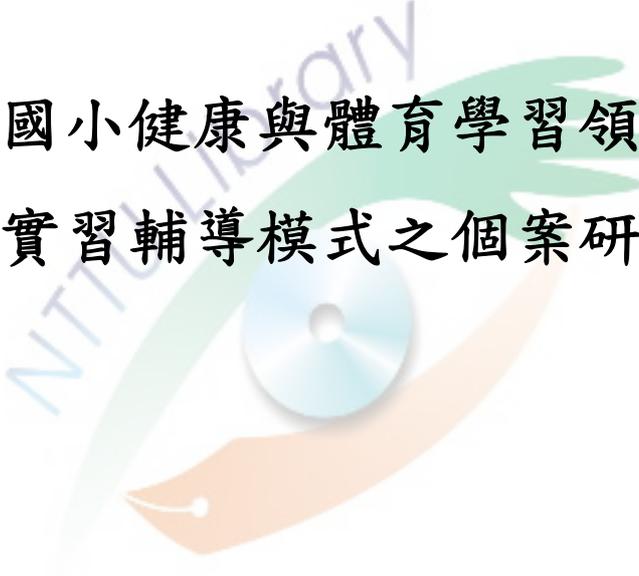


國立台東大學體育學系
碩士論文

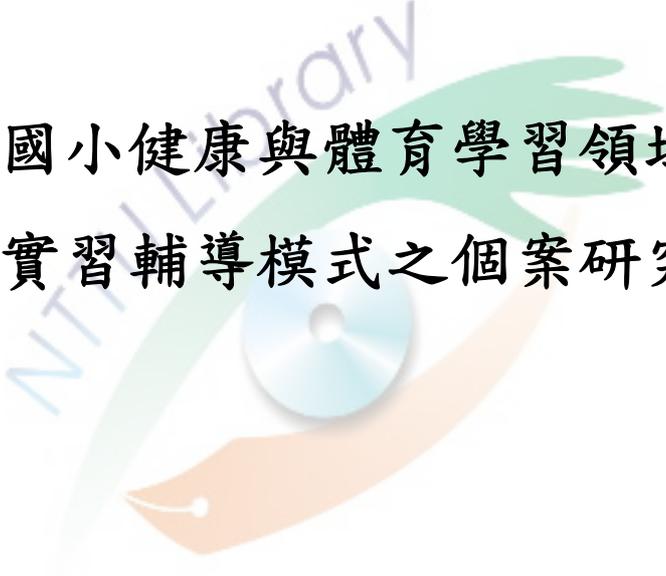
指導教授：陳玉枝

國小健康與體育學習領域
實習輔導模式之個案研究



研究生：陳長盛 撰
中華民國九十五年八月
台東市

國立台東大學體育學系
碩士論文



國小健康與體育學習領域
實習輔導模式之個案研究

研究生：陳長盛 撰
指導教授：陳玉枝 先生
中華民國九十五年八月

國立台東大學

學位論文考試委員審定書

系所別：體育學系

本班 陳長盛 君

所提之論文 國小健康與體育學習領域實習輔導模式之個案研究

業經本委員會通過合於 碩士學位論文 條件
 博士學位論文

論文學位考試委員會：

關月清

(學位考試委員會主席)

張春秀

陳六枝

(指導教授)

論文學位考試日期：95年8月 日

國立台東大學

博碩士論文授權書

本授權書所授權之論文為本人在 國立台東大學 體育教學碩士班

九十五 學年度第 一 學期取得 碩 士學位之論文。

論文名稱：國小健康與體育學習領域實習輔導模式之個案研究

本人具有著作財產權之論文全文資料，授予下列單位：

同意	不同意	單位
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	國家圖書館
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	本人畢業學校圖書館

得不限地域、時間與次數以微縮、光碟或其他各種數位化方式重製後散布發行或上載網站，藉由網路傳輸，提供讀者基於個人非營利性質之線上檢索、閱覽、下載或列印。

本論文為本人向經濟部智慧財產局申請專利(未申請者本條款請不予理會)的附件之一，申請文號為：_____，請將全文資料延後半年再公開。

公開時程

立即公開	一年後公開	二年後公開	三年後公開
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

上述授權內容均無須訂立讓與及授權契約書。依本授權之發行權為非專屬性發行權利。依本授權所為之收錄、重製、發行及學術研發利用均為無償。上述同意與不同意之欄位若未鈎選，本人同意視同授權。

指導教授姓名：陳長盛

研究生簽名：陳長盛

學號：1492018

日期：中華民國 95 年 8 月 日

謝 誌

經過了四個寒暑，終於完成了在生命中未曾計畫完成的碩士論文，回想當初剛報到時對老師們的要求、課程的壓力，實在被壓得喘不過氣來，甚至萌生休學的念頭，認為自己不適合走研究這條路。但路是人走出來的，人的潛能無限，是老師們激發了我之前所沒有的能力和對研究的興趣，讓我經歷了、也豐富了研究生的旅程和經驗，我要以最熱忱的心對指導過我的師長們獻上最高的謝意！

首先要感謝的是我的指導教授—陳玉枝老師，因為玉枝老師的教導，讓我開啟了對體育教學的興趣，豐富了專業知識，也確定了研究的目標與方向，也感謝玉枝老師能收我為徒，在老師的身邊學習，對未來的研究也有新的方向與目標。在寫作論文的過程中，玉枝老師總是能點出論文的癥結所在，提供了解決問題的方法和方向，讓我可以清楚的邁向完成論文的康莊大道。再者，要感謝二位如慈母般的闕月清老師及嚴師般的張春秀老師給我的指導與建議，提供了讓研究更完善的寶貴意見及鼓勵，並不吝的指出對研究的意見和應努力的目標，讓我能看到應該加強與改進的地方，也給予我繼續完成研究的信心及勇氣。另外，也要感謝周禾程老師，您能夠無私的提供我研究的工具，在為完成博士論文而煩心之際，仍能給予我鼓勵及祝福，讓我的心感到無限的溫暖，真的非常感謝。

感謝我研究的伙伴琇琪及桂綾，感謝你們能在龐大的壓力下仍然能無悔的幫忙，感謝你們能在百忙之中仍能給予研究的幫助、建議與回饋；感謝學務處的黃世明主任、陳明輝主任、朝鴻、廷榮、翠華、文仕及盈良平時的加油與鼓勵，在行政工作上的支援與協助，也感謝孟蓉容忍我英文摘要的拙作，並加以修正，感謝你們的協助與鼓勵，讓我能在工作之餘能完成論文的寫作。

感謝班上同學的對我的關照，讓我享受到未曾享受過的同窗之情，畢生難以忘懷的同窗之愛。感謝同組的同學：錦釗的叮嚀與督促，讓我能夠追隨你們的腳步，完成論文，並且還必須張羅組內的大小事，成功地組織我們這群男生，讓我們的研究可以順利進行及完成；還有志強、垣翰、建輝、益彰等同組的好友，在台東進修時為作業、論文討論及拚鬥的景像，讓我難以忘懷。還有同居多年的室友昱甫，總是能大方的提供教學的資訊與工具，也無私的替我們解決在台東的交通問題，與黑夜搏鬥的精神也讓我望塵莫及，在此也一併感謝。

最後，特別要感謝我的家人，我親愛的爸爸、媽媽、岳父、岳母無私地協助照顧我那二位年幼的孩子；老婆飛燕、女兒洺萱及犬子昱倫對我的支持及鼓勵，是你們讓我能專心的進修及完成學位，完成人生的另一個里程碑，謝謝你們！

完成學位不僅是結束，而是另一個開始，燃起的火苗，希望能照亮另一個旅程的開始。而互助、分享、堅持與衝刺的精神是最大的收穫，再次感謝所有支持及幫助我的親人及好友，謝謝你們！

陳長盛 謹誌 中華民國九十五年八月 於台東

國小健康與體育學習領域 實習輔導模式之個案研究

研究生：陳長盛
指導教授：陳玉枝
日期：2006.8.

摘要

本研究目的在探討健康與體育學習領域有經驗和有體育相關背景的實習輔導教師，以循序漸進的方式引領實習教師，再加上專業的反省與溝通，建構出國小在健康與體育學習領域可行的實習輔導模式。在方法上採用參與觀察、PETOS 體育教師行為觀察系統、訪談法、刺激回憶訪談法及反省札記內容分析法。以三年級的實習輔導教師及實習教師各一位為對象，研究時間為十週（含觀摩期、協同教學期及獨自教學期），透過課前的課程設計、課中的教學行為及課後的教學反省等資料蒐集進行分析與討論，結論如下：一、實習輔導教師循序漸進地引領實習教師從事體育教學，觀摩期以示範及討論方式；協同教學期及獨自教學期採用共同檢討方式，於獨自教學期更以監督者及諮詢者的角色放手讓實習教師建立教學模式。實習輔導教師的實習輔導策略，對實習輔導的結果有相當成效。二、實習教師在實習前、中、後時期，能部分接受實習教師在課程設計及教學行為表現的回饋，並予以內化，在教學反省內容以關注教學為多，且兼具實際行動層次和批判層次，逐漸地能夠獨自勝任體育教學工作，並發展自己的教學模式。而實習輔導教師的教學熱忱及實習教師的學習態度，影響著實習輔導關係的發展及實習輔導的成效。三、基於體育課的特殊性，能有二位體育教師進行教學以互補有無，及重視班級經營及常規的處置，再加上教學觀察記錄，有助於體育教學的成長及教學成效。

關鍵字：健康與體育學習領域、實習輔導教師、實習教師、實習輔導模式

A Mentoring Model Case Study of Health and Physical Education Learning Area in Elementary School

M. Ed. Thesis, 2006
Graduate : Chung-Sheng Chen
Advisor : Yuh-Chih Chen, Ph. D.

Abstract

The purpose of the study was to construct an appropriate mentoring system for the mentor expert in Health, Physical Education. The mentoring system consisted of increasing the proficiency in Physical Education (PE), applied flexible teaching methods, observed the teaching behaviors, and making communication between the student teacher and the mentor. The methods used in this research include the PETOS, Interview Surreys, Stimulated recall and Content analysis. The participants consisted of a mentor and a student teacher in the Third Grade. The study was proceeded within ten weeks (include Beginning teaching, Team teaching and Autonomous). With the use of the designed mentoring system, conclusions were made as follows. Firstly, it is better for the mentor to mentor the student teacher step by step via observation, peer teaching, and teaching one by one for providing appropriate assistance and suggestions to the trainee. The roles of the mentoring teacher were of a fuggleman, a collaborationist, and a consultant. The relationship between the mentoring teacher and the student teacher could affect the results of mentoring significantly. Secondly, after experiencing the mentoring program, the student teacher could gradually handle the PE class by himself and develop his own teaching model. During the mentoring program, it was found that if the trainee had the abilities to criticize the mentors teaching method, to adapt the suggestions from mentor, and to make self-examination, then the mentoring achievement as well as the mentor-student teacher relationship can be improved notably. Finally, based on PE's specialty, team teaching is better in PE. Observing in the classroom and emphasising on class management and convention is important could improve the teaching.

Keywords: Health and Physical education learning area, mentoring teacher, student teacher, mentoring model

國小健康與體育學習領域 實習輔導模式之個案研究

目次

謝誌	I
中文摘要	II
英文摘要	III
目次	IV
表次	VI
圖次	VII
第一章 緒論	1
第一節 研究背景	1
第二節 研究目的與問題	3
第三節 研究範圍與限制	4
第四節 名詞界定	5
第五節 研究的重要性	6
第二章 文獻探討	9
第一節 國小實習輔導制度的演變及面臨的問題	9
第二節 實習輔導教師的相關研究	16
第三節 實習教師的相關研究	26
第四節 有效的體育教學	31
第五節 實習輔導教師與實習教師的專業發展	48
第三章 研究方法	55
第一節 研究架構	56
第二節 研究對象	58
第三節 研究方法	59
第四節 研究工具	60
第五節 實施過程	64
第六節 資料處理與分析	69
第四章 結果與討論	71
第一節 實習輔導教師的實習輔導歷程	71

第二節	實習教師的實習歷程.....	81
第三節	其他發現.....	96
第四節	本章小結.....	97
第五章	結論與建議.....	101
第一節	結論.....	101
第二節	建議.....	103
引用文獻	107
一、中文部分	107
二、英文部分	113
附錄	115
附錄一	參與研究同意書.....	115
附錄二	研究工具授權使用同意書.....	116
附錄三	實習輔導教師實習輔導計畫.....	117
附錄四	給實習老師的一封信.....	118
附錄五	課後訪談題綱範例.....	119
附錄六	刺激回憶訪談題綱範例.....	120
附錄七	觀摩期反省札記.....	121
附錄八	協同教學反省札記.....	122
附錄九	獨自教學反省札記.....	123
附錄十	訪談紀錄範例.....	124
附錄十一	PETOS 體育教師行為觀察系統.....	125

表 次

表 2-1-1 研究學者對實習輔導教師研習與培訓的看法.....	13
表 2-2-1 實習輔導教師所扮演的角色.....	17
表 2-2-2 實習輔導教師的輔導策略.....	20
表 3-4-1 教師體育教學反省札記之反省內容、反省層次類目定義和舉例說明表.....	62
表 3-4-2 PETOS 體育教師行為觀察系統行為類目一覽表.....	63
表 3-5-1 觀察者內及觀察者間信度一覽表.....	66
表 3-5-1 資料蒐集一覽表.....	68
表 4-1-1 實習輔導教師反層內容、反省層次類目統計一覽表.....	79
表 4-2-1 實習教師回饋行為次數紀錄表.....	88
表 4-2-2 實習教師反層內容、反省層次類目統計一覽表.....	94



圖 次

圖 2-4-1 課程計畫的訂定、教學發展與計畫的循環模式.....	32
圖 2-4-2 體育教師專業成長流程圖.....	43
圖 2-5-1 協同教學之實施步驟.....	54
圖 3-1-1 研究架構圖.....	57
圖 3-4-1 實習教師有效教學行為觀察、形成及比較圖.....	60
圖 3-4-2 課後訪談及刺激回憶訪談交互作用圖.....	61
圖 3-5-1 研究流程圖.....	64
圖 3-5-2 觀察員訓練流程及教學回饋圖.....	66
圖 3-5-3 實習輔導資料檢驗及交互關係圖.....	69
圖 3-6-1 實習輔導教師及實習教師反省札記交互作用關係圖.....	70
圖 4-4-1 實習輔導教師實習輔導模式圖.....	98
圖 4-4-2 實習教師發展教學模式圖.....	99





第一章 緒論

本章旨在說明研究問題的形成，包括研究的背景、研究目的與問題、研究範圍與限制、研究的重要性等，並將本研究中重要名詞，提出界定。

內文陳述在師資培育法實施之後，師資培育由一元變成多元，學校單位也成為師資培育的機構，由於目前並無針對實習輔導教師開設輔導實習教師的專業課程及研習，讓在職教師在輔導實習教師時顯得無所適從，只得依過去個人教學的經驗來實施輔導，造成實習教師所得有限，專業成長速度緩慢。健康與體育學習領域教師專業師資本就缺乏，在國小聘任實習輔導教師制度與實習輔導教師的實習輔導專業知能不足、體育科任制未全面實施、及教育主管單位尚未建構一套健全的輔導實習教師模式的同時，希望透過本研究實習輔導之間的實習輔導計畫、訪談、刺激回憶訪談、反省札記及系統觀察等方法，嘗試建立一個有系統的實習輔導模式，讓實習輔導教師在輔導實習教師的過程之中也能夠專業成長，實習教師也透過一套有系統的實習輔導模式能夠快速成長，適應教學現場，在未來提昇健康與體育學習領域的教學成效；也讓非體育系的師資也能夠仿照本研究之實習輔導歷程，增進健康與體育學習領域的教學能力，並供未來在健康與體育學習領域之實習輔導教師及實習教師在實習輔導過程的參考。

第一節 研究背景

自民國八十三年公布施行師資培育法之後，師資培育由「一元」轉變成「多元」，師資培育也因而從「計畫性培育」轉變成「儲才式培育」（高熏芳，2002；林靜萍，2006），依據師資培育法（2005）第十六條：「高級中等以下學校、幼稚園及特殊教育學校（班）應配合師資培育之大學辦理全時教育實習」，學校機構也成為實習教師不佔缺的教育實習機構。

依據「高級中等以下學校及幼稚園教師資格檢定及教育實習辦法」（2002）第十九條：實習輔導教師由教育實習機構遴選，薦送師資培育機構；其遴選原則如下為：一、有能力輔導實習教師者；二、有意願輔導實習教師者；三、具有教學三年以上之經驗者。學校教師也轉變為實習輔導教師，也就是說，實習教師是在實習輔導教師（良師）的引導之下從事教育實習。但實習輔導教師在角色轉換及未做配套措施的情形之下，在實習輔導上有潛在的問題—實習輔導教師未接受專

業的實習輔導知能課程訓練或研習，造成實習輔導教師的不知所措，沒有一套有效的實習輔導策略，只能憑自己過去的經驗來給予實習老師指導和建議，導致實習輔導成效不彰；抑或實習教師淪為行政或級任教師的酬傭，在專業成長速度緩慢（葉明政，1997；高薰芳，2002）。所以，實習輔導教師是具有最重要決定性的地位及影響力，且是新實習制度成敗的靈魂人物。

而在師資培育多元化、自費生為主，公費生為輔（林靜萍，2006）、師資供需失調的情形之下，過度的「儲備」造就了許多的「流浪教師」（吳武典，2004），實習輔導教師辛苦的付出未必可讓實習教師可以通過教師甄試，在未來教學上發揮所長（林靜萍，2006；張春秀，2006），再加上為無給職或義務指導、沒有受過實習輔導專業知能研習及訓練（楊惠琴，1997；黃婉萍，1999；顏慶祥，2000；林懿德，2001；陳利玲，2001；林貴福、盧淑雲，2003；陳玉枝，2003a；翁素雅，2004）等因素，在尚未建立一套有系統、有效的實習輔導模式的情形下，造成擔任實習輔導教師的意願不高。

在現代凡是要求「專業化」的時代，國小教師也勢必走向專業化，同時不斷地反省和改進，才能不斷的進步，才能符合時代的需求。教育若是一項專業，則教師在教育工作上的決定應具有知識、價值體系基礎；而一項行業若其專門化的程度及知識技能體系的發展程度較低，且較不重視實踐上的理論與概念基礎，則只能被視為一種「半專業」（周淑卿，2004）。所以教師的專業成長是刻不容緩的。

教學是複雜的活動，當然教師也必須具備專業的知識，如內容知識、一般教學知識、課程知識、學科教學知識、對學生及其特質的瞭解、教育環境的瞭解、以及對教育目的和價值及其史哲基礎的瞭解（周淑卿，2004；甄曉蘭，2004）。健康與體育學習領域的教師，亦應具備上述的相關知識和技能，如具備豐富的體育專業知識、精熟體育各項教學法、有效的課室管理、場地器材的妥善運用、及了解體育的意義、價值和目的等，才足以稱得上是一位專業的健康與體育教師。

在新制的實習制度下，實習教師必須在實習機構，經過一年的實習輔導教師的實習輔導，通過複檢才可取得教師資格。但在實習的過程之中，實習輔導教師扮演著重要的角色（楊惠琴，1997；黃婉萍，1999；林懿德，2001；高薰芳，2002），是影響教育實習成敗的關鍵。在這種「師徒」的實習輔導過程中，是否可以藉由實習輔導教師給予適時的心理建設與輔導，並在專業成長各層面，給予經驗的傳承，使其在教師生涯發展適應探索及學習成長階段獲得有效的助益，引導其快速達到專業成熟階段，以利後續教學生涯發展順利（李淑玲、蕭珮虹，2004）。

蔡貞雄（2003）曾經以問卷調查台南市、高雄市、台南縣及民國八十四年二月參加台南師院舉辦之體育科教學研討會之教師共 264 名國民小學教師中，自認

能勝任體育教學者佔 26.6% ，無法勝任者高達 73.4% ，顯示出非體育科系的教師上體育課確實有其存在的困難，除了本身的專業知識不足之外，其主要原因是不知如何靈活運用有效的教學方法、安排課程內容和動作要領的不熟悉。

本研究即在探討是否可以藉由有經驗的實習輔導教師，在有計畫、有策略及漸進式（鐘敏華，2006）的系統輔導下，從實習前期觀察實習輔導教師訂定常規和設計教學內容，到實習中期與實習輔導教師的協同教學、實習後期的獨自教學加上記錄反省札記、訪談、刺激回憶訪談和系統觀察，以促進實習輔導教師和實習教師的專業反省。在級任老師必須上健康與體育課、健康與體育師資不足及體育科任制度尚未實施前，經過一套優質的實習輔導之後，以期實習教師的教學行為能朝向體育專家教師的教學行為和內容，並且能在課前練習示範動作、吸收相關的專業知識和設計教案，以能快速進入體育課的教學現況，提升體育課的教學品質和技巧。

第二節 研究目的與問題

綜合上述的論述，本研究主要在探討實習輔導教師的實習輔導方式及實習教師的實習歷程，以「建構國小在健康與體育學習領域可行的實習輔導模式」之探討為主，茲將研究目的及研究問題說明如下：

一、研究目的

本研究之研究目的在於探討有經驗且具備體育相關背景之實習輔導教師，如何計畫性引導實習教師的歷程，透過反省與溝通，建構國小健康與體育學習領域可行的實習輔導模式，以供現行師資培育制度下，健康與體育學習領域實習輔導模式的參考。

二、研究問題

基於上述目的，本研究擬定以九十四學年度在屏東市東東國小教育實習輔導教師及實習教師各一位為對象，探討下列子題：

子題一：探索在健康與體育學習領域中，實習輔導教師對實習教師的實習輔導模式為何？

- (一) 實習輔導教師在實習前、中、後期的實習輔導策略為何？
- (二) 實習輔導教師在實習前、中、後期實習輔導的課程設計為何？
- (三) 實習輔導教師在實習前、中、後期的實習輔導的教學行為為何？
- (四) 實習輔導教師在實習前、中、後期的實習輔導的教學反省為何？
- (五) 實習輔導教師對實習輔導的成效評估與感想及對體育教學專業發展的看法為何？

子題二：探索在健康與體育學習領域中，實習教師的實習歷程為何？

- (一) 實習教師期望實習輔導教師給予的實習輔導策略與方式為何？
- (二) 實習教師在實習前、中、後期實習的課程設計為何？
- (三) 實習教師在實習前、中、後期實習的教學行為為何？
- (四) 實習教師在實習前、中、後期實習的教學反省為何？
- (五) 實習教師對實習輔導的感想及在體育教學的專業發展為何？

第三節 研究範圍與限制

本研究主要為探索國小實習輔導教師在健康與體育學習領域，如何透過有效的實習輔導方式，讓非體育科系畢業的實習教師能勝任健康與體育學習領域的教學，包括擬定教學計畫、發揮有效的教學行為和從事教學反省。茲將本研究之研究範圍與限制分述如下：

一、研究範圍

- (一) 本研究為期十週（為實習學校之實習輔導制度所規定），從擬定實習輔導計畫、記錄實習輔導教師與實習教師之間的實習輔導過程和做出結果。
- (二) 本研究針對國小三年級的健康與體育學習領域課前的課程計畫、課中的課室管理、及課後的教學反省等。

二、研究限制

由於實習學校的規定，實習教師在實習十週後，必須更換年段上課，是故本研究僅以十週觀察記錄實習輔導的成效。

第四節 名詞界定

本研究之名詞界定如下：

一、國小實習輔導教師

依據「高級中等以下學校及幼稚園教師資格檢定及教育實習辦法」(2002)第十九條：「國小實習輔導教師」為有能力輔導實習教師者、有意願輔導實習教師者、具有教學三年以上之國小教師。本研究所稱之「國小實習輔導教師」，係指除了符合上述三項條件外，具備體育專長之實習輔導教師。

二、國小實習教師

「國小實習教師」係指修畢師資職前教育課程中，國民小學教育學程，並取得實習教師資格者。本研究所稱「國小實習教師」，係指於九十四學年度於屏東市東東國小同意參與本研究之實習教師。

三、國小健康與體育學習領域

依據民國八十九年九月三十日台(89)國字第89122368號令公布，國民中小學九年一貫課程暫行綱要，國小「健康與體育學習領域」的內涵包括了身心發展與保健、運動技能、健康環境、運動與健康的生活習慣等方面的學習，即包含了「健康教育課」與「體育課」。本研究所稱「健康與體育學習領域」，係指「體育課」。

四、實習輔導模式

依據英國的實習輔導模式，可分為學徒模式、能力本位模式與反思實作者模式。本研究之「實習輔導模式」係指實習輔導教師安排實習教師參與教學程度的進程與實習的事項。

第五節 研究的重要性

本研究的重要性說明如下：

一、建構健康與體育學習領域中可行的實習輔導模式

由於師資培育法的實施，雖然國小仍是實習機構，但實習教師的角色和過去有極大的差異。過去是計畫性的培育師資，實習教師佔缺且領正式教師的津貼；而現在是儲才性的師資培育，實習教師到實習學校，必須向過去應稱呼「同事」的老師學習教學的方法，而應為「同事」的老師也變成了實習輔導教師。然而實習輔導教師在未過受專業的實習輔導訓練之下，常僅憑個人過去經驗輔導實習教師，造成實習效果不彰，實習教師甚至淪為學校的「酬庸」和打零工。因此，本研究結果可提供對國小健康與體育學習領域可行的實習輔導模式，將具有重要的意義。

二、提供健康與體育學習領域師資培育及參考價值

由於國小員額編制的限制，規模較小或者無體育專任教師的學校，其體育課都必須由級任老師來進行教學，常發生的現象就是：老師分發球具後，即在旁觀看學生活動，較少指導的行為，原因就在不知道如何進行有效的體育教學。本研究即在透過具備體育背景的實習輔導教師，透過增進專業知能、課程設計、教學行為、課室管理及教學反省能力的方式，輔導其非體育背景的實習教師，以探究出實習輔導教師可行的實習輔導模式，及期能提供師資培育機構職前教育的參考。

三、促進實習輔導關係間的專業成長

實習輔導是互動的，實習輔導教師藉著輔導實習教師的機會，有系統的將本身的知識和經驗傳承給實習教師，同時也可以藉此觀察實習教師教學的機會能夠重新檢視自己的教學盲點所在，互相提攜、相互的專業成長。

四、使用多元研究方法和研究工具

本研究採以質為主，量為輔並行的方法，結合多元的資料蒐集管道，包括訪談法、刺激回憶訪談法、系統觀察法、內容分析法等，對研究方法與研究工具的開創有示範的作用。





第二章 文獻探討

本章旨在探討實習輔導制度的相關文獻，共分五節：第一節為實習輔導制度的演變及面臨的問題；第二節為實習輔導教師的相關研究；第三節為實習教師的相關研究；第四節為有效的體育教學；第五節為健康與體育學習領域教師之專業成長。

首先探討在師資培育法頒行之後，實習輔導教師在輔導實習教師時所引發足以影響教育實習成效的問題；接著探討實習輔導教師在實輔過程中所應扮演的角色和可行的輔導模式；再者探討實習教師在實習階段突破問題和困境，建立體育科的教學模式；之後再探討有效的體育教學的內涵；最後，則探討實習輔導教師及實習教師在實習輔導過程中如何達到專業成長，創造雙贏的局面。

第一節 國小實習輔導制度的演變及面臨的問題

一、國小實習輔導制度的演變

過去師範院校畢業之實習生分發到校之後，就如同一般的正式教師一樣，必須帶一個「屬於自己」的班，和其他前輩一樣面臨相同的工作壓力，這對於一位剛出社會、基本能力不足且沒有時間適應的社會新鮮人來說，無疑是一項嚴峻的挑戰。是故在師資培育法實施之前，一年在實習學校的教育實習，對許多的實習教師來說，可是一項「震撼教育」。實習教師遇到熱心的資深教師，可以引領度過在教學技巧與資源、人際關係培養及學生事件的處理等種種難關；有可能在處處摸索中學習，獨自艱苦奮戰，辛苦的度過一年，留下「難忘」的回憶。不管如何，這一年的教育實習，絕對是所有實習教師中體驗最深、經驗最寶貴的一年，因為實習教師必須獨自面對教學、行政、學生和家長問題，藉著這段時間，結合過去在學校所學習的理論應用於教學上，進而發展出自己的教學模式，走出自己的風格。

隨著師資培育制度的改變，我國的師資培育由過去師範院校「一元化」的「計劃生產」的運作系統，轉變為大專院校皆可參與的「多元化」的「儲備供給」（高熹芳，2002；林靜萍，2006）。在將職前培育之責賦予師範院校、設有教育院系及教育學程之大學的同時，實習教師繼續接受一年的教育與指導的學習過程責任就落到了實習機構的實習輔導教師們身上，即「良師」或「師父」（mentor）（顏慶祥，2000）。但由於台灣的實習輔導制度尚未健全，且處於摸索階段，由於實習輔導教師和實習教師的朝夕相處，實習輔導教師的種種，都會深深影響實習教師的專業發展，甚至決定是否繼續教職這條路。在這一年，實習教師追隨良師度過「轉型期震撼」和「現實的震撼」中的種種問題，良師會循序漸進的引導實習教師在職場中面對和解決問題的方式，進而協助實習教師建構出自己的一套教學模式，不必像過去的實習方式，必須獨自承擔和面對所有問題，承受莫大的壓力。但如果碰到凡事不理不睬的「良師」，再加上教師甄試錄取率低、流浪教師激增、公費生稀少、新新人類不能吃苦，致使許多教師不願意擔任浪費時間的實習輔導教師，造成實習過程一無所得，只能充當學校的廉價勞工度過一年。但和舊制的實習制度相較來看，最大的差別就在沒有屬於自己的班級，和對輔導教師的依賴，所以林懿德（2001）也建議在實習末期可設計讓實習教師有機會獨當一面，給予實習教師獨立帶班的機會。

因此，現在實習制度雖然解決了過去獨自面對問題、孤立無援的窘境，但也產生了僧多粥少及不能發展出屬於自己的教學模式等問題（陳利玲，2001）。在實習輔導教師未有一定的培訓課程前，探討並尋求提供新制推行實習輔導的模式，才能提升實習輔導的品質。

二、國小實習輔導制度面臨的問題

依據教育實習辦法第二十三條：「實習教師應在教育實習機構，由實習輔導教師指導下，從事教育實習。」、第十九條：「實習輔導教師由教育實習機構遴選，薦送師資培育機構；其遴選的原則為：有能力輔導實習教師者、有意願輔導實習教師者。具有教學三年以上之經驗者。」（教育部，2000）。

然而，依照新版的教育實習辦法實施之後，由於師資培育機構沒有和實習學校有妥善的配套措施，在匆忙上路之下，實習輔導教師在毫無準備之下，完全不知道「要用什麼方式去輔導？」「要輔導些什麼？」「有什麼

樣的輔導策略可運用?」「要先備那些能力?」「要扮演何種角色?」「什麼樣的方式才是最適當的輔導的流程?」等問題的情況下，實習輔導的成效可說不如預期，而實施了新制的教育實習辦法後，到底產生了那些問題?

