

國立台東大學體育學系體育教學碩士班碩士論文

指導教授：陳漢棟

台灣小學體操運動發展之研究
(1945~2000)

研究生：王孔雀

中華民國九十七年八月

博碩士論文授權書

本授權書所授權之論文為本人在 國立臺東大學 體育教學碩士班
九十七 學年度第 一 學期取得 碩 士學位之論文。
論文名稱：台灣小學體操運動發展之研究(1945~2000)

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
☒	☐	國家圖書館
☒	☐	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
☒	☐	☐	☐

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：陳懷棟 (親筆簽名)

研究生簽名：王孔雀 (親筆正楷)

學 號：1493021 (務必填寫)

日 期：中華民國 97 年 8 月 11 日

1.本授權書(得自 <http://www.lib.ntu.edu.tw/theses/> 下載)請以黑筆撰寫並影印裝訂於書名頁之次頁。

2.依據 91 學年度第一學期一次教務會議決議:研究生畢業論文「至少需授權學校圖書館數位化，並至遲於三年後上載網路供各界使用及校內瀏覽。」

授權書版本:2005/06/09

國立台東大學
學位論文考試委員審定書
系所別：體育教學碩士班

本班 王孔雀 君

所提之論文 台灣小學體操運動發展之研究(1945~2000)

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：

蔡祿雄

(學位考試委員會主席)

林淑君

陳懷棟

(指導教授)

論文學位考試日期：97年8月1日

國立台東大學

附註：1. 一式二份經學位考試委員會簽後，送交系所辦公室及註冊組或進修部存查。

2. 本表為日夜學制通用，請依個人學制分送教務處或進修部辦理。

台灣小學體操運動發展之研究 (1945-2000)

摘要

本研究的目的是探討台灣光復後小學體操運動發展的經緯，研究的範圍為1945-2000年。本研究使用歷史研究法，蒐集歷年來修訂的小學體育課程標準、小學體育師資、體育設備標準、體操教學實態、體操設備器材的調查報告等史料進行研究，研究結論如下：

一、小學體育課程標準中的體操運動已規範完整的教材內容

台灣光復後，小學教育政策，體育課程標準經過幾次修正，體操運動始終是小學重要的教材之一。從早期低年級的唱遊課程中，體操融入遊戲活動中，中、高年級的機巧運動，之後修訂公布的墊上遊戲與運動、跳箱遊戲與運動、手具體操等。對於體操運動列入小學體育課程中，作為必授的教材之一，應予以肯定。歷經小學體育課程標準的公布修訂，小學的體操運動具備良好的基礎與豐富的教材內容。

二、體操授課教師教學能力不足影響體操運動的普及

小學體育專業師資不足，在體育教學水準上呈現「良莠不齊」的現象，在此情形下能勝任體操教學者很少，小學體操教學無法普遍推行，即使有上體操課的機會，授課教師也可能改上其他的教材而不願意上體操課，兒童因此失去學習體操運動的機會，也影響小學體操運動的普及。

三、小學體操設備與器材不足阻礙體操運動的發展

從歷年諸多教育部、教育廳及學者專家的調查報告中發現小學體操設備與器材方面數量不足，和教育部頒布的小學體育設備標準中體操設備標準規定的數量有很大差距，由於小學設備標準中的規定是最低標準的規定，而且以學校的班級數作為分類，不同規模的小學適用不同的標準，多數的小學無法達到設備標準的規定，小學體操設備長期呈現不足的現象。對於需要設備以作為操作的體操運動而言，設備器材的不足，使得體操運動的推動受到很大的限制。

關鍵字:台灣、小學、小學體育課程標準、體操運動、體操史

The Research of the Development of Gymnastics at Elementary Schools in Taiwan (1945-2000)

Abstract

The purpose of this study was to explore the development of gymnastics at elementary schools after restoration of Taiwan. The range of the study was from 1945 to 2000. The study utilized historical research method to collect reports of the revised elementary schools' P.E. curriculum criteria, elementary schools' P.E. instructors, P.E. facility criteria, gymnastics teaching and gymnastics equipment during the past years. The conclusions of the study were as follows:

1. Gymnastics had a complete teaching material according to the elementary schools' P.E. curriculum criteria.

After revising the elementary schools' educational policies and P.E. curriculum criteria for several times, gymnastics had always been one of the important teaching materials. In the recreation classes for students of lower grades since the early stage, gymnastics had incorporated in games, agility exercises for students of both intermediate and higher grades, revised floor games and exercise, vaulting horse games and exercise and hand gymnastics, etc. It was for certain that gymnastics had incorporated in the elementary schools' P.E. curriculum and was regarded as one of the teaching materials. Gymnastics at elementary schools had built up a fine foundation and contained abundant teaching materials and contents after announcing the revised elementary schools' P.E. curriculum criteria.

2. The incompetence of gymnastics instructors influenced the popularity of gymnastic exercises.

The insufficiency of professional elementary schools' P.E. instructors had resulted a phenomenon of unevenness in the P.E. teaching standard. Few gymnastics instructors were competent under such circumstance. Elementary schools' gymnastics teaching could not be prevailed. Even though there was an opportunity to have a gymnastics lesson, instructors tended to adopt other teaching material, instead of giving gymnastics lessons. Therefore, children lost the opportunity of learning gymnastics which also influenced the prevalence of gymnastic exercises.

3. The insufficiency of elementary schools' gymnastics equipment and materials hindered the development of gymnastic exercises.

It was found from the reports of the Ministry of Education, Education Hall, scholars and experts that elementary schools' gymnastics equipment and materials were insufficient. The amount of the equipment and materials had a huge difference from the gymnastics equipment criteria in the elementary schools' P.E. equipment

criteria promulgated by the Ministry of Education. Though the stipulation of elementary schools' equipment criteria was the minimum and it was categorized by the number of the classes, even different sized schools had varied criteria, the majority of the elementary schools still couldn't reach its criteria. Eventually, the elementary schools' gymnastics equipment had ended up insufficient for a long period of time. For those who were in need of the equipment for their usage, deficient equipment had inhibited immensely the promotion of the gymnastic exercises.

Keywords: Taiwan, elementary school, elementary schools' P.E. curriculum criteria, gymnastics, history of gymnastics



台灣小學體操運動發展之研究 (1945~2000)

目次

序章

第一節	研究動機與目的·····	1
第二節	相關文獻探討·····	2
第三節	研究的意義 ·····	3
第四節	研究方法與步驟·····	4
第五節	研究架構·····	6
第六節	研究範圍·····	7
第七節	名詞解釋·····	8
第八節	用語規定·····	8

第一章 台灣小學體操運動發展 (1945~1968)

第一節	小學教育政策與體育課程·····	9
	第一項 小學教育政策·····	9
	第二項 小學體育課程標準·····	10
第二節	小學體育師資與體操教學·····	17

第一項 小學體育師資·····	17
第二項 小學體操教學實態·····	19
第三節 小學體操設備與器材·····	37
第四節 本章小結·····	40

第二章 台灣小學體操運動發展（1968~1993）

第一節 小學教育政策與體育課程·····	43
第一項 小學教育政策·····	43
第二項 小學體育課程標準·····	45
第二節 小學體育師資與體操教學·····	56
第一項 小學體育師資·····	56
第二項 小學體操教學實態·····	62
第三節 小學體操設備與器材·····	85
第四節 本章小結·····	91

第三章 台灣小學體操運動發展（1993~2000）

第一節 小學教育政策與體育課程·····	93
第一項 小學教育政策·····	93
第二項 小學體育課程標準·····	94

第二節 小學體育師資與體操教學·····	97
第一項 小學體育師資·····	97
第二項 小學體操教學實態·····	101
第三節 小學體操設備與器材·····	115
第四節 本章小結·····	117
結章·····	119



圖次

圖一	研究架構圖.....	6
圖二	桌椅搬動圖.....	28
圖三	室內場地布置.....	29



表次

表 1-1	民國 31 (1942) 年體育課程標準低、中年級的體操課程內容	10
表 1-2	民國 31 (1942) 年體育課程標準高年級的體操課程內容	11
表 1-3	民國 37 (1948) 年體育課程標準中的體操內容	13
表 1-4	民國 51 (1962) 年低年級唱遊課程標準中遊戲活動教材綱要	14
表 1-5	民國 51 (1962) 年中高年級體育課程標準中體操教材內容	15
表 1-6	民國 51 (1962) 年中高年級體操教材時間分配百分比	15
表 1-7	宜蘭縣羅東鎮公正國小五年級體育科單元教學活動設計	20
表 1-8	民國 54 (1965) 年中高年級體育科設備標準中體操設備內容	38
表 2-1	民國 57 (1968) 年低年級唱遊暫行課程標準教材綱要及教材分配百分比	45
表 2-2	民國 57 (1968) 中高年級體操教材時間支配百分比分配表	46
表 2-3	民國 57 (1968) 年中高年級各學年體操必授教材時間分配	46
表 2-4	民國 57 (1968) 年中高年級各項體操教材之百分比及授課時數分配表 ...	47
表 2-5	民國 64 (1975) 年低年級唱遊體操教材綱要及教材分配百分比	50
表 2-6	民國 64 (1975) 年體操必授教材種類要項及時間分配表	50
表 2-7	民國 64 (1975) 各學年體操必授教材時間分配	51
表 2-8	民國 64 (1975) 各項體操教材之百分比及各學年授課時間分配表	51
表 2-9	台北市 66 學年度體育科任的人數概況表	57
表 2-10	台北市 66 學年度國民小學體育科師資一覽表	58
表 2-11	教育部第 1~7 期學校專任運動教練甄選儲訓人數表	61
表 2-12	台東縣賓茂國民小學 71 學年度上學期體操教學活動設計	62
表 2-13	台中縣烏日國民小學體操教學活動設計	67
表 2-14	雲林縣土庫鎮馬光國民小學四年級體操平衡木遊戲與運動	73

表 2-15 雲林縣土庫鎮馬光國民小學五年級體操跳箱蹲騰越教學活動設計	77
表 2-16 桃園縣桃園國民小學民國 76 學年度下學期體育科教學活動設計	81
表 2-17 小學體育設備標準中體操設備與器材設置一覽表	86
表 2-18 台灣省各國民中小學體育設備情形	87
表 2-19 台北市 66 學年度國民小學體操設備調查表之一	88
表 2-20 台北市 66 學年度國民小學體操設備調查表之二	88
表 2-21 台灣省小學體操運動器材調查結果統計表	89
表 3-1 民國 82 (1993) 年體育課程標準中體操教材綱要	95
表 3-2 台北市立東門國民小學體操教學單元活動設計	101
表 3-3 臺北縣土城市樂利國民小學八十四學年度第一學期體操教學活動設計	103
表 3-4 嘉義師院實小體操教學活動設計	110
表 3-5 台東縣康樂國小 88 學年度下學期體操教學活動設計	113
表 3-6 高雄市國民小學體操類設備器材設置情形統計表	116

序章

第一節 研究動機與目的

隨著國民所得增加，休閒時間增多，「運動」與國人的生活愈來愈密切，透過大眾傳播媒體我們觀賞王建民在美國大聯盟的優異表現；女子網球選手莊佳容與詹詠然在國際網球比賽中打出好成績。在大眾傳播媒體報導之下，我們得以欣賞更多高水準的競技運動比賽，如 2006 年杜哈亞洲運動會、2008 年北京奧林匹克運動會，對於選動選手的精采表現予以喝采、讚嘆。其中，體操運動選手展現力與美的身體極致動作，更吸引眾人的目光。

眾所周知，小學體操運動是體操運動的基礎，在每個小學生的體育課程中，體操運動是授課的重要項目之一，例如徒手操、墊上運動、跳箱、單槓等等。透過體操運動的學習發展兒童的身心外，同時也為體操運動向下紮根。然而，台灣小學體操運動其授課內容為何？小學體操運動的師資、場地器材為何？小學體操運動的演變發展又如何？均為關心體操運動者關注的問題。欲了解台灣小學體操運動的發展必須先追溯根源。到底台灣戰後小學體操運動發展情形為何？小學的教育政策為何？小學體操運動的教材與師資為何？體操器材設備為何？這些課題，都是影響體操運動發展的重要因素，也是研究台灣小學體操運動發展必須探究的。

