



體育教師專業發展之生涯輔導

李佩玲 國立成功大學教育研究所博士生

前言

「一個哨子兩顆球，老師學生都自由。」這兩句打油詩，突顯出部分體育授課教師對體育課程的正確認知不足之外，缺乏專業知識與教學技巧亦是另一大主因（林顯宜，2006）。記得2003年到臺師大進修體育教學碩士，第一次聽到鄭志富老師提到這兩句打油詩，從中反思體育教師對體育課應該具有強烈的使命感，從而延伸出對體育教師專業發展的深深期許。我國自2001年起逐年實施九年一貫課程，強調培養學生具備帶著走的基本能力，2011年核定十二年國教實施計畫，免試入學將體適能納入

超額比序項目，使得不像是教學而比較像是訓練的傳統制式化體育教學，已經不符合現今追求創新多元的體育教學潮流。因此，在體育教師的專業生涯發展中，滿足其在體育專業上追求不斷成長與進步的發展需求，實有必要性亦值得運動教育專業人士的關切。

本文因應教師專業發展評鑑與十二年國教學習成就評量變革，將體育教師專業生涯發展分為教師專業生涯發展指標與體育教學專業發展需求兩大專業發展主軸，「教師生涯發展指標」是指一般教師本身因應教師專業發展評鑑必須努力的發展指標，而「教學專業發展需求」是指體育教師

因應十二年國教學習評量變革必須調整的發展需求。兩大專業發展主軸又各分為四大層面、八個向度，做為提升體育教師專業生涯發展與進行體育教師生涯策略規劃之參考。

一、體育教師專業生涯發展指標

教育部從 2006 年起鼓勵國中小學教師參與教師專業發展評鑑，目的在提升教師教學效能，促進教師的專

業化，同年筆者開始參與臺南市健體輔導團，協助體育教師專業發展，在辦理巡迴諮詢服務之時，眼見體育教師的特殊性，認為其發展指標之權重應與一般教師不同，透過在嘉大教政所進修的決策理論與管理研究課程，邀請體育師資培育院校 20 位專家以層級分析法得研究結果為：1. 四大層面（課程設計與教學 26%、班級



圖1 健體輔導團縣市交流



圖2 擔任縣市運動會裁判

經營與輔導 18%、研究發展與進修 8%、敬業精神及態度 48%)；2. 八個向度（課程設計 9%、教學技能 16%、班級經營 9%、學生輔導 8%、研究發表 3%、進修研習 5%、守分精神 33%、配合態度 17%）；3. 考量體育教師之特殊性，可依各校發展特色調整各項專業發展指標之權重（李佩玲，2010）。

體育教師「敬業精神及態度」比重大於「課程設計與教學」之研究結果，與李淑玲、闕月清（2006）體育教師專業成長現況各層面的得分以情意最高、教學次之相同；而在「課程設計與教學」層面，「教學技能」比重大於「課程設計」，也與李淑玲、闕月清（2006）的教學能力與運動技能大於課程設計評量的結果

相同。敬業精神及態度重於課程設計與教學，究其原因可能是體育教師的特殊性，從師資培育階段就十分重視體育倫理，學做人是學做事的根本之道。而教學技能重於課程設計，可能是目前的體育教學仍多採用傳統體育教學模式，因為運動技能在大學四年師資培育階段就已完成訓練，教師只要將動作步驟分解、逐一演示說明、然後分組操作、接著進行評量，不太需要創新的活動設計及準備多元的活動內容，因此在課程設計與教學的專業發展現況表現程度較低。

但在專業發展現況與需求的比較上，李淑玲、闕月清（2006）的研究則指出，「情意」層面在現況排序位居第一、需求卻居於末位，這可能是因為體育教師自認為已具備此情意發展的能力，所以專業發展需求程度較低。而在「教學」層面在現況排序第二、需求則名列第一的原因，可能是體育教師體認到教學是體育教師最主要的工作，所以在專業發展現況表現較好，但也因為教學是體育教師最重要的工作，所以期待能夠繼續提升

此層面之專業，對教學層面的專業發展需求相對的也較高。由此可知，在體育教師的專業生涯發展當中，最為重要的部分，是滿足體育教師的教學專業發展需求。

二、體育教師教學專業發展需求

十二年國教於2014年即將全面實施，體適能列為免試入學超額比序項目，各校勢必要比以往更加重視體育教學，然而在教學現場究竟有多少老師會教體育？根據教育部2011年出版的99年度學校體育統計年報，國小體育教師由非體育相關科系擔任占整體86.35%（93年度為78.45%），國中則占13.29%（93年度為3.7%），由此可知，近年來在學校教學環境中，非體育相關科系畢業而擔任體育授課教師的比率逐年增加，相對來說，體育相關科系畢業卻無法擔任體育授課教師的比率亦逐年增加。進一步檢視中小學教學現場，多年來國小包班制被視為理所當然，體育課大多數由班級導師來授課，近年來國中少子化減班控管教師缺額，體育課多因為師資不足也只好



