

前言

運動包含各種形式對於體適能、心智健康及社會互動有益的身體活動，無論是遊戲、休閒、競技運動或原住民體育等，均可從廣義角度納歸為運動一環。體育是身體活動的教育，與德、智、群、美並列五育，是全人教育必要元素，然如何普及運動生活化觀念、養成學生規律運動習慣、落實學校體育教學、健全學校體育發

始實施，十大基本能力、小班小校、少子化等，各種技術性的教改措施，都決定性地影響台灣的未來，也將影響台灣每一個學生對體育的學習。另一方面，近年來由於休閒與健康概念受到重視，提升國民優質生活，改善國民健康休閒品質日益受重視，致使國內體育專業教育發展充滿蓬勃前景。基於上述觀點，前瞻建國百年之同時，必須以全新視野及宏觀思維來醒思體育運動定

學校體育課程教學現況與展望

程瑞福 | 國立台灣師範大學運動與休閒管理研究所所長

展體系，均已成為教育部體育教育政策主軸，並為國家全民體育、競技運動、社會體育及運動環境營造奠定未來發展基石。

回顧台灣學校體育發展，從光復初期的貧乏體育環境，到目前處處生氣盎然的運動空間；從國防軍事體育的控制體制，到自由開放的享受運動樂趣，在在都令人感受到，這關鍵的歲月，台灣學校體育無時不在改變，無處不在逆境中超越。尤其近十幾年來，台灣地區教改正如火如荼的展開，大學法的修訂、經費自籌及教授治校的理念導入；高中課綱的修訂；九年一貫課程的開

位，體育及運動的價值也將在新趨勢衝擊下以全新定義及風貌呈現，不僅應宏揚傳統在地運動文化，扎根學校體育教育價值，並期能提出學校體育未來發展之方向與啟示。

教育政策變革對學校體育教學實施之影響

隨著教改列車的前進，從師資培育多元化、九年一貫的實施、教育的鬆綁及多元升學等等，台灣的教育已邁入了另一個里程碑。透過課程改革，賦予學校和教師更充裕的課程發展空間，協助學生個人發展特質，開展創造思維能

力，以因應未來生活之所需。在此教育的根本改革中，課程和教學才是學校再造的核心，下列將說明各級學校體育課之實施情形。

一、大學法修訂與大學體育之實施

台灣地區大學體育課程自民國47年（1958年）頒布「修訂大學文理法醫農工商師範八學院共同必修科目表施行要點」成為法定課程以來，歷經多次變革（程瑞福，2010）。其中，對體育課程實施產生最強烈衝擊的莫過於1994年公布新大學法後，基於大學自主精神而動搖的「體育必修」之規定，自此，大學體育課程實施進入各校的完全自主，目前大學體育已形成二年必修居多數（教育部，2009）。此意味著體育課將由各校，或行政主管、或課程決策單位、或學生反應來決定列為必修或選修，成為可被選擇的科目，此一變革隨著時間蛻變，學生對體育課程的需求，逐漸由團隊競技性運動，轉變到個人及休閒性項目，教材設計則也融入學生意見及興趣，來安排體育教學活動，體育教學已逐漸改變傳統的單向傳授，而是以雙向互動取代。因而體育教學朝課程多元化設計，教學目標的訂定、場地器材、成績評量等亦為重點工作之一。

二、高中課綱改變與體育課程實施

高中教育介於九年國民義務教育與高等教育之間，在整個國民教育體制中有著獨特的地位和價值，扮演著銜接的角色。為順應時代潮流，

「普通高中課程暫行綱要」於民國95年度公布實施，並隨即於民國99年修訂完成推出「普通高中課程綱要」，其主要課程目標、核心能力、精神皆與95年暫行綱要相同，在教材實施與教學評量上比例更為寬鬆，用字說明也趨向簡單明瞭，期在給予學校、教師、學生皆具有更多彈性的空間發展。將課程「標準」改為課程「綱要」，目的在於給予學校空間及彈性，讓教師專業得以發揮，縮短由上而下的標準課程差距，期許學生能擁有「帶得走的能力」取代「背不動的背包」。

其對體育課程發展的影響，一改過往鑽研運動本身的機體操作功能性，透過核心能力的建立促進運動與生活之結合，在求學生能於體育課中邁向運動促進健康，呼應高中教育之基本目的。其最大之轉變在於將課程的彈性自主權給予學校本身。惟高中體育課程從修訂、公布到實際實施情形，實有落差。體育課程雖有一套部定的標準，但實施上仍有其困難所在。在實際授課方面，乃因升學主義影響，導致授課時數減少或其他課程商借之情形；在雨天授課方面也未能有系統地正常實施體育知識之教授。

三、九年一貫「健康與體育」領域課程的實施

九年一貫課程將科目打散成為學習領域的分類，和以往分科明確的課程差異甚大，可說是自民國以來，課程修訂幅度最大的一次，尤其在

教師教學上更是充滿挑戰，大幅度的課程變化，任教已久的教師是否能應付及消化是大家關注的問題，國內多位研究者針對相關議題做探討，希望能加速教師們進入「健康與體育」學習領域的軌道上。吳萬福（2003）指出民國91年實施之九年一貫新課程綱要，幾乎多數小學教師無法深入了解「健康與體育」的教育理念、課程目標、能力指標、教學實施方法之內容與要點，所以仍採用民國82年以後所出版的體育教科書及指引。羅凱暘、許義雄（2001）研究指出，新課程以統整學習領域的合科教學取代原本分科教學，且重視中小學課程的一貫性與統整性，並提倡能符合並運用於日常生活之基本能力，且在91學年度開始至93學年度即全面實施，課程改制時間緊湊，導致教師們來不及充分準備配合新課程政策的實行。因此，自九年一貫課程推展以來，受學科本位影響，工作小組分工間無法充分合作，影響領域綱要融合，導致能力指標撰寫標準不一，教師如何選擇教材及轉化教材，用以作為體育課程的內容，並能與健康的內容，甚至與其他學科整合安排的能力，為目前中小學體育教師所面臨最大的困境。

