久地開展群眾性體育活動，大力增強青少年學生的體質、意志力和終生鍛煉的自覺意識。推廣《學生體

質健康標準》，提高體育課程和課外活動的品質，建立學生體質健康監測體系。建立學校衛生安全責任制與監測機制，做好飲食衛生管理與衛生防病工作。切實加強心理健康教育 and 青春期健康教育，加強學生安全教育、預防愛滋病教育和毒品預防教育。

體育與健康課程是以全面貫徹教育方針和健康第一為指導思想，體現改革的精神，以學生為主體，充分發揮體育與健康教學的綜合功能。以馬列主義、毛澤東思想和鄧小平理論為指導，闡述體育與健康課程對社會發展、文明生活以及促進學生身心發展的功能與作用，有利學生的學習、生活、強健體魄和終身教育，反映時代精神、創造性，激勵學生積極向上。課程內容亦要符合科學性、發展性、健身性、文化性、統一性以及選擇性原則，以利學生掌握科學的體育與健康知識，掌握體育運動文化，在統一性的基礎上，針對學生的差異，讓教學內容彈性化並具有選擇性。

(1)小學：將精選的教學內容劃分為必修、選修（含限制性選修和任意選修）兩大類。兩者各占的比重，一、二年級為7：3，三至六年級為6：4。

必修教學內容包括：體育與健康基礎常識、基本運動、遊戲、田徑、體操、武術。

限制選修：球類、韻律活動和舞蹈、游泳。

任意選修：民族、民間傳統體育項目；現代科學健身方法；新興體育項目；必修內容的提高與拓寬；由學校置換的其他內容。

(2)中學：同樣將教學內容劃分為必修、選修（含限制性選修和任意選修）兩大類，兩者各占比重50%。

必修教學內容包括：基礎知識、田徑、體操、武術；

限制選修教學內容包括：球類（足球、籃球、排球，每學期或學年選1~2項）、韻律體操和舞蹈、游泳。

任意選修：民族、民間傳統體育項目；現代科學健身方法；新興體育項目；必修內容的提高與拓寬；由學校置換的其他內容。

7.師資培育

通過各種形式，改進和加強了教師的培養、培訓工作，教師隊伍的整體素質不斷提高。教師學歷合格率大幅度上升。民辦教師問題基本解決。教師生活待遇和社會地位有所提高，住房條件明顯改善。教師正在逐步成為受人羨慕的職業。

教師隊伍的整體素質和師德師風建設取得明顯成效。各級各類學校的教師學歷水準基本達到《教師法》規定標準，有條件的地區可進一步提高對教師學歷的要求。職業學校“雙師型”教師達到一定比例。高等學校專任教師中具有碩士和博士學位教師的比例有較大提高。各級各類學校專任教師的專業結構、職務結構和年齡結構更為合理。專任教師的數量、知識結構基本滿足學校的規模發展和課程改革的需求。

8.評量

學習評價

(1)學習評價的目的

- A.瞭解學生的學習情況與表現，以及達到學習目標的程度。
- B.判斷學生學習中存在的不足及原因，改進教學。
- C.為學生提供展示自己能力、水準、個性的機會，並鼓勵和促進學生的進步與發展。
- D.培養與提高學生自我認識、自我教育的能力。

(2)學習評價的重點

本《標準》的目標、內容與以往相比有較大變化，因此，學習評價的重點也相應有所變化。體育與健康課程學習評價的重點，不太強調比較強調評價與遺傳因素相關較大的體能等。評價與教學過程較為相關的態度、行為等評價體育與健康知識的記憶。評價對體育與健康知識的理解和運用評價單個運動技術掌握的水準。評價運動技術的運用和運動參與程度僅評價最終成績，既評價最終成績，又評價學習過程和進步幅度。僅由教師進行外部評價，學生在學習過程中的自我評價、互相評價和教師評價相結合。

(3)學習成績評定建議

體育與健康課程學習成績評定是對學生的學習表現以及達到學習目標的程度進行的判斷與等級評定。

A.學習成績評定的內容

- i. 體能--與不同學習水準相關的體能項目。
- ii. 知識與技能--對體育與健康的認識，科學鍛煉的方法，體育技戰術知識與運用能力，有關健康知識的掌握與運用。與不同學習水準相關的運動技能水準及運用情況。
- iii. 學習態度--學生對待學習與練習的態度，以及在學習和鍛煉活動中的行為表現情意表現與合作精神--學生在體育學習中的情緒、自信心和意志表現，對他人的理解與尊重，交往與合作精神。

B.學習成績評定的標準

體育與健康課程學習的評定應採用絕對性標準與相對性標準相結合的方法進行，如在體能成績評定中可參照《學生體質健康標準》，結合每一位學生的基礎及提高的幅度進行評定。國家學生體質健康標準是測量學生體質健康狀況和鍛煉效果的評價標準，健康的概念包括身體健康、因心理健康與社會適應。制定標準給予分數與等級的目的是希望能夠激勵學生對體育鍛煉的內在積極性，引導學生自我鍛煉的功能。施測內容包括身體成分、身體型態、身體機能、身體素質和運動能力，不同年級給予不同的施測內容，且設計必測類與選測類的項目，選測項目由各地(市)進行選擇。施測項目有：身高標準體重、坐位體前屈、投沙包、50米跑(25米*2往返跑)、400米跑(50米*8往返跑)、1000米跑(男)、800米跑(女)、立定跳遠、跳繩、踢毽子、擲實心球、仰臥起坐、引體向上(男)、肺活量體重指數、台階試驗、握力體重指數、籃球運球、足球運球、排球托球，共19項。各校每年應施測一次，施測後，依照學生的表現對照標準給予等級與分數。

所有的施測結果將會記錄在「國家學生體質健康標準數據管理系統中」，全面準確地反映學生體質健康的狀況和特點，可提供政府部門決策的依據，也可檢驗學校體育教學成果，推動體育工作科學化，並且提供青少年發育之信息給予科學研究機構做為科學依據。

運動技能成績的評定，可採用定量評定與定性評定相結合的方法進行。

C.學習成績評定方法的建議

根據學生年齡、學段的特點，體育與健康課程學習成績評定方法應有所差異。建議1~2年級採用評語制，3年級至高中三年級採用等級評定制，也可以將等級評定與評語式評定結合使用。學生體育學習成績的評定還應重視建立學生成長記錄袋，學生成長記錄袋可以收錄在體能和運動技能方面的發展、學生學習態度和行為的變化等方面的有關資料。學生成長記錄袋既有助於促進學生的自主學習，也有利於教師、家長更好地瞭解和指導學生的學習。

D.學習成績評定形式的建議

學生學習成績評定不僅要有教師參與，同時也要重視學生的自我評價和相互評價。

- i. 學生自我評定--學生對自己的運動技能、學習態度、情意表現與合作精神等進行的綜合評定。
- ii. 組內互相評定--學生對組內各個成員的運動技能、學習態度、情意表現與合作精神等進行的綜合評定。
- iii. 教師評定--依據學生的學習目標達成度、行為表現和進步幅度等，考慮學生自我評定與組內互相評定的情況，對學生的學習成績的四個方面進行綜合評定。

隨著學生學段的升高，應更重視學生自我評定和相互評定的作用。

9.挑戰與趨勢

改革開放以來，中國基礎教育取得了輝煌成就。基本普及九年義務教育和基本掃除青壯年文盲（簡稱“兩基”）的目標初步實現，素質教育全面推進。但中國基礎教育總體水準還不高，發展不平衡，一些地方對基礎教育重視不夠。進入新世紀，基礎教育面臨著新的挑戰，改革與發展的任務仍十分艱巨。

為了切實貫徹《中華人民共和國教育法》、《中華人民共和國義務教育法》、《中華人民共和國教師法》、《中華人民共和國未成年人保護法》等有關法律，實施《中華人民共和國國民經濟和社會發展第十個五年計劃綱要》，全面貫徹黨的教育方針，大力推進基礎教育的改革和健康發展，特作如下決定：

- 確立基礎教育在社會主義現代化建設中的戰略地位，堅持基礎教育優先發展。
- 完善管理體制，保障經費投入，推進農村義務教育持續健康發展
- 深化教育教學改革，扎實推進素質教育
- 完善教師教育體系，深化人事制度改革，大力加強中小學教師隊伍建設
- 推進辦學體制改革，促進社會力量辦學健康發展
- 加強領導，動員全社會關心支持，保障基礎教育改革與發展的順利進行

針對薄弱環節，採取有力措施，鞏固普及九年義務教育成果。地方各級人民政府要把農村初中義務教育作為普及九年義務教育鞏固提高的重點，努力滿足初中學齡人口高峰期的就學需求，並採取措施切實降低農村初中輟學率。將殘疾少年兒童的義務教育作為普及九年義務教育鞏固提高工作的重要任務。要重視解決流動人口子女接受義務教育問題，以流入地區政府管理為主，以全日制公辦中小學為主，採取多種形式，依法保障流動人口子女接受義務教育的權利。基礎教育是全社會的共同事業。繼續支援開展“希望工程”、“春蕾計畫”及城鎮居民對農村貧困學生進行“一幫一”等多種形式的助學活動。新聞媒體要進一步加大對實施科教興國戰略，推進基礎教育改革與發展的宣傳力度。國家機關、企事業單位、社會團體等要發揮各自優勢，共同努力，形成全社會關心、支持基礎教育的良好社會氛圍。

