

國中體育課實施生命教育之教學

吳清華 新北市立蘆洲國民中學教師

前言

由於社會時代的變遷，傳播媒體的開放，許多社會價值觀及規範均已改變，如家長觀念的改變，少子化的衝擊，許多青少年受到家長的溺愛，造就其學子挫折忍耐力的降低。根據行政院衛生署所公布2007年死亡統計資料，15-24歲青年組中，自殺已躍居為第二名死因；另外根據教育部統計，2006年1至11月各級學校意外死亡人數，自殺也是高居第二位，平均每4、5天，就有1名學生自殺身亡。2008年台北縣某國中女學生參加學校運動會接力賽，謝女擔任班際盃大隊接力賽重要一棒，原本一路領先，結果她接棒時與同學碰撞摔倒，最後以些微差距與冠軍絕緣，雖然大家矢言明年再來，但謝女返家後仍念念不忘，充滿內疚、懊悔等負面情緒。謝女因內疚不已，當晚九點多在房內用圍巾上吊自殺身亡。如果這位學生能多看到生命的光明面，減少負面的思考，常常感念父母、老師的恩，轉個念或許可

以避免悲劇發生。在上體育課過程中，最多運動競賽的教學，勝負就在一線之間，體育老師要如何引導學生面對勝與敗的態度就非常重要了，希望藉由體育課實施生命教育課程，培養學生愛惜、尊重生命的人生觀，以及提升學生挫折忍耐力與感恩的態度，減少自殺事件和傷害自己行為的產生。

生命教育之實施

國內生命教育推動於1998年因為一起高中資優生自殺事件而開始，教育部以曉明女中所實施的倫理教育為理念基礎，以「認識生命、珍惜生命、欣賞生命、尊重生命」為主要核心精神，實施「台灣省國民中學推展生命教育實施計畫」。2000年2月宣布設「學校生命教育專案小組」，期將生命教育的理念正式納入由小學至大學共16年的學校教育體系中，使「生命教育」獲得一貫化、完整化、全程化的體現。至2001年，教育部長曾志朗訂定該年為「生命教育年」，並公布「教育部推動生命

教育中程計畫」，實際編列推動生命教育的預算，希望透過生命教育一系列的規劃推展，讓學生體認生命的可貴，進而能尊重生命、關懷生命與珍愛生命。

日常法師說：「教育是人類升沉的樞紐」，人類社會整體之精神文化與道德秩序之提昇唯有靠教育。古代教育偏重於心靈，物質為輔；現代教育偏重於物質，但人類生活並未真正改善一個人真正的快樂心靈比物質重要。透過教育不僅讓學生獲得專業知識與技能，更重要的是讓學生擁有正面的人生觀與價值觀，引導學生正確的生命方向，因此教師應具有承擔人類升沉的使命。「健康與體育」領域課程目標之一：養成尊重生命的觀念，豐富健康與體育生活。美國健康教育體育休閒舞蹈學會對健康的概念：精神適能包括尋找個人生命的意義，設定人生的目標，擁有愛人與被愛的能力。學校體育是教育非常重要的一環，亦是影響國民身心健康很關鍵的基礎（卓俊辰，2002）。綜合以上所述，顯見學校體育教育不僅是運動技能學習，更應重視學生心靈成長的部分，體育教師除了教授學生專業運動技能之外，應進一步引導學生一起探索生命的意義與目的，透過融入式課程來引領學生正確的人生方向。

生命教育教學融入國中體育課

筆者以任教之新北市蘆洲國中九年級班級

35位學生為對象，分析生命教育融入國中體育課程的教學現況，了解透過此課程教學後，以學生親身體驗活動，達成生命教育最大成效，也探討學生在與自己認同、同儕互動上進步的情形，再經教學反思，提升自我本身專業成長及教學設計。

一、教學準備

筆者利用以下五種工具來收集學生的各項想法，以及教學過程教學者個人的成長與省思。

- (一) 學生學習單：設計相關學習單，引導學生思考及紀錄學生個人的想法。
- (二) 訪談大綱：問卷只能知道一個簡單的大概，為了深入了解學生真正的想法，透過深入的訪談大綱，在整體教學結束後，抽樣晤談學生的想法。
- (三) 觀察者的觀察紀錄表：為了解學生在融入教學後的反應，透過錄影的方式紀錄學生的回答，而觀察者利用課餘時間針對學生的想法反應，紀錄於觀察日記中，除此之外還收集學生的回饋等相關資料。
- (四) 教學者的省思紀錄表：教學者在教學前、中及教學結束後，針對教學的過程，紀錄學生的反應與自己的省思和回饋，以了解教學者在整個研究過程的自我成長歷程。

