

十二年國民基本教育課程健康與體育學習領域之國小教師專業需求分析

林琮智
國立屏東大學

摘 要

十二年國民基本教育已於 103 學年全面實施。各領域課綱草案亦於民國 105 年 2 月 4 日發佈。本研究主要以國小教師專業需求觀點，歸納健康與體育學習領域課綱草案相關特色，如課程改變重點與課程需求。另外，就國內領域教師專業困境、師資培育現況與國小師培配套措施等議題，提出研究者之觀察與建議，期盼政府教育主管機關與相關單位重視健康與體育教師與師資培育之專業需求。

關鍵詞：學習重點、加註領域專長

聯絡者：林琮智
通訊地址：屏東市民生路 4-18 號體育學系
電話：08-7663800 轉 33663
E-mail:mail068@mail.nptu.edu.tw

壹、前言

國內重大教育政策十二年國民基本教育已於民國 103 年 8 月 1 日起全面實施。十二年國民基本教育的推動與實施，主要建立在九年國民義務教育的基礎上，具備有教無類、因材施教、適性揚才、多元進路及優質銜接等五大理念（國家教育研究院，2015）。近年來，我國國民基本教育脈絡，從國民中小學九年一貫課程總綱於 87 年 9 月公布後，自九十學年度起逐年實施九年一貫課程，92 年正式發布各學習領域課程綱要後，95 年 10 月起，為呼應社會各界對綱要內涵與時代脈絡結合之期待，遂進行各領域課程綱要之微調，並於民國 97 年 5 月修正公布目前沿用執行的課程綱要，且於民國 101 年 5 月也修正發布「國民中小學九年一貫課程綱要」重大議題如性別平等教育、環境教育、資訊教育、人權教育、生涯發展教育與海洋教育等（教育部，無日期）。

今日，不論是十二年國民基本教育，或是目前實施之九年一貫課程，相關政策之發布與落實，無非是期望讓各學習階段之課程，可以符應當前時代之趨勢，讓國民基本教育課程具備橫向統整與縱貫銜接，讓學生學習可以更具體可行。因此，十二年國民基本教育課程總綱於民國 103 年 11 月 28 日由教育部發佈。各領域課綱草案於民國 104 年 9 月起展開公聽會蒐集各方意見後，草案於民國 105 年 2 月 4 日發佈（國家教育研究院，2016）。

健康與體育領域主要在培養一位具備健康生活與終身運動知識、能力與態度的健全國民，其課程在十二年國民基本教育「成就每一個孩子」的願景架構下，包含三大意涵（國家教育研究院，2016）

- 一、發展出以學生為主體，全人健康為理念之教育方針，提供人人有機會參與身體活動，透過結合生活情境的整合性學習。
- 二、運用生活技能以探究與解決問題，發展適合其年齡應有的健康與體育認知、情意、技能與行為，讓學生身心潛能得以適性開展，成為終身學習者。
- 三、建立健康生活型態，培養日常生活之各種身體活動能力並具國際觀、欣賞能力等運動文化素養，以鍛鍊身心，培養競爭力。學生進而能運用所學、善盡公民責任，使個人及整體社會的生活、生命更為美好。

本研究主要以國小教師專業需求觀點，歸納健康與體育學習領域課綱草案相關特色，並就國內領域教師專業困境、師資培育現況與國小師培配套措施等議題，提出研究者之觀察與建議。

貳、十二年國民基本教育課程健康與體育學習領域改變重點分析

有關健康與體育領域素養的培養，為因應學生身心發展成熟度，採三個教育階段進行漸進式的層次安排。在國民小學教育階段為奠定學生各項健康與體育領

域素養基礎的重要階段；國民中學教育階段是學生身心、自我概念與人際面臨轉變階段，需提升各面向的相關素養；高級中等學校教育階段則應著重提供學生學習銜接、身心發展、生涯準備與定向所需具備之素養，透過邏輯的思考與規劃，以構築各面向均衡發展的健康新國民（國家教育研究院，2016）。除此之外，也將性別平等、人權、環境及海洋教育等相關議題，融入健康與體育領域各教育階段的學習重點當中。

