

上的困難。

注意高中學校健康與護理教育和成人社會健康學習的銜接問題

當代健康醫療照護特別強調民眾或病人自我照護能力的培養，高中健康與護理課程的學習如能讓學生具備基本健康自我照護知能的必要核心能力，將可以為將來成人社會終身健康自我學習奠定良好的基礎。有關健康與護理課程的研擬、修訂或討論應以更開放的態度邀請健康醫療照護專業人員或實務專家共同參與，以跨越不同領域間的藩籬，規劃設計出最適合我國高中學子的本土教材，進而造福全民健康。

二、體育相關的教與學

(一) 教科書分析

為達研究目的三—探討健康與體育相關的「教」與「學」與研究目的四—分析健康與體育分合之利弊，以下乃針對審定通過施行之 95 學年度全學年健康與體育一至九年級南一版、康軒版、翰林版教科書，於統整情形、六大議題融入情形、能力指標對應情形、評量方式、橫向組織、縱向組織等六向度加以分析後提出研究結果。

1. 統整情形

各階段之統整表現情形分析如表 1，第一階段為 1-3 年級(共 6 冊)；第二階段為 4-6 年級(共 6 冊)；第三階段為 7-9 年級(共 6 冊)。無統整之單元完全僅介紹健康或體育其中一科，而「有統整」當中再細分為「體育為主融入健康」、「健康為主融入體育」以及「體育與健康完全融合」等三類目，三版本之分析結果如表 4-1 至表 4-3：

表 4-1 南一版健康與體育領域教科書各階段統整表 (單位：單元)

統整情形		第一階段	第二階段	第三階段	小計	百分比	
無統整		33	50	25	108	64.4%	
有統整	體育為主融入健康	4	12	1	17	10.1%	35.6%
	健康為主融入體育	2	4	5	11	6.5%	
	體育與健康完全融合	22	10	0	32	19.0%	
所有單元		61	76	31	168	100.0%	

由表 4-1 可發現，南一版三個階段 18 冊教科書中共計 168 單元，無統整之單元為純粹教授體育或健康之內容，佔所有單元之 64.4%，可見兩科目雖合科併為一領域，然實際統整之單元僅佔 35.6%。於有統整之細項可看出，「體育與健康完全融合」佔 19.0%，當中於第一階段之呈現較佳，於第三階段之融合則有待改善。

表 4-2 康軒版健康與體育領域教科書各階段統整表 (單位：單元)

統整情形		第一階段	第二階段	第三階段	小計	百分比	
無統整		6	16	28	50	53.1%	
有統整	體育為主融入健康	4	2	0	6	6.4%	46.9%
	健康為主融入體育	7	1	4	12	12.8%	
	體育與健康完全融合	14	12	0	26	27.7%	
所有單元		31	31	32	94	100.0%	

由表 4-2 可發現，康軒版三個階段 18 冊教科書中共計 94 單元，無統整之單

元為純粹教授體育或健康之內容，佔所有單元之 53.1%，可見兩科目雖合科併為一領域，然實際統整之單元數量未達一半。於有統整之細項可看出，「體育與健康完全融合」佔 27.7%，當中於第一階段之呈現較佳，於第三階段之融合情形則是以健康為主融入體育，亦不見完全融合之單元，體育與健康統整偏態的情形可見一斑。

表 4-3 翰林版健康與體育領域教科書各階段統整表 (單位：單元)

統整情形		第一階段	第二階段	第三階段	小計	百分比	
無統整		14	25	24	63	67.0%	
有統整	體育為主融入健康	4	7	1	12	12.8%	33.0%
	健康為主融入體育	8	6	0	14	14.9%	
	體育與健康完全融合	2	1	2	5	5.3%	
所有單元		28	39	27	94	100.0%	

由表 4-3 可發現，翰林版三個階段 18 冊教科書中共計 94 單元，無統整之單元為純粹教授體育或健康之內容，佔所有單元之 67.0%，可見兩科目雖合科併為一領域，然實際統整之單元亦僅佔 33.0%。

綜合比較此三版本後可發現康軒版之健康與體育之統整比例較高，然整體而言，統整情況不佳。研究團隊發現，第一階段融合表現較佳之原因在於，該階段教科書編寫內容多為日常生活之健康常識同時連結基礎性動作技能，例如介紹溜滑梯等簡易身體活動遊戲，同時帶出運動安全、運動規則與守秩序等觀念；認識自己的身體，並運用來表現各種肢體的動態與律動；於唱唱跳跳當中，觀察自己與他人的情緒與表情並結交朋友；了解眼睛的構造與功能後，從事戶外休閒活動保護眼睛；生長與發展必須透過身體運動來增進；運動與營養概念之闡述...等。此類融合健康與體育之教材內容多出現於第一階段中，而第三階段之體育教材多為運動技能之展現，而融合情形亦多為與水上活動之運動安全或處理運動傷害之聯結，雖統整單元表現情況不如第一階段，但亦可發現其困難度。

2. 六大議題融入情形

針對健康與體育 1 至 9 年級教師手冊中所列之六大議題融入指標，以「單元」為劃記單位，各階段於六大議題之融入情形如下表：

表 4-4 各版本健康與體育領域教科書各階段議題融入表 (單位：次)

六大議題	南一版					康軒版					翰林版				
	第一階段	第二階段	第三階段	小計	%	第一階段	第二階段	第三階段	小計	%	第一階段	第二階段	第三階段	小計	%
家政教育	33	15	6	54	32.1	11	8	9	28	23.5	14	17	7	38	20.2
環保/環境	5	8	6	19	11.3	6	3	2	11	9.2	12	14	4	30	16.0
性別平等	42	31	16	89	53.0	2	11	20	33	27.8	17	22	4	43	22.9
人權教育	20	15	5	40	23.8	4	5	9	18	15.1	16	15	7	38	20.2

資訊教育	6	18	5	29	17.3	2	12	1	15	12.6	0	0	2	2	1.0
生涯發展	38	3	14	55	32.7	3	5	6	14	11.8	9	21	7	37	19.7
所有單元	61	76	31	168	100.0	28	44	47	119	100.0	68	89	31	188	100.0

由表 4-4 可看出，各版本於性別平等議題之融入次數皆為最多，其次為生涯發展教育與家政教育、人權教育之融入。整體觀之，南一版本於所有 168 個單元中，性別平等教育議題於 89 個單元中被列出融入，所佔比例達 53.0% 為最高，然研究團隊發現，其所包涵的範圍太過廣泛或者融入略為牽強，甚或隱含有不平等的意識型態，例如男女共同打球，然球權皆掌握在男性手中，女性則處於受支配角色。此類情況於教師手冊中雖表面上列出融入該議題之指標，但在教材中並沒有發現符合該項指標的內容呈現。因此，本研究結果亦突顯出教科書於出版前的審核過程需縝密把關之重要性，否則六大議題之融入將淪為檯面文字之空泛而無實質精髓之意義。

