

# 品德教育融入體育

林安迪 國立體育大學體育研究所博士生

## 前言

體育是為透過身體活動達到教育目的的一門學科，除了認知成長、技能習得之外，更重要的，是情意的體認。九年一貫課程綱要（教育部，2008a）提及體育的目標旨在培養學生具備良好的體適能，而不是塑造一個競賽的勝利者去追求「贏」而已，不論其天分如何，皆應有機會參與身體活動，發展適合其年齡應有的運動技能，是身心健全且健康快樂的，它重視學生的自主學習和個別差異。高中體育課程綱要（教育部，2008b）核心能力指標之一也指出，「發揮運動精神，培養良好品德，並表現符合社會規範之行為」。可見得體育肩負部分品德教育的任務。所謂「品德教育」，乃是教育部於民國95年起推動的「品德教育促進方案」，以創新的概念，透過學校教育為起點，引導並協助各級學校在既有基礎上，發展其具有特色且永續之品德教育校園文化，藉以強化學校全體成員對於當代核心價值之建立與認同、行為準則之確立與實踐，以及人文與道德素養之提升（陳永盛，2009）。「德」乃五育之首，其重要性不問可知（歐宗智，2009）。學校體育的價值與意義乃是透過體育活動來獲得身心的健康外，更能藉由團體活動的參與，學習社會行為、發展運動道

德，以為社會生活之準備（程峻，2007）。經由以上所述，可以瞭解品德教育乃是透過教育達到品德陶冶的目的，而體育為教育的一環，透過身體活動達到品德陶冶，是為運動教育之目標。本文冀望透過剖析運動及體育活動中值得融入品德教育的實例，讓許多第一線的體育教師能夠瞭解將品德教育落實於身體活動的重要性。

## 體育活動中的品德教育

體育活動的目的，依照周宏室與潘義祥（2002）根據Jewett, Bain 與 Ennis（1995）之「目標過程課程架構」（purpose process curriculum framework, PPCF）所發展出的課程模式，整理如表1。

由表1可以發現，體育活動除了認知與技能目標外，也追求心理健康、人際互動以及文化涵養。在體育活動中，可以融入品德教育的目標包含自我的瞭解、挑戰自我、團隊合作、參與、欣賞別人的精湛演出以及尊重多元文化，可見得體育活動可以達到教育的目的。以下具體說明之：

### （一）武藝與品德

古人說「止戈為武」，武並非僅有拳腳功

表1 PPCF的目標類目

大目標	中目標	小目標
個人發展	生理的效能	呼吸循環的功能 生物力學的效率 神經肌肉的功效
	心靈的健康	活動的愉悅 自我的了解 自我概念 調劑作用 挑戰
環境周遭	空間的方向	空間的知覺 空間的變化 空間的關係
	物體的操作	重量的操作 物體的拋擲 物體的接住
社會互動	溝通	表達 澄清 模擬
	團體的互動	團隊合作 競賽 領導
	文化的涵養	參與 活動的欣賞 多元文化的感受

資料來源：周宏室、潘義祥（2002）

夫，由英文的martial arts 來看，可以是尚武的藝術，一般教師可教「武術」，但並非人人都能教「武藝」，並且武藝也非人人可學，因為武藝乃是經由武術的訓練以及對於本身道德的陶冶有一定的程度，體認武藝本身就是一門藝術。在武俠小說或是電影中，對於品德及功夫皆過人的高手，常以「武藝高強」形容之，而非「武術高強」。由此可見，中國人尚武精神追求的是術德兼備，而非僅追求拳腳功夫。鐘敏華（1995）指出，武德於現今社會中可發揚的優點包含尊師重道、有恆的態度、守禮法的態度以及輕利的態度。

尊師重道在現今社會中，學生可能很難體會，但是透過武術教學，學生較容易瞭解此一

傳統；透過武術基本功的訓練，更可瞭解成功並非一蹴可幾，是經過許多年的淬鍊，才能稍有成就；許多的技擊運動也有相同的益處，例如跆拳道與柔道等，上場比賽之前一定先與對方敬禮，比賽之後，無論勝負也都要與對方敬禮，與中國人追求「揖讓而升，下而飲」般的君子之爭不謀而合，充滿著尊禮重法的態度。除此之外，武術本身因學生起點行為的差異，更強調因材施教，除了可以教育學生欣賞不同同學的表現，更可以養成尊重別人的態度。

## （二）球類競賽與品德

球類競賽以團體或個人簡單區分之，是目前國內中小學最常進行的體育活動（教育部，2009）。在團體球類競賽中，團隊合作的重

要性不言而喻，而團隊合作除了有賴平時默契的培養外，更強調臨場溝通，可見得團體球類競賽可以教育合作的重要性。而個人球類競賽則強調堅持到底、尊重比賽以及尊重對手的態度，雖然個人的勝負已經底定，但不可以輕易的放棄比賽或輕視對手。除此之外，球類運動的裁判為了維持比賽的公平性，是球場上的司法，必須尊重裁判以及判決，藉此可養成學生知法守法並重法的習慣，達到法治教育的目的。法律是維持品德的最後一道防線，也是品德教育的最低限度。

