



中心論題

提升「體育教材教法」 課程教學效率的探討

吳萬福

一、前言：

師範大學、師範學院（今後可能均改為師範大學或教育大學），設有教育學程的公私立大學是以培養良師的師資培養機構。為因應時代潮流、社會變遷、教育改革，上述培養師資的大學校院須重新檢討其性格、教育方針、目標始能發揮辦學的功能。依目前的處境與未來的發展，師範大學或師範學院，仍屬培養國民中、小學師資為主，其他教育專門人員為副的教育機構。其教育方針，應以培育能適應時代潮流、國家、社會需求的知識份子，尤其具有正確人生觀與教育理念的人才為最高方針。再以教育目標來說，其最高目標以培養現代社會的經師、人師；具體目標應包括1.健全的身心2.知識份子應具備的一般知識修養（包括自然、人文、社會等知識）3.教育專業知識與技能4.人倫與保護生態環境（物質、社會、文化等）

的修養。

茲為提升我國中、小學教師的體育教學知識與技能，筆者擬站在教育的觀點與多年親自擔任師範學校、師範專科學校、師範學院「體育教學研究」或「體育教材教法」的經驗，甚至參閱相關文獻所得撰述「如何改進體育教材教法」的具體見解，以供同仁參考。

二、師大、師院、或設有教育學程的公私立大學校院學生必修的「體育教材教法」「體育教學研究」的意義及其重要性。

以師大、師院或設有教育學程的公私立大學校院的教育目標而言，大學部或碩士班仍以培養健全的國中、小學師資為主要任務。因此，必須履修教育專業課程。「體育」是國民中、小學必修課程之一。其重要性與道德與健康、國語、算數（數學）、自然、社

會、音樂、美勞等課程相等。不過，唯有「體育」是以各項具有價值的運動教材，如體操、sports、舞蹈、其他等運動為教學材料，學生為對象，在一定場地、設備下實施的身心併用的師生互動的動態教學。如果教師所採用的教學法是合理，其效果可包括認知、技能及情意等多方面。

三、擔任「體育教材教法」課程教學的公私立大學校院教師應有的認識

「體育教材教法」或「體育教學研究」是屬於教（體）育專業（門）的課程。擔任本課程的教師理應對本課程的意義、結構、重要性，擔任本課程教師的專業修養，徹底了解教學對象（學生），有限時間內可授完的課程內容，評量等要有深入的認識。茲依序敘述如下：

（一）確認「國小體育教材教法」或「體育教學研究」的意義、結構及其重要性

所謂體育教學是以國中、小學生為對象，採用具有教育價值的各項運動教材，以合理有系統的方法，在預先設計與佈置好的體育場館，指導學生從事身心併用，人際間互動的友愛學習，並且在一定時間內能獲得認知、技能、情意等教學效果的具有具體目標的

師生生活動過程（註1）。而體育教材教法是指，對何種運動教材，在有限時間與場地設備內，採用各種方法，例如系統法、經驗法、全習法、分習法、集中法、分散法等，並且以專制式或民主式、全體式、小組式進行的方法。以目前的國小體育教材的種類而言，雖有學年之別，但所包括的教材種類有徒手遊戲、器械遊戲、球類遊戲、舞蹈遊戲、體操（徒手、器械）、田徑、球類（籃、排、足、棒、壘、手、羽、桌等）、舞蹈、國術、其他等（註2），其種類相當多。而每種教材亦包括相當多項，每項教材的特性、結構及其教育價值亦不同。例如體操類之「跳箱騰越」教材為例，不論是分腿騰越或併腿騰越，是一種克服心理性物理障礙的騰越運動，也是由助跑、起跳、箱上動作、著地等所構成的一連串運動。所需要的體能有速度、爆發力、協調性（尤其平衡）、肌力，並且宜了解縱（橫）箱分（併）腿騰越之成敗關鍵在起跳瞬間的速度、彈力所構成的起跳角度、動力及兩手撐箱的位置與時機。經過多項反覆跳躍練習後可發展相當的爆發力、協調性、專注力、膽識，同時亦可體會互助合作的重要性（註3）。再以籃球運動為例，籃球運動是每隊五人所成，兩隊球員在一定場