3. 能力指標對應情形

針對健康與體育 1 至 9 年級教師手冊中所列之對應能力指標，以「單元」為劃記單位，於七大主題軸中，與體育相關之各階段能力指標對應情形如下表：

表 4-5 各版本健康與體育領域教科書各階段能力指標對應表 (單位：次)

能力指標	南一版				康軒版				翰林版			
	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計
生長發展	5	9	12	26	0	12	16	28	0	5	5	10
人與食物	0	3	0	3	0	0	2	2	0	3	2	5
運動技能	67	111	66	244	54	65	51	170	37	67	35	139
運動參與	20	9	29	58	28	35	34	97	14	16	25	55
安全生活	11	11	16	38	4	10	22	36	4	6	11	21
健康心理	12	6	19	37	1	2	25	28	0	0	11	11
群體健康	4	1	6	11	0	4	11	15	2	6	7	15

由表 4-5 可發現，雖七大主題軸皆有與體育相關之指標，然此三版本之研究數據皆同時顯示教科書內容仍偏重於運動技能的展現，其次則為運動參與。另一方面，七大主題軸中，與體育最直接相關的僅有「運動技能」與「運動參與」，其餘主題軸與體育屬間接相關，所對應的情形則不如「運動技能」與「運動參與」，由此結果亦可突顯出體育與健康雖為同一領域，但於主題軸之分配卻處於不均等的情況。惟教師手冊於各單元前所列之能力指標皆能於教科書內文中找到相對應的內容，可發現教科書於編審過程中能力指標之落實情形。

4.評量方式

針對健康與體育1至9年級教科書中所列之各種評量方式，以「句子」、「段落」、「頁」為劃記單位，各階段「評量面向」、「評量方法」、「評量人員」與「評量時機」之研究結果如表4-6至表4-9：

表 4-6 各版本健康與體育領域教科書各階段評量面向 (單位：次)

評量面向	南一版				康軒版				翰林版			
	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計
認知	31	52	20	103	19	24	13	56	20	24	11	55
情意	30	47	20	97	18	22	14	54	16	24	8	48
技能	38	50	20	108	24	25	15	64	20	24	8	52

由表4-6可發現，各版本教材中所設計的各式評量，幾乎兼顧認知、情意與技能此三面向，同時照顧到三面向的比重，並無偏重與偏廢的情形產生，由此可知體育科之認知、情意與技能皆能均衡地受到重視，值得嘉許。

表 4-7 各版本健康與體育領域教科書各階段評量方法 (單位：次)

評量方法	南一版				康軒版				翰林版			
	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計
技能檢測	25	45	14	84	18	25	14	57	20	24	6	50
紙筆測驗	6	2	0	8	12	3	0	15	3	0	0	3
口語問答	28	28	2	58	11	15	2	28	14	8	3	25
書面報告	13	7	0	20	3	8	2	13	4	3	1	8
觀察紀錄	11	15	4	30	4	11	7	22	8	9	7	24
比賽/遊戲	24	33	7	64	15	18	7	40	12	20	6	38
其他	0	1	20	21	0	0	14	14	0	0	9	9

表4-7呈現出各版本之評量方法著重「技能檢測」與「比賽/遊戲」，此外，口語問答之提問也是教科書中常出現的評量方式之一。研究團隊發現，國小階段之教科書內容設計較多問答提供學生思考，對於技能之表現也多用比賽/遊戲方式讓學生表現並同時達到評量的作用。而第三階段因著重專項運動的技能呈現，因此評量方式以「技能檢測」與「其他」為主，「其他」則包括了分組活動練習、經驗的分享等方式，此外，也利用學習卡來達到技能的提升。

表 4-8 各版本健康與體育領域教科書各階段評量人員 (單位：次)

評量	南一版	康軒版	翰林版
----	-----	-----	-----

人員	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計
教師	41	51	18	110	28	24	14	66	21	24	9	54
學生	3	12	10	25	6	11	3	20	9	5	8	22
家長	1	1	1	3	2	0	0	2	2	0	0	2
其他	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0

表 4-8 之分析結果顯現各版本之評量人員皆以教師為主，第一階段由於學生年齡層較低，因此學生互評的比重略低，而第三階段則多見以分組活動的方式來讓學生參與互評。至於以家長為評量人員於各版本僅出現 2-3 次，可看出教材仍是以教師為掌控評量方式的決定者。

表 4-9 各版本健康與體育領域教科書各階段評量時機 (單位：次)

評量時機	南一版				康軒版				翰林版			
	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計
總結性	14	37	15	66	8	13	15	36	7	18	10	35
形成性	30	18	2	50	20	14	5	39	15	4	4	23

綜觀各版本可發現，由於第一階段之學習者年齡較低，課程內容之設計則多為基礎性的動作技能，而相關的身體活動等簡單基本動作技能大多設計以形成性評量的方式來呈現，一教授完畢即進行簡單的形成性評量。對於複雜性逐漸提升的聯合性動作技能則以總結性評量較為適宜，因此可發現第一階段之評量時機以形成性評量較多，第二、三階段之技能習得需較多時間使得達成目標，因此總結性評量之教材內容則較多。

5. 橫向組織分析

針對健康與體育 1 至 9 年級教科書中所列各種運動項目之教材內容，以「節」為劃記單位，各階段球類運動、田徑運動、體操運動、舞蹈運動、水上運動、戶外休閒運動、體適能、民俗運動、武術、基礎性動作技能、其他等 11 類運動項目之橫向組織分析如表 4-10 至表 4-21：

表 4-10 各版本健康與體育領域教科書各階段球類運動 (單位：節)

球類運動	南一版				康軒版				翰林版			
	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計
排球	0	2	6	8	0	2	5	7	0	2	5	7
籃球	0	1	6	7	1	2	6	9	0	3	6	9
桌球	0	1	5	6	1	1	3	5	0	3	2	5
羽球	0	2	6	8	0	1	4	5	0	3	4	7
足球	0	2	5	7	1	2	2	5	0	2	3	5
躲避球	0	2	0	2	0	1	0	1	0	2	0	2
手球	0	1	0	1	0	1	1	2	0	0	0	0
棒壘球	0	0	5	5	1	3	4	8	1	0	2	3
球類	7	4	0	11	0	0	0	0	5	0	0	5