10.啟示

中國大陸之體育課程主要是在追求國家主義，各項的政策與配套措施完善，課程綱要輔以課程標準，讓課程綱要的內容有明確的課程標準做為指引，西進的課程發展政策務求教育普及化，讓學校、基層的教師、家長以及學生都能夠瞭解體育課程的目標與內涵，進而實施。

在體育課程的推展方面，中國大陸的推行較為徹底，且有許多的政策隨著時代的

演進不斷的修正，讓體育課程的推動更加順利。

(二) 香港

1. 環境背景

香港教育統籌委員會（教統會）自 2000 年 9 月向政府提出《香港教育制度改革建議》起，開始進行教育改革的相關措施，至 2006 年為止，已經著手落實多項教育改革，並廣邀各界人士之意見納入參考及檢討。在第四次的教育改革進展報告書(2006)裡提及目前的二十一世紀，世界各地區正經歷前所未有的變化，香港也不例外，各方面都正經歷根本性的變化。在經濟方面，結構正在急速轉型，知識型的經濟已經發展成為主流，全球一體化的趨勢對香港構成很大的挑戰。政治方面，回歸中國、民主政治，都使香港人的思想和生活起了新的變化。社會方面，階層結構正面臨急遽變化，貧富懸殊現象急待紓緩，社會的文化、意識也正在適應、調整。資訊科技的迅速發展，對香港人生活的每一層面，都開拓了新的領域，也產生了新的衝擊。而二十一世紀的新人類，應該具備廣闊的基礎知識、高度的適應力、獨立思考與終身學習的能力。為此，普遍提高香港市民的知識水平、能力、素質、文化修養和國際視野，是香港教育的重要使命。

香港的歷史背景與環境有其特殊性，在長期的東、西方文化融合下，其教育制度也融會了東西文化的特點：保存了中華文化傳統教育的基本特徵，又能不斷吸收西方現代教育的最新觀念、理論和經驗，然而在新時代仍必須就香港教育制度現存的不足之處做出改善。香港的教育制度檢討是整體教育改革中重要的一環，其教育改革精神是以學生為本及全人教育的發展為主要理念。教統會全盤檢視了香港的現行教育制度，檢討的範圍包括各階段的教育課程、學制及評核機制，以及不同階段間的銜接機制。教統會自 1998 年初開展這項檢討，分為以下三階段進行（教統會，2000）：

第一階段：二十一世紀教育目標；

第二階段：教育改革制度的方向和整體構思；

第三階段：教育改革制度的方案。

並先後進行了三次公眾意見的諮詢：

第一階段：1999.01.22~1999.03.06；

第二階段：1999.09.22~1999.12.15；

第三階段：2000.05.08~2000.07.31。

教育改革是一項龐大的而複雜的工程，往往牽一髮而動全身，故此需要從長計議，急功近利不得。因此香港在過去的近十年來，蒐集彙整了三萬多份調查意見，持續改革檢視改革情況，為的是與各界保持溝通。希望能以學生的最大利益為前提，繼續邁向優質的教育之路。目前香港將於 2009 年 09 月開始實施新學制—334 學制，取代以往舊制以與國際教育接軌。334 學制為九年基礎教育（6 年+3 年）、高中 3 年及為接續高中新學制而改制的大學 4 年。而在新學制的改革下，在九年基礎教育和高中教育部份，各自有些相應措施，介紹如下。

(1) 九年基礎教育：

A. 改革小一及中一的派位機制，基本上希望採取就近入學原則（2002/03~2004/05 學年開始逐漸實施）。

B. 中文、英文、數學基本能力評估逐漸取代香港現有學科測驗（2000/01 開始籌

備，2001/02 開始逐漸實施)。

C.在九年義務基礎教育中，小六升中一無須參加公開考試，逐漸取派位制度。系統評估分別在小三、小六及中三舉行，只做學校層面和全港的分析，於學年終結時測驗，小六則在派位結果公佈後舉行。

D.「一條龍」辦學模式：讓有相同辦學理念的中、小學加強合作，為學生提供連貫的學習經歷。

(2)高中教育：

A.現有制度為「二加二」學制，高中新銜接制度為三年，並希望能讓中三結業生盡量按其意願在原校升讀高中。

B.為因應高中新學制的改變(2009/09 開始實施)，大學學制隨之改為四年制，為高等教育提供更大的學習空間。

C.設立新的公開考試以取代現有的中學會考與高級程度會考。

D.體育選修科為公開考試項目之一，分為校內評估(30%)與公開評核兩部(70%)。

2.課程名稱

一般體育課程

3.授課時數

根據《基礎教育課程指引—各盡所能·發揮所長》(小一至中三)(2002)指出，目前在九年基礎教育部份，體育的課程名稱為一般體育課程；而在《高中課程指引—立足現在·創見未來》(中四至中六)(2009)中，體育部份則分為一般體育課程及體育選修科目兩類。至於上課時數其內文關於上學日數及課時有詳細說明及建議時數如下：

(1)九年基礎教育部份：共分為四學習階段，此部份共有三學習階段，佔中學及小學整體課時的5%~8%。第一學習階段(小一至小三)：119-190 小時；第二學習階段(小四至小六)：119-190 小時；第三學習階段(中一至中三)：138-220 小時。

	小學		初中
香港學校每學年的上學日數	190 日或 887*小時(全日制) 776*小時(半日制)		190 日或 1013* 小時
每學年的課時 (每年上學日數或時數)	172 日或 792 小時		172 日或 918 小時
學習領域	課時(三年內)		
	小一至小三 (第一學習階段)	小四至小六 (第二學習階段)	中一至中三 (第三學習階段)
體育	119-190 小時 (5-8%)	119-190 小時 (5-8%)	138-220 小時 (5-8%)*

(2)高中部份：體育課佔總課時(2700小時)的5%(135小時)；選修科佔總課時的10%(270小時)(體驗課程16%+理論學習84%)。建議中四、中五及中六的體育選修科課時分配為95、95及80小時。

組成部分		建議課時
核心科目	中國語文	338 - 405 小時 (12.5 - 15%)
	英國語文	338 - 405 小時

		(12.5 – 15%)
	數學	338 – 405 小時 (12.5 – 15%)
	通識教育	270 小時 (最少 10%)
二至三個選修科目		540 – 810 小時 (20 – 30%) 270 小時 (每科最少 10%)
其他學習經歷	藝術發展	135 小時 (5%)
	體育發展	135 小時 (5%)
	德育及公民教育、 社會服務及與工作 有關的經驗	135 小時 (5%)

4.課程架構

在小一至中三部份，其課程架構主要是要透過參與不同活動將四個關鍵項目融入體育課程，學生能在四個不同學習階段達到六個學習範疇的預期目標。希望透過身體活動可讓學生獲得六個學習範疇的相關技能、知識及共通能力，並培養正面的價值觀和態度。而四個關鍵項目為：德育及公民教育、從閱讀中學習、專題研習、運用資訊科技進行互動學習；四學習階段則是：(一)小一至小三、(二)小四至小六、(三)中一至中三、(四)中四及以上。

在中四至中六部份，其課程主要架構設定學生在高中階段必須掌握的重要知識、技能與價值觀和態度。而其主導原則則有七點：建基於已有知識、採用跨學科設計、為升讀專上教育做好準備、均衡發展廣度與深度、發展共通能力、正面價值觀和積極的態度、理論與技能的連結和顧忌安全。因此，體育選修科的學習目標可分成四類：科學基礎、人文及社會科學基礎、共通能力與價值觀及態度，這些目標將透過學習九個理論和參與體驗活動而達成，而理論學習部份有九個課題，分屬三主題，分別涉及不同學科。

(1)三主題為：

- A.強身健體 (30%)
- B.提昇自我 (30%)
- C.關心社群 (24%)

(2)體驗課程 (16%)：

要求學生進行體適能訓練，並參與至少兩項體育活動。

5.課程目標

(1)小一至中三部份：

- A.學習體育技能，獲取相關體育知識，並養成正面的價值觀和態度，從而建立積極、活躍及健康的生活方式。
- B.透過積極活躍的生活方式，促進身體健康，提升體適能和身體的協調能力。
- C.培養正確的道德行為、判斷力和欣賞優美動作的能力，並學會在群體生活中互相合作。
- D.除學習體育技能外，加強培養學生的共通能力、價值觀和態度，為終身學習及發展全方位學習的基礎。

(2)中四至中六部份：

- A.認清並滿足自己在強身健體方面的需要，經常參與體育活動，保持體適能在滿意的水平，養成健康飲食的習慣，並且不濫用藥物。
- B.認清並滿足自己在提昇自我方面的需要，在一般體育課最少兩項活動中展示