(一) 實習輔導制度方面

陳利玲(2001)的研究指出，實習輔導制度的問題有：

1. 實習學校未成立實習輔導小組的比例偏高

實習輔導小組是規劃實習教師整體的輔導計劃，並考核實習教師在實習一年中表現是否合格的重要組織，但依研究的調查有近三分之一的學校未成立實習輔導小組，比例偏高，顯示實習輔導教師制度在實習學校中並未完全落實。

2. 實習輔導小組多無定期召開有關教育實習的輔導會議

實習輔導小組近七成沒有定期召開實習輔導相關會議，顯示了實習輔導小組的成立與功能未能完全發揮。

3. 實習輔導小組並無包括相關視導人員

實習輔導小組成立的目的是希望結合眾人之力，共同規劃實習教師的教育實習，但在各校的實習輔導成員中，視導人員所佔比例為零，以致於大多數的實習學校或實習輔導教師在遭遇困難疑惑時，無法得到師資培育機構與教育局的相關協助與諮詢。

4. 實習輔導教師制度未完全落實

實習學校未全數成立實習輔導小組、未邀請實習指導教師參加實習輔導會議、實習輔導教師未與實習指導教師保持密切聯繫、實習輔導小組未與實習指導教師保持密切聯繫等現象，都顯示出實習輔導制度未完全落實。

5. 實習輔導教師的職責無法令的具體規範

雖然在新制的實習輔導制度有實習輔導教師予以輔導協助，節省了許多自我摸索的時間，但是在實習輔導教師的甄選、培訓、獎勵、諮詢輔導與評鑑並無具體規範，僅在教育實習辦法中的第十九條和第二十二條說明有關實習輔導教師職責的規定，無法發揮新制實習輔導教師制度應有的輔導功效。楊惠琴(1997)也指出，現行實習輔導制度對於實習輔導教師所應負的義務與相對的權利提供並未妥善規劃，致使各校各行其事，也讓想致力於實習輔導工作的教師望之卻步。

(二) 實習機構方面

1. 實習輔導研習與培訓課程不足

鍾瓊如(2000)的研究中指出,實習輔導教師對實習教師的專業成長,在所有實習相關人員中是最重要、最密切者,因此應有規劃地培訓輔導教師,讓他們知道做什麼、如何做。顏慶祥(2000)認為,實習輔導教師若能擁有足夠的輔導時間和完整的培訓課程,才能確保學校為基礎的師資培育制度具有成效。黃婉萍(1999)的對新制實習一年的實習輔導制度研究也指出,實習輔導教師參加進修課程,才能不斷增進輔導實習教師的能力,否則教育實習的成效將受到影響。林懿德(2001)對國小實習輔導教師的輔導策略及專業發展的研究則建議,應提供實習輔導教師相關研習課程或資料,特別是有關輔導教師輔導策略的實施與實習教師專業發展階段的知識,以擬定合適的輔導策略,協助實習教師度過困境,繼續成長。陳利玲(2001)針對是否需安排實習輔導教師培訓課程的問題進行調查的研究結果也指出,近九成的受試者認為,要擔任實習輔導教師之前,實習輔導教師需要接受培訓,其培訓內容可兼顧「課程與教學能力」、「教師專業能力」、「諮商輔導」及「臨床視導」四大領域,以培養實習輔導教師足夠的輔導能力,以保障實習輔導的品質。對幼稚園實習輔導教師專業成長,翁素雅(2004)的研究指出,師資培育機構應在實習輔導開始之前,集合指導教授、實習輔導教師和實習教師三方面進行座談會,共同針對實習輔導的過程進行討論,讓實習輔導教師更清楚實習教師之實習作業與實習要求,也溝通實習輔導教授和實習輔導教師之評分標準,同時縣市政府教育局亦應多舉辦實習輔導教師之撰寫反省札記和行動研究的研習活動,以增進實習輔導教師的專業知能及輔導能力(林貴福、盧淑雲,2003;陳玉枝,2003a)。整理如表 2-1-1:

表 2-1-1 研究學者對實習輔導教師研習與培訓的看法

研究學者	對實習輔導研習與培訓課程之看法
黃婉萍 (1999)	實習輔導教師參加進修課程，才能不斷增進輔導實習教師的能力，否則教育實習的成效將受到影響。
顏慶祥 (2000)	實習輔導教師若能擁有足夠的輔導時間和完整的培訓課程，才能確保學校為基礎的師資培育制度具有成效。
鍾瓊如 (2000)	實習輔導教師對實習教師的專業成長，在所有實習相關人員中是最重要、最密切者，因此應有規劃地培訓輔導教師，讓他們知道做什麼、如何做。
林懿德 (2001)	提供相關研習課程或資料，特別是有關輔導教師輔導策略的實施與實習教師專業發展階段的知識，以擬定合適的輔導策略，協助實習教師度過困境。
陳利玲 (2001)	針對是否需安排實習輔導教師培訓課程的問題進行調查，近九成的受試者認為，要擔任實習輔導教師之前，實習輔導教師需要接受培訓，培訓內容可兼顧「課程與教學能力」、「教師專業能力」、「諮商輔導」及「臨床視導」四大領域。
林貴福、盧淑雲 (2003) 陳玉枝 (2003a)	縣市政府教育局亦應多舉辦實習輔導教師之撰寫反省札記和行動研究的研習活動，以增進實習輔導教師的專業知能及輔導能力。
翁素雅 (2004)	師資培育機構應在實習輔導開始之前，集合指導教授、實習輔導教師和實習教師三方面進行座談會，共同針對實習輔導的過程進行討論，讓實習輔導教師更清楚實習教師之實習作業與實習要求，也溝通實習輔導教授和實習輔導教師之評分標準

2. 缺乏誘因與評鑑措施

由於擔任實習輔導教師是額外的工作負擔，提供實習輔導教師適當的獎勵，以提升士氣、增強意願及自我榮譽感，才能激發更多的優良教師擔任實習輔導教師（陳淑茹，1999；黃婉萍，1999；鍾瓊如，2000；陳利玲，2001；林懿德，2001；洪玉燕，2002）。顏慶祥（2000）也指出，由於大多數學校規模小，教師的工作負荷量大，大多不願意輔導實習教師，額外增加負擔，我國現在對實習輔導教師又沒有獎勵制度，是以在制度尚未健全、被迫擔任實習教師的情況下，少有對實習輔導教師實施評鑑工作。

3. 學校行政理念與支援的問題

並非所有的中小學校都願意提供場地與資源，作為師資培育的機構。對校長而言，學校的主要目的與責任是教導學生而非培育師資，由於實習教師的進入，會破壞了原有的教學情境，進而無法發揮實習機構諮詢協助的功能（顏慶祥，2000）。林懿德（2001）也指出，學校行政應自覺其重要性，並以專業行政自許，避免本位主義心態，成為教師教學支援的「助力」而非「阻力」。而學校應扮演較積極的角色，以協助解決實習輔導教師與實習教師所面臨的問題（李倩鈺，2002）。

（三）實習輔導教師方面

1. 擔任實習輔導教師的意願不高

顏慶祥（2000）與陳淑茹（1999）指出，由於中小學教師對新制教育實習的內涵所知不多，以及應該如何輔導、帶領實習教師，再加上實習輔導教師的角色、職責模糊不清且實習時間不足，沒有充足的時間和實習教師討論課程問題、觀察教學、計畫教學等，壓力加上負擔，都造就了教師不願意擔任實習輔導教師。

2. 教學與班級經營的困擾

由於實習教師與實習輔導教師教學風格與管教方法不一，以及教師通常喜歡獨自教學，由於實習教師的介入，會讓實習輔導教師產生一些不舒服；或者是實習教師被強迫接受實習輔導教師信念的「被宰制」和實習教師「複製」實習輔導教師的錯誤觀念。所以實習輔導教師與實習教師要保持良好的溝通，建立良好的互動關係與互信互賴的基礎（黃婉萍，1999；顏慶祥，2000；林懿德，2001）。

3. 實習輔導教師並沒有經過相關的輔導訓練

黃婉萍（1999），實習輔導教師對於「該怎麼去輔導實習教師？」、「要輔導些什麼內容？」、「有什麼樣的輔導策略可以運用？」、「要怎麼與實習教師相處？」，可以說是沒有什麼概念和沒有一套具體的做法可循，因此在實習輔導的過程中，只好照自己以往的教學經驗，提供實習教師一些有限的實務和技巧。在實習教師的角度來看，也充滿了角色的衝突、和實習輔導教師的信念衝突及學生適應的困擾。陳淑茹（1999）對國民小學實習輔導制度的研究指出，實習輔導教師應有接受訓練與進修的義務，一方面不但可對現行實習輔導制度的精神、目的、實施程序與內容更為瞭解，另一方面亦可增強

自己的教學專業知能及督導實習教師的能力，以有效輔導實習教師。而楊惠琴（1997）也認為，實習輔導教師是否具備教學與輔導知能攸關其與實習教師互動的品質，是故美國各大學在實施實習輔導制度時，莫不強調施予實習輔導教師特殊的訓練，使其勝任其角色。在師資培育法公布之後，對實習教師的輔導方式不能用過去的教學方法套上，再加上有完整清楚認識本法的中小學教師並不多，所以有必要給予實習輔導教師一個完整的訓練計畫（洪玉燕，2002）。

（四）其他有關於實習輔導教師觀點

顏慶祥（2000）、蘇慕洵（2002）認為實習輔導教師的甄選在「有能力」部分，可將現行的條件修正為：具高度教學熱忱和卓越的教學表現、有諮商輔導的技巧、有良好的人際關係及有樂觀、溫暖、自信的人格特質；而在「有意願」則可補充為：有服務熱忱及擔任實習輔導教師的意願、有接受實習輔導知能訓練的意願為先。在人選方面則委由教師評議委員會甄選，經過晤談及實地觀察教學再決定之。

高薰芳（2002）、Podsen 與 Denmark（2000）指出，教育實習的成效，實習輔導教師扮演非常關鍵的角色。然而，研究結果往往指出實習輔導的成效不彰，究其原因，實習輔導教師未參加實習輔導工作的前置培訓，對於角色認識不清，而且知能也未見強化，是實習輔導功能受到限制的主要原因，是故專業的實習輔導的教學與素養是首要的（蘇慕洵，2002）。而實習輔導教師有效能的指導在新進教師教學的過度時期上有明確的影響力（McCaughtry, Cothran, Kulinna & Martin, 2005）。

楊惠琴（1997）也指出，實習輔導教師應接受以下的訓練：實習輔導教師角色定位與指導方向的確立、協助新進教師的技巧、班級經營與組織的能力、班級輔導、觀察技巧等，如此才能確保實習輔導教師的品質，提供實習教師最佳的協助。實習教師認為慎選實習輔導教師是重要的，實習輔導教師對實習教師的學習方向和重點有一定的影響力（黃婉萍，1999；林懿德，2001）。

Metzler（1990）則認為實習輔導教師必須要：和實習教師教授相同的科目；和實習教師所處的距離不可相隔太遠，以能迅速協助實習教師處理緊急事件；實習輔導教師必須是有經驗的老師，並認同彼此都是有效能的老師，且是實習教師的職業角色的典範；必須受過系統

觀察、有效教學指導、人際關係及教師決策等訓練，以勝任實習輔導教師的角色。

最後，蔡貞雄（2003）曾經以問卷調查台南市、高雄市、台南縣國民小學教師，多達七成的教師自認無法勝任體育教學，反應出現今健康與體育學習領域教師在教學時也可能面臨相同的問題，更凸顯出健康與體育學習領域實習輔導教師對於實習教師的重要性。

三、本節小結

綜言之，實習教師因為實習輔導教師的協助而減輕了實習時的壓力和無助，相對的，實習輔導教師卻也因此而提升了壓力和焦慮。現行的實習輔導制度確實有其問題存在，如何甄選有意願、又有能力的實習輔導能力的教師來擔任實習輔導教師實為一項重要的工作，教育當局能夠舉辦實習輔導教師的訓練課程，以增進實習輔導的本職學能，實習輔導教師才能發揮「良師」的功能，在實習輔導的過程中發揮深遠的影響。

第二節 實習輔導教師的相關研究

良師（Mentor）的概念早已廣泛運用於醫護界及工商業，目前良師的概念亦運用在教育實習上，係指「能夠針對實習教師提供有系統、有計畫的協助、支持或評量之實習學校資深優良教師而言。」我國教育實習辦法將Mentor解釋為「實習輔導教師」，並於第二十三條：「實習教師應在教育實習機構，由實習輔導教師指導下，從事教育實習」中凸顯實習輔導教師的角色與職責，也說明了實習輔導教師和實習教師是一對一的師徒關係（高薰芳，2002）。谷瑞勉（1998）指出，以師徒制為主要概念的實習輔導中，實習輔導教師即是當新手教師投入職場時為其伸出援手、引渡成師的靈魂人物。在教育領域，良師就猶如新進教師的指導者、監護人或典範（楊惠琴，1997；Husbands,1990）。翁素雅（2004）的研究則指出實習輔導教師在實習輔導制度中是擔負著「師傅」之重責，如何去扮演好這個角色以滿足實習教師的期待，實在有必要對此角色及職責有相當的認知，方能勝任並真正發揮實輔功能，而實習輔導教師之輔導策略的運用亦將有助

於實習教師的專業成長。McCaughtry et al. (2005) 亦指出有效能的良師掌握了豐富及精通課程和教學法的知識，也擁有優異的溝通和傾聽的技巧，而這些技巧可以支持、激發學徒，也是感情上的保證。然而 Podsen 與 Denmark (2000) 認為，大多數的良師都未正式接受引導新進教師成長及發展的訓練，因此師—徒關係的功能可能無法達到完全的保證，而有效能的指導似乎是在新進教師教學的過度時期上有明確的影響力 (McCaughtry 等, 2005)。但是在實習輔導的過程中，不可諱言的大都必須經過「觀察模仿」實習輔導教師的階段，雖然實習輔導教師能夠給予實習教師專業成長的助益，但間接的也可能侷限了實習教師未來的發展。

一、實習輔導教師的角色

實習輔導教師這個名詞隨著師資培育法的公布施行，在教育界可說是一個新創的角色，也因為在國內前所未有的，所以首先要釐清的就是實習輔導教師的角色。研究者歸納葉明政(1997)、黃嘉雄(1997)、黃淑玲(1997)、黃婉萍(1999)、高薰芳(2002)、翁素雅(2004)等對實習輔導教師主要扮演的角色，整理如表 2-2-1：

表 2-2-1 實習輔導教師所扮演的角色

研究者	輔導教師的角色
黃婉萍 (1999)	1. 示範角色。 2. 中介溝通角色。 3. 諮詢討論角色。 4. 情緒支持角色。 5. 資源資訊提供角色。
林進材 (1999)	1. 行動的促進者。 2. 教學的實踐者。 3. 教學的輔導者。 4. 實習的顧問者。 5. 研究的領導者。 6. 教學的評鑑者。
陳淑茹 (1999)	1. 資源的提供者與教學的示範者。 2. 同儕的督導者。 3. 專業發展的促進者。 4. 精神的支持者。 5. 發展的評量者。 6. 學校的引薦者。

表 2-2-1 實習輔導教師所扮演的角色 (續)

研究者	輔導教師的角色
高薰芳 (2002)	1.資源的提供者與教學的示範者。 2.同儕的督導者。 3.專業發展的促進者。 4.精神的支持者。 5.挑戰性的引導者。 6.疑難問題的諮詢者。 7.教育實習的評量者。 8.專業社會化的引導者。 9.實習生活適應的輔導者。
翁素雅 (2004)	1.教學的示範者。 2.諮商者與支持者。 3.建立友誼者。 4.教學合作與督導者。 5.資源提供者、評量者與鷹架者。 6.專業發展的楷模。

以 Glickman, Gordon 與 Ross-Gordon (1995) 所提出教師是一位監督者的觀點，實習輔導教師的功能在於讓實習教師能夠了解學校的目標及教師應有的目標，並能支援實習教師決定最適合學生學習的教學模式及適合學校強調的教學的重點。

針對以上做出歸納，引申出實習輔導教師的角色為：

(一) 受師資培育機構委託的師資培育夥伴

實習輔導教師受師資培育機構和實習指導教師之委託，應肩負起帶好實習教師的承諾，善盡實習輔導教師的職責，並照顧和指導實習教師。

(二) 保護、指導實習教師的監護人

實習教師剛步入校園，各方面尚未臻於成熟，不能獨撐大局，是故實習輔導教師必須隨時在場監護，給予適時的協助。

(三) 實習教師教學及行政上的角色模範

實習輔導教師是實習教師的仿效對象，對實習教師以後對教育的觀念建立和生涯發展有重要的影響，實習輔導教師提供一個好的角色模範，是協助實習教師成長和規畫未來發展的基本方法。

(四) 實習教師專業知識的啟迪者

實習輔導教師的重要工作是讓實習教師能夠結合理論與實際，並能夠驗證自己的專業知識，進而建構和培養出自己的智慧，並引導其能不斷的針對教學困境，找出自我解決問題的方法，向專業的道路邁進，勝任教學工作。

(五) 實習教師情緒困擾與心理問題上的支持者和諮商者

由於實習教師社會經驗尚不豐富，教學經驗也較為缺乏，是故當實習教師遇到困境時常不知所措，不知如何尋求支援和解決的方法而產生情緒上的困擾和焦慮，這時實習輔導教師應做為他們最好的傾聽者和諮商者，給予實習教師鼓勵和實質的協助，讓實習教師能夠在實習輔導教師的協助下，不孤單的度過難關。

(六) 實習事務上的行政協調者和意見溝通者

實習教師常因實習事務產生困擾，又因實習教師的身分而不敢向實習機構反映心聲，此時實習輔導教師應是扮演實習教師和實習機構的溝通橋樑，協調校內各處和教師的意見，解決實習教師的問題，讓實習教師能夠順利成長。

二、實習輔導教師的策略與模式

學習教學是一複雜的過程，包含假定、運用、嘗試等活動，在這活動過程中需不斷地質疑、澄清、發展、試驗各種觀念 (Metzler, 1990)；各種觀念不斷地進入教學系統後，取代舊觀念與否，需靠實習教師一次一次的驗證及判斷。Bush, Coleman, Wall 與 West-Burnham (1996) 認為，實習輔導是多方面的的觀念，包含了個人的支持及在專業發展以增進能力的嚴密概念。而實習輔導教師所累積的豐富經驗、智慧，能夠協助實習教師知覺環境、澄清成見、提供新觀念，進而引導實習教師運用各種不同的資源，發展出教學的新點子 (黃淑玲, 1997)。實習輔導教師在新制的教育實習中，扮演著關係實習成敗的重要角色。而實習輔導教師若夠有效的運用實習輔導策略，才能讓實習教師快速成長，勝任教學工作。依據國內對於實習輔導的相關研究，實習輔導教師輔導實習教師時運用的策略整理如表 2-2-2：

表 2-2-2 實習輔導教師的輔導策略

研究者	實習輔導教師的輔導策略
高強華 (1996)	人文關懷、楷模示範、協同合作、知行合一專業成長。
黃婉萍 (1999)、 翁素雅 (2004)	示範策略、隨機討論策略、提供各種資訊與技巧策略、關懷與鼓勵策略、協同教學策略及提供自主空間策略。
林懿德 (2001)	楷模示範、關懷支持、提供實務演練機會、資訊提供、適時的介入、循序漸進。
蘇慕洵 (2002)	示範(親自演示)、討論(交換意見)、告知(經驗傳授)、協助(提供支持)、鼓勵(情緒支持)。
翁素雅 (2004)	教學示範者、供諮詢服務和相關書籍、楷模角色、循序漸進、培養反省思考能力。

黃淑玲 (1997) 指出，協助實習教師專業成長，必須運用有效的輔導策略：

(一) 運用協同教學

在實習輔導教師方案中，讓實習教師與資深優良教師同時進行教學，讓實習教師全力集中注意於資深教師的教學活動，從資深優良教師所上過的課程中學習教學策略，再應用所學的各科教學策略於實際的教學情境中，並驗證之，且在較單純及低威脅的情境下嘗試新的策略，以逐漸發展出自己的教學理念。

(二) 揭露實習輔導教師的智慧 (craft knowledge)

實習輔導教師制度中，除了強調協同教學參與資深教師課程計畫，了解課程計畫過程外，更重要的是能使實習教師理解資深教師教室實務智慧形成的深層意義。為了探求資深教師的教學智慧，可以安排課後討論，讓實習教師與實習輔導教師討論採取行動的動機、意圖和考慮的情境因素。透過這種討論、問答、諮詢的實習輔導方案的設計，使實習教師能夠得知實習輔導教師的教學智慧。

(三) 釐清實習教師教育觀念

由於實習教師踏入新的環境之後，會急迫的想獲得新觀念和新點子，但卻缺少了反省和批判，透過實習教師與實習輔導教師間的問答，探討真實的應用情境及澄清辨別各種新觀念運用結果，使實習教師的新觀念趨於真實、合理化，與實務教學更為接近。

(四) 增進實習教師多元的學習機會

實習輔導教師可針對實習教師不同階段的需求給予不同的支援，可以結合學校不同專長實習輔導教師的力量，提供不同的需求服務，以拓展實習教師的教學視野，學到不同的教學策略和聽到不同的教學觀。而實習輔導教師也可藉此同儕教練的機會，進行自我反省，自我成長。

(五) 建立伙伴督導關係

在實習輔導教師將實習教師具備了基本能力之後，實習輔導教師和實習教師的即轉變成伙伴的關係，以培養實習教師的自我成長，此時彼此間應相互尊重，處於平等的地位，形成「伙伴督導關係」(partnership supervision)，以漸漸培養實習教師成為學校的中堅分子。

(六) 形成全校的教學情境

實習輔導教師的角色不僅是實習教師實習階段的良師，亦是終生專業發展的導師，協助實習教師進行專業社會化，能夠與學校的同事相處、與家長建立關係與利用社區資源，建立一個全校情境的教學(whole-school context of teaching)。

(七) 發展高品質的視導技巧

實習輔導教師應提供與協助實習教師適當的教學技巧、發展專業和解決問題的能力以自我成長、能夠在不同的情境使用不同的教學策略，並能夠檢測本身運用的技巧，以發展其專業成長及自我成長的責任心。

Metzler (1990) 認為在體育教學督導實習教師，有以下特性：

- (一) 引領實習教師進入教學現場，熟悉教學環境。
- (二) 讓實習教師了解學校的配置、文化及課程教學的方向，以符合學校的期待。
- (三) 讓實習教師清楚地了解教學表現的標準及體認當前的那些經驗對未來的教學是重要的。
- (四) 讓實習教師學習在教學中運用有效的教學技巧。
- (五) 鼓勵實習教師探尋教學的方法。
- (六) 提供實習教師高頻率的督導回饋，以提供實習教師了解本身在實際教學的情形。

- (七) 訂定實習輔導計畫，逐步引導實習教師進入教學情境及達到期待的責任。
- (八) 逐步增加對實習教師表現的期待。
- (九) 證明實習教師表現的結果與實習時的結果一致，也可證明已準備好可以勝任體育教學。

在實習輔導的模式上，Husbands (1997) 引用 Furlong 與 Maynard 的實習輔導模式的內容在對教室的觀察、協同教學、個別教學、訂定反省及回饋的時間表、及利用工作坊討論學校、教育系統及教育工作所關切的事項。其實習輔導的模式以階段性可分為：

- (一) 教學初期階段 (Beginning teaching)：實習教師在此時發展教師的角色、教學的例行事項及建立威信。此時實習輔導教師的角色為楷模者 (model)，實習輔導的重點在於觀察實習教師及協同教學，以示範教師的角色及教學例行事項項目。
- (二) 督導教學階段 (Supervised teaching)：實習教師在此時發展實習教師的教學能力。此時實習輔導教師的角色為指導者 (coach)，實習輔導的重點在於實習輔導教師對實習教師進行系統觀察，及以對實習教師的教學表現進行回饋。
- (三) 從教學中學習階段 (From teaching for learning)：實習教師在此時能夠了解學生的學習情形及發展有效的教學。此時實習輔導教師的角色為 critical friend (提供批判的朋友)，實習輔導的重點在於觀察實習教師的教學及檢討教學。
- (四) 獨立教學階段 (Autonomous)：實習教師在此時探尋自己的教學模式。此時實習輔導教師的角色為共同的探尋者 (co-enquirer)，實習輔導的重點在於如同伙伴關係的指導。

Podsen 與 Denmark (2000) 提出，實習輔導教師輔導實習教師的循環步驟為：

- (一) 確認實習教師的聯絡資料及每週面談及制定計畫的時間。
- (二) 示範及塑造具體教學行為及班級管理的行為，並訂定教室示範、共同教學及研討的時間，同時加以錄影。
- (三) 觀察實習教師在教學演練後的教學行為，並記錄課中的情況。
- (四) 在討論中對實習教師告知觀察結果、重新檢閱教學情況、在教學中所運用的口語提示及閒談情形。

(五) 反省實習輔導的過程在評鑑教學的形式、課中的閒談情形、教學過程，及與實習指導教師討論實習教師的實習情形。

是故，實習輔導教師的角色及輔導的策略與模式，決定了實習教師在實習過程中，是否可以有效地且快速地適應新的環境及做好教學的準備，迎接新的挑戰（林心茹，2004）。綜合以上研究，實習輔導教師的輔導策略是在有計畫和有系統的情境下所進行，實習輔導教師依不同情境給予實習教師不同的協助，並給予資訊與情緒上的諮詢和支持，教學的指導與回饋，以期實習教師能夠透過教學反省快速成長、達到教學專業化，在未來的教學路上能勝任教學工作，且能自我成長及蛻變。

三、實習輔導教師的條件與功效

(一) 實習輔導教師的條件

林心茹（2004）認為實習輔導教師應和實習教師同領域或是同年級，具備三至五年的教學經驗，彼此的教室地理位置要相近，以便利利用下課時間從容討論問題提供直接的協助。林懿德（2001）的研究指出，實習輔導教師對實習輔導品質有決定性影響，且實習教師認為慎選實習輔導教師是重要的，實習輔導教師在實習教師的實習過程中是最親密的伙伴，其專業發展和風格也會深深的影響實習教並希望獲得實習輔導教師的肯定與支持。

所以葉明政（1997）認為擔任實習輔導教師的條件為：

- 1.基本資格：至少三年以上的教學經驗、任教紀錄優良、具有教學熱忱、有擔任實習輔導教師的意願（顏慶祥，2000；林心茹，2004）。
- 2.人格特質：樂於助人，且能體諒、傾聽他人需求；具有自我專業成長的意願；能與他人共事與合作，人際關係良好。
- 3 專業能力：有優良的教學能力，能做示範教學；善於班級經營與處理學生問題；具備觀察教學及觀察後回饋的能力；能隨時提供支援與建議。

(二) 實習輔導教師對實習教師的功效與助益

實習教師初入職場，隨即面臨教學、行政與面對學生、家長的考驗與挑戰，所以實習輔導教師可說實習教師的支援者、諮詢者與協助者，可說是實習教師最重要的伙伴，實習輔導教師提供了實習教師成

長的元素 (Bush et al., 1996)，也提供實習教師解決各項問題的援助，讓實習教師可以在實習輔導教師的協助下，逐漸熟悉教學環境、勝任教學工作，實習教師因此而成長與茁壯，在未來的教學能夠獨當一面，而實習輔導教師對實習教師的功効與助益有：情感支援、教學策略支援、教學專業能力的成長、資源獲取、班級策略經營支援、和家長合作、經營學校生活、增進批判反省的空間與能力、在學區內能發揮作用，減少實習教師獨自摸索的時間，對實習輔導教師而言可說是助益良多 (楊惠琴，1997；黃婉萍，1999；林懿德，2001；李倩玉，2002；林心茹，2004)。

張誌元 (2002)、蘇慕洵 (2002) 與劉政輝 (2004) 更在研究中建議，實習教師若能以師徒制的方式觀摩討論及引領，才能縮短自我摸索的時間，加上情感的支援與協助，使其在教學的路上能走得更順利，實習輔導教師可說是最具影響力的重要影響者 (陳玉枝，2003a)。但若實習輔導教師主動性不足，與實習教師又在缺乏良性互動的情形下，將不利於雙方之專業成長；若實習教師採取主動負責的態度，方能有助於彼此間的師徒關係及實習輔導成效 (翁素雅，2004)。唯有落實實習教師的實習輔導工作，才能確保良好的教育實習品質，達成教育實習提昇教師素質的目的 (歐用生，1995)。

四、實習輔導教師對實習教師專業發展的侷限

實習輔導教師雖然對實習教師的專業成長助益良多，由於實習教師跟隨著實習輔導教師學習，但實習輔導教師也非萬能，在人格特質或觀念必定和實習教師的互動上存在著無法解決的問題，造成了實習教師發展的侷限。而教師的人格特質也影響了班級經營計畫 (林心茹，2004)。

黃婉萍 (1999) 及林懿德 (2001) 的研究指出了雖然實習輔導教師對實習老師有其專業目的與深切期望，但是在輔導過程中，也產生一些問題，使得實習教師的專業發展受到一些影響：

- (一) 由於實習輔導教師仍是教室權力的核心，因此實習輔導教師所提供的支持，有時候會造成實習教師養成依賴性，獨立自主性的不足，而實習教師也會有做決定的難處與考量。

- (二) 實習教師在班上時間短暫，猶如過客，在專業實踐上多依循原來模式，延緩專業實踐的時間
- (三) 與實習輔導教師個性、風格、教育理念上的不同，使實習教師在專業發展與適應上，有較大的震撼。
- (四) 輔導教師未必具有和實習教師相同的專長科目，因此無法提供實習教師的專長需求。
- (五) 實習輔導教師在場督導，會使實習教師在教學或班級管理上有所拘束，無法盡情揮灑，專業實踐的空間受到束縛(孫維屏，2003)。
- (六) 實習輔導教師是家長信任溝通的對象，實習教師只能從旁獲得親師溝通的間接經驗，親師溝通發展無實質成效。
- (七) 實習輔導教師的運作模式，不論好壞，都有可能經由實習教師複製，產生模式的僵化與錯誤之模式再製問題。
- (八) 授課節數有限，無法彈性運用時間，有教學進度壓力。
- (九) 雖然實習教師對教育現象會有反思，但苦無實踐的機會，延緩專業實踐的時間與造成束縛，將未來實踐的機會期望於未來擔任正式教師之後。

五、本節小結

由以上可知，實習輔導教師對實習教師而言，可說是教學路上的「貴人」，對實習教師在心理的支援、專業能力的成長、教具資訊與工具的支援、班級經營的策略支援、熟悉教材教法、增進處理學生事件的能力及增進批判及反省空間等方面有極大的助益；但在實習輔導的過程中，實習輔導教師仍是教室的核心，當實習教師在與輔導教師教學風格與觀念不同，又缺乏有效溝通時，常造成實習教師心理衝突和震撼，最後只能無奈配合，造成教學再製的困擾、進度壓力；或者因專長不同，無法給予適切的支援與指導，甚至因為實習輔導教師的在場指導，而造成實習教師無法盡情發揮等諸多問題。另外，由於部分實習輔導教師並未針對實習教師進行系統化的輔導，只能靠實習教師自己去請教，因此慎選實習輔導教師、有計畫進行導引工作，是值得我們去注意的。另外，實習輔導教師應真誠的參與實習輔導的工作，並保持實習、輔導雙方的良好溝通，彼此能夠了解對方的需求與期望，以能相互配合，建立平等關係，實習輔導的相關問題才能迎刃而解，達成實習輔導的成效。

第三節 實習教師的相關研究

McCaughtry 等 (2005) 指出，教學是一個複雜又專業的挑戰，而教學上的要求對新進教師而言又特別地無法承受。新進教師面對很多立刻的挑戰，如發展為期一年的課程、組織班級、實施有效的班級經營、熟悉學校的組織結構、調和與同事之間的關係、及與各式各樣的學生和家長從事教學。Podsen 與 Denmark (2000) 也指出，像教學如此複雜的活動，是可以讓新投入教學工作的新進教師所退縮的，對於新進教師而言，教學工作的巨大責任最後會帶回家中，而且當工作無法依照計畫進行的時候，就必須承受極大的壓力，而且新手教師從事教學工作，是少數職業中必須承擔和有經驗的教師相同責任的職業。而新進教師最常碰到的問題 (Gordon, 1991) 就是：常被指派擔任困難的工作、學校對新進教師成文與不成文不明確的期待、不充分的教學資源、新進教師感覺是孤立的及現實情況對新進教師的震驚與打擊。而以上的情況大都有經驗的教師不會予以協助，以避免被新進教師認為多管閒事，但在這種情形下，卻讓新進教師所面臨的問題愈來愈嚴重，實際上，實習教師在教學的現場也碰到類似以上所提新進教師所面臨的情況，讓實習教師產生孤立與無助。Metzler (1990) 也提出，實習教師剛步入教學工作時，對學校的不滿與面臨學習如何成為一位優秀稱職教師的困境，是實習教師們最後離開教育工作的主因。所以，實習教師在初入學校教學的時候，有必要透過實習輔導教師高度的關懷、支持與督導，以協助實習教師成為一位有效能的教師，提供教學資源，才能夠讓實習教師逐漸適應和勝任教學工作，成為終身的職業。

民國八十三年師資培育法正式公布實施後，教育實習有了極大的轉變：實習教師必須跟隨實習輔導教師學習教學工作，得到實習輔導教師的支援與協助，在未來更能順利的適應職場；實習輔導教師因而也肩負了實習輔導成效的重責大任。由於實習不再是單打獨鬥，實習輔導教師是實習教師的最重要、也是最親密的伙伴，也會給予實習教師在實習階段的各方面的支援與協助，所以實習教師在實習階段的相關探討是值得我們注意的。

過去對於實習教師的相關研究如下：

Randall (1992) 認為實習教師在從事體育教學時要習得的能力為架構，及實習教師在擔任體育教學工作時要學習的事項有：

- 一、能使用策略性的觀察和調查以訂定教學策略及了解學生的能力

從觀察實習輔導教師的教學中，獲得有關教學策略、練習、教學原理及前後相關的事件；確實記錄實習輔導教師對學生期待的提示；系統的記錄實習輔導教師增強期待行為、以及明確的口語回饋方式。

二、能建立常規以讓學生的行為有所規範

在平時的行為中確認令人滿意的學生行為；從平常的行為中定義讓人討厭的行為；訂定班級經營中最重要的規定，並明確的說明與交待清楚，以能控制你的班級；列出四到五條當學生犯錯時可能的後果或處罰方式；讓所有學生都知道這些規定、獎賞及後果。

三、能傳達對學生期待及增強希冀的行為

實習教師應獲得的能力有：提供學生教師所希望行為的清楚提示；透過教師清楚的口語回饋以增強學生的正向行為。

四、能改善教室管理以讓教學時間作最有效的運用

計畫並執行策略，以減少班級管理的時間，增加學生的學習時間；提供清楚且明確的指示，讓學生能快速移動，以減少管理時間；計畫並執行在最少的時間完成教學課程間的轉換；利用口語的提示以維持學生都在學習活動中（Pangrazi, 1997）；準時的上、下課；使用信號來引起學生注意；利用觀察的結果來決定如何減少管理時間。

另外教師也必須考慮因教學環境的改變而影響教學的因素。所以教師必須能發展出雨天備案或隨機改變教學計畫的能力，並能預留幾個室內的教學計畫，且能妥善的利用有限的空間和設備。

五、能建立一個積極的班級氣氛

以教師積極的行為典範來帶動學生的正向行為；以教師積極的行為典範來帶動學生在動作技能的嘗試；記住並能夠叫出學生的名字；利用錄音以分析教師自己的口語行為；詮釋觀察的結果以決定教師在班級氣氛中的角色象徵。

六、能協助學生發展最終的行為目標

能夠區別過程目標及終點目標；確認應遵守的行為以產出所渴望的結果行為；協助學生發展目標行為；納入發展目標行為並執行課程計畫。

七、能分析動作技巧並擬定教學提示

在教學計畫中實施動作技巧的分析；確定可以加強動作技能的

教學提示；在撰寫課程計畫時納入動作分析及教學提示；學生練習時提供高比率、具體且明確的教學提示。

八、能選擇一個難度適當的課程活動

選擇適合各種技能程度的學習活動，以能夠讓所有的學生都成功的參與學習活動；可把 Mosston 的包含式納入教學計畫，並執行各種層次複合式的技能課程；估計學生嘗試練習的機會及學習高成就與低成就學生的成功比率。

九、能讓學生有最大的學習時間

在執行課程計畫時能讓學生有最大的活動時間 (Pangrazi, 1997)；能夠保證學生都能參與各種非技術層面的活動；採樣估算花在班級經營、教學活動及學習活動的時間；決定指標性學生在學習動作技能時所要花費的時間；利用班級經營及教學活動與學習活動的時間資料來修正教學、建立目標，以讓學生能獲得最大的練習時間。