整體而言，在台灣體育學術的相關研究中，不論是專書論著或是博碩士論文、期刊論文對於體操運動的研究多半是屬於競技體操方面的研究，例如競技體操動作的力學分析或是探討競技體操運動的規則等，對於小學體操運動發展的研究，呈現的研究成果較少，探討小學體操運動發展史之相關研究更少。在期刊論文中以小學體操運動發展作為研究的有王麗珊曾發表〈台北市玉成國民小學體育班發展之研究（1984-2004）〉，文中以探討台北市玉成國小發展體操運動的過程為重點。除此之外，公開發表的小學體操運動史文獻並不多見。因此，在學術研究成果不足的情形下，筆者認為小學體操運動的發展有研究的必要，此為本研究動機。

如上述，本研究的目的是探討台灣小學體操運動發展的經緯。重要的章節如下：

- 一、探究 1945-2000 年小學教育政策與體育課程標準中體操教材內容
- 二、探究 1945-2000 年小學體育師資與體操教學之情形

三、探究 1945-2000 年小學體操器材與設備之情形

依據上述的目的，本研究的課題如下：

- 一、探討 1945-2000 年間台灣小學教育政策、體育課程目標、內容、方法、體操運動的教材內容等。
- 二、探討 1945-2000 年間小學體育師資培育、服務的情形與小學體操教學的實態。
- 三、探討 1945-2000 年間小學體操運動器材與設備的法令及各小學體操運動器材與設備的實態。

第二節 相關文獻探討

經過筆者蒐集資料後發現和台灣小學體操運動發展直接相關的文獻並不多見，以下僅就小學體操運動發展、小學體育科教育發展與小學體育師資培育、台灣各項運動發展歷史研究選擇具代表性的數篇文獻予以探討。

一、小學體操運動發展之文獻

有關小學體操運動發展之文獻有王麗珊於民國 95 年（2006）發表之〈台北市玉成國民小學體育班發展之研究（1984-2004）〉《台東大學體育學報》。該文是以台灣小學傳統推動體操運動的名校台北市玉成國民小學為探討主題，探討玉成國小體操運動推動的過程。探討的課題包括該校體操運動發展的起源，推動的組織、場地設施及比賽成績。文中提及台北市玉成國小是以體操及游泳二項運動績優獲得設立體育班來繼續發展，玉成國小也多次在全國賽獲得佳績，也培育不少體操運動的選手及教練。該文對本研究的啟示是，從玉成國小的體操運動發展歷程，提供一個小學推動體操運動發展的成功個案，進而蒐集更多的小學體操運動發展的資料。

二、小學體育科教育發展與師資培育之文獻

台灣小學體育科教育發展和體操運動息息相關，范春源於民國 87 年（1998）完成之博士論文為〈戰後台灣小學體育科教育演變之研究——民國 34-83 年〉。文中是以小學體育課程標準的修訂為探討主題，探究小學體育課程的目標、

內容、方法、評量，並提出實例供參考。雖然該文的重點與本研究不同，小學體育科教育是其重點，但是該論文在研究分期方面提供本研究的思考方向。而在資料的蒐集及取材上也給本研究不少線索。尤其是小學體操運動的課程與教學的實態，可以透過當時教學活動設計了解體操教學的情形。也可透過蒐集當年的調查報告以了解小學體操運動器材與設備。

其次，小學體育師資培育與小學體操運動之師資有很大的關係，林玫君於民國 82 年（1993）完成之碩士論文為〈戰後台灣國民小學體育師資養成之歷史探源——民國 34-76 年〉。文中以小學體育師資的培育為探討主題，主要章節分別為專業制度、分組選修制度及檢定制度下的小學體育師資之養成。對於各師範院校培育的小學體育師資之實態亦有所著墨。小學體育師資是推動小學體操發展重要的助力之一，是以，了解台灣小學體育師資的培育情形對於小學體操師資的培育、發展有所助益。是以，該論文對於本研究提供許多參考資料與思考方向。

三、台灣各項運動發展史之文獻

近幾年來，有關台灣各單項運動發展史的碩士論文甚多，以下例舉幾篇台東大學教育研究所體育教學碩士論文。有李堂立於民國 93（2004）年撰述之〈台灣網球運動發展之研究（1945-2000）〉。同年，黃嘉源撰述〈台灣羽球運動發展之研究（1945-2000）〉。及王惠玲撰述〈台灣足球運動發展之研究（1945-2000）〉。這三篇碩士論文，在性質上同為探討台灣各單項運動歷史的論文，在時代背景方面，前述三篇文獻的研究範圍與本研究相同，均是從 1945-2000 年為止，在研究的時代背景上是相近的。而在學校體育方面的論述，前述論文分別探討教育政策、體育課程標準可作為本研究的參考。尤其，在三篇論文中有部分的章節均探討到小學體育課程及該項運動的師資、場地設施等課題並以實態佐證之，對於本研究的資料蒐集及章節安排有所助益。

第三節 研究的意義

本研究的意義如下：

- 一、究明 1945 年至 2000 年台灣小學體操運動發展的經緯，將台灣小學體操運動發展脈絡予以解明。對了解目前台灣體操運動的發展有所助益。同時可吸引更多研究者進一步探討我國各級學校體操運動的發展史，本研究可提供研究

的參考及資料蒐集之方向。

二、近年來，在國際體壇上出現的「台灣之光」如美國大聯盟的王建民、網球場上的莊佳容與詹詠然，大大激勵國人的信心。如何培育更多的優秀的運動員並且在亞洲運動會及奧林匹克運動會中奪牌、奪金始終是政府重要的體育政策之一。而競技體操常為我國參加亞洲運動會及奧林匹克運動會的項目，如何奠定體操運動的基礎是發展競技體操的關鍵。因此，本研究的完成可以提供政府了解小學體操運動，也作為紮根體操運動的參考。

第四節 研究方法與步驟

一、歷史研究法

歷史研究係指有系統的蒐集及客觀的評鑑與過去發生之事件有關的資料，以考驗那些事件的因果或趨勢，俾提出準確的描述與解釋，進而有助於解釋現況一種歷程¹。本研究使用歷史研究法，蒐集 1945-2000 年之間政府頒布的教育法規、政策、體育課程、師資培育之文獻、場地與器材之情形，從史料中建構且論述台灣小學體操的發展經緯。

二、研究的步驟

（一）史料的蒐集

透過網路等等，讓史料蒐集的內容更為廣泛便捷。並以國家圖書館臺灣分館，中央研究院臺灣史研究所等單位為體育運動史料主要搜羅對象。其內容包含：官方資料及體育書籍、雜誌。前述的史料的蒐集之後，將史料分類、整理，史實的真偽判斷，史實的陳述及歸納、內容的分析與考察等步驟來行之。

（二）史料分類

1. 史料的分類：資料蒐集、研讀之後，根據研究課題的需要，依小學教育政策的公布、體育課程的修訂與師資培育、體操場地設施之情形，予以分門別類。

¹ 王文科。《教育研究法》。台北。五南圖書出版股份有限公司。2003 年 2 月。283-284 頁。

2.史料的整理：將欲撰述的內容，依年代的順序，加以整理，配合本研究的章節並以不同顏色的書夾、貼紙來做為不同章節的辨識，俾利在撰寫論文時方便使用。

（1）小學教育政策的演變

筆者蒐集相關的教育法令、規章如：台灣戰後，政府公布的國民教育法以及教育部修訂的小學課程標準、小學體育課程標準作為政策的依據。其中參考教育部出版的第三次至第六次《教育年鑑》、體育司於民國73年（1984）出版的《體育法規選輯》等並進行原始資料的蒐集。

（2）小學體操運動發展的情形

筆者蒐集各師範專科學校發行的刊物如《國教之聲》、《國教世紀》、《國教之友》等，其中刊載不少當年的體操教學活動設計，即代表當年的體操上課情形。其次研究者蒐集台灣各小學授課教師撰寫的教學活動設計，大多屬於未出版的文件，可以從辦理教學觀摩會的手冊中入手尋找，也可透過私人的協助取得。再則，台灣省教師輔導團發行的年度輔導報告及縣市政府發表的體育評鑑報告中均可找到和小學體操運動發展的實態例證。另外如《台灣體育》、《學校體育》、《體育與運動》、《國民體育季刊》等刊物，從中了解小學體操運動推動的情形。

（三）史料的考證

1.外部的考證：將入手的文獻，就其作者、年代、出版、紙張等來加以鑑定，是否與時代背景契合，是否偽造或被杜撰之嫌，文中是否有筆誤或印刷上之錯處？主要的目的在求真實性。

2.內部的考證：主要是針對文獻中的敘述，其字面上的涵義與實際上的涵義是否有出入？它的可信性、可靠性、確定性是如何？因此，儘可能的不要有過分的個人主觀或偏見，更不可以用斷章取義的方式來做為考證的準則。除了一般的知識鑑定之外，可和其他證據的內容相互比較，求得資料的正確性。

（四）史料的分析考察

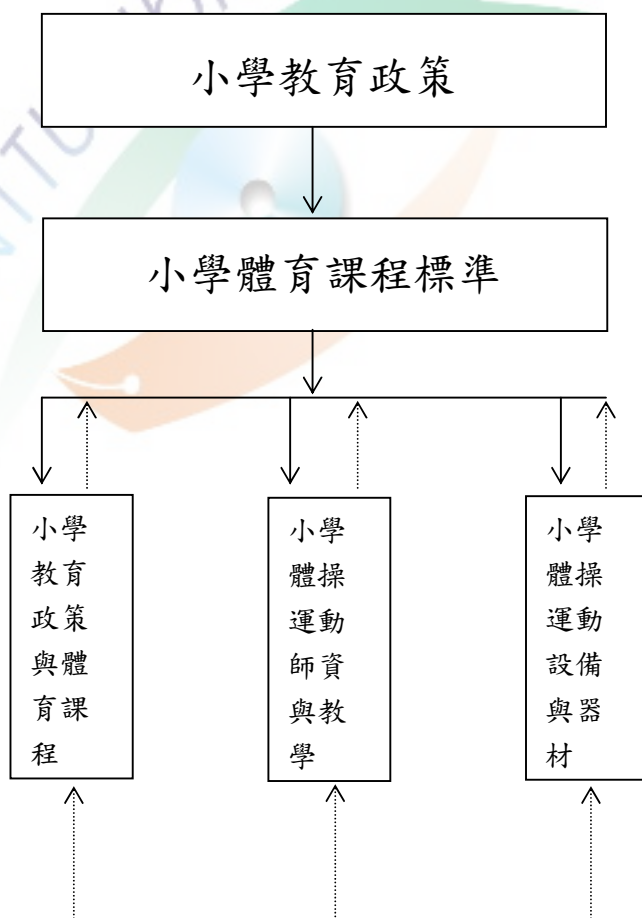
1.有關時代背景與小學教育政策部分，依據當時政府公布的法規、課程標準等，將政策的內容及體育課程標準中體操的內容加以分析、闡述。

2.就台灣小學體操運動的實態而言，本研究蒐集當時各學校的校刊資

料、檔案、教學活動設計、輔導報告、問卷調查及報紙報導等，深入分析 1945-2000 年台灣小學體操運動的教學實態、場地器材的實態加以探究。

第五節 研究架構

在小學教育中影響最深遠的莫過於小學的教育政策，尤其作為國民教育的一環，政策的影響是全面的。因此在小學教育的相關研究中，必須先行探討小學教育政策為何？因此，本研究的架構是從小學教育政策入手，進而探討小學體操運動的發展。其中包括小學體操運動的課程、教學、師資、場地設施。本研究注重時代背景與教育政策對小學體操運動發展的影響。因此，有關本研究的架構詳見圖一。



