

品格教育的體育教學模式

——TPSR責任模式之介紹

丁立宇 桃園縣立大有國民中學體育教師

前言

TPSR (Teaching personal and social responsibility) 即是個人和社會責任模式，也有人稱之為RM (Responsibility model)，源自於學者Don Hellison對美國社會、文化演變的反思所發展出的體育教育模式。Hellison (2003a) 指出，在美國因為學生背景的差異和一些高危險行為的影響（像是藥物濫用、暴力和中輟）已經危及校園環境，也產生許多社會問題，這些問題深深影響學校裡每一位學生，教育相關人員有必要想出一些因應對策，防止這些高危險青少年的偏差行為和可能造成的犯罪活動，因此教導個人與社會責任的課程概念也就順勢產生。

TPSR責任模式提供學生一個漸進式的學習目標，透過體育活動中不同的經驗操作，協助他們能理解責任，在教學時也藉由決定權的逐漸轉移，賦予學生更多的責任，培養其正確的责任態度，進而其他生活領域上也能表現

出相似的責任行為。在TPSR的教學中，首先教師需介紹責任層級的概念讓學生有努力的方向，使他們知道需表現出哪些行為才能符合各層級的行為內容。而每一堂課也會有固定的課程流程，以確保個人與社會責任的有效推行，並加深學生對責任模式的理解。此外，教師與學生必須建立起良好的師生關係，使學生對老師產生信任感。最後，要讓學生培養出個人自省的能力，教師可以使用不同的評估方式，使學生回想他們的行為表現，針對好的或不好的行為作出自我反省。

責任層級的概念

責任層級是TPSR的核心概念，是由Hellison創造出來的關於責任的漸進式發展，雖然責任層級不見得是一個階層性的概念，但能提供學生明確的方向，同時藉由教師的教學引導，使學生逐漸往高層級的责任去加強與改進。表1為責任層級的分類、重點、組成要素與具體行為的介紹。



圖1 TPSR課程流程圖

TPSR的課程流程

Hellison(2003a)認為，實施TPSR課程時，有一套完整的作業流程，這樣具體的流程可以提供一個策略性的結構，以確保個人與社會責任的順利推行。這個流程包含幾個順序性的程序，圖1為簡要的流程圖介紹。(見圖1)

一、諮商時間

因為這種教學方式的前提是用心去感化學生，所以教師必須盡可能地去感召每個不同的學生。諮商時間是在課程開始前或是結束後，教師與學生進行一對一的個別談話，內容可能是學生在課堂上表現出的成功經驗、一些突發事件或特殊問題，又或是注意到學生的一些變化與他們的心情，總之必須讓學生感受到教師對他的關心與重視。

二、關懷談話

教師必須帶給學生共同的信念，教導他們五個責任層級，並且逐漸地將層級的概念帶入課程中，一開始介紹尊重和努力，接著帶入自我導向和幫助，最後要包含轉移出體育館的

觀念。在一開始的教學中，關懷談話是一個機會，能夠提醒學生關於他們今天該負的責任。在學生學會層級的概念，並且有一些責任的經驗後，他們也能夠表現出關懷談話，用他們自己的話去描述今日的課程。(見圖2)

三、主要課程

這在體育課裡花費最多的時間，也是主要活動的時間。教師使用指導性的策略去整合責任和體育活動的教學。(見圖3)

四、小組會議

在課程快要結束的階段，進行小組會議。小組會議的目的是給學生機會去表達對於今日課程的觀點，例如其他同伴今天表現的如何？或今天教師的指導和領導行為是否有效？他們可以討論一些爭議並提出可能的解決方法。學生也能利用他們自己的小組會議討論他和其他同伴發生的問題。如果受到時間限制，教師可以問一個問題，像是你喜歡或不喜歡今天的課程？並徵求一、兩個自願者回答。重點在於讓學生有機會表達自己的觀點。(見圖4)



