

學校體育目標與任務之回顧與前瞻

曾瑞成 玄奘大學通識教育中心副教授

前言

我國學校體育自清末湖北武備學堂引進「體操科」之後，即以強種、強兵、強國為目標，至民國 11（1922）年中央政府公布「壬戌學制」，並於民國 12 年將「體操科」改為「體育科」之後，學校體育始加入發展兒童身心之目標，惟學校體育之發展目標則尚無明確之規範。直至民國 18 年政府公布「中小學課程暫行標準」之後，學校體育之發展才有標準可資依循，因此本文在論述學校體育目標與任務時，即以政府陸續公布之課程標準中列舉之學校體育目標為主要內涵，並且納入中央政府有關學校體育之施政計畫與各項辦法等法令規章中之學校體育任務，同時以政府遷台後修訂公布之學校體育目標為範圍。

各級學校體育目標之回顧

所謂學校體育課程標準，就是各級學校體育課程應該達到的目標、教材綱要必授與

選授時數等規定的法規。廣言之，乃指政府為確保學校體育之實施能達到預先規劃之各級學校體育目標，而訂定之各級學校體育實施計劃，其內容大致包括目標、時間分配、教材綱要、實施方法等。基本上，政府在訂頒或修訂各級學校之課程標準時，除考慮因應當時政治、經濟、社會文化等國內外環境因素之外，其過程亦經過嚴謹之程序方才定案，因此舉凡政治理念或體育理念等均能適度反應於課程標準上，因此，學校體育目標應可反映體育之目標與任務，以下即分別回顧各級學校之體育目標。

一、國民小學之體育目標

（一）民國 51 年修正公布之〈國民學校體育課程標準〉

低年級唱遊課程標準目標如下：

1. 身心健全的生長與發展
2. 啟發兒童愛好音樂的興趣
3. 發展兒童遊戲運動的興趣與能力
4. 養成兒童優良的基本習慣

5. 培養兒童優良的群性生活

中高年級體育課程標準之目標如下：

1. 培養兒童強健的體魄
2. 指導兒童運用身體的基本方法與能力
3. 充實兒童康樂生活
4. 指導兒童保健的知識與習慣
5. 建立兒童團體生活的基礎

(二) 民國 56 年國民小學暫行課程標準

本次修訂之體育目標由五大目標二十二小目標，簡化為四個目標，並求與國民中學連貫。

低年級唱遊目標為：

1. 促進兒童身心健全的生長與發展
2. 啟發兒童愛好音樂的興趣
3. 發展兒童遊戲運動的興趣與能力
4. 養成兒童優良的基本習慣
5. 培養兒童優良的群性生活

中高年級體育目標為：

1. 培養兒童健全的身心，以促進其均衡發展。
2. 養成公正、守法、服從、負責、誠實、友愛、互助、合群等美德，以奠定團體生活之基礎。
3. 指導兒童學習基本運動方法，以促進運動能力與安全知能。
4. 啟發兒童愛好運動興趣，以充實康樂之生活。

以上修訂之體育科課程標準目標，係以貫徹課程總綱中，鍛鍊強健耐勞的體魄，以

培養身心健全發展的國民為目標，亦即將體育定位為教育之一環，與智育、德育、群育共同配合實施，達成教育目標，教育化導向之特質相當明顯。

(三) 民國 64 年修訂之國民小學課程標準

國民小學低年級之唱遊目標與中高年級之體育目標如下：

低年級之唱遊目標為：

1. 促進兒童身心健全的生長與發展
2. 啟發兒童愛好音樂的興趣
3. 發展兒童遊戲運動的興趣與能力
4. 養成兒童優良的基本習慣
5. 養成兒童優良的群性生活

中高年級之體育目標為：

1. 培養兒童健全身心，以促進其均衡發展。
2. 指導兒童學習基本方法，以促進其運動能力之發展。
3. 養成兒童公正、守法、服從、負責、誠實、友愛、互助、合作、勇敢、果斷等美德，以奠定其團體生活之基礎。
4. 指導兒童保健衛生知識，以培養其良好習慣。
5. 啟發兒童愛好運動之興趣，以充實其康樂生活。

上述修訂之目標，以加強民族精神教育及生活教育，並力求德、智、體、群四育均衡發展為原則，教育化導向之特質亦相當明顯。

(四) 民國 82 年修訂之國民小學課程標準

國民小學體育目標如下：

總目標

1. 提高運動知能，增進身心發展。
2. 啟發運動樂趣，充實康樂生活。
3. 培養運動道德，發展社會行為。
4. 增進保健知能，實踐健康行為。

整個體育目標可歸併為促進身心的發展、豐富休閒娛樂的生活、發展人際關係、提高生活適應能力及養成保健衛生之習慣，完全以培養五育健全發展之國民為目標，其餘工具性之目標皆予以排除，回歸教育之本質，教育化導向之特質相當明確。