十、能提供學生適當的技能回饋

在學生嘗試練習時提供高比率清楚而明確、簡短及動作導向的回饋，並提供動作學習的口訣 (Pangrazi, 1997)；錄下口語的教學回饋；著眼在系統的觀察方法以紀錄教學回饋，並加以分析、使用已獲得的數據做為調整口語回饋行為的指標。

十一、能運用有效的教學技巧並加以歸納反省

在示範時能對所選擇的動作技能做有效的標準及適當的定義；觀看教學錄影帶並用檢核表來評鑑示範的效果；檢視獲得的資料，並記錄改變的或成功達到的標準，以納入下次的示範之中。

十二、能發展學習任務呈現的技巧

計畫並執行課程的主要成效以促進認知的學習；撰寫教學計畫；撰寫教學計畫時納入教學活動的綱要、範例、提問的問題及總結；在示範時能夠有效的誘導學生學習；課程中清楚的四個方向為：評鑑學生的學習表現、提供練習的機會、使用範例、系統的重覆教學重點。而學習任務的呈現方式可以透過：有效的解釋說明及動作技能的示範二種方式。促進解釋說明及動作示範能力的建議有：充實體育專業知能、增進各項運動技能的基本能力、有效運用視聽媒體及輔助器材、培養教學反省能力與習慣 (陳春蓮, 2004b)。

十三、能加強提問的技巧以激勵學生的學習

示範時能夠提問高階和低階的問題；使用試探和增強的行為來幫助學生精熟及延伸教師所提問的問題；在提問後能提供充足的等待時間；能夠在示範的時候都能激勵低表現或是高表現的同學，並做出公平的互動（Borich, 2000）。

十四、能評鑑學生的表現並以診斷

確認評鑑學生動作技能的標準；在評鑑學生的技能表現後提供實質上的分析；能夠對學生的動作技能做臨床的診斷及發現錯誤。

林靜萍（1996）透過實習教師同儕觀察系統（Student Teacher Observing Peers, 簡稱 STOP）的研究：

就教學型態而言，實習教師注重教學指導，少給回饋、教學時以直接教學法的講授方式為主、班級組織管理為教學的主要困難。建議師資培育過程施以系統觀察法的訓練，以便學生能根據研究結果自我回饋、同儕回饋，以增加試教輔導功能。

Husbands（1997）認為提供實習教師學習的事項有：提供練習的機會、提供在專業發展上有效及迅速的回饋、與實習教師協調實習計畫、協助實習教師反省的能力、共同訂定合乎現實的實習目標目標、提供機會讓實習教師蒐集不同的教學程序。

Podsen 與 Denmark（2000）認為，實習教師在實習的學期結束時應要學習的課程有：

- 一、主題課程。
- 二、區別自己對呈現教學的想法與現實中教學情境的不同處。
- 三、具備溝通的技巧。
- 四、能有良好班級經營。
- 五、能了解專家教師擬定及安排課程計畫的方法。
- 六、能了解專家教師評價學生能力的方法及記錄的方式。
- 七、能夠了解專家教師對學生闡明問題的能力及提供學生解決問題的方法（problem solving）
- 八、能在教學中運用教學理論、教學工具及教學資源。
- 九、能做教學反省。
- 十、能以道德的觀點從事教學工作。

蘇慕洵（2002），實習教師最感困擾且需要協助的事項有：

- 一、教學技能的困擾。
- 二、班級經營的困擾。
- 三、人際互動的困擾。
- 四、角色扮演的困擾。
- 五、自己生計與生涯發展的困擾。

洪玉燕（2002）對實習教師的研究分析：

- 一、實習教師的身份定位及權責宜訂定全國統一明確立標準。
- 二、實習教師的實習重點為教學，尤其應著重整個課程與班級之經營，除此之外，對現行整體學校制度、學校與社區特色及如何與家長溝通聯繫，亦應加強了解。
- 三、目前實習教師之生活津貼應適度調整，以安定實習教師之生活，提高實習之效率。
- 四、實習教師所面臨的工作困擾及共同問題，有關單位應適時提供必要協助及有機制的解決方式，以幫助實習教師在專業上的發展。

孫維屏（2003）的研究指出，實習教師在社會化歷程的特徵：

- 一、實習教師是一個角色的轉換期，因此會產生焦慮，在追求教育理想中，擔心面臨的挑戰。
- 二、實習教師在認同教師職業與角色中，面臨了教學能力是否適任的矛盾情緒。
- 三、實習教師在不斷的自我反省和自我成長中，會產生困惑和情緒上的不安。
- 四、實習教師為了尋求學校與學生的肯定，會努力表現，偶爾也會有挫敗感。
- 五、實習教師會表現出理想開放的觀念，會吸收新知，展現創意，但又因受到現實環境的影響，導致在教學情境中，無法發揮在師資培育階段所學的專業知能。

高珍彩（2003）的研究中指出，實習教師的社會化歷程可分為四階段，蜜月期、適當教材教法尋找期、危機期、動盪期。而實習教師實務知識轉變歷程為：知識是學習的行動力；知識改變是因實務教學工作之需要；相互合作成為知識的行動者。而且實習教師的教學會受到過去當學生經驗的

影響、生活經驗的影響、師資培育專業訓練、理論與經驗的實作經驗、同儕間觀摩學習、當前實際教學經驗的影響。最後對實習教師的建議為：

- 一、積極參與社團活動，參與義工服務，以協助自身實務知識的成長。
- 二、實習教師應成立類似讀書會的小組或團體，彼此共同建立實貴知識或經驗交流。
- 三、鼓勵多參加進修研習，唯有終身學習才能提昇教師知識品質。

綜合以上所述，實習階段是實習教師社會化的歷程，在過程中會遇到許多定位不明、情緒、教學或人際關係上的困擾和衝突，此時實習教師在實習輔導教師的協助與支援下，應尋求突破教學困境的方法，或尋求相關的支援，以解決問題，進而建構出自己的教學理念與教學模式，不斷地專業成長，以在未來能夠勝任教學工作。

第四節 有效體育的教學

教學是極其複雜的專業活動，充滿了許多挑戰、不確定性、以及價值衝突情境，教師每天面對各式各樣的學生以及大大小小的課程與教學實務問題，必須具備相關的內容知識、一般教學知識、課程知識、學科教學知識、對學生與其特質的瞭解、對教育環境的瞭解以及對教育目的和價值，與其史哲基礎瞭解的基本專業知識，才能掌握自己如何進行教學。並且要能夠：發展詮釋課程的教育理念、熟悉教學方法、明瞭一般教學知識基礎、積極回應不同背景的學生需求及應用科技於實踐中，成為專業的內行人(甄曉蘭，2004)。

所以，要成為一位稱職的體育教師，必須要能夠瞭解什麼是有效的體育教學，我們可從下列幾方面來探討有效的體育教學。

一、有效的體育教學

(一) 以課程計畫與設計論述有效的體育教學

對於有效的教學，黃泰源、周宏室及翁志成(2004)指出，有效的教學是指教師如何有效地實施結構性的教學內容，使學生獲得知識或技能的習得。有效教學影響教學成效與監督學生表現，對學生學習

動機有重要的影響，愈是有效的教學愈能提高學生學習的動機。另一方面 Glickman et al. (1995) 也指出，有效的教學指導是教師的一種能力，是教師依據不同的學習目標及學習結果而採用不同的教學方式進行教學。而有效的教學是以活動、例行的公事、教學技巧等做為教學決定，並增進學生做決定的能力。

Matzler (1990) 則指出，要達到有效體育教學的指標有：教學活動時間的經營、教學資源的管理、學生行為管理及賦予對學習任務的責任、任務相關性及結構、學習的保證及成功的比率、教學提示、提供學生有關表現的回饋、班級氣氛、課程計畫、口語及非口語的互動、提問、內容發展、評鑑及創造安全的學習環境等方面。

本研究認為有效的體育教學是以課程計畫與設計為基礎，透過運用優異的課程呈現及班級管理的技巧，妥善的運用教學資源，創造安全的學習環境，讓學生能夠獲得最大的練習時間及專心致力於學習任務上，教師進而達到教學目標，學生獲得良好的學習成效。

然而要達到有效的體育教學，Laker (2001) 認為，體育教師必須要對於教學的科目要有充足的知識以應付教學，並作課程計畫與設計，以籌畫讓學生成功的祕訣，而課程計畫與設計是教師對課程的價值觀為基礎，再完成教學計畫。而 Thomas, Lee 與 Katherine (1988) 則認為，課程計畫的訂定，是教師依據課程目標，並加以分析教學內容後，分別依序定出年度課程計畫、單元課程計畫及每節課的課程計畫。課程計畫的訂定與教學的執行、測驗與評價及教學反省的模式，如圖 2-4-1 課程計畫的訂定、教學發展與計畫的循環模式所示。

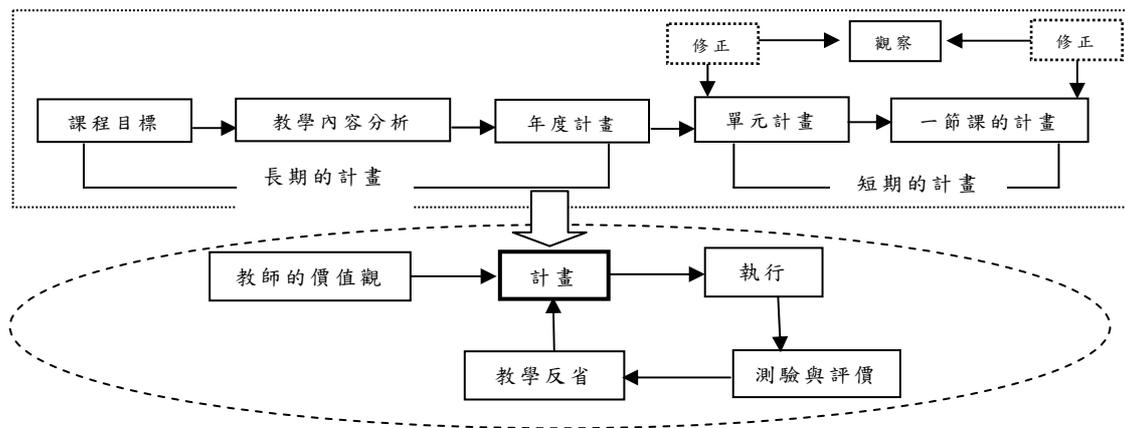


圖 2-4-1 課程計畫的訂定、教學發展與計畫的循環模式
修改自：Laker, 2001, p9. Thomas, Lee, & Katherine, 1988, p.118

在體育教學單元計畫方面，Kirchner 與 Fishburne (1995) 認為，體育教學的單元計畫中必須包含了：教學項目、學習目標、教學活動、組織教學策略、準備相關器材並能熟練地操作、測驗及運用資源。

Thomas et al. (1988) 認為擬定課程計畫應包含：

1. 課程目標：課程目標必須要符合學生的行為目標，而且必須明確的描述學生在每次課程後的結果。
2. 場地器材及設備：在場地器材及設備方面，在設計課程計畫時，所有和課程相關的器材都要詳細的列出來，並且盡可能的讓學生有最大的練習時間和數量（林俊傑，2006）。
3. 熱身運動：約三至五分鐘精力充沛的活動，是每節課都必須包含的。這個程序可以變更、修改、更多樣化或是累進的。
4. 技能發展活動：每日的教學活動是依據單元計畫而決定的，也是教師如何執行課程計畫來完成學生動作技能發展的過程。而在單元計畫中也必須簡明的描述學生在每節課所要達到的行為目標。而此時的日課計畫是說明了教師將如何與學生溝通及教學技能的進展。教師應要仔細思考如何分析一個動作技巧和開始新技能教學的方式。在時間的分配上也應大約估算教學每個動作技能的時間，及時間是否能妥善的分配在每日的教學，而每日的課程計畫也定義了學生的組織活動。教學的口語提示和主要的重點在教學計畫中是應被強調的，也應包含在計畫之中。如果要強調一些觀念和學習策略，注釋也是要包含在教學計畫之中，就像是提醒教師的東西一樣。
5. 結束活動：是一個通常約持續五至十分鐘讓學生進行團體練習或比賽的活動。而這個活動也必須讓學生有最大的參與。
6. 評鑑：如果學生能在下一個學習階段就已經達到了教學目標，就能從容的完成每日的評鑑活動。

此外，體育課是快樂且有趣的，若要能讓學生喜歡上體育課，樂於參與各項教學活動，體育教學所選擇的活動必須是符合學生的興趣、需要和能力的。再加上體育教師能擬定周延的教學計劃，且在對教學活動進行有充分準備，透過教學專業智慧運用教學形式，以協助學習者從事學習並達成教學目標，才能達到有效能的教學。（周宏室，2001；陳春蓮，2004a；Mosston & Ashworth, 1986; Kirchner & Fishburne, 1995; Laker, 2001）。

黃月嬋（1992）的研究指出，有效體育教學的教師在安排一節課時，能依照學生的程度設計教材（許義雄、黃月嬋，2001），並分配較高比例的時間從事：與學生交互活動、對全班的教學活動、活動教材的教學內容，尤其是體能活動；同時分配較少的時間在：讓學生等待或分心、一般內容的教材教學、安排器材。在以上有效率且妥善規劃及運用教師教學和學生學習的教學時間的基礎下，能夠依學生的學習行為，擬定有效的教學策略，以促進學生的有效學習，達到有效的體育教學（闕月清，2004；Kirchner & Fishburne, 1995）。

Mosston 與 Ashworth（1986）認為，要達到有效的體育教學，課前的課程計畫與設計必須要決定：

1. 時序的目標：在教學中教師和學生所要達到的目標是什麼？（Rink, 1993）
2. 選擇一個教學形式：教師要用何種教學形式來引導學生的學習？
3. 期望的學習形式：在教學的過程中，以教師為主體或是以學生為主。
4. 教學的對象：是全班、分組或是個人。
5. 教材：教材的形式、學習的量、學習的品質表現、教學的順序
6. 什麼時候教：課程的開始時間、教學活動的速度與節奏、每一段教學活動的時間及停止時間、間歇的時間及結束所有教學活動。
7. 為教學活動擬定在課中運用傳達訊息的模式。
8. 問題的處理：如何因應學生在課中所提出的問題。
9. 組織與安排：教學準備與班級經營。
10. 教學的地點：決定最適當的教學地點（林俊傑，2006）。
11. 姿勢：設計動作內容以達到教學目標。
12. 服裝與儀表：決定學生適合課程的服裝。
13. 變數：決定歸因於一些限制，特別是在教學中發生教學位置的改變、時間的因素、動作學習的表現、或學生服儀的問題的因應之道。
14. 班級氣氛：歸因於在班級中逐步形成因情感或班級社會化的環境等因素。
15. 評鑑的程序與工具：決定做何種評鑑？使用那一種評鑑工具及標準？如何將這些結果與教學目標相聯結？什麼是我們所要達到的學習品質？
16. 其他：其他影響教學的相關因素。

而體育教學異於一般學科教學，是動態的、室外的、以運動技術

學習為主的和集團的教學等四種特性（葉憲清，1998）。也因為體育教學具有他的特殊性，因此也增加了體育教學的難度。是故，蔡易峻（1998）認為，有效體育教學是個多面向的概念，教師依據教學目標而有不同的教學活動重心，不論在計劃、教學過程乃至於教學活動，均較有知覺與反省能力，藉由充分地了解學生的程度和特性，呈現多樣的教學策略，對於設備、器材等也較能有效運動，教師具有正面的特質，因此，學生的學習是最大的關心，至終目的是期許學生有最適宜的學習發展。

如果實習教師在健康與體育學習領域的教學中，能夠被一位有經驗的實習輔導教師的引領，循序漸進地學習課程計畫與設計的方法，相信能展現出不同於以往僅讓學生「活動」的體育課，體育教學才能有目標的針對學生的需要教學，體育教學也才能逐漸邁向正常化，學生才能更有系統、有方法及有目標的學習。

（二）以課程呈現論述有效的體育教學

教學活動是「教」與「學」的雙向回饋的歷程，體育教學也不例外，想要獲得良好的體育教學效果，就必須仰賴有效的體育教學行為。有效的教學行為包括師生互動、教學時間、課室管理、教材內容和教學回饋等將課程呈現的方式。因此教師在教學歷程中應該運用自身的先備知識，採取各種教學策略，不斷地將教學能力展現在教學活動上，增進學生的學習成效（闕月清，2004）。鍾佳穎（2004）的研究指出，有效的教師教學行包含了清晰、多樣性、關懷、溝通技巧、工作取向、教室管理與紀律、教學計畫、教學策略、教學評鑑與教學氣氛，並有明確性（clearly）、多樣性（variety）、提昇學習成功的比率（success rate）、任務取向（task-orientation）及全心投入（engagement）。是故，體育教學的成效建立在體育教師是否能運用有效的教學行為上。本研究以課程呈現方式論述有效的體育教學如下：

1. 認識學生，了解學生的特質：學習者是教學的主體，再好的教學也要學習者能夠接受，教學活動才有意義。若先了解學生的身心特質、起點行為、先前經驗和學習動機來擬定教學計畫，並不斷地修正，才可降低教學的不利因素，提高學生的學習效率（林進材，1998a、1998b；許義雄、黃月嬋，2001；林俊傑，2006；Pangrazi,1997）。
2. 建立教學例行事項：在學期初即建立良好的常規，教師有自己一套的有效管理模式，並於學期初即讓學生瞭解與教師配合之相關事

- 項，以在課堂中減少學生閒置的時間，並於上課結束前或下一堂課上課前，以個人或公開的場合處理紀律行為，讓課室的管理更有效（許義雄、黃月嬋，2001；吳德城，2002；闕月清，2004；Randall，1992；Glickman 等，1995；Kirchner & Fishburne，1995；Thomas 等，1998；Graham，2001；Laker，2001）。
3. 良好的課室管理：黃月嬋(1992)、王金國(2000)與 Thomas 等(1998)認為在體育教學中有效的班級管理的指導方針為引起學生注意：在學期初的時候可以教授學生當看到或聽到信號的時候必須要注意。這個信號可能是哨音、是擊掌聲、是一個手勢或鼓聲（林俊傑，2006）。教師必須決定依照那些標準或人數來進行學生的分組，以組織學生，減少常規問題，並讓學生能迅速地到達指定地點以完成相關隊形（formation）進行活動，以減少課程轉換的管理時間（Thomas 等，1998；Laker，2001）。
 4. 良好的動作講解與示範：教師應使用學生可理解的詞彙，清楚的解釋，讓學生清楚的知道課程的內容及學習的重點，以能按部就班的學習，並以各種不同的角度正確的動作示範（許義雄、黃月嬋，2001；吳德城，2002；陳春蓮，2004a；林俊傑，2006；Rink，1993；Borich，2000）。而有效的示範的指導方針為：示範必須適合所有學生的觀念程度，教師在動作示範時必須是要有技巧的，而示範也必須是精準的，因為學生會模仿他們所看到的，所以錯誤的示範將會產生不良的後果（Randall，1992；Rink，1993；Graham，2001；Pangrazi，1997）；以學生的示範比教師來得更好，儘可能地讓學生示範，也提供了教師可將注意力指向學生是否注意動作技能的明確要素（Randall，1992；Rink，1993；Graham，2001；Pangrazi，1997）；在示範後應檢視學生的了解程度（可詢問問題或讓學生反覆練習主要動作技能的重點）（Kirchner & Fishburne，1995；Rink，1993；Graham，2001）。
 5. 注意學生的學習表現，並予以回饋：而就體育教學而言，教師行為最為重要的功能之一即是對學生表現提供清楚的回饋（陳春蓮，2002）。教學中必須不斷透過各種評鑑活動，了解學習者對課程的理解程度，並且能夠掃視學生練習的情形，以作適度的回饋，則有助於產生一個讓學生可以被激勵而參與學習活動、持續的在學習活動上、及增進動作技能的發展的學習環境（黃月嬋，1992；林進材，1998a、1998b；林逸松，2002；吳德城，2002；Metzler，1990；Randall，

- 1992; Rink, 1993; Kirchner & Fishburne, 1995; Pangrazi, 1997; Graham, 2001; Glasgow & Hicks, 2003)。教師應提供正向的、更正的、特定的回饋，以讓學生保持在學習任務上，並了解行為是否適當，更能提高學生的信心（許義雄、黃月嬋，2001；陳春蓮，2004a；林俊傑，2006；Siedentop, Mand & Taggart, 1986；Kirchner & Fishburne, 1995；Thomas 等，1998；Borich, 2000；Glasgow & Hicks, 2003）。
6. 教師的位置：教師應在最佳的位置示範及監控學生，才能明確瞭解學生的學習情形及維持秩序，學生也才能清楚的觀察教師的示範動作（Kirchner & Fishburne, 1995；Pangrazi, 1997；Thomas 等，1998）。
 7. 場地的規畫與準備：有效的規劃場地器材（陳春蓮 2004a），並儘量能讓每個學生都有器材練習及適當的場地，才能增進教學的成效。
 8. 動作診斷與指導：教師應重視指導，並運用多樣化的指導方式，並能夠診斷學生的動作，立即給予糾正與指導，以加深學生對動作的認識。其中最有效的方式就是提問（黃月嬋，1992；Borich, 2000）。
 9. 臨場的應變與備案：教師在課程設計時應把教學時的變數因素考量在內，並準備備案，以防因器材、天候或場地因素的改變而影響正常教學（Mosston & Ashworth, 1986）。
 10. 教學干擾因素的克服：減少干擾教學行為：學生的偏差行為是教師教學活動的致命傷，運用良好的班級經營，防止學生反社會行為的發生，影響教師教學品質（林進材，1998a、1998b）。
 11. 學生練習的時間：提供學生高比率的練習時間，讓學生了解並協助正確的完成學習任務，以提昇練習的成功比率（Siedentop, Mand & Taggart, 1986；Thomas 等，1998；Borich, 2000）。
 12. 善用各類教學提示：教師清楚的給予學生明確的方向、使用重要的口語提示、可以讓學生的學習更有效率，必要的時候解釋細節、明確說明學習者所有課程目標以讓學生達到教師的期望（林進材、1998a、1998b；Thomas 等，1998）。
 13. 有效運用教學時間：學習時間的運用是教學上不可忽視的一環，教師在教學時必須掌握時間的要素，將教學時間妥善分配與運用，以提高學生的練習時間，增加學習效果，並把班級經營、等待時間及課程轉換時間減到最小（林進材，1998a、1998b；許義雄、黃月嬋，2001；周宏室，2001；陳春蓮，2004a；Siedentop et al., 1986）。

14. 學生成功的學習：黃月嬋（1998）指出，成功的學生學習即有效教學，乃根據學生練習進步的程度（或學習所得的成就），或以過程中參與活動的情形、學習感受（樂趣、享受、動機...）及學習時間等，來評量學生的學習是否成功，也用來衡量教學的有效與否。

二、體育教師的教學反省

為了成為一位專業的教師，你必須學習成為一個常做反省的教學者（許義雄、黃月嬋，2001）。在今日師資教師逐漸走入「研究本位」、「探究取向」（inquiry-oriented）教師唯有對教學的過程、課程、內容、情境脈絡，不斷反省與研究成長，才能製造自己和學生成長與學習的機會（洪福財，1997）。並且透過觀察教學行為，發現自己教學時的優缺點，才能夠精進教學技巧，更順暢且有效的進行教學活動。Glickman 等（1995）更引用 Porter 與 Brophy（1988）對有效能的教師的看法：有效能的教師會在課後對教學做反省及自我評鑑，以監控是否有將教學內容教導給學生，並承擔引領學生學習及學習行為的責任。

是故，蘇穎群（2000）指出體育學科屬性較為特殊，不僅需要掌握空間、時間、學生與器材設備，同時並需考慮學生能力上的差異及行為問題，其教學情境之複雜與互動頻率均較一般學科為高。面對較諸其他學科更為複雜多變的教學情境，體育教師尤需要具備教學反省能力。體育教師的反省，亦應以本身教學為出發點，教師必須充分覺察教學事件，運用有意義、正確可靠的訊息，對教學歷程做正確的判斷、形成改變、並監控改變軌跡及成效。而透過觀察工具蒐集而得的客觀教學行為，是教師反省的重要素材。

（一）教學反省的意義

林心茹（2004）指出，教學與學習的成功無關於個人經驗或教育層級，而是取決於反省的能力。陳玉枝（2003b）認為反省（reflect）意指：進行反芻、思慮、沉思與思考，其字源是來自拉丁字 reflectere，是回顧的意思。反省是一種連續性的檢視、分析、修正及再建構所思考所行的心理思考歷程活動。個人的反省性知識建構，決定了行動的品質，而且反省引導進一步的行動（陳美玉，1999）。反省思考並非僅是思想運作，而是包含思想與行動的循環歷程；反省使個體能在連續的基礎上，將新經驗與既有的理解、信念相關聯，進而重新詮釋經驗；

反省是一種評論、重新建構、重新賦予的行動歷程，涵括過去、現在與未來（陳春蓮，2004a）。

陳春蓮（2004a）認為，「教學反省」即教師對支持自身教學信念與實踐的假設，以及這些信念與實踐可能導致的結果，進行主動、持續、審慎的思考與再思考。「教學反省」是一種在教學前、教學中和教學後的檢思歷程，教師在過程中解決問題或重新建構知識，後反省的回饋與檢討，達成改進教學品質的目標，進而促進教師專業成長（陳玉枝，2003b）。

「教師專業反省」是教師有能力隨時面對高變異的教學情境，進行質疑與省思，對個人行動背後的基本假設及價值，做深入的省察，讓本身經驗充實，專業反省能力充分發揮，提升教與學的品質，使教師的專業表現得更圓融、考慮得更週到（陳美玉，1999）。

九年一貫課程一改過去課程標準詳列教材綱要的形式，希望藉著能力指標的形式，賦予教師課程自主的空間，以期恢復教師久被廢除的課程設計能力，並持續進行反省和批判，重新思考：「我的學生是誰？他們的需求是什麼？我的教育觀點是什麼？我可以和我的學生一起追求什麼？」，重新發現自己、肯定自己（周淑卿，2004）。其中藉由撰寫教學日誌，體育教師不僅系統地觀察自身的教學行為，其尋思將影像與動作呈現轉化為文字，也提供體育教師良好的反省機會（陳春蓮，2004a）。

陳雪麗（2004）指出，面臨教育改革的衝擊，教師本身的反省覺知能力，成為決定教師教學能否勝任愉快的關鍵。她認為：

- 1.反省可說是個人重溫自己「過去歷史」的工作，透過不斷地重複檢視，累積經驗、修正個人信念。
- 2.反省是出自內心（有意的及無意的）和外在外在引發。
- 3.反省有助於教師教學的修正，促進專業成長，以成為一位「教人成人」者；運用於當有違反例行性反省事項或有處理不妥、內心慚愧、羞恥與懊悔時；可分成技術性、個人式、問題式、批判式等四項。
- 4.省思札記可協助教師記錄教學過程中的觀察、發現、心得或感想，藉以培養自我省思的態度。
- 5.深刻的自我反省和札記的撰寫，打破舊有的思考習慣，尋求新的思維方式，用嶄新的角度重新出發，有助於教師的心靈成長和衍生新創意。

林心茹（2004）認為透過反省，可以讓實習教師：

1. 協助組織想法，解讀班級事件。
2. 引導實習教師至專業的問題探究及目標設定。
3. 提昇教學為持續建構知識歷程的學習模式。
4. 提昇與實習輔導教師的對話及協作關係。

綜合以上所述，一位能夠不斷地反省與檢視自己的教學並改進、提昇教學的品質，讓學生學有所得，才能算是一位有效能的教師；也唯有不斷地專業反省，才能客觀的檢視並修正教學的缺點，不斷地成長與精進，符合時代的需求與脈絡，成為一位專業的教師。身為一位實習輔導教師，亦應示範如何進行教學反省，讓實習教師能瞭解「成為」一位教師，應該具備必須要能持續不斷地反省教學的教師思考特質（林心茹，2004）。

（二）反省的時機

有關教師專業反省的理論，大致上可以分為行動前、行動中及行動後的反省三種類型（陳美玉，1999；陳玉枝，2003a；陳春蓮，2004；林心茹，2004）。

1. 行動前的反省：是指一種教學行動尚未發生前，即已進行的前置性思考與計畫的心智活動，目的在使教學活動的進行，能表現得更謹慎、週密。但是，行動前的反省也可能是帶有批判性質的反省，是基於對行動中及行動後二種反省的充分洞察與掌握，所形成的慎思性理念建構與思考。
2. 行動中的反省（reflection-in-action）：是隨時針對專業行動的得失，在行動的同時進行內在對話與回饋作用，並做出修正。確保專業行動的高品質與高適當性。
3. 行動後的反省（reflection-on-action）：是指對於發生過的經驗，進行經驗的再體驗與再評估，使新舊經驗得以產生聯結，進而能形成新的個人實踐知識，提升情境理解能力。

所以，一個完整的反省活動，是必須經過行動前的慎思與評價、行動中的即時修正及行動後的事後省思，此三種形式的反省才能以螺旋式的形式、才能不斷地自我批判、檢證及再建構的作用，促成新行動的出現，達到反省的效果。

(三) 利用反省札記達到體育教師專業成長

陳春蓮(2004a)及林心茹(2004)認為，反省可以重新引導教學行為，而日誌可協助教師將教學現場經驗作為個人觀點發展的參照點。體育教師撰寫札記可協助教師反省既有信念及教學行為，其尋思將影像與動作呈現轉換為文字的歷程，即提供了體育教師良好的反省機會。

札記反省是透過反省札記為媒介，引導職前及在職教師進行專業反省，在教師專業發展過程中，增進個人記憶、傾聽自己的聲音、強化個人的反省知覺，以促進教師個人反省能力、提高教學品質，產生更高的批判與專業知覺，進而達到專業成長的目的，是屬於行動後的反省(陳美玉, 1999)。教學反省札記在用途上是一種工具，是教師練習批判反省與推理的方法，可促進反省、批判分析的能力，幫助教師將理論與經驗結合，增進教學工作或心理成長，進而成為一個專業的教師(陳玉枝, 2003b)。

陳春蓮(2004a)，體育教師若能透過反省日誌的撰寫與實行，並針對個人對教學反省概念的認知，會更增進反省的效果。由於日誌撰寫是持續的歷程，撰寫格式與方式宜有規範，撰寫教學反省日誌的次數和撰寫方式如下：

1. 撰寫次數

在不造成體育教師過重負擔的情況下，可選定某任教班級在每上完一堂體育課即撰寫反省日誌，不但符合每週二則的原則，更可對教學有較深入的剖析與體會。

2. 撰寫方式

(1)呈現方式：日誌雖以文字呈現為主，但體育科大多為肢體動作或技能展現，因此日誌不拘形式。以日誌本撰述時，為便於隨時記載新的反省，應以活頁設計為原則，大小樣式不拘。活頁日誌本攤開來成雙頁狀，左頁可書寫教學活動的描述，右頁可記載對活動的反省。建議每頁僅書寫至一半，以便再次反省之用。

(2)撰寫的架構：可依教學活動、教材呈現或課程設計等方面來描述。可自訂架構，並依情況調整。

3. 隨時記錄

體育教師可準備一本便於攜帶的小札記本，隨時記下覺得有趣、滿意、擔憂、困惑...等的事件或感受，而後再補登於日誌本上。

再藉著反省日誌資料的分析檢視，可了解自己目前的教學關切焦點及反省層次，並努力朝向更高層次的反省。

陳玉枝(2003b)，日常的教學中，很多教師常以自然的方式反省，但反省的內容是無意圖、無焦點與無系統的。大部分的學者大多同意用不拘形式的方法撰寫教學反省札記，也可以用固定的書寫格式，讓教師在反省時較有意圖、焦點與系統。自由與固定的格式如下：

- 1.自由格式：不拘形式，可以自由書寫有關教學的各項事情、觀點、爭論。
- 2.固定格式：提供書寫者依些書寫的方向與過程，便有結構的分析問題。

體育教師的教學反省，可先界定所要蒐集訊息的教學事件，且列舉實例，再利用觀察工具（observation instruments）蒐集教學歷程中的客觀訊息，或以分析教學錄影帶，以了解自身實際教學行為，促進教學技巧。「唯有反省的實踐，才能確保有效的教學活動」，在教師專業成長的強調與倡議下，教學反省能力業已成為教師效能的重要指標。透過反省及探究的過程，教師的想法將更通融，更能接受新觀念，進而有效解決問題（陳春蓮，2004a）。

現在的師資培育重點在於：教師是一個會反思的、有想法的人，能夠探索出個人的教學風格（林心茹，2004）。所以實習教師唯有透過實習輔導教師的引導及協助反思在教學決定及教學行為上（Metzler, 1990），與進一步給予實習教師建議與改進，實習教師再配合專業的反省歷程，才能加速專業成長，成為一位能夠獨當一面優秀的教師。體育教師透過課程計畫、評估教學成效，並加以反省修正，達到專業成長，其過程如圖 2-4-2：