十二年國民基本教育將國民小學、國民中學與高級中等學校的學習連貫統整，注重學生的生命主體性、核心素養培養及身心健全發展，可歸納以下改變重點：

一、素養導向，三面九項核心素養

教育部（2014a）發布十二年國民基本教育總綱，確立課程發展本於全人教育的精神，以「自發」、「互動」及「共好」為理念，強調學生是自發主動的學習者，學校教育應善誘學生的學習動機與熱情，引導學生妥善開展與自我、與他人、與社會、與自然的各種互動能力，協助學生應用及實踐所學、體驗生命意義，願意致力社會、自然與文化的永續發展，共同謀求彼此的互惠與共好；爰此，教育部於 103 年 11 月公布總綱核心素養(如表 1)，作為各課程綱要規劃之基準：

表1 十二年國民基本教育核心素養

總綱核心素養面向	總綱核心素養項目
A 自主行動	A1 身心素質與自我精進
	A2 系統思考與解決問題
	A3 規劃執行與創新應變
B 溝通互動	B1 符號運用與溝通表達
	B2 科技資訊與媒體素養
	B3 藝術涵養與美感素養
C 社會參與	C1 道德實踐與公民意識
	C2 人際關係與團隊合作
	C3 多元文化與國際理解

因此，健康與體育課程領域，依據十二年國民基本教育課程綱要總綱之「課程目標」及「三面九項核心素養」規劃，輔以我國九年一貫國中小「健康與體育領域」、高中職「健康與護理」及「體育」課程目標為基礎，訂定下列九項課程目標（國家教育研究院，2016）：

1. 培養學生具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。
2. 養成學生規律運動與健康生活的習慣。

3. 培養學生健康與體育問題解決及規劃執行的能力。
4. 培養學生獨立生活的自我照護能力。
5. 培養學生思辨與善用健康生活與體育運動的相關資訊、產品和服務的素養。
6. 建構學生運動與健康的美學欣賞能力及職涯準備所需之素養，豐富休閒生活品質與全人健康。
7. 培養學生關懷生活、社會與環境的道德意識和公民責任感，營造健康與運動社區。
8. 培養學生良好人際關係與團隊合作精神。
9. 發展學生健康與體育相關之文化素養與國際觀。

二、學習階段

健康與體育領域主要在於培養一位具備健康生活與終身運動知識、能力與態度的健全國民，有關健康與體育領域素養的培養，為因應不同階段的學生身心發展成熟度，採五個學習階段進行漸進式的層次安排(國家教育研究院，2015)。其中，在民國 105 年 2 月公告的草案說明，國民小學教育階段為奠定學生各項健康與體育領域素養基礎的重要階段；國民中學教育階段是學生身心、自我概念與人際面臨轉變階段，需提升各面向的相關素養；高級中等學校教育階段則應著重提供學生學習銜接、身心發展、生涯定向與準備所需具備之素養，透過邏輯的思考與規劃，以構築各面向均衡發展的健康新國民。

十二年國民基本教育學習階段共分成五階(國家教育研究院，2015)：

- (一) 第一學習階段：國小 1-2 年級
- (二) 第二學習階段：國小 3-4 年級
- (三) 第三學習階段：國小 5-6 年級
- (四) 第四學習階段：國中 7-9 年級
- (五) 第五學習階段：高級中等學校 10-12 年級

三、國民小學健康與體育時間分配及科目組合

國民小學健康與體育領域於第一、二、三學習階段，以領域教學為原則。惟學校得依實際條件（例如：學生學習需求、學校發展特色、師資專長等因素）經學校課程發展委員會通過後，採取分科教學，時間分配以健康教育 1 節、體育 2 節為原則。

