

運動教育與人文關懷

文・潘義祥、周宏室

人類自古即透過運動及遊戲，讓身心獲得舒展，古時有擊壤、蹴鞠、百戲……，人們在運動中獲得生活的喜悅，而在古代學校教育中，如中國周朝有射、御、舞，古希臘的雅典、斯巴達皆重視學校體育，且斯巴達對女性體育更是著重，但由於著重的觀點不一，如重文武兼具，或是純粹強身以達軍事訓練之手段，產生是教育或是訓練的價值觀差異。歐洲由於跨越中古體育黑暗期，在文藝復興運動以後，新思想新潮流脫穎而出，對於教育觀念的改變，自也不能例外，康米紐司、盧梭、裴斯塔洛齊等人，先後提出主張，倡導學校體育根據兒童的發展及成長的情形作為基礎，兼重兒童身體和心理兩方面的生活，他們當時已體認到遊戲和運動對於教育的價值。運動是人類身體活動的一種現象，麥金敦（Mc Intoch）以社會學的观点認為運動的本質，是對自己、對

對手、對環境之挑戰，以由自己卓越性努力中求得快樂；懷金格（Hoijinga, J.）以文化發展觀點對近代運動提出批判，其認為近代運動講究組織化、制度化的過度追求，離開了遊戲的領域，失去了遊戲的真面目，喪失了文化的功能，現代社會中，運動脫離了文化的發展過程，文化的進步與運動成為不相干，其強調具有遊戲特質的運動對文化才具正面效益。運動是人類文化的一種，運動是一種樂趣，一種挑戰，亦即人類透過身體動作來表現自我的一種方式。教育則是人類為求文化傳承、社會安定、文明進步，以促進人類適應環境及提升潛能的一種歷程，因此，教育是人類文化傳承與學習歷程；綜合上述，可以理解「運動教育是人類透過運動的過程而達教育功效的一種歷程。」

▼ 透過運動增進小朋友身心靈的健全發展。(攝影/吳心平)



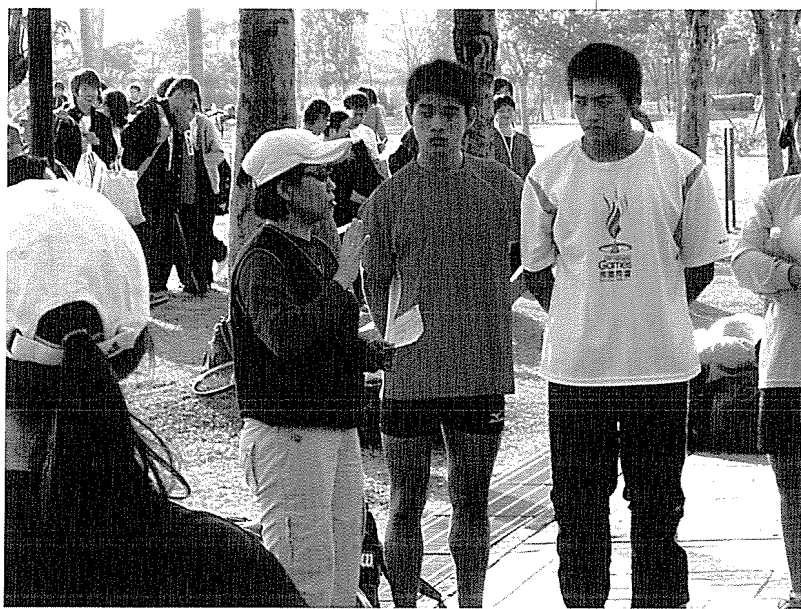
本文首先論述學校課程中運動教育思潮的變革，以Harrison & Blakemore(1992)三個影響體育思維的哲學觀作說明；再探討運動教育中的多元取向，以Jewett, Bain & Eniss (1995)學校體育課程理論做完整的論述；最後再探討運動教育中人文關懷的建立，並以發揚奧林匹克精神、學習對弱勢族群的關懷、建構良好的社會價值及運動和平教育等觀點予以析論。

