



# 國小教師體育增能的重要性

蔡榮捷 國立嘉義大學體育系兼任助理教授  
陳欣佑 彰化縣朝興國民小學主任

## 前 言

臺灣的教育一直存在學科與藝能科發展不均衡的問題，與升學考試相關的學科受關注，藝能科的發展相對受限，對體育教學更是漠視。現今九年一貫課程中，將健康與體育納入相同領域教學。在國小健康與體育領域教學現場，體育課程的教學與實作上，針對身體活動的教育既缺乏動作技能的訓練，亦欠缺運動習慣的培育，在知識、技能、情意的各個面向缺乏統整與連貫的教學歷程。究其因在於任課教師對體育技能與知識的不足，加以教師本身亦無相關運動技能的背

景，也無運動習慣的實踐。在專業知識缺乏以及消極避免學生受傷的狀況下，體育課程只能在欠缺專業性的配課角色中生存（註1）。長久下來，學生的體能每沉愈下，遑論要養成學生規律運動的習慣。國內體育學者許義雄（1998）指出中小學體育為國家體育之根本，程瑞福（2000）更指出體育發展能適應多元社會發展的需求，可見體育教學對學生及國家長期發展的重要性，如此偏廢體育教學的國小教師，全體國民及主管體育運動相關主管單位應有深刻的體認才是。

國小體育教學的實情，從報章媒體的報導中，不難得知體育教師

的良窳，盡責的體育教師，能不畏風雨，為學生安排適當的體育活動；反觀體育專業知識受限的體育教師，在體育課程進行當中，只能作壁上觀，這也是為何現行國小體育教學，還常見學生打躲避球的原因之一。根據教師法的規定，教師享有參加在職進修、研究及學術交流活動的權利，以及負有從事與教

學有關之研究、進修的義務，在體育教師部分，國民體育法施行細則第九條更提到體育教師必須定期參加校內體育研究會、選定專題主動研究、參加有關單位所舉辦的在職進修，以充實體育知能，改進教學方法，提升教學效果，然而目前教師在職進修的制度較少是以教師的需求為基礎，主要的問題是進修課



圖1 健康與體育領域研習：創意舞獅種子教師研習

程設計偏向於專家模式，進修的需求評估不夠落實，另一方面在職進修教育的課程內容太過於一般性，以致無法兼顧教師的個別差異（林國瑞，1998）。為解決此一體育教學與進修困境，教育部「中等以下學校體育教師增能計畫」開始輔導各縣市辦理「體育教師增能計畫」，期使能改善非體育專長教師的體育教學。

### 體育教學的專業性

教育是一項專業的工作已無庸置疑，國小教師在師資培育的養成訓練當中，理應熟悉各科教材教法。然對於非體育專長的教師而言，教授國小體育有其困境存在，除了場地的限制、器材的缺乏之外，最重要的乃對體育專業知識的不足與欠缺相關體育項目的動作技能背景。Graham, Metzler, 與 Webster (1991) 指出國小體育專業教師在從事體育教學時，其教學專業能力的涉入對於學生學習成就水準的提升優於一般的級任教師。



圖2 日本青森縣三戶町斗川小學民俗體育課程交流觀摩：與校長合照



圖3 日本青森縣三戶町三戶中學民俗體育課程交流觀摩：表演扯鈴

可見體育專業教師因其體育專業知識的充足，在對學生體育技巧的指導方面，較非體育專長教師更能明顯提升學生的技巧，如此的教學，才是有意義的運動教育，而非流於一般的育樂、休閒活動。

體育教學除了要有專業的體育知識，專業的體育教學能力也需具備。對此吳萬福（2005）認為從事國小體育教學的教師，若不具備充分的體育專業教學能力，對國小體育教學的實施將難有具體的成效。所謂的教師專業能力包含了一般能力、教育專業能力以及該學科的專門能力（林麗婷，2001）。陳弘順（2006）則就體育教師專業化的內涵，將體育教師的專業能力分為知識層面、技能層面與態度層面。其中包含：