圖 2



圖 3 練習卡練習



圖 4 小組討論



圖 5 舉拇指自我評估

五、反省時間

在最後學生準備離去之前，給學生機會去評估自己的表現。反省時間就是讓學生去反省和評估自己，他們是否有尊重別人的權利？是否表現出內在的動機和自我導向？是否對別人做出貢獻？是否創造出一個積極的學習環境？是否將好的行為轉移出體育館？很多自我評估的方法可供使用，例如心得表、舉手、伸出大拇指(向上、平舉、向下)、檢核表和自評表。教師也可以請學生分享將責任行為轉移出體育館的實例。(見圖5)

TPSR的應用策略

在每個層級都有教師可供參考的應用策略，教師也能依據層級的特色，發展出屬於自己的教學策略。以下簡單介紹各層級可以嘗試的方法策略。

一、層級一

尊重每個人都有參與的權利，沒有人是被排除在外的，所以可以讓學生依據能力「公平」分組；籃球比賽時，規定進攻方每個人都要碰到球才能投籃；排球比賽可以規定進攻方至少傳球一次才可將球擊過網。

二、層級二

努力與參與，使學生提升參與的內在動機，可以提供學生個人步調的挑戰，創造有具體目標的分站練習，完成一個目標往下一個移動；創造逐漸變難的練習課表，有難度障礙或時間限制；使用運球、傳球、投籃的任務卡，於分站中設置或給予方便攜帶的小卡。

三、層級三

自我導向就是在沒有監督下，學生能自動自發、主動去做練習。一開始能給學生許多練習選擇，讓他選擇適合自己的練習方式，之後可以嘗試讓學生自行規劃適合自己的練習課表，可適用在球類或體適能的教學。

四、層級四

學生能做出關懷幫助他人與領導的行為，可以運用互惠卡，讓學生有機會提供適當的回饋給同儕，互換過後，互相分享教學心得；也可以小隊分組，小隊內再分配不同的角色給同學擔任，除了盡自己角色責任外，也要小隊成員互相幫助，做出合理的領導行為，老師也可以分配任務給各小隊執行或辦理比賽。

五、層級五

將體育館內的負責態度轉移出體育館外，這部分主要發生在課程以外的時間，也可說是此模式最有價值也是最困難之處。在課程中可嘗試將全班分成若干教學小組，由教學小組去教導其他同學，也就是擴大層級四的概念，如此一來，也許能增加轉移出體育館的可能性。

TPSR的實施原則

Hellison (2003a) 指出個人與社會責任的發展不是透過運動參與便能直接產生，它需要具體的目標、策略和教師教學的能力。關於教導個人與社會責任有一些基本的實施原則，說明如下：

體育不僅是活動性的科目，它也具教育意涵。它必須以學生為第一優先，而且能夠提昇學生整體性的發展。但要注意課程必須有明確目標，這樣對學生會有更佳的效果。

老師與學生之間必須建立起良好的關係，所以在教導個人和社會責任時，老師必須辨識且尊重學生的個體性，適時傾聽他們的需求，而且瞭解學生是有能力的，他們有能力作出好的決定，只是他們沒有經驗，教師應該給予他們練習的機會。聽見學生的聲音和培養做決定的能力，這兩點在教導責任模式時尤為重要。