圖3 體育科教學經驗分享

配課。教師專業知能會影響教學效能，若要改善體育課的教學品質，其根本之道還是要從體育授課教師的教學專業著手。

體育教師專業的發展需求與非體育教師不同，除了一般教師的專業發展需求（課程設計、教學技能、班級經營、學生輔導、研究發表、進修研習、守分精神、配合態度）之外，體

育教師的教學專業有其特殊性，例如運動知識、技能原理、學習態度、運動欣賞、技能表現、戰術運用、運動計畫、運動實踐等層面，是非體育教師專業發展內涵所沒有的。未來十二年國教在學生學習成就評量的變革，將以往成績評量的分數制，改為五等級評量，且嚴謹的訂定統一評量標準。內容評量標準係依據課綱制定，

共分為：1. 四大層面（認知、情意、技能、行為）；2. 八個向度（運動知識、技能原理、學習態度、運動欣賞、技能表現、戰術運用、運動計畫、運動實踐）；3. 每一次主題皆應設計出符合該項五等級之成就表現評量標準（謝承殷，2012）。

教育部 2001 年實施九年一貫課程，在健康與體育領域的能力指標中，明訂「培養欣賞運動美感與分析比賽的能力」，亦於 2007 年推行「培養學生運動觀賞知能暨體驗運動觀賞計畫」，重視體育教學情意層面中的運動欣賞向度。體育教學四大層面，除了傳統的認知、情意、技能之外，新增了一個「行為」，行為層面又包含運動計畫與運動實踐兩個向度。根據教育部 2011 年出版的 99 年度學生運動參與情形調查報告指出，國小學生喜歡上體育課的比率為 74.5%、國中為 66.6%，但國小學生在學期中平均每週運動四天以上者占 47.3%、國中為 27.3%，顯現出有運動習慣者的比率明顯降低。中小學階段是培養運動興趣與習慣最關

鍵的時期，專業的體育教師教學，除了要透過創新的活動設計及準備多元的活動內容引發學童的興趣，更重要的是指導學童安排運動計畫並徹底執行，藉以培養學童終生的運動休閒習慣，這也是體育教學的終極目標。

三、體育教師專業生涯輔導策略

教師的專業發展需求與其生涯發展階段有關，不同生涯發展階段具有不同的專業發展需求（孫國華，1997）。Fessler（1985）將教師的生涯發展分為八個階段（劉之穎，1998；饒見維，2003）：1. 職前教育階段：師資養成時期，體育系所畢業、修習教育學分、準備教師甄試，為擔任教職做準備。2. 實習導引階段：初任教職，學習教師角色社會化、適應學校系統運作，建立人際關係希望被接納。3. 能力建立階段：在職進修，改善教學技巧、提升教學效能、創新研發教材，樂於參加研習或到研究所進修。4. 熱切成長階段：勇於嘗試實現自我、主動積極熱愛工作、努力不懈充實教學，享受高度的工作滿足感。5. 挫折調適階

段：教學理想幻滅，工作挫折沮喪，甚至心力交瘁，對教學生涯的意義和重要性感到懷疑。6. 穩定停滯階段：只求無過不求有功，當一天和尚敲一天鐘，態度敷衍苟且偷安，將成功與卓越拋諸於腦後。7. 生涯低盪階段：準備退休的低潮期，有些人感到自由愉悅，也有人覺得抑鬱寡歡。