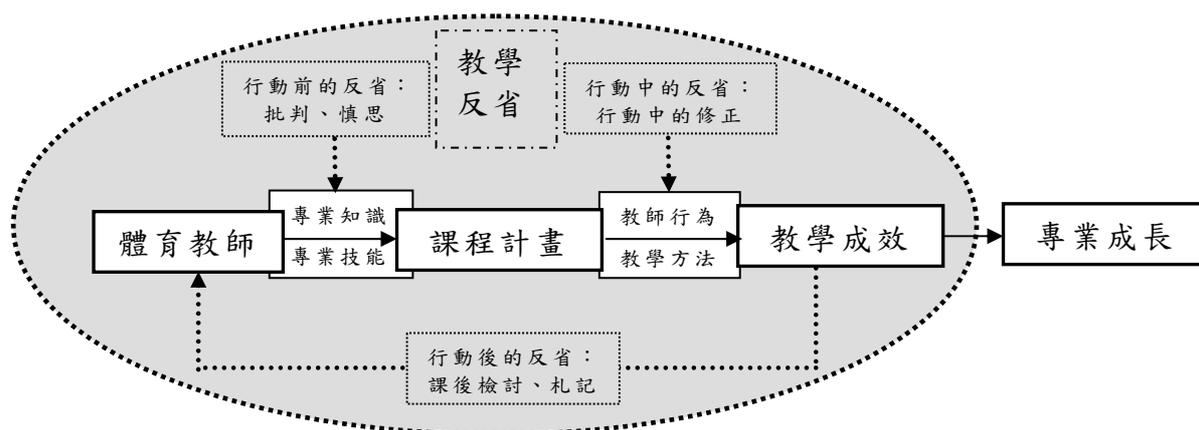


圖 2-4-2 體育教師專業成長流程圖

三、觀察研究法

一個人自呱呱墜地以來，無時不刻地透過觀察週遭的事物來學習，身體的感官藉由和環境的互動，隨著經驗的累積，逐漸可以和環境建立關係，成長茁壯。個人也是不斷地透過「觀察」和人事物等環境建立一套脈絡可循的處世方式，學習成長及獲得知識。是故，人們生存在這個環境中，無時不克的都在觀察生活周遭的人事物，以發生對環境的適當反應，觀察行為與生活可說是密不可分。

(一) 觀察研究法的意義

周禾程 (2002a、2002b) 指出觀察研究法，就是觀察者利用自己的感官知覺，針對所欲研究的事物加以有系統、有目的的觀察立意。

(二) 觀察研究法的特性

周禾程 (2002a) 指出，觀察研究法的特性有：

1. 觀察者能在較自然的情境中，獲得真實的資料。
2. 適用之對象與範圍較為廣泛。
3. 著重行為過程背後所隱含之意義，而非只是現象的描述來詮釋一切。
4. 傾向以「歸納」方法來分析研究所得的資料。
5. 較具備人性的考量與人文的色彩。

(三) 觀察研究的優點

由於觀察研究是藉由「觀察」(observing) 而不是透過「發問」

(asking)，所以觀察研究法也有以下優點（許惠珠，1995）：

1. 觀察者可探索並了解正在進行中的行為，並以錄影、錄音等方式記錄其特徵，較諸文獻分析法等不易察覺被研究者是否有隱瞞或偏見之研究法為優。
2. 觀察者在自然情境中對可操縱觀察行為的期間較運用其他技術為長，亦可從中發現趨向，且陳述機遇發生與經常發生的事件間彼此存在的差異。
3. 觀察者可以獲得一些被觀察者不願意或無法報告出來的行為資料。
4. 除了觀察和記錄被觀察者的行為之外，觀察者往往可以對行為發生的原因作一些推論，而正確程度則有所差異。
5. 觀察與「行為的發生」是同步進行，因此觀察者不必做回溯報告。

（四）觀察研究的限制

觀察研究雖然有其客觀性及真實的一面，但是正因為自然情境中的許多變項是研究者所無法有效控制的，是故觀察研究亦有以下幾點限制（周禾程，2002b）：

1. 因觀察研究大都強調移情理解觀察的對象，故無法檢驗信度，所以信度效度偏低。
2. 由於觀察者表現受到其價值觀念的影響，難免產生先入為主的偏見，造成觀察的偏差不易被察覺。
3. 因觀察所得的資料龐雜、瑣碎，且造成不易系統。
4. 因觀察研究通常屬小樣本的範圍，而樣本也未經隨機取樣的過程，所以普遍化的可能性不高。

（五）進行觀察研究前應採用的六個策略（4W2H）

周禾程（2002a）認為在進行觀察研究之前所應有的基本考量為：

1. 決定觀察何種行為（What behaviors will be observed）？
2. 決定觀察對象為何（What will be observed）？
3. 決定觀察進行的場所為何（Where will the observations be conducted）？
4. 決定進行觀察的次數（How many observations will be made）。
5. 決定觀察該於何時進行（When will the observations be made）。
6. 決定觀察行為該如何紀錄與評估（How will the observations be scored and evaluated）。

（六）小結

觀察研究法是透過觀察的行為，在自然的情境中採取計畫性記錄被觀察者的行為為方式，最後再統整歸納並推論被觀察者行為背後所可能隱藏意義的研究方法。它可以真實的呈現被觀察者當時的情形，記錄結果也是被觀察者進行反省的有效資訊。

五、系統觀察法（Systematic observation method）

（一）系統觀察法的意義

周禾程（2002b）指出，系統觀察法是包含所有結構式的觀察方法，即事先界定所要觀察的項目，設定觀察表格，並經由訓練過的觀察者，系統地記錄觀察到的現象，並確定其他人依同樣的方法觀察相同的事物時，也能得到相同的結果，其特性是具結構化的自然觀察。

（二）系統觀察法的特質與限制

陳玉枝（2000）認為，系統觀察法若能配合其他的研究方法，將可彌補系統觀察法的限制，系統觀察法的特質有：因在觀察且須經縝密的計畫，且觀察信效度須達一定的水準，故有其「客觀性」；依據觀察的結果可以作為教師的回饋以修正教學，是故亦有其「有效性」；系統觀察的焦點為特定的對象，故有其「特定性」。但也有其限制：僅能描述，無法推論；僅能提供外在行為，無法提供內在的感覺、情緒和態度；有可能因錄影而影響了真實性。

（三）系統觀察法的記錄方法

依據陳玉枝（2000）、周禾程（2002a、2002b）、張春秀（2002）、歐宗明（2002）、盧英治（2003）、van der Mars（1989a）系統觀察法的記錄方法有：

1. 事件記錄法（event recording）：可提供不連續事件或行為發生的次數和頻率，教師、學生或師生間的行為若能被界定得很清楚，這些行為都可以被記錄下來。
2. 期程記錄法（duration recording）：可用於記錄事件或行為發生的次數、頻率及發生行為所持續的時間，也就是記錄該事件或行為發生時間的長短。
3. 間歇記錄法（interval recording）：是讓觀察者在特定的觀察時間內，

測量行為的發生與否的記錄方法。

4. 瞬時時間樣本法 (momentary time sampling): 與間斷的記錄很相似, 主要的不同點是不需要連續不斷地觀察行為, 所以用起來比較省時省事。這種方法也是把行為觀察的時間等分為數個小段落, 觀察行為的人只要在每一個小段落的最後幾秒鐘看看行為是否發生。

(四) 系統觀察法的實施程序

陳玉枝 (2000)、張春秀 (2002) 認為, 系統觀察法的實施過程, 可依下列步驟實施:

1. 實施程序

決定觀察什麼、發展或選擇觀察系統、選擇最適合的觀察類目、檢測觀察信度、實際觀察及資料蒐集等。

2. 預備研究

預備研究為確定觀察系統之類目及定義, 並拍攝不同教學情境的錄影帶, 其作用在於熟悉攝影機的拍攝過程, 及蒐集訓練帶和檢測母帶, 以作為觀察員訓練和研究者信度的檢測之用。

3. 選擇對象

依研究目的選擇某研究對象, 並事前通知及安排拍攝時間。

4. 訓練觀察員

研究者必須與觀察員共同討論並了解類目定義和記錄規則, 接著共同觀看與研究情境、項目類似或相同及可能發生的情形, 且每一情境約出現兩至三分鐘的訓練帶, 邊看邊停機, 討論彼此的意見, 並釐清不同的觀點, 使觀察達一致性。若事後個別練習時產生困難, 則再集合討論, 以共同建立一般觀察規則。

5. 信度檢測

研究者與觀察員共同觀察後一週, 再觀察記錄一次, 以來測觀察者內及觀察者間的信度, 若均達 80% 以上時, 就可進行正式的系統觀察研究。

信度考驗公式 (van der Mars, 1989b) 如下:

$$\frac{\text{意見相同的間歇數 (agreements)}}{\text{意見相同} + \text{意見不相同的間歇數 (agreements + disagreements)}} \times 100 = \text{信度}$$

6. 正式研究

研究者應事先排除或降低可能干預拍攝真實性的因素（如事先和老師、學生溝通研究目的），再實地拍攝研究樣本的教學錄影帶，而後與觀察員觀看錄影帶，並登錄觀察結果。實地拍攝最好使用兩部攝影機同步拍攝，放置的位置因各校場地情況而略異，以能拍攝到觀察對象為原則，並配合隱藏式麥克風、錄音機、收音器等同步錄影錄音，以便事後觀察記錄工作的進行。

7. 資料處理與分析

所有的錄影帶觀察記錄，最後的步驟就是資料的處理與分析，一般的系統觀察資料是以描述統計的方法處理，如計算每一行為類目的次數、百分比、平均數和標準差等。而為了深入分析討論，系統觀察的資料處理除了依據行為的次數、頻率或時間總量進行統計外，也可以依照觀察對象的背景變項：如教師的年齡、性別、服務年資、或採樣情境如：學校層級、學校大小等，進行分析統計與討論。

（五）PETOS 體育教師行為觀察系統簡介

PETOS 體育教師行為觀察系統是周禾程、李世忠與周宏室於民國 88 年 5 月所創建，是一種視窗操作的系統工具，它結合了期間記錄法和事件記錄法，可立即在課後針對教學現場之教學時間及教學行為進行觀察與記錄。所觀察之教學時間及教學行為內容如下：

1. 教學時間：組織管理時間中的班級管理、器材管理及；課程教學時間中的動作講解與示範及規則說明；督導學生時間中的定點督導與移動督導及閒置時間記錄。
2. 教學行為：修正性回饋中的正面回饋及負面回饋、一般性回饋中的正面回饋及負面回饋、非口語回饋中的正面回饋及負面回饋、教學時敘數及教師移動（如附錄十一）。

本研究利用 PETOS 體育教師行為觀察系統僅針對實習教師之教學行為進行觀察，以歸納實習教師之教學行為趨向及其發展情形。

（六）透過觀察工具促進教學反省能力

教學是一個處於不斷變化與做決定的歷程，如何於最佳時機做出最佳的決定，是教師們所追求的，而不斷的反省將有助於教師的成長，透過觀察工具來觀察教師教學行為、學生學習狀況，進而整理、

分析與歸納改進，是增進教學成效有效工具。

(七) 小結

教室觀察 (classroom observing) 是透過有系統、有計畫的觀察活動，以及觀察後的討論、分析與批判反省，使教學在教學中得到回饋，將教室內的事件意義化，是教師獲得實踐知識的重要來源，也是教師用以蒐集學生資料、分析教學方法的有效性、以及了解教與學行為，以提供教師有效的回饋，促進班級教學品質 (陳美玉，1999)。

所以，透過觀察工具，我們可以從第三者客觀的角度去檢視自己的教學，虛心的接受以更了解自己教學的優缺點，是促進教師教學行為日益精進的重要途徑。

六、本節小結

要達到有效的體育教學，必須先了解體育教學的意義，依課程目標完成課程設計，並能做好教學準備及預備備案，且能預定動作指導的方式及預知學生可能出現的問題，運用教材教法及班級管理策略，並保持良好的師生互動，創造一個積極的學習氣氛；在課後的教學反省能依系統觀察的結果或記錄反省札記的方式，反思、修正教學，才能達到有效的體育教學目標。

第五節 實習輔導教師與實習教師的專業發展

教師的專業發展隨著師資培育觀念的進步，越來越受到重視，在整個動能歷程中持續的學習、發展、改進與提昇是專業發展的意義與目的 (黃婉萍，1999；林懿德，2001)。教師專業發展的動機為從「課程的執行者」轉換為「課程的設計者」；從「被動的學習者」轉換為「主動的研究者」；從「知識的傳授者」轉換為「能力的引發者」。教師角色已不像過去處於被動的地位，而是要更主動的參與教育活動，教師若無具備足夠的能力，是不會有信心去面對多元教學的現實，所以教師唯有具備專業化知識才能有專業化的教學，專業的培養顯得重要 (林家君，2003)。

是故，在實習輔導的過程中，實習輔導教師必須不斷地充實專業知識及技能，有效的運用實習輔導策略與方法；實習教師則必須儘速充實教學知識與能力，以勝任教學工作。如此實習輔導教師與實習教師才可以在實習輔導的過程中相互專業成長。

一、實習輔導教師專業發展

黃婉萍（1999）、鍾瓊如（2000）的對實習輔導教師的研究指出，實習輔導教師應充實輔導知能，多蒐集實習輔導相關的知識技巧，以強化輔導效能，並且培養持續追求專業成長的心態，不斷地自我成長，同時實習輔導教師間可以彼此交換輔導心得，吸取他人經驗，以調整輔導方式，一方面可有良好的實習輔導成效，另一方面也可藉此機會專業成長。

陳利玲（2001）對實習輔導教師制度的研究中指出，擔任實習輔導教師的功能有：

（一）獲得專業成長

實習輔導教師透過不斷地指導過程與回饋，取得教學相長的機會。

（二）提昇專業知能

由於在實習輔導的過程中，需要使用許多的技巧與工具，所以在與實習教師的輔導歷程中，可以提昇實習輔導教師的專業知能。

（三）提供生涯發展的機會

資深教師或優良教師可藉由擔任實習輔導教師得到正面的肯定，並獲得生涯發展的機會，

綜合以上所述，實習輔導教師雖然肩負著實習成效的壓力和責任，但是在給予實習教師指導時的自我充實，和不斷地從事專業的觀察和回饋，也促進了自我在教學的反思，且透過教學相長而不斷地專業成長，互相達到教師專業的理想。

二、實習教師的專業發展

黃婉萍（1999）的研究發現，實習教師的專業發展以教育專業知能為主，而班級經營是共同的困擾，在專業發展可以分成教育工作情境認知、教師形象建立及自我模式三期：

(一) 工作情境認知期

實習教師剛開始的時候，以教育工作情境的了解熟悉為首要學習內容。

(二) 教師形象建立期

實習教師在熟悉情境後，會逐漸將重心放在教學和班級經營，體會一位教師應有的態度，建立教師的形象。

(三) 自我模式建構期

實習教師在經過不斷的實務運作、修正檢討與反省之後，會慢慢的發展出屬於個人的自我模式。

鍾瓊如（2000）對實習教師專業發展的建議有：

(一) 用心觀察且勇於創新與質疑

實習教師除了觀摩見習實習輔導教師或其他老師之教學、班級經營運作模式外，還需透過反省批判思考，創造出新的教學法，以及適合自己班級的經營模式。

(二) 培養主動積極的態度

實習教師要主動向實習輔導教師爭取各種學習機會，主動提出問題，才可能達到實習階段各方面的滿足。

陳利玲（2001）的研究指出，實習教師透過教育實習，實習輔導教師提供必需的輔導與協助、教學技巧的傳授，可以增加任教意願、增進教學效能和協助個人專業成長成長。

林懿德（2001）的研究中指出，實習教師的專業發展是動態性的，每一階段有不同的發展重心：

(一) 初期以「觀察」為策略，以獲得學校規則、班級經營模式和例行事項的流程運作知識為主，並對自我懷有一定的期望。

(二) 中期由於教學涉入漸多，發展以教學能力的展現，但也因此為了避免和實習輔導教師的作法相牴觸而面臨「現實衝突」的狀況，同時也渴望獲得學生認同他們的教師權威。

(三) 後期由於前一階段面臨現實的衝突，逐漸體認到實習教師所處的身份和地位，自覺難以轉變目前的現象，轉而朝向自我調適的方向。並對當前教育現象思考反省、「教」與「學」的體會、與建構未來的藍圖。

孫維屏（2003），實習教師可經由實習輔導教師的指導與回饋來增加專業的技能。實習輔導教師在教室中所運用的教學方法、態度都對實習

教師造成影響。而且透過反省，再藉由實習輔導教師適時的協助，在社會化和教育實習的歷程中適應良好，可促進其專業成長。

黃婉萍（1999）的研究中指出實習教師對實習輔導教師的期待有：

- （一）教育理念與風格相近，以減少適應上的衝突。
- （二）具有真誠、開朗、容易親近的人格特質，以更容易與實習教師溝通及建立良好之互動關係。
- （三）了解實習教師的能力需求與興趣，更容易掌握比較有效的輔導重點。
- （四）多提供活動式的教學示範，讓實習教師能抓住活動式教師的訣竅，並能掌控學生秩序，達到教學效果。
- （五）在實習初期能將權限及應配合事項界定清楚，讓實習教師知道自己的運作範圍，以避免日常例行工作上所產生的衝突。
- （六）實習初期能提供較具體的改進意見，並於試教後有較多建設性的回饋，以助於實習教師的成長。
- （七）提供更多策略性知識與運作技巧，以助於教師工作的進行，尤其是班級經營方面。
- （八）實習輔導教師能受過輔導知能訓練，規劃更有系統的輔導內容，讓實習教師的專業發展更有成效。
- （九）實習輔導教師能為實習教師爭取合理的權益，避免實習教師成為實習學校的救火隊。
- （十）能與實習輔導教師多交換彼此輔導經驗心得，提供更適切的輔導。

綜合以上所述，實習教師的專業發展是屬於階段性的，而且每個階段各有不同的需求，代表著實習教師的成長歷程需求的不同。不論是實習輔導教師給予各方面的實習輔導的協助或者是自我充實，實習教師應如同海棉般的快速學習與內化，才可以快速專業成長，勝任教學的工作。

三、實習輔導教師與實習教師專業發展的關係

在新制的實習輔導制度中，實習輔導教師和實習教師可說是親密的伙伴，在實習輔導的互動歷程中，實習輔導教師由於肩負著實習成效的重責大任，必定竭盡所能的協助實習教師的成長，而實習教師也在實習輔導教師的引領下，學習教學各方面的技巧，以在未來能順利擔任教學的工作。

輔導教師與實習教師的專業發展有著密切的關係，輔導教師從引領實習教師進入教育專業情境，到提供示範、諮詢、討論、協助解決問題，使實習教師熟練教學活動等各項技巧能力，最後讓實習教師能獨當一面。整個實習過程的關係發展，實習輔導教師的介入由多而少，實習教師的專業成長也隨著實習經驗深度與廣度的增加而充實發展（黃婉萍，1999）。

林懿德（2001），實習輔導教師和實習教師的關係具有心理社會與專業兩大功能，實習輔導教師應可有助於實習教師的專業發展。

另外，實習輔導教師和實習教師間的配對方式宜採取較多元化的方式，使實習教師有機會瞭解實習輔導教師的風格、理念、教育態度，讓雙方有認識的機會，在進行實習之前做初步的對話，惟在兩人的配對考量是以「同質」或「異質」性，則各有其優缺點；而異性間的師徒關係也會影響實習輔導的困擾和成效（林懿德，2000；李倩玉，2002）。實習輔導教師和實習教師之間的相處情形，於實習輔導的進行有很大的影響，因此實習學校在安排實習輔導教師與實習教師時，應先考量其風格理念、興趣、專長的差異，以尋求較適當的組合（黃婉萍，1999）。

由上述可知，實習輔導教師，可以選擇「你（實習教師）要靠自己努力，也必須在我面前展現出做為老師的價值」的態度，或是表現出「我將和你（實習教師）一起共同努力贏得成功」的立場。並鼓勵實習教師詢問、確認權力劃分、做終身的學習者，讓所建立的師徒關係會是雙方互惠的夥伴關係。所以，在實習輔導的過程中、可以透過會談進行反思，利用情境引導，讓實習教師思考可能的問題解決方式；也可利用對話日誌，提出問題和反思、對話；再加上系統化的陳述與提問，協助實習教師發展出批判思考技巧，剖析自我的教學；而實習教師必須主動學習、不斷專業成長和努力發展自我，如此才可達到實習輔導的最佳成效。

四、實習輔導教師與實習教師的協同教學

林心茹（2004）指出，協作能鼓舞、強化新任教師的表現，其所提出的方法有：共同計畫一個教學單元、共同協教一個單元、共同參與小型活動、合作投入行動探究（action inquiry）與用錄音機做教學日誌或研究工具。是故，實習輔導教師亦可利用協同教學的方式，協助實習教師儘快進入教學情境，讓實習教師能夠順利轉化為專業的教師。

(一) 協同教學的意義

王敏秀、闕月清(2004)與劉兆達(2004)指出，協同教學是由二個或二個以上的教師，共同組成一個教學團體(teaching team)，發揮個人的才能共同計畫，在一個或數個學科中，應用各種教學媒體、協同教學，並經由不同方式指導學生練習，且評鑑學生學習效果及教學之協同情形。其中應包括：教學目標之設定、教學活動之進行、教學評量及教學回饋等，其特色乃強調教師間之合作、各教師專長之發揮及課程概念之統整，藉以有效地提昇教學效果，且實施時班級人數應不宜過多而協同教學形式可分為單一領域的協同教學、跨領域之協同教學、主題式之協同教學、循環式之協同教學及其他形式(劉兆達，2004)。

王敏秀、闕月清(2004)的研究也指出，教師共同進行協同教學計畫，可以破除以往僵化的課程設計，改進彼此的教學方法，並提昇教學品質。在研究中發現，教師在協同教學計畫，除了受限於時間的壓力外，教師分享教學經驗，充分應用各種教學法，提昇個人的教學技術。除此之外，每一位教師都反應在協同教學的機制下，會比從前的負擔要重，但是大家卻可以接受這種負擔，比從前更願意投入更長時間的工作，並從學生的成長中得到欣慰。而二位教師一起協同教學，可以讓動作示範更完整，教師可以感受到學生傑出的表現，非常讚賞學生的用心，讓體育教學更豐富，教學也從學生表現中，得到在整個協同教學過程中付出的回饋。而教師互相協助場地器材的佈置或技能動作的示範，讓體育教學更有效，增進學生的學習樂趣。

(二) 協同教學的實施

協同教學的過程是由統整而分化，藉以發揮高度分工合作之效果，其實施的步驟有四大階段(劉兆達，2004)：

- 1.組織教學團：成員以商討協同教學進行及運作的方式。
- 2.課程設計與規畫：最好課程於開學前就能完成課程設計與任務分配。
- 3.進行教學活動：依據先前之計畫及個人的任務進行教學。
- 4.進行教學評量：進行學習者及教學團的評量，找出問題，以達到改進協同教學的目標。協同教學之實施步驟如圖 2-5-1：

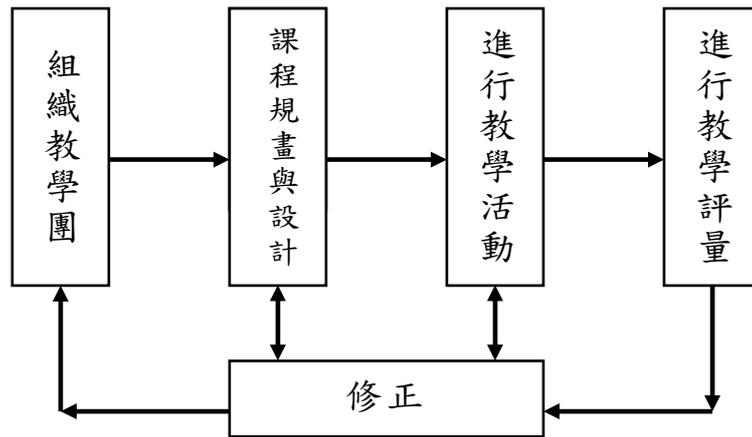


圖 2-5-1 協同教學之實施步驟

資料來源：修改自劉兆達, 2004, p. 85。

(三) 協同教學的形式

協同教學的形式有（劉兆達，2004）：

1. 單一領域之協同教學
2. 跨領域之協同教學
3. 主題式之協同教學
4. 循環式之協同教學
5. 其他形式

綜合上列所述，本研究之協同教學採單一領域之協同教學，以實習輔導教師為主體，實習教學參與討論以訂定教學計畫及任務分配，並依教學計畫進行協同教學，於課後進行檢討以修正協同教學的實施。也透過協同教學的方式，促進實習輔導關係的專業發展。

四、本節小結

透過實習輔導關係的媒介，實習輔導教師能因觀察與指導實習教師，對自己的教學予以反思或注入新生命，在教學上專業成長；而實習教師在觀摩之後，透過協同教學的方式，快速的熟悉教學工作，並開始發展教學行為，最後建立教學模式。是故實習輔導教師能用心引領實習教師、並協助發展教學模式；實習教師能夠用心學習實習、不恥下問，且能夠加以內化，才能保持實習—輔導間良好的互動關係，讓彼此都能受惠而專業成長。

第三章 研究方法

本章共分六節：第一節為研究架構；第二節為研究對象；第三節為研究方法；第四節為研究工具；第五節為實施過程；第六節為資料處理與分析。

本章內容陳述不同的方法蒐集資料，而採用 A、B、C 三種不同的研究架構。在研究對象上，以屏東市東東國小實習輔導教師及實習教師各一位為研究對象。在研究工具上，利用反省札記來分析實習輔導教師和實習教師的歷程及使用電腦 PTEOS 體育教師系統觀察系統為觀察工具；利用訪談法和刺激回憶訪談法來紀錄實習教師教學時的想法及決定；最後以研究者和各種資料交叉檢核，來進行結果的探討。



第一節 研究架構

本研究以實習輔導教師及實習教師為研究對象，研究者分別對實習輔導教師及實習教師進行訪談，以了解實習輔導教師在各個實習輔導時期的實習輔導策略，及實習教師在各個實習輔導時期的實習情形，並於獨自教學期對實習教師利用 PETOS 體育教師行為觀察系統進行教學行為觀察及課後訪談，以供實習教師作課後的反省及獲得實習教師的教學中做決定的策略。研究者並提供實習輔導教師及實習教師反省札記格式以供書寫，研究者再依據訪談內容、PETOS 體育教師行為觀察系統所得的觀察結果及反省札記內容，整理歸納出健康與體育學習領域的實習輔導模式。

本研究是以實習輔導關係為主題，探索國小健康與體育學習領域可行的實習輔導模式，以 A、B、C 三種研究架構進行本研究的資料蒐集、整理與歸納，並統整出本研究的研究結果，研究架構圖如圖 3-1-1。



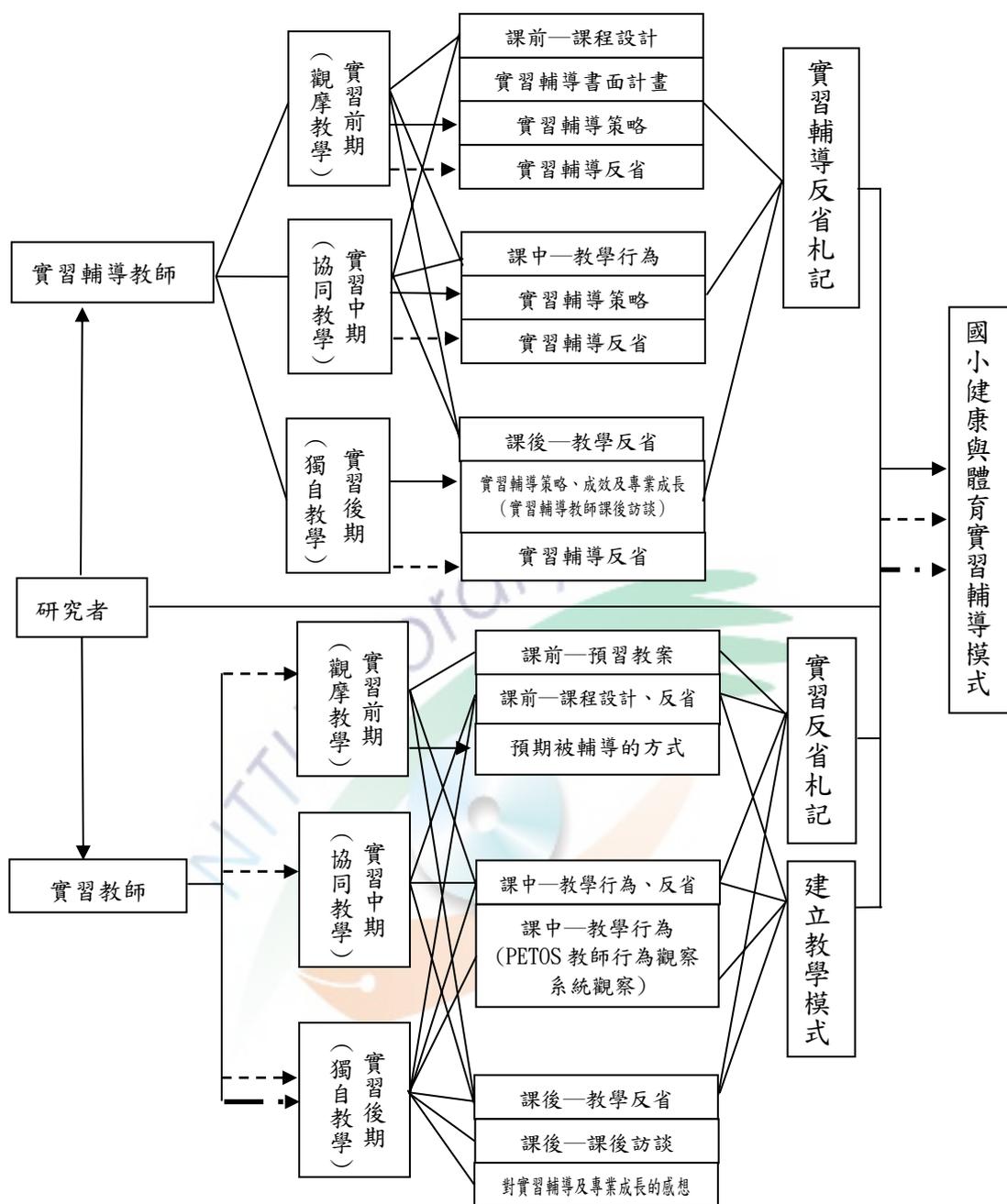


圖 3-1-1 研究架構圖

研究架構

A → 訪談 B --> 反省札記內容分析 C -▶ 參與觀察、訪談

註：實習前期：一～三週；實習中期：四～六週；實習後期：七～十週。

第二節 研究對象

參與本研究之研究對象選擇採立意取樣，實習輔導教師為有體育相關背景，且教學年資均在三年以上，有意願參與此次研究；實習老師則為無體育相關背景，且平時較無運動經驗，希望在此立意取樣的情況下，能夠探索適合於教師在體育課專業成長的可行方向和方法。實習輔導教師、實習教師及授課班級學生的背景如下：

一、參與教師

(一) 實習輔導教師

- 1.性別：女。
- 2.教育背景：師院初教系體育組、體育教學碩士班畢業，並具備國民中小學九年一貫課程的知識背景。
- 3.教學年資：六年。
- 4.最高學歷：教育研究所畢業（體育教學碩士）。
- 5.現任職務：擔任三年級級任教師，有教授健康與體育學習領域課程。
- 6.工作認同：自願擔任實習輔導教師。
- 7.研究認同：具教學熱忱，並願意配合研究擔任研究對象，並希望研究結果能在未來在實習輔導上提供有價值的參考。

(二) 實習教師

- 1.性別：女。
- 2.教育背景：國立屏東師範學院夜間部社會科教育學系。
- 3.教學年資：無。
- 4.現任職務：參與研究時為國小三年級之實習教師身分，有教授三年級健康與體育學習領域。
- 5.研究認同：無擅長體育項目，願意擔任研究對象。

二、授課班級之學生背景

參與研究之學生為三年級學生，男生 18 人，女生 16 人，全班共 34 人。並未告知學生為研究對象，以保持班級的原貌及維持研究的真實性。

第三節 研究方法

本研究使用系統觀察法將觀察資料予以量化，以呈現實習教師教學回饋的次數分配；以訪談法了解實習輔導教師及實習教師的實習輔導情形及課後對教學的反思；刺激回憶訪談法了解實習教師在教學過程中的思考或決定；內容分析法了解實習輔導教師和實習教師之間實習—輔導的成效。綜合以上結果的交互比對分析，以深入了解經過有計劃、循序漸進及透過教學反省的實習輔導是否有具體的成效，以做為日後實習輔導教師的參考。

一、系統觀察法

本研究為期十週，利用系統觀察法之 PETOS 體育教師行為觀察系統於實習後期（七至十週）的每節體育課進行觀察記錄，於課後立即給予回饋，再根據每次所得的資料予以分析、比較。

二、訪談法

（一）實習輔導教師的訪談

於第一週、第四週、第七週及第十週該週第一節課前透過與實習輔導教師的訪談，以瞭解實習輔導教師在實習輔導的歷程中，對實習輔導計畫的擬定、實習輔導策略的轉變等的因應之道。以從中找出實習輔導教師可行的實習輔導策略。並於獨自教學期實習教師授課結束之後，針對實習教師該堂課程教學表現做簡短的訪談。

（二）實習教師的訪談

透過與實習教師的訪談，以瞭解實習教師在實習前、中、後期的課程設計、課後教學反省及獨自教學時的教學表現，提供深度的反省。實習感想訪談於第三週、第六週及第十週之第二節體育課結束後進行；獨自教學的訪談於每一節體育課後實施。

三、刺激回憶訪談法

本研究將實習教師之教學過程全程錄影下來，以錄影帶紀錄教師教學實況，於教學後並重播錄影帶，讓實習教師與實習輔導教師及研究者一起觀看，以利實

習教師回憶教學情境，說明其在教學歷程中的思考或決定，探究實習教師在現場教學的想法與反省。本活動於第七週至第十週的每節體育課後進行。

四、內容分析法

本研究依研究對象，即實習輔導教師及實習教師於教學前後撰寫的教學反省札記和刺激回憶訪談法內容依主題、內容、撰寫時間，進行編碼、內容分析、與歸納整理，試圖探尋實習輔導教師和實習教師在實輔過程中的想法及感受。

