



素養導向體育教學



陳信亨

國立臺灣師範大學

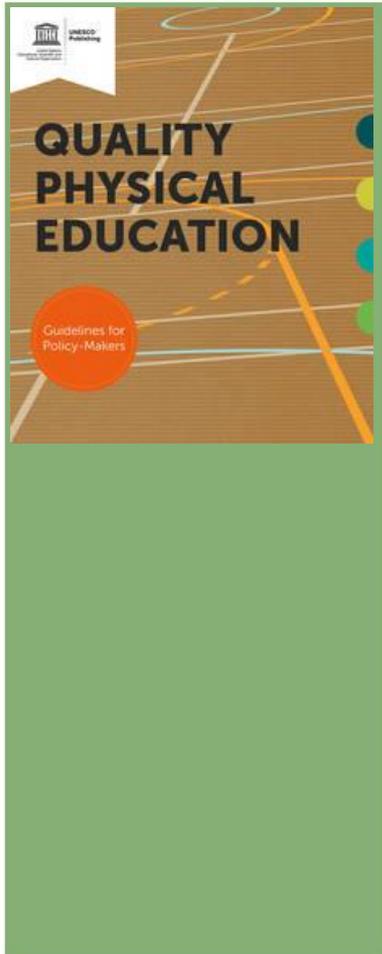
課程改革是...



新瓶裝舊酒？

新配方？

Are we delivering Quality PE ?



- The learning experience offered to children and young people through physical education lessons should be developmentally appropriate to help them acquire the psychomotor skills, cognitive understanding, and social and emotional skills they need to lead a physically active life.
- 透過體育讓學生獲得動態生活習慣所需的
身體動作、認知理解、社會人際及情緒管理
等方面的技能

UNESCO (2015). Quality physical education. (p.8)



What's new ?

在十二年國教「成就每一個孩子」願景下的**健體**課綱**重要內涵**

- 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，培養日常生活中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。



What's new ?