- 一、知識層面：一般知識、教育專業知識及體育專門知識。
- 二、技能層面：教學技能、行政管理技能、班級經營輔導技能與運動技能。
- 三、態度層面：有健康身心、自我

訓練和敬業態度與服務精神。

乍看之下其專業能力與其他學科相差無幾，細看則可發現體育專門知識與運動技能的不同，非體育專長教師一般對體育專門知識的認識普遍不足，對運動技能的指導與示範上亦能力有限，這也是為何目前的國小體育教學突顯出困境的主因。

國小體育教學，目前絕大多數是由非體育專長的級任老師進行授課，詹宏基（2009）就國小體育教師專業能力，提出三大層面以為日後增補體育教師教學能力的參考：

### 一、基本學科的專業教育能力

- （一）一般學科基本知識、
- （二）教育專業知識、
- （三）課程設計、
- （四）教學呈現的能力。

### 二、專業的體育教學能力

- （一）體育專門知識、
- （二）運動教學與行政管理技能、
- （三）運動指導與安全處理能力、
- （四）示範運動技能與動作分析的能力、
- （五）運動裁判與體育評量的能力、
- （六）運動風險管理與處置的能力、
- （七）



圖4 日本青森縣三戶町三戶中學民俗體育課程交流觀摩：與澤田校長合影

運動場地規畫與器材設備維護的能力、(八) 學術研究的能力。

### 三、專業精神與態度

(一) 專業形象的認同、(二) 展現專業的言行、(三) 敬業態度與教學熱忱的精神。

國民中小學九年一貫課程綱要健康與體育學習領域，指出健康教育的目標在於健康行為的實踐；體育的目標旨在培養學生具備良好的

體適能，而不是塑造一個競賽的勝利者去追求「贏」而已。體育教師因其專業知識，透過良好的課程規畫、教材選擇與教學方法來滿足學生體育學習的不同需求，這與單純的單項體育活動，更能培養學生成為成功的學習者。體育專業知識，教授體育的教師可輕易的從發達的網路世界當中，尋得並擷取出正確的專業知識，但對非體育專長教師



圖5 第一屆泰國傳統技藝國際博覽會暨體育學術研討會



圖6 東京第一屆傳統童玩、遊戲、運動研討會暨博覽會：與伊朗代表合照

來說，體育技巧的指導，若無專人帶領，容易依樣畫葫蘆，只知其然而不知其所以然，有時更因動作指導的不正確，造成學生學習的障礙與傷害，對從事體育教學的教師，不可不慎。

平心而論，上述教育及體育專業態度與能力，幾乎是一個專業體育師資培育機構規畫的四年課程，在包班制的小學教學現場要求擔任體育課程的教師達到上述能力無非緣木求魚，但在運動教育的學術單位、體育行政主管、學校與教師間，卻是規畫相關研習及進修課程中不得不面對的嚴肅議題！在教育專業的立場上，考量現實與理想的差距，深思平衡的觀點以為實際的作為。

### 體育增能的重要性

為改善教師體育教學的不足，教育部推動「中等以下學校體育教師增能計畫」。該計畫根據教育部委託臺灣師大體育研究與發展中心所做之「學校體育統計年報」調查指出，我國小學體育教學由非體育相關科系畢業之教師授課比例高達

百分之八十以上，且從民國 93 年到 97 年有逐年提高之趨勢（如表 1），加之陽明大學神經科學研究所洪蘭教授一再指出運動對促進身體健康、全腦整合學習，以及情緒發展的功効（洪蘭，2007、2008a、