學校體育教學未來展望

基上所述，面對著新世紀的來臨，學校體育教育實是任重而道遠，強化「學生健身運動」

的微觀和建立以「健康」為導向的教學目標，應是未來學校體育教育要落實與發展的主要動向。因此，體育教學課程的設計上，對培養學生終身規律運動習慣及健康負有重大的責任與意義，體育課程或應有以下轉向：

一、以符合學生的實際生活需求為主

在當今體育運動功能日益突顯其娛樂性、休閒性和社交性之時，在教學課程內容上，以具有娛樂休閒性的運動項目與易學實用性高的保健方面著手，並能與實際生活所需貼近，藉以達到現代人對於運動健康、健美的取向。大致而言，學校體育教材設計應考量，從與師資專長、學校運動設施環境、住家生活周遭運動休閒空間結合，建立學校本位特色教學內容，尋求學生共同興趣運動項目，以期滿足其運動需求，方能提升學生學習意願。

二、課程設計內容要休閒樂趣化

學校教育由於受到自由學術思想的影響，使學校體育受到的薰陶，大致也皆抱持著一種「玩」的心態，或是以「休閒方式」參與運動，就此，學校體育的觀念也應隨之改變，尤其在課程設計的內容上，不應刻意強調運動是增進身體運動能力、強健體魄的主觀意識，而是應突顯「玩運動」、「享受運動」的態度，讓學生在受引導於無形之中，伴隨運動起舞，而體會出運動的快樂感覺。因此，在課程設計內容上，儘量採

取比賽方式，讓學生透過比賽的競爭特質，展現其玩運動、享受運動的魅力，自然地將會提高其對於運動的興趣，達到運動健身之效，並樹立起了良好的運動觀。

三、體育課程設計內容應強調實用性

運動的大眾化、生活化與終生化是學校體育教育的新趨勢。目前體育課的時間，每星期才兩小時，因此，課程設計除了考慮到學生所獲得的運動能力，在終生運動習慣中的可行性和實用性外，還要與社會體育的銜接，與社會體育的熱門運動項目相結合，這樣才能引起學生的興趣。許多學生是因為沒有適合於自己興趣的運動項目，從而阻滯了參加運動的願望，所以在課程設計內容的實用性上，也要考慮到學生的興趣因素，要利用和培養學生對某些運動的愛好，讓他們體驗參加運動帶來的樂趣，進而成為自己適合的運動特長，這種運動特長不僅自己能與每星期的體育課程實用性的練習，又易於在社會的運動場中展現，如此有利於將運動生活化，在其周遭只要有機會運動，就能很快地成為體育活動的積極份子，使運動伴隨著他的人生，成為一種生活的必須。

四、改變體育教學方式的省思

教育改革中，教師的角色相當地關鍵與主要。教師們應具有創新教育的能力，更應要有遠大的教育目標和不斷充實新知的態度。長久以

來，我國學校的體育教學，大多是沿襲著傳統教學模式，即以教師為中心地「注入式教學方式」，主張基本運動技術教學，強調鍛鍊學生的體魄，而忽視學生的情意體驗和個性表達之重要性。換句話說，在「重教不重學」，片面造成學生的「被動」教學方式弊端，已然成為未來體育教學應革新的一個走向。

師生之間的互動，注重學生學習的參與、發展學生的潛能，使學生由被動接受轉變為主動積極渴求，相信必能為教學帶來良善的效果。所以，教師在體育教學過程中，應同時存在著兩個主體化的雙向互動關係，即教的主體—老師和學的主體—學生，易言之，老師是教的主體，又是學生學的客體；學生是學的主體，又是老師教的客體。如此雙向性主體關係的體育教學活動情況，方有利於改進以「老師」為單一主體的傳統體育教學模式和效果。

結語

學校體育是整體教育中最重要的一環，是養成學生健全發展的重要過程，從小學至大學的學校體育教育中，除了培養品德、陶冶情操外，亦加強知識的學習、強化運動能力，使學生以養成規律運動習慣為最終目標，藉以促進健康與體適能，進而享受運動之歡樂，提升生活品質。因此，面對未來國際社會快速變遷的情境下，學校

體育功能與角色已不再侷限於傳統的思考，更須以革新態度，建構更完善的目標，以期發揮學校體育應有之教育功能。

參考文獻

吳萬福（2003）。學校體育三十年特刊——教育部體育司成立三十週年特刊（頁95-103）。台北市：教育部。
教育部（2009）。98學校體育統計年報。台北

市：作者。
程瑞福（2010）。學校體育課程與教學——從標準化到彈性化。收錄於我國學校體育現況與展望（頁123-194）。台北市：國立教育資料館。
羅凱暘、許義雄（2001）。國民教育階段九年一貫課程「健康與體育」領域決策過程研究。台北市：國立教育資料館。