在十二年國教「成就每一個孩子」願景下的**健體**課綱**重要內涵**

全人健康、人人有機會參與身體活動

結合生活情境 的 整合性 學習

探究 與 解決問題、身心潛能

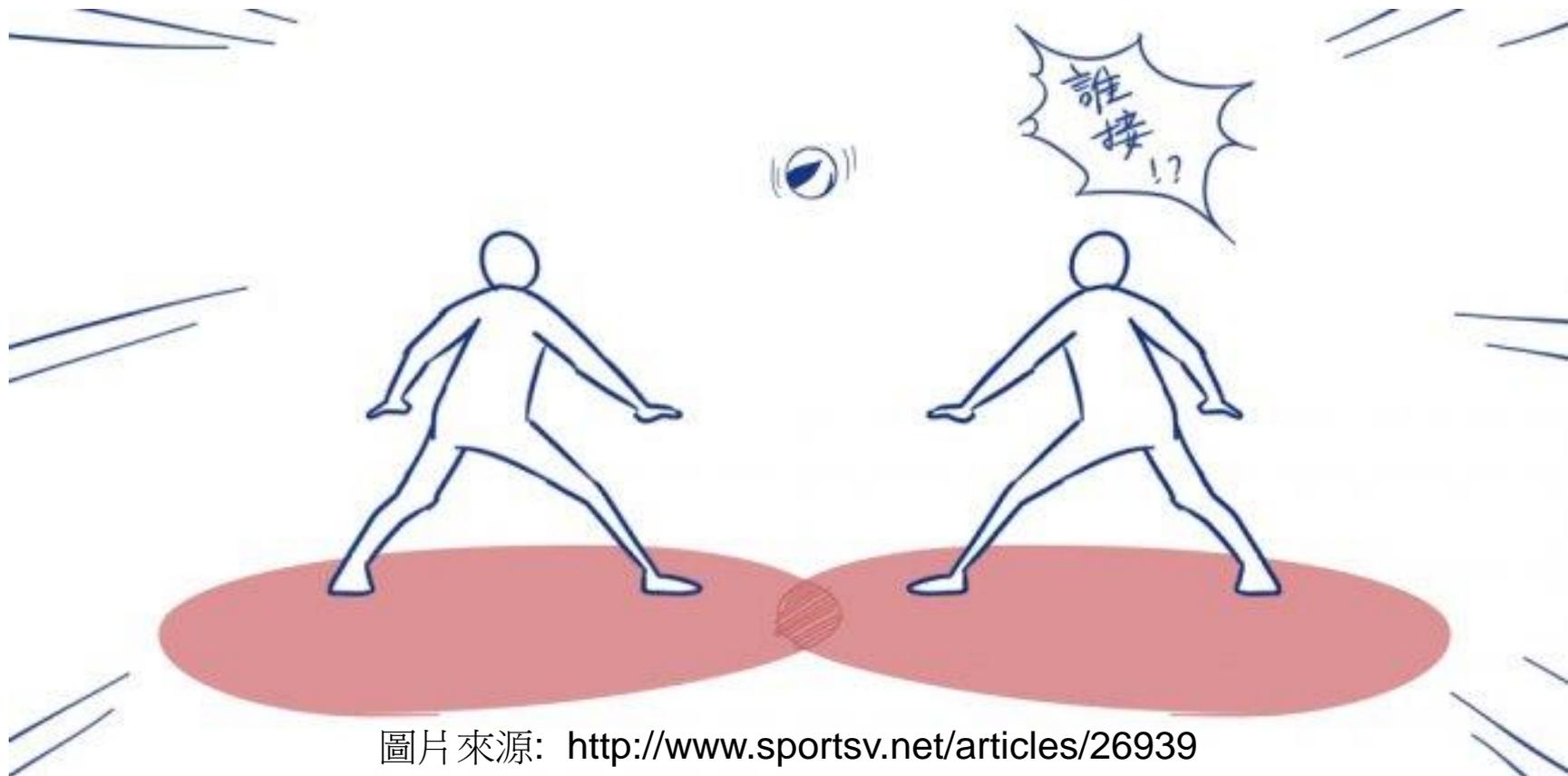
認知、情意、技能 與 行為

國際觀、欣賞能力、運動文化素養

競爭力、善盡公民責任



誰該負責？ 怎麼做？



圖片來源: <http://www.sportsv.net/articles/26939>

所以...

接下該怎麼辦？



資料來源: 2016-05-17 聯合報

<http://udn.com/news/story/6886/1699935->

%E5%8F%B0%E5%B8%AB%E5%A4%A7%E7%A0%94%E7%A9%B6%EF%BC%9A%E9%AB%94%E9%81%A9%E8%83%BD%E8%83%BD%E5%8A%9B%E8%B6%8A%E5%BC%B7-%E8%AA%B2%E6%A5%AD%E6%88%90%E7%B8%BE%E8%B6%8A%E5%A5%BD

udn | 文教 | 比較新聞 | 比較新聞

台師大研究：體適能能力越強 課業成績越好

2016-05-17 11:20 聯合報 記者劉麗婕／即時報導

研究發現運動與課業成績有相關性。示意圖。圖／Ingimage授權

中學生體適能愈佳，基測成績愈高！台師大研究團隊利用大數據資料，分析全國近40萬名七到九年級學生的體適能成績和基測成績關係，結果發現，國三階段，無論男、女生，維持較佳體適能會有較好的基測成績，差距足以產生5個學校志願差異。而BMI則與學科成績呈負相關，BMI越高，基測分數愈低，學者認為，想考好，就要控制體重。

首頁 >> 吶喊廣場 >> 假日體適能之超神奇現象！

假日體適能之超神奇現象！

2017/11/14 秦靖

許多人因為缺乏感同身受的同理心，因為自己的小孩尚未接受制度的訓練，要學生白老鼠們吞下不合理的制度。

上星期六的臉書動態，好幾位高中與研究所同學不約而同地po出高雄市某科技大學運動場上爆滿學生人潮的照片，原因無他，這些同學們帶著自己剛升上國一的孩子遠征高雄市檢測體適能。超神奇的現象是，這場高雄市的體適能檢測卻來了超過一半的台南市國中生，學生們在異鄉看到熟識的同學互相打招呼，家長們狐疑，體適能比序造成的扭曲現象，教育主管單位還要繼續裝傻嗎？



