

讓孩子有更完整學習的體育課

運動教育模式課程教學

陳政吉 台中市立惠來國民小學教師

前言

國人越來越注重運動保健的議題，因此，學校體育課程的正常化教學的議題，越來越受到重視。透過學校體育課程之教學，可以讓學童習得運動的基本技能並養成終生運動的習慣與達到身心健全之效等。學校的體育課程設計與老師的教學方式、教學策略及教學的反思等都已成為老師在教學時，必須提昇的專業能力。黃月嬋（2002）更明確的指出「九年一貫課程雖是課程層面的改革，具體而務實的革新及作法則落實在教學層面」。學校課程的改變，老師的思維必須因應時代的變遷，透過教育研習、進修習得其教學方法模式並融入教學現場，讓學生可多元化的學習，提昇學習效果。Siedentop（1994）認為傳統體育課程以反覆操作與動作精熟學習，其習得運動能力與比賽情境有所落差，體育課程如果能以團隊的方式進行，小組成員各盡所能，可以刺激學生的成長與責任感。運動教育模式教學在許多先進國家已成為體育教學的主流，運動教育教學基本原理精神與我國九年一貫課程「健康與體育」學習領域之基本理念不謀而合，強調學生的自主學習和尊重個別差異，「全面參與」和「人人成功」是運動教育教學的基本原則，在運動學習的活動中，讓每位學生都「能」與

都「會」，並且在充滿樂趣、歡愉的學習環境下，成為各運動領域的勝利者。運動教育模式全面且完整的教學，使學生更懂得比賽的參與、團隊的合作及公平競爭的意義，以及在運動的其他領域更專精與熟練，透過不同的職務分配，更培養學生正面的社會化的互動知能與概念。

運動教育模式起源與實施原則

運動教育模式最初的基本觀念架構來自Caillois（1961）的遊戲發展學說。Siedentop（1986）解釋運動教育模式是建立在遊戲的理論基礎上，透過遊戲化的運動，增進動作技能，達到全民運動的目標。1982年Siedentop在澳洲布里斯本所召開的Commonwealth Games Conference，首度將運動的觀點融入於學習體育課程中，並指出運動與遊戲的共通性：運動具有適當地了解、合適地概念化、與適切地實施等遊戲的特性，運動的基本意義來自於遊戲，人類日常生活事務的起源與遊戲本質相符（Siedentop, 2002）。運動教育模式其主要目的在激勵個人發展運動技能、了解參與運動的重要性和在人生的歷程終成為一個運動人，其發展的遠景是植基於透過一系列修飾過的運動而得到運動技

能的精熟，基於此一觀念，運動教育課程模式將課程設計適合於所有的學生的需求和能力，使其皆在運動時有成功的體驗。

實施運動教育模式教學要慎選運動項目，事先針對學生的興趣、需求及學校發展特色與學校場地作考量，在課堂中採異質分組、分排適當角色、修改比賽規則。周宏室（1999）指出運動教育模式與傳統教學有所差異是以學生自主學習為中心而非以老師為中心進行教學。Siedentop指出運動教育模式是由遊戲理論所發展的課程模式，課程中必須透過團隊小組成員角色扮演等過程。實施課程前應確實了解其意涵及程序，第一次實施時必須先以自己擅長的項目及考量學生的能力與興趣作為選擇項目。教學前先分析學校環境、資源與特色、硬體設備之優缺點、機會點與威脅的分析，可以提供教材設計及項目的選擇之依據（黃月嬋、趙信賓，2007）。

運動教育模式發展特色

Siedentop（1994）指出運動教育模式有六項特徵：

一、運動季

運動教育模式的教學是以運動季來實施，一個運動季約4-6週，包含訓練和比賽，通常以高潮的決賽作結束。運動季的實施不同於一般傳統體育教學，因為傳統的體育課程是以單元來區分，而運動教育模式的課程是以運動項

目來區分，所以學習者可藉由運動教育模式，而對某一項運動競賽項目習得更完整、正確的運動經驗及知識。Siedentop（1994）指出在小學階段，一個運動季以8至12節每節45分鐘或10至14節每節30分鐘較為適宜。