- (五) 教學教案（見表1）

表1 教學教案

表1 教學教案							
主題	萬善根本從師出——籃球運球導盲活動						
單元名稱	籃球運球導盲活動	適用年級		九年級			
教學場地	蘆洲國中活動中心	教學節數		二節			
設計者	吳清華						
設計理念	生命教育的核心是人，關懷的是人的價值、人的生命，理應滲透在學校教育各門學科之中。九年一貫課程之七大學習領域中，唯有「健康與體育」跟生命的延續息息相關。在我們提倡生涯規畫、終身學習的同時，如果沒有健康的身心，一切都將是空談。所以學校體育教師如果能將生命教育理念融入課程，灌輸學生「要活就要動」之生命教育理念，相信可使學子養成終身運動習慣，運用於日常生活，擁有健康的生活品質。						
教材架構 (參見圖9)	<ol style="list-style-type: none"> 1.盲者運球：體驗矇眼運球之感受。 2.以盲導盲：二人均將眼矇住，一人運球，一人帶領至三角錐，體驗二人均漫無目標時，如何完成。 3.以明導盲（引導者用說的）：一人將眼矇住運球，一人於背後用說的帶領至三角錐，體驗只用聲音引導如何達到目的地之感受。 4.以明導盲（引導者親自帶領）：一人將眼矇住運球，一人用牽手方式帶領至三角錐，體驗引導者帶領達到目的地之感受。 						
教學準備	哨子一只、籃球十顆、三角錐二十個、矇眼布二十條、相機、攝影機各一台						
教學目標	單元教學目標			教學目標			
	一、認知方面 瞭解運球基本技術種類。 體驗盲者運球的感受。 瞭解有教師教導的好處。			<ol style="list-style-type: none"> 1~1能說出運球基本技術種類。 1~2能體驗出盲者運球的感受。 1~3能瞭解為何要有老師教授。 			
	二、技能方面 學會原地運球之控球能力。 學會直線運球之控球能力。 學會運球之技巧。			<ol style="list-style-type: none"> 2-1能做出原地運球之基本動作。 2-2能做出直線運球。 2-3能了解親身體驗的重要性。 			
	三、情意方面 培養珍惜生命的態度。 培養學生積極學習精神。 了解萬善根本從師出的要義。			<ol style="list-style-type: none"> 3~1能積極參與活動的態度。 3-2能發現問題，相互探討。 3-3能發現有教師指導的重要性。 			
活動名稱	教學內容 與流程	教學資源 或教具	時間	分段 能力指標	融入議題	聯絡領域	評量方式
一、 課程說明 與講解	希望藉由體驗活動，同學能了解生命的可貴及有老師教導的好處。 1.盲者運球 2.以盲導盲 3.以明導盲 4.以明導盲	麥克風	5分	健1-2-3-3 健1-3-1-1 健6-2-3-4	家4-4-1	社4-4-5-1 綜1-4-1-1 社5-1-2-1	觀察學生 專注程度
二、 集合、做 熱身操	1.集合分組： 全班35人分 5組，每組7 人 2.熱身運動		5分	健1-2-2-2		社5-4-1-4	

活動名稱	教學內容與流程	教學資源或教具	時間	分段能力指標	融入議題	聯絡領域	評量方式
三、 運球活動 實施	<ol style="list-style-type: none"> 1.盲者運球：每組第一位將眼矇住後運球至三角錐後折返。 2.以盲導盲：每組第二、三位同學，都將眼矇住，一位運球，一位引導至三角錐後折返。 3.以明導盲（引導者用說的）：每組第四、五位同學，一位運球，一位用說的引導至三角錐後折返。 4.以明導盲（引導者親自帶領）：每組第六、七位同學，一位運球，一位牽著手引導至三角錐後折返。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.哨子1只。 2.籃球10顆。 3.三角錐20個。 4.矇眼布20條。 5.相機、攝影機各1台。 	20分	健3-1-4-2 健4-1-1-1 健6-2-3-4	家4-4-1	社4-4-5-1	積極參與度 專注力 能認真參與活動
四、 學生回饋 （學習單）	<ol style="list-style-type: none"> 1.體驗活動結束。 2.學生分享。 3.說明學習單。 4.學習單帶回撰寫。 		8分	健6-3-1-1			積極參與度 能與同學分享心得
五、 教師觀察 與反思	<ol style="list-style-type: none"> 1.教師回饋。 2.說明活動目的。 3.了解萬善根本從師出的重要。 		7分				
參考資料： 教育部生命教育學習網 http://210.60.194.100/life2000/eduteam/eduteam.htm 生命教育全球資訊網 http://210.60.194.100/life2000/epaper/epaper_index.htm 福智文教基金會 http://educational.blisswisdom.org/index.php							

二、實際教學現況

(一) 盲者運球：體驗盲者運球的感受，生命無方向的感覺。(見圖1、圖2)

● 學生回饋：

柯生：很怕受傷、沒安全感、珍惜自己身體。

陳生：黑暗中找不到出入，需要幫忙。

吳生：盲者也可以打球。

林生：世界不見了，球不見了我找不到。

蘇生：自己一人，不知如何學習。

● 教師觀察與反思：

1. 學生在體驗過程中可以了解自己已一人無法完成目標。

2. 體驗珍惜身體愛惜生命的重要。

(二) 以盲導盲：體驗二人均無方向目標的感受。(見圖3、圖4)