通過前，導師要學生去運動！
通過後，導師要學生回教室念書

這是我們要的嗎？

可以如何讓此「優勢」
發揮更大的效果？

窮
2017-04-03
楊庸一
統測落幕後，苦無人知的高職生！

八仙樂園爆炸案：缺乏常識造成



若基礎不穩、使用的**方法**不當，
體育課的潛力，都是空談！

欣賞

人際

運動習慣

運動技能

知識

樂趣

成就感

身體
能力

體適能

Developing physical literacy –potential issues

(發展身體素養－潛在的議題)

動機

信心

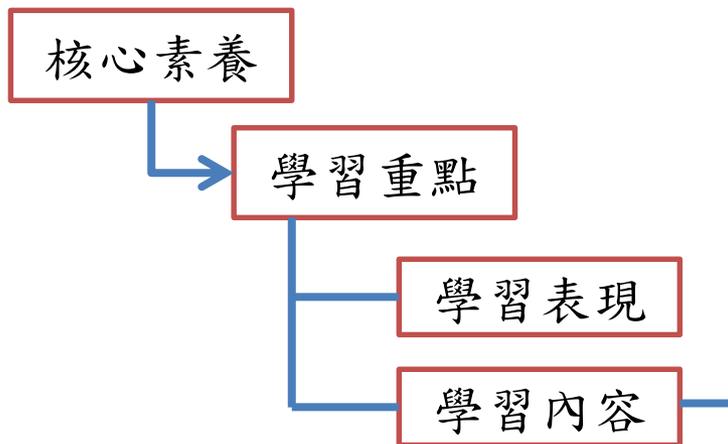
身體能力

知識與理解

Motivation	Confidence	Physical Competence	Knowledge and Understanding	Engage	參與
	Confidence	Physical Competence	Knowledge and Understanding	Apathy	冷漠
Motivation		Physical Competence	Knowledge and Understanding	Anxiety	焦慮
Motivation	Confidence		Knowledge and Understanding	Frustration	挫折
Motivation	Confidence	Physical Competence		Confusion	混淆

資料來源 Nigel Green (2018, 八月) 發表於國際體育教學研討會。臺北: 國立臺灣師範大學

本講義由 Nigel Green 授權於 2018 國際體育教學研討會使用，版權所有 請尊重著作權



強調該教材的
教育功能

不是唯一
而是**優先**考量



- A. 生長、發展與體適能
- B. 安全生活與運動防護
- C. 群體健康與運動參與
(含:運動知識, 水域、戶外及其他休閒運動)
- D. 個人衛生與性教育
- E. 人、食物與健康消費
- F. 身心健康與疾病預防
- G. 挑戰類型運動 (含:田徑、游泳)
- H. 競爭類型運動 (含:網/牆性、陣地攻守性、標的性、守備/跑分性球類運動)
- I. 表現類型運動 (含體操、舞蹈、民俗性)

Q: 運動技能 怎麼教?

要教哪一種層級的運動技能?

- 技能所需的基本能力
 - 球感、協調、敏捷、空間/方向感...培養
- 脫離情境的基本動作
 - 動作要領、有效率的動作方式
- 特定脈絡下的單一或複合動作展現
 - 小組練習、修改式技能遊戲
- 真實脈絡下的運動技能應用
 - 技能熟悉度、判斷、戰術理解與執行

直接、間接

摩斯登教學光譜

理解式球類教學法

技能精熟 ≠ 能在比賽中應用技術

Q: 戰術 怎麼教?

要教哪一種層級的戰術?