學校課程中運動教育思潮的變革

運動教育是以人為本的形式，人類在身體活動中形成的教育效果及改變歷程。基本上，學校體育課程是運動教育的核心領域，瞭解學校體育課程的轉變，可以促進瞭解整個運動教育思潮的變革，美國的教育文化在全球化中扮演重要角色，臺灣受其影響極大，瞭解美國體育課程演變，亦可以進一步發現臺灣的走向。早在一九二〇年，美國就有很多州通過體育課為學校的正式課程，此時正適逢一、二次世界大戰，學校的體育課程以培養學生體能為主，到了一九六〇年代，體育注重運動和競賽，一九七〇年以後，體育重視培養學生休

閒技能為主。Harrison & Blakemore(1992)指出在二十世紀中，有三個哲學觀影響體育的方向，依序是體育是身體的教育(Education of physical)，美國早期的體育重視身體的體適能，體育課程的內容以體操和柔軟操為主，體適能被重視的期間適逢一、二次世界大戰及韓戰，接著在一九五三年做了全國性體能測驗，結果顯示美國兒童的柔軟度和肌力，都比歐洲學童差，這個報告的結果造成美國政府的關切，學校體育也更為注重體適能的問題，體適能被體育學者所強調，且認為所有的教育形式都可以發展人的心靈和精神，唯有體育可以發達人的身體。其二為體育是透過身體的教育(Education through physical)，此時的體育是做為完人教育(total people)的手段，體育是為達教育的目的而存在，體育有四大目標，即是身體、運動精神、人格、知識的教育，這些價值觀念，影響體育有半世紀之久，一直到現在，還是持續地影響著。此時體育的主要目的為教育服務，即是透過體育活動達成完人教育的途徑。第三階段為體育是身體內在的教育(Education in physical)，今日的社會，生活的品質成為人們追求的目標，健康和幸福便成生活不可

或缺的重要條件，如何讓你的身體保持健康和舒暢，便是身體內在的教育(Education in physical)的重要目的，它是Education through physical的延伸，體育教師便成為促進學生擁有好的健康觀和體適能重要人物，他們也教學生運動技能，運動精神、及知識，體育教師成為學生邁向健康之道的被諮詢者，他們必須告訴學生照顧身體和維持健康的知識，而體育是身體內在的教育(Education in physical)的觀念，現在已被大部分的學生



▲ 體育教師是促進學生擁有好的健康觀和體適能的重要人物。(攝影/徐煒杰)

接受。今日，一個有效能的體育工作者，他將從這三個哲學觀中體認體育的功效，也就是結合這三個哲學觀，將良好的運動經驗傳授給學生，讓他們體會運動的好，並有終生運動的觀念，成為一位享有健康及幸福生活的人。

運動教育中的多元取向

體育不僅是身體鍛鍊，透過運動可以讓學生學習更多人生體驗，以及建立更健全的人生觀。體育教學的目的不單單只是動作技能、生理強化等領域的學習，其是為藉由運動途徑，以教育的方法，達成其認知、技能、體能及情意領域的整合成長。Jewett, Bain & Eniss (1995)將學校體育課程的理論做一種完整的論述，讓體育領域的學者、專家與教師，能清楚的瞭解到體育本質的多元性與系統性，體育課程有其獨特的知識體系，並非常人眼中體育只是一種技藝，一種缺乏學理基礎的科目，就Jewett等人的論述中可以理解，體育課程主要有五大價值取向，分別為學科精熟(Disciplinary Mastery)、社會重建(Social Reconstruction)、學習過程(Learn process)、自我實現(Self-Actualization)、生態整合(Ecological Integration)等五種，這五種價值取向也引導出五大課程的設計模式，分別為運動教育模式(Sport Education)、體適能教育模式(Fitness Education Model)、動作分析模式(Movement Analysis model)、發展的模式(Developmental Model)、人的真諦模式(Personal Meaning Model)。運動教育模式與體適能模式屬於學科精熟價值取向，動作分析模式屬於學習過程價值取向、發展的模式屬於自我實現取向、人的真諦模式屬於生態整合價值取向(Jewett, Bain & Eniss體育課程理論的運動教育模式是一種以運動賽季為核心所設計的課程模式，與本文主題的運動教育不同。)

