

談大學體育課程目標多元化

王誼邦/淡江大學

雷小娟/淡江大學

曾瑞成/玄奘大學

壹、前言

教育之目的在於培養國民健全人格、民主素養、法治觀念、人文涵養及強健體魄，使其具備獨立思考、判斷與問題解決之能力，成為合於國家社會且具世界觀之現代公民。教育本質上是透過一連串的教學活動做為手段，來培養學生適應社會環境的學習歷程。體育為教育之一環，體育是透過有計劃、有目的，以身體活動作為手段來達成既訂的目標。因此，所有的體育目標均以達成教育完人目的為依歸。

縱觀國際局勢與台灣內部的社會環境，教育推動與改革一直是國內、外政府重要的施政方針。隨著局勢的詭譎多變，資訊、科技日新月異，教育所衍生的問題來源也變得多元與複雜，使學校教育面臨前所未見的衝擊與挑戰。高等教育把持學校教育最後之一環節，若家庭教育功效薄弱，國民教育失之偏頗，高等教育功能不彰，致使學生身心發展失衡，專業素養未臻完善，則學生步出校園，面對競爭激烈的環境，必然對社會、生活、未來感到一片茫然，充滿無助與無力感，造成人際關係疏離、情緒低落，不適應現有的社會環境。因此，學校教育應體會人與自己、人與社會、人與自然之問題的重要性，透過人性化、生活化、適性化、統整化與未來化之全方位、多面向的學習手段來引領學生，使其適存於社會，成為國家社會健全之良民。

「體育」課程長久以來一直背負著學生鍛鍊體格、健全身心的歷史宿命。學校體育績效不彰，學生身心發展未臻健全，體育教師責無旁貸，然則學生人格發展健全與否，其行為符合國家社會或家庭之期待，並非體育單一課程所能涵括，尤其台灣教育體系在歷經長年的主智浪潮下，體育課程即使不搖搖欲墜，也淪為學校課程邊緣化的結果。有鑑於此，在中、小學全面推動九年一貫教改之際，倡行十大基本能力、六大議題之際，大學體育何去何從？是否也應到了有所覺醒與反省的時刻？大學體育課程的實施，為學生將來出社會做了什麼準備，給了學生什麼樣的學習成果與能力來面對未來競爭



的社會。因此確切可行的體育課程目標與多樣化的課程內容，來彌補因側重專業養成教育所造成的學習失衡，是大學體育課程發展不可漠視的問題。也唯有如此，才能在標榜專業養成的大學教育中，突顯體育課程其具專業且不可替代性的功能與定位。

貳、課程理念與多元化的體育目標

一、體育課程理念

有鑑於適存於競爭之社會，成為健全之國民，為高等教育之目標，則體育課程之理念應以「學生」為主體，以「生活」為中心出發，期使學生對於「人與自己」、「人與社會」、「人與自然」等三方面能有充足的能力與自信來適應未來的生活環境。

二、體育課程目標

現行體育課程目標之公布僅止於高級中學及中小學國民義務教育，而大學體育課程目標尚付之闕如。因此大學體育課程目標之擬定應參酌學校歷史源緣、學校整體發展方向、社會變遷等因素，發展具有該校特色之大學體育課程目標，筆者試擬大學體育課程目標如下：

- (一)增進自我瞭解，發揮個人潛能，培養團隊合作精神。
- (二)培養獨立思考、問題解決之能力，提昇人際關係與溝通之知能。
- (三)建立領導統御，組織規劃與實踐之能力。
- (四)培養尊重他人，關懷社會、家庭，認識鄉土文化之情操。
- (五)提昇運動技能、健康體適能，體會運動、戶外休閒、遊戲之樂趣。
- (六)瞭解健康促進、健康行為的實踐與安全生活之知能。

依課程目標之擬定，其具體教學目標包括：

- A.增進自我瞭解之能力
- B.發揮個人潛能
- C.培養團隊合作精神
- D.培養獨立思考之能力
- E.培養問題解決之能力

- F. 提昇人際關係與溝通之能力
- G. 培養領導統御之能力
- H. 培養組織規劃與實踐之能力
- I. 培養尊重他人
- J. 關懷社會與家庭
- K. 認識鄉土文化
- L. 學習運動技能
- M. 體會運動樂趣
- N. 提昇健康體適能
- O. 體會休閒活動之樂趣
- P. 體會遊戲之樂趣
- Q. 瞭解健康促進
- R. 瞭解健康行為實踐的方法
- S. 瞭解安全生活。

