

# 修正式運動教育模式於體育教學之應用

張祐慈 | 台北市立士林高商教師

「運動教育模式」是由美國學者Siedentop提出，是一個以遊戲理論架構為基礎的教學模式，近年來廣受各校體育教學的青睞，尤其在澳洲、紐西蘭經過大型研究計畫的肯定，已成為最重要的課程實施模式。國內學者林靜萍（2008）經過多年的研究發現指出，運動教育模式不僅在運動技能的學習上有其優勢，尤其對學生運動興趣的引發、團隊凝聚力的形成，以及規則、戰術運用等情意、認知層面能力的提升更是有別於傳統之處。

筆者為現職體育教師，曾以運動教育模式之特色運用於教學中，發現此多元化、遊戲化及集體學習合作的方式，相當適合所任職學校的校風及學生特性。經由學期末觀察學習成效與學生學習單之回饋，發現「運動教育模式」對自我之教學發展有所啟發，藉本篇自我經驗談，期望帶給類似相同教學環境之教師一個教學設計之思考方向。

## 運動教育模式內涵與特徵

運動教育模式主要概念是源自於遊戲理論，透過遊戲化的運動，增進動作技能，達到全民運動的地步。其本質建立在全民運動哲學理念之上，且基於遊戲形式，培養學生成為一位有效的運動參與者（周宏室，2002）。

Siedentop（1994）指出運動教育模式有六項特徵，分別為運動季（Season）、團隊小組（Affiliation）、正式競賽（Formal Competition）、季後賽（Culminating event）、成績紀錄留存（Record Keeping）、慶祝活動（Festivity）。就上述六項基本特徵簡要說明如下：

### （一）運動季

一個完整的運動季應包含季前賽、正式競賽以及最後的決賽。傳統的體育課程通常二至三個星期為一活動單元（約4至6節），學生所學到的通常是不完整的運動經驗。運動教育模式理論指出，適合國民小學的運動季通常為8至12

節，高中則約20~22節課可達上述效果。

### （二）團隊小組

運動教育模式之體育課是以團體分組的方式來進行，目的是為了培養學生團隊意識，凝聚向心力。教師可依照能力分組，亦可由學生自行分組，但基本上應以異質性分組為原則。而在各組成員當中各有其職務，如隊長、教練、裁判、記錄員等。

### （三）正式競賽

競賽是遊戲的特質之一，透過正式的比賽不僅讓學生有切磋技術的機會，更提供學生刺激與激勵作用（廖智倩，2000）。在班級中的競賽，以團隊小組的競賽，可促使學生瞭解團隊重要性，享受比賽的過程，若有獲勝的機會可增進成就感，不但可激起個人學習，也能加強各小組的學習態度。而正式競賽的賽程必須提早公告，以利學生擬定戰術策略。

### （四）季後賽

正式競賽中不論是何種賽制，最後都應舉辦季後賽或總決賽，將比賽氣氛提昇到最高潮（呂天得，1999）。透過季後賽可使晉級隊伍集目光於一身，同時培養勝不驕敗不餒之精神，落敗之學生須觀賞爭冠之隊伍，也須協助賽程、裁判等相關工作。

### （五）成績紀錄保存

凡走過必留下痕跡，比賽過程的各項表現，都是學生學習留下的努力過程，各項資料的保存與收集，可作為下一場比賽的借鏡（陳昭宇，2004），也可提供教師做為檔案評量之參考依據。

### （六）慶祝活動

運動教育模式源自遊戲理論，強調人人皆可參與，教師規劃運動季的活動，隊呼、隊旗、隊徽的設計，競爭的熱鬧氣氛，宣傳活動，多獎項的頒獎典禮，可讓運動競賽具有慶典的歡愉氣氛（林靜萍，2008）。

## 以運動教育模式實際實施教學情形

### 一、本校特色

#### （一）實習商店

本校最大特色為「實習商店」，是由應屆日間部二年級和夜間部三年級學生所創辦，以班為單位，利用教室為店面開設的商店，和一般的商店一樣，從開始的構思、策劃、資金籌備、申請營業執照到最後的結算，都是由學生們一手包辦，活動日程為期兩天，並開放校內外人士參與，相當熱鬧且盛大，至今已近40年的歷史。

在活動過程中經常面臨各組間或組內溝通

協調問題，因此從開始到結束皆須全班團結一心、分工合作才能完成，而最後的成果與過程都是學生們畢業後最難忘的回憶。鑑於此，筆者在擔任導師時藉由運動教育模式特色實施體育教學，一方面引導學生的團結、向心力，一方面運用學生的創意使體育課更生動有趣。