2008b、2009），可見運動對學生身心健全發展的重要性。

「中等以下學校體育教師增能計畫」主要針對中小學體育教師，具體目的包括下列三項（林靜萍，2009）：

表1 各級學校體育教師體育及非體育專長人數比較表

層級	項目	93 年		94 年		95 年		96 年		97 年	
		人數	%	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%
國小	體育專長	1940	21.5%	3205	19.6%	3663	18.4%	3937	17.6%	3935	16.08%
	非體育專長	7063	78.5%	13116	80.4%	16261	81.6%	18429	82.4%	20543	83.92%
	合計	9003		16321		19924		22366		24478	
國中	體育專長	2576	93.3%	2951	92.1%	3144	93.8%	3827	94.4%	4147	90.33%
	非體育專長	99	6.7%	253	7.9%	208	6.2%	227	5.6%	444	9.67%
	合計	2675		3204		3352		4054		4591	
高中	體育專長	2223	95.9%	2484	94.3%	2524	96.3%	2699	96.63%	2640	94.79%
	非體育專長	96	4.1%	150	5.7%	97	3.7%	94	3.37%	145	5.21%
	合計	2319		2634		2621		2793		2785	
大專	體育專長	1670	97.1%	1841	95.2%	1886	96.6%	2217	95.47%	1988	94.44%
	非體育專長	50	2.9%	92	4.8%	67	3.4%	105	4.53%	117	5.56%
	合計	1720		1933		1953		2322		2105	

資料來源：教育部「中等以下學校體育教師增能計畫」簡介。林靜萍（2009）。學校體育雙月刊，19(2)，19。

一、促進教師具備教導「健康與體育學習領域」課程綱要中體育課程之能力。

二、協助體育教師具備術科技能及教學能力。

三、強化教師體育課程創新及教學活動設計與評量能力。

具體做法如下：

一、輔導縣（市）政府辦理「小學非專長體育教師增能研習」。

二、彙整相關教材及辦理創意教學觀摩會。

另根據課程規畫（如表 2），一位教師至少培訓二項專長為原則，可見國小體育教學應有其多樣性存在，若只是偏好某一項體育活動，學生的體育技能學習則會受到限制。雖然每位教師能學習到的項目有限，仍可透過校內進修研習、教學觀摩或是教師專業對話的方式，積極發展體育教學的多樣性，如此可兼顧學生學習與教師專業技能的提升。

對於專業的需求與學習是教師



圖7 東京第一屆傳統童玩、遊戲、運動研討會暨博覽會：臺灣攤位

表2 體育教師增能研習課程綱要

課程類別	課程名稱	時數規劃
田徑教學	概論與田徑遊戲教學	6
	田賽教學	18
	競賽教學	12
體操教學	徒手體操教學	18
	器械體操遊戲教學	18
舞蹈教學	舞蹈教學 I (創造性舞蹈)	18
	舞蹈教學 II (土風舞、健身操)	18
球類教學 I	籃球	12
	排球	12
	足球	12
球類教學 II	羽球	12
	桌球	12
	樂樂棒球	12
民俗體育	扯鈴	6
	跳繩	6
	踢毬	6
	陀螺	6
	舞龍舞獅	6
	民俗雜技	6
體育教學綜合知識	體育課程設計	6
	體育教學策略	6
	創意體育教學	6
	運動傷害的預防與處理	6
	體適能	6
	適應體育	6
特色發展運動	其他 (游泳、武術、直排輪、攀岩、自行車、飛盤、技擊、其他球類……)	36

資料來源：教育部「中等以下學校體育教師增能計畫」簡介。林靜萍(2009)。學校體育雙月刊，19(2)，20。

的權利，同時也是教師的義務（王欣茹，2002），因為教師是課程實施與教學成功與否的關鍵人物，體育課教學必須確保學生能夠接受足夠又有效的健康與體育教學（陳伯璋，2000），若是教師專業素養不夠，或是排斥專業的學習與成長，其體育教學必然難有成效。體育教師增能，主要在於協助非體育專長教師在體育教學專業素養的提升，體育教學，必先教師具專業，學生學習才能不懼怕。也因為體育教師的教學素養提升，體育教學才能達成其既有之功效。

因此為避免錯失學童發展基礎動作能力和運動技能的學習黃金時期，導致其未來從事體育運動之障礙與挫折，及影響良好終身參與運動休閒生活習慣與態度之養成，協助中小學體育教師專業知能的提升，實有迫切之必要性（林靜萍，2009）。如此可見國小非體育專長教師體育增能符應九年一貫課程綱要健康與體育學習領域體育的目標，旨在培養學生具備良好的體適

