

國民小學新體育課程 標準的精神與特色

吳萬福／國立台北師範學院教授

壹、前言

屬生命體中靈長動物的人類為求生存，必須發揮智慧不斷的適應生活環境的變化。自十九世紀發生工業革命以來一世紀多，隨著時代的潮流，各國的政治、教育、社會等均有相當大的轉變。社會學家認為廿一世紀的人，是追求並實現個人的價值觀努力發展的社會。自台灣光復的專制封閉的社會進入民主開放社會的我國亦不例外，人們已進入價值觀多樣化的社會。

不論時代或社會如何轉變，只要是人類，若想堅強的生存，必須具備強健的體魄，謀生智慧與技能，良好人際關係與行為，正確的人生觀等基本條件。而充實這些生存條件的是接受合理的教育，教育是運用環境（自然、社會、觀念）的力量，發展個體（人）的身心機能，以提升適應

生活的具有目的的活動過程。但是教育的領域相當廣，以實施的領域來分，可分為家庭教育、學校教育、社會教育，職業教育等，以對象來分，可分為幼兒教育、兒童教育、青年教育、壯年教育、老年教育等。不論如何區分，以兒童（少年）青年為對象的學校教育，可說最為重要。因為學校教育有一定的場所，合理的教育課程，具有專業素養的老師與行政管理人員負責施教，其教育效果最高，但是學校教育的依據是課程標準，而課程標準須隨時代、社會的變化與需要下做政策性的修改。我國國小教育課程標準亦不例外，自台灣光復迄今已於民國三十七年、五十一年、五十七年、六十四年、八十二年修訂五次。筆者有幸，自民國五十一年參與國小體育課程標準修訂工作以來三十餘載，參加四次修訂工作。末次（八十二年）修訂工作時擔任國小體育課程標準修訂小組

召集人，經七個月時間完成修訂工作。茲為介紹新修訂國小體育課程標準之精神與重點時，事先介紹修訂小組成員及修訂過程以供讀者了解。

貳、國小新體育課程標準的修訂小組成員及修訂過程概況

由於本次國小課程標準的修訂距上次修訂公佈時間有十八年之久，其間，時代、社會有相當幅度的改變，因此，必須針對現時社會與未來發展修訂課程標準。在這種需求下，包括各科課程標準修訂委員在內，教育部所聘請的委員均屬國內教育行政、教育理論，各科教育等學者專家。體育科課程標準修訂小組成員亦不例外，聘請國小校長、主任六位，大學校院教授六位、教育行政、課程專家等三位，共十五位擔任修訂工作。國小校長及主任包括：陳明德校長、張啓隆校長、蔡永煌校長、林世宏主任、鄭榮源主任；大學校院方面包括，阮志聰教授、李鳳琴教授、許義雄教授、廖幼芽教授、蔡貞雄教授，教育行政、課程、教育心理學等學者包括趙麗雲司長、郭生玉教授、吳靜吉教授等，而由筆者擔任召集人。

國小體育課程標準的修訂依據是總綱組所擬定經全體修訂委員認同的六個基本理念：未來化、國際化、統整化、生活化、人性化、彈性化與分區座談會建議，問卷調查結果，有關單位建議，並參考各國國小體育課程標準，體育教科書，教學

指引等。其基本觀點是針對我國國小體育現況的得失與未來發展需要修訂體育課程標準。

國小新體育課程標準的修訂工作自民國七十九年十一月十日起至八十年六月十日，整整花費七個月的時間完成初稿。其間曾召開修訂小組會議九次，舉行分區（北、中、南、東區各二次）座談會八次，實施內容調查，參加各科修訂小組召集人聯繫會議，參閱各國相關資料，並分目標組、教材綱要組、實施方法組等三組於各分區首次座談會獲得結論後，依據上述理念先行分組修訂，然後再予綜合整理，末了將初稿印送給全國各地區國小，各縣市教育局、各師院、台灣省、台北市、高雄市教師研習會（中心）參閱，之後續行第二次分區座談會再聽取上述各單位人員之意見及再行修訂或補充以完成草案。最後在民國八十年及八十一年間經由國小課程標準全體修訂委員會多次討論後始於八十二年九月二十日公布。其間的辛勞，除非參與修訂工作之委員或工作同仁，外界人士恐難了解。