相當的知識和技能。

- C.認清並滿足推廣健康生活模式和建設健康社區的需要。
- D.具備探究精神，可以進行實證探究和運動探究結果討論課題或時事。
- E.展示反思能力，既充分理解體育、運動及康樂的價值觀和文化，又能多角度和批判性地討論課題或時事。
- F.在體育、運動及康樂方面展示共通能力，特別是溝通能力、批判性思考能力、協作能力和審美能力，並應用至生活其他方面。

6.課程內涵

在一般體育課程中，學校應發展一套涵蓋各類活動範疇中不同活動的體育課程，以提供多元化的學習經歷。同時培養學生參與至少一項終身的體育活動，以改善身體素質和健康活動。並透過有目的、有系統的課程策劃、推行及評估，從活動項目中的身體活動，讓學生獲得六個學習範疇的相關技能、知識及共通能力，並培養正面的價值觀和態度，從而達到體育的整體目的。六個學習範疇分別為：體育技能、健康及體適能、運動相關的價值觀和態度、安全知識及實踐、活動知識、審美能力；活動項目：基礎活動（第一學習階段）、田徑、球類、體操、游泳及水上活動、舞蹈、一般體適能活動、戶外活動、其他活動；共通能力：協作能力、溝通能力、創造力、批判性思考能力、運用資訊科技能力、運算能力、解決問題能力、自我管理能力和研習能力。

而在體育選修科方面則希望學生能夠擁有廣闊的知識基礎、正面的價值觀和積極的態度，及基要的技能及習慣，俾能自我調控活躍而健康的生活，奠定良好的基礎。而非單純學習理論，而是要發展共通能力、正面價值觀和態度，以求知行合一。因此希望透過學習九個理論部份和參與體驗活動而達成四類學習目標除能幫助學生在科學領域和人文及社會科學領域打好基礎外，也讓學生能從活動中發覺問題，然後應用理論解決問題，從而成功建構新知識。四類學習目標：科學基礎、人文及社會科學基礎、共通能力、價值觀及態度；九個理論部分：體育的角色、解剖學和運動生理學、體適能與營養、運動創傷、生物力學、動作學習、運動心理學、運動社會學、運動管理；體驗活動：體育技能、體適能。

至於在各學習階段中，明確的學習內涵分述如下：

(1)小一至小三

- A.透過基礎活動或其他學習模式來發展基本活動能力，並能演示富創意及想像力的串連動作。
- B.了解體育活動和健康的關係。
- C.在遊戲、比賽或示範中能有效地與別人交流意見和表達感受。

(2)小四至小六

- A.在不少於四類核心課程的活動內選取最少八項不同項目，學習到這些項目的基本技巧，及參與最少一項與體育有關的聯課活動。
- B.明白體育活動和健康發展的關係，以及影響健康發展的因素。
- C.學習如何尊重他人的權益，在群體活動時表現出合作的態度，並能夠在不同的學習環境中運用決策、批判性思考和溝通等能力。

(3)中一至中三

- A.從不少於四類核心課程的活動中學到最少八項不同項目的基本技巧，並能在遊戲或比賽中應用這些技巧，同時積極及持之有恆地參與最少一項與體育有關的聯課活動。
- B.利用 FITT 原理（頻率、強度、時間、種類）來設計配合個人需要的體適能鍛鍊計畫。

C.能夠在不同的遊戲及比賽中演示適當的禮儀及體育精神。

(4)中三至中六

- A.掌握體育的知識與技能，並培養積極的態度；俾能自我實踐活躍及健康的生活。
- B.把體育技能融入理論學習，以增強理解及拓展高階思維，並增強體育、運動及康樂方面的表現或參與。
- C.將體育、運動及康樂方面的知識結合其他科目，並建構新知識，為日後升學和事業發展做好準備。

7.評量方式

評估是學習過程中部可或缺的一部分。有效的評估能夠評量學生的學習效果，亦是老師進行反思的資料來源之一。透過評估，老師與學生皆可瞭解學生在學習過程中的困難和教學成效，藉以改進教學方式、修正教學目標並進教學成效。在小一至中六部份，因應推展校本課程以發展全人教育，因此課程設計採用統整理念，設計主題式單元來融合各科目。也因此各地區所有學校應該自行檢視現有的評估實施方式，加強促進學習的評估。而教師在學與教過程中，需找出學生在學習上遇到的困難，進而提供有效的回饋，使學生改善他們的學習。學校也應適當地採用不同的評估模式，從而對學生在不同方面的能力和學習，有更全面的了解，而非只是如同以往那般強調紙筆測驗而已。

因此在《體育學習領域課程指引（小一至中三）》（2002）的第五章 5.2 評估模式第一點便寫出「教師可靈活地運用多元化的評估模式，全面評估學生在各方面的表現」，而多元化的評估策略和模式，則包括日常上課中的進展性評估及總結性評估，而評估者由教師、學生、同儕與家長等一同參與，共同評估學生在知識、技能及價值觀和態度上的學習表現與教師的教學、課程成效。

而進展性評估普遍用來檢視學生在某段學習過程中的表現，可透過口語回饋、觀察表、學習歷程檔案及同儕互評…等方式，給予學生正面的回饋，並共議改善方法。總結性評估則是用於在特定時段內收集學生的相關資料，以描述學生的學習表現。總結性評估是對學習成效的評估，是教學之後對成效的評量。學習的過程與成效一樣重要，而且學習是一持續性的過程，在某一階段內的結束同時也會是另一階段的開始，因此這兩項評估方式應交互使用，而非只偏重某一方式。而在高中部份，分為校內評估與公開評核兩部份：

(1)校內評估：

是校內恆常進行對學生學習表現的評估活動，是校內學與教的一部分，以促進學生學習為主要目的。依評估目的有兩種方式：進展性評估和總結性評估，教師可根據評估所得的資料，了解學生的學習進度，給予學生適當的回饋，同時按所需修訂教學目標和調整教學策略。這部份是與九年基礎教育相同評估理念的，因此不再贅述。

(2)公開評核：

是香港中學文憑相關的評核和考試制度，應與高中課程的宗旨、學習重點及預期學習成果相符，而非只著重筆試。在《體育課程及評估指引（中四至中六）》（2007）第五章評估中，其主導原則有需配合課程、公平、客觀及可靠、包容性、水平參照、資料豐富五大原則，而公開評核又分為公開考試和校本評核兩部份。

A.公開考試：

- a.卷一：多項選擇題和短答題（50%）；考試時間 2 小時 15 分鐘。

b.卷二：長答題（20%）；考試時間 1 小時 15 分鐘。

B.校本評核（30%）：

a.兩項體育活動的表現（一項 10%）

b.體適能水平、計畫、實施及評鑑的表現（10%）

8.挑戰與趨勢

在參考了《提昇學校教育素質：給公眾的課程改革中期報告》（2008）、《提昇學校的學與教和改善學校生活的素質：給校長和教師的課程改革中期報告》（2008）及《提昇香港學童的教育素質：給家長的課程改革報告》（2008）三文後，可知道香港在實施新教育改革後，雖經過長期謹慎規劃的階段，仍舊有遭遇困難與不足的部份，在此歸納出幾點分述之，及其未來改進之方向為何。

(1)未來挑戰

改革從來就是不斷完善的過程，儘管以取得相當成果，仍需努力求進。目前掌握了幾項需要面對的挑戰，並正落實佈署政策，以令課程改革更具成效。

A.加強學生的學習

雖然學生的溝通能力、創造力和批判性思考能力以漸趨改善，但對學生而言，尤其是小學生，掌握批判性思考的能力是較高的要求；而且，新課程強調以學生為本，因此學生的個別差異問題勢必浮現，教師如何運用各種資源及活動設計以讓學習差異成為學習的助力而非阻力，也是教師的挑戰之一。部份教師也認為他們在這方面的培訓略顯不足，以致學生未能投入課程中，因此教師在此方面的培訓也是需改善的一環。

B.為教師創造空間

在改革的過程中，教師和校長所承受的工作量過於沈重，因此在 2006 展開了「教師工作研究」以規劃連串的措施，在行政及其他工作上給予教師更多支援，而讓教師能夠更專注在教學上。

C.專業發展及支援

除減輕教師的工作量之外，在課程不斷更新的過程中，教師的能力也該同時跟進，以能掌握最新理念與課程教學，因此新課程改革所面對的挑戰之一便是教師持續教育的進行。除學校行政、環境的支持外，分享成功經驗也是累積學習經驗的方式之一。為此，一連串的種籽計畫陸續開展，期盼藉著經驗的分享而相互學習，共同取得改革的成功。

D.家長的支持

家庭教育對子女的影響深遠，因此新課程的理念與核心概念若未獲得家長理解與支持，在推動上勢必艱困重重。而新改革的種種改變，例如評估方式的改變、入學方式的改變，都與以往作法、觀念相距甚遠。如何讓家長瞭解這樣的改變是正確的、對孩子是有幫助的，也是一項重要的任務。