遊戲												
合球	0	0	0	0	0	0	2	2	0	0	0	0

由表 4-10 可發現，南一版與翰林版之第一階段皆屬球類運動的啟蒙，因此以球類遊戲的方式呈現，透過遊戲之潛移默化來學習；至第二階段逐漸介紹專項運動的簡易技巧，而各種球類之專項運動則以第三階段為主。康軒版之籃球、桌球、足球、棒/壘球於第一階段皆有入門級的內容，而第二階段與第三階段乃接續進行進階的技能。

各版本由各單項運動所佔之課程章節數量可看出，躲避球與手球僅於第二階段出現，屬於較邊緣的運動項目；而排球、羽球、籃球、足球、桌球則為九年一貫教科書中較為重視的運動項目，銜接程度亦較佳。

表 4-11 各版本健康與體育領域教科書各階段田徑運動 (單位：節)

田徑運動	南一版				康軒版				翰林版			
	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計
跑	1	2	5	8	1	4	1	6	2	2	2	6
跳	0	2	2	4	2	4	0	6	0	4	1	5
擲	1	2	2	5	0	3	1	4	0	0	0	0

田徑運動跑、跳、擲屬於專項運動技能，於國中階段之接力跑、跨欄跑等內容較偏向此類運動，而國小階段之跑、跳、擲則多屬基礎性動作技能之移動性與操作性之簡易技能，因此南一版田徑運動之教材內容呈現偏重於第三階段。特別的是，翰林版之田徑運動編排完全無納入田賽「擲」之技能，由此可見其偏廢情形。

表 4-12 各版本健康與體育領域教科書各階段體操運動 (單位：節)

體操運動	南一版				康軒版				翰林版			
	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計
地板運動	0	1	2	3	1	2	1	4	2	3	2	7
跳箱運動	1	1	0	2	2	2	1	5	0	2	0	2
平衡木	1	2	1	4	3	1	0	4	2	0	1	3
單雙槓	1	1	1	3	1	0	0	1	1	0	0	1
體操遊戲	2	3	0	5	2	1	0	3	1	0	0	1

體操運動包含地板運動、跳箱運動、平衡木、單/雙槓、體操遊戲等五類目，由表 4-12 可發現，各版本之體操遊戲全數存在於國小階段，其餘四類目則幾近均等出現於各階段。研究團隊亦發現，單雙槓為難度較高的體操項目，然而三版本皆出現於第一階段，原因在於低年級之遊樂區中多數設計有單雙槓之運動設施，因此乃編排入第一階段的教材中。

表 4-13 各版本健康與體育領域教科書各階段舞蹈運動 (單位：節)

舞蹈運動	南一版				康軒版				翰林版			
	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計
律動	1	1	0	2	3	1	0	4	1	0	1	2
有氧舞蹈	0	1	2	3	1	1	1	3	0	1	0	1
土風舞	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0
舞蹈	2	10	2	14	0	0	1	1	2	0	0	2
啦啦隊	1	0	2	3	0	1	2	3	0	0	0	0
原住民舞蹈	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0
瑜珈	0	0	0	0	0	1	1	2	1	0	0	1

由上表可看出，律動、有氧舞蹈、土風舞、啦啦隊、原住民舞蹈皆為舞蹈之一環，然而舞蹈運動較為廣泛，課文內容沒有於標題特別註明為哪一類，則全歸類至「舞蹈」。三版本相較之下可明顯地看出，南一版最為重視舞蹈運動，而康軒版與翰林版則包含有新興的瑜珈運動，為特別之內容安排。

表 4-14 各版本健康與體育領域教科書各階段水上運動 (單位：節)

水上運動	南一版				康軒版				翰林版			
	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計
游泳	0	2	5	7	0	2	3	5	1	2	3	6
水上安全	0	1	1	2	0	2	0	2	1	2	0	3
水中遊戲	0	2	1	3	0	1	0	1	1	1	0	2
水上活動	0	0	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0

由上表可發現，南一版與康軒版第一階段由於學習者年紀較小，因此完全無編排水上運動的章節，第二階段則安排游泳與水中遊戲並重，而難度較高之游泳與水上活動各版本則以第三階段為主。

表 4-15 各版本健康與體育領域教科書各階段戶外休閒運動 (單位：節)

戶外休閒運動	南一版				康軒版				翰林版			
	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計
飛盤	1	1	2	4	1	2	0	3	1	2	1	4
自行車	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
攀岩	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
直排輪	0	1	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0
風箏	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0

登山	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0
----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

由上表可看出，各版本於戶外休閒運動之教材編寫內容著重飛盤運動，其他項目則零星出現於各版本，亦可見戶外休閒運動之多樣性。

表 4-16 各版本健康與體育領域教科書各階段體適能 (單位：節)

體適能	南一版				康軒版				翰林版			
	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計
柔軟度	0	1	2	3	2	1	1	4	1	2	1	4
肌力	0	2	1	3	1	2	1	4	1	3	1	5
肌耐力	0	1	1	2	0	2	1	3	1	3	1	5
心肺耐力	0	2	1	3	0	2	2	4	0	2	1	3
身體組成	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1
瞬發力	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1
遊戲	0	1	0	1	2	0	0	2	0	0	0	0
運動計畫	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0

由上表可發現，體適能於南一版第一階段之課程皆無出現，其餘兩階段皆零星出現體適能課程；康軒版及翰林版之第三階段出現身體組成與瞬發力章節，為特殊之教材內容。

表 4-17 各版本健康與體育領域教科書各階段民俗運動 (單位：節)

民俗運動	南一版				康軒版				翰林版			
	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計
踢毽子	1	0	1	2	2	2	0	4	1	1	0	2
扯鈴	0	2	1	3	0	1	0	1	0	0	0	0
陀螺	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1
舞獅	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1
跳繩	1	1	1	3	1	3	0	4	1	1	0	2
民俗藝陣	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0

由上表可發現各版本皆於教科書中出現部分民俗運動，雖毽子、扯鈴與跳繩出現次數較多，但所佔比例與各單項球類運動相比則略顯不足。表 17 中，南一版於第三階段所編之民俗藝陣章節最為特殊。

表 4-18 各版本健康與體育領域教科書各階段武術 (單位：節)

武術	南一版				康軒版				翰林版			
	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計

	段	段	段		段	段	段		段	段	段	
武術 遊戲	0	3	1	4	0	0	0	0	0	0	0	0
國術	0	0	2	2	0	1	1	2	0	0	0	0

由上表可看出，南一版武術於第一階段完全無介紹，於國小第二階段則以遊戲方式呈現，至第三階段則進入較為專項的國術，可見其教科書編寫之銜接度佳。而翰林版完全無出現任何教授武術之章節，可見其偏廢情形。

表 4-19 各版本健康與體育領域教科書各階段基础性動作技能 (單位：節)