參、國小新體育課程標準的精神與特色

一、精神：

依據本次國小課程標準，各學科修訂目的1.根據各科教學特點，各年級學生需要及各科教材發展情形重訂教學目標。2.配合總綱所訂之科目與節數，重訂各科時

間分配，以作為規畫教材綱要及教材份量之依據。3.參考各科教材發展趨勢，重訂各科教材綱要，以作為編選教材，安排學習內容之依據。4.配合各科教學需要及特點，重訂各科實施方法，以作為教師從事教學之憑據。與(1)未來化——應具前瞻導向；(2)國際化——應有世界胸懷；(3)統整化——應求周延有效；(4)生活化——應符合生活需求；(5)人性化——應以學生為中心；(6)彈性化——應重師生自主等基本理念進行修訂工作。因此在修訂時本著下列原則與重點進行工作：

(一)目標部份：(1)依據學生身心發展特徵，以系統性發展方式明確表示目標，以兒童為主體敘述目標；(2)分列總目標與分段目標。例如分段目標的①身體目標：低年級目標是「能具有操作身體的能力」，中年級是「能具有控制身體的能力」，高年級是「能具有運用身體的能力」；②運動目標：低年級是「能主動參與各種遊戲，享受運動樂趣」，中年級是「能積極參與各種運動，養成運動習慣」，高年級是「能愛好運動，建立終身運動生活的基礎」。

(二)時間分配部份即完全根據總綱組所訂之各科時間及節數，訂定低年級的授課時間、節數為每週八十分鐘分兩節，中、高年級每週一百二十分鐘分三節授課。早操改為健身運動，可採用徒手操、國術、舞蹈、民俗運動等

做為內容，課間活動改為課間運動並得以彈性實施。

(三)教材部份：教材種類仍維持傳統性分類法，但教學時可使教師視實際需要彈性選擇，每類教材自低、中、高年級均具有系統性發展性質，對學生的身心機能的發展、良好社會行為的培養有事半功倍之效。所選配的教材種類與項目，均能以培養動身、動腦、人際間互動，不斷能累積經過選擇的良好經驗者。

二、特色：

分目標、時間支配、教材綱要、實施方法分別撰述本次修訂之國小新體育課程標準之特色如下。

(一)目標：包括總目標與分段目標；總目標由來的五條變為四條，首條為身心發展的目標，第二條為運動樂趣與生活的目標，第三條為運動道德與良好社會行為的目標，第四條為保健目標。四條目標均相當具體明瞭總共48字。

由於取消低年級唱遊，分授體育與音樂，因此分段目標包括低、中、高年級三段，各年級目標均依據總目標的內容針對低、中、高年級學生身心發展特徵以學生主體立場採用口語化方式撰述分段目標。對於教學時的依據可發揮指南作用。

(二)時間支配：體育時間受總綱組所擬各教科時數規定，低年級體育為每週

80 分鐘中分兩節授課，中、高年級保持每週 120 分鐘分三節授課的規定。但是以往的早操改稱為健身運動，並於每日朝會舉行。健身運動的內容與實施時間較具彈性，可適合各地區國小的需要。課間活動改為課間運動，其時間仍維持 20 分鐘，各國小可視實際情況彈性實施。課外運動仍與以往相同，配合團體活動實施。

(三)教材綱要：

1. 分年級列出各類遊戲與運動做為教材。其教材種類的區分仍維持體操、田徑、球類、舞蹈、國術等分類，但各類教材均具系統性發展。
2. 低年級教材均為遊戲，其種類為徒手、球類、器械、舞蹈等四類共 14 項教材。各類教材均具簡單有趣又富變化，可發揮動身、動腦，人際間互動的教育功能，中年級教材，均屬簡易運動，共有體操、田徑、球類、舞蹈，其他等五類 25 項教材。可從這些教材奠定體操、田徑、球類、舞蹈、白衛、民俗、水上等簡易運動興趣與基礎。高年級的教材為基礎性運動，包括體操、田徑、球類、舞蹈、國術、其他等運動，共六類 33 項教材。這些運動教材均為現行各種運動之基礎，如能採用合理教學法使學生學會時，可奠定終身運動生活的基礎。