四、學習重點

十二年國民基本教育健康與體育領域的課程架構由二個向度所組成，健康教育課程將國小、國中與高中職的學習連貫統整，注重學習者核心素養的培養，在「自發」、「互動」與「共好」三個層面有不同的學習重點與實踐方式。體育課程關注各教育階段間之縱向銜接、不同學習階段之學習能力與需求之描述。以運動性質區分，取代教學類別。增加課程實踐中培養解決問題能力，強調健康與體

育領域的獨特性，將所學內容轉化為實踐性的知識（國家教育研究院，2015）。

因此，健康與體育領域學習重點與核心素養呼應，透過學習重點落實本領域核心素養，並引導跨領域/跨科目的課程設計，增進課程發展的嚴謹度。依據 105 年 2 月 4 日發佈之草案，有關學習重點主要由「學習表現」與「學習內容」二個向度所組成（國家教育研究院，2016），內容如下：

（一）學習表現向度，分為 4 項類別，分別為：

1. 認知：含「健康知識」、「技能概念」、「運動知識」、「技能原理」；
2. 情意：含「健康覺察」、「正向態度」、「學習態度」、「運動欣賞」；
3. 技能：含「健康技能」、「生活技能」、「技能表現」、「策略運用」；
4. 行為：含「自我管理」、「倡議宣導」、「運動計畫」、「運動實踐」。

（二）學習內容向度，分為 9 項主題，分別為：

1. 生長、發展與體適能：含「生長、發育、老化與死亡」與「體適能」；
2. 安全生活與運動防護：含「安全教育與急救」、「藥物教育」、「運動傷害與防護」與「防衛性運動」；
3. 群體健康與運動參與：含「健康環境」、「運動知識」、「水域休閒運動」、「戶外休閒運動」與「其他休閒運動」；
4. 個人衛生與性教育：含「個人衛生與保健」與「性教育」；
5. 人、食物與健康消費：含「人與食物」與「消費者健康」；
6. 身心健康與疾病預防：含「健康心理」與「健康促進與疾病預防」；
7. 挑戰型運動：含「田徑」與「游泳」；
8. 競爭型運動：含「網／牆性球類運動」、「攻守入侵性球類運動」、「標的性球類運動」與「守備／跑分性球類運動」；
9. 表現型運動：含「體操」、「舞蹈」與「民俗性運動」。

參、十二年國民基本教育課程健康與體育學習領域國小課程需求分析

健康與體育領域主要在於培養一位具備健康生活與終身運動知識、能力與態度的健全國民，有關健康與體育領域素養的培養，為因應不同階段的學生身心發展成熟度，採三個教育階段進行漸進式的層次安排(國家教育研究，2015)。根據國家教育研究院於 104 年 9 月公聽會所呈現之資料，在國民小學教育階段為奠定學生各項健康與體育領域素養基礎的重要階段；國民中學教育階段是學生身心、自我概念與人際面臨轉變階段，需提升各面向的相關素養；高級中等學校教育階段則應著重提供學生學習銜接、身心發展、生涯定向與準備所需具備之素養，透過邏輯的思考與規劃，以構築各面向均衡發展的健康新國民。

Kelly and Melograno (2004)提出「由下而上體育課程發展模式」，對照十二年國民基本教育課程健康與體育學習領域課程綱要規劃方向，呈現國小與中等學校間簡單與清楚的連結。