基础性 動作 技能	南一版				康軒版				翰林版			
	第一 階段	第二 階段	第三 階段	小計	第一 階段	第二 階段	第三 階段	小計	第一 階段	第二 階段	第三 階段	小計
穩定性	1	2	0	3	1	0	0	1	1	0	0	1
移動性	11	5	0	16	10	0	0	10	2	0	0	2
操作性	3	0	0	3	8	0	0	8	2	0	0	2
聯合性	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1

由上表可發現，各版本基础性動作技能之課程編排全部集中於國小階段，並以第一階段為最多，原因在於第一階段所教授的課程多為運用肢體的簡易運動，而當中則以跑、走等移動性技能較多；穩定性技能為平衡；而操作性技能則為投擲、踢等動作較常出現。

表 4-20 各版本健康與體育領域教科書各階段其他類運動 (單位：節)

其他	南一版				康軒版				翰林版			
	第一 階段	第二 階段	第三 階段	小計	第一 階段	第二 階段	第三 階段	小計	第一 階段	第二 階段	第三 階段	小計
保齡球	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
撞球	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
呼拉圈	1	1	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0
拔河	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1
抗力球	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1
健走	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1
踩高蹺	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0
丟沙包	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0
溜滑梯	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0
盪秋千	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0
健身操	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0
運動安全	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1
重量訓練	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0
運動傷害	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0
運動與消費	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0
暖身就位	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
運動欣賞	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1

身心障礙運動	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
運動與飲食	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1

不隸屬於主類目等出現少數之項目則歸類為「其他」。由表 4-20 中可看出，其他類的課程活動與球類、水上、舞蹈、田徑等課程活動相較之下所佔的比例低很多，且各版本著墨的內容也不盡相同，其中又以第二階段所佔比例最少，原因可能是由於第二階段所涉獵的課程種類最為繁多，故在其他項目的比例就相對降低。

表 4-21 各版本健康與體育領域教科書各階段知識類 (單位：節)

知識類	南一版				康軒版				翰林版			
	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計	第一階段	第二階段	第三階段	小計
力與美	0	0	5	5	0	0	0	0	/			
球類運動	0	0	5	5	0	0	0	0				
建立好關係	0	0	1	1	0	0	0	0				
媒體廣告與運動	0	0	1	1	0	0	0	0				
運動鞋面面觀	0	0	1	1	0	0	0	0				
運動與性別	0	0	0	0	0	0	1	1				
合作玩球	0	0	0	0	0	0	1	1				
運動與消費	0	0	0	0	0	0	1	1				
運動慢性疾病	0	0	0	0	0	0	1	1				
終身運動計畫	0	0	0	0	0	0	1	1				
居家身體活動	0	0	0	0	0	0	1	1				
運動與人際關係	0	0	0	0	0	0	1	1				
運動減壓	0	0	0	0	0	0	1	1				
社區運動資源	0	0	0	0	0	0	1	1				
運動與理想體重	0	0	0	0	0	0	1	1				

由表 4-21 可看出，在各個版本中，第一階段以及第二階段完全沒有知識類的課程，都是在國中階段才開始納入知識類課程，由於知識類課程是屬於綜合性的總複習，故只有在國中階段才有出現，而在國小階段需不需要知識類的課程則是有待討論的空間。較特別之處在於翰林版教科書大多將知識類課程編排到主類目的內容當中，因此三階段當中都沒有相關的課程編排出現。

6. 縱向組織分析

(1) 籃球

南一版	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認知：各單元著重不同的認知層面，由起源、規則直至戰術、攻守原則等，可見編排由淺入深，然認知層面於國小與國中的銜接上略顯不足。 2. 情意：無 3. 技能：國小階段僅第 12 冊提及一單元，技能編排由淺入深，從傳球開始，投籃、運球、傳球、籃板球卡位、快攻、防守，各單元有強調的技能重點。
康軒版	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認知：基本動作要領、上籃、基本規則、鬥牛賽、搶籃板、攻防戰術。 2. 情意：從活動中去培養同學之間的默契、自我修正的能力及學會觀察同學的表現。 3. 技能：技能的部分會有重複，國小學過的運球、上籃等動作，到了國中又

	重新上一遍。
翰林版	1.認知：各式動作的動作要領，規則、街頭籃球、裁判手勢、常見的犯規。 2.情意：團隊合作的重要性。 3.技能：國小和國中的技能有重複，小學學的技能過多，容易學得不專精。

(2)體操

南一版	1.認知：來源、規則、動作要領、練習安全等。 2.情意：享受體操運動並展現其美感。 3.技能：平衡木、地板運動、單雙槓、滾翻、跳箱等項目於不同階段皆有按部就班介紹。
康軒版	1.認知：國小較強調基本動作要領的知識，動作項目會有重複，國中則以地板和跳箱為主要的項目。 2.情意：能予同儕相互協助，共同加油打氣和分享經驗。 3.技能：項目雖有重複，但動作的學習是有增加內容，主要的基本動作都有呈現。
翰林版	1.認知：各個動作之要領、比賽項目的種類、保護者應注意的事項。 2.情意：克服心理障礙，挑戰自己的勇氣。 3.技能：技能銜接的部分很好，從簡單到基礎的動作為主。

(3)排球

南一版	1.認知：起源、規則、規則演變、動作要領。 2.情意：僅國小階段提及保持「勝不驕、敗不餒」之精神。 3.技能：技能發展由淺至深，國小階段拋接、擊準；國中階段低手傳球、高手傳球、步伐、扣球、攔網、隊型。
康軒版	1.認知：除了基本的介紹場地、起源、動作要領等之外，特別介紹了世界女排大獎賽及舉球員。 2.情意：培養勝不驕，敗不餒的運動精神及遵守比賽規則，並透過記錄表來記錄比賽的狀況。 3.技能：國小由基礎的動作開始，到了國中開始學習較困難的動作，如扣殺、攔網。
翰林版	1.認知：發球方式、各個動作之要領、高手傳球及規則、比賽簡易規則、移動步法的種類。 2.情意：體驗學習樂趣。 3.技能：高低手發球、扣球、隊形换位、球員位置的輪轉。

(4)田徑

南一版	1.認知：正確的跑、跳、擲動作要領；田徑的起源；種類與規則。 2.情意：體會速度的變化、樂於參與運動、君子之爭、遵守規則。 3.技能：國小階段已呈現跑、折返跑、接力跑、各種起跑方式；壘球擲遠、墊步投擲、擲準。然國中階段田徑首單元依舊由跑、跳、擲之基本動作開始介紹，與國小較無銜接。
康軒版	1.認知：各式項目的動作要領及相關規則，還有測量心跳的方法。 2.情意：挑戰自己的紀錄、培養自我的信心、同儕間的團隊精神及鼓勵、運動計畫的安排。 3.技能：跑的部分佔較多的比例，在跳的部分包含跳高及跳遠，而投擲的部分就是簡單的動作介紹。
翰林版	1.認知：各個動作之要領、相關規則。 2.情意：展現自信心、發揮團隊精神。 3.技能：除了跑的項目外，還有跳遠及跳高。