3. 取消必授教材與選授教材之規定，各校可視實際條件、需要，每學期可從各類動遊戲或運動中選擇 1-3 項教材授課，不過不可從同類或同組選擇第 2 或 3 項教材，以求教材的普遍性，同時每學期所選擇的教材項目總數不得超過十項，以求落實各項教材的教學效果。

- (4) 取消整隊行進教材；但是為培養或訓練學生團體秩序及行為需要，各年級在每學期前三至五週，須利用體育課時間教學五分鐘的整隊行進方法。整隊行進教材內容包括縱、橫隊排列，走步與跑步行進，靜止與行進間的隊形、方向變換等。
- (5) 各國小若因師資及設備不足，短期間低年級無法實施體育科教學時，仍可合併音樂科實施唱遊教學，其課程標準得沿用民國六十四年所公佈之課程標準內容。雖然如此，為下一代的國民健康著想，仍期望各國小克服困難自低年級分別教學「體育」與「音樂」以求平衡發展。

(四)實施方法

1. 教材編選及組織：特別強調選擇教材時，應根據教材綱要並顧及學生能力、興趣、經驗與需要，並且能使學生動身、動腦、人際間互動的教材。至於如何編選各類教材時，卻可依據國小新課程標準，p230

至 232 之分項教材編選要點。

2. 教學方法：包括一般教學要點與分項要點。以前者來說有若干點值得特寫。一是體育教學過程與時間分配做下列修改：教學過程由原定之準備、主要、結束改為準備、發展、綜合等三個過程，其時間分配做下列修改，教學過程由原定準備活動 3-5 分鐘，主要活動 30-34 分鐘，結束活動 3-5 分鐘，改為準備活動約 5-8 分鐘，發展活動約 20-24 分鐘，綜合活動約 8-15 分鐘。可見較前變化的幅度相當大。二是強調重視學生能力的個別差異，盡量採用分組教學，以提高教學效果，並且在教學時著重基本方法的指導以奠定各種運動基礎。三是在教學過程中應設定若干時間，使學生在學習過程中發揮思考及創造能力，以訓練身心併用的理想態度。四是分組活動時，應由各小組長領導進行，使其能輕鬆愉快，享受運動樂趣。五是教學時宜注意學生在學習過程中的言行與安全，以培養優良品德、安全習慣與態度。至於分類教學要點即可參閱國小新課程標準 p235-238 所列要點。
3. 健身運動：以全校全體師生參加為原則，教材可採用國術（拳術）、徒手體操、韻律活動，手具體操，

甚至民俗運動亦可，實施時以自然、輕鬆、柔軟、活潑的大型活動為原則。

4. 課間運動與課外運動：於每日第三、四節之間實施。實施時教師應指導兒童參加活動並盡監護的責任。課外運動以中、高年級為對象，配合團體活動實施。惟編組時應依學生興趣與能力來選擇為原則。
5. 運動比賽及體育表演：每學年度應舉行全校運動會或體育表演會一次，中、高年級校內單項運動競賽每學期至少一次。比原定之舉行次數減少，目的是希望提升校內運動會、體育表演會、單項運動競爭的品質，使學校與學生有充分時間的籌備與練習時間。

(五)教學評量

評量的目的在評量學生在體育教學及各種體育活動的表現有無達到目標或達到目標的程度。其評量範圍包括運動技能佔 60%，運動精神與學習態度 20%，體育知識 20%。與原定課程標準所不同的是強調體育知識（認知）的重要性，其份量內，原定之 10% 增為 20%。至於評量的內容卻與原定課程標準大同小異，只有低年級以採用形成性評量為一種特色。評量方法中規定技能是以測驗結果或技能表現做為評量依據，運動精

神與學習態度是依據教師平時在教室及活動中所觀察或紀錄予以評量，體育知識是採用筆試、口試、作業等方法予以評量。

(六)其他：新國小體育課程標準內，特別註明有關體能測驗部份，應依行政院另行公布之國民體能測驗辦法實施。

肆、如何依國小新體育課程標準實施體育教學，以提升效果……對國小教師的建言

為因應時代的潮流，社會的需要，每隔一段時間，各級學校教育的依據……課程標準會修改。國民教育亦不例外。做為教育依據的課程標準雖經修改，但是實際執行教育工作者卻是教師。因此身為教師者應認清本身所扮演的角色與任務，致力於教育工作才是。際此國小新體育課程標準公佈實施不及一年之際，擬提出若干建議以供參考。