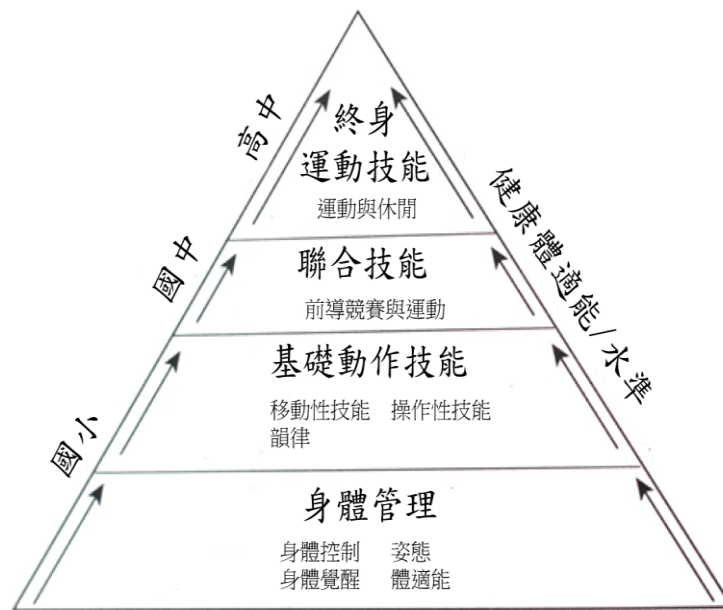


圖1 由下而上體育課程發展模式圖

資料來源：Kelly & Melograno (2004). Figure 4.2 Illustration of the bottom-up curriculum development model. *Developing the Physical Education Curriculum: An Achievement-Based Approach*, p68. Champaign, IL: Human Kinetics.

另外，在健康教育部分，教學終極目標不外乎希望達到『健康促進與疾病預防』之教學成效，緣此教學目的衍生之課程，須依據不同學習階段或年齡層之認知與行為能力，設計符合幼兒至高中階段之課程，達成各階段學生具備全人健康之知識與行為。

透過十二年國民基本教育健康與體育學習領域『學習表現』指標，包含認知、情意、技能與行為四大面向，結合未來健康與體育學習領域之加註專長課程科目，整合為健康與體育師資培育課程知識結構（如圖二）。

未來，若教育政策可執行健康與體育學習領域加註專長課程，可在本架構圖第一層『認知』部分，作為主要專長必修課程知識，其餘在『情意』、『技能』與『行為』等面向連結，可規劃為選修課程知識。

