

# 九年一貫課程「健康與體育」教科用書之比較

鄭雪霏／國立台北師院教授

## 壹、前言

在農曆新年假期剛過，接到三峽教師研習會研究員林錦英老師的電話，邀約我為健康與體育的各版本做一些報導與比較，以供讀者、老師、家長及學生們做參考，筆者曾為國立編譯館八十二年版的國小道德與健康科的編審委員，現在受教育部聘為九年一貫國民中、小學教科圖書審定委員，審定「健康與體育學習領域」的教科用書。得此機會參與審定第一階段（即一至三年級）之健康與體育教科用書。

## 貳、九年一貫課程的精神及特色

為落實教育改革的精神，因此教材及教法在於培養具有健全人格、民主素養、法治觀念、人文涵養、健全的身心、判斷思考與創造能力的學生，使其成為具有國家意識與國際視野之國民，因此教材在本質上，要能發展學生的基本能力，並能含括培養學生適應與改善生活環境能力的學習過程。

## 參、「健康與體育」學習領

## 域課程的願景

基於以上九年一貫教育的基本內涵及能力，本教材課程設計，希望能培養學生獲得：

- (一) 認識及瞭解自己的健康狀況
- (二) 對自己的健康負起責任
- (三) 透過運動的方式及健康習慣的培養，增進良好的體能
- (四) 主動的蒐集相關健康與體育的資訊，解決健康與體育問題
- (五) 喜歡自己的選擇，並對所做的決定負責
- (六) 建立終身、運動、休閒與健康的生活形態
- (七) 關懷維護與建構健康的環境
- (八) 維持群體之間的良好互動關係

透過以上的設計與規劃，學生會減少對教科書提供知識的死背或學科測驗的壓力，能在生活經驗中，融入健康與體育加以日常實踐，學會把握健康的學習並對未來健康做投資，提升生活的品質。

## 肆、課本及教師手冊

民間出版社編輯課本、教育部（編譯



專論

館) 審定課本，九年一貫課程的課程綱要於民國八十九年二月公布後為配合教育改革的理念，即開放民間廠商依據部頒的課程綱要編輯出版課本、教師指引(手冊)，及學生習作。教育部組成國民中小學教科圖書審定委員會，在國立編譯館開會審定各學習領域的教科用書。自八十九年十月開始便展開各版本的審查工作，每個學習領域的審定委員會由主任委員一名及委員若干名組成「健康與體育」學習領域審查委員會，分三階段審定。第一階段為國小一年級至三年級，第二階段為國小四年級至六年級，第三階段為國中一年級至三年級。今以第一階段(一至三年級)第一冊為例，試報導及比較各版本的狀況。

## 伍、各版本成書之分析與比較

至本月份為止(三月)經審查通過，出版的成書共有五個版本，為仁林版本、光復版本、南一版本、康軒版本及翰林版本(先後以筆劃排列為序)。

筆者僅以第一冊(一年級上學期)的課本、教師指引及學生習作為分析的對象。

### (一) 仁林文化出版公司版本

#### 「課本」

##### 1. 課程架構

強調「健康認知」及「體育技能」的發展，內容包含四個主題單元(大單元)統整為四種課程的指導方向。其四主題單元為：

- (1) 冠冠上學了
- (2) 快樂的生活
- (3) 聰明的小萱萱
- (4) 快樂的聚會

#### 2. 編輯與撰寫特色

在第一階段的課本裡虛構兩個小朋友，一位叫做冠冠(男生)，一位叫做萱萱(女生)。教材的呈現是從這兩個小朋友進入小學的實際生活開始，讓兒童瞭解「學習是生活的準備」、「學習的目的在於解決將面對的問題」。文字的敘述配合圖說明，並以問句的呈現、現象對照及解決方案等方式表達。

#### 3. 圖及照片

圖：則以漫畫方式呈現，最後面附有貼紙配合。

照片：沒有

給小朋友的話：放置於課本的最前面。

#### 「教師手冊」

1. 最前面列有統整其他各領域的統整課程素材分析表、及教學設計實施對照表，以提供教師開學前準備課程之參考。

#### 2. 每一主題單元有

- (1) 課程教學規劃表

- (2) 教學活動設計表
- (3) 能力指標與學習發展關係
- (4) 教學準備活動
- (5) 教學活動進行
- (6) 學習評量

每一單元並有課本上的圖對照說明所要進行的活動設計。

## (二) 光復書局版本

### 「課本」

#### 1. 課程架構

著重探索與引導發現的經驗，本冊內容包含三個主題單元，各主題下再依內容特性，分為二至四子單元（次主題），其內涵重視與其他學習領域之統整。

其三主題單元為：

- (1) 快樂上學去
- (2) 親愛的自己
- (3) 歡樂時光

#### 2. 編輯與撰寫特色

為因應新時代所需，教材內容融入「死亡教育」、「健康與體育資訊教育」、「終身運動」等內容，並大幅增加許多有關重要「性教育」之內涵。

每個主題依生活經驗整合教材，採至少 2 個主題軸為教材主軸，並適當融合其他主題軸，以呈現教材之豐富性與多元化，並設計保留教師彈性運用空間，以適應各地區學校、社區資源的差異和特色，並提供多元評量的空間與依據。