第四節 研究工具

為獲取量與質的研究資料，所使用的主要研究工具如下：

一、PETOS 體育教師行為觀察系統

PETOS 體育教師行為觀察系統是周禾程、周宏室於民國八十八年五月所創建，是一種視窗操作的系統工具，它結合了期間記錄法和事件記錄法，可立即在課後針對教學現場之教學時間及教學行為進行觀察，並能給予立即的回饋，對改善教師的教學行為方面有很大的助益。本研究僅記錄教學行為，其記錄內容如下：修正性回饋中的正面回饋及負面回饋、一般性回饋中的正面回饋及負面回饋、非口語回饋中的正面回饋及負面回饋、教學時敘數及教師移動（如附錄十一）。實習教師透過有效教學行為觀察、形成及比較圖如圖 3-4-1：

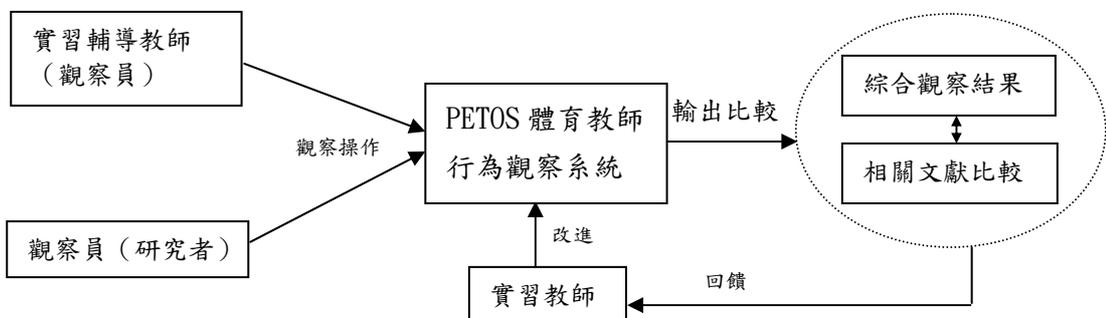


圖 3-4-1 實習教師有效教學行為觀察、形成及比較圖

二、訪談題綱

(一) 課後訪談題綱

在第七週到第十週之體育課後，針對課前、課中及課後教學心得做訪談（課後訪談題綱如附錄五）。

(二) 刺激回憶訪談題綱

研究過程需一架錄影機、錄影帶（拍攝教學過程）及錄音筆（訪談用）等研究工具。觀察第七週到第十週之體育課錄影帶時做訪談，針對教學過程中的事件來探討當時的決定（刺激回憶訪談題綱如附錄六）。

課後訪談及刺激回憶訪談交互作用關係如圖 3-4-2

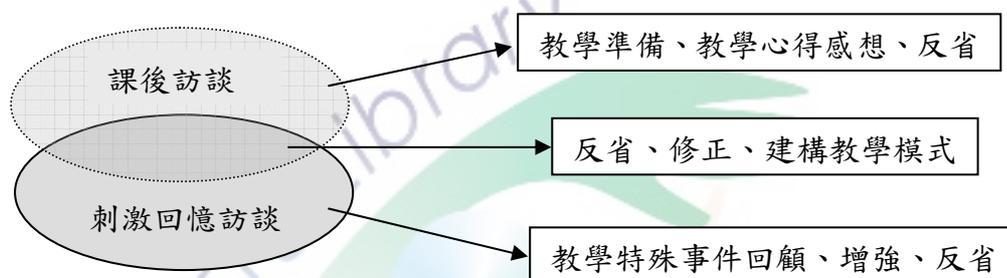


圖 3-4-2 課後訪談及刺激回憶訪談交互作用圖

三、反省札記

研究者提供實習輔導教師及實習教師反省札記格式，在每節課後，針對班級管理、器材管理、動作講解與示範、規則說明、教學目標、教學流程、活動分配及其他來進行反省（如附錄七、附錄八、附錄九）。

- (一) 請實習輔導教師和實習教師每週二次撰寫札記，實習輔導教師每人 20 篇，共 40 篇札記。實習老師每人 20 篇，共 40 篇札記。
- (二) 編碼：將實習輔導教師和實習教師的札記，依時間及書寫篇序先後加以編碼及定義，如 F（實習前期）—A1（類目代碼）—TSC（撰寫者姓名代碼）—001（逐篇篇序）—950911（撰寫日期）。

將實習輔導教師和實習教師的反省札記內容加以分類和編碼如表 3-4-1，並統計各分類產生的次數。

表 3-4-1 教師體育教學反省札記之反省內容、反省層次類目定義和舉例說明表

類目	代碼	次類目	定義	舉例說明
反省內容 (A)	1	自身	以自己為反省對象的所有問題。	1.教學過程。 2.自我充實。
	2	教師	以實習輔導教師為反省對象	1.互動關係。
	3	學生	以教學之學生為反省對象。	1.互動關係 2.學習成效。
	4	教學	針對教學前、中、後的描述或心得、感想與檢討。	1.教學改進。 2.教學方法。 3.教學行為。
	5	班級經營	有關課室管理行為的表現。	1.偶發事件處理。 2.器材運用。
反省層次 (B)	1	描述反省層次	為單純的事實描述或對問題反省，但沒有想出解決問題的策略或辦法。	1.學生學習狀況。 2.觀察實習輔導教師的心得。
	2	技術理性反省層次	為遇到問題，會想策略或解決辦法的反省思考過程。	1.增進教學技能，讓教學更順暢。 2.學生事件的更佳處理方式。
	3	實際行動層次	為面對問題會主動探究、分析問題背後的原因或假設，反省思考解決問題的策略或辦法，實際行動以解決問題。	1.教材的呈現和學生學習成效的關係。
	4	批判反省層次	為能針對問題，從多角度的思考面向加以批判的反省。	1.學生學習評量的方式。 2.適合自己的教學方式。

資料來源：修改自吳秋慧（2004），pp. 79-81。

四、PETOS 體育教師行為觀察系統觀察行為類目定義

本研究僅針對實習教師的教學行為進行觀察，參考周禾程等（1998）所研發的體育教師行為觀察系統所歸類的類目定義，再依照預備研究時的觀察訓練錄影帶進行修改，依照修正性回饋、一般性回饋及非口語回饋等類目加以定義，以便日後觀察記錄，PETOS 體育教師行為觀察系統觀察行為類目一覽表如表 3-4-2：

表 3-4-2 PETOS 體育教師行為觀察系統觀察行為類目一覽表

類目	定義	舉例說明	記錄方式	
修正性回饋	正面	教師針對「教學內容」給予明確的「技能上」的口語回饋，而正面的區分僅在於教師的口吻是出自於「鼓勵」	<ol style="list-style-type: none"> 1.虎口要對準拍刀 2.手要舉高一點 3.一邊揮拍，身體重心要向前移 4.身體要再放鬆一點 5.針對全班或個人運用以上等提示，讓學生修正動作 6.你的揮拍動作大致上還可以，手可以再高一點 7.動作是這樣、而是這樣（用肢體直接調整學生的動作到正確的位置） 8.手要這樣...用肢體直接調整學生的動作到定位（由錯誤糾正到正確） 	每觀察到一次，記錄一次
	負面	教師針對「教學內容」給予明確的「技能上」的口語回饋，而正面的區分僅在於教師的口吻是出自於「責罵」	<ol style="list-style-type: none"> 1.你的身體太僵硬了 2.手臂太低了 3.你的重心沒有向前移 4.拍面沒有朝向發球區 5.虎口沒有對準拍刀 6.不是這樣（用肢體直接調整學生的動作到錯誤的位置） 	每觀察到一次，記錄一次
一般性回饋	正面	教師給予同學的回饋是籠統的、不明確的、無關乎「該節教授技能」的正面性回饋。	<ol style="list-style-type: none"> 1.（用鼓勵的說）很好 2.很好，（對象）進步了 3.很好，大家今天都有專心聽 4.你剛剛的動作非常標準 	每觀察到一次，記錄一次
	負面	教師給予同學的回饋是籠統的、不明確的、無關乎「該節教授技能」的負面性回饋。	<ol style="list-style-type: none"> 1.（生氣的）叫名字 2.（生氣的）命令學生做動作 3.（生氣的）你們是怎麼跑的？ 4.責罰學生 5.隔離學生做動作或命其跑操場 6.糾正體操熱身運動動作 	每觀察到一次，記錄一次
非口語回饋	正面	教師給予學生肢體語言上的正面回饋	<ol style="list-style-type: none"> 1.對小明微笑或點頭表示肯定或讚許 2.拍拍小明的肩膀或頭表示肯定或讚許 	每觀察到一次，記錄一次
	負面	教師給予學生肢體語言上的負面回饋	<ol style="list-style-type: none"> 1.對小明板起面孔、聳肩或搖頭表示否定或批評 	每觀察到一次，記錄一次

第五節 實施過程

本研究實施過程圖如圖 3-5-1 的研究流程圖，可分為問題形成、研究設計、資料蒐集、資料分析、綜合討論、結論與建議等六個流程，依目前的實習輔導制度、實習輔導現況和文獻探討以形成本研究的問題，再針對問題進行研究設計，進而蒐集資料，完成研究。

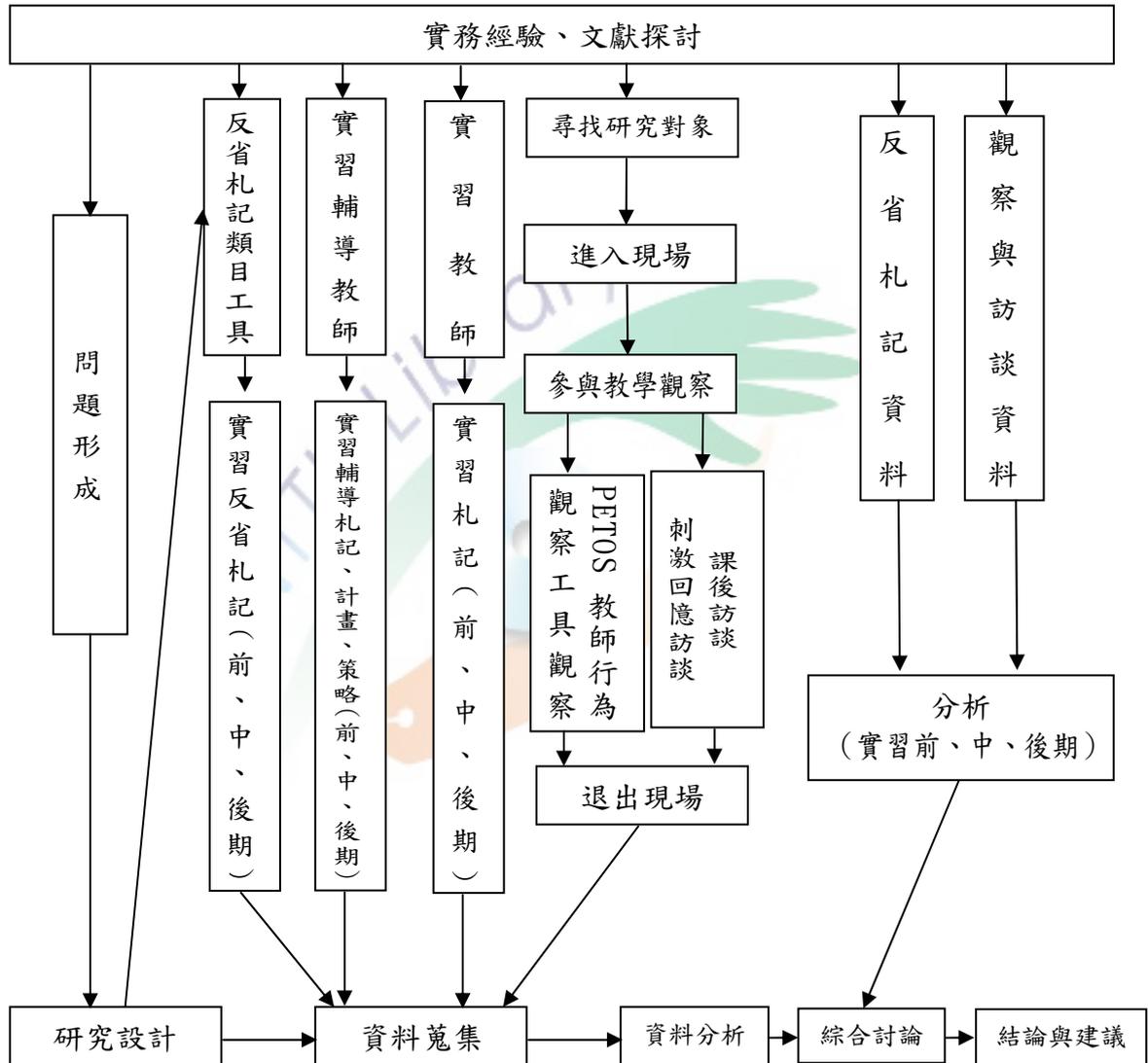


圖 3-5-1 研究流程圖

詳細步驟依製作預備研究、正式研究及資料檢核方式分述如下：

一、預備研究

(一) 設計反省札記格式

反省札記的內容配置，實習輔導教師及實習教師的反省札記，依觀摩期、協同教學期及獨自教學期三個時期，撰寫對課前準備、課中教學行為、課後反省回顧與再一次回顧的感想，與對實習輔導教師（或實習教師）及對自己教學的反省或期許。實習輔導教師及實習教師各一本，於每節教學課後撰寫，內容多寡不限。

(二) 進入現場試拍觀察員訓練帶

為了讓教學過程更接近平時的教學活動，反應教學現況，因此在進行正式拍攝之前，研究者親訪受試者的班級進行初步的瞭解，徵求該班師生的同意與信任，討論研究的相關問題，以建立良好的研究夥伴關係，並約定拍攝示範帶的時間及地點，以決定研究器材的擺設地點。礙於教學場地的因素及拍攝時對教師及學生多少會產生干擾，因此參考陳玉枝（2000）所建議降低干擾教學的做法，並做些許修正：

1. 攝影器材於上課前架設完畢，以教師為焦點，及能夠拍攝到學生的活動情形為原則。
2. 事先與受試教師溝通，說明本研究重點僅於「現況之瞭解」，無關教學之評鑑，同時保證維護隱私權，請其依日常一般上課。
3. 在拍攝前與教師溝通，請教師向學生說明，儘量照正常情況上課。

拍攝前應檢查好相關器材是否準備妥當，及正常操作。拍攝之示範帶一方面做為檢視教師教學行為系統觀察工具類目之適切性；另一方面做為訓練觀察員之用。

(三) 訓練觀察員

本研究採用之系統觀察法，必須先行訓練觀察員，以獲得精準之數據，本研究之觀察員包括研究者和實習輔導教師（台東大學體育教學碩士班碩士、曾修過系統觀察相關課程），兩位觀察員必須瞭解教師行為觀察的類目定義，並熟悉類目與記錄方式，然後再操作 PETOS 教師行為觀察系統，依錄影結果進行觀察。觀察員的訓練過程如下：

1. 練習觀察

先拍攝實習教師協同教學時的上課情況，以模擬實習教師在實際教學時的可能狀況。兩位觀察員同時針對示範帶做觀察與記錄練習，在練習過

程中，若在看法上產生差異時則需暫停，並加以討論尋求共識，直到兩者的觀念釐清為止，以便更熟悉類目與記錄方式。

2. 觀察員信度考驗

兩位觀察員的記錄可能有所出入，所以必須不斷的練習，直至取得觀察記錄的一致性，以達到觀察員的信度，依據 Sidentop (1986) 所提供的信度考驗計算公式如下：

$$\frac{\text{意見相同的間歇數 (agreements)}}{\text{意見相同} + \text{意見不相同的間歇數 (agreements + disagreements)}} \times 100 = \text{信度}$$

其考驗結果，觀察者間的一致性信度須 > .80 以上。觀察者內及觀察者間的信度考驗結果如表 3-5-1。

表 3-5-1 觀察者內及觀察者間信度一覽表

觀察員	觀察記錄	回饋行為					
		修正性回饋		一般性回饋		非口語回饋	
		正面回饋	負面回饋	正面回饋	負面回饋	正面回饋	負面回饋
1	觀察 (1)	8	13	7	41	0	0
	觀察 (2)	9	15	8	43	0	0
內在信度		.88	.86	.87	.95	1.0	1.0
2	觀察 (1)	9	12	8	42	0	0
	觀察 (2)	10	14	7	46	0	0
內在信度		.90	.85	.87	.91	1.0	1.0
一週後觀察者間信度		.90	.93	.87	.93	1.0	1.0

觀察員訓練流程及教學行為回饋情形如圖 3-5-2：

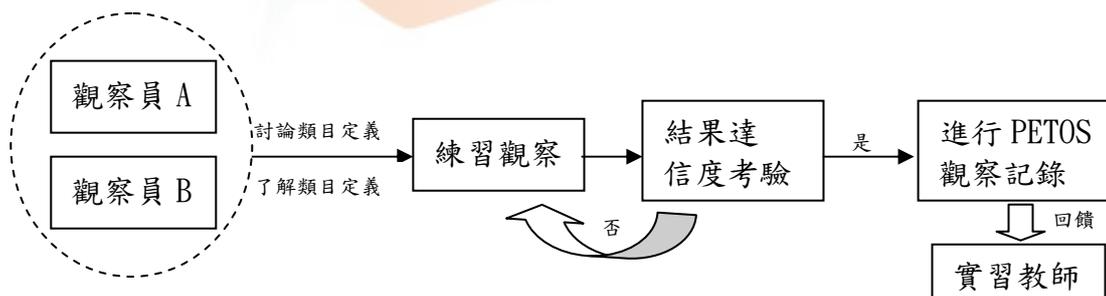


圖 3-5-2 觀察員訓練流程及教學行為回饋圖

二、正式研究

(一) 課後訪談

- 1.與實習輔導教師於第一週、第四週、第七週、第十週該週第二節體育課後及獨自教學期課後進行訪談；與實習教師於第三週、第六週及第十週該週第二節體育課後進行訪談；獨自教學的訪談於每一節體育課後實施。
- 2.編碼：將實習輔導教師和實習教師的訪談內容，依時間先後加以編碼，如訪問對象—訪問者姓名—訪問類型—教學階段—訪問時間，例如：MT-TSC-ALI-L-941011。

(二) 正式拍攝

於觀察員訓練完成之後，於獨自教學期於拍攝實習教師上課時實況，觀察員於課後進行觀察記錄，並將結果回饋實習教師，做為改進教學的參考。

1.於正式拍攝的前二天

請受試教師提供該節課的教案，以便事先備妥相關教具及研究器材。

2.教學過程拍攝

本研究採單機拍攝（並配一組麥克風及擴音器），拍攝焦點針對教師之教學行為，隨教師之移動取得較好的角度。拍攝過程中，教師配帶無線電麥克風，讓聲音經由擴音器放出，以確保能清楚地被攝影機所收音。

(三) 刺激回憶訪談

於課後與實習輔導教師及實習教師共同觀看教學錄影帶進行刺激回憶訪談，研究者針對當時的教學行為或對於特殊事件進行提問，實習教師說明決定處理方式的背景因素，再由實習輔導教師針對該問題提供適當的處理方式，以供實習教師的參考。

(四) 撰寫反省札記

實習輔導教師與實習教師於課後依研究者所提供之反省札記，依照格式填寫內容，若有特殊事件的反省，也可在該篇札記另闢一處書寫，以詳實記錄教學的反省內容及事項。

(五) 使用 PETOS 體育教師行為觀察系統觀察

研究者與觀察員於課後使用 PETOS 體育教師行為觀察系統，觀察實習教師正式教學影片觀察記錄實習教師的教學行為，統計各項數據資料。

三、資料檢核

(一) 教師檢核

研究者將研究訪談資料與反省札記資料轉成電腦文字資料後，請參與研究對象逐一檢核，確定所轉錄的文字資料和參與研究對象所提出的論點和描述內容相符，以提高研究的信、效度。

(二) 三角檢核

本研究針對「訪談、刺激回憶訪談、系統觀察、反省札記」四種不同的研究工具所蒐集的資料進行三角檢核，將錄音筆蒐集到的資料轉成文字和實習輔導教師和實習教師的反省札記文字內容和系統觀察記錄資料，作三角比對檢核同一論點。資料蒐集方式和相關內容如表 3-5-2

表 3-5-2 資料蒐集方式一覽表

		實習輔導 教師輔導 訪談	實習教 師訪談	實習教師 刺激回憶 訪談	系統 觀察	反省 札記
實習輔導策略		V	V			V
教師反省內容		V		V		V
教師反省層次						V
課程設計		V	V	V		V
教師 行為	時間管理	V	V		V	V
	教學示範	V	V	V	V	V
	教學回饋	V	V	V	V	V
	教學準備	V	V			V
教學 歷程	課前	V	V	V		V
	課中	V	V	V	V	V
	課後	V	V	V		V
實習輔導成效與專業成長		V	V			V

資料檢驗方式及交互作用如圖 3-5-3：

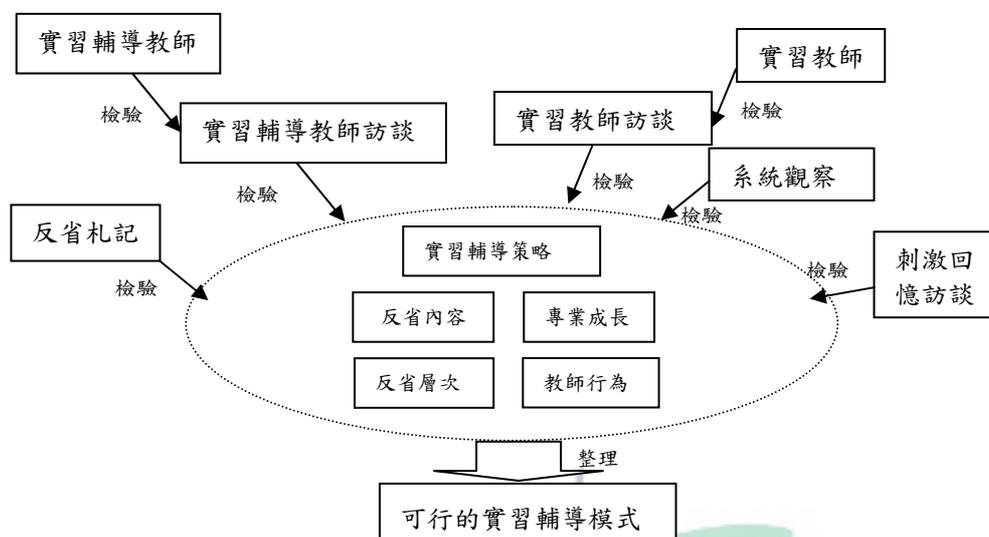


圖 3-5-3 實習輔導資料檢驗及交互作用關係圖

本研究，一方面採用 PETOS 教師行為觀察系統進行觀察記錄實習教師的教學行為，以獲得實習教師教學回饋的各項數據；另一方面則利用質性之刺激回憶訪談法、訪談法及填寫反省札記，了解實習教師於課中教學行為的決定線索與課後反省的內容及反省層次。實習輔導老師於觀察教學後同時予以回饋及建議，作為日後教學的參考。

第六節 資料處理與分析

本研究的資料處理包括了訪談、及刺激回憶訪談、反省札記 及 PETOS 體育教師行為觀察系統記錄四部分。說明如下：

一、訪談

將實習輔導教師各階段及實習教師教學後訪談的內容錄音並謄寫成逐字稿，訪談內容依被訪談者身分—姓名代號—訪談方式—實習時期—訪談時間的格式加

以分類和編碼，例如：ST（實習教師）—LKL（被訪談者姓名代碼）—I（課後訪談）—L（獨自教學期）—941103（訪談時間）。

二、刺激回憶訪談

將對實習教師刺激回憶訪談內容錄音並謄寫成逐字稿，訪談內容依被訪談者身分—姓名代號—訪談方式—實習時期—訪談時間的格式加以分類和編碼，例如：ST（實習教師）—LKL（被訪談者姓名代碼）—SLI（刺激回憶訪談）—L（獨自教學期）—941103（訪談時間）。

三、反省札記內容分析

依實習輔導教師及實習教師在實習前、中、後期中有關課程設計、教學行為及課後反省等的事項撰寫於反省札記中，再依反省時機、反省內容及反省層次加以分析，整理各記錄項目發生的次數並整理歸納，建構健康與體育學習領域有效的實習輔導方式。其流程如圖 3-6-1。

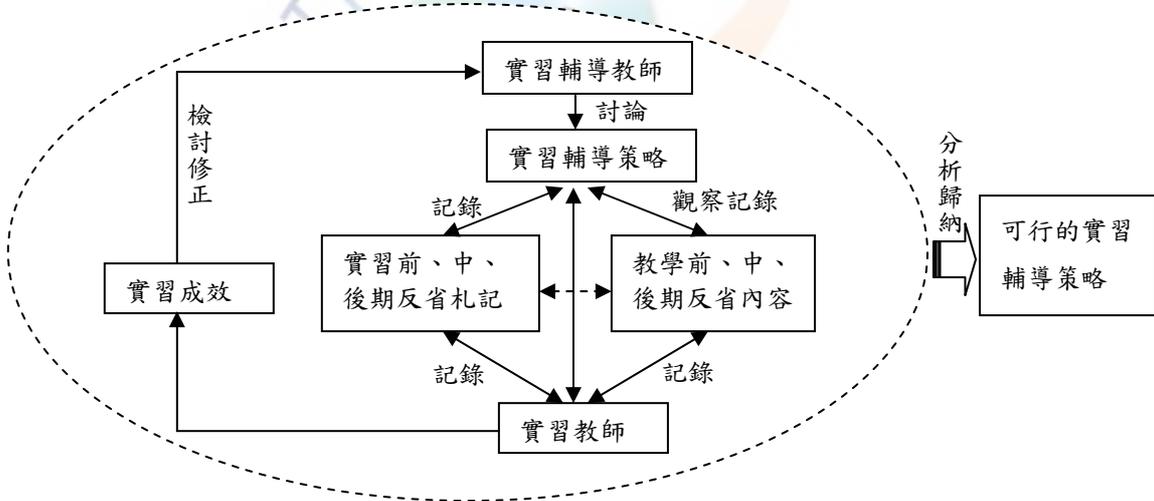


圖 3-6-1 實習輔導教師及實習教師反省札記交互作用關係圖

四、PETOS 體育教師觀察記錄

將兩位觀察員所觀察實習教師之觀察回饋記錄，依授課節次及記錄項目，加以整理與統計各項教學行為發生的次數，以分析實習教師於獨自教學期各項教學行為發生次數的變化情形。

第四章 結果與討論

本章分為四節：第一節為實習輔導教師的輔導歷程，乃對實習輔導教師在實習輔導策略、課程設計、教學行為、教學反省及實習輔導成效的評估與感想及對專業發展的看法作出結果及討論；第二節為實習教師的實習歷程，乃對實習教師對實習輔導教師的期望、課程設計、教學行為、教學反省及對實習輔導教師的感想及在體育教學專業發展的看法作出結果及討論；第三節為其他發現，為本研究在研究問題外所得到的發現；第四節為本章小結，對本研究的研究結果做出統整性的結果。

第一節 實習輔導教師的實習輔導歷程

本研究對實習輔導教師的實習輔導歷程之研究結果，在實習輔導策略、課程設計、教學行為及教學反省依「觀摩期」、「協同教學期」及「獨自教學期」三個時期，及對實習輔導教師對實習輔導成效評估與感想及對專業發展的看法分述如下：

一、實習輔導教師的實習輔導策略

實習輔導教師的實習輔導以漸進方式，讓實習教師透過所提出之循序漸進、楷模示範、協同合作、提供自主空間、提供實務演練機會等輔導策略（高強華，1996；黃淑玲，1997；黃婉萍，1999；蘇慕洵，2002；林懿德，2001；翁素雅，2004；Husbands, 1997），發揮不錯的實習輔導成效，唯本研究實習輔導教師將 Furlong 與 Maynard 所提出將實習輔導模式「督導教學階段」與「從教學中學習階段」結合成「協同教學期」，另兩階段與教學初期階段及獨立教學階段的實習輔導模式相同。

（一）觀摩期

以教學相長方式，以身作則的示範如何在期初時建立體育課例行事項，再進入正式體育教學活動，並在課後討論教學，帶領實習教師成長。

「...我會讓實習教師了解並熟悉在戶外掌控學生的技巧和方法，進一步可以有有效的管理學生；...第一週為開學準備週，由於是新接的班級，所以利用第一週的體育課進行基本排隊以及常規訓練，接著為基本熱身操的教授，(MT-TSC-I-E-941103) ...希望他是位以一位觀察者的角色來觀察，另外我也以教學相長的心態去從事實習輔導的工作，在下課後我也會去和實習教師討論在教學中所觀察到和要討論的問題，並藉著和實習教師討論的方式，帶領他成長。所以體育課的實習輔導計畫是建立在教學相長的基礎

上」(MT-TSC-I-S-940905)。

(二) 協同教學期

透過協同實作，於課後對課程設計、場地選擇及教學方法等方面，進行教學檢討、改進、修正與建議，以利協同教學的進行及培養於獨自期的教學方法。

「...第四週到第六週實習教師是可以參與教學的，會依課程讓實習教師選擇課程內容也就是以協同教學的形式來進行，在教學的角色上，我們二位可以輪流扮演教學者和助教的角色。...會讓他搭配課程或活動，也請實習教師先寫教案，在課前在針對教案的部分，還是以實習教師為主，再依我個人過去的經驗或這個班學生的配合程度給他建議，另外會強調因為學校場地較小，所以在上課地點的選擇上，以及在這個地點上課應該要怎樣去進行教學給予建議，在教學的進行上，...」(MT-TSC-I-F-940905)。

「...由於本人會將觀察發現直接的與實習教師來進行研究和討論，有時，然後雙方在思考出比較適當的進行方式，...」(MT-TSC-I-E-941103)。

(三) 獨自教學期

觀察實習教師教學內容的呈現與教學，於課後立即進行檢討、反省與回饋，針對觀察內容相互討論，以期實習教師在下次的教學能夠改善教學的缺點而更進步，培養實習教師的教學方式與特色。

「...第七週之後，則由實習教師完全去掌控教學，我在課中是不會去打斷的，若有問題或其他事項要討論的，則會在課後討論和回饋」(MT-TSC-I-F-940905)。

「...我比較注意在小細節的掌控，然後向實習老師提出我自己的看法，實習老師不僅會針對自己未注意到的部分在下一節就立即進行修正，而且，也會將她自己的意見明白的提出討論...」(MT-TSC-I-S-940905)。

二、實習輔導教師的課程設計

實習輔導教師的課程設計依實習輔導的三個階段著重在不同的重點上：

(一) 觀摩期

示範在新班級或新學期時如何訓練學生整隊集合、建立體育課的常規、教授熱身操及配合學校相關活動來設計課程以能順利進行體育教學，讓實習教師能夠在觀摩期就能了解體育教學所含的基本元素、教學進行與示範、練習方式與課程設計的方法。

「...因為體育課是在戶外上課，所以我會讓實習教師了解並熟悉在戶外掌控學生的技巧和方法，進一步可以有效的管理學生；因為是新學期和新班級，前三週的見習是我本身平常如何帶學生進入體育課，從基本的體操活動開始教學」(MT-TSC-I-S-940905)。

「整理隊伍：教授體育隊形及做操口令；體操逐項動作教授，先分解再連貫；課程結束前以一項認識班上同學遊戲結束 (F-A4-TSC-001-940906)，...整理隊伍：基本動作練習；隊形變換練習；體操動作分細部練到最後五個動作體能訓練—操場一圈」(F-A4-TSC-002-940908)。

「配合校中休閒體育競賽進行飛盤擲準訓練與練習」(F-A4-TSC-003-940913)。

「...第一週為開學準備週，由於是新接的班級，所以利用第一週的體育課進行基本排隊以及常規訓練，接著為基本熱身操的教授，尚未進行各項體育活動技巧的教授課程」(MT-TSC-I-M-941006)。

(二) 協同教學期

以學校所選定的健康與體育學習領域教材為主要架構，前半段協同教學的教學方式和教學內容由實習輔導教師規畫；後半段協同教學的教學方式和內容則由實習教師規畫。實習輔導教師並會在此時安排並協助實習教師嘗試教授較不擅長的教學項目。

「...跳箱教學是依據健康與體育領域康軒版第一冊的編排內容來進行的單元，由於實習老師表示自己沒有特別的運動專長，對於各項的運動幾乎都有接觸或不排斥進行教授體驗，所以，接下來的協同教學期的第 2 週乃是由實習老師參考課本內容而選擇「跳繩」為協同教學單元...」(MT-TSC-I-M-941006)。

「...協同教學時的教學方式和內容是由本人規劃，此模式進行了 2 節課，主要目的是希望能讓實習老師實際感受進行身體技能課的情形 (MT-TSC-I-M-941006)，...之後課程設計乃是由實習老師接續進行本人教授跳箱活動，原則上半節由本人進行熱身和基本練習，接著再由實習老師進行該節新動作的教學，...本人除了在一旁進行學童安全保護協助外，也會協助技巧的指導，感覺上班上有兩位體育老師一樣，用意是想讓實習老師嘗試進行說明動作要領，若是需要進行動作示範，學童或本人都可以協助擔任示範...」(MT-TSC-I-M-941006)。

(三) 獨自教學期

以實習教師較擅長及實習輔導教師的專長項目「羽球」來設計。讓實習教師能夠以較專長的運動項目進行教學，在好的開始下能夠迅速進入教學情境、建立教學信心。

「...由實習教師上擅長的科目話，將教學活動和舊經驗聯結的會比較快，也希望實習教師上體育課的經驗是從正向開始，不希望他一開始就受挫，所以會讓他選擇自己擅長的科目開始...」(MT-TSC-I-S-940905)。

「...大致上，還是以實習教師擅長項目為教學安排原則再加上羽球也是本人專長項目，兩相考量下，決定以羽球教學當作獨自教學的體育教學項目。(MT-TSC-I-E-941103) ...本人認為這樣的安排可以獲得成功經驗和增強信心，若是在項目上嘗試本身不甚擅長的項目，想必會增加進行課前準備的壓力」(MT-TSC-I-L-941103)。

