

德國中小學體育課必須有所改變

駐德國代表處教育組

過去這幾年來在德國出現了許多對於中小學教育單位的新要求，比如營養攝取相當重要，為何不為其設置一門課程？經濟常識不可或缺，不如利用推特分享報稅方法；而編寫電腦程式，更是重要，最好從國小一年級就開始教學。而對於現有科目，要不是沒人討論就只是想著：我們該如何安排更多數位化英文、數學或歷史科的教材用於教學呢？

儘管有許多其他學科的專家一再強調其重要性，但有一個科目卻尚未被討論過。雖然德國甲級足球聯賽之於德國人至為重要，可是體育課卻沒有遊說團體，在過去這麼多年來它不僅失去重要性，也已經失去了品質，問題並不只出在年久失修的體育館。

德國體育教師協會的副會長 Helge Streubel 先生嘆息道：「我們只有在體育課中才能直接接觸到每個孩子，並藉此刺激他們的動機與興趣，以促使他們在課餘時間也可以和願意繼續做運動。」然而由於合格體育教師缺乏的情形每下愈況，導致體育課越常被取消，或只能由其他科目的外行老師代課，這樣的悲觀狀況令他十分感慨。

像 Streubel 先生這樣熱衷體育的協會成員強調自己專業的重要實在不足為奇，然而特別的是，在這件事情上他不僅僅獲得其他不同體育協會的支持，甚至也獲得腦科研究學者及心理學家的幫助，在兩個領域中，早已長期不斷地關於運動與記憶力和大腦發展的相關性作出研究。德國著名的心理學家 Manfred Spitzer 先生則更明確地指出：「音樂、藝術、戲劇表演、手工藝及體育才是學校教育中最重要科目。」

德國 Augsburg 大學的體育教育學教授 Helmut Altenberger 先生在接受採訪的時候指出，明確研究結果清楚地顯示：規律定期的身體活動，特別是協調性的運動，可刺激大腦神經元中傳達訊息的突觸（Synapse）增生：「一般來說在孩童成長到十二、三歲之前，大腦內的神經纖維會不斷生長，因此對這些年齡的孩子來說，定期的運動是非常重要的。」多做運動也能有助語言能力和其他學科上的表現。

總之，體育課不應該變成學校課表中煩人的拖油瓶，反之，應該將其視為整體基礎教育中的重要部份。而目前窘況的核心原因主要是：在德國各邦中，體育課的成績表現並不對升留級造成影響。所以對那

些體育能力較弱的學生而言也就沒有動機去投資時間來鍛鍊自己，或是改善自己的體能。Helge Streubel 先生說：「學生常會認為那些沒有考試成績或不影響升留級的科目就不重要。」

體育課無法好好被正視的其中一個原因源於教師們對於課程教育意義的誤解，而且這個誤會可以每天在各個學校的體育館內都能親眼體驗到。運動，理當有益全方位的整合，但往往得到的卻是相反的結果；比方當學校球隊要選球員比賽時，考量的總會是那些超級運動員。矛盾的是在高中畢業學測考試（Abitur）對考生的統一性測驗要求中，明文指出：「體諒顧及他人，肯定更強的人，扶助較弱的人並協助他們融入群體。」

體育老師 Streubel 先生和他的同事們並沒有遇到這樣的問題，在選擇團隊成員的時候，有時候也讓最差的同學進來。又或自己設計比賽，讓體育表現較強與較弱的學生共組成團隊。儘管如此，能力的差別肯定還是有的。Streubel 老師解釋說：「孩子們在老師對他們解釋客觀事理，並且提供補充性的參與可能時，是可以自己判斷能力好壞的。...一個好老師不可能讓任何學生變成笑柄。這是體育課的上課原則，數學課也一模一樣。」

那麼，學校的體育課如何能（再次）支持群眾性體育活動以及其他受到重視的科目？如果這些課程全都擁有一個幾乎統一的課表，將會是個良好的開始。若檢視德國各邦現行的體育課課表，就可以發現相較於主要科目，每個邦對體育課的做法最不統一而且課表差異最大。

Helge Streubel 先生說：「如果德國全國能夠將體育成績納入學校升留級體系中，便可獲得很多改善。此外也要規定每週必須至少要有三小時的課程，並且由合格的專業師資來執行。」如果體育老師皆能在參加國家考試前獲得充分的教育學知識，且擁有廣泛的運動實務經驗 – 最理想的情況是已經有直接接觸學生的經驗，那結果一定會更好。總之要務必減少不愛運動的學生在體育課分隊比賽時的恐懼。

資料來源：2018 年 1 月 2 日，德國巴伐利亞文教廳，網頁新聞

<http://www.sueddeutsche.de/bildung/schule-was-sich-im-sportunterricht-aenderen-muss-1.3699123>