

論體育課程之素養導向教學

曾麗娟

銘傳大學教育研究所碩士在職專班碩士生

一、前言

為了讓臺灣孩子更有能力面對未來世界的挑戰，而不只是在教育中獲得考試的技巧與能力，教育部在103年11月發佈了十二年國民基本教育課程總綱（教育部，2014），正式啟動了新一波國民教育課程改革。十二年國民基本教育之課程發展本於全人教育的精神，強調「自發」、「互動」、「共好」的理念，茲以「核心素養」三大面向與九大項目為落實課程的主軸，盼學生成為自發主動的學習者，以成就孩子適性揚才、終身學習的願景（教育部，2014）。其最大的特色即是以核心素養為基礎概念，並將素養融入至各領域，進而發展各學科之學科素養。顯見，本次教改的核心精神為設計素養導向課程，實踐素養導向教學，孕育具備素養導向之人才，可謂此次教育改革之核心理念（王彥邦、程瑞福，2020）。

二、身體素養的意涵和發展

什麼是體育課的核心素養呢？我們可以從身體素養這個名詞去了解，「身體素養」是為利用人類本身所具有的能力，其中包含個人具有動機、自信心、身體能力、知識與理解以重視與承擔生活中關於身體活動之責任，在整個生命歷程中「保有目的」的追求身體活動（Whitehead, 2013）。加拿大很早便採納身體素養（physical literacy）的概念，為了推廣理念，成立了國家身體素養協會的非營利組織，其中有關早期兒童的身體素養教學，該學會特別強調樂趣化和ABC（Agility敏捷、Balance平衡、Coordination協調）三個重要的動作能力，如果早期的身體活動參與經驗或體育教學，能有系統的引導學生穩固此三項基礎動作能力，將有助於日後許多運動技能的發展。近年許多國家，例如：英國、美國、加拿大、澳洲、中國，都開始重視身體素養的培養，並能融入學校體育課中，作為引導學生適應未來世界的重要關鍵能力之一。

身體素養被認定是一個人終身運動時應該具備的動機、自信心、身體活動能力、知識和價值。因此，身體素養的培養，不僅要瞭解身體活動並練習相關動作能力，還要理解身體活動重要性和功能，願意發展相關的態度和習慣，持續練習與培養各種運動技能（Physical & Health Education Canada, 2015）。這和十二年國教素養導向教學原則中，強調要引導學生對學習意義的洞察和領悟，才能產生學習動機以提升學習效益及後續的參與行動力之理念不謀而合。

三、素養導向體育課程的目標

在推動教育改革過程中，學校體育也愈來愈受到重視。過去傳統式技能導向的教學方式，教師無法充分掌握每位學生的起點行為和發展能力，學生也因對於學習價值不甚理解，無法產生認同感，漸漸失去學習動機，若再加上無法達到老師預期的表現和目標，便會逐漸失去學習熱忱。在十二年國教健體領域綱要中，其中的「自發」層面就強調要以學生為主體，教導學生覺知各種生活情境，引導學生「健康賦權」與「運動參與」的歷程，培養個人實踐健康生活與終身運動的習慣，並以正向與積極的態度面對人生（教育部，2018）。因此首要之務是讓學生能夠「覺知」，在學習過程中有更多機會能夠探索、思考。所以體育課若還是採用傳統式的教學，即一個口令一個動作的授課方式，顯然不符合十二年國教的教育期望。

體育的學習內容強調的是素養課程的體育學習範疇，而不是單一運動項目，因此在選擇學習內容時，建議教師能從學習的概念和運動表現的整體性與共通性的觀點，依據學生的能力與興趣，選擇與規劃學習活動，而不是從單一運動項目的思維，來做素養導向的學習活動教材編寫（鐘敏華，2020）。例如：競爭類型運動—守備／跑分性球類運動，從守備／跑分性球類運動的共同技術和戰術的遊戲、比賽，來規劃學習活動及評量，而不是直接安排足壘球、樂樂棒球等教材的教學。一改固有的傳統式技能取向教學，適應孩子的個別差異、提供適性學習的機會，讓孩子當主動自發的學習者，力求符合 108 課綱的領域學習重點內涵與領域核心素養的養成。

四、素養導向體育教學的實施困境與反思

（一）素養意涵的理解

教育部總綱（2014）界定素養為：「個體為健全發展，為適應現在生活及面對未來挑戰，應具備之知識、能力與態度。」十二年國教的推動有一個很重要的特色就是實施素養導向的體育教學，但什麼是素養導向的教學？筆者發現身為教育現場的教師對素養定義未能充分理解，更有教師認為「素養」一詞相當抽象，沒有操作型定義，不容易領會其意義與內涵，例如：教師會一直懷疑和和之前的能力有何不同？也會一直想我該怎麼做學生才会有核心素養？另外，置掛於國家教育研究院網站上的豐富資料往往點閱率不高，應該和文字敘述太過於學術化，讓人感覺親和力不足有關。

若是國教院對於素養導向的詮釋能再適當的簡化，讓在第一教學現場的老師願意看而且看得懂，並且願意操作也懂得如何操作。也就是讓教師能對「素養」的意涵瞭若指掌，並加以落實，便能發揮素養導向教學的正面意義與功效。