二、團隊小組

學生在上課中以隊的形式進行學習或比賽，每位學生扮演的角色職務不同，有的是裁判、有的是教練、有的是選手、有的是管理，甚至是計分員。所以在運動季當中，學生隸屬於每一隊，學生上課的形式是以隊為主，並沒有獨立的個體，讓學生學習互動與職務責任，團隊小組的形式保持至某一運動季結束為止。

三、季前賽

運動季當中的重點是正式的比賽，然而比賽的籌備工作是由學生自行負責，賽程表通常在正式比賽前先告知所有的隊伍，讓學生預先進行準備，提升練習動機；賽程的安排可依照運動項目的特性、人員的安排、隊數的多寡而選擇不同的賽制，藉由比賽的籌畫及進行，讓學生瞭解運動競賽的規則及秩序，並藉由簡單的練習賽，讓學生學習動作技能及戰術策略的應用。

四、記錄的保存

在運動季裡，紀錄的保存可做為在學習當中給予個人或團隊的回饋，學習歷程可藉由紀錄的保存完整的被紀錄下來，比賽紀錄不僅可提供學習者有關技術及策略的紀錄，藉以提供

下一次使用策略的參考，它更是教師評量的一大利具，所以，紀錄的保存在運動教育模式中是必要的。

五、歡樂的氣氛

瞭解運動典禮儀式集會所蘊含的特殊意義是運動教育模式的學習目標之一，因此，運動教育模式不僅需要安排運動典禮儀式，讓學童親身體驗，更要製造歡愉的氣氛，讓學童樂於參與活動。在整個運動季的過程中充滿歡愉的氣氛是必要的，從隊員的認識，隊呼、隊旗及隊名的設計到開幕典禮、比賽過程直至閉幕典禮，每位學童都能有愉悅感，熱情的參加活動，進而達到喜好參與運動的目的。

六、季後賽

高潮的決賽也就是比賽的最後決戰期，相似於職業棒球的季後賽，運動教育模式中的決賽期，其主要目的是為了增加比賽的可看性，且決賽的設置可提高學生進步及努力的動力，增進團隊的向心力。因此，比賽最終的優勝隊伍，將是各比賽隊伍爭取的目標，此時，運動技巧並非唯一教學目標，更重要的是，高潮的決賽提升了比賽的刺激性及提高學生參與活動的興趣。

運動教育模式相關研究

運動教育模式提供教師主動設計課程機會、學生多元角色扮演、樂趣的競賽規則，注重合作學習及團隊精神，在九年一貫課程中學

習「帶得走」的能力，也提供學校發展本位課程的機會。周宏室（1999）指出學生的技能程度與身心的發展狀況，Siedentop所提倡的運動教育模式在國小高年級以上的體育課程中比較適用，其田徑、球類活動、體操是小學運動教育教學中可實行的項目。

Hasit and Sinelnikov（2006）學生特別喜歡運動季，因為可以擔任教練及組成有共同目標的小組比賽。運動教育模式讓學生在學習上更具意義，透過不同角色扮演，讓學生控制及主導課程，使其更努力學習。Hastie and Buchanan（2000）認為，透過比賽讓學生以協商的方式來策劃戰術，在比賽中以擔任裁判來培養學生做決策的能力，學生為了達成目標在學習過程中所產生的人際互動，是為真實的運動經驗。Carlson and Hastie（1997）指出，運動教育模式之所以吸引人的地方，在於學生能透過運動季的實施，獲得真實的運動經驗。

何子安（2002）認為運動教育模式的教學分配不同的職務組成小組（教練、隊長、管理、器材、裁判等）與傳統體育課分組運作有很大的差異，它多了「角色職務扮演過程」，讓低成就學生參與不同的運動團隊機制，提升學習正面增強的作用。運動教育課程模式讓學生更積極參與運動，不論技能高低，透過小組的角色安排使學生都能積極參與，讓學生更能從運動中習得運動的知識面、情意面