圖一：研究架構圖

第六節 研究範圍

- 一、小學體操運動的推動涉及的因素有行政組織、經費、學生等，本研究是以小學體操運動的發展為主軸，探討小學體操運動的課程、教學、師資、場地及器材；台灣戰後，台灣的小學教育政策有幾次重大的改變，政府透過 1948 年、1962 年、1968 年、1975 年、1993 年的進行小學課程標準修訂；從體育課程標準的修訂公布，進而探討小學體操運動授課內容的變動。小學體育課程標準分為低年級唱遊課程標準及中高年級體育課程標準，主要的內容有目標、內容、方法及評量，受限所蒐集到的資料，本研究的範圍探討其中的體育目標、體操課程的內容及綱要、教學方法等。
- 二、研究的起迄時間為 1945-2000 年。1945 年為台灣戰後，政府結構政府的教育政策及社會發展都有很大的改變。而 2000 年是小學九年一貫領域課程的實施，小學體育課程標準的形式，被九年一貫課程所取代，小學體育課程標準的時代結束。體育課也改為健康與體育領域。因此，本研究的時間是以 1945-2000 年為範圍。
- 三、章節及分期的依據：本研究屬於小學教育研究的一環，因此依教育部公布小學體育課程的修訂作為分期的根據。研究的起點是台灣戰後即 1945 年，本研究的迄點是 2000 年，其中的分期點以 1968 年、1993 年都是小學體育課程標準的修訂公布的年代。因此，本研究擬分三個時期分別為 1945-1968 年，1968-1993 年，1993-2000 年。而以這三個時期也成為本研究的三個章，章中的各節則配合研究課題探討小學教育政策與體育課程、小學體育師資與體操教學、小學體操設備與器材等來進行研究。
- 四、本研究中的小學體操教學實態及體操場地器材之實態，引用當時期教育部、台灣省教育廳的輔導報告、評鑑報告；學者專家進行的調查研究結果來佐證。部分的小學的體操教學及場地器材實態，受限於資料僅能以舉實例的方式進行。

第七節 名詞解釋

- 一、體育課程標準：學校教育中的體育課程授課的依據，教育部依據教育政策頒定的課程，全國各級學校共同實施。體育課程標準主要的內容包括教育目標、授課內容、教學方法及評量，並規範體育正課、早操、課間活動、課外運動、運動比賽及體育表演等的實施。本研究所稱之體育課程標準是教育部公布修訂頒布的小學課程標準其中的體育課程標準。
- 二、體操運動：人類為滿足運動的慾望與保健的目的，將若干人體動作編成有秩序的運動方式稱之²。在本研究所指的體操運動是指小學體育課程標準中的體操運動，體操運動是小學體育課上課的教材之一。內容包括體操運動授課綱要、指導方法。
- 三、機巧運動：意即發展機敏巧智的運動，包括墊上、跳箱、單槓、平衡木運動、手具體操（韻律體操）、疊羅漢、彈翻床，二人一組或三人一組的技巧運動（特技體操）在內³，必須使用器材操作的體操運動。本研究所稱之「機巧運動」是指在民國 51 年公布的小學體育課程標準的「機巧運動」，其內容包括墊上、跳箱、單槓、平衡木運動，目前以「體操」稱之。
- 四、小學體操師資：是指在小學擔任體操課程的授課教師。台灣的小學大多實施包班制，多數的課程都由級任老師擔任，包括體育課。多數的級任老師並未受過體育、體操的專業訓練。本研究所稱之「小學體操師資」，是指擔任體操課程的授課教師，不分級任或是體育科任教師。

第八節 用語規定

- 一、小學：在本研究的範圍中不同時期的小學名稱，分別有國民學校、國民小學，為方便於研究，除了引用原始資料依原來名稱外，均以小學稱之。
- 二、年代的書寫：本研究主要的年代書寫以民國為主，為方便讀者閱讀在民國之後以括號西元年代的方式呈現。

²教育部體育大辭典編訂委員會。《體育大辭典》。台灣商務印書館。民 73 年。349 頁。

³蔡宜郎。〈體操教學設計〉。《國民體育季刊》。第 23 卷第 3 期。民 83 年 9 月。160 頁。

第一章 台灣小學體操運動發展 (1945-1968)

第一節 小學教育政策與體育課程

第一項 小學教育政策

民國 34(1945)年 10 月台灣戰後，根據「行政不中斷、工廠不停工、學校不停課」⁴的原則，進行各項工作。在教育政策方面主要的措施即推動「學制的改革、課程的改訂、推行國語、編訂教材及充實師資」⁵。同年 12 月，台灣省行政長官公署教育處明示台灣教育的發展方向，即是用最經濟科學的手段使台灣教育中國化⁶。在思想方面要積極灌輸與培養三民主義的思想；在語文方面，以使台灣同胞人人會講中國話會寫中國文為目標⁷。具體的教育方針為闡揚三民主義、培育民族文化、各項人才之培養須適合國家和本省的需要、獎勵學術研究、實施教育機會均等⁸。因此，光復後台灣的教育政策，在政府體制變革的情形下，國民政府推動學制、課程、語言、重編教材並培育師資來進行，希望用最短、最快的時間將台灣各項的教育上軌道並且和中國大陸實施同樣的體制。簡言之，力行「中國化」是此時期重要的教育政策。

民國 38 (1949) 年 12 月，中央政府遷台，教育部在「反共抗俄復國建國」最高國策的指示下，訂定「戡亂建國教育實施綱要」，且陸續公布相關法令以加強民族精神教育、生產勞動教育及文武合一的教育⁹。在小學教育方面，中央政府遷台以來，臺灣地區國民教育就學率高，以及國民學校畢業生升學人數之遞增最為顯著。依據民國 44 學年度之統計，學齡兒童就學率已達 92.32%。惟以初級中學數量不足，致國民學校畢業生投考初中時，發生劇烈之競爭，因而國民學校高年級相率從事於「惡性補習」，其戕害兒童身心健康至堪憂慮¹⁰。在國中校數少而小學畢業生多，家長「望子成龍，望女成鳳」的心態，希望能繼續升學的情形下，嚴重的升學壓力成為台灣小學生最大的「夢魘」。如何紓解升學壓力為教育

⁴台灣省行政長官公署教育處。《台灣省教育概況》。民 35 年。43 頁。

⁵台灣省政府教育廳。《十年來的台灣教育》。民 44 年。8 頁。

⁶台灣省行政長官公署教育處。《台灣省教育概況》。民 35 年。72-73 頁。

⁷台灣省行政長官公署教育處。《台灣省教育概況》。民 35 年。72-73 頁。

⁸李汝和主修莊金德整修。《台灣省通志》。卷五教育志教育行政篇。民 58 年。頁 191-192 頁。

⁹范春源。〈戰後台灣小學體育科教育演變之研究-民國 34~83 年〉。國立台灣師範大學體育研究所博士學位論文。民 87 年 1 月。168 頁。

¹⁰教育部。〈第參篇國民教育第一章概述〉。《第六次中華民國教育年鑑》。民 85 年。682-683 頁。

部的重要政策之一。

民國 44(1955)年教師節教育部訂頒「發展初級中等學校方案」，並委由台灣省政府教育廳研訂「五年計畫」，使五年後國民學校畢業生之升學比率能達到 90%¹¹。民國 53 (1964)年初，教育部擬訂「發展中等教育六年計畫」，經研議後改為「國民學校畢業生志願就學方案」，報行政院審核辦理¹²。

第二項 小學體育課程標準

在小學課程標準方面，教育部於民國 35（1945）年 7 月 30 日廢止各國民學校暫行教學科目及教學時數表，並抄發教育部頒的教學科目及每週教學時間總表，要求各學校自 8 月 1 日起實施¹³。簡言之，從 35（1945）年 8 月 1 日起，台灣各小學和大陸小學使用的課程是相同的，必須根據教育部在民國 31(1942)年公布的小學課程標準來授課，在體育課程標準方面亦同。小學低中年級每週必須上體育課 120 分鐘；高年級上課 180 分鐘。小學體育課程的目標如下：

- 一、促進兒童身體各部分機能的平衡發育，鍛鍊成健美的體格。
- 二、增進兒童對於身體健康的知能，並養成其手足勤勞的習慣興趣。
- 三、順應兒童好動愛群的天性，訓練其成為有規律的生活，並遵守團體生活的道德¹⁴。

從體育課程目標的條文來分析，小學體育課必須達成兒童身體各方面均衡發育，有健美的體格同時亦能養成勤勞的習慣並能遵守團體生活之道德 規範。

在小學體育課程標準中體操教材的內容規定在低、中年級有體操類（包括徒手操）、遊戲與運動（簡易墊上運動）二大類，徒手操的內容有模仿操、簡易徒手操；簡易墊上運動的授課內容則有單腳跳、雙腳跳、單跳雙落等動作，相關的規定詳如表 1-1。

表 1-1 民國 31（1942）年體育課程標準低、中年級的體操課程內容

項目	年級	體操課程內容
體 徒	一	模仿操四種

¹¹教育部。〈第參篇國民教育第一章概述〉。《第六次中華民國教育年鑑》。民 85 年。683 頁。

¹²教育部。〈第參篇國民教育第一章概述〉。《第六次中華民國教育年鑑》。民 85 年。683 頁。

¹³鄭 梓。〈戰後台灣行政體系的接收與重建〉。《思與言》。29 卷 4 期。民 80 年 12 月。235 頁。

¹⁴教育部。〈小學體育科課程標準〉。《小學課程標準》。正中書局印行。民 31 年。102 頁。

操	手 操	二	同上
		三	簡易徒手操六種
		四	同上
遊 戲 與 運 動	簡 易 墊 上 運 動	一	單腳跳、雙腳跳、單跳雙落、彎體畫地、分膝全蹲
		二	繼續前學年各項教材、連續單跳雙落、兩手一腳行走、膝行、對立互推、側滾翻
		三	繼續前學年各項教材、跳起空中擊踵、坐地起立、對蹲雙腿交換屈伸、虎跳、手撐地向前滾翻、蹲身跳撲
		四	繼續前學年各項教材、向前滾翻抱腿起立、仰臥起坐、衡立彎體、連續向前彎翻、向前彎翻、蛇脫殼

資料來源:摘自教育部。〈小學體育科課程標準〉。《小學課程標準》。正中書局印行。民國 31 年。
102-104 頁。

至於在高年級的體操課程則有徒手操、墊上運動。五、六年級徒手操須上六種。而墊上運動的體操課程內容和低、中年級一樣詳細列出必須授課的動作。以五年級男生為例，體操的動作有仰臥起立、蛙式跳、分腿騰越過背、交換俯臥仰臥、跳起手擊足尖、直體倒地、背上滾翻、連續向後滾翻等。其次，對於五、六年級男女生因性別不同亦規定不同的教學內容，有關高年級的體操課程，詳如表 1-2。

表 1-2 民國 31（1942）年體育課程標準高年級的體操課程內容

項目		年級	體操課程內容
體 操	徒 手 操	五年級男生	徒手操六種
		五年級女生	同上
		六年級男生	徒手操六種
		六年級女生	同上
遊 戲 與 運 動	墊 上 運 動	五年級男生	繼續前學年各項教材、仰臥起立、蛙式跳、分腿騰越過背、交換俯臥仰臥、跳起手擊足尖、直體倒地、背上滾翻、連續向後滾翻
		五年級女生	繼續前學年各項教材、踏自由車、蟠腿下蹲、衡立屈膝、雙人鉤臂坐地起立、仰臥起立、跳起手擊足尖、攜手翻身

		六年級男生	繼續前學年各項教材、蹲立魚躍滾翻、倒立足爬牆、頭手倒立、雙人前後滾翻、連續向前後滾翻、提手前翻、提手後翻、鉤肘背上滾翻
		六年級女生	繼續前學年各項教材、蹲立魚躍滾翻、單足繞轉、單足跳畫地、蹲立握踝互撞、雙人搖椅、魚躍滾翻、分腿騰越過背
	疊羅漢	五、六年級男女生	疊羅漢二種

資料來源:摘自教育部。〈小學體育科課程標準〉。《小學課程標準》。正中書局印行。民國 31 年。105-107 頁。

由於民國 31（1942）年公布的小學課程標準偏重於抗戰時期的一切設施，為適應抗戰勝利後的需要教育部於民國 34（1945）年 9 月進行小學課程標準的修訂¹⁵。民國 37（1948）年 9 月教育部公布修訂的小學體育課程標準，有關低年級的唱歌遊戲的教學目標如下：

- 一、促進兒童身體適當的發育。
- 二、增進兒童聽音、發音、表演和遊戲運動的能力。
- 三、發展兒童愛好音樂和遊戲的興趣。
- 四、培養兒童康樂活潑的習慣和互助團結等的精神¹⁶。

在目標方面的條文規定仍是以促進兒童身體適當的發育為主要目標，強調要發展兒童的興趣、培養康樂活潑的習慣和互助團結等的精神。至於民國 37（1948）年中高年級體育教學目標如下：