(5)桌球

南一版	1.認知：國小階段由記分開始介紹，國中階段由起源開始介紹，較無整體連貫的編排。 2.情意：感想與經驗分享。 3.技能：國小階段第11冊已介紹握拍、擊球、推球等技巧，於國中首單元仍由認識球與握拍開始介紹，與國小較無銜接。然國中階段之桌球課程編排有按部就班編寫。
康軒版	1.認知：起源、握拍方式、人物介紹、戰術運用。 2.情意：無 3.技能：透過手感遊戲培養球感，基本動作的介紹再加上步法。
翰林版	1.認知：認識桌球、桌球就是要寫成這樣的格式、桌球規則。 2.情意：增進同學間的情誼。 3.技能：從最基本的手感練習到最後發下旋球的技能銜接的很好。

(6)羽球

南一版	1.認知：國小階段來源、動作要領；國中階段仍由起源開始介紹，欠缺銜接。然國中階段介紹規則、球場禮節、戰術、站位與輪轉等，可見其編排由淺入深。 2.情意：享受運動的樂趣 3.技能：由第13冊開始至18冊，內容編排由淺入深。
康軒版	1.認知：動作要領、起源、球的材質、比賽規則(單、雙)。 2.情意：學會與人溝通、討論戰術。 3.技能：國中小安排的內容有銜接，但單堂課所要學習的動作份量有點重。
翰林版	1.認知：各個動作之要領、比賽方式、比賽規則、雙打比賽戰術。 2.情意：無 3.技能：國中的內容與國小相似，沒有銜接，還在複習國小上過的動作技能。

(7)躲避球

南一版	1.認知：規則與沿革 2.情意：發揮團隊精神 3.技能：由閃躲遊戲入門，接著傳接、擲球、攻擊、防守等技巧，國中階段無出現躲避球單元。
康軒版	1.認知：動作要領 2.情意：無 3.技能：僅出現於第7冊，無銜接可言，同時該章節較偏向躲避球遊戲。
翰林版	1.認知：動作要領、新式躲避球規則介紹 2.情意：無 3.技能：由接球、擲球、閃躲入門至攻防、比賽，按部就班呈現。國中階段無出現躲避球之章節。

(8)手球

南一版	1.認知：手球規則 2.情意：認真比賽、爭取榮譽 3.技能：僅國小第9冊介紹傳接球、射門、簡易比賽，國中階段無出現手球單元。
康軒版	1.認知：國小階段介紹由來與規則，至國中階段則介紹最基本的技術與沙灘手球。 2.情意：集中注意力、激勵同儕 3.技能：由傳接球、運球、射門等，進階至快攻、攻擊陣型等技能，編排由淺入深。
翰林版	無章節

(9)球類遊戲

南一版	1.認知：簡易球類遊戲的動作要領。 2.情意：依序、輪流、守規則 3.技能：球類遊戲僅停留在國小階段，多屬非球類專項運動，如拍球、傳球、踢球、夾球等。
康軒版	1.認知：球類遊戲的認知層面較缺乏，僅出現認識球的大小與軟硬。 2.情意：發揮互助合作的精神 3.技能：拍球、踢球、接球、觸碰球等利用到球的簡易身體活動。
翰林版	1.認知：各動作要領 2.情意：體驗樂趣、發揮想像力 3.技能：夾球、拍球、打擊、揮、踢球等球類遊戲，全數為第一階段的課程內容，運用身體來完成各種動作。

(10)足球

南一版	1.認知：第 10 冊先介紹踢球與停球要領，第 12 冊才介紹足球的由來，第 13 冊又重複介紹足球起源，較無銜接的感覺。 2.情意：體會足球樂趣與文化、耐心練習。 3.技能：第 10 冊之教材內容為球感練習，第 13 冊亦為球感練習，國小與國中之銜接有落差。除此之外，國中階段依照困難度編排課程，由淺至深。
康軒版	1.認知：起源、動作要領、明星人物介紹、比賽基本規則。 2.情意：遵守比賽規則，並且與同伴互助合作。 3.技能：很簡單也有銜接到國中，從球感到基本動作的練習，還有頭頂球的部分就要斟酌學生的能力而做調整。
翰林版	1.認知：各個動作之要領、起源、射門技術、裁判、隊形、比賽戰術。 2.情意：無 3.技能：以基礎動作為主，但課程還是重複。

(11)飛盤

南一版	1.認知：國小階段介紹飛盤的由來，國中階段介紹其功能、結構、種類等，課程有銜接在一起。 2.情意：說出從事休閒活動的感覺 3.技能：國小階段為簡易拋盤與接盤動作，國中階段按照持盤、投盤、接盤等順序編排課程。
康軒版	1.認知：飛盤運動常識、選購須知 2.情意：克服被擊中的心理障礙並培養團隊默契 3.技能：僅出現於國小階段的課程中，由飛盤遊戲入門至丟擲動作與傳接、攔截等基本技巧。
翰林版	1.認知：選擇飛盤、飛盤簡介、各動作要領 2.情意：團隊合作、促進同儕友誼 3.技能：擲盤、接盤、擲準、擲遠等基礎技能，飛盤保齡球、飛盤逐洞賽等變化玩法，最後整合各種握法與擲法，課程安排由淺至深。

(12)舞蹈

南一版	1.認知：認知層面多為舞蹈的動作要領與認識各類舞蹈風格。 2.情意：情意層面各單元幾乎都有照顧到，多為欣賞服飾與文化、體會表演的感覺、發揮創意等。 3.技能：第一階段多為搭配音樂之身體律動；第二階段介紹各國與各類舞蹈，呈現多元化；第三階段為進階之啦啦隊或高衝擊有氧舞蹈動作，進而創作舞蹈，可見技能由淺至深的編排方式。
康軒版	1.認知：各個動作之要領、各個舞蹈的起源、認識原住民的舞蹈文化。 2.情意：培養團隊的默契、分享學習的感受、體驗原住民舞蹈文化的特性。

	3.技能：學會設計動作、學會身體的動感，體驗節奏與速度的變化、各類舞蹈動作。
翰林版	1.認知：了解各族民族舞蹈其意義、認識瑜珈和有氧舞蹈。 2.情意：體驗全身放鬆、寧靜的感覺。 3.技能：國小的舞蹈課程較多元，國中的部分僅有一節瑪格蓮娜舞。