區內，由中圈跳球，在規則允許範圍內採用傳、接、運、投籃等手續，在規定時間內競爭得分多寡的團體運動。其特性在變化多，需要個人的良好基本動作，團體的攻守合作始能成功的運動。其結構是由傳球、接球、運球、投籃、攻守策略等所成。如經過長時間多次的反覆學（練）習可收到敏捷、爆發力、協調性、耐力（尤其心肺耐力）等生理功能，提升專注、分析、判斷、鬥志、貫徹始終的精神機能、體諒、服從、領導、互助合作、守法等良好社會行為。身為教師者若能對各種體育教材做深入的探討，不難找出合理的教學法。

(二) 在大學校院擔任「國小體育教材教法」的教師，應具備的專業修養

相信目前在各公私立大學校院擔任「體育教材教法」課程的教師，或多或少在年輕時有過各種「運動」的經驗。而從經驗中體會學好各項運動技能時不僅需要反覆練習，還得從認知著手，並且不斷的運用回饋的原理修正（改正）不正確的技術或動作，以求成績的進步。

凡擔任上述「體育教材教法」的教師，除需深入探討各種教材的特性、結構、價值以外，還得充實合

理有效教學的理論基礎。這些基礎裡包括屬大腦工學（Cybernetic theory）理論的(1)運動行為的認識與情報的處理過程(2)運動技術的學習與記憶(3)運動技術的學習與回饋（註4），與各種教學方法，例如全習法與分習法、集中法與分散法、系統法與經驗法；甚至全體式、分組式、個別式、專制式、民主式、創作式等各種教學方式（註5）。

除上述專業知識（理論）及方法以外，還得具備「知己知彼」的條件，也就是應了解教師本身的人格特質、精神健康程度、教育觀，另一方面須進一步探討並分析教學對象（學生）的身、心、社會行為及家庭背景等。除外，還得了解服務學校的教學場地、設備、可參考之相關文獻、儀器等等。

(三) 事先分析授課系列學生的現況、需求與意願

擔任各科教學的教師，若想收到事半功倍之效，最好能在教學前多了解成為教學對象的學生。並且了解的內容宜包括學生的現況、需求與意願等客觀的情勢與內心的問題。依筆者在數年前所做班級代表集會時之調查，就讀國立台北師院的學生中，以前十個志願入學者寥寥無幾，絕大多數學生是以第十一至廿個志願之間。由上述調查可見，參加大學聯考而志向國



小教育為首志者，可說絕無僅有，絕大多數學生是以第十一至廿志願考進來的，這種情形在現在也許有若干改變，但與未改制師範學院前之師專或師校時，以各校單獨招考而以第一志願考進來的學生相比，實有極大差異。難怪有若干師院、師專畢業的老校友（這些校友均再度就讀師院夜間或暑期部而獲教育學士者）會說，曾畢業於師範學校的國小教師，下課放學前不僅會指導兒童打掃教室或公共場所，教師本身也會參與清掃工作；而師專畢業的教師會指導兒童打掃教室、公共場所，但其本身不太會參與打掃工作。至於師範學院畢業的年輕教師，不僅不會指導兒童打掃教室或公共場所，甚至連人都不會出來。也許這些師校、師專畢業的校友（目前多擔任各部主任或校長）所說的並非全般現象，但可做了解現況的參考。

筆者之所以要撰寫這一段敘述的動機是在擔任各科教材教法的教授同仁，似有必要了解學生的心態與所處環境現況，以便採用合理有系統的方法，使學生認知各科教材教法的重要性與身教的可貴性。

（四）確定有限時間內所能授完的課程內容，而這些內容應包括理論與實務（技法）

依目前國立台北師範學院教育專業課程的規定，

各系均規定必須修完體育、音樂、美勞等教材教法。其學分與時間是2學分一學期。換言之，每週授課2節，一學期十八週計共36節課。這些節數中包括期中、期末考及固定假日在內，所以實授時數，可能只有十五週30節左右。在這麼短暫時間內，必須授完體育教材教法的理論與實務（技法），甚至參觀國小體育教學等，實有捉襟見肘之感。不論如何，在現時規定時數範圍內，必須使受教學生了解何謂「體育教材教法」的意義、內容與須具備的教學技法。因此，任課教師理應依據授課週節數訂定「理論百分比與實務（技法）研習百分比，甚至實際教學參觀百分比」然後擬訂進度以便進行教學。