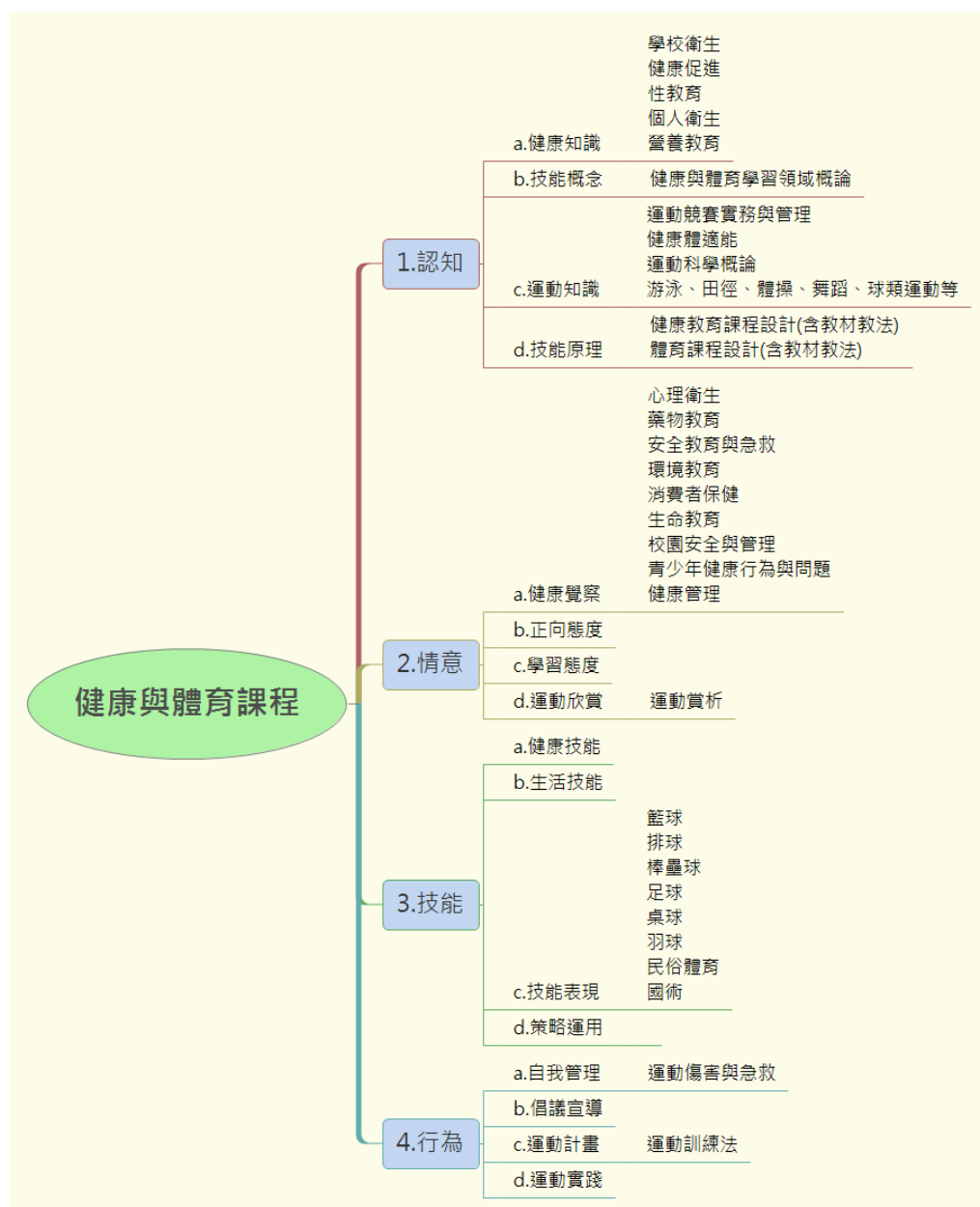


圖 2 健康與體育師資培育課程知識結構圖

肆、國內健康與體育學習領域國小教師專業困境分析

本文分別以師資培育階段與在職教師階段做專業困境之分析，並就國民小學教師加註領域專長與健康與體育學習領域教學現場之連結做進一步說明：

一、師資培育階段：

就現有師資職前教育課程，國小師資培育階段有關健康與體育學習領域的課程，僅有「健康與體育」與「健康與體育教材教法」2 門課各 2 學分，當師資培育生順利通過教師資格檢定考試與各縣市教師甄選，若其大學階段非健康或體育領域相關專業科系畢業，此時。要求非健康與體育專長國小教師能充分指導學童學習十二年國教健康教育或體育的相關知能，就實務面而言，是有相當的難度，因其專業先備知能不足，致使教學效果受限。

二、在職教師階段：

民國 83 年「師資培育法」取代「師範教育法」後，師資培育機構不再受限在師範相關學校，各類型大學均能擔任師資培育機構之角色，相對於中等學校教師採分科教學，目前我國國民小學以包班制教學為主，由於專門課程被包含於教育專業課程中，容易忽視其專業性與發展性(台中教育大學，無日期)。因此，國小教師在職進修強化專業知能有其必要性，一般在各縣市教育局處、健體輔導團、中央輔導團或各相關大專院校等，均會例行性辦理相關健體領域專長研習，但往往缺乏整體性與結構性系統訓練。

三、國民小學教師加註領域專長：

民國 104 年 05 月 15 日教育部修正公布「國民小學教師加註各領域專長專門課程科目及學分對照表實施要點」，主要因應社會發展及實際教學需要，鼓勵教師擁有多項專長已成為未來教師專業發展趨勢。為提升國民小學教師之專業素養、強化其專業知能，教育部自 100 學年起逐步推動「國小教師證加註各領域專長」，對象包含國民小學師資類科師資生、現職及儲備教師等，首先從加註英語專長開始(台中教育大學，無日期)。雖然在健康與體育學習領域部分尚未推動加註領域專長，然而，近年來在國人重視之下，已有部分縣市要求體育課程需由具備體育專長之教師擔任，但受限於具備健體專長之教師不足，往往以聘請體育代課老師，來因應各教育局(處)之要求。