- 一、促進兒童身體各部分機能的平衡發育，完成健美的體格。
- 二、激發兒童遊戲的興趣，充實康樂的生活。
- 三、養成兒童勇敢、公正、守法、合群等的習性，建立團體生活的基礎¹⁷。

至於民國 37（1948）年體育課程標準中，低年級改為唱遊，有關體操教材

¹⁵范春源。〈戰後台灣小學體育科教育演變之研究-民國 34~83 年〉。國立台灣師範大學體育研究所博士學位論文。民 87 年 1 月。43 頁。

¹⁶教育部。《小學課程標準》。民國 37 年。78 頁。

¹⁷教育部。《小學課程標準》。民國 37 年。66 頁。

的部分全部刪除。中高年級的體操內容分為二大類，為徒手操和簡易墊上運動。體操課程在類別及名稱上和民國 31（1942）年體育課程標準中的體操內容相近，惟民國 37（1948）年體育課程標準中的體操內容較為簡略，並未明確規定體操的動作，以「簡易」、「初級」、「中級」墊上運動代替。值得注意的是高年級男女生的體操授課內容仍有不同如男生上初、中級墊上運動，女生則上簡易墊上運動；男生有疊羅漢動作，女生則沒有。體操內容詳如表 1-3。

表 1-3 民國 37（1948）年體育課程標準中的體操內容

項目	年級	體操課程內容
體操	徒手操	三 簡易模仿徒手操
		四 同上
		五 徒手操
		六 同上
遊戲與運動	簡易墊上運動	三 簡易墊上運動
		四 同上
		五 初級墊上運動(男) 簡易墊上運動(女) 疊羅漢(男)
		六 中級墊上運動(男) 簡易墊上運動(女) 疊羅漢(男)

資料來源:摘自教育部。〈小學中高年級體育課程標準〉。《小學課程標準》。民國 37 年。66-68 頁。

民國 51（1962）年小學體育課程標準低年級唱遊課程標準教學目標如下：

- 一.促進兒童身心健全的生長與發展。
- 二.啓發兒童愛好音樂的興趣。
- 三.發展兒童遊戲運動的興趣與能力。
- 四.養成兒童優良的基本習慣。
- 五.培養兒童優良的群性生活¹⁸。

民國 51（1962）年教育部又修訂公布小學體育課程標準，在低年級唱遊課

¹⁸教育部。《國民學校課程標準》。正中書局。民 51 年 7 月。65~66 頁。

程標準中的遊戲活動教材中有部分的體操教材。如一年級的簡易墊上運動、低平均台、遊戲器械；二年級的簡易墊上運動、低平均台、低跳箱、低單槓等嘗試活動。低年級唱遊課程標準中遊戲活動教材綱要詳如表 1-4。

表 1-4 民國 51（1962）年低年級唱遊課程標準中遊戲活動教材綱要

學年 類別	第一學年	第二學年
遊 戲 活 動	1. 追逐、跳躍、躲閃、擲接、攀援及簡易墊上、低平均台、用球等遊戲活動。 2. 競賽、猜測、模仿、感覺、律動、表演、計數等各種簡易的室內外遊戲。 3. 遊戲器械的使用。	1. 追逐、跳躍、躲閃、擲接、攀援及簡易墊上、低平均台、用球等遊戲活動。 2. 競賽、猜測、模仿、感覺、律動、表演、計數等各種簡易的室內外遊戲。 3. 低跳箱、低單槓等嘗試活動。 4. 水上、雪上、冰上等遊戲。 5. 遊戲器械的使用。

資料來源：教育部。《國民學校課程標準》。民國 51 年 7 月。120~122 頁。

民國 51（1962）年小學體育課程標準中高年級體育課程標準教學目標如下：

- 一.培養兒童強健的體魄。
- 二.指導兒童運用身體的基本方法與能力。
- 三.充實兒童康樂生活。
- 四.指導兒童保健的知識與習慣。
- 五.建立兒童團體生活的基礎¹⁹。

民國 51（1962）年中高年級體育課程標準中體操教材內容在類別上分為機巧運動和體操。機巧運動的內容則有墊上運動、跳箱、平均台、單槓、攀援，體操的上課內容則為徒手體操，詳見表 1-5。民國 51（1962）年中高年級體育課程標準中體操教材內容和民國 37（1948）年公布的體操授課內容有很大的不同，「機巧運動」之名稱首次出現在體育課程標準中，其內容除了墊上運動之外，明確的將跳箱、平均台、單槓、攀援等項目列出，而且 3-6 年級一致的授課內容名稱，至於上課教材詳細內容為何？則未明確規定。筆者推斷是給授課教師決定，是以同時在此次的體育課程標準中增列了實施要點及實施方法，給授課教師參考。

¹⁹教育部。《國民學校課程標準》。正中書局。民 51 年 7 月。117~118 頁。

表 1-5 民國 51（1962）年中高年級體育課程標準中體操教材內容

學年 類別	第三學年	第四學年	第五學年	第六學年
機巧運動	1.墊上運動 2.跳箱 3.平均台 4.單槓 5.攀援	1.墊上運動 2.跳箱 3.平均台 4.單槓 5.攀援	1.墊上運動 2.跳箱 3.平均台 4.單槓 5.攀援	1.墊上運動 2.跳箱 3.平均台 4.單槓 5.攀援
體操	徒手體操	徒手體操	徒手體操	徒手體操

資料來源：教育部。《國民學校課程標準》。民國 51 年 7 月。120~122 頁。

在上課的時間方面，中年級體操教材的時間佔體育課的 20%，其中機巧運動佔 15%，體操佔 5%。高年級的男生則增加 5%，佔體育課的上課時間 25%，但女生維持中年級的時間比例。顯示高年級的男女生在體操教材方面與上課時間都有所差別。民國 51（1962）年中高年級體操教材時間分配百分比詳如表 1-6。

表 1-6 民國 51（1962）年中高年級體操教材時間分配百分比

學年 類別	第三學年	第四學年	第五學年		第六學年	
機巧運動	15	15	男生	女生	男生	女生
			20	15	20	15
體操	5	5	5		5	

附註：體育課---中年級每週一二〇分鐘，分為四節，每節三〇分；高年級每週一五〇分鐘，分為五節，每節三〇分鐘。上列規定之百分比，各校得視環境需要與教學設備，酌予調整。

資料來源：教育部。《國民學校課程標準》。民國 51 年 7 月。120~122 頁。

為使體操教學易於進行，民國 51（1962）年公布的體育課程標準中對體操的教學實施要點及教學方法要點也作了規範，分述如下：

一、體操的教學實施要點

（一）機巧運動

1. 應根據力學原理，採用坐、立、蹲、撐、跪、臥、懸垂、擺振、繞環、迴轉、騰越滾翻、平衡等動作編配教材。

2. 選擇教材時，應徹底瞭解各種動作所能發生的任何情況，俾能預防與避免

意外事件的發生。

3. 應多採用活潑機敏的動作，以培養敏捷的反應。

（二）體操

1. 徒手體操教材要輕鬆、活潑、自然而有節拍，切忌呆板機械的動作。
2. 教材要簡單易行，注意動作的實效，避免不必要的花式變化。
3. 教材應使各部肌肉與關節，都有平均活動的機會。
4. 每一教材編排的順序，應自運動量較小的四肢動作開始，進而至軀幹動作，再進至運動量最高的跳躍動作，最後作整理運動，以幫助恢復生理常態。²⁰

二、分項運動教學方法要點

（一）機巧運動

1. 對於器械的搬移，應訓練兒童分組輪流擔任，教師應從旁協助指導。
2. 器械應平行放置，俾於教學新動作時，可分組交互換練習。
3. 器械的高度，以適合大多數兒童為標準。
4. 對於易犯錯誤或危險性的動作，應加以特別指示，使兒童警惕注意，以防意外。
5. 示範動作時，不但應注意動作的主要部份，且應注意結束動作的姿勢，否則不但影響動作的優美感，並將養成兒童有始無終及取巧的不良習慣。
6. 為策安全，教師必須熟悉困難動作的保護方法，但其方法並無一定，主要的是應了解兒童的能力，動作的性質，用力的方向等，隨機應變，以防止意外事件的發生。²¹

（二）體操

1. 徒手體操為訓練優美體態及矯正不良姿勢的有效活動。但動作易流於呆板機械，不宜單獨編成一單元教學，僅宜於教學機巧、田徑、球類等主要活動前實施，至多不宜超過五分鐘。
2. 體操的分隊方法，宜簡單易做，切忌花式變化，以免浪費時間。
3. 應以音樂伴奏，如用口令呼唱，應隨動作的性質，而有強弱、長、短、快慢之分。
4. 務使兒童明瞭上、下、左、右、前、後等方位及基本動作的名稱，以利教學。
5. 示範動作時，教師與兒童對立，其左右的動作須與兒童的動作方向相同，

²⁰教育部。《國民學校課程標準》。正中書局。民 51 年 7 月。124~125 頁。

²¹教育部。《國民學校課程標準》。正中書局。民 51 年 7 月。125 頁。

即教師向右，兒童向左，但前後的動作則應相反。

6. 每節教材須左右交換行之，不可偏於某一方面。²²

上述的體操實施要點提示教師在授課之前對於機巧運動與體操教材的選擇與編排原則，不僅須有力學的根據且須注重兒童身體各部位均衡發展同時須培養兒童的興趣。在教學方法上則是教學進行過程中，器材的擺放、分組進行、進行保護、教學的進行順序、原則等。上述要點的公布對授課教師而言具有重要的意義，教師可以從體育課程標準中獲得體操教學的實施要點及方法，對於體操教學應有正面的意義。

綜合上述，台灣戰後的小學教育是配合教育部的政策而進行，3次的小學體育課程標準修訂都是教育部主導修訂的方向及內容。簡言之，小學體育課程標準即是以配合政府的教育政策而進行修訂。

小學體操的教材內容隨著體育課程標準的修訂而變動。台灣光復後歷經民國31（1942）年、37（1948）年及51（1962）年的體育課程標準修訂公布，小學體操教材的類別分別為徒手操及墊上運動，至民國51（1962）年改為機巧運動及體操。民國31（1942）年、37（1948）年體操教材的徒手操以模仿操為主墊上運動則以滾翻及模仿動作為主。改變最大的是民國51（1962）年改為機巧運動，不僅是名稱的更改其內容也擴大為墊上運動、跳箱、平均台、單槓及攀援。值得一提的是，為方便於授課教師參考，在民國51（1962）年公布的體育課程標準中也增加了體操實施要點及實施方法要點，內容對於如何實施體操教學有原則性及具體的規範，這對於授課教師而言有了參考的依據，何況對「機巧運動」的列入有實施要點及方法的說明，在授課及教材的編選上提供極大方便。

第二節 小學體育師資與體操教學

第一項 小學體育師資

台灣戰後之初，小學體育專業師資方面相當欠缺，體育授課主要由各級任教師擔任，惟教學水準良莠不齊，有的連口令都不了解，只能使用日語或是台語來加以說明，而縣市政府為了改善此情形，利用暑期調訓現職小學教師以加強其體

²²教育部。《國民學校課程標準》。正中書局。民51年7月。132~133頁。

育方面的教學能力²³。另一方面，爲了解決小學體育師資的缺乏，教育部也開始設科培育。小學體育師資的培育是民國 35（1946）年，當時台北師範學校第一任校長唐守謙，即主張並建議實施師範分科，強調「師資要分科聘請，設備要分科充實」，因此該校奉准籌設普通科、藝術科、音樂科和體育科，是以，台北師範學校成爲台灣戰後，第一所成立體育師範科的學校²⁴。

在民國 39（1950）年，第六次師範學校校長座談會會議中，也決議了「在不增加員額經費原則下各校儘量使用原有設備」，希望能夠「從速訓練國民小學體育音樂師資」，俾便養成體育之人才。因此，台南師範學校也在民國 39（1950）年，成立了體育師範科²⁵。