(一)教師須深入了解新課程標準的精神與內容，以便做為擬定目標，選配教材，採用合理教學法之依據。在了解新課程標準的內容之前，應先了解學校體育的意義是「以既有的場地、設備、器材為環境，各項具有教育價值的遊戲、運動為教材，採用合理有效的方法指導學生了解並學會各項運動（遊戲）方法以滿足需求，促進身心平衡發展，奠定終生運動生活基礎的教育活動」。然後研讀新修訂國小體育課程標準以了解精神在

「以身體運動（遊戲）方式滿足學生活動的需求、促進身心、社會行為的平衡發展，奠定好動身、動腦，人際間互動的行為模式，以累積經過選擇的良好經驗，以確立未來充實美滿的生活為最高目的」即訂定的體育依據。至於其內容即包括目標（總目標，分段目標），時間支配，教材綱要、實施方法等。身為教師應仔細研究並分析其內涵以便教學或指導時能發揮教學效果。

(二)教師考慮本身的學養、學校環境，學生能力等條件選擇適當教材，新修訂的國小體育課程標準所包含的教材種類與項目甚多，教學時不可能全部教授，何況教師本身的素養及學校體育場地、設備器材等條件有限。因此必須考慮從何種運動選擇何項教材做為實際教學材料？何況，課程標準內註明說，每學期所授教材要項不得超過十項，以便落實實授教材的教學效果。

(三)教師應依據學生身心發展特徵（能力、興趣）與各項教材特性，結構與價值，不斷研發合理有效的教學法。根據研究已知處於生長發育最顯著時期的國小學生，生性活潑好動，充滿自我挑戰、實現等需求。這些國小學生所喜愛的體育課是1.能享受充分且安全的全身性運動的體育教學。2.在學（練）習過程中能發現技術進步的體育課。3.可以促進友情的體育課。4.在反覆學（練）習中有新發現的體育課。因此，身為教師者須

了解學生的身心發展特徵，對體育運動的興趣、能力等個別差異以便決定採用何種教學法。其次是對各種各項運動教材教法要有深入研究。教材相當於食物。食物本身的營養價值有那些？學生所需要的營養（糖類、蛋白質、脂肪、礦物質、維生素、水）的種類與比例多少？同樣的道理，成為體育教材的各項運動遊戲，其特性、結構與對身心社會行為的價值不盡相同，因此在教學亦須深入研究或分析才是。了解各種（項）運動教材的特性、結構、價值與學生的興趣、能力、需求後始能確定合理的教學法。這些方法包括全部教學法、分段教學法、系統教學法、經驗教學法、集中教學法，分散教學法等；除此之外，經過一段時間的教學之，必須教學評量，以資了解認知、技能、情意等教學效果如何？達到教學目標的程度如何？

伍、結語

成為學校教育依據的課程標準，隨著時代的潮流，社會的變遷與教育政策，一段時間後必須予以修訂。國小課程亦不例外。經過十八年未修訂的國小課程標準，終於在民國八十二年九月修訂公布，八十五年八月起實施。此次修訂的國小新體育課程標準，不論在目標、教材綱要、實施方法等，不僅針對現時我國國小教育的需要，更是前瞻未來的發展，極重視國際化、本土化、人性化、系統化、生活化與

師生互動，動身、動腦、人際間互動的教與學的基本理念與原則予以修訂者。因此修訂的幅度相當大；例如取消低年級唱遊，分別改為體育與音樂，目標簡單明瞭把握系統性發展理念，教材種類與項目多，取消必選授規定與百分比，使各國小視本身的條件與需要選擇教材，其彈性甚大，實施方法中特別注重師生互動，創造思考，兼顧個人需求與團體合作等。換言之，本次的修訂，不僅針對目前的實際需要，還兼顧時代潮流與未來社會的變化，以培養強健、自主、合群的未來人為最高準則。除此之外，在本篇內特別附加對國小教師的建言，以便落實新修訂體育課程標準的實施效果。但願本篇論述能供國小教師同仁參考。