(2)未來方向

A.持續德育和公民教育的培養，除堅毅、責任感、尊重他人、國民身分認同及承擔精神外，並加入「關愛」和「誠信」作為首要培育的價值觀。

B.激發學生思維創意潛能，走出測考框框，以評估促進學習。

C.開展種籽計畫，藉由經驗之分享，相互學習。

D.取得家長之支持，給予教師、學校及孩童正向的鼓勵、肯定及配合。

E.教師的專業培訓，無論是職前訓練或是持續教育，教師之能力皆需與新課程

理念接軌。

(三) 日本

1.環境背景

日本，是位於亞洲東部的一個島國，國土面積：377,835 平方公里，人口超過 1.2 億。日本實行小學校 6 年、中學校 3 年的義務教育。高等學校就學率為 95.3%（2006 年）。目前實施的小學課程乃依據 1998 年十二月所修訂公布之《學習指導要領》，從 2002 年度開始實施至今。「教育內容的嚴選」和「學校本位課程的實施」是目前日本課程的主要特色。受到經濟合作開發機構（OECD）的國際學生評量計畫（PISA）調查的結果，在理科、數學及閱讀能力方面均呈現下滑，打擊了日本政界與學術界對目前課程的信心。文部科學省體育局為了瞭解全國學童體能運動的狀況，自 1964 年起每年針對小學五年級和國中二年級的體力與運動能力進行全國性調查。調查結果發現，日本學同身高與體重有漸漸增加的趨勢，但體力和運動能力則有明顯下滑的現象。文部科學省於 2008 年公布小學及中學之新課程，並擬於 2011 年開始正式全面實施。

2.課程名稱

- 體育（國小）
- 保健體育（國中）

3.每週授課時數

國小：

低年級135分鐘

中年級135分鐘

高年級90分鐘

國中：150 分鐘

4.課程架構

體育課中含有保健（健康教育）的部份（從中年級開始實施），中年級合計 8 節，高年級合計 16 節，國中部份合計 48 節）。

5.課程目標

- 國小主要目標為：
 - A.身心一體
 - B.適切的運動經驗
 - C.關於健康與安全的理解
 - D.培養參與終生運動的資質與能力基礎
 - E.健康促進
 - F.體適能提升
 - G.快樂且樂觀的生活態度養成。
- 國中主要目標為：
 - A.身心一體
 - B.對運動與健康安全的理解
 - C.合理運動的實踐
 - D.培養參與終生運動的資質與能力基礎
 - E.實踐健康促進的能力
 - F.規劃體適能提升
 - G.樂觀且豐富的生活態度養成。

6.課程內涵

國小部份：

從一年級到六年級皆由 1.身體基礎運動、2.器械運動（如跳箱、拉單槓）、3.陸上運動、4.游泳、5.球類運動、6.表演運動（如跳舞）等六個領域貫穿而成，而保健教育只在中、高年級實施。

國中部份：

國一到國三的體育教學內容皆由身體基礎運動、器械運動（如跳箱、單槓）、田徑、游泳、球技、武道（柔道、劍道、相撲）、舞蹈、體育理論等八大領域所構成。

體育科新課程內容特色在於，新課程對各領域的教學內容皆有具體的提示與說明，而舊課程則無說明，至多提出運動的名稱。

7.挑戰與趨勢

日本從二次世界大戰後至今，共經歷七次的課程改革，目前的課程重視學童的個性，強調課程知識的連貫，促進新學力（指思考力、創造力及問題解決能力）和自律學習能力的培養，並重視基礎能力的培養。然經過進來的教育檢討後發現，如何進行有特色且根基於地方鄉土的學校本位課程，企圖將各學科所教導的知識與技能能於主題統整課程中活用，是目前教育所不足之處，因此新一波課程改革內容，強調生存能力的養成，特別是生存能力的基礎乃是基本知識與技能的內涵，以此如何在既有的基礎上強化知識與技能的活用與應用，將是日本推動此次課程改革的關鍵。

8.啟示

日本為了提升學生未來生存於世界所需的體力或能力，新課程增加了體育的上課時數，並巨細靡遺地規定各年級上課的內容與教學活動。這種有目的性、有計畫性和延續性的課程改革便是日本學校教育的特色。另外，相較於日本體育授課時數（國小 573 節、國中體育 267 節），臺灣目前體育授課時數相對不足。

（四）美國

1.環境背景

美國總統與教育官員在 1989 年歷史性的教育高峰會中，確立了教育改革的新方向；並公佈了國家教育標準，以及建立了全國性教育標準運動。因此，1992 年所成立的標準評定委員會的目的並不是為了統一課程或是設計學習內容，而是要確定學生要知道什麼？應具備何種能力？到達何種程度？而在《Goals 2000: Educate America Act》的口號下，教育標準在 1994 年三月正式列入聯邦法案第二條的聲明中。因此，在這樣的背景下，成立了國家教育標準促進評議會(NESIC)，主要的任務在於與其他組織共同研擬並決定自主的內容標準，而且更提出了三項目標 (NASPE, 1995)：

- (1)確表標準的國際競爭性；
- (2)確保教師教學及學生學習最佳的品質；
- (3)確保此項標準的發展是經過廣大基層溝通及開放的過程。

而國家體育標準及其他相關的資料則委由美國健體休舞蹈協會(AAHPERD)中的一個組織進行研擬，美國國家體育運動協會(NASPE)並於任務完成後於 1995 年出版《Moving Into The Future—National Standard for Physical Education》提出

一個受過良好身體教育者應該符合五項主要的定義，進而做為美國國家體育標準之官方資料，以做為各州在制定體育課程內容及評量的參考依據。

如果從地理環境來了解美國這個國家，可以發現美國國土遼闊且為一聯邦國家，各州皆有所依循的教育相關法令。從 NASPE(2001)的報告中可以看出，有超過 80%的州皆參照 NASPE 國家體育標準制定各州之體育標準，落實各州內體育課程內容。

2.課程名稱

體育(physical education)

健康教育(health education)

3.授課時數

NASPE(2001)的調查報告中指出，小學階段 NASPE 建議每個禮拜 150 分鐘為基準，可是各州政府規定的體育課授課時數每個禮拜 30 分鐘至 150 分鐘不等；中學階段 NASPE 建議每個禮拜 225 分鐘為基準，各州政府規定的體育課授課時數每個禮拜 80 分鐘至 275 分鐘不等；而在高中階段(9~12 年級)NASPE 建議每個禮拜 225 分鐘為基準，但各高中階段學校實際的做法則是 9~12 年級中僅選擇一年進行體育課程，時間從每個禮拜完全未排定至 225 分鐘不等。從這項調查報告中可以發現雖然美國體育國家標準中提出了具體的建議，然各州或甚至是各學校實際的實施情況則並非完全接受國家標準的建議。

4.課程架構

美國各州體育課程實施之課程架構有其自主權，惟需能符合 NASPE 國家體育標準之規範，小學階段學生每週至少能接受 150 分鐘正式體育課程之指導，國中階段及高中階段學生每週至少能接受 225 分鐘正式體育課程之指導，而授課內容則要能符合國家標準中對於 K、2、4、6、8、10、12 年級之學生所規劃之課程目標之描述進行課程內容設計與評量。NASPE(2001)在一項調查報告中更建議各州能根據國家體育標準 (NASPE, 1995) 發展各州之體育標準。

5.課程目標

在國家體育標準中就指出，希望學生能透過身體活動而達到以下七項內容目標(NASPE, 1995)：

- (1)能實際操作大部份的動作並熟練部份動作
- (2)能應用動作概念與原則，學習並發展動作技能
- (3)能身體力行動態生活方式
- (4)能達成提升並維持健康體適能水準
- (5)能表現具有責任感的個人與社會行為
- (6)能了解並尊重個別差異
- (7)能了解體育活動重在提供樂趣、挑戰、自我表達及社會互動的方式

6.評量方式

NASPE(1995)美國國家體育標準中除訂出體育課程內容標準外，另外也在標準中說明學生在達成內容標準中應該具備之需求特性及可接受的學生成就品質，且提供具體之「樣本指標」減少教師對於內容標準之困擾與猜測，更快地理解內容標準的意義而能進入課程設計與教學法選擇的階段。

除了樣本指標的設計外，在強調評量需能反應出學生最需要學習的科目內容、提升學生學習能力、提供可靠且持續性的學生成就數據、有效推論學生未來

學習情形 (NASPE, 1995) 以及多元活潑的評量方式等原則下，課程標準中建議了很多實際評量的方法與說明，如教師觀察記錄、紙筆測驗、學生計畫、自我評量、課程任務、面談、同儕觀察、學生作業、非正式測驗、家長報告、口試、角色扮演、團體計畫、學生日誌、正式測驗、書面報告、技能測驗等。

7. 師資培育

美國中小學體育師資由大學教育學院制定體育師資培育專業課程培養，不限定僅就讀體育相關科系學生才能申請並修習。故中小學體育師資來源多元豐富，但仍須修畢規定之體育師培學程才能受與體育教師資格。

不過在美國國家體育與運動學會 (National Association of Sports and Physical Education [NASPE], 2001) 的調查報告中指出，小學階段僅 4 州要求須具有合格體育教師資格能教體育；中學階段有 38 州規定體育課需由體育教師進行授課；高中階段則有 47 州規定體育課由體育教師授課。