因此，加註健康與體育學習領域專長應可解決目前國內健康與體育師資缺乏或專業性不足之困境。國立屏東大學(原屏東教育大學)健康與體育學習領域教學中心於 102 學年經由國內專家共同討論，研擬加註健康與體育學習領域專門課程學分規劃草案如下：

- (一)核心領域課程包括：「健康與體育學習領域概論」、「健康教育課程設計」、「體育課程設計」，共 3 科合計 6 學分。
- (二)必備科目分為健康與體育領域 13 科目，共修習 10 學分：
 - 1. 健康領域：「生活技能與健康行為科學」、「學校衛生」、「健康促進」、「性教育」、「個人衛生」與「營養教育」，計 6 科目。
 - 2. 體育領域：「運動競賽實務與管理」、「健康體適能」、「運動科學概論」、「游泳」、「田徑」、「體操」與「舞蹈」，計 7 科目。
- (三)選備科目分為健康與體育領域 20 科目，共修習 10 學分：
 - 1. 健康領域：「心理衛生」、「藥物教育」、「安全教育與急救」、「環境教育」、「消費者保健」、「生命教育」、「校園安全與管理」、「青少年健康行為與問題」與「健康管理」，計 9 科目。
 - 2. 體育領域：「運動傷害與急救」、「運動訓練法」、「運動賞析」、「籃球」、「排球」、「棒壘球」、「足球」、「桌球」、「羽球」、「民俗體育」與「國術」，計 11 科目。

伍、十二年國民基本教育課程健康與體育學習領域之國小師培配套措施

健康與體育學習領域課程最終目的在培養一位具備健康生活、終身運動知識、能力與態度的健全國民。因此，在國小師資培育機制應如何在師資職前訓練中，加強健康與體育領域之學、術科特性以及教學能力，同時訓練師資培育生具備課程發展與執行能力，並從循序性、階層性、銜接性、統整性、適量性與多元適性等課程設計原則進行教學編排。

其次，對於國小初級教師導入活動，可以依據各學習階段課程發展重點(如表2)進行課程發展與教師專業能力進修方向。

表2 各學習階段課程發展重點

各學習階段 課程發展重點	健康教育	體育
第一學習階段/ 國小低年級	健康教育以建構基礎健康與認知、培養健康問題的覺察與健康態度建立為主。	透過遊戲性身體活動，促進穩定性與移動性基本動作能力之成熟發展。
第二學習階段/ 國小中年級	健康教育擴充認知層面的學習廣度，學習操作基礎健康技能。	透過運動遊戲與動態情境進行學習適應，促進移動性、操控性的(運球、投球、接球、打擊)基本動作能力之組合。
第三學習階段/ 國小高年級	健康教育增加認知與情意層面的深度，學習獨立操作健康技能。	認識體適能的要素，並了解自我體適能狀況。學習基本的運動項目規則、器械操作與戰術概念。透過組織化的運動遊戲，達到成熟的組合操控性基本動作能力。

至於課程發展原則，可依據健康與體育領域之學科特性以及教育趨勢，以循序性、階層性、銜接性、統整性、適量性、多元適性等六大向度為課程發展之主軸。而不同階段體育課程發展重點，可強調運動實踐的獨特性，將所學內容轉化為實踐性的知識，且體育課程內容應涵蓋七大類別，包含體適能與運動知識、挑戰性運動、競爭性運動、表現性運動、民俗性運動、休閒性運動以及防衛性運動等七大類別。

最後，如同近年來各縣市推動的教師專業發展(teacher's professional development)，教師在其生涯階段主動持續地參與正式或非正式活動，透過學習與更新的過程，改善與增進教育品質，並藉由發展專業知識、技能及態度，促使