（五）研訂教學評量範圍與方法

如同各種教學一樣，經教學一段時間後，應評量教學過程與教學結果。而這些評量應包括教師對學生的評量、學生自我及相互間的評量、學生對教師的評量（建議）等。

教學評量的目的不僅在有無達到預期目標，還可了解教學課程的得失，師生互動的良莠實況，未來改進教學方法的參考。其評量範圍應包括，教學理論的深淺與適合層次，所教（學）的教學方法對國中、小



學生有無實效？履修「體育教材教法」學生對本科的履修成果（教學理論與方法的學會程度）、課餘作業的成效（可由課外作業評定），學生對任課教授的態度、好感層次等。

四、對擔任「體育教材教法」同仁在執行教學時之建議

目前在各公私立大學校院擔任「國小體育教材教法」之教師，想必各有其基本理念與教學實踐。筆者亦擔任多年本科課程而有若干心得。茲融合過去經驗與探討相關文獻結果，列出如后以供師院同仁參考。

(一)針對一學期兩學分的「體育教材教法」，擬定具體可行的教學計劃（包括進度）。按目前師院之教育專業課程而言，體育教材教法僅一學期2學分而已。在這麼有限時間內，如何始能令受教學生對國小體育教材教法有正確的認知並奠定好教材教法的理論與實務，是任課教師的最大任務。為此，應先考慮在一學期十八週的時間內能教授多少理論與教材教法的實務（甚至包括教學演示或參觀），然後擬定具體的教學進度。

(二)開學授課前，先與任課系級之級任導師、系主任取得連繫，探聽該班學生實況。「知己知彼，百戰百勝」是兵家必備的常識。任課教師想在教學上獲得成效，需事先了解教學對象……學生的心態、經驗、想法等。因此授課前如能多與級任導師、系主任，甚至了解該班學生之師生溝通以獲取該班學生之學習心態、經驗、想法時，必能收到事半功倍之效。

(三)首節課時應向全班學生說明下列各點

1. 國中、小體育教材教法的意義、結構、內容及其重要性。

2. 本學期本課程教學目標、內容、進度、教學方法、成績評量法、上課須知及其他要項。

3. 強調理論與實務須配合的重要性。

4. 解答學生對本學期教學的疑問與建議。

(四)依既定教學進度，確實進行各週教學：若有可能，前二、三週講授或介紹「體育教材教法」的基本理論；其內容應包括體育教材教法的意義、結構、內容、各種教學法、場地設備器材的運用、成績評量、如何瞭解學生的身、心、

社會行為等特徵。進行「各項運動教材教法」教學時，宜把握下列重點：1.各種（項）教材的特性、結構及其教育價值。2.採用何種教學法？全習法或分習法、集中法或分散法、系統法或經驗法。3.以何種方式施教？是全體方式或分組方式、專制方式或民主方式、創造方式或放任式。4.力求理論與實務的配合；也就是說如何運用人體解剖學、運動生理學、運動力學（生物力學）、運動心理學、運動社會學、健康學於運動技能的學（練）習上。5.每次教學時，務必給學生思考、發問、討論等機會，以加深學習心得。6.最好規定學生在學期中以個別或分組方式做課外作業，以加深學習心得。7.成績評量，應包括筆試、課外作業、教學基本能力、學習精神與態度等。8.若時間安排得當，不妨參觀附屬小學或附近國小之實際體育教學。

五、結語

以培養健全全國國中、小師資的設有教育學程的公立大學校院，除在學期間須奠定好一般課程外，應

全力充實教育專業及專門課程的修養。體育教材教法是理論兼實務的教育專業課程之一，其教學成敗立即可影響師院生畢業後在國小任教時之教學效率，甚至會左右未來國民的健康與幸福。為此，凡身為負責教授本課程的教師同仁必須不斷的探討並研究改進國中、小體育教材教法，以提升教學效率。必要時在碩士課程中列入「國中、小體育教學研究」以便進一步深入探討。

參考及引用文獻

- 吳萬福（民國81年9月初版）：體育教學的心理。台灣學生書局，P19。
- 教育部編（民國82年9月修正發布）：國小課程標準，P219~243。
- 吳萬福（民國70年編）：如何上好體育課。體育教材教法講義。
- 吳萬福（民國81年9月初版）：體育教學的心理。台灣學生書局，P135~156。
- 吳萬福（民國81年9月初版）：體育教學的心理。台灣學生書局，P157~186。