

參考文獻

教育部 (2022)。111 年度教育部體育署體育教學模組 2.0 實施計畫。取自 <https://pemodel.org/>。

闕月清、蔡宗達、黃志成 (2008)。理解式球類教學模式。載於闕月清 (主編)，理解式球類教學法 (頁 21-40)。臺北市：師大書苑。

Bunker, D., & Thorpe, R., (1982). *A model for the teaching of games in secondary schools. Bulletin of Physical Education, 18(1), 5-8.*

新竹縣福龍國小推動體操模組 2.0 ——「初學及低年級體操教學模組」之策略

蘇振鑫／新竹縣福龍國小主任

體操教育的興衰與重要性

教育經歷九年一貫課程改革後，體育與健康教育合併為「健康與體育」（教育部，2003），在每週授課總節數下降，導致原本中高年級每週三節的體育課，還需納入健康教材，使得授課節數減少下，產生教材內容如何選授，以及體育與健康教育如何統整的課題，成為現場教師的一大挑戰。此外，「體操」項目也由 64 年的「體育」課程標準中五大運動類別（教育部國民教育司，1975），減為九年一貫課綱中運動技能 3-2-4「在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術」的補充說明。惟在 108 年所實施的十二年國教「健康與體育」課綱中，為學習內容 9 項主題中的第 9 項「表現類型運動」之一，學習內容從第一階段的「Ia- I -1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。」到新增「擺盪動作」於第二階段、「跳躍、旋轉與騰躍動作」於第三階段（教育部，2018）。現場教師除面對課程弱化後，本身運動技能不足與教學實施經驗欠缺的雙重危機外，還得挑戰十二年國教的素養導向教學取向，他們所面臨的體操教學挑戰，前所未有！

然而，何以需積極迎戰，並解決體操教學危機呢？體操運動表現，實質展現出「力」與「美」（黃桐絹，2015）。因此「身體」運動教育的價值，除了

追求健康之外，還蘊含「美」與「價值」的內涵，也就是體驗健康的形體之美和身體運動文化學習的美之鑑賞，使得從事或觀賞運動的極致表現如同藝術作品及音樂的欣賞般，經歷完美的滿足感（蔡欣延、周宏室，2004）。此精隨也如十二年國教健體課綱中表現類型運動所言：希望透過肢體展現動作美感、表達情感與思想、創意、動作技巧與文化精神，達到欣賞各種表現類型及文化特徵，尊重與關懷各族群文化的態度，並培養國際了解的素養。

綜合上述，理解體操教育的重要性，從課程改革歷程的缺憾、遺漏體操教材的豐富性、提升教師體操的專業、以及體操教育對拓展學生國際觀的助益，從小紮根體操教育對於落實國家課程的重要性，不言可喻。

體操教育在福龍課程架構中的位置

一、福龍國小簡介及課程規劃

福龍國小位於新竹縣新豐鄉邊境，緊鄰湖口鄉與桃園縣新屋鄉，校園植物多元、生態豐富，學校左邊緊鄰的「福龍宮」，供奉神農大帝，是在地世代田園種菜或務農信仰中心。

學生人數自民國 85 年學生人數達 100 多人，民國 103 年至 108 年因少子化學生銳減降至 28 人，然而歷經三年貫徹竹縣教育主軸「科技創新、國際視野、紮根閱讀、深耕藝文」，發展「清華 STEAM」、「雙語及國際教育」、「社區與環島走讀趣」、「客家創意擂鼓」、「客家民俗舞蹈」、「初學及低年級體操模組 2.0」等等的校訂課程，搭配教育部專案計畫資源，開辦「免費

全日班一開辦多元社團活動」、「夜光天使班—課後照顧陪伴與課業指導」，讓每個孩子都可得到老師最適切的指導與照顧，111 學年度學生人數已回升至 81 人（國小部 60 人，幼稚園 21 人）。

福龍國小以「健康」的身心靈，「快樂」的學習，「堅毅」的態度為本校的願景，希望以樂活運動站的建置，以體操作為發展學生基礎運動能力的出發點，在學生練習過程中，獲得健康的身體、快樂的學習興趣以及對學習挫折的忍耐力，在學習歷程中能反省、溝通、合作和調整。針對課程部分，分別從「部定課程」以扎根健康與體育領域教學為主，「校訂課程」以體操模組 2.0 深化民俗舞蹈及擂鼓的表演藝術。