（二）教師對素養導向教學與評量的認知

教師必須具備專業素養，才能教導出有素養的學生（吳清山，2018）。近年來教育部全力推展教師專業發展，積極的老師雖然變多了，但跟得上新課綱腳步的不算多，若教師不甚瞭解新課綱的內涵，勢必會影響新課綱的推動成效。此外，素養導向教學如何進行教學評量的問題，應該是許多教育現場老師感到最困擾的。素養導向評量除了能幫助學生導向素養能力的形成以外，還能幫助教師實施素養導向的教學（吳璧純，2017），但筆者發現教育現場的教師即使參加過許多相關的增能研習，在設計素養導向評量的過程中仍需要參考範例題型，一邊摸索一邊學習，再從實踐中去反思修正。若教師無法確實做到素養導向教學，則素養導向評量也難以真正落實。

為了提升教師在素養導向教學及評量的認知，筆者有以下建議：(1)鼓勵教師成立共備社群，在校內找到志同道合的教師，共同合作設計教學活動及評量方式，共備體育課的好處有很多，例如：可以迅速了解學科內容、討論教學活動設計是否合適、學生學習成效與差異化教學探討等。(2)邀請各領域輔導團或種子教師到校演講，例如：健體輔導團可以提供體育課程的相關參考資料，也可以讓教師諮詢教學上遇到的問題，除了減輕教師的心理壓力，也讓他們感受到並不是在孤軍奮鬥。(3)學校應該定期在校內辦理教師增能研習，例如：推動體育教學模組教師增能計畫、進行12年國教體育教師增能研習等，同時可辦理素養導向教案設計、評量設計之模範教師遴選或優良教案之甄選，藉以帶動教育現場的正向氛圍和風氣。

（三）重新定位教學者的角色

過去以老師為主的傳統體育課安排，多採用直接教學法，亦即「一個口令一個動作」，以有效率的講述與示範來完成教學進度，學習流程多從基本動作、動作組合到比賽、應用等，以按部就班的方式來規劃教材並執行教學。這種教學方式是老師最容易掌控教學內容及教學時間的，也不怕達不到預設的進度。當然就是以教師為中心，透過有系統的教學方式來達成教學目標，也是最為保守的課堂運作模式。但是在面對十二年國教所強調的「核心素養」，教師勢必要重新定位自己在教學中扮演的角色，才能因應素養導向教學之課程改革。

素養導向體育教學需將學習表現、學習內容與合適的教學活動進行連結，教師選擇及安排合適的課程與教學模式，並且運用各種不同的教學法啟發學生學習動機，加強學生對體育課的自信心，傳授更多運動項目的知識，最重要的是活動設計以學生身體活動為主，運用遊戲或比賽中的練習、進攻和防守策略，讓學生參與及學習特定運動技術及戰術概念的遊戲，並增加小組討論、分享、學生自評或互評等教學活動，試圖使學習效果最大化。因此教師不僅僅是授課者，也是教

學情境的設計者，在教導知識、技能的同時，啟發學生對體育課的興趣。所以教師要積極提升課程設計能力，針對主題採用不同教學策略：如何有效進行合作學習與小組討論？如何有效的提問，才能激起學生想探究的慾望？如何製造機會，才能培養學生解決問題的能力？老師要重新定位教學者的角色，以差異化的教學設計取向，成就每一個孩子，並期許他們能將運動融入日常生活中，養成運動的習慣。

五、結語

素養課程是從教師為主體到以學生為主體，從只教知識，到必須同時重視技能和情意，不僅在學校中學習，更要落實用知識解決真實問題，要教學生學習的方法，才能成為終身學習者（何縉琪，2017）。而素養導向的體育教學，要以生活情境為出發點，透過不同的教學策略與方法，增加孩子上體育課的動機，啟發孩子的興趣，建立自信心，讓他們知道運動的重要與趣味，最終能培養出自己的運動習慣。在二十一世紀的未來教育願景中，學校體育成為在教育上不可或缺的課程，其中，國小體育更是學校體育課的關鍵基礎。因此，關於素養在體育課程的發展，將可具有更多的創新與突破，藉由體育課的學習，締造孩子們更美好、更豐富的學習體驗，由衷感受到體育學習的美好與價值。

參考文獻

- 王彥邦、程瑞福（2020）。實施素養導向體育教學於小學高年級之行動研究。臺中教育大學：體育學系學刊，15，27-39。
- 何縉琪（2017）。素養導向教學的設計與評量：以東部一所小學為例，臺灣教育評論月刊，6(3)，15-19。
- 吳清山（2018）。素養導向教師教育內涵建構及實踐之研究。教育科學研究期刊，63(4)，261-293。
- 吳璧純（2017）。素養導向教學之學習評量。臺灣教育評論月刊，6(3)，30-34。
- 教育部（2014）。十二年國民基本教育課程綱要總綱。臺北市：作者。
- 教育部（2018）。十二年國民基本教育課程綱要國民中小學健康與體育領域。臺北市：作者。

- 教育部國民及學前教育署。108 課綱資訊網。取自 <https://12basic.edu.tw/>
- 鐘敏華（2020）。素養導向體育教學之原則。《學校體育》，181，11-20。
- Whitehead, M. E. (2013). Definition of Physical Literacy and Clarification of related Issues. *Journal of Sport Science and Physical Education*, 65, 29-34.
- Physical & Health Education Canada (2015). Vision and goals of the health and goals of the health and physical education curriculum. *The Ontario Curriculum Grades*, 7, 1-8.