從上述之資料可以發現，雖具有良好的體育師資培育機構進行體育師資培育，但在實際的體育課堂中，授課教師並不是皆為體育專業教師進行教學，這樣的現象在小學階段尤其嚴重，中學階段次之，高中階段較佳，故 NASPE 在其調查報告中就建議各學習階段教師應該於上課前做好完全的準備，且需具備體育專任教師之資格方能授課 (NASPE, 2001)。

8. 挑戰與趨勢

國家體育標準只是一個文本，實際並無確切之法令依據要求各州體育課程的規劃及實施應該如何。導致國家標準與各州標準產生極大的落差，且在實施的要求上也是各自為政，未來除應盡速加快國家體育標準法源之訂定與立法外，另外要能致力於各級學校之教學評鑑工作，以求理想與實際之一致。

9. 啟示

- (1) 體育師資培育辦法開放，提供對體育教學有興趣之學生申請修習相關專業課程，可做為我國現今體育師資飽和情況下之政策參考。
- (2) 美國國家體育與運動學會國家標準中建議小學階段，每週體育課授課時間至少應達 150 分鐘，中學及高中階段至少應達 225 分鐘，如以臺灣各學習階段每節課之授課時間來分配，將近每天皆需安排一堂體育課程。
- (3) 各學習階段提供每一內容標準之說明，並提供具體的樣本指標做為參考；提供明確之評量範例與評量標準，使教學目標與學習評量一致。

(五) 芬蘭

1. 環境背景

芬蘭地廣人少，人口約 520 萬人。在 1980 年代晚期，為因應學習者興趣的理念，芬蘭的教育系統與課程主張大量開放課程的選擇權，因此 1994 年的中小學課程綱要，採取降低必修課時數，增加選修時數，且學校的課程自主性頗高。

高中的體育課時數，相較於其他學術性的學科，即在此政策導向下成為犧牲者。藝術、音樂時數亦遭刪減，其選修課時數亦遭刪減。1990 年代開始，由國定課程的模式，轉向課程「草根模式」發展，推行學校本位課程，並將教學導向學習中心的導向 (Heikinaro-Johansson & Telama, 2005)。然而，課程進行中卻觀察到不同地域學生間的學業表現出現落差，因而在「均質化」(公平性) 的要求下，有逐漸朝向由中央統一訂定更詳盡的國家課程，而朝向限縮學校課程自主

空間的趨勢。健康教育成為新興學科，於 2001 年著手規劃新的課程綱要與架構，並於 2005 年後開始實施，但並不是與體育課合併。芬蘭學童在 2006 年 OECD 的國際學生評量 (PISA) 成績，連續 2 年都是世界第一，但學童的快樂感與體適能水準卻有逐年下滑的趨勢 (Kannas, 2009)。

2.課程名稱

體育課

3.授課時數

國小每週 120-180 分鐘 (必修+選修)，國中每週 180 分鐘 (必修+選修)，高中每週 120 分鐘 (必修+選修制)。一般而言，對 7-16 歲的學生每週至少有 90 分鐘的體育課，而學生可再選擇選修體育，因為體育選修課在芬蘭很盛行 (Heikinaro-Johansson & Telama, 2005)。

4.課程架構

基礎教育階段為 1-9 年級，後期中等教育階段為 10-12 年級，而體育課的課程目標與核心內容分 1-4、5-9、10-12 年級三個階段。

5.課程目標

國中小體育課/健康課雖然分開授課，但在主要目標上，卻有 2 個緊密關連的目標。國小年齡層越低，如低年級的體育目標主要放在基本動作能力的培養和社會學習層面的發展為主。國中部分主要強調在不同身體活動中的正向運動經驗，不同運動技能的練習，以及評估體適能 (Heikinaro-Johansson & Telama, 2005)。

國中小主要目標如下：

- (1)擁有愉悅的身體活動經驗
- (2)對於運動採取積極的態度
- (3)表現建設性的社會與道德行為
- (4)促進兒童的健康及動態的生活形態，
- (5)幫助學生瞭解達成和維持健康所需的身體適能程度之重要性和原則。

高中的體育課程目標導向，主要著重在讓學生理解參與終身身體活動的重要性，重視培養參與身體活動的內在動機，及體適能評估等。高中體育課程的主要目標包括：

- (1)儘可能確保學生基本動作技能的最佳發展
- (2)發展不同的運動技能
- (3)提供學生各種不同之基本室內與室外活動的身體活動經驗。

6.課程內涵

基本上，課程的內容部分，國家的核心課程綱要讓學校與老師自主選擇活動。然而，重點必須放在所選擇的活動，必須確保學生基本動作技能的最佳發展，以及儘可能提供學生各式的運動經驗。1-6 年級：團隊性運動：芬蘭棒球、足球最為普遍。7-9 年級：個人性運動：田徑、體適能、團隊性運動：籃球、冰上曲棍球最為普遍。高中：社交舞非常流行，但 10 項活動中有 6 項是團隊運動。

7.師資培育

芬蘭的體育師資培育，目前已提昇至碩士的程度。教學法的相關學習，在學生第一學期即開始實施，並在之後數年持續進行。課程的導向，已將理論與實務

間的落差予以縮小。此外，優良的內容知識與社交技巧仍然是至關重要的事。因此，在課程中亦強調教師工作、互動、與合作技巧的倫理基礎，和需要更加強瞭解學生的學習過程，以及事先預防學習的困難等（Heikinaro-Johansson & Telama, 2005）。

8.挑戰與趨勢

體育課品質背後的理念就在於均等原則，給予每個人均等的學習和發展的機會，在體育中意指提供兒童各式身體活動經驗，並讓她/他們能夠具有成功的經驗。建構主義導向的學習和專業發展，納入發展學校「Physical Education for All」的計劃。體育課中公平的學習機會為另一個重點發展項目。

2003 年芬蘭國家教育委員會，首度將九年一貫制學校學生在體育方面，有關身體健康、活動和態度等納入國家評鑑，此次評鑑所得結果是大致符合國家所定核心課程目標並持正面而肯定的看法，但仍有許多意見顯示一週 2 小時的體育課程對學生身體活動與能力之改善與維持是不足的事。因此，主要挑戰是時數不足，尤其是高中。有些高中生將高中三年的體育課程，在 1 年內就修完，影響日後 2 年的動態身體活動機會。會必修體育課程之外，再選修體育課的學生，一般都主要是已經具備動態生活和技能不錯的學生，反之，非動態生活或技能較差的學生，甚少再加選修體育課。目前的挑戰之一，尚包括更多的學習時數，更少的學生人數（從 30 人至 20 人）。而體育課中的社會-倫理教育有待透過合作學習、互惠式等教學法來培養（Heikinaro-Johansson & Telama, 2005）。

（六）澳洲

1.環境背景

澳洲是由六個州與兩個自治區所組成，分別為新南威爾斯、維多利亞、昆士蘭、南澳洲、西澳洲和塔斯馬尼亞州，以及澳洲首都坎培拉所在的澳洲首都特區和北領地，澳洲政府採聯邦制，各州/領地有半自治權。

澳洲教育體系承襲英國教育系統而來，1901 年澳洲聯邦憲法規定，教育控制權屬於各州，各州自行制定其教育制度，不過要受到聯邦政府的監督。澳洲中小學合計共 12 個年級，不過中小學階段的劃分點各州有所差異。學校教育分為一至兩年非強制學前教育、六或七年小學教育、及六或五年的中學教育。澳洲在 6~15 歲屬於強制義務教育（南澳洲和塔馬尼亞州是 16 歲），共 10 年義務教育。

課程發展上，1986 年 6 月，澳洲教育委員會（Australian Education Council, AEC）提倡「全國合作發展課程（National Collaboration in Curriculum）」計畫，將澳洲課程由原本各地方政府主導的層級向上提升至國家層級。1989 年各州與領地及聯邦政府的教育部長們在荷巴特（Hobart）簽署「荷巴特」宣言。1989 年澳洲聯邦政府及地方政府共同達成一項全國職業培訓改革方案，該方案建議將「能力導向」的觀念落實到教育之中。1990 年代澳洲進行一項全國性的教育改革實驗計畫，稱為「關鍵能力」取向的教育（key competency based education）。並在 1992 年 9 月提出了「關鍵能力」取向教育報告書，呈現蒐集、分析及組織資訊、溝通觀念及資訊、計畫及組織活動、與他人合作及在團體中工作的能力、運用數學觀念及技術、解決問題、運用科技等七項「關鍵能力」，並於 1994 年於澳洲全國各州及地方正式實施。1999 年 4 月提出全國第二個教育宣言「阿得雷德宣言：21 世紀學校教育之國家目標」，成為全國目前所致力推展的教育目標，也是澳洲近年教育改革與計畫的藍本，提出教育應重視學生學習成果的品質教育，並指出學生離校後應具備的技能與能力、與課程內容相關的學習成果及社

會正義等三大方向的教育目標。2007 年澳洲提出新一波課程改革計畫，因過去地方分權的教育制度，造成各地區教育品質的不一致，未來澳洲教育制度將從地方分權的教育制度走向國定課程的方向前進，預計於 2011 年正式實施。