(四) 對實習輔導教師課程設計的總結：

實習輔導教師在進行課程設計的輔導上，會和實習教師相互討論及交換

意見，若是遇到困難，則會共同尋求協助，解決問題。

「...在課程的設計上是順利的，實習老師會主動詢問我對於教學內容編寫或是實施情況的看法，我會盡我可能的提出意見或疑問，實習老師也會不厭其煩的為我解釋她一開始的理念和想法。在我提出意見後，實習老師大都會針對我所提出的情況進行修正。...若是碰到兩人都不擅長的運動，在本研究中應該算是「跳繩」項目吧！上課教案由實習老師參考網路資料進行編寫，我則是以以往上跳繩的經驗和學校場地來進行實際上課的修正。如果真遇到我和實習老師都無法解決的問題，我會主動詢問學校裡對該項運動比較有經驗的同事或是學校的體育組長來求救，若是需要實際操作，則會協同實習老師前往請教，...實習老師大致上都能勝任體育教學活動」(MT-TSC-I-E-941103)。

三、實習輔導教師的教學行為

實習輔導教師的實習輔導行為為運用協同教學、讓實習教師理解教學進行的深層意義、建立伙伴關係與發展高品質的視導技巧(黃淑玲, 1997)，並透過觀察、討論及提供教學回饋三個方式進行(Podsen, 2000)。

(一) 觀摩期

示範班級經營、集合整隊、動作講解與示範的方式及隊形等方面，記住學生姓名及特質(林俊傑, 2006; Pangrazi, 1997; Posden & Denmark, 2000)也是接任新班級時重要的準備。

「因為體育課是在戶外上課，所以我會讓實習教師了解並熟悉在戶外掌控學生的技巧和方法，進一步可以有效的管理學生；因為是新學期和新班級，前三週的見習是我本身平常如何帶學生進入體育課，從基本的體操活動開始教學，並希望他是以一位觀察者的角色來觀察...」(MT-TSC-I-S-940905)。

「...觀摩期我對她的建議是能對於班級經營和集合講解方式、對行等進行觀察...」(MT-TSC-I-F-940915)。

「...主要以觀察本人教學模式為主，會建議從觀察中去掌握一節體育課大致上要包含哪些要素和進行大致上的模式，當然能去認識每一個學生，以及盡快記住每一個學生的特質也是進行教學一個很重要的必要準備...」(MT-TSC-I-F-940915)。

(二) 協同教學期

為指導實習教師教案編寫及動作指導技巧(Mosston & Ashworth, 1986; Thomas 等, 1988; Laker, 2001)，並希望實習教師能以實習輔導教師的上課模式進行教學，以在授課模式相近之下，才能夠給予更多的指導。

「在帶領實習教師的時候，如果可以的話，我會希望他用我的教學模式來從事教學，因為這樣我可以給他的東西會比較多；如果他是用另一種模式的話，我給他的東西可能相對的就會比較少...」(MT-TSC-I-S-940905)。

「...在協同教學期，我對於教案編寫方面會著重在技巧教授的流程順序，以及動作的

指導語...」(MT-TSC-I-M-941006)。

(三) 獨自教學期

放手讓實習教師進行教學，對實習教師教學的實施情形進行分析、檢討、改進與建議，協助實習教師建立體育課的教學模式 (Husbands, 1997; Posden & Denmark, 2000)。

1.教學準備方面：建議實習教師教學場地與情境應在課前妥善規畫。

「布條綁的秩序可依身高排列，以利練習時的安排」(L-A4-TSC-011-941027)。

「暖身的跑步活動可以教學場地事先規畫與安排」(L-A4-TSC-008-941018)。

2.教學進行方面：建議實習教師應在課前模擬教學活動進行時可能發生的情況，與預定解決的方法。

「集合暖身有些凌亂，尤其在跳躍整齊度及跑步喧嘩上，有適時的停止及制止，以利接下來的掌控」(L-A4-TSC-008-941018)。

「在籃球場上規畫發球練習隊形及範圍，以利兩兩練習，避免相互碰撞及干擾，因為學生第一次在籃球場上進行分組練習，所以本人認為，練習模式安排有其必要」(L-A4-TSC-010-941025)。

「...在獨自教學期，主要以教案實施情形進行檢討與改進...」(MT-TSC-I-L-941103)。

3.課室管理方面：建議實習教師有效運用課室管理策略及工具、排除不利教學的場地因素以降低教學干擾，讓教學活動能夠順利進行。

「哨聲的使用很有利於室外教學，可思考運用策略」(L-A5-TSC-008-941018)。

「要提醒打球時，要遠離樹叢，以免球卡在樹上」(L-A5-TSC-009-941020)。

「小朋友的眼睛避免面向陽光，會影響專心度」(L-A4-TSC-011-941027)。

「練習的隊形若能依體育隊形來變化，可節省一些時間來練習」(L-A4-TSC-011-941027)。

「整隊時，若未確定是否已整好隊，先不下「坐下」口令，以免造成學生剛坐下又馬上起立的不安秩序」(L-A5-TSC-013-941103)。

「要求跑步時安靜，以免學生養成跑步中嬉鬧的習慣」(L-A4-TSC-013-941103)。

4.動作講解、示範與學生練習方面：叮嚀實習教師應要明確說明動作要領，及示範動作的要領及技巧，要讓學生能明確知道動作學習重點所在。

「發球練習，先請學生示範，再分散練習，練習時略顯凌亂，建議能有所指定地點和範圍」(L-A5-TSC-010-941025)。

「動作教學中，應強調握拍“虎口”對準拍柄的位置，及發球時“重心”的轉移」(L-A5-TSC-008-941018)。

5.課後檢討方面：嚴守監督者、諮詢者與建議者的角色，讓實習教師能展翅飛翔。

「...獨自教學期的時候，我的角色就轉變成針對場地或管理上意見的提供者或諮詢者，放手讓他去建立自己的教學方式」(MT-TSC-I-F-940905)。

「...在獨自教學期，則會以教案實施情形進行檢討與改進」(MT-TSC-I-E-941103)。

四、實習輔導教師的教學反省

實習輔導教師「觀摩期」反省重點在體育課程的基本元素、學生的感受，以讓學生能夠達到最佳的學習成果的方法；「協同教學期」反省重點在與實習教師教學討論、班級經營、動作示範與講解、教學活動的進行方式及學生學習情況與學習成果；「獨自教學期」反省重點在實習教師的教學方法與技巧，並對實習教師鼓勵、建議與回饋。主要關注的反省內容為班級經營；主要的反省層次為實際行動層次；反省時機為行動後之反省（陳美玉，1999；陳春蓮，2004a）。

（一）觀摩期

反省在體操、集合整隊、教學活動的安排等體育課程基本元素、學生感受，以讓學生能夠達到最佳的學習成果的方法。

「...掌握一節體育課大致上要包含哪些要素和進行大致上的模式，能去認識每一個學生，以及儘快記住每一個學生的特質也是進行教學一個很重要的必要準備」(MT-TSC-I-E-941103)。

「在整隊及教授體操隊形的口令和方式要再求效率；遊戲時間可再延長」(F-A4-TSC-001-940906)。

「大部分的學生協調性不錯，對口令的服從性也頗高；體能得再加強」(F-A4-TSC-002-940908)。

「若能有更多靶來進行練習，似乎能減少很多的等待時間」(F-A4-TSC-003-940913)。

「選拔中，發現大家都有勇於表現的心，也期盼大家能展現出「讓賢」的雅量。...學生對於體育課的方式大致上已上軌道」(F-A3-TSC-004-940915)。

（二）協同教學期

反省重點在與實習教師教學討論、班級經營、動作示範與講解、教學活動的進行方式及學生學習情況與學習成果。

「...協同教學時期的反省，主要在教學上會針對對於班級經營和教學過程中的隊形以及活動進行地點的規劃，以能盡快完成指令，以及有效率且流暢的進行課程教學等方面」(MT-TSC-I-M-941006)。

「...在排隊等候跳箱的過程，秩序的掌控將左右練習的效率」(M-A3-TSC-005-940920)。

「軟墊的不平整實在對學生落墊後的平衡不利」(M-A5-TSC-005-940920)。

「動作示範—要講解詳細，動作標準」(M-A5-TSC-006-941004)。

「練習的隊形因每位學生都有跳繩，又沒有固定場地，故顯得凌亂。...上體育課之前，得就場地有二個場地以上的安排，以防干擾因素，導致教學品質不如預期」(F-A4-TSC-006-941004)。

(三) 獨自教學期

反省重點在實習教師的教學方法、動作講解與示範及安排學生練習的要領、教學活動的進行等方面的指導及對觀察實習教師教學後的感受。

1.教學方法方面：對實習教師在教學提示、動作教學方式的反省與回饋。

「...此期會針對技巧的指導用語或是動作教授進行反省，期待能從每一次的課後反省修正，讓學生能更有效率的進行動作技巧學習，增進自己的學習興趣和信心」(MT-TSC-I-E-941103)。

「對於羽球教學的拿捏要適切，要求教學效果預設，再推廣層次即可」(L-A4-TSC-008-941018)。

2.動作講解與示範及學生練習方面：對實習教師在動作講解與示範的要領、教師的位置、學生的掌控、練習情形的反省與回饋。

「...實習輔導教師也有告訴我，其實在學生練習握拍的時候，可以叫學生排好，老師站在排頭，這樣就可以一眼望下去，看得很清楚學生的動作...」(ST-LKL-I-ALS-941018)。

「發球教學以慣用右用為動作教學，若有左手慣用手同學，得再提醒其方向與老師方向不同。...揮拍，正、反拍側耳揮擊練習，學生的重心已有改進」(L-A4-TSC-009-941020)。

「揮空拍的動作不錯，握拍方式也大致正確。...講解羽球簡易規則清楚，建議可以讓學生實地嘗試一下」(L-A5-TSC-012-941101)。

3.教學活動進行方面：對實習教師在時間掌控、教學活動進行、及課程設計方面進行反省與回饋。

「集合暖身時間掌控得宜」(L-A4-TSC-009-941020)。

「下課前，預告下節課揮長球動作」(L-A4-TSC-010-941025)。

「跑中庭二圈在有同學先示範之下，路線比較整齊」(L-A4-TSC-011-941027)。

「在中庭揮拍擊布條的教學掌控良好」(L-A4-TSC-011-941027)。

「輪流指導發球有利發球練習，但其餘學生等待時間似乎較多」(L-A4-TSC-012-941101)。

4.觀察實習教師教學後的感受：對實習教師教學情形的鼓勵、建議與回饋。

「桂稜的教學已能掌握住重點，口令的下達也清楚，十足的老師樣」

(L-A2-TSC-011-941027)。

「教學內容是否能盡善，只利用現有的場地及器材是不足的，在能完成的情況下，創造教學情境是必要的」(L-A4-TSC-012-941101)。

「對於羽球教學散發出能「掌控」一切的自信與應變能力，很棒」
(L-A2-TSC-013-941103)。

(四) 實習輔導教師進行反省的時機

除了在反省札記的記錄外，實習輔導教師都在該節體育課下課時間與實習教師進行反省，以期望透過行動後的反省(陳美玉, 1999; 陳春蓮, 2004a)，給予實習教師深度反省刺激與回饋，以達到實習輔導最大的成效。

「每一節課後有時利用下課時間，有時用科任課，或是學生放學後的時間與實習老師進行課後反省，而反省之後的修正則會在下一節課實施後，隨即為實習老師修正之後的感覺如何，分享一下修正後心得，這樣的方法對於實習老師的教學成效是具有幫助的」(MT-TSC-I-E-941103)。

(五) 實習輔導教師反省內容和層次

依據實習輔導教師撰寫的反省札記，其內容整理如表 4-1-1：

1. 在反省內容上，實習輔導教師的反省主要是關注順序及總次數各為：班級經營 29 次、教學 21 次、學生 12 次、教師 10 次、及自身的反省 4 次，以班級經營為最主要的關注項目，可以反映出實習輔導教師在體育教學方面注重課室管理、教材呈現與場地選擇與分配等方面。細項分述如下：
 - (1) 自身反省方面：三個時期的反省次數相差不大，且次數偏低，顯示出實習輔導教師比較欠缺內控的反省行為。
 - (2) 教師反省方面：實習輔導教師對實習教師的反省關注，從觀摩期 0 次，協同教學期 3 次，到獨自教學期 7 次，關注的次數逐漸增加。顯示出隨著實習教師參與教學次數愈來愈頻繁，與實習教師互動及對實習教師期望的增加，再加上於獨自教學期實習輔導教師由示範者轉變為監督者的角色，因此對實習實習教師的注意及反省次數也因而增加。
 - (3) 學生反省方面：實習輔導教師對學生反省從觀摩期 7 次，協同教學期 3 次，到獨自教學期 2 次，顯示出實習輔導教師隨著參與教學的程度愈來愈少，對學生學習情形關注也隨著降低。
 - (4) 教學反省方面：實習輔導教師在協同教學期反省次數明顯減少，而在獨自教學呈現明顯的關注，顯示出實習輔導教師在獨自教學期關注實習教師的教學，以確保教學品質。
 - (5) 班級經營方面：獨自教學期的反省關注最高，且明顯增加，亦顯示出實習輔導教師在獨自教學期關注實習教師的班級常規，以減少干擾、確保

教學品質。

- 2.在反省層次方面，實習輔導教師的反省主要是關注順序為：實際行動層次 21 次、描述反省層次 13 次、技術反省層次 11 次及批判反省層次 5 次，其中最為關注的是實際行動層次，可以反映出實習輔導教師重視以教學行為的執行與呈現教學計畫。而在實際行動層次有遞增的現象，以獨自教學期為最高，顯示出實習輔導教師對教師的實際行動付出的關注，與期望的增加。而在批判反省方面的 5 次都發生於獨自教學期，顯示出隨著以監督者的角度觀察實習教師教學的次數增加，因此對實習教師的教學表現亦做出評價。

以上二項的主要關注項目的次數有呈現依實習階段進行程現增加的現象。

表 4-1-1 實習輔導教師反省內容、反省層次類目統計一覽表

類目	代碼	次類目	反省次數			總計
			觀摩期	協同教學期	獨自教學期	
反省內容 (A)	1	自身	1	2	1	4
	2	教師	0	3	7	10
	3	學生	7	3	2	12
	4	教學	4	1	16	21
	5	班級經營	5	6	18	29
反省層次 (B)	1	描述反省層次	4	3	6	13
	2	技術理性反省層次	1	6	4	11
	3	實際行動層次	3	8	10	21
	4	批判反省層次	0	0	5	5
各時期反省總數統計			25	35	69	129

五、實習輔導教師對實習輔導的成效評估與感想及對專業發展的看法

實習輔導是一個教學相長的過程，在實習輔導觀察實習教師教學的過程中，也發現過去自己在教學時的盲點，進而反省與改進，且在不斷地與實習教師溝通與回饋的過程中，達到教學的專業成長（黃婉萍，1999；鍾瓊如，2000；陳利玲，2001；李倩玉，2002）。

（一）實習輔導教師對實習輔導成效的評估

實習輔導教師認為實習教師積極進取及認真的學習態度，並對自己的教學進行反省與檢討，以更求精進，並獨力進行體育教學工作，是故實習輔導教師在實習輔導結束之後，認為實習教師能在未來勝任體育教學工作（Metzler,

1990)。

「...而實習老師在最後一階段的獨立教學時期選擇的羽球教學中，實習老師自己完成課程設計和教學，透過課後的分享中，獲得教學反省，再經由次一節課進行修正。從以後情形看來，我認為實習老師是能夠建立自己的教學方式和獨立教學的。...再加上實習教師本身的人格特質屬於比較積極進取，凡事認真以對，對於結果皆能化為成長的動力，所以，在這樣的安排下，本人認為是有達到預期的效果的...」(MT-TSC-I-E-941103)。

(二) 實習輔導教師對實習教師實習的感受

實習教師積極認真的學習和準備教學的態度，讓實習輔導教師印象深刻，也增進了彼此間的良性互動，教學相長，提高了實習輔導的成效。

「...實習師在面對每一種新的嘗試時所展現出來的認真和熱忱，她不僅會利用課後找尋書面資料來支持和完成自己的教學，因為體育是屬於身體活動和技巧學習，她會利用下課時間主動找學童做動作，去實地了解問題癥結。我想這樣面對新挑戰充滿全力以赴的態度和表現是我印象最深刻的。... (MT-TSC-I-M-941006) ...而在示範方面，實習教師會自己事先嘗試和練習，也會先找家中同樣是三年級的孩子進行課前模擬或是課後檢驗...」(MT-TSC-I-L-941103)。

「...印象最深刻的應該是實習教師孜孜不倦的學習態度。由於本人會將觀察發現直接的與實習教師來進行研究和討論，有時我會比較注意在小細節的掌控，然後一一向實習老師提出我自己的看法，實習老師不僅會針對自己未注意到的部分在下一節就立即進行修正，而且，也會將她自己的意見明白的提出討論，然後雙方在思考出比較適當的進行方式，如此相互研討下，不只讓我獲得不少省思和修正，教學相長，也讓我有了不少在指導實習教師方面的正面回饋經驗...」(MT-TSC-I-E-941103)。

(三) 實習輔導教師的專業成長

實習輔導教師認為在輔導實習教師的互動過程中，協助自己在體育教學方面的專業成長。

「...在實習輔導的過程中，是能幫助我的專業成長。因為每一節課的參與過程中，發現實習老師比較需要再加強的地方，常常就是自己一般比較重視，或是連自己也還有待加強的，所以，在給實習老師建議時，自己已經從發現反省中去找到解決對策，相信自己以後遇到相同情形會處理的比較適當。...至於在哪些方面？以此次的實習輔導過程來說，對於教學活動進行中學童的隊伍排列方式、進行練習的分配、如何在最短時間內，透過隊伍的排列，去看出全班的握拍、.....等」(MT-TSC-I-L-941103)。

六、本節小結

實習輔導工作對於實習輔導教師而言，是對自己的教學進行檢視與反省，也是一連串與實習教師在教學準備、教學過程及教學反省互動的過程。在這個過程中實習輔導教師在觀摩期—協同教學期—獨自教學期，透過示範、討論、協同實作到讓實習教師發展教學模式，雙方不斷地進行討論、反思與發展，實習輔導教師並給予實習教師適當的協助與支持，循序漸進地幫助實習教師勝任體育教學，

也讓彼此專業成長。

第二節 實習教師的實習歷程

本研究對實習教師的實習歷程之研究結果，在對實習輔導教師的期望、課程設計、教學行為及教學反省依「觀摩期」、「協同教學期」及「獨自教學期」三個時期，及對實習輔導教師感想及對在體育教學的專業發展分述如下：

一、實習教師對實習輔導教師輔導方式的期望

(一) 觀摩期

實習教師在實習初期產生焦慮，並渴望實習輔導教師能夠提供練習機會，並協助解決教學困境，以能了解教學工作情境、勝任教學工作（黃婉萍，1999；蘇慕洵，2002；孫維屏，2003；高珍彩，2003；Metzler, 1990; Husbands, 1997）。

「...因為剛開始的時候對體育教學比較陌生，在教學上比較生疏，在觀察期時當然我也在觀察實習輔導教師的教學，希望實習輔導教師能在我去詢問他相關問題的時候，他可以告訴我教學的關鍵所在、要傳達給孩子的重點在那裡以及教學的技巧，以能夠清楚的呈現教材和目標，讓學生明白學習的重點，並讓學生的學習更有效率，另外就是維持教學品質的班級管理」（ST-LKL-I-S-940915）。

(二) 協同教學期

期望實習輔導教師會在教學的動作示範與講解、學習內容的呈現與班級經營給予實習教師建議，建立個人應有的教學態度（黃婉萍，1999）。

「...剛開始協同教學期時，心會很慌，教到一半時雖然課前已經計畫好教學的步驟，但是還是會有所遺漏，這時候就會希望實習輔導教師可以在教學的關鍵點適時的介入，讓課程可以順利進行，場面不會僵在那邊，內心上也會比較安定；...」（ST-LKL-I-M-941006）。

(三) 獨自教學期

實習教師在剛開始教學時還未進入狀況時，希望實習輔導教師能適時介入教學活動，以利教學活動的順暢，並於課後能夠提供更多的建議，以做為下次授課時的參考，並藉此經驗建立自我教學模式（黃婉萍，1999）。

「...但是到後來獨自教學期能掌握教學的時候就比較不會覺得心慌，也不會希望實習輔導教師的介入，反而是自己會在課後去思考以後要如何能夠清楚且完整的呈現教材，讓教學更順暢...」(ST-LKL-I-L-941103)。

「...我覺得實習輔導教師對我的輔導而言，我的收穫是很大的。他會針對我上課的缺失或我沒有注意到的部分對我提出建議，對我也受益良多...」(ST-LKL-I-E-941103)。

二、實習教師的課程設計

(一) 觀摩期

實習教師為觀察及學習實習輔導教師在教案設計的節數、教學目標的訂定及衡量學生的先備能力、與課程呈現的方式(林進材, 1998a、1998b; 闕月清; Siedentop 等, 1986; Kirchner & Fishburne, 1995; Thomas 等, 1988; Borich, 2000)。

「...剛開始是以觀察實習輔導教師的上課為主，觀察實習輔導教師如何運用策略來呈現教材，...主要是思考設計的上課堂數、主要目標、考慮學生的先備能力來銜接教學的主要目標」(ST-LKL-I-S-940915)。

(二) 協同教學期

實習教師學習訂定教學目標，同時與實習輔導教師相互討論課程設計與教學進行方式(黃淑玲, 1997; Husbands, 1997)，但教學活動設計與進行仍以實習輔導教師的意見為主。

「...協同教學期的時候，自己會思考教學的目標是什麼，也會揣摩自己的設計是否符合實習輔導教師所想要的設計內容和方向，儘量不只是我單面想的而已，也會顧及到實習輔導教師的想法，在和實習輔導教師討論後，如果有缺漏的地方，會馬上加進去，在協同教學期的時候，會希望實習輔導教師能夠多給他的想法和意見，在教學的配合上才會更好...」(ST-LKL-I-M-941006)。

(三) 獨自教學期

實習教師已能夠根據先前觀察期與協同教學期的經驗、與學生的行為和動作能力，循序漸進設計吸引學生學習的課程，同時在教學中穩定成長(Husbands, 1997)。

「...會先思考學生的動作能力和安排適當的流程(ST-LKL-I-AL-941018)，...因為上一堂課自己認為有一些的缺點，也有和輔導老師討論一下，...」(ST-LKL-I-AL-941020)。

「...在課程設計的時候會針對先前的經驗和缺點做思考，也就是不會一味的用自己的思考方式去設計課程，認為他們都可以達到我們所預期的目標，而是會依據學生的年齡、行為和動作能力來設計，...上課的內容要可以吸引他們，下課的時候就會拚命的

拿出來玩，之後上課的意願就比較高，同時也在上課時不斷的創造學生的成功經驗，學生也因此樂於學習」(ST-LKL-I-L-941103)。

三、實習教師的教學行為

(一) 觀摩期

觀摩期前期為觀摩實習輔導教師的教學方式和學習班級經營，以熟悉教學情境 (Metzler, 1990; Husbands, 1997)；觀摩期後期則轉移到教學技巧、教學技巧與班級經營相結合之處 (Husbands, 1997)。

「...在觀摩期主要在觀摩和學習班級經營上，在觀摩期的後期就逐漸地轉移到教學技巧和教學技巧和班級經營相結合的地方，因為有的教學技巧是可以用來做班級經營的，在那時會思考如何擷取和應用...」(ST-LKL-I-S-940915)。

(二) 協同教學期

實習教師會蒐集相關資料與實習輔導教師、同儕教師以討論的方式，以期發展個人的教學行為，不過仍會耽心個人的教學，會因緊張而無法依照既定的教案教學、且無法妥善處理偶發事件及運用口語提示，但因自己的背景因素，仍會積極處理學生常規方面的問題。

「...協同教學期則會多思考和參考相關資料，並且會和實習輔導教師相互討論，並且找一些補充的相關資料，去嘗試找出自己的教學方式，以為未來的獨自教學期鋪路...」(ST-LKL-I-M-941006)。

「...一點信心都沒有！...，而且會因為緊張、在事件發生時的當下沒有辦法做出適當的決定，...也沒有辦法用口語去陳述動作，所以對自己沒有信心。另外也是因為自己提示用語用不夠，在這樣的教學中是否會誤導學生，所以會很緊張...」(ST-LKL-I-M-941006)。

「...因為我自己本身對學生本來就有一定的要求，而且不管是不是體育課，只要秩序不好，我都會去管理他們。再加上我本身之前有社會經驗，也已經有了小孩，所以會有所體認—該管的還是要管，這是為了學生好，而且是要讓學生學到東西...」(ST-LKL-I-M-941006)。

(三) 獨自教學期

實習教師的教學行為藉由教學經驗的累積，由生澀轉為細膩，能對學生動作快速的診斷並給予修正與建議，也能運用小老師來協助教學，在課室管理上也能秉持讓學生能有效學習而持續要求遵守常規。

1.帶操方面

發展口語或非口語提示，以手勢、哨音與動作暫停的方式，有效引導及管理學生活動，試圖能夠順利地完成熱身運動（林俊傑，2006; Siedentop, 1986; Thomas 等, 1988）。

「...學生在做操的時候，沒有想過可以說一些動作提示的話，讓學生更清楚知道動作的要領，讓學生可以發現自己的動作是否正確，再加上自己的專業知識和能力不夠，不曉得如何向他們提醒。我只注意到學生的聲音要喊出來...學生一起喊，較不會散慢，也比較有精神，他們不會因為只有二個喊而速度愈來愈快...當學生喊得愈來愈快的時候，我會用自己的音量蓋過他們來控制速度」（ST-LKL-I-ALS-941011）。

「...在學生做操，口令愈來愈亂、愈來愈趕的時候，心裡有想要讓他們慢一點，但是一直找不到策略，...可以運用「哨音」，可是我的哨音控制不好，而且擔心我吹出來的速度不知道適不適合，所以我不大敢用哨音...實習輔導教師也曾經告訴過我，如果同學做不整齊或太快的話，可以請學生停下來重做一次，...如果是我自己的班的話，我可能會讓學生整堂課都在練習喊口令和做操，直到做好為止...」（ST-LKL-I-ALS-941018）。

2.場地及隊形方面

(1)場地方面：場地選擇及臨時變更教學場地時的處置（Mosston & Ashworth, 1986; Randall, 1992），是實習教師面臨的最大考驗及困擾，如何在短時間內做出適當決策及處置，尤其還有其他班級的干擾時，是實習教師首要學習與磨鍊的部分。

「...因為場地改到五樓，和預定的場地和隊形有所不同，且還有另個一班在那裡上課，當時對我是考驗的時候，...（ST-LKL-I-ALS-941011）...對於該場地和器材可以如何運用方面，我每次遇到這種情形都會很慌，又馬上要做出決策，...我不能不把自己穩下來，不把自己穩下來，學生會亂掉，我會想說要怎麼辦，然後就一邊想一邊做，輔導老師也有指導來做修正，這是我碰到這種情況的時候的對策」（ST-LKL-I-ALS-941011）。

(2)隊形方面：減少組織時間、能夠順暢轉換課程及安排練習的隊形，以提供學生最大的練習（吳德城，2002; Siedentop, 1986; Siedentop 等, 1986; Thomas 等, 1988; Randall, 1992; Graham, 2001; Laker, 2001），是實習教師在體育課中的一大難題。實習教師認為影響教學成敗的關鍵就在隊形。在克服場地及隊形因素之後，讓實習教師更能夠掌控教學，對教學也更有信心。

「...當隊形和教學內容和教案上有所不同的時候，在我到教學場觀察了上課的場地之後，就必須對上課的隊形下決定，...」（ST-LKL-I-ALS-941011）。

「...當時我也覺得隊形太長，要掌控學生是比較困難，有想要把他們集合回來，可是一直集合是會比較不好。那個時候也沒有思緒去思考有沒有更適合的練習隊形，整個節奏讓自己無法做更好的處置，所以整個隊形的掌控不是很好，有些的

動作也沒有做到。...有發覺到練習發球時的左右間隔不夠寬，但在當下不知道要怎麼辦和安排隊形來解決問題，有想到成二排來發球，但覺得會比較亂，卻又不知道要怎麼辦，...」(ST-LKL-I-ALS-941018)。

「...以後上課要注意到地形地物，而學生練習的場地也要依地形的適合與否做更妥善的分配。...直接分配男女生的場地各在那個區域，然後再由學生自己去擴散和分配，這樣才比較快。...如果依今天的練習場地再重新分配男女生的位置，我會直接帶男女生到指定和分配的場地，這排留在這邊，另一排的位置在這裡，也省去找練習伙伴的問題。...所以直接帶他們到定位，他們應該會比較清楚，也省去找伴的問題。...」(ST-LKL-I-ALS-941025)。

3. 補救教學方面

實習教師會利用學生下課自我練習時實施補救教學，不僅發現自己教學的盲點，也展現教師的教學熱忱(陳春蓮，2004a)，更可以了解學習成就低落同學的困難並尋求解決之道，無形中也和學生一起進步。

「...對於有些少數程度跟不大上的同學，時間夠的話，在課堂上會指導他，因為跳繩在下課時間也可以指導，所以我的想法是在下課時間再繼續指導，告訴他們動作要領，也會用手去牽他們調整姿勢，帶著他們一起做，有進步一點就鼓勵他們，讓他們產生興趣。其實學生們都有挑戰性，不會的他們都會練習，...」(ST-LKL-I-ALS-941011)。

「...除此之外，實習教師會利用課後找來對該項運動技能的學習比較有障礙的學童，請他利用下課時間操弄一下，去針對實質問題找出癥結，再進行課程教學方式的修正。...」(MT-TSC-I-E-941103)。

4. 動作講解、示範與指導及學生練習方面

(1) 動作講解、示範與指導：動作講解與示範，是學生學習動作技能的一個重要環結，因為學生學習動作的過程是透過感官的刺激與實際的操弄(陳貞儀、卓俊伶，2004)，利用學生協助動作示範(Randall, 1992; Rink, 1993; Pangrazi, 1997; Graham, 2001)，學生以其角度觀察同儕，基於競爭的心理，更能刺激學生的學習意願。由於以學生的角度出發，所以也較能讓學生了解動作的要領。實習教師從教學的困擾中找到利用學生示範來協助動作示範與講解的難題，在過程中無形地增進動作講解與示範的能力。

「...指導學生動作的策略是下去巡視行間，然後觀察大部分學生所犯的錯誤，再把學生集合，請做得比較好的同學出來做示範，如果是個別的錯誤，我會在私底下或在巡視行間的時候馬上對他們指導，如果時間不夠的話，我會在課下時間來指導這些能力上比較無法跟上的小朋友...沒有想過要如何對學生做動作提示，而且自己的專業知識和能力不夠，不曉得如何向他們提醒。我只有想過要請同學示範要怎麼做，給其他同學模擬和模仿，但沒有想到要請同學發表經驗」(ST-LKL-I-ALS-941011)。

「...請學生出來做示範的動機是：大人做示範和學生看自己的同學做是有不同的效果，...而且請二位同學出來，可以讓兩邊的學生可以更看清楚動作...」(ST-LKL-I-ALS-941018)。

「...今天的指導語有比以前多一點，也覺得大部分的同學都進步了，...指導語愈清楚，學生的動作學習會愈好」(ST-LKL-I-AL-941020)。

「...我會做一對一的指導，連同運用肢體的語言去告訴他，或直接去調整他的動作...可以一邊講解一邊示範，一邊告訴學生錯誤在那裡，...」(ST-LKL-I-AL-941103)

「...在教學指導上會對於動作的診斷會更正確的快速，不會像過去碰到沒有辦法指導就跳過去。在講解也比較有經驗，也更能夠用他們可以理解的語言去表達，也更能夠觀察出學生理解的程度和在練習的時候是否可以達到我的要求...」(ST-LKL-I-E-941103)。

「...對於實習教師今天的尋求協助，因為才剛進入到獨自教學期，有很多狀況還無法有效掌控，所以會協助他指導，不過我會建議他能夠思考未來如何處理類似情況的方法...」(MT-TSC-I-AL-941011)。

(2)學生練習方面：學生練習時，若能提供動作提示(林進材，1998a、1998b；Randall, 1992；Thomas et al., 1998)，更能增加學生動作學習的成果。實習教師初期時的動作提示並不純熟，示範位置難以拿捏，及未具備掃視的能力(Thomas et al., 1988; Graham, 2001)，造成實習教師教學時不小的困擾。但隨著動作提示、診斷、監控及回饋(Mosston, 1986；Siedentop, 1986; Thomas et al., 1988；Martinek, 1991；Randall, 1992; Rink, 1993; Kirchner & Fishburne, 1995; Pangrazi, 1997; Graham, 2001; Glasgow 與 Hicks, 2003)等技巧的增加，也懂得如何有效運用哨音，更能掌握學生的練習狀況，也讓學生練習更有效率。

「...全班一起做動作，沒有辦法去注意到每一個同學，和掌控學生，所以後來就利用哨音來控制，...」(ST-LKL-I-ALS-941018)。

「...在學生練習的時候，並沒有注意到及發現學生的用力不大妥當，...為了同時間看出學生的動作正不正確，及延續上一節課的經驗，來有效的掌控學生和教學的效果，所以學生練習的時候使用哨音來控制學生練習的進度，...今天的指導語有比以前多一點，也覺得大部分的同學都進步了，...」(ST-LKL-I-ALS-941020)。

「...沒有發現學生發球因方向的关系，會相互干擾到彼此的練習，因為我覺得還好，影響的不大，但我現在覺得每一組發球的方向要一致，也聽一致的口令來練習來避免相互干擾的練習。...」(ST-LKL-I-ALS-941025)。

「...學生在練習發球的時候，站在排頭的位置可以很清楚的看到該排所有學生的動作，從側面看過去可以很清楚。...學生無法成功發過球網的原因是有很多學生是第一次在球場上發球過網，所以學生爲了要過網，就把球在高點的時候就擊球，揮拍自然就不順，就沒有辦法過網。另外力量不夠和方向的控制不好，也沒有完全掌控自己身體的狀態，而且掛了球網，學生也比較有壓力和不同的感覺，