### （三）奧林匹克精神與品德

古典奧林匹克文化遺產包含公平競爭、追求卓越、超越極限以及品格修養，更強調和平與連絡感情，而現代奧運的教育理念強調的是健全的心智寓於健全的身體（湯銘新，2007）。除此之外，也強調奮力拼搏求得自我實現、重在參加而取勝以及為國爭光的企圖心（孔繁敏，2005）。透過奧運，可以欣賞一流選手同台競技追求勝利的熱情，以及奮戰不懈堅持到底的態度，透過奧運精神，可以教導學生追求卓越、挑戰自我及公平競爭的重要性，更可以教育學生和平以及品格修養的觀念。此外，也可教育學生：不分人種、性別、宗教以及社會階層，在奧運的競賽場上都是平等，養成多元文化尊重及欣賞的態度。

### 品德教育落實在體育活動

綜上所述，可以瞭解品德教育在體育中是顯而易見的，以下透過簡單的方式，提供體育

教師在體育課可融入品德教育的課程內容。

#### （一）傳統武術練習

傳統武術強調師徒倫理，透過活動開始的起勢，或者是上課開始的互動，讓學生養成尊師重道的習慣，例如透過行禮、鞠躬，讓學生在武術活動時能夠瞭解尊師重道的重要性。傳統武術在學校教學時，鮮少會進行對練，往往在基本功上面努力，可以養成學生瞭解腳踏實地的重要性，或許會有些許無趣，但經過拳路的練習，瞭解自己的肌力提升後，學生更能體認基本功的重要性。除了武術的教學，更要教導學生「武德」，習武之人並非要逞兇鬥狠，讓學生成為一位術德兼備、武藝高超的高手。

#### （二）運動教育模式

運動教育模式的目標，在於使學生成為一個能參與運動、鑑賞運動，並透過本身的經驗培養自己接受經驗，成為具領導力的人（許樹淵、許梓宜，2005）。Siedentop（1994）指出，運動教育模式有六種特質，包含運動季、運動團隊、競賽日程表、季後賽、記錄保存以及教師即教練。運動教育模式適合在團體球類競賽項目進行，透過運動競賽，讓學生養成合作的美德，若低技能組學生表現較差，也可請高技能組的學生進行協助，達到團隊合作的目的。除此之外，透過擔任裁判，讓執法學生能夠公平地去面對所有判決，而比賽的學生也應服從裁判，養成知法守法的態度。透過競賽，也能夠讓學生體驗「君子之爭」的真正意涵。

### (三) 影片欣賞

許多與運動相關的題材的影片，如「翻滾吧！男孩」、「深夜加油站遇見蘇格拉底」、「卡特教頭」，或是「打不倒的勇者」等影片，若室外活動不許可，讓學生透過影片欣賞體育活動，瞭解其中的意涵，進而對品德有所啟發。又，若僅有影片欣賞，可能無法掌握所有學生是否有進行思考，可以透過學習單的設計，讓學生進行反思。

### 結語

運動達到教育目的是體育教師的目標，但並非僅著重於術科，潛在課程的潛移默化，讓學生不僅能夠在體育課之中習得技能，更可瞭解箇中文化與傳達的品德教育。若學生體育技能較高，成為選手，品德教育更顯得重要，高技術人才依靠單純奪標的訓練過程難以符合目前「以人為本」的時代需求，以人文為基礎，探究科學原理，實踐競技與教育結合的目標，提升人在競技的主體地位是為競技教育的真諦（宋繼新，2008）。冀望透過本文介紹，讓體育教師不僅能成為教導運動技能的「經師」，也要以成為品德教育的「人師」自許。

### 參考文獻

- 孔繁敏（2005）。*奧林匹克文化研究：奧林匹克教育讀本*。北京：人民體育出版社。
- 宋繼新（2008）。*競技教育學*。北京：人民體育出版社。
- 周宏室、潘義祥（2002）。*運動教育學的課程*。載於周宏室（主編），*運動教育學*（105-144頁）。台北市：師大書苑。
- 教育部（2008a）。*97年國民中小學九年一貫課程綱要*。台北市：作者。
- 教育部（2008b）。*普通高級中學課程綱要*。台北市：作者。
- 教育部（2009）。*97年學校體育統計年報*。台北市：作者。
- 許樹淵、許梓宜（2005）。*運動教育學*。台北市：師大書苑。
- 陳永盛（2009）。桃園縣育達高中品德教育實施經驗分享。*商業教育職業*，114，12-14。
- 湯銘新（2007）。*奧運會的教育價值觀*。台北市：中華台北奧林匹克委員會。
- 程峻（2007）。品德教育融入體育教學之實例分享。*中等教育*，58（5），140-151。
- 歐宗智（2009）。高中職推展品德教育芻見。*商業教育*，114，21-24。
- 鐘敏華（1995）。武德與運動倫理。*中華體育季刊*，8（4），58-65。
- Jewett, A. E., Bain, L. L. & Ennis, C. D. (1995). *The Curriculum Process in Physical Education*. Georgia: Wm. C. Brown Publishers.
- Siedentop, D. (1994). *Sport Education: Quality PE Through Positive Sport Experience*. Champaign, IL: Human Kinetics.