參、體育課程多元化實例

體育課程之規劃，無論是有無學分，亦或必修或選修，均應參酌學校體育設施、場地器材、學區環境、社區資源及適任的體育師資等因素。現行大學普遍施行之體育課程，如大一體育、興趣選項之體育課程，如籃、排、足、棒……等。雖達到開課項目多樣化，但課程目標的多元化為何？在此不遑多敘。列舉體育課程實例如下表所示：



表一 體育課程目標多元化實例

開課項目	課程內容	具體教學目標	上課場地
山林野溪戶外活動	森林浴、登山步道、健行、騎自行車、溪釣、露營、探尋螢火蟲。	個人潛能、獨立思考、問題解決、團隊合作精神、休閒活動、安全生活、健康促進、健康促進。	登山步道、森林公園、風景區。
鄉土民俗體育文化活動	放風箏、扯鈴、陀螺、竹蜻蜓、趕鐵圈、跑馬路、鎖葫蘆、焗窯。	獨立思考、問題解決、關懷社會、家庭、認識鄉土文化、休閒活動、遊戲。	農村活動中心、廟會節慶活動、校內開放場地空間。
水上安全訓練	游泳教學/訓練、水中趣味競賽、救生概論、岸上救生、水中救生。	自我瞭解、個人潛能、問題解決、運動技能、健康體適能、安全生活。	游泳池、海水浴場、校外其他安全水域。
社區關懷團康活動	幼兒體育活動設計、團康活動之領導統御、社區體育活動參與、協助。	團隊合作精神、獨立思考、問題解決、人際關係與溝通、領導統御、組織規劃與實踐、尊重他人、關懷社會。	學區內之幼稚園、中小學、社區(老人)活動中心。

上表所列課程，包括戶外休閒活動、運動、遊戲等不同範疇的課程活動，且課程內容涵括自然環境、鄉土民俗、社區關懷與安全生活等議題。

- 一、山林野溪戶外活動：此課程之設計，主要是以健行、登山、溯溪、騎自行車，做為身體活動的主體，達到運動健身之外，亦可透過選擇適切的活動場地，讓學生了解環境污染對自然環境的破壞，培養學生問題解決的能力，提升野外活動的安全知能及體會戶外休戶活動的樂趣，可達成多元化的教學目標。
- 二、鄉土民俗體育文化活動：此一課程設計，主題是透過民俗體育活動的參訪、童玩的製作與操作，瞭解鄉土文化活動的緣由與意涵，進而關懷、認同鄉土，接觸多元的社會文化。
- 三、水上安全訓練：水上安全訓練課程是以能在水中自救求生為出發點，除培養學生游泳技能外，並學會辨識水域安全，進而學會自救及助人的救生技能，此課程之設計可達成自我瞭解、個人潛能、問題解決、運動技能、安全生活等多項的教學目標。
- 四、社區關懷團康活動：本課程是以運動、遊戲做為團康活動的主體，透過活動的設計，讓選課的學生學習如何與學區內小朋友或老人互動。除可提昇

個人際關係與溝通能力外，亦可達成領導統御、團隊合作、尊重他人、關懷社會等多項教學目標。

肆、結語

大學體育做為學校體育的最後把關，理應為全人教育之目標，提供其應有的功能與價值。在現今大學教育講究科際分化的浪潮下，專業養成訓練勢必向上延伸至研究所，此一結果使得學生在大學教育中，喪失人格健全發展之契機。體育即是透過身體活動為手段，藉由精心的課程設計，達成既定的課程目標，提供學生建立多元能力的學習情境。體育課程項目多樣化雖普行於國內大學體育，但時效性與功能能維持多久，是一項值得探究的議題。多元化體育課程能補足體育外強中乾的課目特性，使體育教學的功能與地位能內外兼顧，加深加廣，不啻是大學體育值得思考的發展方向。

引用文獻

教育部(民 89)。國民中小學九年一貫課程暫行綱要。台北市，未出版。