所以發球的成功率就有所差別。但我相信多練習去適應場地，他們一定會愈來愈進步」(ST-LKL-I-ALS-941101)。

「...女生沒辦法成功發球的原因是對羽球不感興趣，力量和協調也不好，聽歸聽，做還是照他們自己的想法在做」(ST-LKL-I-ALS-941103)。

5. 班級管理方面

實習教師注重班級管理、建立常規及創造充滿學習動機的學習情境，讓學生的學習得以順利進行和刺激學生學習意願(林進材，1998a、1998b；許義雄、黃月嬋，2001；吳德城，2002；闕月清，2004；林俊傑，2006；Martinek, 1991；Thomas 等，1988；Mosston, 1986；Randall, 1992；Graham, 2001)。隨著教學經驗的增加，逐漸發展出個人班級管理的方式，讓教學活動能順利進行。

「...因為場地和隊形和原訂計畫不同的關係，在散開之後，由於對學生的指導和掌控相對變差的時候，班級管理的策略是下去巡視行間，...另外就是體育課是在教室外面上課，會耽心秩序掌控的問題，一旦失控就會更緊張」(ST-LKL-I-AL-941011)。

「...在做示範的時候，不容許學生著老師的講解和示範來做動作，我也不容許的學生玩手邊的球具，以免會影響到我的上課及學生的學習...」(ST-LKL-I-ALS-941018)。

「...會去回想上二堂課的缺點，尋求改進之道，沒有更有信心，可能是因為體育課是在室外上課，對學生也不知道什麼時候要放，什麼時候要收，也因為體育課是屬於技能類的科目，學生需要練習，放給學生練習，又怕收不回來，也就是常規的管理上有困難，但隨著教學經驗的不斷累積，在常規的管理上是有逐漸可以掌控的現象，也有可能是因為這個課程是第一次上，所以也比較沒有信心，第二次之後應該會比較好吧！...」(ST-LKL-I-AL-941025)。

「...因為今天學生做得比較好，所以正面稱讚口語的也比較多，再加上這一、兩個星期的教學也比較熟練，才比較能夠顯現出自己的本性，另外我也比較喜歡和學生互動，和學生開玩笑，但是我們爲了要有教學的效果和有老師的樣子，又不得不把自己武裝起來，到後來我自己慢慢進入教學狀況，也比較能掌控學生的時候，不會因為我是實習老師就可以隨便的時候，我和學生的互動才變得比較多，漸漸地放鬆對學生的束縛...」(ST-LKL-I-ALS-941025)。

「...因為幹部帶不好，其他的小朋友會有樣學樣，自然就表現得不好。所以帶好幹部的話，對學生的掌控和教學相對的就有很大的幫助，所以對幹部要求會比較嚴格...」(ST-LKL-I-ALS-941101)。

「...因為我自己本身對學生本來就有一定的要求，而且不管是不是體育課，只要秩序不好，我都會去管理他們。再加上我本身之前有社會經驗，也已經有了小孩，所以會有所體認—該管的還是要管，這是爲了學生好，而且是要讓學生學到東西。...」(ST-LKL-I-AL-941103)。

6. 實習教師教學行為系統觀察的結果

使用 PETOS 體育教師行為觀察系統為觀察工具，觀察員於觀察員訓練完成後一週，通過觀察者內部信度及觀察者間信度考驗後，進入正式觀察。二位觀察員觀察記錄實習教師六節課的的教學行為如表 4-2-1，實習教師正

面回饋次數隨著教學技巧的熟練程度而增加，負面回饋次數仍佔大多數，所呈現之教學行為受學生表現及教學內容的影響：

- (1) 當常規不佳時，一般性負面回饋相對增加，修正性回饋相對減少，如第五節；若課程安排為修正動作時，修正性回饋也隨之增加，一般性回饋相對較少，也顯示出常規表現頗佳，如第六節。
- (2) 正面一般性回饋及修正性回饋次數隨著教學經驗愈來愈豐富而逐漸增加，顯示了實習教師愈來愈能掌握教學方法與技巧，也已建立常規，。但整體上一般性負面回饋次數改變不大，與一般性正面回饋次數比較起來仍偏高，顯示出實習教師習慣以否定句給予學生回饋。
- (3) 非口語回饋極少使用，且因採錄影帶觀察方式，非口語回饋較難被觀察。
- (4) 前三節課一般性及修正性負面回饋的次數均比一般性及修正性正面回饋高，顯示出實習教師對學生回饋以否定句的回饋居多，也透露出前三節課實習教師教尚未掌握學技巧及未習慣給予學生正向回饋，以增進教學成效。
- (5) 第四節課至第六節，除了第五節因常規因素影響了正常教學活動，修正性正面回饋逐漸增加，顯示出實習教師已掌握教學，發展出和諧的師生關係。

表 4-2-1 實習教師回饋行為次數紀錄表

節次	回饋行為						正面回饋總和	負面回饋總和
	修正性回饋		一般性回饋		非口語回饋			
	正面回饋	負面回饋	正面回饋	負面回饋	正面回饋	負面回饋		
1	11	17	9	44	1	0	21	61
2	13	26	12	43	0	0	25	69
3	16	22	15	36	0	1	31	59
4	43	39	33	23	0	0	76	62
5	2	15	27	43	0	0	29	58
6	79	62	34	48	0	0	113	110
平均次數	27.3	30.1	21.6	39.5	1	1	49.1	69.8

7. 實習教師的教學行為在試煉後的成果

實習教師在獨自教學期的試煉後，在場地選擇、動作講解與示範、動作提示設計、診斷與回饋、哨音運用、場地及隊形安排與轉換、班級經營等方面發展出有效的教學行為 (Martinek, 1991; Thomas 等, 1988; Mosston, 1986; Randall, 1992)，也更能夠勝任體育教學。

「...在最後的兩個星期中，我體認到的是很多的動作技巧是需要一步一步慢慢的去分

解，或許在成人看來，有很多的動作就是那麼理所當然，那麼的簡單，但是在學生的眼裡，就是那麼的不協調和理所當然，所以我們教學者就要像一部攝影機放慢動作一樣，一步一步的讓學生知道他們下一步要做什麼，然後由簡單演變成複雜...」(ST-LKL-I-E-941103)。

「...秩序的管理上也很重要，因為學生在亂七八糟的時候，學生絕對沒有辦法吸收老師剛剛所講的東西...」(ST-LKL-I-L-941103)。

「...指導語用得愈多，學生會能了解老師的陳述，而且在教學中，如果學生除了可以用眼睛觀察，而且耳朵可以聽到老師對動作的陳述，對學生的學習是有幫助的。所以教學的信心也建立在指導語的運用上，所以指導語的設計是很重要的...」(ST-LKL-I-E-941103)。

「...，在課程設計上，我會增加學生的練習時間，這樣才比較會收到學習的效果；在講解的部分會做得更細緻，讓學生能夠知道該動作的分解動作是怎樣的，也就是會把一個課程的時間拉長，從基礎的動作慢慢培養和練習。...在場地的選擇上，我會依教授的科目、練習的方式來選擇適當的地點，並注意學生練習的場地分配適不適合、同時給予適當的回饋...，另外就是要加強各單項運動的相關知識，讓學生不是只學會動作，也能夠了解相關的規則...」(ST-LKL-I-E-941103)。

8. 建立教學模式

實習教師能夠掌控教學之後，希望能夠獨自憑己之力進行教學，也希望實習輔導教師可以提供觀察的意見，會對實習輔導教師的指導進行思考及內化，再決定以適合自己的教學方式進行教學，不會一味地複製實習輔導教師的教學方式。但實習教師還是會介意實習輔導教師的存在，而感到束縛(孫維屏，2003；林懿德，2001；黃婉萍，1999)。實習輔導教師對實習教師的輔導過程中，在課程的銜接與設計、動作示範與講解、動作診斷及指導上給予指導及練習機會，並讓實習教師自由發揮以建立自己的教學模式等方面，與林心茹(2004)所提出提供實習教師實驗的自由及示範反省的方式，以培養自主的教師的理念相符。

「...如果是我自己的班的話，我可能會讓學生整堂課都在練習喊口令和做操，直到做好為止...」(ST-LKL-I-ALS-941018)。

「...但是到後來獨自教學期的時候就比較不會覺得心慌，也不會希望實習輔導教師的介入，反而是自己會在課後去思考以後要如何能夠清楚且完整的呈現教材，讓教學更順暢。獨自教學期的時候都會在課前和實習輔導老師溝通，但我會希望老師能對我做更深入的觀察，對提出教學上的缺失和不足之處，而且我會比較耽心我在教學時所傳達給學生的觀念，是否和實習輔導老師的想法相契和，是否是實習輔導教師所要教給學生的內容，如果沒有的話，我也希望實習輔導教師可以告訴我，因為我的經驗上沒有實習輔導老師那麼多，會耽心我沒有教給學生他們真正需要的東西...」(ST-LKL-I-E-941103)。

「...在自我思考和衡量之後，運用在往後的課程教學之中，但我不會完全依照實習輔導教師的建議套用在我的教學之中，而會在批判之後以最適合我教學的方式來運用...」(ST-LKL-I-L-941103)。

四、實習教師的教學反省

(一) 觀摩期

此時由於實習教師因為沒有體育科的教學經驗，因此反省重點在實習輔導教師的整隊集合、隊形和體操動作等方面的指導，與學生的學習表現及動作能力，透過批判實習輔導教師的教學及討論（黃淑玲，1997），澄清觀念與運用結果，讓實習教師與實務情境更接近。

1. 在教學的觀察上

「...在觀摩期因為沒有教學的壓力，所以大致上會以自己的角度去觀察，而且有點批判的味道，在觀察實習輔導教師教學的時候，自己心裡都會想說如果是自己在教學的話，應該要怎麼做會比較好；...」（ST-LKL-I-S-941103）。

「...在觀察期只會心想實習輔導教師那裡不好那裡不好，也不會去想到下一堂課的問題...」（ST-LKL-I-E-941103）。

2. 教學的指導上

「預先指導體育股長如何帶操，即體操的基本動作」（F-A4-LKL-001-940906）。

「導師將學生帶到指定之場地，指導學生成體操隊形的動作、口令及體操的分解動作，...」（F-A4-LKL-001-940906）。

3. 觀察後的感受上

「...建立學生體操姿勢，如何排隊成體操隊形，都是未來上體育課之基本能力，所以實習輔導老師從這些基本課程進入，是非常重要的。實習輔導老師事先指導體育股長，可增加上課時學生模仿的對象，亦可使學生能較清楚看到動作的正確性，在整個流程上是蠻順暢的」（F-A4-LKL-001-940906）。

「再度加強體操隊形整隊，...看到學生們手腳不甚協調的動作，才讓我深深了解到基礎教學的重要性，這樣一遍又一遍，一次又一次的反覆練習，是教育精神之所在，也是非教育人員所無法想像的工作內容之一」（F-A4-LKL-002-940908）。

(二) 協同教學期及獨自教學期

教學反省是對自己教學的反思、檢討與改進，也是促進自我專業成長的有效方法（陳春蓮，2004；陳玉枝，2003b；陳雪麗，2004），透過與同儕和實習輔導教師的反省，更能注意到自己的盲點所在，才能加以改進，讓教學日益精進。

1. 教學上的反省：因已參與教學，在反省上轉變成比較實際，反省的重點在教學活動的進行、課室管理、動作指導等方面。

(1)在教學活動方面

①教學策略：反省在有效的教學的策略與改進之處。

「對學生能力和上體育課態度的見解為漸進式教學由易而繁，讓學生能逐一挑戰難度」(M-A4-LKL-005-940920)。

「...以漸進式的方式讓學生們可以避免馬上面對跳箱的恐懼，又增加孩子對跳箱的興致...過程中，教學策略的相互運用，班級的經營管理，每一個動作，每個命令，讓學生都能清楚的接收到，是非常成功的教學」(M-A4-LKL-006-940922)。

②課程設計：依據學生的行為能力以設計讓學生投入學習的反省。

「...在課程設計的時候會針對先前的經驗和缺點做思考，也就是不會一味的用自己的思考方式去設計課程，認為他們都可以達到我們所預期的目標，而是會依據學生的行為和動作能力來設計，會循序漸進的一個步驟一個步驟的去教和讓學生練習，也會思考這個課程只能發展到那個程度或依據學生的年齡只能發展到那個程度，學生可能的先備經驗，才能做有效的連結，達到教學的效果...」(ST-LKL-I-E-941103)。

③教學活動：反省在教學時間的分配與教學技巧及教學進行的流暢度。

「...我承認自己有些貪心，因為今天應該最多教三個動作就好了，但總想讓孩子們多學些技巧，硬是塞下第四個，也就是最難的一交叉跳，而耽誤了下課時間」(M-A4-LKL-O11-941011)。

「今天的集合、整隊、體操都相當的流暢，練習方面（握拍、擊球動作）也很整齊，使得在觀察學生方的動作方面，可以很有效率的了解學生姿勢的正確與否，並且可以助於學生對動作有更深一層的認識...」(L-A4-LKL-O15-941027)。

④教學感受：在課後對於教學的感想與計畫未來教學的方向。

「...到後來的協同教學和獨自教學，因為自己有參與教學了，就會知道自己的困難點在那裡，也知道缺點在那裡而反省，也因為自己親身經歷，所以這時的反省都是比較實際的，...」(ST-LKL-I-L-941103)。

「今天的課程設計中原本是要多留些時間讓學生練習，並一一糾正，但後來上課的前半部（體操整隊）花了太多的時間，使得後面修正學生的時間變得太少，雖然還是有——的指導過，但對於一些動作不甚流暢的學生，卻不能有更多指導的時間，讓我覺得蠻可惜的」(L-A4-LKL-O17-941103)。

「...今天心情算良好，因為今天教孩子們跳繩的掃足跳，幾個孩子本來都不會，也本來對跳繩都不感興趣，但因為經過這樣的學習，他們連下課都玩得津津有味時，算是給了我小小的回饋」(M-A1-LKL-O10-941006)。

(2)課室管理方面：教師在班級組織的指導、有效的掌控班級管理、隊形與場地的運用及教師示範的位置，是影響體育教學成敗的重要因素（許義雄、黃月嬋，2001；林俊傑，2006；Randall, 1992；Graham, 2001）。

「...老師指導我要能善用哨音，才能有效的引起學生的注意力，有效的掌控教學活動的進行...」(M-A5-LKL-O10-941006)。

「...但讓孩子們擊拍的練習卻是策略使用的不是很好，因為讓孩子面對自己排成二排

縱隊，後面的孩子看不清楚教師的動作，所以這樣的隊形，的確是不太恰當，這正也給了自己一次的經驗...」(L-A4-LKL-O13-941020)。

「...還有自己並沒有注意到有些角落的孩子，也是自己應該要警惕自己的地方，(L-A1-LKL-O13-941020) ...輔導教師建議若場地有某處不適合活動，可以安排在該處的學生至他處較適當的地方活動。這的確是在當時我所沒有考慮到的，也是自己以後該注意的部分...」(L-A2-LKL-O14-941025)。

「...會反省自己為什麼那個時候的課室管理會不好？在下節課的時候如何去改善，...」(ST-LKL-I-L-941103)。

(3)動作指導方面:動作指導的品質,影響著學生動作技能學習的成果(Randall, 1992; Graham, 2001),此時實習教師反省在應注意是對全部或部分的同學、緩慢並正確的口語指導,以讓學生更有效的學習。

「...對於指導學生的用語,要再細一些,否則孩子們會誤會我的意思。還有對於一些動作的指導,有些細部的說明要再說清楚點, ...」(M-A5-LKL-O10-941006)。

「...今天還是覺得在教學掌握上並不是很得要領,每當下任何一個決策時,自己腦中浮現了好幾個判斷,所以對自己而言,還是應該再多思考更細部的教學指導語...」(L-A1-LKL-O13-941020)。

「...一步步的分解動作,學生較不會因為不瞭解教師的語言表達,而隨便擺個姿勢,這樣基本動作的練習,學生可以將正確姿勢融入意識當中,而修正過去的經驗...」(L-A4-LKL-O15-941027)。

2.學生學習的反省:確認學生是否了解動作的要領,也是確保體育教學成敗的關鍵(黃月嬋,1998),實習教師亦應靈活運用認知上的確認及口頭的詢問等方式(黃月嬋,1992; Borich, 2000),才可以了解學生的學習的情形,也確保教學的成效。

「似乎只要能讓孩子們跳跳動動,學生就會興奮不已。(M-A3-LKL-OO5-940920) ...孩子們對於困難的挑戰有著濃濃的興致,(M-A3-LKL-OO6-940922) ...會反省所教的內容,學生吸收了多少?教學成效有多少?練習的時間是不是不夠? ...」(ST-LKL-I-L-941103)。

「學生們看到有高度的跳箱起初有點畏懼,對於手撐跳箱的方式也不甚協調,而且跳躍的姿勢也跳不上去,可能是支撐方式不太正確,跳躍的力道也不太夠,不過練習過一次後,再做第二次的練習,大部分的孩子都能做得很好了」(M-A3-LKL-OO7-940927)。

「今天的擊球,應該是學生最喜愛的活動,也是一個很有效的教學活動,可以達到教學目標,又能誘發學生學習動機...」(L-A4-LKL-O15-941027)。

「...覺得學生的練習不夠,實在應該在當初設計時多設計幾堂課,可以讓學生有更多的練習機會,不過這也是一種經驗。(L-A4-LKL-O16-941101) ...學生的基本動作姿勢,大體來說,有很大的進步,雖然在發球的部分孩子們可能因為手眼不協調發不到球,也有可能因為力道的不夠,而打不到預定的位置。但他們的姿勢卻都已經表現出來了,也希望他們將來有更多的進步」(L-A3-LKL-O16-941101)。

- 3.教學干擾的反省：教師在課程設計時應把教學時的變數因素考量在內，並準備備案，以防因學生的偏差行為、器材、天候或場地因素而影響正常教學(林進材，1998a、1998b; Mosston & Ashworth, 1986)。

「...臨時來了一場雨，讓我們全班從一個地方又換到了另一個地方，學生的心情浮躁了起來，自己的情緒也跟著緊張起來，禮堂中有另一個班級在上跳箱，整個場地吵雜，學生們分心，連做體操都被叫停重新再做。自己除了情緒被干擾，又因這樣一波三折，教學時也因為場地吵雜，需要用更大聲來與之抗衡，差點就上不下去了，並且這是第一堂自己設計的體育課。回到家和自己的孩子討論，孩子也反應這樣的教學效果是蠻差的，心裡有些受挫，不過自己也很累，沒有時間和思緒讓受挫的感受來填充自己的心情。(喔！真的好累!)」(M-A4-LKL-009-941004)。

「今天的體育課在中庭上課，大致上整體而言時間掌控算是良好，進度掌控也還可以，秩序方而也因受到較少的干擾，而少有出錯的現象」(M-A4-LKL-O10-941006)。

「...上課場地旁邊有唱跳教學，多多少少造成了干擾，但當時學生採蹲姿，所以學生的秩序並未受到很大的影響」(ST-LKL-SLI-941027)。

(三) 實習教師的反省內容與反省層次

依據實習教師的反省札記，整理如表 4-2-2：

- 1.在反省內容上，實習教師的主要關注順序為：教學、班級經營、學生、自身及實習輔導教師的反省，其中教學、班級經營及學生的反省次數相距不遠，可以反映出實習教師的教學是以學生學習為基礎，加上良好的班級經營，以能勝任體育教學的企圖心。要項細項分述如下：
 - (1)自身反省方面：隨著教學參與增加，對自身的反省也愈多，顯示出實習教師能以自己檢討教學缺失，對自身反省的要求頗高。
 - (2)學生反省方面：實習教師對學生學習表現的反省有一定的關注，顯示出實習教師對學生學習感受的重視。
 - (3)教學反省方面：實習教師隨著參與教學，反省在教學的關注也因而增加，協同教學期及獨自教學期的次數相近，顯示實習教師對教學活動進行與成效的重視。
 - (4)班級經營方面：實習教師在三個實習對班級經營的反省次數均一致，顯示出實習教師在體育教學時對常規及課室管理的重視。
- 2.在反省層次方面，實習輔導教師的反省主要是關注順序為：描述反省層次、實際行動層次、批判反省層次及技術反省層次，其中最為關注的是描述性反省層次，可以反映出實習教師對於體育教學活動的認識還不夠清楚，只能用敘述的方式反省教學活動。另外在批判反省層次自觀摩期的 6 次降低到協同教學期及獨自教學期的 1 次，顯示出實習教師在此時易以觀察者的角度對教學理想化，並預設對所觀察的事項做出個人認為適當的教學處

置；但隨著參與教學活動，能體察出實習輔導教師的處境，對實習教師批判反省的次數也就隨著降低。

以上二項的主要關注項目呈現依實習階段而增加的現象，班級經營則是實習教師持續關注的項目。其項目細述如下：

表 4-2-2 實習教師反省內容、反省層次類目統計一覽表

類目	代碼	次類目	反省次數			總計
			觀摩期	協同教學期	獨自教學期	
反省內容 (A)	1	自身	0	4	9	13
	2	教師	2	0	2	4
	3	學生	6	8	9	23
	4	教學	2	11	13	26
	5	班級經營	8	8	8	24
反省層次 (B)	1	描述反省層次	5	7	7	19
	2	技術理性反省層次	0	0	1	1
	3	實際行動層次	1	4	6	11
	4	批判反省層次	6	1	1	8
各時期反省總數統計			30	43	56	129

五、實習教師對實習輔導的感想及在體育教學的專業發展

(一) 實習輔導教師與實習教師的價值觀、人格特質與教學熱忱(顏慶祥, 2000)

及實習教師的實習態度，是左右體育教學成敗的關鍵，遇有意見不同時，實習教師仍是以配合實習輔導教師意見為主。

「...在討論的時候，實習輔導教師一定會傳遞出他的價值觀，而自己在當時也會去判斷，如果接受的話，自己的價值觀當然會受影響，但自己也會有所取舍。...他很用心，我看得出來他對學生、對教學很用心，也很有責任感，而我本身也很欣賞一位很用心、很負責任的人，雖然很嚴格，但是如果是很用心，有準備，但是我會認為他對我是有所要求，而且會做好自己份內的事，是值得我去學習的...實習輔導教師的教學熱忱對我的影響很大，對我來說，讓我覺得教學是一種責任，教學應該是要盡心盡力，是一位教師應有的精神，在未來也用這種精神來從事教學工作...」(ST-LKL-I-E-941103)。

「...我想實習輔導教師的價值觀是會影響實習輔導的關係的！不過我覺得實習教師應有不同的判別和衡量，因為碰到不同的實習輔導教師，自己應該要去做不同的調整。...如果是價值觀相差很大的話，我可能會多觀察多聽，該怎麼做心裡只要有個底就好了，除非是實習輔導教師很堅持，我會配合他，但是在不同認知的部分我們只要自己知道就好了，好好的過日子」(ST-LKL-I-E-941103)。

(二) 在實習輔導的過程中，實習輔導教師和實習教師的關係如同夥伴、朋友、姊妹，也因為實輔間關係的融洽，也大大增進了實習輔導的成效。

「...過程是順利的。我覺得我們的關係與其說是像是老師和學生，倒不如說是像是一起經營同一個班級的夥伴，兩個人的共識就是帶領這一班學生一起學習成長。...轉變的歷程是有的，從一開始的老師和學生關係，歷經觀摩、協同期後，建立更有融洽的溝通，在進入獨立教學時期，我們的關係就是合作的夥伴，一起研討教案、反省教學、一起為教學情境來佈置...」(MT-TSC-I-E-941103)。

「...那天我們指導教授來說：你們感覺起來很像姊妹！我說：對呀！我們常討論學生的事情！所以除了師徒之間的關係外，還有朋友，形同姊妹，感情很好！...」(ST-LKL-I-E-941103)。

「...很融洽！非常融洽！也對這階段的實習感到滿意，雖然自己常向實習輔導教師反應自己蠻累的，但是自己的很快樂的，同是也觀察到班上學生不同的成長方式，也幫助了我教學的成效。而且我們常在一起討論有關教學和班上同學的事...」(ST-LKL-I-E-941103)。

(三) 由於體育教學的特殊性，讓實習教師更能夠掌控其他室內課程教學與班級經營的技巧。

「...體育課的課室管理的技巧運用在室內，也讓我在室內的教室管理更好去掌控」(ST-LKL-I-E-941103)。

「...而透過這次體育科的實習輔導，讓我更有信心可以勝任其他的科目」(ST-LKL-I-E-941103)。

「...在面對一個新教材的時候，會自主的去思考如何去設計課程教案，有條理的呈現教材，能夠預期可能出現的狀況及注意相關的細節部分，讓教學的效果會最好...」(ST-LKL-I-E-941103)。

(四) 體育科的實習輔導對實習教師未來的課程設計及教學行為上有正面性的影響。

「...在課程設計上，獨自教學期的時候，因為自己是主導，我會把之前所學專業的部分，如何去把重點做切割，如果遇到狀況的話如何去應對及時間的拿捏，因為這時已經沒有人可以協助我們，必須完全靠自己...」(ST-LKL-I-E-941103)。

「在教學行為上，在獨自教學期愈來愈有經驗之後，透過課後的討論，會讓我更注意到小細節，也會利用表現優良的同學來做示範和導引，讓那些比較沒有辦法理解和揣摩老師言語上指導的同學，可以透過接近自己的語言來學習，也讓這些學生成為楷模讓大家學習，所以在班級管理，動作指導和示範，都比以前來得純熟，可以把整個教學情境掌控得很好...」(ST-LKL-I-E-950105)。

第三節 其他發現

本研究除回答研究問題之外的其他發現分述如下：

一、協同教學較能發揮體育教學的成效

由於體育課的複雜性，為了更能發揮體育教學的成效，實習輔導教師與實習教師在訪談中均表示體育課有二位老師進行教學，能夠互補有無，可以對學生提供更多的回饋及指導，或許可以讓學生學習得更有效率。研究者在拍攝教學及協助準備場地、器材時，亦有同感。

「...現在自己也漸漸了解，經驗的累積是相當重要的，而臨時的策略反應也很多寄附在經驗上面。所以有人在旁指導，對於一位新手老師是相當有幫助的」
(L-A1-LKL-O12-941018)。

「今天協助實習教師個別修正學生的動作，而我餵球給學生做高遠球的擊球練習，讓我感覺到如果都能有二位教師參與教學活動，也許學生的學習將更有效率」
(L-A4-TSC-013-941103)。

二、批判精神讓實習教師加速專業發展

實習教師在觀察期用心觀察實習輔導教師的教學及用批判精神對實習輔導教師的教學進行審度及內化（鍾瓊如，2000），對實習教師往後的教學的專業發展有很大的幫助。

「...但是在觀察的過程中，會發現到實習輔導教師所運用的策略是自己從未想到的。也因為自己在一開始的時候就是會去批判實習輔導教師的想法和策略的方式，所以在體育教學上才可以很快的進入狀況...」(ST-LKL-I-E-941103)。

三、重視班級經營讓實習教師更能勝任體育教學

研究對象與其他實習教師最大的不同，在於重視常規，並積極處理班級常規問題，也讓研究對象免於面對一般實習教師最無力處理的課室管理的問題，教學也更順暢。本研究之結果與黃婉萍（1999）的研究指出「班級經營是實習教師共同的困擾」的結果不相符，研究者推論與個案的教學理念、背景與人格特質有關。

「...不會，因為我自己本身對學生本來就有一定的要求，而且不管是不是體育課，只要秩序不好，我都會去管理他們。再加上我本身之前有社會經驗，也已經有了小孩，所以會有所體認—該管的還是要管，這是為了學生好，而且是要讓學生學到東西...」
(ST-LKL-I-E-941103)。

四、系統觀察及課後刺激回憶訪談，有助於實習教師的教學發展

利用系統觀察法給予教學行為的回饋，及課後觀看錄影帶進行刺激回憶訪談，對實習教師的教學行為有正面的幫助。研究結果與林靜萍（1996）建議師資培育過程施以系統觀察法的訓練，提升教學能力，及林心茹（2004）所提出之利用錄影功能之器具協助實習教師改進教學的觀點相符。

「...因為我的觀念就是，只要你是真心的為我好，提出建議，我都會虛心的接受和改進，所以在看教學錄影帶，而且又是針對缺點的部分做訪談，我並不會感到不愉快，...而在看完之後，讓我能夠清楚的發現自己的缺點在那裡，也知道可以自己朝那些方面去修正，這對我的教學有很大的幫助！...」（ST-LKL-I-E-941103）。

第四節 本章小結

本節為整理實習輔導教師及實習教師的實習輔導歷程，以歸納出實習輔導教師實習輔導的模式及實習教師發展教學模式。

一、實習輔導教師實習輔導的模式

實習輔導教師實習輔導的歷程，區分為「觀摩期」、「協同教學期」與「獨自教學期」。實習輔導策略是以漸進式的方式引領實習教師，並協助實習教師發展教學模式；在課程設計上，則示範開學初建立體育課例行事項、熱身操的訓練、常規的建立，到協同設計課程，最後讓實習教師以擅長的運動項目設計課程；在教學行為上，以示範—協作—監督的方式指導實習教師；在反省時機為行動後反省，主要反省內容為班級經營，主要反省層次為實際行動反省層次；實習輔導教師結束對實習教師的實習輔導之後，對實習教師的教學及學習態度給予肯定，並認為實習教師在未來能夠勝任體育教學工作，並能自我專業成長。實習輔導教師的輔導模式如圖 4-4-1：

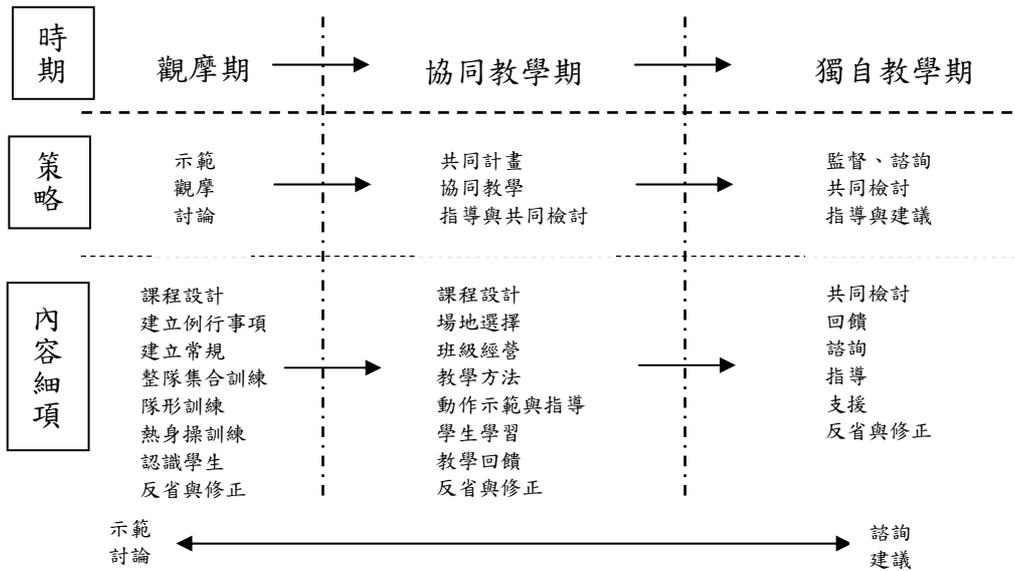


圖 4-4-1 實習輔導教師實習輔導模式圖

二、實習教師發展教學模式

實習教師在「觀摩期」、「協同教學期」與「獨自教學期」的實習歷程中，會期待實習輔導教師能給予指導及協助，讓實習教師能快速地熟悉體育教學；在課程設計上，從觀摩實習輔導教師課程設計的方式及內容的安排，到與實習輔導教師協同設計課程，最後以實習教師擅長的運動項目獨自設計課程；在教學行為上，則是透過觀察、協作到獨自教學發展教學行為；在教學反省方面，實習教師的反省時機為行動後反省，主要反省內容為教學，主要反省層次為描述反省層次。實習輔導成效方面，實習教師認為實習輔導教師的教學熱忱會對實習教師產生深遠的影響，實習—輔導關係是否融洽，也會影響實習輔導的成效，在實習輔導的過程中，實習教師發現由於體育教學方特殊性，讓實習教師更能勝任其他科目的教學活動。實習教師發展教學模式如圖 4-4-2：

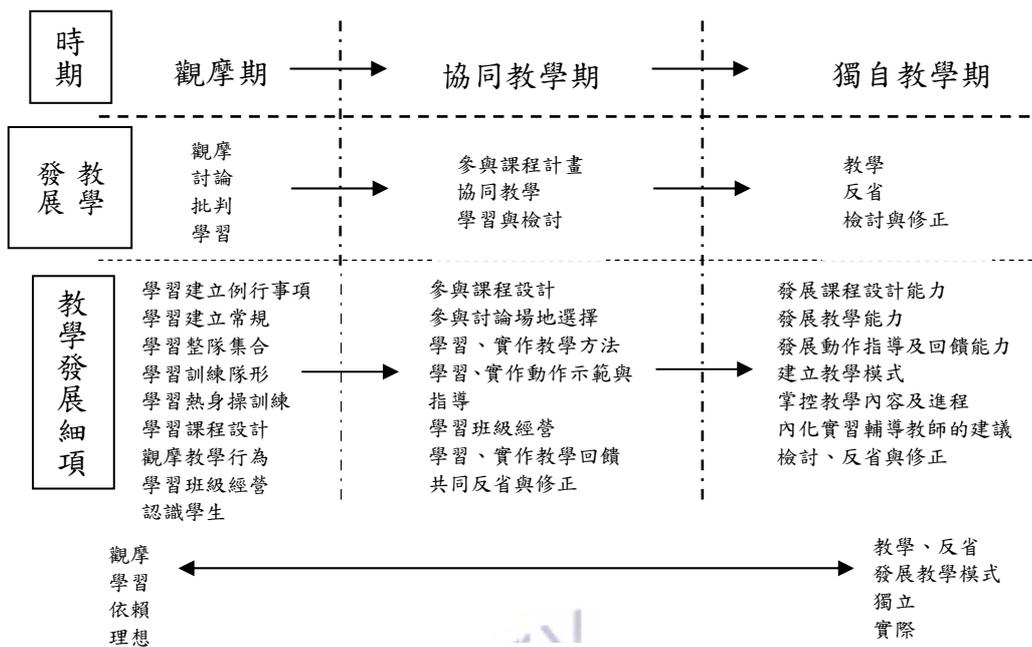


圖 4-4-2 實習教師發展教學模式圖





第五章 結論與建議

本章是依據第四章之結果與討論來歸納結論，並據以提出具體之建議，以作為實習輔導教師。實習教師、師資培育機構及未來研究的參考。全章共分二節，第一節為結論；第二節為建議。