今就上述「部定課程」及「校訂課程」類別，表列實施內容如 82 頁表 1。

二、體操模組推動歷程及師資培訓

福龍國小自民國 108 年至 110 年積極參加體育教學模組認證，全校教師編制總計 11 人，通過球類體育教學模組認證教師共 8 位。民國 111 年持續深耕體育教學專業，福龍國小為教育部體育署的「體操模組 2.0- 初學及體操模組 2.0」示範學校，由於體操模組 2.0 大致分為「初學及低年級」、「中年級」、「高年級」三種層次，首先針對校內環境因素、學生需求因素及教師專業，考慮從哪個層次做起。111 年福龍國小附設幼稚園第一年設立，福龍國小課程發展需要考慮到與幼稚園的縱貫連結，學校舉辦班親會暨課程說明會，就定調要將「初學及低年級體操模組」列入年度重要課程，強調早期導入體操模組 2.0 教學，有助於幼稚園及低年級的協調性及主導情緒和專注力的發展。

表 1 體操課程在福龍國小體育課程架構中的位置

類型	部定課程內容	校訂課程內容	實施對象
表現類型 運動	含「體操」、「舞蹈」與「民俗運動」3 個次項目	初學體操模組 2.0-活力體操競賽	幼稚園
		低年級體操模組 2.0-活力體操競賽客家創意擂鼓	低年級
		客家民俗舞蹈	中高年級
競爭類型 運動	一、網／牆性球類運動 二、陣地攻守性球類運動 三、標的性球類運動及 四、守備／跑分性球類運動		中高年級
挑戰類型 運動	含「田徑」與「游泳」2 個次項目		中高年級
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」5 個次項目。	水域休閒運動- SUP 戶外休閒 運動-童軍及定向 越野	中高年級
		其他休閒運動- 校慶成果展-親 師生體操分站 闖關	幼稚園 低年級 親師生

體操模組 2.0 需要辦理三項研習：第一是集中式研習。臺灣師範大學 110-111 年研發的「初學及低年級體操教學模組」，透過體操模組的核心架構 GBODY：「G 場佈暖身」、「B 模仿與控制」、「O 溝通互動」、「D 差異化遊戲」、「Y 能力養成」等步驟來實施，體操教學模組共有三個模板和九個活動單元，教學對象為初學及低年級學童，三個模板的動作要素建構採用循序漸進的方式來設計。第一個模板為歡樂動物—城市之旅「柔軟、協調」能力。第二個模板為探險樂園「跳躍、平衡」能力，第三個模板為頑皮世界「支撐、滾翻」能力。本校於 111 年 8 月 24 日辦理福龍國小校內的「體操教學模組增能研習」，總計有 12 位教師完成研習時數。

第二項研習為「活力體操工作坊」，主要以辦理體操成果發表的研習工作坊，分別針對體操成果分為六站的內容實作與評分細則進行說明，由教師兼任裁判鑑別學生身體能力的表現進行評鑑，六站分別為：平衡能力、滾翻能力、跳躍能力、支撐能力、旋轉能力及協調能力。本校於 111 年 10 月 5 日辦理全校研習，並配合教育部拍攝體操宣傳影片計畫。

第三項研習為「勇闖奇幻森林」活力體操成果發表共分為六站，每一站有三個動作。第一站「平衡能力」有神奇樹木、獨木橋探險、站立揮毫三種動作表現。第二站「滾翻能力」操作側滾翻、不倒翁、大象前滾動作。第三站「跳躍能力」操作跨越小溪、袋鼠左右跳、跳上跳下動作。第四站「支撐能力」操作神龍擺尾、手推車、小側翻動作。第五站「旋轉能力」操作坐地屁股轉、雙腳交叉旋轉、單腳旋轉。第六站「協調能力」操作七手八腳、球 8 字繞身、滾動地球。本校於 111 年 12 月 28 日全校的國小及幼稚園學生，以分站學生競賽方式，完成五站的表演競賽，校內教師完成體操裁判研習及模組教師認證。

112年1月14日辦理五十二周年校慶，辦理第二次活力體操共六站的成果發表，開放家長與學生共同體驗「初學及低年級體操」的魅力。

推動體操模組 2.0 需要考慮教師上課的便利性，首重體操模組教學環境的布置。首先，在體操模組集中式研習結束後，將當日在福龍國小進行體操模組的三個模板的研習，進行影片分割和製作，讓教師及學生能回顧當日研習內容並能立即進行教學。教師教學選擇的模板，尊重教師可教授的內容，同時告知會錄影教學歷程，以供後續申請體操模組教師認證，在期末進行活力體操競賽時，我們也適時引入體操裁判的校內研習，讓教師專業得以提升。