2.課程名稱

AEC 在 1991 年 4 月所倡導的發展八大領域課程藍圖與聲明，建立共通課程樣本，其中「健康與體育」為其中之一，後續這份課程藍圖為全澳洲各地的教育制度有極大的影響。

3.每週授課時數

每週 2~3 節課、每堂課 45~50 分鐘。

4.課程架構

澳洲各地區是屬於地方分權的教育制度，每一地區的教育制度都不盡相同，以人口最多的新南威爾斯健康與體育領域 (PDHPE) K7~10 為例：
課程架構提供各式各樣的學習成果：有知識、理解、技能、價值和態度。

5.課程目標

以新南威爾斯州健康與體育 (PDHPE) K7-10 為例，該地區的課程目標為：
(1)知識、理解和技能，希望學生能：

- A.增強自我意識，增進能力以面對挑戰的情境，並發展關心和尊重他人的關係。
- B.自信且勝任的活動身體，促成滿意且展現其它技能。
- C.採取保護、促進的行動，並恢復個人及社區的健康。
- D.參與並促進有樂趣的終身身體活動。
- E.發展及運用技能，以採取和促進健康及積極的生活型態。

(2)價值和態度，希望學生能：

- A.珍視健康促進的行為是有助於積極、快樂和實現抱負的生活型態
- B.發展意願，參與引發和促進健康的、支持性的社區及環境
- C.發展增進社會正義原則的承諾

6.課程內涵

以新南威爾斯州健康與體育 (PDHPE) K7-10 為例，該地區的課程內容主要分為：

(1)必要內容 (主題軸之學習成果)：

主軸一：自我和關係

增強自我意識，增進能力以面對挑戰的情境，並發展關心和尊重他人的關係。

主軸二：動作技能和表現

自信且勝任的活動身體，促成滿意且展現其它技能。

主軸三：個人和社區健康

採取保護、促進的行動，並恢復個人及社區的健康。

主軸四：終身身體活動

參與並促進有樂趣的終身身體活動。

PDHPE 所強調的技能:發展及運用技能，以採取和促進健康及積極的生活型態，為 1.溝通 2.做決定 3.互動 4.動作 5.規劃 6.問題解決。以第四及第五階 (7-10 年級) 而言，共計 32 項學習成果。

(2)附加內容:可依學生狀況選取，並結合於必要的內容中。

(3)生活技能的學習成果及內容:為特殊教育需求的學生而設。

7.師資培育

大學各系學生修完本科系取得學士資格後，再到教育系修 1 年教職專業科目，即可獲頒中等教師證書，而在教育學院中，小學教師的修業年限為 3 年，即可獲得教師證書（高義展，2004）。

8.挑戰與趨勢

澳洲地方分權的教育制度下，造成教育品質難以掌控。Pideaux(1993)就曾針對澳洲學校本位課程揭示負面的訊息，往往將學校本位課程詮釋為「教師個人自主」，加重了課程發展過程的衝突與矛盾。而澳洲未來發展將從地方分權的教育制度，走向國定課程(Penny, Emmel, Hetherington, 2009)。2007 年澳洲提出國定課程的研擬計畫，預計 2011 年實施第一階段的新課程，但在研擬計畫的過程中，健康與體育領域比起數學、英文、科學學科，被視為不是那麼重要的科目，雖然健康與體育秉持著學生對健康的投資就是對未來的投資的理念，目的是希望健體領域課程能受到重視，但在即將制定新課程的計畫中，健康與體育卻是被忽略的一塊，可見健康與體育領域仍然是存在被邊緣化的危機。而澳洲健康與體育課綱研擬小組於 2009 年成立，計劃健康與體育國定課程之發展將於第三階段制定完成。

9.啟示

從發展脈絡上來看，澳洲也朝向國定課程的方向前進。而台灣九年一貫所強調的「學校本位的課程發展」，雖然學校本位發展了課程的自主性，可以設計出更適合學生學習的課程和教學，但可能因為老師誤用課程自主權導致教育水準的下降，使國家競爭力減弱（歐用生，2001）。並且，在不同社區條件和背景、資源，以及家長社經水準差異，在學校本位課程的實施下，就可能造成教育水準和品質上的差異。

如要提升國家競爭力，台灣是否需要制定國定課程，目標指向學力的提升，加強評鑑與管制，已達到更高的水準，這是很值得我們去思考與辯論的問題。如能在理想的國定課程架構下，開放一些學校與教師自主的範圍，並在課程的監督下，也許能提升教師自主的能力又可讓教育品質一致。

（七）紐西蘭

1.環境背景

紐西蘭位於亞太地區最南端的國家，西元前 1000 年，居住在南太平洋坡李尼群島上的毛利人，因捕魚而發現這塊樂土，西元 1350 年毛利人開始大量移入，並展開他們的文化生活。1840 年英國政府與毛利人簽定威坦基條約後，歐洲人才開始有組織的移民紐西蘭定居（高毓秀，1999）。

紐西蘭全國行政區包含 93 縣、9 個區域與 3 個城鎮區域。教育行政制度可分為中央和地方二級制度，實施中央集權的教育行政制度。中央的教育機關為教育部，主要職權有（沈珊珊，2000）：1.提供教育大臣教育政策草案；2.監督教育政策之執行；3.規劃全國教育指導之原則；4.確保教育資源妥善的運用。地方為地方學校董事會，主要職權有：1.管理學校事務；2.負責執行中央交辦事項。

紐西蘭其義務教育為 6~16 歲共 11 年，5 歲開始接受初等教育，學校依據教育部的全國課程綱要設計自己的內容進度。13 歲時開始接受中學校育，到了中

七期末時，想進大學深造的學生必須參加「大學入學資格會考」，取得入學資格後，在依成績申請學校。

在 1993 年紐西蘭的課程架構 (Ministry of Education, 1993) 中，新課程分為七個基本學習範圍，其中將健康教育已和體育合併為健康與體育課程，並於 1997 年完成健康與體育課程草案 (Ministry of Education, 1997)，分發給各中小學參考。於 1998 年 7 月 10 日前收集修正意見，擬於 1999 完成修訂後分送各校，而於 2001 年起全面實施新課程。

2. 課程名稱

在 1993 年紐西蘭的課程架構 (Ministry of Education, 1993) 中，將健康教育和體育兩個類科合併為「健康與體育」。

3. 每週授課時數

每週 2~4 節健康與體育課程，但有些學校可能還不符合這些最低限度的標準。這些結果主要是與其他競爭科目造成排課時間的限制 (Thomson & Emerson, 2005)。

4. 課程架構

紐西蘭健康與體育課程的架構是基於課程目的、主軸、成就目的、成就目標、基本概念與關鍵學習範疇構成 (Health and Physical Education in the New Zealand Curriculum, 1999)，詳如表 3-8 (請見本文第 68 頁)。

5. 課程目標

透過課程目標來確立學習健康教育與體育的方向，希望學生達成以下四個目標 (Health and Physical Education in the New Zealand Curriculum, 1999)：

- (1) 發展維持及提升個人健康與身體發展所需的知識、瞭解、技能與態度。
- (2) 透過運動發展動作技能、獲得與運動有關的知識與理解及發展對參與身體活動的正面態度。
- (3) 發展提升與他人互動與關係的理解，技能與態度。
- (4) 透過採取負責任、關鍵性的行動來參與創造健康的社區及環境。

6. 課程內涵

紐西蘭的健康與體育包含健康教育、體育與家政的觀點等方面。主要內涵包含四個課程目標 (general aims)、四個主軸 (strands)、四個概念 (underlying concepts)、七個關鍵學習範疇 (key areas of learning) 及成就目標 (achievement objectives) 等，下列針對主軸、概念、七個學習範疇及成就目標簡述之 (Health and Physical Education in the New Zealand Curriculum, 1999)：

(1) 四大主軸

- 主軸一：個人健康與身體發展。
- 主軸二：運動概念與動作技能。
- 主軸三：與他人的關係。
- 主軸四：健康的社區及環境。

(2) 四個概念

- 幸福、健康促進、社會生態學觀點、促進幸福的態度與價值觀。

(3) 七大學習範疇

- 包含心理健康、性教育、食物與營養、身體照顧與運動安全、身體活動、運動學習、戶外教育。

(4)八個成就目標：紐西蘭課程的特點，於每個學習領域中設計一個清晰且有組織的漸進式成就目標，詳如圖 3-5(請見本文第 68 頁)