然而，台南師範學校與台北師範學校，卻先後於民國 47（1958）年及民國 52（1963）年停辦體育師範科，其中台北師範學校之體育師範科，共計有 14 屆畢業生，台南師範學校亦培養了 6 屆的學生²⁶。在小學體育師資缺乏的情形下，體育師範科的停辦對小學體育科師資而言是莫大的傷害。至於「體育師範科學生於在畢業後，並未如想像中的擔任體育課教學，仍以包班制爲主，加上未受專業訓練之教師亦能擔任體育教學的現象相當普遍，或許是造成政府將體育師範科廢止的原因²⁷」。

從民國 39（1950）至民國 56（1967）年的小學體育師資情形如何？小學體育專業師資的培育，僅由二所師範學校負責，每年的畢業生人數，相當有限，無法供應各小學的需求。師範學校體育科(組)的學生畢業後，「學非所用」的情形相當普遍。台灣大多數的小學，體育課由級任教師擔任授課²⁸。

以 56 學年度的台灣省 1,498 所小學接受調查爲例：「專任體育科教師有 520 名，設有體育科任教師的學校 337 所佔 22.5%²⁹。」是以，在此時期，體育師資人數少，加上服務的學校情況不一，未能發揮所長，無法據以教學。因此，各小學體育科教育的實施，多半由級任教師負擔，造成教學的水準，良莠不齊，對小學

²³范春源。〈戰後台灣小學體育科教育演變之研究-民國 34~83 年〉。國立台灣師範大學體育研究所博士學位論文。民 87 年 1 月。71 頁。

²⁴林玫君。〈戰後台灣國民小學體育師資養成之歷史探源-民國 34 年~民 76 年〉。國立體育學院體育研究所碩士論文。民 82 年 6 月。40 頁。

²⁵林玫君。〈戰後台灣國民小學體育師資養成之歷史探源-民國 34 年~民 76 年〉。國立體育學院體育研究所碩士論文。民 82 年 6 月。40 頁。

²⁶林玫君。〈戰後台灣國民小學體育師資養成之歷史探源-民國 34 年~民 76 年〉。國立體育學院體育研究所碩士論文。民 82 年 6 月。40 頁。

²⁷林玫君。〈戰後台灣國民小學體育師資養成之歷史探源-民國 34 年~民 76 年〉。國立體育學院體育研究所碩士論文。民 82 年 6 月。42 頁。

²⁸范春源。〈戰後台灣小學體育科教育演變之研究-民國 34~83 年〉。國立台灣師範大學體育研究所博士學位論文。民 87 年 1 月。166~167 頁。

²⁹蔡長啓。《台灣省中小學體育設施研究》。民 57 年。48 頁。

體育科教育的發展，弊多於利³⁰。

整體而言，台灣戰後，各級學校普遍缺乏師資，小學師資亦同。是以政府陸續在全台灣各地設立師範學校以培養師資。其中的小學體育師資，由台北師範學校及台南師範學校先後設立體育師範科專門培育小學體育專業師資。可惜的是，不到數年，二所學校的體育師範科又先後停辦。而二所師範學校的小學體育專業師資，人數並不多。加上在台灣各小學的情況並不相同，專業的體育師資無法發揮體有所長進行教學的情形十分普遍，再則小學實施「包班制」，多數的體育課程係由級任教師擔任，是否能勝任體操教學，值得商榷。在此情形下，筆者推論擔任小學體操教學的授課教師的教學能力並不完備，無法完全勝任。

第二項 小學體操教學實態

有關當時小學體操教學實例，因受限於資料難尋，以下例舉幾個例子來說明。在低年級唱遊科方面，「爲了提高小朋友的學習興趣，將低年級國語科看圖說話、作文、讀書整合並把課本上的詩歌，加以作曲，供學生歌唱」³¹。譜成的歌曲如下：

做 體 操

清 心 曲

1. 小朋友 做體操 拍拍手 彎彎腰
2. 小花貓 來跳高 身體輕 樣子好

1. 一隊一隊排得好 一隊一隊排得好
2. 一跳跳過三尺高 一跳跳過三尺高

資料來源：〈低年級唱遊科的補充教材〉。《教育輔導月刊》。13 卷 7 期。民 52 年 7 月。31-32 頁。

³⁰范春源。〈戰後台灣小學體育科教育演變之研究-民國 34~83 年〉。國立台灣師範大學體育研究所博士學位論文。民 87 年 1 月。166~167 頁。

³¹〈低年級唱遊科的補充教材〉。《教育輔導月刊》。13 卷 7 期。民 52 年 7 月。31-32 頁。

從上述的低年級唱遊教學實例來分析，上課的歌曲名為做體操，內容以拍手、彎腰、排隊的身體動作配合唱歌來操作，同時也將小花貓跳高的動作編入，配合模仿做出跳高的動作。授課教師將國語的看圖說話、作文與唱遊課融合，並自行作曲將體操動作編入歌曲中以提升小朋友的學習興趣，值得肯定。同時也可以了解徒手體操動作已落實在低年級唱遊課的教學實態中。

至於中高年級的體操教學實例，因受蒐集資料的限制，僅就宜蘭縣的教學實例來說明。如下：

一、宜蘭縣羅東鎮公正國小五年級體育科單元教學活動設計

表 1-7 宜蘭縣羅東鎮公正國小五年級體育科單元教學活動設計

教學單元	機巧運動：1. 前滾翻 2. 騰空前滾	教材來源	自編
設計者	五年級級任老師共同設計	輔導者	廖煥庭
教學資源	哨子、跳板、跳箱、小黑板、墊子、圖表	教學時間	90 分分二節
單元目標： 1. 促進兒童身體各系統功能的正常發展，培養健美的體格。 2. 培養兒童反應靈敏，判斷正確，能應付突變的環境，增加安全與自衛能力。 3. 培養兒童勇敢、冒險、堅忍奮鬥互相合作的精神。 4. 培養兒童組織與領導能力，以及服從的精神。			
教材研究及教學重點： 1. 怎樣才是前滾翻的良好姿勢？ 2. 怎樣才是騰空前滾的良好姿勢？ 3. 騰空前滾必須要具備高度的技術？而且很危險，怎樣避免危險？而讓小朋友有活潑輕鬆愉快的心情學習？ 4. 怎樣注意運動後的衛生？			
教學活動	一、準備活動： 1. 準備操：(1)整隊 (2)行進 (3)步走 (4)徒手操(選出對本單元有關的幾項運動。) 2. 引起動機： (1)由飛機引起(英勇空軍擊落共匪飛機) (2)由馬戲團引起 3. 決定活動項目及研究活動要點： (1)提示掛圖：詳述前滾的動作 (2)活動要點： 甲. 前滾翻動作：a. 速度起跳要適當，不可過快過慢。 b. 成半球狀。 c. 起跳要有彈性，嘴要閉。		

二、發展活動：

1. 講解示範：教師示範表演
2. 分組試練：甲. 分四組訓練。 乙. 個別輔導及矯正。
3. 討論矯正：甲. 共同提出最難動作。 乙. 老師補充。 丙. 兒童示範。 丁. 個別重試。

三、綜合活動：

1. 考查學習結果：甲. 分別選出優劣兒童。 乙. 優組先做劣組觀摩。 丙. 劣組再試。
2. 整理操：動作輕快肌肉放鬆。
3. 衛生指導：甲. 擦汗洗手、穿衣，晚上洗澡。

---第一節完---

一、準備活動：

1. 準備操：(1)整隊 (2)行進 (3)步走 (4)徒手操(選出有關單元的幾項運動。)
2. 引起動機：由上一節學習活動引起。
3. 決定活動項目及研究活動要點
(1)提示掛圖詳述騰空前滾的動作。
(2)活動要點：騰空前滾動作：甲. 注意身體平衡保持身心平靜。 乙. 速度由緩慢而加快。 丙. 起跳要高，並且要有彈性。 丁. 成球狀，嘴要閉。

二、發展活動

1. 講解示範：教師示範表演。
2. 分組試練：甲. 分四組試練。 乙. 個別輔導及矯正。
3. 討論矯正：甲. 共同提出最難動作。 乙. 老師補充。 丙. 兒童示範。 丁. 個別重試。

三、綜合活動

1. 考查學習結果：甲. 分別選出優劣兒童。 乙. 優組先做劣組觀摩。 丙. 劣組再試。
2. 整理操：動作輕快，肌肉放鬆。
3. 衛生指導，擦汗洗手，穿衣，晚上洗澡。

---第二節完---

資料來源：廖煥庭 <宜蘭縣羅東鎮公正國校五年級體育科單元教學活動設計>。《國教月刊》12

卷7、8期合刊。省立台北女子師範專科學校。民國54年7月。9-10頁。

從上述教學活動的目標來分析，與小學體育課程標準的目標規定相符。教學單元為機巧運動中的前滾翻及騰空前滾與民國 51（1962）年公布的體育課程標準中的體操教學內容一致。教學活動設計是由五年級全體級任老師共同設計，一方面可以了解宜蘭縣羅東鎮公正國校的體育課是由級任教師擔任，另一方面也了解該校五年級的體育課是透過共同討論、集思廣益的方式自行編出教學活動設計，在作法上值得肯定。教學活動的順序分為準備活動、發展活動及綜合活動可謂是「中規中矩」完全符合教學活動的進行原則。教師以講解示範、分組試練、討論矯正的方式進行教學。值得注意的是教師以英勇空軍擊落共匪飛機及馬戲團作為引起動機，頗能引起小朋友的學習興趣，進而提高學習前滾翻及騰空前滾動作的意願。

二、宜蘭縣員山鄉同樂國民學校五年級體育科單元教學活動設計

一、教學年級：五年級

二、教學單元：「箱上前滾翻」---第一組新教材教學

「六十公尺短跑」---第二組舊教材復習

「急行跳遠」---第三組舊教材復習

三、教學時間：本單元計三十分鐘一節教完。

（每組均教一節，輪流教學，其他二組均為舊教材之復習）

四、教學地點：操場

五、教學資源：

①教材：選自「國民學校體育教材與教法」---潘源編著。

②教具：跳箱一套、墊子一張、口笛、沙坑、石灰、直線跑道

六、教學目標：

1. 促進兒童機體之發育，矯正不良姿勢，養成健美體格。
2. 輔導兒童熟習箱上前滾翻的動作以奠立其他器械運動的基礎。
3. 培養勇敢、堅忍、冒險、犯難的精神。
4. 培養兒童良好團體精神及自治能力。

七、教學重點：

1. 指導「單跳雙落」之基本跳躍動作。
2. 兩手撐箱之位置應適宜---撐箱近端。
3. 箱上滾翻一週時，身體應成球形滾轉。
4. 對跳起、雙手撐箱，鉤頭等動作之配合。
5. 滾翻完畢落墊時兩臂應即前平舉，力求身體之平衡，以防衝力過大而向前傾

跌。

6. 舊教材復習六十公尺之起跑，衝刺等技巧。

7. 舊教材復習急行跳遠之助跑、起跳、空中、落地等技巧之復習。

八、教學活動：

(一)、準備活動：

1. 場地佈置：於課前指導兒童分組搬跳箱，墊子，挖鬆沙坑等佈置教學環境。

2. 集合整隊：由隊長整隊排成四排橫隊後教師即展開教學活動。

3. 準備運動：ㄣ、跑步。

ㄣ、做各關節的放鬆活動---尤應注重手腕、頸部、腰部、腹部、背部及下肢之活動。

4. 依教師指定組別一組學習新教材另兩組依教師交代教材由小組長帶開後開始活動學習新教材一組由教師指導。

5. 動機目的：由墊上前滾翻及跳蹲於箱上前滾翻引起而決定本單元之教學活動。

(二)、主要活動：

1. 說明示範：(學生排列於箱子之旁邊蹲下，教師展示掛圖)。

ㄣ、教師說明動作名稱---「箱上前滾翻」並以正常速度做示範動作數次藉以提高兒童之學習興趣。

ㄣ、教師分節說明並隨時兼做示範動作幫助講解。

ㄣ、向前跑時「單跳雙落」跳起的方法。

ㄣ、對勾頭、身體成球形滾轉要領。

ㄣ、結束動作---落墊時身體應力求平衡，以防向前傾跌。(對可能發生的危險或錯誤應詳加說明。)

2. 嘗試練習：(分成二小組每人先嘗試練習一次)

3. 矯正錯誤：教師就嘗試練習中所發生的錯誤一一提出糾正。

4. 反覆練習：教師在旁保護，同時盡量協助兒童學習動作。(教師得抽空巡視其他二組，此時應指定體力較強及動作優良兒童在旁保護，協助)