(13)水上運動

南一版	1.認知：國小階段認識游泳池安全守則與游泳的歷史，國中階段介紹游泳規則與種類，並提及更高階的跳水。 2.情意：珍惜水資源、體會水中樂趣。 3.技能：國小階段為適應水性、漂浮、打水等簡易技能；國中階段自救、捷泳、仰泳、蛙泳等聯合動作，可見國中小之銜接程度。
康軒版	1.認知：了解泳鏡的功能、水母漂自救法、打水的要訣、游泳比賽的項目。 2.情意：無 3.技能：只學簡單的適應水性、換氣動作、打水，還在學習初級的階段。
翰林版	1.認知：各個動作之要領、認識捷泳、游泳的配件、水母漂、水上活動。 2.情意：享受水上運動的樂趣、創意表演大會。 3.技能：國小的游泳課好多，可見游泳對學齡兒童的重要性。

(14)棒/壘球

南一版	1.認知：全為國中階段所介紹，認知層面包含棒球歷史、好球帶判別、戰術運用、暗號操作等。 2.情意：小組合作 3.技能：僅編排於國中階段，由基礎的手套使用、傳接球、揮棒至盜壘、操作戰術與暗號等，深度廣度兼顧。
康軒版	1.認知：棒壘球規則、慢壘的起源、特色及規則。 2.情意：揮擊的樂趣、享受比賽並針對戰況做分析。 3.技能：傳接球的部分出現很多次，表示很重要；還有基本的投球、打擊、跑壘等動作。
翰林版	1.認知：各個動作要領、盜壘的方式、比賽規則、棒壘球的差異。 2.情意：無 3.技能：國小階段只有揮擊，到了國中就會學到更多基礎的動作，如拿球的握法、打擊姿勢、傳接球練習等。

(15)體適能

南一版	1.認知：國小階段介紹簡單的體適能；國中階段針對柔軟度、規律運動及擬定運動計畫增加認知之深度。 2.情意：培養運動習慣、遵守遊戲規則。 3.技能：國小階段透過遊戲方式強化自身體能；國中則為有氧與身體各部份之伸展。
康軒版	1.認知：認識各動作所能適應生活的能力 2.情意：齊心合作樂趣多 3.技能：身體各部位肌力測試、柔軟度接力遊戲、登階等獨立動作，較無整體銜接編排之困擾。
翰林版	1.認知：認識體適能的包含範圍與重要性 2.情意：無 3.技能：國小階段透過遊戲接觸柔軟度等各類體適能，國中階段介紹檢測與計畫

(16)武術

南一版	1.認知：國小階段一開始就介紹拳與腿的動作要領，至國中階段才介紹武術的起源，於認知之課程設計較無銜接性。 2.情意：分享表演並與同儕相互欣賞、不炫耀拳腳功夫 3.技能：國小階段先以武術遊戲為入門，爾後學習金雞獨立、馬步等。國中階段則加入基本架式、拳術、拳法套路、兵器等由淺入深的編排。
康軒版	1.認知：武術動作要領、防身術技能、武術的步型。 2.情意：用心了解拳掌動作的意義。 3.技能：馬步、實戰防身術、氣身武術操。
翰林版	無章節

(17)民俗運動

南一版	1.認知：各民俗運動的由來與動作介紹。 2.情意：自我挑戰、欣賞表演、爭取榮譽。 3.技能：跳繩由國小階段之個人跳進階至國中之雙人跳與多人跳、舞獅、踢毽子、扯鈴等，皆為基礎技法，可見民俗運動分配之廣度。
康軒版	1.認知：透過民俗童玩了解各地文化、各民俗運動之動作要領 2.情意：欣賞表演、分享創意 3.技能：跳繩、舞獅、毽子、踩高蹺等民俗運動皆由淺至深編排學習內容
翰林版	1.認知：認識各民俗運動、各動作要領 2.情意：分享運動樂趣 3.技能：毽子、跳繩、舞獅、陀螺皆由入門動作開始，按部就班。

(18)基礎性動作技能

南一版	1.認知：平衡讓生活安全自在、知道運動前要做暖身操、了解遵守規則的重要等入門常識。 2.情意：感受跳躍時騰空的感覺、享受運動樂趣、聽從師長指導。 3.技能：跑、跳、蹲、爬、跨越、繞、走等基礎動作，當中較缺乏聯合性動作技能。
康軒版	1.認知：動作要領與運動規則提醒。 2.情意：體會跑的感覺、面對比賽輸的情況、與同儕合作。 3.技能：跑、跳、蹲、爬、拉、抬腿、走、踏併步等基礎動作。
翰林版	1.認知：各動作要領 2.情意：發揮想像力、與家人一同享受運動樂趣 3.技能：跳、跑、躲、平衡、支撐動作、拍、投擲、交叉步、側併步、跨等基本動作，全數集中於第一階段教授。

(二)教與學

透過教科書分析跟焦點團體及有限資料的蒐集，從教師觀點去書寫教的部分，而從學生觀點去書寫學的部分，這將反映出落實到教學現場的實際教學場域中的現象，以及對於教育改革實踐的具體反映。

1.小學階段

(1)教的方面

①授課教師缺乏體育專業能力

小學體育教師大部分由非體育專業科系畢業之合格教師擔任，長期以來無法落實到正軌的教學上，基層的教師雖然有心想要將體育課上好，然而，專業的缺乏的確是一件相當難克服之障礙。從現場看，場館跟設備的限制是容易克服的，但是，對於教材、教學法跟遊戲設計的材料顯然不足，這是有心的老師想改進自己的教學會遭遇的阻礙。其實，從諸多輔導團或工作坊所得到的訊息可以知道，

小學教師參與進修的態度是最積極且投入的，所以，雖然在專業上比較缺乏，但在參與情況上是比較好的。

所以師資的現況我們健教和體育也長期都在做基礎調查，我們都知道師資是不足的，但是在現今師培的架構上是無法去做呼應的。（小-B-2-1-5）

沒有的時候我們要怎麼辦，我還是沒有辦法具體的想法就是師資的部份要怎麼辦。（小-B-2-1-6）

不過體育的部份對於示範演示是很重要的，那有些老師在部分的能力還是比較差啦。（小-B-2-2-1）

在國小每一個體育課方面要由體育專長背景的老師來教在小學的部份，目前為止看來好像不可能。（小-B-2-2-2）

以國小的校長在聘任老師的時候，他的觀念都會用一般教師具體體育專長，這樣進來後我比較好用，所以他進來後可能也不見得會教體育課。（小-C-2-1-14）

② 認同教改統整課程的主張

但是對於健體領域合科的問題，小學教師表現出認同的態度，似乎覺得更能充分發揮，而且在時間上更能靈活運用，這倒是對於統整課程有較正面的回應，而這個觀點仍需要繼續觀察其成效所在。