與動作技能、體適能 (Carlson & Hastie, 1997)。近年來國內許多學者研究支持運動教育模式能提升教學成效的運動技能 (呂天得, 1999; 陳文亮, 2004; 陳昭宇, 2004; 陳勝雄, 2003; 黃清祥, 2004; 林永能, 2008)。

結語

運動教育模式課程以遊戲理論為基礎，強調小組團隊的學習歷程，鼓勵學生在團隊中以不同角色彼此學習，學習良好的互動過程、負責的態度及領導的能力，使學生對於團隊更有歸屬感與互相依賴。老師必須針對學生能力，適時修改比賽規則，因應學生學習的個別差異。教學過程中，重視學生學習的主體性，不放棄任何一位學生，藉由運動季的實施，使團隊小組互動更加緊密，讓學生學習計畫、經營、辦理與執行運動賽會的能力與經驗，藉此提升學童運動技能，讓學生熱愛參與體育課程；透過小組比賽，讓學生更能知道自己在團隊中的重要性與獨特性，要獲得勝利必須扮演好自己角色與團隊合作獲得勝利；在記錄的保存，可以創造個人及班級的體育表現；提供歡樂的氣氛，讓學生體會到學習的過程是一種樂趣，競爭得勝不是體育課唯一的目的，而是互助合作。運動教育模式在國內外的研究都顯示，普遍獲得學生的喜愛，不論運動能力高低，都能享受運動的樂趣，使學生提高學習效

能。在強調快樂學習的九年一貫課程改革中，運動教育課程模式是體育教育者的課程選擇方案之一。

參考文獻

- 何子安 (2002)。運動教育模式與社會發展的初探。《中華體育》，16 (3)，109-114。
- 呂天得 (1999)。運動教育模式在男女學生學習效果之研究以國小六年級排球教學為例。未出版碩士論文，國立體育大學，桃園。
- 周宏室 (1999)。運動教育模式的實施。載於教育部台灣省國民學校教師研習會 (主編)，運動教育教學手冊 (頁19-24)，台北：編者。
- 林永能 (2008)。國小體育教學實施運動教育課程模式之行動研究。未出版碩士論文，國立台中教育大學，台中。
- 陳文亮 (2004)。運動教育模式在國小學生學習效果之研究。未出版碩士論文，台北市立體育學院，台北。
- 陳昭宇 (2004)。運動教育模式對學生技能學習與學習態度之影響。未出版碩士論文，國立台灣師範大學，台北。
- 陳勝雄 (2003)。不同體育課程設計模式對國小學生體育課學習滿意度之比較研究。未出版碩士論文，國立體育大學，桃園。
- 黃月嬋 (2002)。「健康與體育」教學創新之理念與設計。載於國立台中教育大學 (編)，

- 九年一貫課程理念與實例(頁133-156), 台中: 編者。
- 黃月嬋、趙信賓(2007)。運動教育模式應用於健康與體育教學方案設計及實施之研究。台中教育大學體育學系系刊, 2, 27-33。
- 黃清祥(2004)。國小學生在運動教育模式課程中團隊運作過程之探究。未出版碩士論文, 國立新竹教育大學, 新竹。
- Carlson, T. B., & Hastie, P. A.(1997). The student social system within sport education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 16, 176-195.
- Caillouis (1961). *Man, Play And Games*. Free press of Glencoe New York, 1961, 208.
- Siedentop, D. (1986). The modification of teacher behavior. In, Peron, M. and Fraham, G.(eds), *Sport pedagogy, Champaign, Ill.* Human Kinetics Publishers, c1986, 3-18.
- Siedentop, D. (1994). *Sport education*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Siedentop, D. (2002). Sport education: A Retrospective. *Journal of Teaching in Physical Education*, 21, 409-418.
- Hastie, P. A., & Buchanan, A. M. (2000). Teaching responsibility through sport education: Prospects of a coalition. *Research Quarterly for Exercise and sport*, 71(1), 25-35.
- Hastie, P. A., & Sinelnikov, O. A.(2006). Russian students participation in and perceptions of a season of Sport Education. *European Physical Education Review*, 12(2), 131-150.