第一節 結 論

綜合對實習輔導教師及實習教師的研究結果與討論，歸納以下的結論：

一、實習輔導教師方面

(一) 實習輔導策略

以漸進方式進行，透過「觀摩期」以身作則的示範、觀察及討論方式；「協同教學期」的協同實作，在課後進行教學回饋、檢討、修正與建議；「獨自教學期」對實習教師教學的支持、回饋、指導與建議。以上三階段均為行動後的反省，在課後以討論的方式引領實習教師成長。

(二) 課程設計

「觀摩期」以示範在新班級或新學期時如何訓練學生以建立例行事務的進行方式，及配合學校相關活動及選用教材之內容設計課程，以進行體育教學，及了解體育教學的進行方式；「協同教學期」課程以學校選定的教材內容及實習教師較不擅長的教學項目，以協作的方式來進行教學活動；「獨自教學期」則以實習教師較擅長及實習輔導教師的專長項目來設計。

(三) 教學行為

「觀摩期」在於班級經營、集合整隊、動作講解與示範的方式及隊形等方面作示範；「協同教學期」在課程設計及呈現課程的技巧；「獨自教學期」則是放手讓實習教師進行教學，針對實習教師教學的實施情形進行檢討、改進與建議，以協助建立實習教師體育課的教學模式。

(四) 教學反省

「觀摩期」反省在準備活動、教學活動、學生上課的感受；「協同教學期」反省在與實習教師教學討論、班級經營、動作示範與講解、課程的呈現、授課場地的選擇與運用及學生學習的情況與學生的學習成果；「獨自教學期」反省在實習教師的教學方法、動作講解與示範的要領、課程的呈現、班級經營

及學生是否掌握練習的要領等方面及對觀察實習教師教學後對實習教師的教學感想。反省札記的主要關注反省內容為重視班級管理的班級經營；主要的反省層次為執行教學計畫的實際行動層次；反省時機為課後討論的行動後之反省。

(五) 實習輔導教師對實習輔導的成效評估與感想及對專業發展的看法

實習輔導教師認為在實習輔導之後，實習教師能夠建立自己的教學方式，獨立教學，也讓自己補強了過去自己較少關注的部分，對體育教學上產生不同的體認，同時協助個人在體育教學方面的專業成長。實習教師積極認真的學習和準備教學，並於課後反省教學以改善教學品質及成效的態度，讓實習輔導教師印象深刻，也增進了彼此間的良好互動，因而教學相長，提高了實習輔導的成效。

二、實習教師方面

(一) 對實習輔導教師的期望方面

「觀摩期」期望實習輔導教師能夠透過以身作則的示範及討論的方式傳授教學經驗；「協同教學期」則期望實習輔導教師能夠在動作示範與講解、學習內容的呈現及班級經營上予以指導；「獨自教學期」則期望實習輔導教師能適時提供協助及課後建議，以能勝任體育教學工作。

(二) 課程設計

「觀摩期」在觀察及學習實習輔導教師的課程設計與課程的呈現方式，並學習衡量學生的先備能力；「協同教學期」在學習訂定教學目標，並與實習輔導教師共同設計課程與討論教學的進行方式，但此時教學活動的設計與進行仍以實習輔導教師的意見為主；「獨自教學期」已經能夠進行課程設計，同時體察出要能勝任教學，自己必須具備能妥善計畫及預定處理教學活動及教學干擾的能力。

(三) 教學行為

「觀摩期前期」為觀摩實習輔導教師的教學方法和學習班級經營，「觀摩期後期」則為學習教學技巧與班級經營能共通之處。實習教師的批判精神及用心觀察與學習的態度，對實習教師往後的教學發展有很大的幫助；「協同教學期」為蒐集相關資料與實習輔導教師、同儕教師相互討論，發展自己的教

學行為，且能積極處理學生常規方面的問題。「獨自教學期」為運用教學技巧搭配班級經營以進行教學活動，並能妥善運用教學的提示，增進學生的學習成效，對突發狀況的處理反應也更加迅速與恰當，且能搭配小老師的方式來協助學習成就落後的同學及動作的講解與示範，讓教學更有效及多樣化。以 PETOS 教師行為觀察系統為觀察工具的觀察結果，實習教師隨著實習教師的教學經驗的累積，教學回饋也愈來愈多，教學行為及表達也愈來愈複雜，系統觀察實習教師的教學行為也愈來愈困難。

(四) 教學反省

「觀摩期」為整理歸納實習輔導教師的班級經營如：整隊集合、隊形和體操動作等方面的指導及學生的學習表現與動作能力；「協同教學期及獨自教學期」反省在教學策略、課程的呈現、課室管理、動作指導及學生學習等方面；也會反省在教學干擾上，並尋求能妥善應對的方法。反省札記的主要關注反省內容為能夠創造「教」與「學」雙贏的班級經營、教學與學生；主要的反省層次為描述教學經過的描述反省層次；反省時機為行動後之反省。

(五) 對實習輔導的感想及在體育教學的專業發展

實習教師的實習態度，是左右體育教學成敗的關鍵，也影響著與實習輔導教師是否良性互動與實習輔導的成效。在實習輔導過程中，兩者間之關係如同伙伴、朋友、姊妹的和諧關係，對實習教師在課程設計、教學行為有正面的影響，甚至更能掌握其他領域之班級經營，促進個人的專業成長。

第二節 建議

依據本研究對實習輔導教師及實習教師的結果及結論，歸納出以下建議

一、實習輔導教師方面

- (一) 在實習輔導前應事先妥善規畫實習輔導計畫及和實習教師討論實習輔導的方式，展現教學熱忱，扮演教學示範和教學熱忱的楷模角色，並以觀察—協同—獨自教學三階段安排實習教師的實習進程，而此三階段的時間長度可依實習輔導教師對實習教師的瞭解做適當的調整，建議獨自教學期至少安排四個星期，以讓實習教師能夠有足夠的時間發展教學模

式。教學上不須強制要求實習教師一味地模仿實習輔導教師的教學模式，應以輔導的角度，協助實習教師建立自己的教學模式。

- (二) 體育教學的專業化並非一蹴可幾，所以實習輔導教師必須能不斷地充實專業的知識與能力及教學反省，才能累積專業能力與教學經驗，建立專業化與系統化的教學模式，也才能扮演好實習輔導教師的角色。
- (三) 成功的經驗累積成就了有效的教學，因應體育課的特殊性，在實習輔導教師宜以循序漸進的方式，多給予實習教師正面的回饋和指導，以建立實習教師的信心和體育教學的能力，也奠定實習教師勝任體育教學的基礎。
- (四) 實習教師的教學科目，儘量以實習教師擅長的運動項目為宜，逐漸地讓實習教師參與教學並予以指導，實習教師才能夠循序漸進地結合自身的經驗，進而發展教學自信，增進實習輔導的成效。

二、實習教師方面

- (一) 選擇實習教師較拿手的運動項目從事體育教學實習，較貼近自己的經驗，也較能掌握教學情境與教學要領。並做好課前的準備，宜在課前自我實作、試教或尋求學生試作，以尋求及預測學生可能發生的學習困境，再擬定最適切、清楚明瞭的動作指導及教學提示用語，以增進學生在教學活動時的練習成功率。
- (二) 主動積極的向實習輔導教師學習與討教，才能建立與保持和實習輔導教師良好的互動關係，也是影響實習教師實習成效的重要因素。
- (三) 常規的建立是達成教學效果的根本，實習教師宜在教學初期建立常規並確實執行賞罰，並應以正式教師的心態積極管理以利班級經營。
- (四) 熟悉各種教學方法、課程呈現的方式及培養臨場決策的能力，是減少管理和閒置時間、讓教學順暢、增加學習時間和學習成效所應具備的能力。
- (五) 反省能力是讓實習教師成長的重要因素，是故實習教師宜在課前、課中、及課後的教學事項做反省，才能迅速累積教學經驗，快速地成長。

三、在後續研究方面

- (一) 研究樣本可針對低、中、高年級的實習教師，研究時間可選擇不同的時期或長度進行研究，比較實習輔導的效果有何不同。

- (二) 可利用適於實習教師的自我檢核表，及使用 PETOS 體育教師行為觀察系統以全面觀察實習教師的其他教學行為，在觀察教學行為類目可參考本研究之定義，或自身教學及實習輔導實習教師時所發現之現象而加以更完整的定義，以能對教學行為做更完整的觀察記錄，增進實習輔導成效。
- (三) 本研究只針對體育教學進行研究，建議未來的研究範圍可以擴及至整個健康與體育學習領域。





引用文獻

一、中文部分

- 王金國(2000)。表現有效教學行為，發揮小班教學精神。《國教輔導》，40(2)，20-24。
- 王敏秀、關月清(2004)。健康與體育學習領域教師實施協同教學教學之研究。《體育學報》，37，241-252。
- 谷瑞勉(1998)。新制實習中幼稚園實習輔導教師的角色探討。《幼兒教育年刊》，10,131-143。
- 吳武典(2004)。師資培育與教師專業成長的挑戰。載於中國教育學會、中華民國師範教育學會合編：《教師專業成長問題研究:理念、問題與革新》。台北市：學富文化。
- 林俊傑(2006)。國小體育教師應具備之實務教學能力。載於國立台中教育大學95年體育師資培育趨勢學術研討會手冊，21-22。台中市：台中教育大學。
- 吳秋慧(2004)。國小教師體育教學反省、反省信念與有效體育教學之個案研究。國立台東大學教育研究所未出版碩士論文。
- 吳德城(2001)。國小體育專家教師教學行為分析。國立台灣師範大學體育學系未出版碩士論文。
- 李倩鈺(2002)。教育實習中實習輔導教師與實習教師師徒關係之探討。國立台東大學教育研究所未出版碩士論文。
- 林心茹(2004)。啟導初任教師：貴人啟導制的引導、反思與教練方法。台北市：遠流。
- 林家君(2003)。南投縣國民小學「藝術與人文領域」音樂教學現況及師資專業發展之探究。國立屏東師範學院音樂教育學系未出版碩士論文。
- 林進材(1998a)。有效的教學行為。《師友》，378，34-36。
- 林進材(1998b)。對教師有效教學的建議。《師友》，378，27-30。

- 林貴福 (2000)。《國小體育科教材教法》。台北市：師大書苑。
- 林貴福、盧淑雲 (2003)。《健康與體育課程理論與活動設計》。台北縣三重市：冠學文化。
- 林逸松 (2002)。《體育專家教師回饋之研究》。國立台灣師範大學體育學系未出版碩士論文。
- 林靜萍 (1996)。體育試教老師教學行為分析。《體育學報》，21，13-24。中華民國體育學會。
- 林靜萍 (2003)。體育教師知識研究，載於許義雄主編：《運動文化與運動教育 許義雄教授退休紀念論文集》。台北市：師大書苑。
- 林靜萍 (2006)。體育專業師資培育。載於國立台中教育大學95年體育師資培育趨勢學術研討會手冊，6-10。台中市：台中教育大學。
- 林懿德 (2001)。《國小實習輔導教師輔導策略與實習教師專業發展之研究》。國立台北師範學院國民教育研究所未出版碩士論文。
- 周禾程 (2002a)。觀察研究法。載於周宏室主編：《運動教育學研究法》。台北市：師大書苑。
- 周禾程 (2002b)。系統觀察法與電腦資訊在運動教育學上的應用。載於周宏室主編：《運動教育學》。台北市：師大書苑。
- 周宏室 (2001)。《Mosston (摩斯登) 體育教學光譜的理論與應用》。台北市：師大書苑。
- 周淑卿 (2004)。《課程發展與教師專業》。台北市：高等教育。
- 洪玉燕 (2002)。《我國國民小學現行實習教師制度之研究》。國立屏東師範學院國民教育研究所未出版碩士論文。
- 洪福財 (1997)。幼教教師的專業成長—談反省性教學。載於中華民國師範教育學會主編：《教學專業與師資培育》。台北市：師大書苑。

- 高珍彩 (2003)。國小特教班實習教師實務知識發展之研究。國立台東大學教育研究所特殊教育教學未出版碩士論文。
- 高強華 (1996)。教育實習輔導的有效策略。教育實習輔導季刊, 2(2), 29-32。
- 高薰芳 (2002)。師資培育：職前教師教學系統發展。台北市：高等教育。
- 孫維屏 (2003)。國民小學實習教師教學反省之研究。國立台中師範學院國民教育研究所未出版碩士論文。
- 翁素雅 (2004)。幼稚園實習輔導教師專業成長之研究。國立屏東師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版。
- 教育部 (2002)。高級中等以下學校及幼稚園教師資格檢定及教育實習辦法。台北市：教育部。
- 教育部 (2005)。師資培育法。台北市：教育部。
- 陳玉枝 (2003a)。國小實習教師體育教學反省之研究。國立台灣師範大學體育學系未出版博士論文。
- 陳玉枝 (2003b)。反省札記在實習教師專業成長之應用。載於許義雄等著：運動文化與運動教育許義雄教授退休紀念論文集。台北市：師大書苑。
- 陳利玲 (2001)。國民小學實習輔導教師制度之研究。國立屏東師範學院國民教育研究所未出版碩士論文。
- 陳美玉 (1999)。教師專業學習與發展。台北市：師大書苑。
- 陳春蓮 (2002)。以觀察工具促進體育教師教學行為之反省。大專體育, 59, 81-88。
- 陳春蓮 (2004a)。體育教學的反省與實踐。台北市：師大書苑。
- 陳春蓮 (2004b)。如何有效地呈現體育科學習任務。大專體育, 74, 26-33。
- 陳淑茹 (1999)。國民小學實習教師輔導制度之研究。國立嘉義師範學院國民教育研究所未出版碩士論文。

- 陳雪麗 (2004)。教師反省與心靈成長—省思札記應用初探。《中等教育》，55(2)，114-133。
- 張春秀 (2002)。運動教育學的研究方法。載於周宏室主編：《運動教育學》。台北市：師大書苑。
- 張春秀 (2006)。教育大學體育系的方向—疑無路還是又一村。載於《國立台中教育大學 95 年體育師資培育趨勢學術研討會手冊》，11-13。台中市：台中教育大學。
- 張誌元 (2002)。《國小有經驗教師體育課班級管理之研究》。國立台東師範學院教育研究所體育教學碩士班未出版碩士論文。
- 張德勝 (2002)。《學生評鑑教師教學理論、實務與態度》。台北市：揚智文化。
- 許義雄，黃月嬋譯 (2001)。《體育教學策略》。台北市：麥格羅希爾。(Judith E. Rink，1998)
- 黃文俊 (2002)。《國小初任教師意象之研究》。國立台中師範學院國民教育研究所未出版碩士論文。
- 黃月嬋 (1998)。有效體育教學。載於許義雄等著：《運動教育與人文關懷 (下) — 課程與教學篇》。台北市：師大書苑。
- 黃月嬋 (1992)。《有效體育教學的教師行為分析》。國立台灣師範大學體育學系未出版碩士論文。
- 黃泰源、周宏室及翁志成 (2004)。國小體育專家教師教學行為之個案研究。載於《2004 年台灣運動教育學會學術研討會》，49-59。台北市：台灣運動教育學會。
- 黃淑玲 (1997)。實習輔導教師制度之探討。《研習資訊》，14(2)，86-96。
- 黃婉萍 (1999)。《新實習輔導制度下國小實習輔導教師角色與實習教師專業發展之探討》。國立花蓮師範學院國民教育研究所未出版碩士論文。
- 黃嘉雄 (1997)。從「Mentor」論實習輔導教師之角色。《國民教育》，4，23-27。
- 甄曉蘭 (2004)。中小學教師的專業成長。載於中國教育學會、中華民國師範教育

- 學會合編：教師專業成長問題研究：理念、問題與革新。台北市：學富文化。
- 楊惠琴（1997）。教育實習制度的理想與實際。載於中華民國師範教育學會主編：教學專業與師資培育。台北市：師大書苑。
- 葉明政（1997）。擔任實習輔導教師的條件。國教之聲，30(4)，22-27。
- 葉憲清（1998）。體育教材教法。台北市：正中書局。
- 歐宗明（2002）。體育系統觀察法術話探析。中華體育，16（3），85-92。
- 劉政輝（2004）。國小健康與體育教師回饋之研究。國立台東大學教育研究所體育教學碩士班未出版碩士論文。
- 劉兆達（2004）。「健康與體育」學習領域之協同教學。大專體育，73，83-88。
- 蔡貞雄（2003）。體育的理念。高雄：復文。
- 盧英治（2003）。觀察研究法在動作技術及體育教學的應用。中華體育，14（3），24-33。
- 蘇穎群（2000）。運動學習機能。載於林貴福主編：國小體育科教材教法。台北市：師大書苑，77-102。
- 蘇慕洵（2002）。國民中學實習輔導教師之遴選及其輔導策略之研究—以嘉義縣一所國中為例。國立中正大學教育研究所未出版碩士論文。
- 簡虹珠（1996）。教學研究的趨勢。載於黃光雄主編：教學原理。台北市：師大書苑。
- 闕月清（2004）。有效體育教學。張春秀等合著：健康與體育領域教材教法。台北縣三重市：冠學文化。
- 鍾佳穎（2004）。台北縣國民小學體育教師效能信念與教學行為之研究。台北市立體育學院運動科學研究所未出版碩士論文。
- 鍾瓊如（2000）。國民小學實習教師教育實習內容與實習困擾之探究。國立台北師範學院國民教育研究所未出版碩士論文。

鐘敏華 (2006)。師資培育的核心問題。載於國立台中教育大學 95 年體育師資培育趨勢學術研討會手冊，14-17。台中市：台中教育大學。

顏慶祥 (2000)。台灣地區新師資教育工作者—實習輔導教師制度之研究。國立編譯館刊，29 (2)，269-292。



二、英文部分

- Borich, G. D. (2000). *Effective Teaching Methods (4th ed)*. Upper Saddle River, New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Bush T., Coleman M., Wall D. & West-Burnham, J. (1996). Mentoring and continuing Professional Development. In McIntyre, D. & Hagger, H. *Mentors In Schools: Developing the profession of Teaching* (pp.121-143). London: David Fulton Publishers.
- Glasgow, N. A. & Hicks, C. D. (2003). *What Successful Teacher Do: Research-Based Classroom Strategies for New and Veteran Teachers*. Thousand Oaks, California: Corwin Press, Inc.
- Glickman, C. D., Gordon S. P., Ross-Gordon, J. M. (1995). *Supervision of Instruction: a development approach*. Needham Heights, Mass: Allyn & Bacon.
- Gordon, S. P. (1991). *How to help beginning teachers succeed*. Alexandria, VA: Association for Supervision and Curriculum Development.
- Graham, G. (2001). *Teaching Children Physical Education: Becoming a Master Teacher*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Husbands, C. (1997). *The good mentor guide: initial teacher education in secondary schools*. Bristol, PA: Val Brooks and Pat Sikes.
- Kichner, G. & Fishburne, G. J. (1995). *Physical Education for Elementary School Children (9th)*. Dubuque, IA: Wm. C. Brown Communication, Inc.
- Laker, A. (2001). *Developing Personal, Social and Moral Educaion through Physical Education: A practical guide for teachers*. New York, NY: RoutledgeFalmer.
- McCaughtry, N., Cothran, D., Kulinna, P. H. & Martin, J. (2005). Teachers Mentoring Teachers: A View Over Time. *Journal of Teaching in Physical Education*, 24(4), 326-343.

- Metzler, M. W. (1990) . *Instructional Supervision for Physical Eeducation*.
Champaign, IL: Human Kinetics Books..
- Mosston, M., Ashworth, S. (1994) . *Teaching Physical Education (4th ed)* . New York,
New York: Macmillan Publishing Company. New York, NY: Macmillan College
Publishing Company, Inc.
- Pangrazi, R. P. (1997) . *Teaching Elementary Physical Education: A Handbook for the
Classroom Teacher*. Needham Heights, MA: Allyn and Bacon.
- Podsen, I. J. & Denmark, V. M. (2000) . *Coaching & Mentoring first-year and student
teachers*. Larchmont, NY: Eye on Education.
- Randall, L. E. (1992) . *The Student Teacher's Handbook for Physical Education*.
Champaign, IL: Hnman Kinetics Publishers, Inc.
- Rink, J. E. (1993) . *Teaching Physical Education for Learning (2nd ed)* . St. Louis,
Missouri: Mosby-Year Book, Inc.
- Siedentop, D., Mand, C. & Taggart, A. (1986) *Physical Education: Teaching and
Curriculum Strategies for Grades 5-12*. Mountain View, CA: Mayfield
Publishing Company.
- Thomas, J. R., Katherine, T. & Lee, A. M. (1998) . *Physical Education For Children:
Concept into Practice*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- van der Mars, H. (1989a) .Basic Recording Tactics. In Darst, P. W., Zakrajsek, D. P.,
Mancini, V. H. editors. (2nd ed) , *Analyzing physical education and sport
instruction* (pp.19-52) . Champaign, IL : Human Kinetics Books

附錄一 參與研究同意書

同意書

本人茲同意參加國立台東大學體育學系體育教學碩士學位班研究生陳長盛所進行的碩士論文研究「國小健康與體育學習領域實習輔導模式之個案研究」，實習輔導十週，後續觀察十週（或依研究情形視需要於下學期繼續觀察反省狀況或教學行為），為期二十週。感謝您的加入。此致

研究生 陳長盛

立同意書人：

（簽章）

中華民國九十四年八月

同意書

本人茲同意國立台東大學體育學系體育教學碩士學位班研究生陳長盛，使用本人於民國八十八年與周宏室所研發之 PETOS 體育教師觀察系統軟體，進行「國小健康與體育學習領域實習輔導模式之個案研究」之碩士論文研究。此致

研究生 陳長盛



立同意書人：

(簽章)

中華民國九十四年八月

附錄三 實習輔導教師實習輔導計畫

屏東縣屏東市東東國民小學蔡○○老師九十四學年度
「健康與體育學習領域」實習輔導計畫

壹、依據師資培育法、師資培育法實行細則、高級中等以下學校及幼稚園教師資格檢定及教育實習辦法相關規定對實習教師實施實習輔導，並擬定實習計畫。

貳、依本校實習辦法規定，每位實習輔導教師對實習教師實習輔導十週後，即更換至不同年段之實習輔導教師班級上課，繼續接受實習輔導及教學實習。

參、由於實習輔導僅維時十週，本實習輔導計畫對教學實習的前、中、後期的定義為：

- 一、實習前期：暑假、開學後第一週至第三週。
- 二、實習中期：第四週至第六週。
- 三、實習後期：第七週至第十週。

肆、各階段的實習內容

- 一、實習前期：為「觀摩期」。暑假期間為專書閱讀，對教康與體育學習領域在教材教法上有更深一層的認識，並提出疑惑與實習輔導教師討論。開學後主要之實習活動為觀摩實習輔導教師教學，並於課中及課後記錄反省札記及感想。
- 二、實習中期：為「協同教學期」。主要之實習活動是以「助教」的角色進入教學現場，並共同研擬教案，協同實習輔導教師進行教學，並於課後針對課前、課中及課後實施反省，共同進行教學討論及回饋。
- 三、實習後期：為「獨立教學期」。主要之實習活動為於課前設計教案、決定場地及器材。課中實施教學活動，實習輔導教師於每節課拍攝教學錄影帶及觀察記錄教學行為。並於課後實施訪談及刺激回憶訪談，加深教學印象和提供下次教學時的參考。記錄反省札記，對自己或實習輔導教師予以回饋。

伍、實習輔導教師觀察紀錄

實習輔導教師觀察教學情形及拍攝錄影帶，做現場及課後對實習教師的教學行為作觀察記錄，並於下一次上課前提供實習教師相關資料，作為教學時的參考。

陸、於課中拍攝之教學錄影帶、反省札記、教案及學生之問卷，會依據保密原則，不對外公開，僅作研究內容資料分析，確保個人的隱私。

有緣千里來相會，在教學的路上唯有不斷的專業成長，才能建立教師的專業地位，重塑教師形象和挽回教師的尊嚴！共勉之♥！

附錄四 給實習老師的一封信

親愛的實習老師您好：

首先恭喜您畢業了，並加入東東國小這個大家庭從事教育實習。因個人目前正撰寫「國小健康與體育學習領域實習輔導模式之個案研究」之相關研究的碩士論文，其目的是想建構出一套有系統的實習輔導方式，加強實習輔導教師的專業知能和實習教師的專業成長，以彌補實習輔導制度的缺失，讓實習教師能在教育實習中能有所得。

是以，商請您於暑假期間，每週撰寫一次反省札記，開學後於每次體育課之後（每週二次）撰寫見習札記或反省札記，如提供之札記，並於研究結束後擲回至體育組陳長盛老師。

研究結果並非對您評分，純供學術研究之用，且為保密。期望透過本研究之實習輔導歷程，尋求一套可行的實習輔導模式，以提供實習輔導教師及實習機構的參考依據。您所撰寫的反省札記並本研究極為重要，謝謝您的協助與合作！

實習反省札記

形式：不拘。

字數：不拘。

內容：依觀察或教學時的發現記錄，並加以評析。

再次謝謝您的協助！並祝 教安！

屏東市瑞光國小體育組長
台東大學體育系體育教學碩士學位班研究生

陳長盛 敬上 94.8.

附錄五 課後訪談題綱

教學前：

- 1.在上課之前有什麼想法？
- 2.希望這節課達到什麼目標？

教學中：

- 1.在教學中什麼事讓你印象最深刻？
- 2.教學過程有無依預期進行？

教學後：

- 1.上完的感覺如何？
- 2.您認為這堂課的優缺點各是什麼？
- 3.如果重教一次，你會做什麼改變？



附錄六 刺激回憶訪談題綱範例

一、為什麼會對那個學生發那麼大的脾氣？

二、為什麼在這裡會突然的改變教學內容和進度？

三、在這個時候你似乎若有所思，在想什麼？

四、當看到學生都依照你的進度在操作，你當時的想法是什麼？

五、今天因為天氣的關係而改變場地，當你來到新的教學場地時如何做教學決定？



附錄七 觀摩反省札記
 年 月 日 記錄人：

期間	項目	內容細項	立即性反省 的心得感想	後續再次反 省的心得感 想	對實習（輔 導）教師的想 法
觀摩期（第一週—第三週）	課前	課程設計、 器材準備...			
	課中	集合整隊、 暖身活動、 引起動機、 教材呈現、 動作示範、 課室管理、 練習場地分 配、學生隊 形器材的使 用、教學回 饋、教師的 移動、時間 掌控...			
	課後	這節課的感 想			

附錄八 協同教學反省札記

年 月 日 記錄人：

期 間	項目	內容細項	立即性反省 的心得感想	後續再次反 省的心得感 想	對實習（輔 導）教師的 想法
協同教學期（第四週—第六週）	課前	課程設計、 器材準備...			
	課中	集合整隊、 暖身活動、 引起動機、 教材呈現、 動作示範、 課室管理、 練習場地分 配、學生隊 形器材的使 用、教學回 饋、教師的 移動、時間 掌控...			
	課後	這節課的感 想			

附錄九 獨自教學反省札記

年 月 日 記錄人：

期 間	項目	內容細項	立即性反省 的心得感想	後續再次反 省的心得感 想	對實習（輔 導）教師的 想法
獨自教學期（第七週—第十週）	課前	課程設計、器材準備...			
	課中	集合整隊、暖身活動、引起動機、教材呈現、動作示範、課室管理、練習場地分配、學生隊形器材的使用、教學回饋、教師的移動、時間掌控...			
	課後	這節課的感想			

附錄十 訪談紀錄範例

941025 實習教師課後刺激回憶訪談紀錄

準備做操的時候，場地並不方正，有的學生會分配到不大適合的地方，當時有沒有想到如何做適當的安排？
雖然場地上有些傾斜，隊形上也不是很整齊，但大致上來說還好，學生也都還可以做動作，所以沒有馬上做處理。

既然隊形都已經亂了，沒有辦法很整齊，是不是就請部分受到影響的同學移到較適當的位置？
這是我沒有想到的，在未來是可以有所修正，經驗不足，沒有馬上反應，讓學生可以更方便的做動作。也會告訴學生如果場地對你不大適合要做調整的，要即時向我反應。

今天做操做得不錯的原因是？
實習輔導教師今天有帶學生出去，我也有和學生說操要做好，我自已在上課的時候才可以更有效率，但學生記憶的時間似乎不能太長，效果持續不久。但今天的動作有比較好。

今天學生做操的時候，我有運用口語指導的方式來糾正學生的動作，且做行間的巡視和提醒，學生會比較謹慎一點，學生的動作也有做得比較好，學生也比較專心，不敢隨便造次。

下命令口令的時候，會不會認為「面對我成什麼隊形」對學生來說會比較清楚？
不會，因為我們班上的同學對什麼隊形的觀念並不是那麼完整，尤其是女孩子，反應不是那麼好，也搞不清楚狀況，反而是男生比較專心，比較可以達到老師的要求。而這種的情形也會造成教學的困擾，若有事先提醒和做相關的訓練，上起課來就會比較順，可能是我們沒有花很多的時間在隊形的訓練上有關，所以我們應該要加強在隊形的訓練上，即使課沒有上到也沒有關係。

安排練習隊形的時候，一直用口語去調整學生的位置，但學生似乎還是不知道要怎麼做，直到對學生下出「第一排的不動，二、三、四排的學生都向後退」，學生才依指示調整到定位。那時我另外還發現，雖然叫他們前舉球拍的時候不可以碰到前面的人，但是這樣的距離還是太小，因為我們揮拍的時候，還是有可能會打到前面的人，所以才會叫他們再後退一步。除了這個方式之外，有沒有其他的策略？
我會用體操隊形來加大前後隊形。

在教學的時候，有沒有發現有一個學生是在籃球柱旁邊？
沒有，直到他做揮拍練習的時候打到籃球架，向我反應為止。然後隊形要向後調整到所有人要在籃球架之後才比較恰當，那個時候也太緊張了，沒有直接注意到和反應處理。而且那個時候也有想到如何讓學生不會那麼熱，所以在要遷就樹蔭的關係，所以在操作的時候就沒有那麼順利。但是以學生的體力來說，如果長時間在太陽下操作，對身體的負荷又太大，所以會視情況來決定學生練習的地點，在可以不讓學生曬太陽的情況下，就盡量不讓學生曬太陽，尤其日後的課程要在大大太陽下來進行。而學生練習的場地要依地形的適合與否做更妥善的分配。

雖然有指定學生的練習地點，會不會覺得學生還是聽不懂？
有，當初在下這個決定的時候，我在想要如何用最快速的方法，原本的計畫是兩人兩人一組在某地練習，後來又發現這樣的話，時間一定不夠，所以後來才會直接分配男女生的場地各在那個區域，然後再由學生自己去擴散和分配，這樣才比較快。

如果依今天的練習場地再重新分配男女生的位置，有沒有想到要如何做會更有效率？
我會直接帶男女生到指定和分配的場地去，這排留在這邊，另一排的位置在這裡，也省去找練習伙伴的問題。所以我之前真的不知道如何去分配會比較好。只好做沒有策略的策略，雖然腦袋裡閃過很多的方式，但真的不曉得要怎麼辦，不知如何去下決定和下口令！所以直接帶他們到定位，他們應該會比較清楚，也省去找伴的問題。

有沒有發現學生發球因方向的关系，會相互干擾到彼此的練習？
沒有，因為我覺得還好，影響的不大，但我現在覺得每一組發球的方向要一致，也聽一致的口令來練習來避免相互干擾的練習。

學生在練習拿羽毛球的投擲動作，相時會不會覺得隊形太擠了？
當時只有練習投擲的動作，所以我覺得不用太寬，要他們變換隊形又聽不大懂，在離我太遠的時候，尤其旁邊的男生又會開始作怪，為了方便我去掌控學生，所以沒有加大學生的間距。

因為今天學生做得比較好，所以正面稱讚口語的也比較多，再加上這一、兩個星期的教學也比較熟練，才比較能夠顯現出自己的本性，另外我也比較喜歡和學生互動，和學生開玩笑，但是我們為了要有教學的效果和有老師的樣子，又不得不把自己武裝起來，到後來我自己慢慢進入教學狀況，也比較能掌控學生的時候，不會因為我是實習老師就可以隨便的時候，我和學生的互動才變得比較多，漸漸地放鬆對學生的束縛。但學生該訓誡的時候，我還是會訓誡，學生也都還蠻服從的，不會因為我的責備而有所距離，而且我不需要再用責備的方式他們就可以做得很好，對我也很尊重，覺得他們對我取得信任和認同。所以也可以不用責備或強硬的方式來管理他們。而且我覺得他們就像我的孩子一樣，平時上課有錯的地方我也會提出糾正，學生有錯去糾正，也沒有不對啊！而且我自己也有小孩，該糾正的就是要糾正，這對學生才是好的！

有沒有發現今天的對學生的稱讚比較多，學生練習的效果也比較好？
可能吧！可是沒有這個感覺！因為我都戰戰兢兢的，沒有時間去品嚐！就用自己的方式去教學。

附錄十一 PETOS 體育教師行為觀察系統