7.師資培育

紐西蘭的中小學教師之來源由國內六所國立教育學院所培育。

8.挑戰與趨勢

紐西蘭健康與體育課程發展至今，也產生不少問題，其中包含授課時數的不足、提昇教師專業能力與教學等問題。在授課時數不足，許多學校並沒有為了新課程而增加健體領域的時數，所以必須在本來既有的時數上，同時要教導健康教育與體育，造成授課時數的不足，也導致學校在教學上的壓力(Thomson & Emerson, 2005)。在提升教師專業性方面，許多國小體育教師對健康教育專業知識不足，在國小的健教課程是由中學健教老師進行教學(Dyson, 2009)。當地教師希望能有專業人士來學校做訪視指導，或提供更多教師增能的計畫，來提升教師的專業能力(Dewar, 2001)。在教學上，當地教師希望能提供明確的評量指引和方向，幫助教師能有效評量學生的進步情形與學習成果。與能作為標竿學習的範本，提供教師在教學上能做為參考(Dewar, 2001)。未來紐西蘭課程上發展的趨勢，希望朝向比較少處方性的描述，以較彈性的課程模式來發展，並朝向以未來需求為基礎的取向，學生能力為本位的結果(Le Métais, 2006)。

9.啟示

紐西蘭之健康與體育課程在課程架構上提供了清晰的概念，而在國定課程的監督下，全國朝清晰的學習目標和能力邁進。而在紐西蘭健康與體育領域發展過程中，也發生了體育教師對健康教育教學上的困難，主要原因在於體育教師對健康教育的專業性不足，因此，體育教師如何在體育與健體領域的重新定位，究竟是要合科教學還是分科教學，在新課程造成體育特性轉變下，如何將運動文化和健康與體育學習領域互相結合，是值得再做討論的問題。

(八)英國

1.環境背景

由英格蘭、北愛、蘇格蘭、威爾斯組成，人口約 5,000 萬人，人口密度為每平方公里 382 人，約 1,231 萬人 (24.57%) 的人口低於 20 歲。1992 年的國定課程，改變了過去英國學校課程傳統上在「中央、地方、學校」間的關係，弱化地方教育單位所扮演的角色。受到國定課程的政策影響，體育課程發展以橫向（共時性）的發展為特色。

2.課程名稱

體育課

3.每週授課時數

在 4 個關鍵階段 (5-16 歲)，每週 120 分鐘的體育課（包含課後的運動練習時間）。每個學校自主，差異性大。平均每週國小 96 分鐘，平均每週國中 110 分鐘。

4.課程架構

採體育國定課程關鍵階段的能力標準，配合相關的內容標準，作為課程的主要架構。

5.課程目標

總體目標架構，其發展主軸貫穿四個關鍵階段：

(1)技能習得與發展

學生應學習：

5-7歲：探索基本的能力、行動，逐漸增加對其的理解能力。

7-11歲：強化既有的技能並學習新技能之外，並能更具品質的方式控制與表現動作。

11-14歲：精緻化並適應既有的技能，此外，能將這些技能應用在不同的活動中，發展成為特殊化的技術，並以持續一致的控制方式加以表現。

14-16歲：發展與應用進階的技能與技術，並且這些技術能逐漸地因應各種活動情況的需求。

(2)選擇與應用技能、戰術與概念

學生應學習：

5-7歲：探索、選擇不同反覆性運動的練習方式，並加以組合。

7-11歲：針對個人、雙人或小型的團隊活動方式，計劃、使用與適應策略、戰術與概念，發展與使用在這些策略、戰術與概念之下的原則知識，促進有效性，並能將這些規則應用在不同的活動中。

11-14歲：在個人、雙人或團隊活動中，使用原則用以計劃和實施策略與概念，並能加以修改與發展計劃，並將這些發展出的規則運用在不同的活動中。

14-16歲：使用進階的策略或進階的動作編排、組織的概念與原則，並且這些概念與原則能逐漸地因應各種活動情況的需求，將這些發展出的規則運用在不同的活動中。

3.評估與促進表現

學生應學習：

5-7歲：觀察、描述、與模仿。

7-11歲：辨識能促進有效表現的因素，並依據這些訊息提出改進的建議。

11-14歲：能清楚知道何為自己在工作中想要達成的目標，並且也能知道自己實際上已完成的內容，此外，也能採取一些必要措施，用以分析自己的工作，並使用這些分析的訊息，用以改進工作品質。

14-16歲：關於自己在活動中所想要扮演的角色，能明確的做出選擇，判斷自己的表現如何，以及決定如何能加以改進，並能實行這些決定，用以促進自己或是他人的表現，同時發展領導的技能。

(4)體適能與健康的知識和理解

學生應學習：

5-7歲：在參與身體活動的過程中，辨識與描述身體的感覺。

7-11歲：瞭解健身運動如何在短期間內影響身體，並知道如何針對不同的活動做熱身與適當的準備，從活動中瞭解為何身體活動對於自己的健康與幸福是重要的事，此外，也能從中瞭解為何穿著適當的衣服進行運動與注意保健，對自己的健康與安全是有所影響的情況。

11-14歲：能瞭解如何針對特定的活動做準備與運動後的恢復工作，並知道各種不同的活動如何影響其各項體適能要素，理解規律健身運動與保健的益處，以及能瞭解如何參與有助於個人與社會健康與幸福的活動。

14-16歲：知道準備、訓練和體適能如何影響表現，以及如何設計與執行活動

與具有特定目的的訓練計劃，並瞭解健身運動和身體活動，對個人、社會和心理健康與幸福的重要性，進而知道如何在校內或校外，針對自己的訓練、健身運動或身體活動計劃進行觀察與發展。學生在每個關鍵時期結束時，即 7 歲、11 歲、14 歲與 1 歲 6，需接受評量。

6.課程內涵

運動(sport)支配了課程的活動內容以及課後活動，主要包括 6 項活動內容：舞蹈、遊戲/團隊運動、體操、水上安全活動、田徑、戶外冒險運動。

5-7 歲：舞蹈、遊戲、體操

7-11 歲：舞蹈、遊戲、體操+水上安全活動、田徑、戶外冒險運動中選 2 類(共 5 類活動)。另外，學生至少要在非他人的幫助下能游 25 公尺。

11-14 歲：4 類活動，團隊運動、舞蹈或體操為必選，+水上安全活動、田徑、戶外冒險運動中選 2 類。

14-16 歲：6 類活動中選 2 類，例如，為達到此關鍵時期在四個發展主軸的能力，教師選擇透過讓學生參與遊戲的方式，學習與球一同移動，並以各種不同的方式傳送與接收。學生必須在不同類型的遊戲中發展這些能力(如隔網、侵入、打擊/守備、目標型等)。

體育課中的健康教育，其主要理念是透過體育來促進健康意識的重要性，並能夠採取動態的生活型態。當然，在英國目前有許多的辯論，在於探討究竟是透過一般的體育教學來使這些健康意識深入學生心中較好，還是藉由另外的健康教育單元實施較好。目前體育課程中的健康教育，則是以促進學生動態與健康生活形態的態度，和以推廣學生身體活動的參與為主要目的，因而並沒有與健康做領域合併或合科教學的方式進行。

7.挑戰與趨勢

學校體育課的影響與介入點繁多，因此學校體育課如同「叢林」比喻一般。學校體育課程與校外的運動資源(如運動俱樂部)形成伙伴合作關係，用以對抗肥胖與坐式的生活形態，因而學校體育(school PE)與學校運動(school sport)彼此接力，形成一個活動整體，此為主要的策略。然而，由於授課時數不一，因此，2004 年在英國政府追求卓越的目標下，文化、媒體、與運動部期望能夠實現下列指標內容：1.學生每週的學校運動有至少 2 小時的權利；2.在社區中改善運動俱樂部的品質並增加其數量；3.促進學校與社區中的運動訓練品質；4.增加運動器材的購買與保護遊戲運動的空間；5.發展國家層級的指引和地方層級的行動方案，用以擴大運動參與的人口與程度。目前對學校體育與運動課的主要挑戰在於，政府將經費主要投資在 2012 年的倫敦奧運，學校體育與運動層面的經費挹注將可能受到排擠效應的影響。此外，小學體育與運動的品質改善亟待提昇，因而結合理論、實務與政策，實施小學體育促進方案，實施增能計劃，以提供學童高品質的體育課經驗。

8.啟示

英國的體育課程內容，採用體育活動的內容標準，是成為達成國家標準之關鍵能力的主要選擇依據，此外，體育課與運動課形成合作伙伴。此一伙伴協作關係，結合了校內與課後的活動課程，成為一個整體的活動內容。

(九) 法國

1.環境背景

人口數約 6,200 萬人，中小學教育、制度精神以培養全人、通才為核心理念。法國與其他歐洲國家的課程改革趨勢不同，不同學習階段的體育課程，是由具有不同思考概念與背景的團體所制訂，因此體現出的課程綱要，充分顯現出一連串的妥協與協商。雖然如此，但至少在目標與活動上是被認為達成體育課目標方面有所共識。國小 2002 頒佈新體育課程綱要，國中則分別在 1996 至 1998 頒佈課程綱要，高中在 2001 與 2002 頒佈。法國高中、國中、與國小的體育課程，受到「能力導向」概念的影響非常大，這是假定學生在一個身體活動的情境下，學生會習得知識、知能、和態度。這些學習到的內容，會結合在一個活動的具體能力中，而這些具體的能力，又再進一步歸類與組織，成為更為上層的共通能力。

