

學校體育課程 與教學的展望

林靜萍 國立臺灣師範大學體育學系教授

前言

「學校體育」與「競技運動」、「全民運動」同為體育運動推展的三大支柱，其中「學校體育」更是「競技運動」的基礎，也是「全民運動」的後盾，唯有學校體育正常發展，競技運動及全民運動才能根。「學校體育」的對象包含所有學生，無論其性別、能力、族群，是所有學生應享的權益。學校體育的功能，除了身體發展、健康促進、精神態度的提升外，近年許多實證研究更指出，其對學業學習及情緒發展的正向影響更甚於身體健康。亦即學校體育對孩童的影響，包括了身體的、心理的以及智能的面向，其重要性不言可喻。

為擘劃臺灣體育運動未來新願景，教育部體育署自成立以來即著手規劃體育運動白皮書，據以做為未來十年體育運動發展的依據，其中「學校體育」即是六大主軸之一。白皮書的制定過程，先是分析現況，繼而從中發現問題，再進一步提出策略，本文即依此邏輯，就其中有關體育課程與教學部分擇要說明，並試提可行策略。

體育課程與教學現況

學校體育課程與教學是學生習得運動知能，建立正確運動行為習慣的基礎，但由現況分析得知，我國各級學校體育課程與教學目前尚待加強改善之重要課題如下：

一、體育課時數不足

依現況分析可知，我國國小至高中職階段，體育課時數皆明顯不如先進國家，如日本體育的授課時數，國小低年級體育課每週 135 分鐘；中年級 135 分鐘；高年級 90 分鐘。美國 NASPE 體育課指導方針明訂國小體育課每週 150 分鐘，國中與高中學生每週 225 分鐘。英國體育課程每週為 120 分鐘，並要求學生參與課外運動 180 分鐘。法國體育課國小到國中為必修，國小 200 分鐘，國中 210 分鐘，高中為必修 120 分鐘，選修 240 分鐘。匈牙利則是週一至週五每天有體育課。綜觀他國之情況，無怪乎學生能建立良好的運動技能基礎，反觀我國，在運動社團及課外體育活動皆不足的環境下，體育課時數不足產生之體適能低落情形，亟需謀求解決之道。

二、小學專業體育師資不足

依據體育統計年報資料顯示，我國小學體育教師非體育相關科系畢業比例高達 80% 以上，對體育教學效能有相當大的影響。目前國內有多所師院改制之教育大學培育國小體育師資，師資培育量足夠，然因國小係採包班制，教師甄選多半

未開體育專長缺，目前以筆試為主的學科測驗甄選方式對體育師資極為不利，形成培育資源上極大的浪費，培育好的師資進不到學校，校內教體育的老師又不具體育教學的專業與熱誠。有鑑於此，過去教育部體育司委由各縣市進行「小學非專長體育教師增能研習」，由各縣市自行規劃辦理，研習的內容、方式差異相當大，研習成效當然也大不相同，許多仍以高度競技運動為主，教師研習之後仍然不能教或不敢教。

三、課綱中體育教材不明確，已開發之教材整合性不足

九年一貫課程以能力指標為依歸，只要能達成能力指標，並不限制教材類別與性質。然能力指標敘寫較抽象、涵蓋範圍廣泛，故使教師對教材的選編造成困擾。教什麼？教到什麼程度？怎麼算是教會了？且現行體育教科書編寫皆學期（冊）為單位。各類教材切割在各學期（冊）中呈現，教材較為零散，組織性與連貫性不足。不同版本間的選用，也影響到學生學習的銜接性問題，學生本就有能力差異，再加上學習經驗的差異，造成教師教

學及學生學習上的困難。九年一貫課程推動十餘年來，中央、地方政府等單位也辦理教材、教具徵選、發展等活動，其中不乏具創意的優秀作品，然教材整合性不足，且後續推展應用性亦不夠，實屬可惜。

四、體育教材多元性與本土性不足

現行教材中，仍以西方競技運動為主，教材類別的多元性較不足，因此針對高中體育教師之調查顯示，高中體育部分類別，如戶外休閒運動類礙於師資專業能力、場地設備、時間等因素，比例雖低但仍難以落實。因此因應環境變遷、學生需求發展教材類別之多元性有其必要，且除西方競技運動外，發展本土化教材，亦能彰顯體育教材之多元性與價值性。

具體策略作法

因應上述現況，擬定具體作法策略建議如下：

一、完善相關依據，積極爭取體育課時數

近年課程改革重要趨勢，無論是九年一貫課程或十二年國教，皆朝向減少必授（修）、增加選授課程時數的方向發展。因此雖然資料顯

示與其他國家相較，臺灣中小學生的體育課時數明顯不足，但欲爭取更多體育課時數實屬不易，因此須建立相關有力的證據依據，以說服決策單位接受體育課的重要性。具體作法如下：

（一）深入而嚴謹地研究規劃：邀請體育課程專家學者，長期、持續性研究規劃，彰顯體育課程的價值性與獨特性，建立具邏輯性的課程系統；

（二）借鏡其他國家經驗：透過蒐集分析其他國家體育課程相關資料、邀請國外相關課程規劃、制定、動之學者專家交流互動，並實地參訪了解，以借鏡他國經驗；

（三）受教學生、家長正向反應發聲：透過受教學生、家長團體等相關人士正向反應的發聲，亦是爭取體育課時數最直接而有利的依據。

二、規劃核心教材模組，辦理小學體育教師增能研習

針對小學體育師資教學專業能力問題，宜由體育署統籌規劃，具體作法建議如下：

（一）組織專業師資培育輔導教師，

針對各階段（低、中、高年級）學生須培養的最核心基礎的動作能力或技能，規劃設計教學模組（如動作教育、球類遊戲等等），讓現職教師容易上手，有信心進行教學。

（二）培養種子教師（可與縣市輔導團結合）在各縣市擔任增能研習講師，種子教師優先輔導各校體育專業教師，各校體育專業教師在學校領域時間持續落實協助各授課教師，應用所開發之模組進行教學。