## 3. 圖及照片

- (1) 圖：以漫畫方式呈現
- (2) 照片：學校裡的遊戲器材，以實物照片呈現

### 「教學指引」

1. 最前面有編輯要旨及給教師的一封信，以提供教師在上課前之提醒及參考。

2. 每一單元主題有：

- (1) 教學目標對應之能力指標
- (2) 相關領域及融入議題
- (3) 教學單元內容簡介
- (4) 教學準備及教學時間
- (5) 教學要點
- (6) 注意事項

每一單元有課本上的圖及圖意說明，並有教學資源庫提供參考資料、媒體資源等。

## (三) 南一書局版本

### 「課本」

#### 1. 課程架構

為欲達成分段能力指標，配合學童生長發育及貫徹七大主題軸之內涵，本冊加強指導學童、認識校園各種重要場所之設備，以達到上學安全及遊戲運動安全的目的。

對於自身的衛生習慣及預防運動傷害也是強調的重點。

本冊內容包含四個單元主題為

- (1) 學校生活



- (2) 健康身體
- (3) 食物與健康
- (4) 運動與休閒

## 2.編輯與撰寫特色

本書以圖為主，輔以照片及淺顯易懂之文字說明，並規劃「學習單」、「親子樂」等創意單元，將「運動教育」、「親子教育」、「生活多元智慧」融入健康與體育過程中。

在第一單元前有「健康護照」，讓兒童或家長記錄一學期中身高、體重的狀況，並對視力及牙齒的現況也記錄下來，增加學童對自身健康的注意。

## 3.圖及照片

圖：以漫畫方式呈現

照片：學校衛生及運動、遊戲設備以照片呈現，人體部位名稱、食物、及身體的動作也以照片呈現。

## 「教師手冊」

1.依區域之教學環境納入制宜之內容，以做為教師教學之選擇與彈性運用。

2.手冊前手冊使用說明，內涵分析、教材編選計畫表、及教學場地、設備、器材索引表、統整主題等表格提供教師參考。

3.每一單元主題有：

- (1) 教學流程
- (2) 教學目標
- (3) 教學準備
- (4) 教學資源

- (5) 教學時間
- (6) 學習評量
- (7) 注意事項
- (8) 參考資料

並有課本上的縮小圖：並配以活動，如遇雨天可參考雨天教材，做適當的配合。

## (四) 康軒出版社版本

### 「課本」

#### 1.課程架構

從學童剛入學，面對新的校園環境，強調認識環境的各種設備及相關遊戲安全及規範的建立，再到發展至養成良好的衛生習慣及運動安全、保護感官，以及群體觀念的建立。

本冊內涵包括五個單元主題：

- (1) 健康又快樂
- (2) 歡樂好時光
- (3) 我有好習慣
- (4) 身體會說話
- (5) 身體新風情

#### 2.編輯與撰寫特色

考慮現階段社會出現的健康、體育議題和學習原理，以螺旋狀的組織來強化學習內容，以符合時代性的需要。

尊重學童的學習興趣，啟發其創意，並透過多樣化的教學模式，結合多元化教具、互動式多媒體、教學資源網路，協助兒童發展未來生活模式。

### 3.圖及照片

第一冊課本是以照片為主、圖畫為輔。

照片：呈現學校環境的各種衛生設施，如健康中心、洗手台等，運動遊戲設備如操場、遊戲、運動的器材，以及各種個人衛生習慣、運動姿態及遊戲情況等照片。

#### 「教師手冊」

1.前面列有課程願景、課程目標、編輯理念、教學方法與教學評量等項目供老師參考。

2.教學單元方面有設計構想、教學計畫表。

#### 3.每單元主題在每節課內有

- (1) 教學時間
- (2) 教學目標
- (3) 教學準備
- (4) 教學提示
- (5) 教學活動說明
- (6) 教學評量參考

每一子單元皆設計為 40 分鐘，以供一節課進行。

#### (五) 翰林出版社版本

##### 「課本」

##### 1.課程架構

在「健康」方面強調良好生活習慣的培養，包括遵守家庭及學校規則，營造快樂的家庭及學校生活。認識自己、尊重自己並進而認識他人、尊重他人、親近自然、愛護環境。

在「體育」方面，在此階段以動作教育為基礎，強調兒童身體的發展及運動適能。基礎動作有移動性、非移動性、與操弄性的動作。在體適能方面，重視心肺耐力、肌力、及柔軟度等的練習。