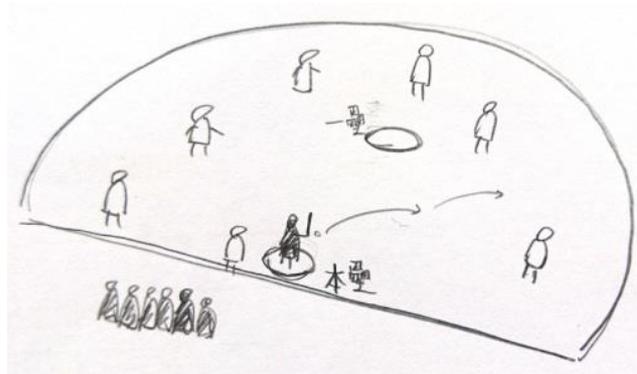
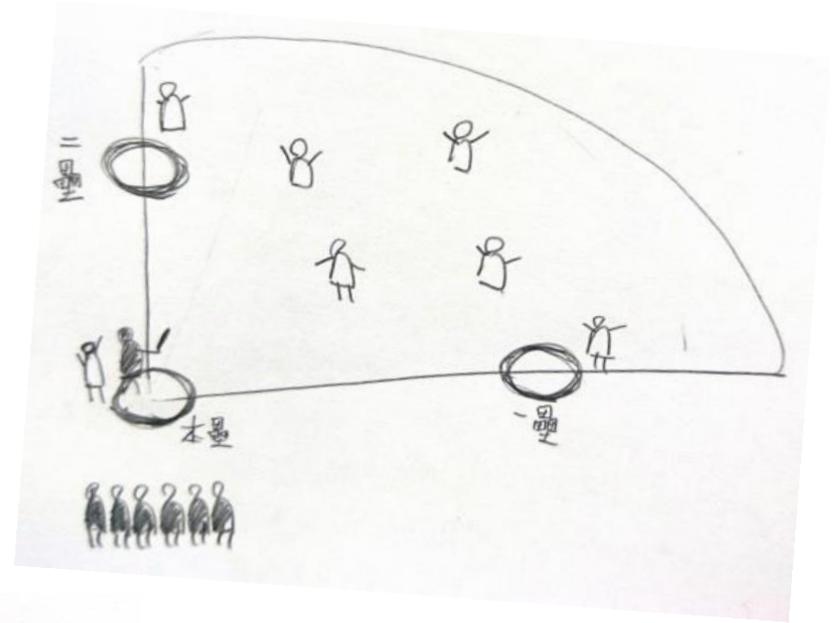
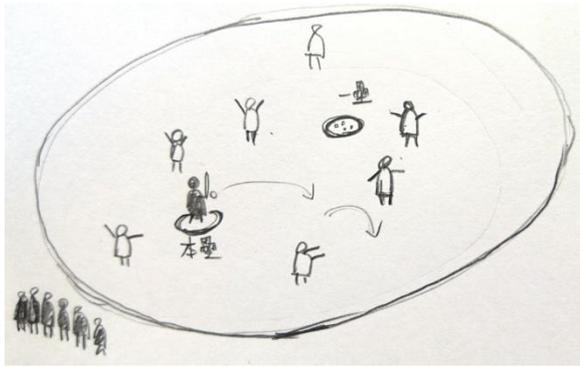
- 複製老師所教導的進行路線、步驟
 - 固定傳球及移位路徑的小組練習
- 特定條件下的攻防戰術選擇與執行
 - 小組攻防、修改式比賽
- 真實脈絡下的戰術擬定與執行
 - 實際比賽
- 戰術識讀、判斷、對策擬定
 - 實際比賽、欣賞

直接、間接

摩斯登教學光譜

理解式球類教學法

跑分守備單元



Q: 欣賞 怎麼教?

要教哪一種層級的欣賞?

- 認識/辨識出老師所教/引導的事物
 - 動作/戰術名稱、規則、歷史、文化...
- 根據老師的引導進行功能/意圖的判斷
 - 進攻與防守戰術判別、動作表現之評分...
- 根據自己的觀察提出評價、感想
 - 比賽表現之評價、觀賽感想、比賽心得...
- 主動欣賞運動賽事/表演並享受其中
 - 看比賽、看表演、表達/書寫感想與評論

直接、間接

動作教育課程模式

理解式球類教學法

運動教育課程模式

閱讀理解策略



平衡動作

(扣分指標，每一項失誤扣 1 分)

- 手部未伸直 或 持續晃動
- 軀幹未挺直 (駝背) 或 持續晃動
- 動作未持續三秒，另一隻腳即落地

滾翻動作

(扣分指標，每一項失誤扣 1 分)

- 頭部觸/頂地
- 身體於滾翻過程未能抱緊成球狀
- 動作不連續 (需依靠手部支撐才能站立)

騰躍動作

(扣分指標，每一項失誤扣 1 分)

- 起跳時，雙腳未同時起跳
- 落地後腳步繼續移動 (一步以內)
- 腳掌以外之身體任何部位著地

(頭部觸地扣 2 分)

-1

-2

-3

班級：5-3 座號：28 姓名：BOOM

體操動作展演清單

順序	第一個動作	第二個動作	第三個動作
類型	<u>平衡</u> 騰躍、滾翻 (圈選)	平衡 <u>騰躍</u> 滾翻 (圈選)	平衡 騰躍 <u>滾翻</u> (圈選)
動作名稱	單腳平衡+身軀 幹動作	躍過小木箱 手支撐分腿騰騰	前滾翻 側肩滾翻
失誤扣分			
自評難度	A級 C級 A級 (最高分：9)		
總得分	7-1		

備註：成功率 (無失誤) 比 高難度 更重要!!!