(五) 民國 89 年公布九年一貫課程總綱之健康與體育學習領域目標

1. 養成尊重生命的觀念，豐富全人健康的生活。
2. 充實促進健康的知識、態度與技能。
3. 發展運動概念與運動技能，提昇體適能。
4. 培養增進人際關係與互動的能力。
5. 培養營造健康社區與環境的責任感和能力。
6. 培養擬定健康與體育策略與實踐的能力。
7. 培養運用健康與體育的資訊、產品和服務的能力。

本次學校體育目標轉為培養學生之能力，及目標改為能力標，回歸教育之本質。

二、國民中學之體育目標

(一) 民國 51 年修訂之中學體育課程標準

初級中學之體育目標有四項，分別為：

1. 鍛鍊身體，以提高活力，使體格平均發展。
2. 從運動競賽中培養公正、守法、服從、負責、互助、合作等良好德性。
3. 養成良好運動之習慣，建立康樂生活之基礎。
4. 培養運動基本技能，增進安全，自衛等生活之適應能力。

(二) 民國 57 年國民中學暫行課程標準

國民中學體育課程標準之目標為：

1. 鍛鍊身心，提高活力，使機體均衡發育。
2. 培養運動道德，奠定良好之國民德性。
3. 養成愛好運動之習慣，建立康樂生活之基礎。
4. 增進運動技能，提高安全與自衛等生活之適應能力。

(三) 民國 61 年修訂之國民中學課程標準

國民中學之體育目標為：

1. 指導學生鍛鍊身心，提高活力，使機體均衡發育。
2. 培養學生運動道德，奠定良好之國民德性。
3. 養成學生愛好運動之習慣，建立康樂生活之基礎。

4. 增進學生運動技能，提高安全與自衛等生活之適應能力。

本次修訂之體育目標，基本精神與民國 57 年頒布之體育目標相當一致，僅修改少數文字。因此，其政策重點與特質自然亦與〈國民中學暫行體育課程標準〉一致，亦即以培養身心健全發展之國民為主要目標，並培養復國建國之精神。而政策之特質則以教育化導向為主要特質；軍事化導向為次要特質，同時蘊涵競技化特質。

(四) 民國 72 年修訂之國民中學課程標準

國民中學體育課程標準之目標如下：

1. 指導學生鍛鍊身心，增進機體均衡發育。
2. 指導學生運動技能，提高生活適應能力。
3. 培養學生運動樂趣，建立愛好運動習慣。
4. 培養學生運動規範，樹立高尚國民道德。
5. 養成學生運動觀念，充實體育基本知識。

(五) 民國 83 年修正發布之國民中學課程標準

國民中學體育課程標準之目標為：

1. 瞭解運動基本知識與方法，建立正確運動觀念。
2. 主動參與運動，增進運動技能，提升生活適應能力。

3. 藉運動建立良好人際關係，養成合群互助行為。
4. 體驗運動樂趣，欣賞運動美感，奠定終生運動基礎。

三、高級中學之體育目標

(一) 民國 51 年修訂之中學體育課程標準

本次修訂高級中學之體育目標為：

1. 鍛鍊身體，以提高活力，使體格充分發育。
2. 從運動競賽中培養公民道德及團體合作之精神。
3. 養成愛好運動之習慣，培養健全之心理建立康樂生活之基礎。
4. 訓練運動技能，增進體能使用效率及安全自衛等生活之適應能力。

上述目標若加以歸納，仍可歸納為：促進身體的發展、培養社會規範行為、增進運動技能及豐富休閒生活四大目標，前三項目標具有教育化導向之政策特質；第四項之訓練運動技能，增進體能使用效率則具有競技化導向之政策特質；至於增進安全自衛之生活適應能力則可歸屬於軍事化導向之政策特質。因此，整個高中體育課程標準之特質仍以教育化導向作為政策之主軸，軍事化及競技化導向次之。

(二) 民國 60 年修訂之高級中學體育課程標準

民國 57 年九年國民教育實施以後，至

民國 60 年首屆學生即將畢業，為配合該批學生進入高中就讀，教育部乃著手修訂高級中學課程標準。

高級中學體育課程標準乃依據上述教育目標擬定高中體育之目標為：

1. 鍛鍊身體，提高活力，促進體格充分發育。
2. 從運動競賽中培養公民道德及團體合作之精神。
3. 養成愛好運動之習慣，培養健全之身心，建立康樂生活之基礎。
4. 訓練運動技能，增進體能使用效率及安全自衛等生活之適應能力。