三、體操樂活努力目標

108 課綱強調部定課程（領域教學）的提升基礎學力，規劃並執行跨領域的校訂課程（彈性節數），成就學校的校本課程。福龍國小以「健康」的身心靈，「快樂」的學習，「堅毅」的態度為本校的願景，福龍國小自 111 學年度將體操模組 2.0 規劃在部定領域的健康與體育領域中實施，在校訂課程中規劃體操模組 2.0 的成果展示，除了提升福龍國小學生運動基本能力扎下深厚的基礎，也在成果展示中，讓家長及社區認識體操教學。基於以上的努力，未來體操樂活站設立有以下目標：

（一）主打幼小銜接的「初學及低年級體操模組」課程

福龍國小附設幼稚園今年為第一屆招生，為加強幼稚園與國小課程無縫接軌的課程規劃，111 年申請新竹縣體操模組 2.0 示範學校，強化教師對體操教學的專業能力，重視學生不同年齡層的動作能力發展，以差異化教學方式，呈

現體操在不同年齡層適才適性的風貌。

（二）辦理活力體操競賽演示，親師生共同推展體操

每學期以教學成果展方式，邀請家長及社區人士到學校，了解學校辦學成果，充分展現家長與孩子一起做體操分站闖關的樂趣。

（三）雙語融入體操教學，展現國際教育風貌

體操在歐洲是必須學習的基礎動作技能，而且歷史淵源久遠，雙語政策逐步在臺灣教育體系蔓延，讓學生從身體活動中，能以第二外語說出動作名稱，適度表達對身體活動的感受，會是最具素養導向的雙語教學策略。

（四）適才適性培育運動人才

從體操著手學生的運動基礎能力，隨著學生年齡增長，體操課程的動作難度也會調整，逐年導入中年級及高年級體操模組研習及認證，從強化教師專業能力，到提升體育教學效能，未來適才適性培育運動人才，自然能水到渠成。

（五）新竹縣市建立大學體育學系與福龍國小的夥伴關係

邀請新竹市體育學習體操專長教師到校輔導，開辦教師研習，課後開辦體操社團，逐日逐步提升學生運動能力。

體操教學模組推動成效與未來方向

此次福龍國小有幸能以示範學校專案方式，挹注於本校體操器材及教師專業成長，以及重新思考幼稚園第一屆幼小銜接課程，以及素養導向縱貫課程的規畫，強調幼稚園學生基礎運動能力，透過體操的六大基本能力讓學生對體操能快樂、安全並有效學習，深化教師 108 年素養導向教學策略，學生能在生活

化的情境中，學習體操技能及優化學生身體能力。另外，以福龍國小校慶成果展方式，將體操模組 2.0 的分站體操表演，展示於校慶活動中，讓家長與小孩一起歡樂與體驗體操的魔力，未來體操成為福龍國小及幼稚園身體活動能力的特色課程。

在體操模組推動時，個人覺得在進行活力體操競賽的考量是非常糾結的環節。首先，體操表現的「裁判」，如何協助多數學校沒有受過訓練的教師進行的問題。既然是競賽性質，評判標準要能讓學生、教師和參觀的家長都能認同，不僅僅是鼓勵性質的校內獎狀發出去就可以。此次在進行活力體操工作坊時，觀看了臺中和花蓮的活力體操工作坊，未來要推展學校到學校的複製，最重要的是建立一套體操模組 2.0 在「活力體操競賽」階段的本土裁判標準。

未來本校的進程，將朝向全校普及體操課程的推進，期許所有的學生都能夠享受體操學習的樂趣並獲得素養的涵育，也需要繼續爭取外部資源的挹注，並強化師資與學習空間的完善，提供本校師生更合適與理想的學習環境。

參考文獻

教育部（2000）。國民中小學九年一貫課程暫行綱要：健康與體育學習領域。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暨普通型高級中等學校健康與體育領域。臺北市：作者。

教育部國民教育司（1974）。國民小學體育課程標準。臺北市：正中書局。

黃桐絹（2015）。運動藝術—美學饗宴。大專體育，135，1-16。

蔡欣延、周宏室（2004）。從 Adorno 的美學觀點論“身體”運動教育的價值。中華體育季刊，18（3），107-115。



圖 1 體操模組教師研習



圖 2 體操模組展演研習



圖 3 體操成果發表會



圖 4 體操模組教師研習