所以...

情意呢?

行為呢?



個人與社會責任課程模式

運動教育課程模式

樂趣化體育

體適能教育模式

合作學習

適應體育

翻轉教室

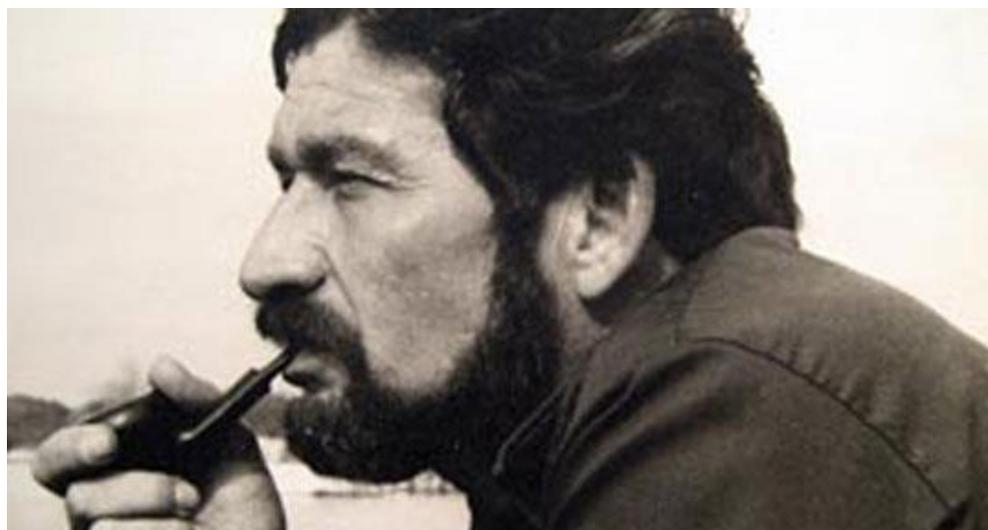
差異化教學



素養導向的體育教學與評量

每一種教學模式都有其優缺點，教師需依照教學脈絡與內容來選擇**最合適**的教學模式。

Muska Mosston



圖片來源 <http://www.spectrumofteachingstyles.org/authors-muska.php>

- × 我希望達成的目標為何？
- × 我要如何達成這個目標？
- × 我如何知道自己是否有效地達成目標？

素養導向評量之可能性

您(貴校)如何給體育成績？方法？標準？

「教材種類」

如：體適能、排球…

「評量類別」

如：認知、情意、技能…

「評量辦法」

如：評量工具、操作方式、
成績計算方式…



評量的質疑

- 客觀嗎？
 - 同一老師評量同一個學生能有一致的結果？
 - 不同老師評同一個學生能得到相同結果？
- 有效嗎？
 - 能評量到學生的能力，而非天賦或運氣？
 - 能診斷出學生的問題，進而擬定補救策略？



「排球技能」怎麼測？



素養導向的體育教學與評量

以低手擊球 為例

解釋度/預測度可以有多高？

評量目標

- 身體控制球的能力
- 接發球的能力
- 修正球的能力
- 賽中應用技術的熟練度
- 賽中應用技術的靈活度
- ...