但我們體育課就不是這樣，我們體育課可以教運動參與、生理現象各式各樣的東西，我是覺得合起來，未來效果會比較有發展性。（小-C-7-2-1）

我認為小學的部分，我覺得還是要以合科為主，老師只要接觸到健體領域的話，老師必須要有所認知，就是要上健康和體育，但是當然要盡量把他們的概念整合在一起。（小-C-7-2-3）

再來是關於健體這兩科他們要不要去分科，我們一致認為說，其實我們今天在體育的教學上面，依現有的能力指標來看，我們真的可以把很多健教的基本能力結合到我們體育裡面來（小-A-7-2-9）

③ 教材選編困難重重

教材的選擇總是無法從能力指標中轉換出來，由於傳統上小學體育以躲避球為主，在改革之後仍然無法對教材選編有更好的方式進行解決，所以，這部分依舊維持在未改革之前的狀況；評量的方式隨著評量多元化政策的推廣而有所改變，但是鑑於班級人數的問題，多元評量的實施趨於困難與不可行。

因為老師能教授的項目也有限，大部分很多老師還是跳脫不了躲避球、籃球，以致於很多的項目沒有去接觸，例如像是墊上運動、桌球、排球、羽球、舞蹈等等，那就覺得這部份是覺得比較可惜的部份 B-2-2-4-7

所以我覺得運動能力指標是很好，老師如果他真的要推行的話，我覺得它會很清楚讓我們知道說三年級小朋友他的能力應該要達到哪裡，要教到哪裡。（小

-C-6-2-2)

他有個階段，還有他在評量的部份，他很清楚的規定，這個動作他做到哪裡就幾分，我覺得是可以試看看的，在評量的部份，會比現在小朋友在學的能力指標，他會有一個比較具體的依據。(小-C-6-2-3)

可以知道每個階段的學生應該達到怎麼樣的能力，如果像五年級的學生他沒有達到應該達到五年級的能力，在四年級的時候該達到沒達到，那老師是不是應該去設計一些補救教學，或是把一些起點行為往下拉，在想辦法補上去。(小-C-6-2-5)

但我們走訪學校後，發現這方面是不談的，所以我評量我的，他也評量他的，我們都沒有互相溝通的，現在學校現況是這樣(小-A-6-2-3)

你不能教你的，評量評不一樣，我以一個當爸爸身分，小朋友回家講我打擊也真的很大，因為教和評是完全分離的，我們講的是大部分的現象而不是在座的各位，因為在國小更有這種現象，是教評分離，然後在體育常識的部份也是教評分離，不是我們體育而已，考科也都一樣是教評分離，我們小時候我五年級，學生的失敗就是我的快樂，我教我的，我考我的，大家都考不及格我很爽。(小-A-6-2-8)

④師生關係趨向開放與多元

師生關係有跟改革前不同的氣氛，由於學生更加地開放與多元，師生關係也由原先的權威式領導轉化成對話式領導，學生的意見與想法比較獲得重視，這使得學校的學習環境更有利於學習。

(2)學的方面

①缺乏學習評估系統

小學階段由於缺少學測的評鑑，教學效能無法從單一的評量去瞭解，所以，多方面的訊息使得評估學習狀況更為困難。正面方面通常指出學生的創意無限，有更多的機會去表現，而且學習的氣氛不同於過去，學到的並非過去希望學習者是守秩序且只會唸書的小孩，強調多元化活動跟團體的競賽，並且讓學習者可以自動自發學習。

那有關於課綱和評量的部份，我們到覺得說這一波九貫課程，我們一直說能力低下怎麼樣，這都是空口說白話，我們有沒有任何的數據。(小-A-6-2-1)

②健康體適能指數衰退

然而，從諸多資料庫的調查發現，基本健康體適能方面正在衰退，這不諱是重大的警訊，學生待在電腦桌前面的時間加長，而導致活動的時間減少，同時，學校內正式課程的體育課又在隨時縮減的情況使得學生活動的時間日益減少，這是同時又表現在生長指數及健康體適能指數上的隱憂。

③動作技能學習成效仍有待評估

並沒有研究顯示小學生的動作技能學習有任何變化，但這是一項需要關注之處，在動作發展的理論提到童年的動作學習影響到成年的動作表現，這方面的研

究亟待推動與進行。

2. 中學階段

(1) 教的方面

① 能力本位教學引爆教材選編危機

國中是這波教改上衝擊比較大的部分，由於過去的分科教學，而且教材內容在課程標準中規範的相當清楚，但是，課程綱要的公布使基層無所適從，這反映在教改初期的巨大反彈上，在經過十年之後，依舊留下許多的問題留待處理。

他講的，現在就是講的一套做的又一套。(中-A-2-1)

它們其實變成各項的自治嘛，阿縣政府自治嘛，雖然上面有個地方治自法，然後地方自治法，學校又自治，所以學校很多因素…。(中-A-2-6)

首先是銜接的問題，由於教改推行的初期是分階段進行，好幾年的學生是中途使用新課程架構，這使得教學的內涵有銜接上的問題，許多教師反映教科書並無法解決這些問題，但這問題隨著這些受影響的學生畢業而落幕。

合科的衝擊也是重要影響，體育教師其實並沒有教健康教育的專業，所以，勉強配課造成困擾，也是對專業的打擊，這不停反映在師資培育的質問中，但是，基本上，師培單位並沒有意願改變目前的培育方式，而在實際的課堂上也逐漸往組成領域卻分科教學的方向走，自然這個問題也逐漸消失。

目前仍是重要無法處理的問題是能力本位教學如何落實的提問，本來是教育改革核心的能力本位教學，由於課程綱要中的分階段能力指標過於抽象無法和教材的內容去同一，導致教能力變成一句口號，而雖然教育部多次舉辦工作坊並且責成國立編譯館對能力指標進行解讀，但是，從現場的聲音聽來，成效有限，大部分的教材仍是以運動項目進行動作技能教學，這個問題在教育部建置運動能力指標之後可望解決，但是仍需要觀察教科書市場的後續走向。

目前我們就發現九年一貫的那個能力指標，沒有辦法對應教材，所以造成老師教學的困難。(中-B-3-5)

我就是想聽這個，浪費了這麼多年，十年來我一直覺得這個是我一直放在心裡面，我們會推動運動能力指標的原因是那個能力指標根本跟我們的教學連不起來，根本不知道什麼叫做教能力。(中-A-4-28)

像游泳它就明確規定第一級能力指標要達到哪邊。(中-A-2-13)

教科書方面，我們也認為有需要再努力加強的地方，因為現在教科書阿其實是滿片斷性的還不是很完整的統整。(中-B-6-30)