教師追求自我實現，最終達成教育目標之歷程（劉乙儀、張瑞村、范雨潔，2015）。

由於健康與體育學習領域，強調培養學生對於「健康與體育」的知識、理解、技能、價值與態度，課程內容涵蓋個人身心健康與身體發展、健康行為、身體活動、自我及群體管理的相關的技巧，以達到提升學生的健康與體育素養為課程目標。因此，鼓勵師資培育生與健康與體育領域教師進修，方式可以從進修碩士班（例如國立屏東大學106學年度暑期開設健康與體育碩士在職專班），參與校外培訓與研習，或進行多元形式的校內專業發展，透過教師社群成員終生學習能力的過程，從教師需求為主到學生需求和學習結果為主的教師專業學習，促進所有學生有效學習並成為負責任的公民。國小師資培育階段，亦能導入教師專業發展模式，進行團隊式之學習，提升個人健康與體育領域專業知能。

陸、結語

因應社會結構環境急遽改變，民國八十三年教育部將「師範教育法」改為「師資培育法」，其重大變革在於，過去僅由師範院校培育師資之管道，自師資培育法通過後，師資培育機構除師範校院外，亦包含設有師資培育相關學系或師資培育中心之大學，同時就師資培育法之法源精神，主要在培育高級中等以下學校及幼稚園師資，充裕教師來源，並增進其專業知能（教育部，2014b），在國內師資的培育制度正式走向「多元化」培育之際（張美豔，2003），如何在落實品質的控管的同時，也能甄選實際教學現場需求之專業教師，實為師資培育之重要方向。

隨著 105 年 2 月十二年國民教育領域課程綱要草案發布，這涵蓋各個層面並集合不同專業背景之學者專家與現場教育工作者等人員組成之課程綱要研修小組，從不同角度提供健康與體育領域課程發展的相關意見，從 104 年 9 月辦理之健康與體育課程綱要草案公聽會與會人員之反應，在十二年國民基本教育建置以「學生主體」、「垂直連貫與橫向統整」、「培養核心素養」為核心理念之十二年國民基本教育課程體系下，課程綱要實施是值得期待的；然而，面對職前師資培育端，如何提供職前教師具備未來教學課程內容所涵蓋之身心健康與身體發展、健康行為、身體活動、自我及群體管理等相關知能，建立健康與體育素養課程。這些都值得政府主管機關與相關研發單位深思的課題。

參考文獻

台中教育大學(無日期)。國民小學教師加註領域專長。2015.11.30 取自

<http://ltmm.ntcu.edu.tw/eteach/plan.php>。

國家教育研究院（2015）。十二年國民基本教育健康與體育領域課程綱要草案研修說明。十二年國民基本教育領域/科目/群科課程綱要草案分區公聽會，分場 6 會議手冊健康與體育領域。另取自：

<http://12basic-forum.naer.edu.tw/?q=node/70>。

國家教育研究院 (2016)。十二年國民基本教育課程綱要國民中小學暨普通型高級中等學校-健康與體育領域(草案)。國家教育研究院於 105 年 2 月 4 日以教研課字第 1051100103 號函陳報教育部版。取自：

<http://www.naer.edu.tw/files/15-1000-10635,c1174-1.php?Lang=zh-tw>。

張美豔 (2003)。當前國民中小學藝術教育師資培育制度之探討。中小學一般藝術教育師資培育與實務研討會論文集，176-179。

教育部 (2014a)。十二年國民基本教育課程綱要總綱發佈版。

教育部 (2014b)。師資培育法。(民國 103 年 06 月 04 日修正)。取自：

<http://edu.law.moe.gov.tw/LawContentDetails.aspx?id=FL008769&KeyWordHL=&StyleType=1>。

教育部 (無日期)。97 年國民中小學九年一貫課程綱要。取自：

http://www.k12ea.gov.tw/ap/sid17_law.aspx

教育部 (無日期)。國民中小學九年一貫課程綱要健康與體育學習領域 Q&A。取自：http://www.k12ea.gov.tw/ap/sid17_law.aspx

劉乙儀、張瑞村、范雨潔 (2015)。臺灣幼兒園教師專業發展之困境與展望。學校行政(96), 196-215。

Kelly, L.E., & Melograno, V.J. (2004) *Developing the Physical Education Curriculum: An Achievement-Based Approach*. Waveland Press, Inc.