5. 表演欣賞：就本組中選拔動作較優良兒童表演讓大家欣賞。

(三)、結束活動：

1. 命小組長將各小組帶回成原隊形集合。

2. 做結束操。

3. 教師分組簡評各組學習情形，並與各組兒童檢討學習得失。

4. 衛生指導。

5. 指定分組收拾教具。

6. 歡呼解散。³²

從上述教學活動設計中可以看出宜蘭縣員山鄉同樂國民學校五年級體育科的教學，是分三組的方式進行。第一組箱上前滾翻，第二、三組為舊教材復習進行六十公尺短跑、急行跳遠的學習。上課教材的來源是選自潘源編著「國民學校體育教材與教法」一書。從教學目標來看，除了促進兒童機體之發育，矯正不良姿勢，養成健美體格，培養勇敢、堅忍、冒險、犯難的精神團體精神及自治能力外，希望兒童能熟習箱上前滾翻的動作以奠立其他器械運動的基礎。上課之前，授課教師指導兒童分組搬跳箱，墊子等佈置教學環境。至於引起動機則是由教師直接由墊上前滾翻及跳蹲於箱上前滾翻引起。主要的活動則以說明示範、嘗試練習、矯正錯誤、反覆練習及表演欣賞的順序進行。其中，對於兒童的安全特別重視，如箱上前滾翻的結束動作，落墊時身體應力求平衡，以防向前傾跌。教師並對可能發生的危險或錯誤應詳加說明。兒童在反覆練習時教師在一旁保護。

三、宜蘭縣冬山鄉冬山國民學校體育科單元教學活動設計

教學科目：體育科

教學年級：六年級

教學單元：室內跳箱運動、分腿騰越(縱箱)、(橫箱)

教材來源：自編

教學時間：本單元共計九十分鐘，分三節、每節三十分鐘

教學目標：

- 一、輔導兒童了解分腿騰越過箱的重要並能正確的操練本項運動。
- 二、培養兒童勇敢互助合作精神。
- 三、培養守秩序守紀律的好習慣。

教學重點：

- 一、指導學生學習正確的單跳雙落起跳的動作。
- 二、指導雙手著箱及分腿方法。
- 三、指導併腿著墊雙手前平舉的動作。
- 四、訓練四肢的彈力騰越縱箱(橫箱)

教學資源：跳箱一組、墊子二張、踏板二個、掛圖、指示棒。

³²<宜蘭縣員山鄉同樂國民學校五年級體育科單元教學活動設計>。《國教月刊》。13卷4期。民國55年4月。13、14頁。

教學活動：

一、準備活動：(第一節)

①課前準備：1.開窗戶 2.灑水 3.安全檢查 4.學生健康檢查。

②課內準備：

1.徒手操—室內利用課桌椅。

(1)下肢運動：

1. 左足向前伸直上體向後斜倒，雙手抓在桌邊。
2. 左足深屈膝。
3. 左足向前伸直。
4. 恢復坐正姿勢。
5. 右足向前伸直上體向後斜倒，雙手抓在桌邊。
6. 右足深屈膝。
7. 右足向前伸直。
8. 恢復坐正姿勢。

(2)上肢運動：

1. 兩臂肩側屈。
2. 雙手向前伸出。
3. 兩肩側屈。
4. 雙手放下置於腿上。
5. 兩臂肩側屈。
6. 雙手向上直伸。
7. 兩臂側肩屈。
8. 雙手放下置於腿上。

(3)頸部運動(雙手插腰)：

1. 頭部俯下。
2. 還原。
3. 頭部後仰。
4. 還原。
5. 頭向左轉。
6. 還原。
7. 頭向右轉。
8. 還原。

(4)四肢運動：

1. 5. 兩臂肩側屈。

2. 6. 站起來同時舉踵而雙手向上直伸。

3. 7. 兩臂肩側屈。

4. 8. 還原。

(5) 胸部運動：

1. 2. 3. 屈臂側平舉雙手在胸前掌心向下水平振。

4. 還原。

5. 6. 7. 屈臂側平舉雙手在胸前掌心向下水平振。

8. 還原。

(6) 轉體運動：

1. 屈臂側平舉手指交叉按在頭後。

2. 向左轉體。

3. 同 1. 動作。

4. 恢復坐正姿勢。

5. 同 1. 動作。

6. 向右轉體。

7. 同 1. 動作。

8. 恢復坐正姿勢。

(7) 背部運動：

1. 5. 屈臂側平舉手指交叉按在頭後部。

2. 6. 上體後仰挺胸。

3. 7. 同 1. 動作。

4. 8. 恢復坐正姿勢。

(8) 彎體(體側)運動：

1. 5. 右手屈臂舉在腋下左手下垂，左側彎體。

2. 6. 還原。

3. 7. 左手屈臂舉在腋下，右手下垂。

4. 8. 還原。

(9) 俯臥撐運動：

1. 左足向後右足屈膝，同時雙手按在椅子上、保持與肩同寬。

2. 右足後伸與左足併攏。

3. 屈臂。

4. 伸臂。

5. 屈臂。

6. 伸臂。

7. 左足屈膝前出。

8. 還原。

(10) 跳躍運動：

1. 3. 5. 7. 雙足跳躍側開，同時雙手由左右向上舉，掌心相對拍掌。

2. 4. 6. 8. 雙足跳躍後併攏，同時由左右放下還原。

(11) 緩和運動：

1. 3. 5. 7. 雙手插腰，兩足跟提起(舉踵)同時分膝半蹲。

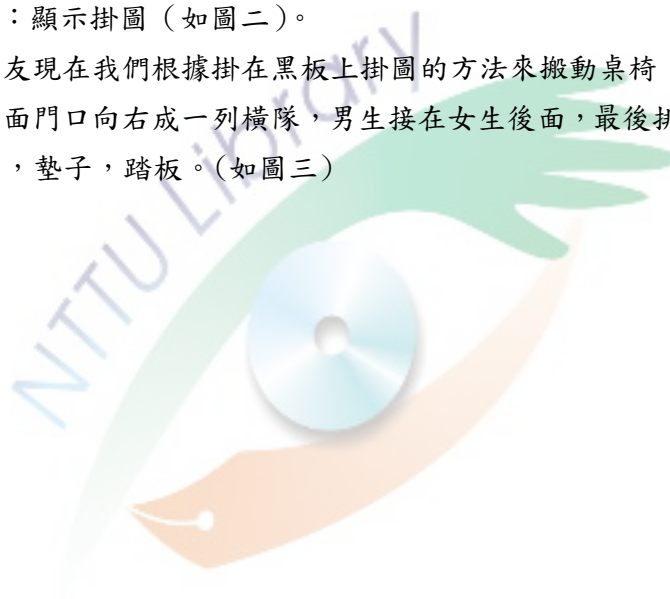
2. 4. 6. 8. 還原。

③動機目的：

各位小朋友我們做過跳箱運動，上次我們練習過「縱箱分腿騎坐越下」，今天我們來學習「縱箱分腿騰越」。

④搬動桌椅：顯示掛圖（如圖二）。

各位小朋友現在我們根據掛在黑板上掛圖的方法來搬動桌椅，搬好後女生的排頭在前面門口向右成一行橫隊，男生接在女生後面，最後排男生八名負責佈置跳箱，墊子，踏板。（如圖三）



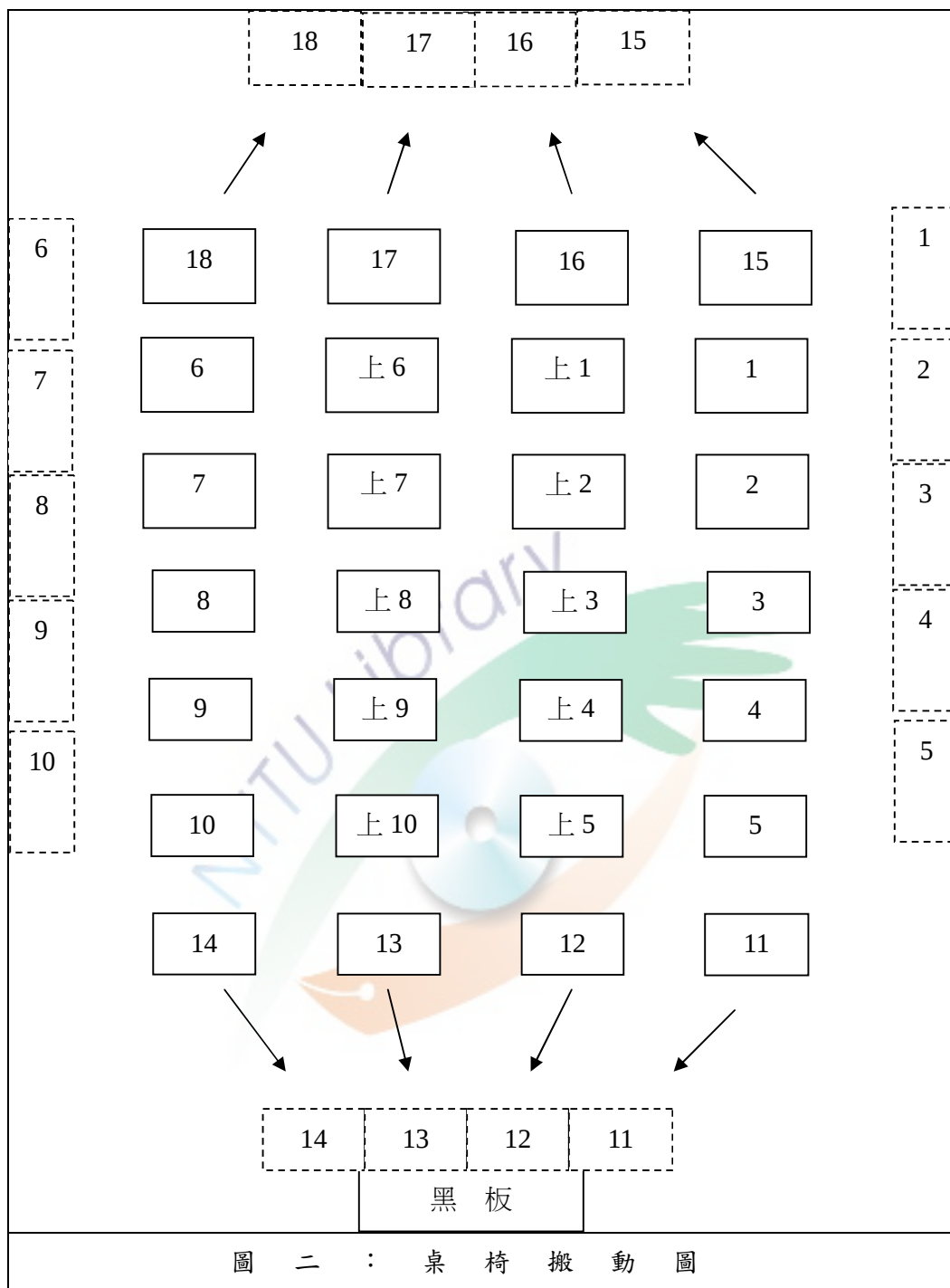
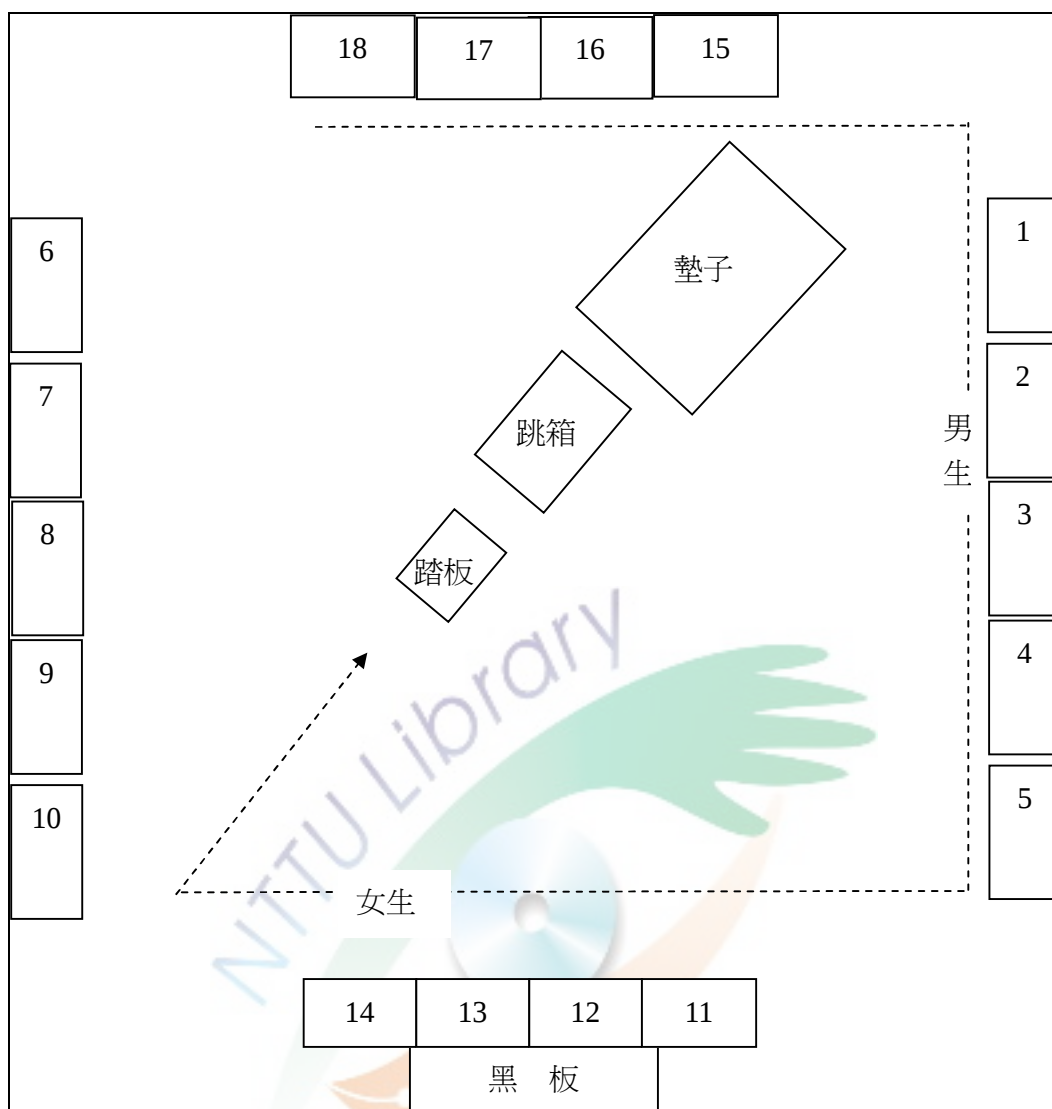