② 質性評量難落實

在評量方面，增加的質性記錄是學校教師頗為頭疼的工作，由於所教的班級

學生眾多，要多元評量已是難事，對學生的學習特徵進行描述幾乎是不可能任務，致使這項評量美意成為應付，長期來說，是需要再繼續研究改進的方向。

③體育教學正常化

教改一樣最大的收穫是，大多數學校反映體育教學的正常化，不再借課且正常教學，這是這波教改在教學上有顯現成效之處，然而，這並不能確認教改的任務已經達成，目標已經實現，仍有待教師評鑑的落實而獲得更新的證據支持。

我覺得現在改變什麼，改變體育課現在比較正常教學了。(中-C-4-1)

我們像我們國中，這幾年送到高中給高中那些老師，我們的學長或學妹們，它們就認為說都有教了耶，你以為體育還是體適能阿。它們自己就認為說這一波來，其實都有進步啦，就是說他們學的東西不是只有一種而已，就會學的比較多，我們高雄市是這樣啦，阿是有在進步啦。(中-E-1-1-2)

(2)學的方面

①學生身心特徵作為教學設計之考量

中學生在體育方面的興趣是青春期的特質所主導的，通常使用成績來威脅學生認真上課這個方式也漸漸無法發生效能，發育與體適能是這個階段重要的大事，而且動作技能的發展也在此階段進入固定化的前期，學習者的學習意願跟動機是導致日後動作能力、體力與健康生活實踐的關鍵時期，而且升學的影響也在這個階段出現，因此，能否掌握學習者的心智與身體發展的關鍵時期誠屬高度核心議題。

由於身體的快速變化，導致學習者自身對自我概念的理解的急速轉變，他們需要在其他同學前表現自己，期待自己被看見，而且也容易害羞與退縮，因此，體育課程提供了(他)她們可以展現自己的機會，從教學現場發現學生對於體育課程的評價多元，其實這也反映出體育課程的困難程度，運動能力的強弱一直在起作用，影響著運動參與的程度，而同時體能也會造成一些影響，當代的學童一方面要應付學校的沈重課業，放學又要到補習班、安親班報到，回家還要上網，所以，這些不利因素嚴重影響體育課程的學習。

綜觀，中學體育的內容仍集中在專項運動技能的學習，中學生不樂於學習單調乏味的專項動作技能，卻喜歡比賽跟團體性的活動，每每要進行班際競賽，便是班上的大事，全體同學都願意認真練習，因此，體育教學需要跟班級競賽結合，這對於推動運動教育模式有正向的鼓勵，因為這個模式能夠符合這種需求，在情意面跟認知面的學習是比傳統的課程模式更優勢，學習者的反映也較好，只可惜活動設計與實施不易，需要許多的配套措施。

所以你要跟他們說明，本來體育課本來就是很清楚 認知技能情意，阿這一波的教改，技能這邊…技能本來就是大家重視的，阿情意跟認知，我們這一波在教改裡面，我們有倒是教比較多的，這次就是情意跟認知這邊…(中-F-5-1-3)

②體育課程學習動機增加，基本能力反倒降低

做為國中生最喜歡的課程之一，透過體育課程的學習，學習者能學到什麼，在對學習者的學習評量所顯現的是，表面上在體適能、適應力跟理解力方面變差，然而，在學會角色扮演、互助合作、運動欣賞與自我反省後，便有同以往不同感受而增加了學習動機，在這點上值得關注，而下降的部分也應該繼續監督，並瞭解其原因。

這中間有幾個問題…有幾個問題就是說我們現在覺得學生的能力是普遍降低的。
(中-D-1-1-1)

到個高中還在教，那我們現在老師會覺得奇怪說：奇怪～國小老師好像沒有教的樣子，學生的能力好像都沒有學過的感覺，我相信到了高中他們會覺得說是不是你們國中老師沒有教，其實不是唷，可能是這學生整體能力掉下去囉。(中-D-1-1-3)

第三個就是我對學生語言分析的能力，好像也比較差了，他聽不太懂老師的口令，很奇怪。(中-D-1-2-3)

3.高中階段

(1)教的方面

①體育課程改革方向仍待釐清

對於高中的體育教學來說，改變並沒有對現狀產生巨大的衝擊跟改變，尤其是不用學測的體育課程，現在雖然政策推動體適能檢測成績列入升學考量，但是根據研究，這個吸引力並沒有預期的大。所以，對於高中的體育老師來說，保持原有的品質便已經滿足。

其實高中的部分和中小學其實在性質上，是不太一樣的，因為九年一貫這樣子走下來大概中小學的部分會有比較多的問題或是要提的意見。那我們的部分其實是可能還沒有發生的部份比較多，雖然說九五暫綱開始一直到九九，這幾年大概有在推動，大概不像中小學，影響的層面那麼大。(高- A-1-1-1)

那高中體育到底為什麼需要改革？高中的體育教學有什麼缺點？從體育老師自身似乎無法反映出來，在實地觀察及焦點團體中都沒有出現一般在其他階段會出現的問題，這是值得繼續研究的部分。

②缺乏課程目標達成與否的檢核機制

高中體育課程一般都是以專項運動為主，在新課綱公布後，也是對於能力本位的概念產生模糊，由於到了高中教的都是專項運動，學生的運動能力受到考驗，高中的教便集中在反覆強化動作技能，而且學業壓力更大，體育課形成舒壓的一種方式，對於課程目標的達成應該進行全面性的檢核，以符合現狀的需要。

感覺是要改革的樣子，那麼至於改革的方向是什麼，一般也很模糊。(高- B-3-1-1)

(2)學的方面

①規律運動習慣的養成作為課程最終目標

學生也處於青春後期，明顯的各方面的發育已接近成人，思想也逐漸成熟，能夠判斷並選擇自己的興趣，對於體育課的好惡也逐漸明顯，而這個時期的學習強調為未來作準備，尤其是培養終生規律運動的習慣和興趣，也需要培養正向的休閒態度，如果有機會與天賦，便能朝向運動競技的領域發展，學生的主動性高，並且能夠在課程中學習到未來的生活體能準備。

②學習者的學習興趣多元

學生期待學習的內容能夠超越傳統的運動項目，能結合時下流行的新興項目，但是，這給學校帶來困擾，且也帶來轉機，對於傳統體育課程的修訂與更新，對於學習者來說，使他們的學習更能貼近生活，這些像街舞、啦啦隊.....等新興運動在校園中已經聲勢高漲過傳統體育項目。

在高中階段，學習者已經成年，他們能夠自己舉辦比賽活動，擔任工作人員、裁判等，這種實務的課程對於他們未來在下階段的競爭力或人際關係都具有正向的效能。