（二）女生多於男生

本校因屬商職學校，男女生比例大約是1:4，在教學時若無老師特定分組，常有男生不敢主動融入女生團體的情形。而以運動教育模式異質性分組方式進行教學，可增進兩性的互動，將性別平等教育融入課程中，有助於互相學習和欣賞。

（三）學生多元學習之特色

本校學生常積極參與社團與各項校內外活動，校風自由，並無第八節課後輔導課，相較於一般高中，可說學生升學壓力較小，運動教育模式教學方式須學生課外討論、練習，本校不但適合此模式，學生也相當熱衷。

二、實際教學實施

本校因班級數多、運動場館少，體育課是以每二週換一進度與場地輪替的方式進行教學，因此，筆者欲以運動教育模式教學所遭遇最大問題即是無法以「運動季」的特色來實施，如此除

不能完整學習一項技能以外，以其他特色與原則去實施，同樣能達到遊戲和比賽的樂趣，並且能引導學生自願地去學習。以下敘述實際教學情形：

（一）對象與時間

從學生高二上學期至高三下學期結束，選用部份項目。

（二）分組方式

每班大約39~42人，一組約6~7人，除性別人數由教師分配採異質性分組，其他皆由學生自行決定，每學期初再重新分組。

（三）實施項目與方式

- 排球、桌球、羽球與韻律，如以下說明：
1. 排球、桌球、羽球：皆是隔網且盛行的球類運動，學生在高一或國中時已累積了各項技術的基本概念，於高二上學期時先行複習與強化基本技術，主要建立規則與比賽戰略的觀念，以遊戲簡化比賽方式，高二下開始進行正式比賽，採先循環（季前賽）後決賽（季後賽）方式實行。
  2. 韻律：採以學生自行發揮創意編舞、找音樂，輔以多媒體方式教學，例如：指導學生上Youtube網站搜尋自己想要學習的舞蹈動作，課程結束前各組上台表演發表各自的

創意與成果，並以DV錄影觀賞，以此間接

培養學生接納自己和欣賞他人的能力。

3. 慶祝活動：有別於正式實施之運動教育模式在特定單項季後賽結束後的慶典儀式，本教學方式採期末分別為四項實施之運動項目各別頒獎，除了各名次獎項外，也頒發最佳精神團隊獎、創意獎等等，盡量使各組、人人都有獎，以製造歡愉的氣氛。

學習效果與學生回饋

經由每學期結束後觀察學生學習成果，並給予學生學習單，主要讓學生分享心得及給予運動教育模式教學之回饋，主要有以下幾點發現：

一、學習效果

- （一）學生對規則、戰術策略之認知能力有明顯的提升。
- （二）學生會利用課後時間練習，增進自我基本技術。
- （三）在四種教學項目裡，學生們都是同一組一起合作完成作品與比賽，並非各項目分開分組，因此，學生們的默契越來越好、認同自己的團隊，他們都覺得取隊名、隊呼很有趣，上課氣氛很High。

二、學生回饋

自行分組方式一開始能找自己的好朋友同一組上課，學生們覺得能使他們之間更有默契，但也會有人緣差的同學遭排斥的情形，這時必須

由教師介入分組；另外也有學生提出，只要各組實力落差不要太大，造成比賽無趣，不論何種分組方式都可以。

運動教育模式，會透過同儕教學及自行管理團隊的方式上課，如此可以發現一個班內有許多人才，能讓學生看到他們之間不同以往的一面，相當有趣。

某項比賽常未進行完畢，因場地和進度的因素，必須過一陣子才能再繼續進行賽程，會澆熄同學突然產生的熱情，因此，未來在實施時可將賽程再規劃妥當，使一項課程結束前即完成該項比賽。

結語

在台灣地小人稠的環境之下，許多學校體育教學要配合場地規畫、班級數、行政單位受限，以及教師之間認同度等問題，實施運動教育模式時，「運動季」的原則往往會是一主要問題，即像本校一樣無法將一種單項運動教學時間拉長。在外在環境難以突破的困境下，教師們可依運動教育模式其他精神與特色妥善規劃來應變，亦能培養學生團隊觀念、領導與規劃事情的能力，並且，在不以單一項目教學之下，多元的學習也較容易讓學生找到自我興趣與專長。

## 參考文獻

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，國立體育學院體育研究所，桃園縣。

周宏室（2002）。運動教育學。台北市：師大書苑。

林靜萍（2008）。以運動教育模式發揮新高中體育課程綱要之精神。學校體育，18（6），48-53。

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——以國中八年級籃球課程為例。未出版碩士論文，國立台灣師範大學體育研究所，台北市。

廖智倩（2000）。非傳統式的體育課程『運動教育模式』。學校體育雙月刊，10（4），25~32。