能，而不是塑造一個競賽的勝利者去追求「贏」而已。

## 結語

國小非體育專長教師的體育教學能力普遍不足，尤其是運動指導與運動技能示範及分析的部分，更形欠缺。國小體育教學，主要以提升學生的運動興趣為主，培養學生主動運動的習慣為目標。體育教師的專業能力攸關著教學態度、教學成效及學生的學習成效（杜壬昌，2001；張淑惠，2002）因此體育教學應朝正常化教學努力，豐富實際教學內容，以建立正確的體育觀（黃月嬋，1999）。國小教師進行體育增能，不僅提升了體育的專業素養，對於運動技能的指導也有了更深的認識，加上教師的教學創意，善用資訊科技的能力，將學生視為主體的體育教學，不因教師本身的專業受限，而讓學生蒙受不必要的傷害，進而健全學生的身心發展，培養其成為「全人」的教育目標。透過全體教師的體育增能，能豐富



圖8 東京第一屆傳統童玩、遊戲、運動研討會暨博覽會：各國攤位

體育課程的內容和品質，也期盼教師體育增能的過程中，在學習運動技能的歷程中體會到終生運動及運動欣賞的價值，進而影響學習者運動參與的能力。

## 註 釋

註 1 以 2008 年的統計為例，非體育專長的國小體育教師比例高達

83.923%，國中為 9.67%。見林靜萍（2009）。教育部「中等以下學校體育教師增能計畫」簡介。學校體育雙月刊，19（2），19。另，根據教育部 2011 年出版的 99 年度學校體育統計年報國小部分上升到 86.36%，而國中為 13.29%。

## 參考文獻

王欣茹（2002）。花蓮縣國民中學體育教師專業發展需求之研究（未出版

- 碩士論文)。臺北市立體育學院，臺北市。
- 吳萬福 (2005)。我國學校體育的現況與未來的課題。《學校體育雙月刊》，15 (4)，88-102。
- 杜壬昌 (2001)。不同個人背景之國民小學體育教師對教學態度與教學成效的影響 (未出版碩士論文)。臺北市立師範學院，臺北市。
- 林靜萍 (2009)。教育部「中等以下學校體育教師增能計畫」簡介。《學校體育雙月刊》，19 (2)，18-24。
- 林國瑞 (1998)。臺灣高中體育教師之專業發展需求教學關心問題及預測變數。國科會體育學門學術研究成果發表會。
- 林麗婷 (2001)。國中公民與道德科教師經濟教育專業能力之研究——以高雄地區為例 (未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北市。
- 洪蘭 (2007)。運動的孩子大腦整合更好。《學前教育雜誌》，一月號。
- 洪蘭 (2008，8月12日)。運動增強腦力與學習力。《國語日報》，家庭版。
- 洪蘭 (2008，8月21日)。動動身體學得快又好。《國語日報》，家庭版。
- 洪蘭 (2009)。運動改善情緒提升孩子學習力。取自 <http://www.cw.com.tw/article/>
- 張淑惠 (2002)。影響國小教師體育教學效能因素之研究 (未出版碩士論文)。臺北市立師範學院，臺北市。
- 陳弘順 (2006)。社會變遷中體育教師專業知能需求之研究。《運動休閒餐旅研究 (Journal of Sport, Leisure and Hospitality Research)》，1 (3)，99-122。
- 陳伯璋 (2000)。九年一貫課程的理念與理論分析。九年一貫課程革新論文集。臺北市：國立臺灣師範大學。
- 程瑞福 (2000)。臺灣地區中小學體育教師專業能力之研究。《體育學報》，28，123-132。
- 黃月嬋 (1999)。國小體育教學之計畫。《臺灣省學校體育》，9 (2)，4-9。
- 詹宏基 (2013)。從國小體育教師甄試如何檢視體育教師專業能力。《學校體育雙月刊》，17 (5)，86-92。
- Graham, G., Metzler, M. & Webster, G.(1991). Specialist and classroom teacher effectiveness in children's physical education: A 3-year study. *Journal of Teaching in Physical Education*, 10, 323-342. index.jsp?id=37222