圖 二：桌椅搬動圖



圖三：室內場地布置

二、發展活動

①說明示範

1. 自起點輕快向縱箱跑步至踏板前一步時以單足起跳雙足併落於踏板上。
2. 利用跑的衝力分開腿直膝收腹彈躍起後雙手捺箱的遠端，雙腿從雙臂外跳越過箱。
3. 過箱時挺胸雙臂向後擺後前舉成平衡姿態落於墊上，站立後離墊回原隊排尾。
4. 全部動作。

②嘗試練習並改正錯誤：

照順序試跳一次老師在旁保護隨時糾正個人錯誤並提出共同錯誤加以糾正。

③反覆練習：照順序連續練習老師在旁保護。

二、綜合活動：

①欣賞表演：老師選幾位姿勢較好的小朋友出來表演，大家一齊欣賞。

②批評鼓勵：鼓勵動作較差的小朋友向動作較好的小朋友學習。

③徒手操：

(1)下肢運動：

1. 兩足跟提起(舉踵)。
2. 分膝半蹲。
3. 兩膝伸直，舉踵。
4. 兩足跟著地。
- 5.~8. 與 1.~4. 同。

(2)上肢運動：

1. 雙臂前平舉握拳。
2. 雙臂側舉握拳屈臂。
3. 雙臂上舉握拳。
4. 與 2. 同。
- 5.~8. 與 1.~4. 同。

(3)頸部運動：

1. 頭部向左轉。
2. 還原。
3. 頭部向右轉。
4. 還原。
5. 6. 7. 頭部由左繞環。
8. 還原。

第二次 5.~7. 由右繞環。

(4)四肢運動：

1. 兩臂側屈握拳分膝半蹲舉踵。
2. 兩足直立兩臂上舉手心相對，手指挺直，舉踵。
3. 與 1. 動作同。
4. 還原。
- 5.~8. 與 1.~4. 同。

(5)胸部運動：

1. 2. 左足左側出，雙手上斜舉，挺胸。
3. 4. 還原。
5. 6. 右足右側出，雙手上斜舉，挺胸。
7. 8. 還原。

(6)左右彎體：

1. 2. 左足左側出，左手插腰右臂過頂屈上體左側彎。
3. 4. 還原。
5. 6. 右足右側出，右手插腰左臂過頂屈上體左側彎。
7. 8. 還原。

(7)前後彎體：

1. 2. 後下彎體彈動兩次。
3. 4. 還原。
5. 6. 右足右側出前下彎體彈動兩次。
7. 8. 還原。

(8)左右轉體：

1. 右足左側出，同時雙臂前平舉，握拳。
2. 臂由前向左振左轉體。
3. 與 1. 同。
4. 還原。
5. 右足右側出同時雙臂前平舉。
6. 臂由前向右振，右轉體。
7. 與 1. 同。
8. 還原。

(9)調節運動：

1. 左足側出一步，同時兩臂側屈，握拳手心向下。
2. 兩臂上舉同時舉踵。
3. 兩足跟著地同時兩臂側屈，與 1. 動作同。
4. 還原。

5.~8 反覆 1.~4. 動作惟右足向右側出。。

(10)緩和運動：

1.兩臂前平舉，手心相對，手指挺直。2.兩臂上舉，手心相背，手指挺直。

3.兩臂側屈，握拳。4.還原。5.~8.與 1.~4. 同。

④衛生習慣指導：各位小朋友下課後應把汗擦乾，洗手，服裝穿好勿受涼，解散後將桌椅及用具復原。

⑤歡呼解散：「拼！碰！ㄅㄨㄣˊ」

⑥恢復課桌椅及用具(下課後)。

~ 第 一 節 完 ~

(第二節)

一、準備活動：

①②同第一節。

③動機目的：各位小朋友上次我們做過「縱箱分腿騰越」今天我們來學習「橫箱分腿騰越」。

④搬動椅，同第一節。

三、發展活動：

①說明示範：

1.起跳：同第一節。

2.越箱同第一節惟越箱分腿角度要大，雙手捺於箱心相距與肩同寬。

3.過箱時的姿勢同第一節。

4.全部動作。

②嘗試練習：並改正錯誤：照順序跳一次老師在旁保護，隨時糾正個人錯誤，並提出共同錯誤加以糾正。

③反覆練習：照順序連續練習，老師在旁保護。

四、綜合活動：

①欣賞表演：同第一節。

②批評鼓勵：同第一節。

③徒手操：同第一節。

④衛生習慣指導：同第一節。

⑤歡呼解散：同第一節。

⑥恢復課桌椅及收拾用具(下課後)

~ 第 二 節 完 ~

(第三節)

一、準備活動：(本節)

①②同第一節

③動機目的：各位小朋友前兩節我們做過縱箱分腿騰越及橫箱分腿騰越，大部份的小朋友做得很好，但是少數小朋友都還不大熟練，今天我們再來反覆練習。。

④搬動桌椅，同第一節。

二、發展活動：

①說明示範：

1. 各位小朋友現在請幾位動作較好的小朋友做「縱箱分腿騰越。」

(1)注意單起雙落。

(2)注意雙手著箱方法。

(3)注意分腿的姿勢。

(4)注意越箱後著墊姿勢。

2. 現在老師再請幾位動作較好的小朋友做「橫箱分腿騰越」

(1)注意單起雙落。

(2)注意雙手著箱方法。

(3)注意如何分腿。

(4)注意著墊時擺手方法。

3. 現在我們把縱箱橫箱合併起來反覆練習。

(1)女生第一人跳越縱箱後排於男生排尾。

(2)男生第一人跳越橫箱後排於女生排尾。

(3)餘類推以交互方式輪流跳越。

②嘗試活動：聽老師口令分別跳越(注意兩組時間的配合)。

③反覆練習：依前法連續練習老師在旁保護。

三、綜合活動：

①欣賞表演：選幾位姿勢優美的小朋友出來表演，大家一齊欣賞。

②批評鼓勵：鼓勵動作較差的小朋友向動作較好的小朋友學習，並鼓勵跳箱動作應用於日常生活。

③徒手操：

(1)下肢運動(雙手插腰)

1. 左足向前伸出。2. 左足屈膝。3. 與1.動作同。4. 還原

(2)上肢運動：(站立)

1. 兩臂肩側屈。2. 雙手向前伸出。3. 與1.動作同。4. 還原。5. 與1.動作同。

6. 雙手向上直伸。7. 與1.動作同。8. 還原。

(3)頸部運動：開立雙手插腰。

1. 頭部俯下。2. 還原。3. 頭部後仰。4. 還原。

5. 頭向左轉。6. 還原。7. 頭向右轉。8. 還原。

(4)四肢運動：(直立)

1. 左足側屈兩臂側屈。2. 雙手向上直伸同時舉踵。3. 與 1. 動作同。4. 還原。

5. 右足側出兩臂側屈。6. 與 2. 動作同。7. 與 1. 動作同。8. 還原。

(5)胸部運動：

1. 2. 3. 左足側出屈臂側平舉雙手在胸前掌心向下水平振。4. 還原。

5. 6. 7. 右足側出屈臂側平舉雙手在胸前掌心向下水平振。8. 還原。

(6)轉體運動：(直立)

1. 左足側出屈臂側平舉手指交叉抱在頭後部。2. 向左轉體。3. 同 1. 動作。

4. 還原。5. 右足側出屈臂側平舉手指交叉抱在頭後部。6. 向右轉體。

7. 同 1. 動作。8. 還原。

(7)背部運動：(直立)

1. 左足側出屈臂側平舉手指交叉抱在頭部。2. 上體後仰挺胸。

3. 同 1. 動作。4. 還原。5. 右足側出屈臂側平舉，手指交叉抱在頭後部。

6. 上體後仰挺胸。7. 同 1. 動作。8. 還原。

(8)彎體(體側)運動：(開立)

1. 5. 右手屈臂側平舉在腋上左手下垂，左側彎體。2. 6. 還原。

3. 7. 左手屈臂舉在腋下右手下垂。4. 8. 還原。

(9)緩和運動：(直立雙手插腰)

1. 3. 5. 7. 舉踵分膝半蹲。2. 4. 6. 8. 還原。

④衛生習慣指導：同第一節。

⑤歡呼解散：同第一節。

⑥恢復課桌椅及收拾用具(下課後)。³³

~ 第 三 節 完 ~

授課教師自編的教案，教學單元為室內跳箱運動、分腿騰越(縱箱)、(橫箱)。利用教室進行體操課的教學活動設計，就上課的地點而言，相當特別。兒童在上課前必須先開窗戶、灑水，上課時還要搬動課桌椅將教室的空間空出來，以布置踏板、跳箱及墊子。從教學目標來分析，輔導兒童了解分腿騰越過箱的重要並能正確的操練本項運動。並培養兒童勇敢互助合作精神、培養守秩序守紀律的好習慣。與體育課程標準中的目標相符。「分腿騰越」先在第一節以縱箱讓兒童學習，第二節課再學習橫箱並在第三節課反覆練習並讓不熟悉的兒童有機會學會此動

³³陳印堂。〈宜蘭縣冬山鄉冬山國民學校體育科單元教學活動設計〉。《國教月刊》。13 卷 4 期。
民 55 年 4 月。15、24 頁。

作。符合教材設計由易而難，觀照全體兒童的原則。在上「分腿騰越」之前練習過「縱箱分腿騎坐越下」，再學習「縱箱分腿騰越」。發展活動是先說明示範、嘗試練習並改正錯誤、反覆練習。利用教室搬空桌椅布置成體操教學的場地是此教學設計最大的特色，這對於雨天無法在室外上課或是缺少體操上課地點的學校而言，提供可參考的範例，值得肯定。