依據上述目標內容加以分析，則可發現不僅與國民中學之體育目標密切連接，同時其政策特質亦以教育化導向為主，軍事化與競技化導向為輔。

(三) 民國 72 年修訂之高級中學課程標準

高中體育課程標準之目標如下：

1. 指導學生鍛鍊身體，促進身心全面發展。
2. 啟發學生運動興趣，建立終生運動習慣。
3. 訓練學生運動技能，提高身體適應能力。
4. 培養學生運動風氣，樹立團結合作精神。
5. 增進學生體育知識，發揮知行合一效果。

(四) 民國 84 年修訂之高級中學課程標準

高級中學體育課程標準之目標為：

1. 認識體育功能，建立正確體育觀念。
2. 增進運動技能，提昇身體適應能力。
3. 培養運動習慣，樹立良好運動道德。
4. 欣賞運動美感，充實休閒生活。

就上述體育目標之內容而言，未再單獨強調身體的發展與培養社會規範行為，而以認識體育功能，建立正確體育觀念為重，涵蓋以上兩項目標，使學生能對體育有更進一步而廣泛的認識，以發揮體育之教育功能。至於增進運動技能、充實休閒生活及培養運動習慣則延續舊課程之目標，整體而言，均以教育化導向作為政策之主要方針。

(五) 民國 95 年高中體育課程暫行綱要、民國 99 年高中體育課程綱要

上述修訂之 95 年之高級中學體育課程暫行綱要與 99 年之課程綱要之目標為：

1. 充實體育知能、建構完整體育概念。
2. 提升運動能力、發展個人專長運動。
3. 積極參與運動、養成規律運動習慣。
4. 培養運動道德、表現良好社會行為。
5. 體驗運動樂趣、豐富休閒生活品質。

各目標並衍生五大核心能力如下：

1. 了解體育活動的意義、功能及方法，並能運用於日常生活中。
2. 培養個人擅長的運動項目，確立運動嗜好，提升運動技能水準。

3. 做到定期適量運動，執行終身運動計畫，增進體適能。
4. 發揮運動精神，培養良好品德，並表現符合社會規範之行為。
5. 力行動態生活，參與健康休閒活動，享受運動樂趣，促進生活品質。

四、大專校院體育教學目標

根據教育部議決，函請各大專校院實施體育課興趣選項並自民國 65 年開始擴大實施以來，大專校院體育教學目標以培養學生至少深諳一種運動項目的運動技能，以及未來維護身心健康的休閒運動項目，與培養學生運動興趣兩點為其功能目標。

五、體育法規之學校體育任務

除了上述學校體育課程標準之體育目標外，體育行政機關發布之規章中亦包含若干體育目標與任務，分別敘述如下：

(一) 民國 66 年教育部頒布之〈國民(初級)中學體育特別班之實施計劃〉

目標為：

1. 藉體育活動以矯正學生的體能狀態，使其復健，進而鍛鍊身心，提高活力。
2. 培養愛好運動及注意安全之習慣，以建立康樂生活之基礎。
3. 養成守法、合群與公正等美德，以增進社會適應能力。

(二) 民國 67 年教育部頒布之〈改進國民小學體育實施計劃〉

本計劃之目的在經由體育教學之正常化，促進國民教育均衡發展，以增強國民體力，厚植國防力量，並發掘人才，培養優秀運動選手與提高運動競賽水準。

(三) 民國 68 年教育部頒布之〈加強中等以上學校國防體育實施計劃〉

本法規之目的在配合國防需要，加強基本體能，以增強國民體力，厚植國防力量，並培養尚武、自強、團結、愛國之精神。充分顯示配合國家情勢需求之特色，亦為軍事化導向政策之最佳體現。

(四) 民國 68 年教育部頒布之〈長期培育中小學優秀運動人才實施要點〉

本計畫之目的為發掘並選拔優秀運動人才，作有計劃之長期培育，以提高其體能，並給予必要之協助，俾能參加國際體育活動，為國家爭取榮譽。為達成本項目標，各級學校應於注重體育正課之實施外，配合學生與學校環境之特點，選擇單項運動，長期培養與加強重點訓練。