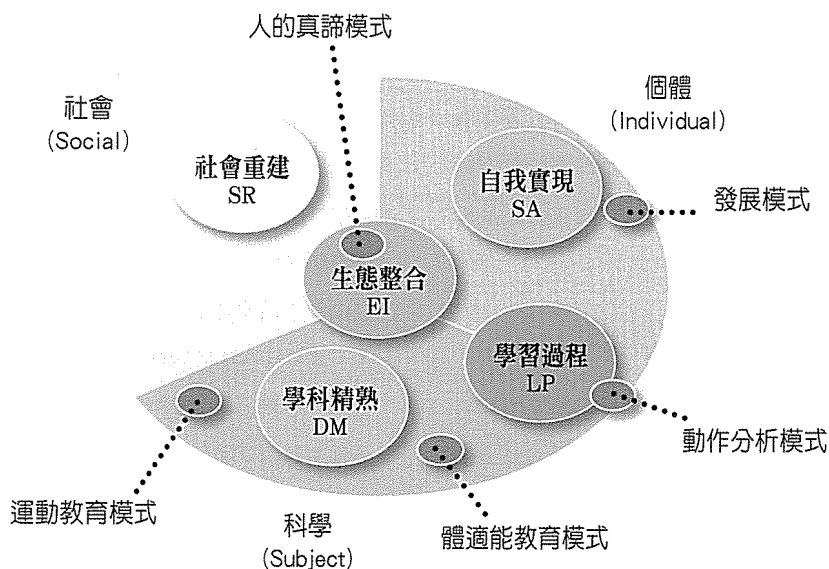
體育課程的設計必須能深刻了解到課程組成的三

個要素，分別是個體、社會及學科，亦就是課程設計取向必須掌握其基本要素，針對其所欲強化的目標作課程規劃。社會重建的價值取向的重點是在社會這一課程要素中，自我實現價值取向則是在個體需求的要素中，學科精熟的價值取向則要學科的要素中，學習過程的價值取向則在個體與學科間，含括了個體及學科兩個課程要素，其中，生態整合價值取向兼含社會、個體及學科三個課程要素，亦就是生態整合價值取向趨於社會、個體及學科間的平衡點。學校與教師在發展規劃實施體育課程時，常受到其價值取向的影響，一個教師大多有兩種以上的價值取向，換言之，體育教師在實施體育課程時，會有幾個取向為理念共同來引導教師。一般而言，傳統以運動技能學習為核心的體育課程，學科精熟是最主要的價值取向，而現今由於生產科技的改變，人類的生活習慣已有了很大的轉變，傾向於知性活動，而缺乏身體活動的結果，造成健康狀況的每況愈下，其中以健康相關的體適能更是逐年下降，因此，體育課程以提升學生的健康體適能為核心的觀念，更是甚囂塵上，如能將體適能模式落實在體育課程中，對教育目標的達成與學生體質的改善、規律運動的養成，亦有極佳的效果。

在Jewett, Bain & Eniss (1995)的體育課程模式中，運動教育與人文關懷能產生交集之處，應是在生態整合的人的真諦模式，因為人的真諦模式整合了社會、個體及學科，透過運動可以建立正確的社會價值，對社會正面價值觀產生效應。人的真諦模式有個「多元文化的感受」的課程目標，其目標內涵為「我活動是為了了解、尊重和欣賞文化的差異」，其有助於促進人類的彼此關懷與理解。

運動教育中人文關懷的建立

「人文關懷」強調以人為本的精神，重視人我關懷、人類存在的價值與人性尊嚴的發揚，關注於人類社



課程價值取向來源(Jewett, Bain & Ennis, 1995)

會文化價值體系的建立與傳承。具有人文關懷的人，其能承續傳統文化價值，也接納新的時代觀念；其重視自我發展，也能關注社會弱勢族群。因此，就運動教育的觀點而言，我們必需省思運動參與對人類生命的影響(Haag, 1997)，運動參與如何促進個人的社會化(Skille, 2007)。持平而論，運動可為人類社會的交流提供有利平臺，我們可以在運動教育情境中，建立人文關懷的情操，以下提出四個要項來建立運動教育中的人文關懷：

一、發揚奧林匹克精神

「更高、更快、更強」是奧林匹克精神，而今國際奧會主席羅格又提出了「更乾淨、更團結、更人性」的觀念，其目的主要是現代的競技運動，已走向科技化、極限化、職業化的走向，各國為了獲得更多的獎牌，運動已變成錦標化的目標前進；再者，為突破最佳的