8. 退休落幕階段：離開教職後，有些人尋找另一個短期工作，如當運動會裁判，也有人繼續參加研討會，樂此不疲。

每一個教師的生涯發展階段是不一定的，每一個階段都有可能碰到生涯阻隔或生涯困境，這時候投資自己、沉潛待發，增進體育專業發展是



圖4 體育科教學觀摩演示

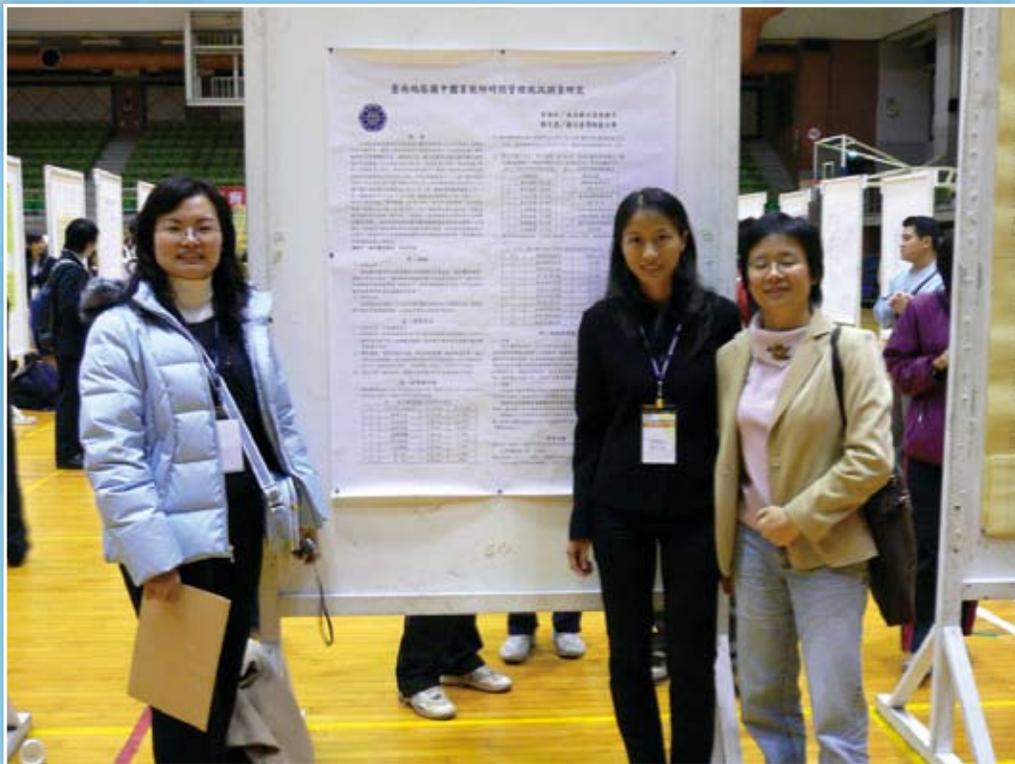


圖5 體育研討會海報發表

教師漫漫生涯路最好的選擇，建議體育教師可以透過企業界常用的 SWOT 分析法，進行增進體育教師專業生涯發展的策略性規劃：

(一) S 發揮內部優勢：學而優則教，學有餘力可去從事體育相關服務。例如：擔任健體輔導團員進行諮詢巡迴服務、考取

運動專項裁判從事體育志工服務。

(二) W 補強內部劣勢：教而優則學，教有餘力可去參加體育相關進修。例如：參加國際體育交流增進體育教學知能、回流體育相關系所提升學術研究水準。

- (三) ○ 把握外部機會：掌握新趨勢，訂閱電子報或瀏覽體育專業網站。例如：訂閱教育部及國家教育研究院電子報、體育學會網站瀏覽國內國外學術活動。
- (四) T 預防外部威脅：避免被淘汰，跨出體育本科可成為跨科際人才。例如：第二專長加科登記可避免因減班超額、參加專業學習社群建置專業認證護照。

結語

教育的成敗，繫於師資的良窳，教師專業生涯發展是教育改革的重要因素。教育改革的主體與動力在於「教師」，教育品質的關鍵也在於「教師」。因此，如果只是致力於改善課程、設備、學校或升學制度，而教師的專業素養沒有提升，任何有關教育改革或教育品質的探討容易流於空談（饒見維，2003）。體育教師專業生涯發展，是體育老師的終生運動，不僅利己還可利人，更可以利益眾生。

推動體育教師專業生涯發展，不只是提升體育教學效能、增進體育教學品質，更有利於養成學生終生休閒運動習慣、促進學生身心健康造福人群。「活到老、學到老，讓生活更美好」是體育教師可以終生學習的目標，例如，創新體育教學光是各種運動題材就包羅萬象，更遑論日新月異的多元體育教學模式。人的一生起起伏伏，順遂時光不覺而逝，逆境來時度日如



圖6 亞洲教育研討會發表

年，建議體育教師「學習活在當下、把握即時學習」，透過親近樂在學習的正面能量，重新省視修正自身的生涯信念，重新建構與規劃體育教師的生涯承諾。

參考文獻

李佩玲 (2010)。以層級分析法探究國中體育教師專業發展評鑑指標權重。2010 體育運動學術團體聯合年會暨學術研討會論文集，34。

李淑玲、關月清 (2006)。臺北市國民中學體育教師專業成長現況及需求之差異研究。輔仁大學體育學刊，5，15-30。

林顯宜 (2006)。學校行政與體育教師在九年一貫課程之積極作為。國教新知，53 (1)，49-52。

孫國華 (1997)。國民中小學教師生涯專業發展及其影響因素之研究 (未出版博士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。

教育部 (2005)。93 年度學校體育統計年報。臺北市：作者。

教育部 (2011)。99 年度學校體育統計年報。臺北市：作者。

教育部 (2011)。99 年度學生運動參與情形調查報告。臺北市：作者。

劉之穎 (1998)。教師生涯起步走。臺北市：幼獅。

謝承殷 (2012，11 月 21 日)。12 年國教超額比序 體適能列評比 有多少老師會教體育？臺灣立報。

饒見維 (2003)。教師專業發展：理論與實務。臺北市：五南。