(五) 民國 72 年教育部頒布之〈長期培養大專院校優秀運動人才實施要點〉

本計畫之目的在配合全民體育之發展，選拔大專院校優秀運動人才，作有計劃之長期培育，以提高其體能與技能，俾能參加國

際體育活動，為國家爭取榮譽。從此以後，政府乃能由小學、中學、大專以至軍中作整體之計劃，以培養優秀運動人才。

(六) 民國 75 年教育部頒布之〈各級學校體育實施辦法〉

民國 71 年國民體育法頒布後，教育部即遵照該法第六條之規定，草擬辦法，以切實督導各級學校之體育教學及活動，並於民國 75 年頒布〈各級學校體育實施辦法〉，作為各級學校實施體育之依據。依本辦法之規定，各級學校實施體育之目標為：

1. 鍛鍊健全身心，促進均衡發展。
2. 培養運動道德，建立團體精神。
3. 增進體育知識，建立運動習慣。
4. 瞭解運動方法，提昇運動水準。
5. 培育運動興趣，養成愛美情操。

(七) 民國 78 年教育部頒布之〈加強高中高職國防體育教學實施計劃〉

民國 77 年 1 月 13 日蔣故總統經國先生逝世，當天李登輝副總統依法繼任總統，由於深恐國內政治環境受此重大衝擊，以致兩岸局勢產生變化，因此，為配合國防需要，落實高中高職國防體育教學，加強學生體能訓練，藉以增強國民體力，厚植國防力量，並培養尚武、自強、團結、愛國之精神，教育部乃訂頒本計劃，通令全國各公私立高中、高職男、女學生，一體實施。

學校體育目標與任務之展望

從以上政府公布之課程標準與綱要與法規中大致可歸納學校體育的目標與任務為：

1. 促進機體的生長與發展、增進健康。
2. 學習運動技術、培養生活技能。
3. 發展品德與情緒、學習社會生活規範。
4. 充實休閒生活、促進社會發展。

基本上已符合現代體育之潮流；同時根據許義雄教授彙整各國主要國家的學校體育改革，除了部分國家強調愛國主義與競技運動之外，大部分國家有以下共同特點：重視學生體能、健康，亦即身體的全面發展；強調運動樂趣、運動技能及安全教育；注重個性發展及社會行為的培養；養成鍛鍊身體習慣、建立終身運動基礎。（程瑞福、林靜萍、掌慶維，2011）因此，本文提出學校體育目標與任務之展望如下：

- 一、國民小學階段以促進身心發展為主軸，培養學生基本運動能力與興趣。
- 二、中等學校階段以培養多元運動基本技術為主軸，培養學生從事運動的能力與樂趣。
- 三、大專階段推動體育生活化，有效提升體適能，以運動強化「學生健身運動」為主軸，建立以「健康」為導向的教學目標。

結語

綜合而言，我國學校體育的目標與任務大致可分為三個主軸在進行，首先是源自清末民初的強種、強兵與強國之軍事化目標，此一目標與任務在政府遷台的戒嚴時期依然持續推動，直到政府宣布解嚴，兩岸開啓經貿互動與文化交流以後，始逐漸轉變為以追求健康為導向的體適能目標，並成為學校體育目標的主軸。接著是追求競技成績的競技化目標，此一目標可追溯自新文化運動時期源自美國的競技運動，部分學校為追求競技場上的錦標，努力推動競技成績的提升。政府遷台後，競技化之目標仍然持續推動，尤其在我國退出聯合國初期，國際活動空間受到中國大陸打壓而面臨困境，參加國際競技運動賽會成為我國突破外交困境的重要工具，因此，追求競技運動績效成為學校體育的重要目標，直至今日，在競技成績仍然是展現國力的重要指標下，提升競技運動績效的競技化目標依然是學校體育的重要目標與任務。最後則為以推動學生身心發展與增進健康、學習運動技術與培養生活技能、發展品德與學習社會生活規範及充實休閒生活與促進社會發展的教育化目標。此一源自美國的學校體育目標，本質上將體育視為教育的一環，至今不變。至於學校體育目標與任務未來之展望則宜以學生體能與健康的全面發展；強調運動樂趣、運動技能及安全教育；注重個性發展及社會行為的培養；養成鍛鍊身體習慣及建立終身運動基礎為取向。



參考文獻

- 教育部頒布(1977)。國民(初級)中學體育特別班之實施計劃。
- 教育部頒布(1978)。改進國民小學體育實施計劃。
- 教育部頒布(1979)。加強中等以上學校國防體育實施計劃。
- 教育部頒布(1979)。長期培育中小學優秀運動人才實施要點。
- 教育部頒布(1983)。長期培養大專院校優秀運動人才實施要點。
- 教育部頒布(1986)。各級學校體育實施辦法。
- 教育部頒布(1989)。加強高中高職國防體育教學實施計劃。
- 程瑞福、林靜萍、掌慶維(2011)。學校體育。台北：行政院體育委員會。