本冊內涵包含四個主題單元

- (1) 我是健康寶寶
- (2) 我想去上學
- (3) 我好愛我的家
- (4) 活力的一天

每個大單元（主題單元）包含二個子單元及若干子題。

##### 2.編輯及撰寫特色

教材編輯反應社會當前關係的議題，並配合生活關連的問題。

於課前、課中及課後設計形成性評量，各單元後安排總結性評量練習。

課本提供大量的示範圖片及照片，以便瞭解動作型態及學習模仿。

設計教學時含多元化的媒體，如：錄影帶、投影片、幻燈片、模型、相關閱讀及網際網路等。

##### 3.圖及照片

本冊單元頁皆以大幅照片呈現主題，內容則圖與照片各半。

照片：多以人物外型，活動狀況呈現。

圖：則以遊戲情況、活動情境呈現，偶爾輔以紙雕方式呈現。

## 「教學指引」

1.大單元（主題單元）教學前，附有編輯觀念及特色，編輯要點及學習成果綜合評量表。編寫則為能適應城鄉差距，使不同地區的老師能達到教學情況的需要，盡量提供多種變通設計供教師參考選用。

## 2.本冊大單元主題有

- (1) 單元主旨、單元目標
- (2) 構成單元要素
- (3) 小單元名稱、目標、活動要領、融入議題、配合基本能力
- (4) 分段能力指標
- (5) 評量方式
- (6) 活動流程
- (7) 教學注意事項
- (8) 相關資訊

## 「學習手冊」

這是五個版本中，唯一附有健體學習手冊的版本，圖文並茂，學習單元內容除身體動作技能的評定和練習外，亦配合認知及情意兩方面的評定，做為學生延伸課堂所學，教師追蹤輔導，並與家長教育連結用，也可作為實踐落實於日常生活中的評量參考。

## 參考書目

- 教育部（民 89）。國民小學九年一貫課程暫行綱要。
- 教育部（民 89）。國民小學九年一貫課程暫行綱要健康與體育學習領域。
- 教育部（民 89）。國民小學九年一貫課程暫行綱要六大議題。

## 陸、結語

九年一貫課程已於九十年八月開始逐年實施，並已有了嶄新的課本及教師手冊，這些教科用書都是經由出版社邀請專家、學者指導，經由有經驗的老師們用心規劃、設計、編寫而完成。九年一貫課程的特色在於革新、開放、彈性實用的原則，以合科統整的方式，分段能力指標的對應，及相關教育議題的融入，各學習領域的統合，都要做適當的考慮。編輯這套教科書，是一種新的嘗試也是一種考驗，且由於時間、人力、資源等的限制，以上分析比較「健康與體育」學習領域的教科用書，雖然沒有任何一種是完美的，但各版本都有其特色及可取之處。

課程的實施靠教師的主導、家長的配合、學生的反應。教師對於教材的編製與實施應有充分的瞭解與認同，因此在選擇教科書時，應依據學校的資源及特色、學生的興趣與能力，來選擇符合需要的版本。讓學生能快樂的學習，教師發揮專業的知能，為社會培育出二十一世紀具有世界觀的公民。

- 
- 仁林文化（民 90）。國民小學健康與體育（第一冊）課本。
  - 仁林文化（民 90）。國民小學健康與體育（第一冊）教師手冊。
  - 光復書局（民 90）。國民小學健康與體育（一上）課本。
  - 光復書局（民 90）。國民小學健康與體育（一上）教學指引。
  - 南一書局（民 90）。國民小學健康與體育（第一冊）課本。
  - 南一書局（民 90）。國民小學健康與體育（第一冊）教師手冊。
  - 康軒出版社（民 90）。國民小學健康與體育（第一冊）課本。
  - 康軒出版社（民 90）。國民小學健康與體育（第一冊）教師手冊。
  - 翰林出版社（民 90）。國民小學健康與體育（第一冊）課本。
  - 翰林出版社（民 90）。國民小學健康與體育（第一冊）教學指引。
  - 翰林出版社（民 90）。國民小學健康與體育（第一冊）學習手冊。