成績，運動禁藥問題也一直和運動員在拉鋸。此外，職業運動也陷入運動商業化的迷失，運動員必須在運動本質、金錢、名氣、媒體間掙扎。為了展現運動的原味，



▲ 特殊奧林匹克運動會讓世界上身體失能者也能參與運動賽事，這是運動界對弱勢族群展現關懷的具體表現。(攝影/李天助)

運動必須注入更多的人文精神，使人類的運動能更圓融的發展，追尋身心平衡健康，給運動者更多人文關懷，展現對人類本身的尊重。

二、學習對弱勢族群的關懷

人類社會從二十世紀以來，逐漸尊重失能者生存的權力，現在奧運也有特殊奧林匹克運動會，讓世界上身體失能者也能參與運動賽事，這是體育界中對身體失能的弱勢族群展現關懷的具體表現。特奧精神是奧運精神的延續，通過特奧體育運動的開展，隱藏其背後的乃是對失能者權利的尊重。特殊奧林匹克運動真正體現了對失能者權利尊重、自我實現精神的肯定，這為現代特奧運動價值注入了一種普遍性與人文關懷。

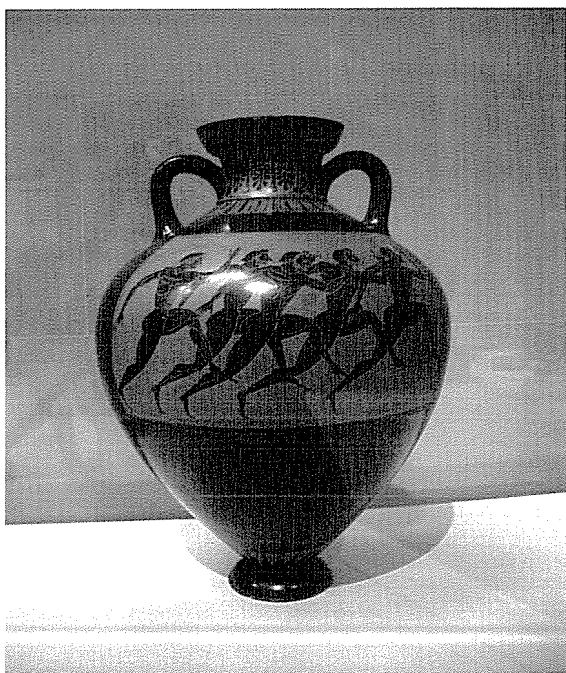
三、建構良好的社會價值

在運動中有很多美好的一面，王建民在美國棒球殿堂，穩健傑出的表現，散發臺灣棒球的能量，也為當下紛亂的政治社會情勢中，注入一股清流，凝聚浮動不安的社會中人性純真的價值信念；林義傑參加超級馬拉松比賽，凝聚國人對運動的關注，也帶著臺灣的國旗四海飛揚，林義傑給人面對艱難環境，也要奮勇向前的啟示，也感動更多人想要把臺灣推向國際。另外，臺灣美國運通公司董事長江丕文從突破體能極限中體會人生，一九八六年他的一個馬拉松朋友告訴他：「跑完馬拉松，比念完博士班還難。」也就是拿到博士學位的人，比跑完馬拉松的人還多，馬拉松可以展現人類潛能極限，也能促進身體健康，於是乎他決定挑戰參與馬拉松賽，並且訂下目標逐一完成他的夢想，他說在四十二公里的馬拉松比賽中，跑到三十五公里時，面臨一場撞牆期，身體發出停下來就解脫的訊息，生理和心理交戰，放棄與堅持的念頭交互出現在腦中，最後還是咬緊牙關向前行，到了三十六公里時，心理開始克服生理瓶頸，最後，面向眾人在終點迎接，這是一種無上的快樂，江丕文告訴我們，馬拉松不只是運動，也是一種人類潛能