（三）建立分區輔導網，種子教師定期與輔導教師進行專業對話、討論，形成支持性的輔導網絡，以發揮增能研習最大功效。

三、擬定縣市體育專業教師比例，並納入統合視導

針對小學體育專業師資嚴重不足問題，除加強增能研習以外，宜訂定各縣市各校最基本可行的專業師資條件，如每校多少班以上即應有一位體育專業師資，並將之納入統合視導要項。而各校體育專業師資應負起組織校內專業社群，協助教學模組推動之責。

四、建置體育教材資源網，提升教材應用性

（一）建置教材資源網：為解決教材分散、搜尋不易，或公開程度不足，導致應用程度有限之憾，使智慧成果發揮最大效益，體育署擬建置體育教材資源網，將過去各單位徵選、發展之優秀教材、教具等作品做有系統的歸類（如教材類別、學習階段、能力等），並應用關鍵詞搜尋等資訊功能，讓使用者更容易搜尋到所需教材以資應用。

（二）對現有教材進行分析、歸納，發展不足之教材：先針對現有教材進行分析、歸納，針對重要但較缺乏的教材類別進行重點研發或徵選；

（三）發展模式為主的系統教材：因應目前以學生為中心，重視學生社會行為發展及戰術、戰略等認知能力學習的體育教學趨勢，發展此類課程與教學模式的教材（如運動教育模式、理解式等等），以使教材發展更完整而全面，有其必要性。

五、訂定運動能力分級指標，發展相應教材

2009 年時教育部體育司曾委託國立臺灣師範大學體育研究與發展中心，進行學生運動能力分級指標之規劃，完成基本運動能力、田徑、體操、游泳、籃球、桌球及民俗運動七種運動能力分級指標訂定，該指標依能力從最基礎至約高中校際交流程度分成七級，後續應可依此概念持續修正、發展，完成系統性教材規劃，具體作法：

(一) 發展完成各類運動能力指標分級制定：首先依教材屬性、學生能力需求規劃運動能力分類系統，據此訂定各類運動能力指標，例如五類（每類下有多項）七級，對學生學習成就評量可有明確規準依據。亦可據此訂定每一階段學生應達成之運動能力，如小學畢業須達到五類每類至少三項達三級，三類至少一項四級；國中畢業須達到五類每類至少三項達四級，其中三類每類至少一項五級；高中畢業須達到至少三類三項達六級，其中至少一項達七級，也就是建立專長，做為

終身運動的基礎。

(二) 依運動能力分級指標，發展相應教材：配合運動能力指標之訂定，發展相應之教材，整體系統性規劃，教材發展團隊宜包含該類項術科專長教師、體育教學專家及該階段實務教師，以使教材符合學生能力需求，圖片的輔助亦是提升教材參考價值的要素。

(三) 進行教學及評量實驗：指標及教材完成後應進行教學實驗，教學實驗考量地區差異，實驗過程持續追蹤了解，依據實驗過程及結果持續進行指標的調整及教材的修改，以使能力指標及教材的可行性提高。

六、辦理及組團參與國際體育教學研討會

參與研習進修是提升教師專業知能相當重要的做法，目前小型研習活動多，但較無規律亦無延續性，大型國際體育教學研討會目前雖然也都有辦，但不確定高難以長遠規劃，在課程規劃及國外講師邀請上較有困難，可行做法：

(一) 常態性辦理國際體育教學研討會，引進新知促進交流：教師

專業須持續發展，目前各類小型體育教學研習會蓬勃發展，但大型、多樣化的國際體育教學研討會較不足，應可規劃常態性辦理，如每兩年一次，引進國外並結合國內優秀師資，讓老師有所期待並建立習慣，此外並擴大參與層面，吸引國外學員前來參與本國研習，以使教師提升新知、增進教師間互動、提升教學動力。對教材之開發亦有所助益，如近年以身心學概念所發展之「身心動作教育（somatic movement education）」，以多元身體活動開發身體能力、促進人際溝通功能的「岩與水（rock & water）」，皆有別於傳統競技動教材。

- （二）固定組團參與國際體育教學研討會，接受新知，引進新教材：國際間，尤其是歐洲國家，如奧地利、芬蘭、義大利、德國等皆固定辦理國際體育教學研討會，固定派員參加了解各國體育課教學實務並建立合作關係，以接受新知，引進新教材。國內行之有年之國

際體育教學研討會的濫觴即是與奧地利合作所引進的歐洲教學模式，對國內體育教學具有相當程度的影響。近年雖也有組團參與，但常因是否組團、補助額度等不確定因素，導致組團時間匆促，教師意願低落，對組團效能略有影響。

結語

體育白皮書的擬定乃是世紀工程，對我國體育運動的發展影響至鉅，在學校體育方面值十二年國教推動之契機，更具其意義。課程、教學與評量三者關係密切，猶如編織成一條繩索的三股線，環環相扣密不可分，必須整體考量執行。學校體育政策的推動，有賴全體教師的認同與參與執行，若此則「活絡校園體育增進學生活力」目標之達成指日可待。