2.課程名稱

- 體育與運動課（國小）
- 身體活動與運動課（國高中）

3.每週授課時數

- 國小：200 分鐘（必修）
- 國中 1：240 分鐘（必修）
- 國中 2-4：180 分鐘（必修）
- 高中：120-240 分鐘（必修+選修）（Klein, Touchard, & Debove, 2007）

4.課程架構

採體育課程綱要方式，課程架構以能力為導向，並配合運動與身體活動之教材內容規劃。

5.課程目標

(1)主要目標：

- A.發展個人潛能、開發身體資源。
- B.傳遞身體活動、運動、藝術（舞蹈）等所代表的文化。

這兩個目標的關係，是在發展個人潛能與促進長期健康的社會活動之間的辯證關係。

(2)次目標：

- A.發展動作技能。
- B.珍視運動之為文化的要素。
- C.終身身體活動的自主管理。

此外，亦主張培養跨學科的能力：如採取行動、控制情緒、理解規則、尊重他人。

6.課程內涵

- (1)小學（8 項領域）：走、跑、跳、翻滾、旋垂遊戲；游泳與水上安全遊戲；合作與對抗遊戲；藝術性遊戲；戶外活動；
- (2)國中（8 項活動領域）：田徑活動；水上活動；體操活動；肢體藝術活動；技擊活動；雙人隔網類活動；合作與對抗活動（團隊運動）；戶外運動；在人自己、人與環境、人與他人之間進行學習。
- (3)高中：（7 類身體活動內容）：高中的體育課程內容是由教師從課程綱要的活動領域中，進行教育意圖的發展，例如同樣是使用體操活動，卻可有不同意圖的活動方式與內容，這也符合法國近年重視地方分權的趨勢。此外，學校亦提供更多元的必（選）修的活動，例如一定至少要各參與一項個人性與團隊性的運動學習（Wallian & Gréhaigne, 2005）。

7.師資培育

小學體育的教學主要以包班制方式進行，但他們可以聘請學區內主修體育的國小教師進行支援與協助。國中與高中皆為領有體育教師專業證書的教師進行授課。國中與高中體育教師的學歷，從今年起規劃配合碩士學位進行。不論國小或國中教師，在學士畢業之後，需經過國家教師資格的考試，合格取得證書之後，才進行實習與教學實務培育工作。

8.挑戰與趨勢

法國體育全面整合入學校體系的運動始於 1980 年代，在左派政府執政的時期，體育課被視為是每位學生都有免費接受體育教育、認識身體與運動文化、保持與促進身體健康、和免費學會游泳的權利，因而不論在經費挹注與相關政策的支持度上，相對於現在而言，其比例皆要高許多。在對照國際情勢之下，這應屬於法國的原創性與特色。然而，近來在講求經濟效益、右派政府執政、不同利益團體的介入等各種動態與複雜的政策影響之下，體育課的時數、相關的公眾服務、體育教師的工作職缺、設備器材、與體育師資培育的經費等皆受到刪減，因而使得這項法國的原創性受到嚴峻的挑戰。在歐盟許多國家正在走向學校課後身體活動外包化 (out of sourcing) 的同時，法國的學校體育教師並不滿意以私人運動企業進入校園為管道的情況。由於在歐盟其他國家的學校體育與課後運動 (俱樂部) 的協作情況存有許多成功的案例，這對法國體育教師造成一種危險與緊張的關係。因為，法國的體育教師皆有義務每週指導學生課後運動社團 (身體活動) 時間 3 小時，而此時數亦同時併入其每週的授課終點，這也是法國體育教師在面臨歐盟走向整合化的同時所捍衛的制度。因此，究竟如何將歐盟他國成功的案例，應用在法國的脈絡，以學童與青年的利益為出發點，尋求國家、地方與地區的合作，而非處於緊張與競爭的關係，將是法國學校體育所面臨的挑戰 (Klein, Touchard, & Debove, 2007)。

9.啟示

法國的體育課程與制度對臺灣的啟示可分述如下數點：

- (1)高比例的體育課時數：體育課程是種學校運動文化的概念
- (2)體育高中會考：學生的能力透過 7 類中選 3 項進行評估。其中 1 項是從國家的指定項目中選擇出，包括田徑、體操或游泳。另 1 項在課程綱要中自由選擇。第 3 項由各地方教育學區彈性選擇。
- (3)能力評估重點：2/3 在動作表現能力，1/3 在這些相關能力的實踐知識。
- (4)教材的內容範圍，依學習階段的不同而逐漸擴大，如從 movement 到 sports 至 physical activities 的範圍擴大。
- (5)體育與運動是種文化的概念。
- (6)健康概念與意識主要融入生命與地球科學課、體育課。
- (7)體育課的學習品質定期受督學與教育委員會進行外部評鑑。

(十) 德國

1.環境背景

德國採邦聯制 (Bundes)，人口約 8,200 萬人，約 24% 的人口低於 25 歲。學生在 OECD 的國際學生評量 (PISA) 成績學習成就的表現不佳，導致半天的課程不符當代社會的需求，朝向整天課程。此外，肥胖兒童越來越多，兒童動作協調能力每況愈下，感覺統合失調的兒童人數比例日益增加；因為越來越多學生生活在坐式的生活形態中 (Brettschneider & Brandl-Bredenbeck, 2007)，體育課

程較具有縱向（歷時性）的發展為特色（Klein, 2005）：

- (1)1945-1970：體育，人類學與紀律的基礎，體育是教育一環的原則。
- (2)1970年代：改名為「運動教學」，用以儲備運動競技的系統與招募兒童與青少年。著重在學生的運動實踐為導向。
- (3)1990：運動中的教育/透過運動的教育：體育的主要屬性，立基於運動中的教育，而運動俱樂部則是以透過運動的教育方式，扮演重要角色。東西德合併，系統制度的整合，使得學校體育目標導向讓所有的學生能夠接觸與進入到運動文化中。

2.課程名稱

運動教學[體育課]

3.每週授課時數

國小：135分鐘（50%由級任教師授課）；

國中：120分鐘；

高中：120分鐘（Brettschneider & Brandl-Bredenbeck, 2007）。

4.課程架構

各邦教育部具有制訂其體育課程的自主權。

5.課程目標

- (1)體育課程主要目標：A.傳遞各式現代運動文化；B.促進學生在身體、社會、情意、與認知的能力。
- (2)小學體育課程主要目標：A.增進動作發展與協調；B.社會行為的養成；C.專注力的培養。
- (3)國中：在概念取向上的歧異性很大：
 - A.在各式運動中依據動作技能發展能力
 - B.促進健康與體態
 - C.在學習情境中瞭解與運用動作的概念與能力
 - E.著重於定義所謂一位受過身體教育的人，是能參與比賽、具備健康、自由表達、掌握危險、樂意與人互動等。
- (4)以北萊茵-西伐利亞的體育重點目標為例：
 - A.體育課的主要目標，在於培養一位受過身體教育的學生，能以反省的方式練習和學習各式身體活動。
 - B.目標重點著重在培養知覺、體形與健康、對抗與合作、自我表達、以及負責任的態度與行為。
 - C.次目標：透過身體活動習得以下內容：
 - a.動作技能的習得與精進
 - b.動作知識的習得與應用，用以協助在身體活動上的學習
 - c.學習社會的價值，發展溝通、解決問題、和獨立思考的能力。（Brettschneider & Brandl-Bredenbeck, 2007）。

6.課程內涵

體育課的課程內容，並不以傳統的運動（sport）項目為課程內容依據：如游泳、田徑或團隊運動，反而是有大範圍的身體活動內容作為選擇依據，用以發展不同形式的動作能力。

7.師資培育

德國的體育教師培育分為兩階段。第一階段是在大學或是教師培育中心（以小學教師為主）。小學的體育教師需修習三種不同的學科，其中之一可以是體育。中學方面，中學體育教師需修習二種不同的學科，其中之一可以是體育。小學體育教師的修業年限制至少為三年，中學體育教師的修業年限制少為四年。第二階段的培育則是教學專業與實務的學習為主。第二階段的修業時間將持續兩年。

8.挑戰與趨勢

綜合 Balz 與 Neumann (2005) 和 Brettschneider 與 Brandl-Bredenbeck (2007) 的資料顯示，德國體育課程所面臨的挑戰主要包括下列各點：

- (1)健康促進成為中心課題之一：在體育課中達成促進健康。體育課的角色強調在培養健康身體活動與動態生活形態的意識。
- (2)體育課的社會學習受到忽視，體育課的教育目的與意圖更顯重要。
- (3)體育課的品質
- (4)運動技能向來為重點，但面對當下的挑戰，未來的重點是否會轉向
- (5)德國並無任何全國性的學校體育課評鑑系統。
- (6)假如體育課的概念是放在「透過」身體活動的學習，則主要目標是放在社會層面的學習、融合、和認知的發展。如果體育課的概念是放在於身體活動「中」的學習，則目標重點會是在發展運動技能，因為它被視為繼續從事身體活動的實踐基礎。目前，並不知道哪一種觀點有利。

9.啟示

- (1)體育課必須考慮社會的發展。
- (2)體育課的課程內容，並不以傳統的運動 (sport) 項目為課程內容依據。
- (3)體育課的概念澄清。