● 學生回饋：

張生：二個錯誤一直錯下去。

陳生：一個只會對你成為絆腳石的人，只會讓自己退一步。

黃生：跟你一樣處境的人帶你，跟你走的路一樣。

高生：常常兩個人分散或找不到方向。

● 教師觀察與反思：

無方向目標的指引仍然無法達到目的地。

(三) 以明導盲(引導者用說的)：雖有人引

導方向，但只是口頭告訴你方向是否明確。(見圖5、圖6)

● 學生回饋：

侯生：用說的還是不容易了解。

翁生：有人用說的幫忙，有方向但不清楚。

林生：同學都聽不懂，球一直溜走。

柯生：一堆聲音，不能分辨。

吳生：可以體驗當導盲犬。

● 教師觀察與反思：

1. 只用嘴巴說指引，而不身體力行仍然無法達到目的地。

2. 許多的聲音會無法分辨正確的方向。

(四) 以明導盲(親自帶領)：體驗有老師的好處，引導你正確方向，完成目標。

(見圖7、8)

● 學生回饋：

吳生：有人親自牽引，安全穩當又快速。

陳生：雖然看不到，但有安全感。

陳生：向像父母親一樣帶領者著我們。

余生：考驗二人信賴度及相互扶持精神。

沈生：就像老師帶領我們到對的地方，做對的事。

謝生：如果不懂的得吸收，有老師又如何。



圖1 盲者運球練習之一
圖2 盲者運球練習之二
圖3 以盲導盲練習之一
圖4 以盲導盲練習之二



圖5 以明導盲（口語引導）練習之一
圖6 以明導盲（口語引導）練習之二
圖7 以明導盲（親自帶領）練習之一
圖8 以明導盲（親自帶領）練習之二

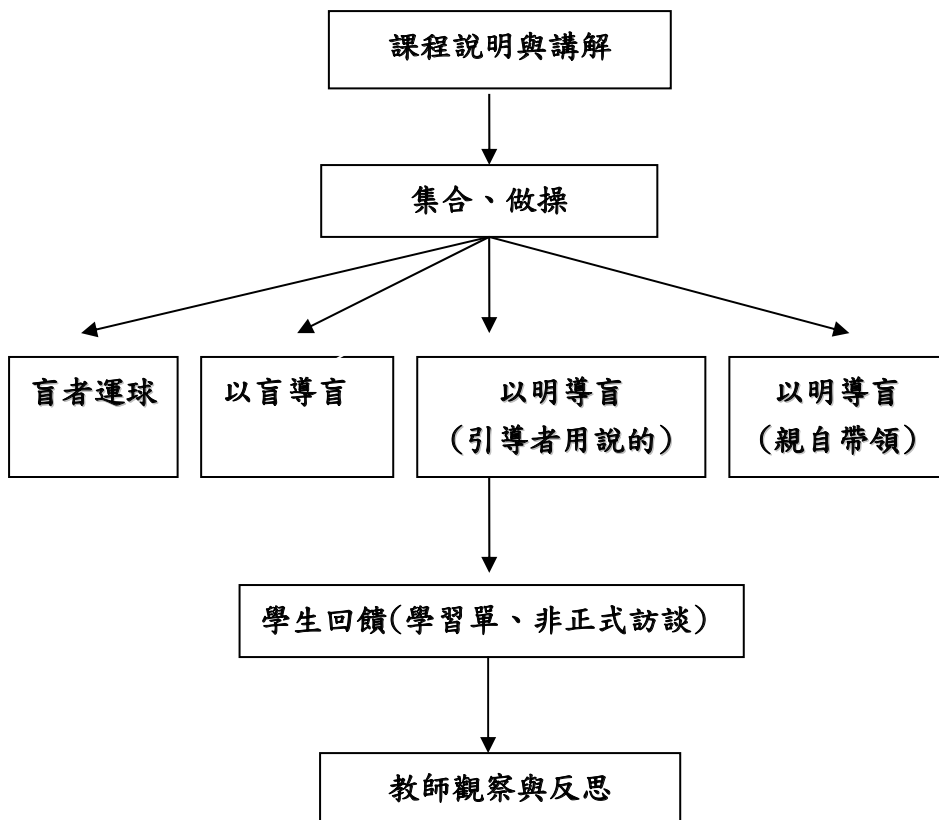


圖9 教材架構圖

● 教師觀察與反思：

1. 用口語與身體的親自帶領一定可以達到目標。
2. 有正確老師的指引是非常重要的。

結語

如果說體育課程目標的核心是「健康第一」，那生命教育教導目標的核心就是「生命第一」，現代的國中體育課教學，不再只是運動技能的養成、身體的活動訓練，而是生理、

心理並重的整體課程，所以學校體育教師如果能將生命教育理念融入課程，灌輸學生「要活就要動」之生命教育理念，相信可使學子養成終身運動習慣，運用於日常生活，擁有健康的生活品質。

參考文獻

卓俊辰 (2002)。學校體育特色的凸顯。《學校體育》，12 (4)，3-6。