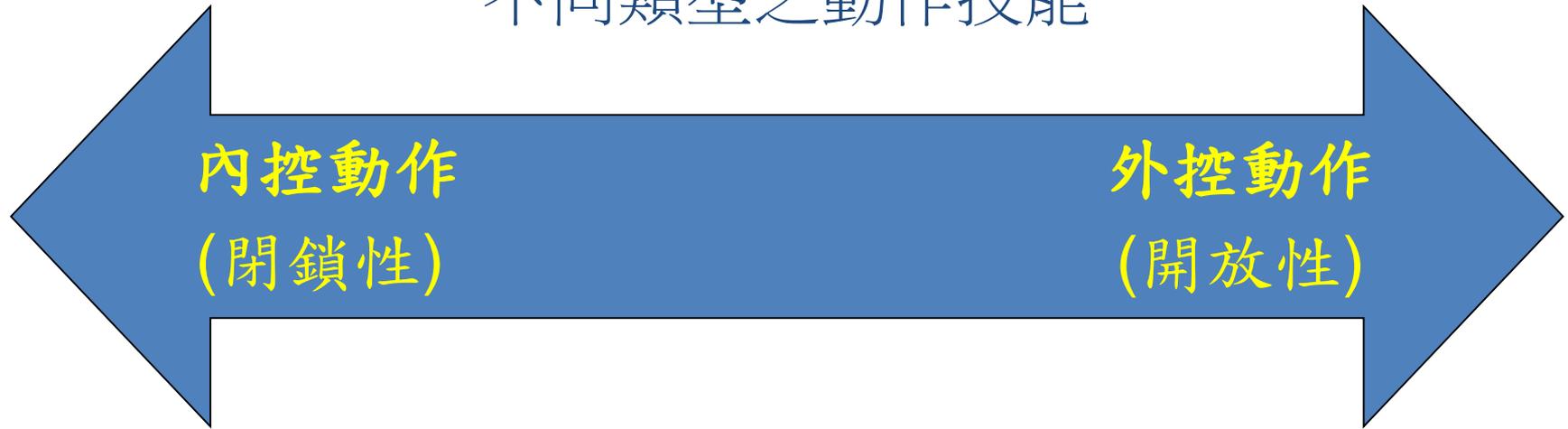


評量方法

低手連續對空擊球

- 低手連續對牆擊球
- 雙人低手擊球連續來回
- 以低手接對場來的發球
- 賽中應用低手擊球的成功率
- ...

不同類型之動作技能



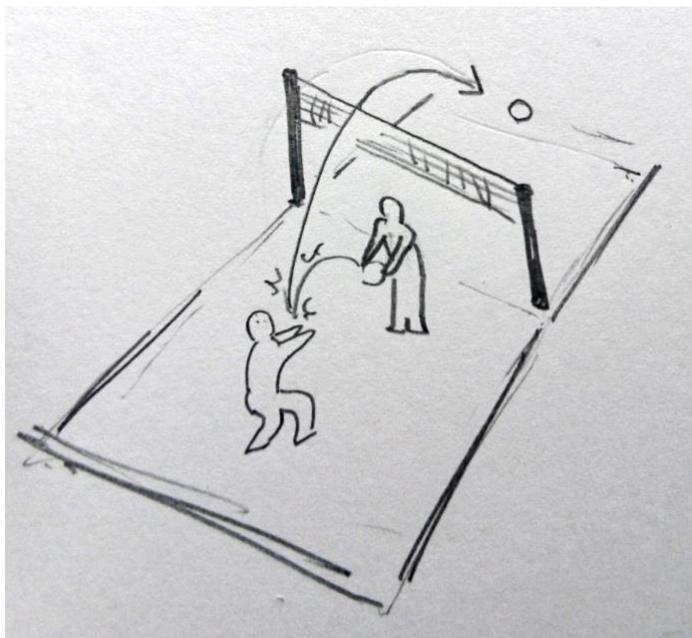
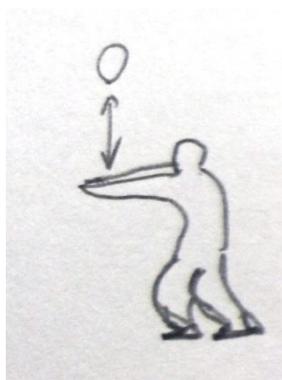
在一種穩定的情境下，從事一個固定的動作。

操作者可以使用自己的步調從事活動

在經常變動，且不可預測的環境需求下所做的反應。

操作者需要快速、敏銳的反應。

其它可能性？



結語

- 身為體育的教育工作者
應設法找尋並使用各種方法，
讓學生能全心全意投入你所設計的活動，
甚至達到忘我的境界，

此時，就算他只是普通人，
他也能領略運動的美感經驗！

在此基礎之上，
所有的教育目的都有可能

共勉之



素養導向的體育教學與評量