教師必須整合個人與社會責任的具體目標和策略進入體育的課程內容，並試著將技能教學和個人與社會責任的學習整合至課程內容當中，做出最有效的融合。

教導責任也意味著下放決定權至學生身上，因此教師應該逐漸將權力從自身轉到學生身上，並且幫助他們做出聰明的個人與社會道德的決定，也給他們機會這麼做。

最重要的目標是使學生將在體育活動裡學習到的責任概念轉移至其他生活領域當中，例如學校、運動場、班級、家庭……等，讓責任變成生活裡不可或缺的一部分。

層級	重點	組成要素	具體行為
V	轉移出體育館	※在其他方面表現出同樣的負責態度	◎自重敬人 ◎努力認真 ◎獨立自主 ◎樂於助人
IV	幫助他人和領導行為	※關懷與同情 ※敏銳的察覺力和熱忱 ※內在力量	◎給隊友支持鼓勵 ◎教導其他人 ◎表現出團隊合作 ◎做出合理的領導行為 ◎小組的良好溝通與協商
III	自我導向	※獨立完成任務 ※目標設定計畫 ※拒絕同儕壓力的勇氣	◎老師沒監督也能做好 ◎設定合適目標，確實執行 ◎不受別人影響，自我堅持
II	努力參與	※自我內在動機 ※努力探索面對新挑戰 ※面對困難表現出堅持的勇氣	◎根據練習卡確實練習 ◎認真從事分站練習 ◎練習不打混摸魚 ◎勇於面對新挑戰 ◎遇到困難，堅持不放棄
I	尊重他人的權利和感覺	※自我控制 ※和平的解決紛爭方式 ※尊重每個人擁有的權利	◎準時集合做操，收拾器材 ◎不罵髒話 ◎老師和同學說話不插嘴 ◎不指責批評隊友 ◎遇到紛爭，能理性溝通 ◎公平分組，讓每個人參與
0	無責任感	※無目標無責任	◎為錯誤行為找藉口 ◎責怪他人，推諉責任 ◎拒絕負責

資料來源：修改自Hellison（2003b），17。

TPSR的效益評析

在國內，尚未發現有關TPSR課程教學的實證研究，國外則是有為數不少的成功案例。Hellison和Walsh（2002）曾針對1978年到2001年的26篇TPSR應用於高風險兒童或青少年之相關研究，進行分析與綜整，主要研究發現如下：

一、有明顯的證據支持體育課程為強而有力的媒介去發展學生的社會技巧與價值，同時

也能達到體育課程學習的成效。

- 二、有明顯的證據支持此課程能使學生為自己的行為負責，也能發展出對他人的貢獻。
- 三、這些研究顯示出多樣的層級改變，每個層級都有不同的研究證據支持該層級行為有所改善，其中最難達成的轉移出體育館，也有11篇研究證實有轉移出體育館的可能性，但有些研究並未顯示出轉移的發生。
- 四、並沒有穩固的證據說明將上述五種層級概念和五個固定的課程流程加入每日的實務

課程便能產生實際效用。不過過程導向的問題並非這些研究主要探究的方向。

綜上所述，我們依然可以肯定TPSR有其推動的價值，但是不同的文化與社會背景也許會增加TPSR課程推行的難度，例如一般大班教學的體育課，人數與時間是否能有效實行？或是此課程相當重視的小組討論，如何能有好的討論品質？而轉移出體育館是否確實可行？這些都有賴教育同好們持續去證明與支持。

結語

近年來，台灣產生許多社會問題，校園內不斷發生霸凌事件，學生偏差行為也益加嚴重，不禁讓人懷疑是不是學校的品格教育出了什麼問題？很多老師感慨現今的學生似乎不太懂得尊重他人，只在乎個人利益，很少對他人做出什麼貢獻。而本文所介紹的TPSR責任模式便是為了改善社會上此種問題，培養出學生的責任感、尊重他人與幫助他人的良善美德，若能在體育課程中有效運用這種教學模式，相信會對品格教育的推動有莫大助益，並且創造出一個更積極優質的校園環境。有鑑於國外推行TPSR的成功經驗，反觀國內相關研究卻是屈指可數，希望透過筆者的介紹，能使更多教師嘗試將此責任模式實際運用在教學當中，激盪出更多的火花。

參考文獻

- Hellison, D. & Walsh, D. (2002). Responsibility-based youth program evaluation: Investigating the investigations. *Quest*, 54, 292-307.
- Hellison, D. (2003a). *Teaching Responsibility through Physical Activity*. 2nd Edition. Australia: Human Kinetics.
- Hellison, D. (2003b). *Student Learning in Physical Education*. 2nd Edition. Australia: Human Kinetics.