的表現。運動中很多美好的一面，很多可歌可泣的歷史，是可以讓大家從運動中學得寶貴的人生觀，也給社會帶來正面價值。

四、提倡運動和平教育

運動和平（sports for peace）是一種透過運動為途徑，促進人類和平的宗旨的活動，古希臘奧運，各城邦在運動會期間停止戰爭，運動促進人類暫停衝突。在



▲ 運動在追求自我的實現：古奧運會賽跑競賽之瓷器藝術。（潘義祥拍攝於美國大都會博物館）

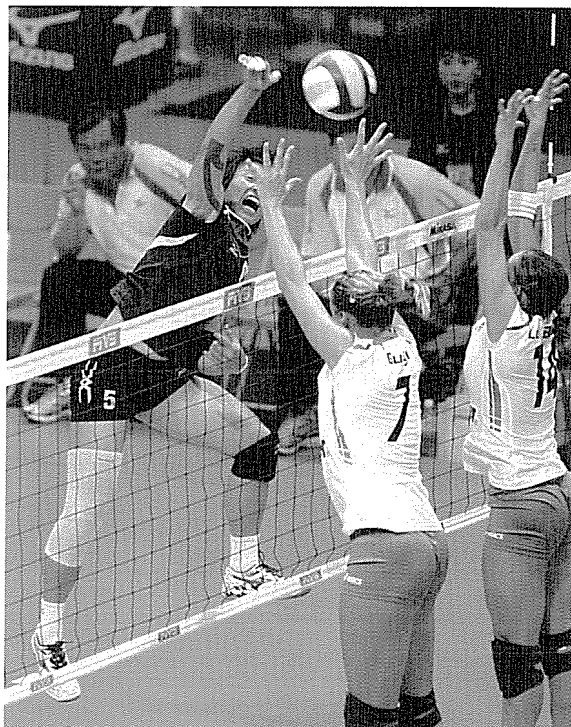
現代，運動已經全球化了，所有被列入奧運會(Olympic games)的運動，幾乎是世界各國共同在發展的運動項目，有些尚未普及化的運動，也都已進入世界運動會(World games)。人類在運動場上展現各國的運動實力，雖然偶有衝突場面，但瑕不掩瑜，總而論之，運動對人類和平的促進是無庸置疑的。目前，在體育課程的發展趨勢中，運動和平課程正在全世界逐漸發展，尤其在多種族結合的地區，學校教育中透過運動和平的課

程，讓各種不同民族進行互動，將可減少誤解與隔閡，在運動中難免受傷，同伴們互相扶持，進而互相瞭解。運動和平課程將可促進不同族群的人們彼此關懷，為人類的和平產生貢獻，學校的體育教師可以善加運用。

結語

時下我們對運動的理解，大抵是運動能為國家作那些貢獻，在奧運會場上可以獲得多少金牌，運動如何為人體健康產生何種效益，運動可以為商業活動帶來多少經濟產值。在這種功利主義為主流價值的現代社會中，在運動中建立人文關懷的精神，更凸顯其珍貴與重要，也讓運動的本質回歸到人本精神，不再只是外在的功名利祿之手段。

就運動本身而言，運動有個重要特質，其是一種零和遊戲，各種競賽終局一定有輸贏，因此競爭特別激烈，尤其它又是一種講求動作表現的競賽，常會有肢體衝突，講求力的表現，更勝過美的鑑賞，在這種高度激烈的對抗中，要談到人文關懷，似乎不容易。但在運動領域中，亦有許多可供歌頌的詩篇，諸如很多特殊奧運的選手，讓人學會珍惜生命，將生命的光與熱徹底的發揮出來；王建民讓更多年輕人想要奮發向上，林義傑讓人勇於自我挑戰，江丕文讓人學習堅持。運動也為人類和平產生貢獻，讓各個國家、各種民族彼此間有更深刻



▲ 以競技代替對抗，運動對人類和平的促進是無庸置疑的。(攝影/王文心)

的認識，避免兵戎相見。因此，我們要善用運動教育環境，去營造良好的人文關懷情境，促進人文情懷的學習，從事運動教育工作時，要能秉持以人為本的精神，懂得關懷社會，尊重他人，將可為運動創造更多價值。(潘義祥為國立中山大學助理教授、周宏室為國立體院教授)

。 。 。 。 。 參。考。文。獻。 。 。 。 。

- 》Haag, M. S.(1997). Sport pedagogy in Germany , development and present status, International journal of physical education, 33(4), 152-155.
- 》Harrison, J. & Blakemore, C.(1992). Instructional Strategies of Secondary School Physical Education. IA: Wm. C. Brown Publishers.
- 》Jewett , A.E., Bain, L.L. & Ennis, C. D.(1995).The Curriculum Process in Physical Education , Georgia:Wm .C.Brown Publishers.
- 》Skille, E. A. (2007). The meaning of social context: experiences of and educational outcomes of participation in two different sport contexts. Sport, Education & Society, 12 (4), 367.