四、宜蘭縣礁溪鄉礁溪國民學校六年級體育科單元教學活動設計

教學單元：魚躍騰越滾翻

教材來源：選自「國民學校體育教材與教法」

教學目的：①輔導兒童認識墊上運動在生活中的重要價值。

②培養兒童瞭解魚躍騰越滾翻的基本知識。

③輔導兒童正確熟練魚躍騰越滾翻的各項動作。

④輔導兒童應用上項經驗克服生活中某些突發的障礙。

⑤輔導兒童培養機智敏捷的習慣，暨冒險奮發的精神。

教學重點：①必須從生活經驗中，啟發兒童對墊上運動價值的認識。

②必須從分解示範中提示兒童對魚躍騰越滾翻運動各項動作的了解。

③必須從實際嘗試中，增進是項運動的興趣，並熟練其運動的技能。

④必須從共同討論中，發掘是項運動在生活中運用的途徑。

⑤因教學上的需要，除作課前安全之檢查外，亦應輔導兒童輪流監護以免意外。

教學資料：跳箱一個、墊子四張、哨子一個、拔河繩一條、竹竿四支

教學活動：

一、準備活動：

(1)場地選擇：在課前先選擇柔軟的草地，切忌在灰沙很多的地方。

(2)場地佈置：課前指導分組輪流搬運墊子，並共同佈置教學場地。

(3)整隊及檢查：由康樂幹事整隊排成四排後兒童自己檢查自己是否攜帶尖銳物品及危險金屬物。

(4)準備操：宜做較輕鬆活動，尤著重手、腰、頸、腹之活動。

(5)跑步：宜用腳尖輕鬆跑跳。

(6)分組複習前滾翻。

二、中心活動：

(1)動作功能：

(2)研討：魚躍騰越滾翻動作在生活中的應用價值師生共同討論何在？

ㄅ、兒童於原隊伍前：排隊蹲下或(坐下)聆聽。

ㄆ、老師說明動作及做法——逐段詳解動作要領並用圖示以幫助兒童了解以下各點：

- (1)跑步的姿勢及眼看之位置。
- (2)單起雙落跳起動作之要領及做法。
- (3)躍起騰空之姿勢。
- (4)手觸墊子時要勾頭，屈頸、彎體即刻以手、頸、肩、背、臀、腳依次著墊。
- (5)完成動作之平衡姿勢。
- (6)歸隊路線的指導。

ㄏ、注意事項提示：

- (1)動作進行時不可閉眼。
- (2)要膽大、心細、動作確實。
- (3)不可開口吐舌以免發生危險。
- (4)兩腳不可分開伸直。
- (3)動作嘗試練習，可分二組行之，嘗試一次後調換行之。
 - (1)第一組由老師指導(做魚躍過箱滾翻)
 - (2)第二組由組長輔導(由一人俯跪墊上)做騰越滾翻。
- (4)錯誤姿態矯正：嘗試一次後老師將所看到的錯誤動作加擬糾正之。(可在就地讓兒童聆聽)。
- (5)動作反覆練習：可合併行之由組長輔導之動作連繫到老師指導之動作，一次做完。
- (6)表演欣賞：由學習中指動作較確實的同學做表演，讓大家共同欣賞。

三、結束活動：

- (1)競爭遊戲：由原來排成之四排以每排為組做「越竿競賽」勝者高呼勝利，敗者鼓掌。勝者說「謝謝」
- (2)拔河比賽：由一、二排合一組，三、四排合一組比賽之，或一、三排合一組，二四、排合一組也可，勝者高呼勝利，敗者鼓掌，勝者說「謝謝」。
- (3)集合原來隊形。
- (4)老師簡單講解學習情形，並共同檢討學習得失。
- (5)衛生指導，輔導學生收拾教具。
- (6)歡呼解散。³⁴

³⁴ <宜蘭縣礁溪鄉礁溪國民學校六年級體育科單元教學活動設計>。《國教月刊》。13卷4期。
民55年4月。24、25頁。

從上述宜蘭縣礁溪鄉礁溪國民學校六年級體育科教學活動設計中，可以了解教學單元是魚躍騰越滾翻，教材來源選自「國民學校體育教材與教法」，教學的目的是希望兒童能學會魚躍騰越滾翻的動作並將之應用在生活中，以克服生活中某些突發的障礙。在學習過程中培養兒童機智敏捷的習慣暨冒險奮發的精神。是以，可以從教學目的中看出該教學活動的設計相當重視兒童的學習能應用在生活中。在教學活動前兒童必須分組輪流搬運墊子以布置教學場地。教學前教師安排討論的問題魚躍騰越滾翻動作在生活中的應用價值何在？師生共同討論。一則希望引起兒童學習動作的興趣，另一方面透過相互討論能讓兒童學會魚躍騰越滾翻的動作後實際應用在日常生活中。教學的順序是說明動作及示範、動作嘗試練習、錯誤姿勢矯正、動作反覆練習、表演欣賞。值得一提的是教師設計競爭遊戲及拔河比賽提高兒童學習的興趣。能將體操動作與日常生活相結合是此教學活動最大的特色。

從上述的幾個教案來分析，各校均依據小學體育課程標準的規定選擇體操教材作為上課的內容，目標及教材內容、教學方法均符合體育課程標準中的規定。而擔任體操教學的授課亦有創意，部分的學校之教材係由全年級教師集思廣益設計而成；亦有部分學校體操教材是自編，亦有學校參照體育教材教法書籍。值得一提的是將教室布置成上體操課的地點的作法對於雨天或是場地不足時，可提供參考。

然而，小學體育教師碰到教學上的問題該如何解決？所幸各師範學校均有輔導各小學教學的功能。在小學體操課授課教師在上機巧運動時普遍碰到的共同問題是兒童安全問題。由於兒童看到體操器材產生又愛又怕的心理作用，造成授課教師的困擾，當時的新竹師範學校在學校的刊物上公開解答各小學上體操課有關機巧運動的困擾。原文如下：

心理學家認為「任何環境對兒童都有挑戰的作用，同時兒童都有克服該等挑戰的心理。」尤其是機巧運動，只要有器材，兒童總想去動一動。但由於器材是固定的，而兒童必須懸空去接受挑戰，因此其危險性較高，且動作與日常生活的各種活動離得太遠，對兒童心理壓力較大，故如在學習過程中曾摔過或受過其他刺激，或看到同學受傷等情形時會產生害怕心理。故對於害怕機巧運動的兒童，首先可以鼓勵方式誘導兒童嚐試；選擇適當的教材，安全的器具，老師示範時不做過分表現，同時最重要者為兒童嘗試練習時使他對保護員生信賴的心理。如上述諸法仍不能減除兒童害怕的心理時還可以降低單雙槓、平均台、跳箱的高度、

或以其他象徵性器材使他達到補償的滿足作用後，再誘導其學習正式之教材³⁵。

上述的回答不僅對發生疑問的教師予以解答，同時也給擔任體操課的授課教師提供參考的意見。

第三節 小學體操設備與器材

台灣戰後初期，小學各校的體育設施甚為殘破，因陋就簡；在體育教材方面亦相當缺乏，全憑授課教師自行蒐集參考的資料，在教學成效參差不齊。日據時期富有軍國民色彩的體操教材，仍可在各小學的教學實態中發現。³⁶

在此時期，台灣各小學的經費仍相當困難，再加上通貨膨脹的影響，各小學連基本的教學設施及辦公費用都顯得困窘，遑論從事學校的其他建設或是購買教學設備；簡言之，戰後初期台灣各小學在經費缺乏的情形下，教學的品質大打折扣。³⁷

為了配合民國 51(1962)年小學體育課程標準的實施，教育部於民國 54(1965)年 6 月以教育部令台 54 國字第 9774 號公布國民學校設備標準，在國民學校設備標準的總綱中明示其目標如下：

- 一. 配合課程標準，改進教學設施。
- 二. 佈置適當環境，充實學校內容。
- 三. 運用各種設備，提高教學效率。
- 四. 鼓勵研究製作，發揚創造精神³⁸。

目標條文一即明確指出設備標準係配合課程標準而訂，目的是改進教學、提高教學效率。目標四也鼓勵教師研究製作教具，發揮創造的精神使教學進行更順

³⁵ 國教世紀編輯部。〈輔導信箱「體育唱遊問題一束」〉。《國教世紀》。2 卷 11 期。新竹師專。民 56 年 5 月 31 日。21 頁。

³⁶ 范春源。〈戰後台灣小學體育科教育演變之研究-民國 34~83 年〉。國立台灣師範大學體育研究所博士學位論文。民 87 年 1 月。71 頁。

³⁷ 范春源。〈戰後台灣小學體育科教育演變之研究-民國 34~83 年〉。國立台灣師範大學體育研究所博士學位論文。民 87 年 1 月。30 頁。

³⁸ 教育部。〈國民學校設備標準的總綱〉。《國民學校設備標準》。台北。正中書局。民 54 年 6 月 1 頁。

利。

有關中高年級體育科設備標準的原則內容如下：

- 一、本標準所列設備，除表列註明應有數量外，可參照附圖之規格設置。
- 二、各種設備應儘量利用天然環境設置，以節省經費。
- 三、各種設備應經常保持所定數量，俾能充分供應兒童活動。
- 四、應儘量將低、中、高各年級之遊戲器材及場所分開設置，以便管理。
- 五、各種器械設備，應設於遊戲場周圍，切忌設於場地中央，以免妨礙其他遊戲活動。
- 六、各種設備應有妥善之管理及使用辦法³⁹。

小學中高年級設備標準中體操設備器材必須設置的內容如表 1-8：

表 1-8 民國 54（1965）年中高年級體育科設備標準中體操設備內容

類別	名稱	單位	數量			
			12 班以下	13~24 班	25~36 班	37~48 班
機巧	墊子	副	二	四	六	八
	跳箱	副	一	二	三	四
	助躍板	塊	一	二	三	四
	平均台	台	二	四	六	八
	單槓	副	四	六	八	十

資料來源：教育部。〈國民學校設備標準的總綱〉。《國民學校設備標準》。台北。正中書局。民國 54 年 6 月 187 頁。

從上表中可以看出教育部中高年級體育科設備標準中體操設備內容的規定，是以小學班級數量作為分類，班級多的學校則必須提供的體操設備多以支持體操教學，班級少的學校也有最少必須設置的體操設備數量。以 12 班以下的學校為例，必須有墊子 2 副、跳箱 1 副、助躍板 1 塊、平均台 2 台、單槓 4 副等數量，而 37~48 班的學校必須提供的體操教學設備則數倍於 12 班以下的學校必須有墊子 8 副、跳箱 4 副、助躍板 4 塊、平均台 8 台、單槓 10 副。體育科設備標準的規定對於各校必須設置體操教學設備的基本數量提供了法令的依據，各小學必須根據設備標準的規定來購置。上述規定對於提升小學體操教學是正面的，有

³⁹教育部。〈國民學校設備標準的總綱〉。《國民學校設備標準》。台北。正中書局。民國 54 年 6 月。185 頁。

了法令的規範主管教育的教育部、廳、局則必須依法令來編列預算執行政策，同時各小學也可依法令的規定購置體操器材來支援教學。

根據 56 學年度台灣全省中小學體育設施調查，各級學校的共同缺點為缺乏體育設備、已有體育建築設備之管理不妥善、缺乏長期增建計畫、場地之配置及應用不理想及場地使用過於雜亂⁴⁰。以小學體操設施為例，許多學校將體操設備或滑梯、鞦韆、肋木、翹翹板等固定設備建設在遠離校舍處，無形中將器材之使用價值降低，變為形式上之點綴⁴¹。

以民國 54（1965）年台中縣豐原鎮南陽國小的體操器材及設備為例，有關體操的設備有攀登架、雙槓、肋木、雲梯、迴旋椅、浪橋各一座、鞦韆九座。有關機巧運動的器材有低單槓十一座、高單槓二座、平均台四台、跳箱三座、墊子六張、助跳板四個、爬槓架一座；墊上、跳箱、單槓運動教學圖表各一⁴²。從上述的體操設備來分析，南陽國小的體操器材及設備與小學體育設備標準中的規定相去不遠，足以支援體操教學。尤其該校設立了體育推行委員會每學期開會二次，必要時開臨時會議，以計畫及推行有關全校體育事宜⁴³。學校中設體育股，在體育股之下分田徑、球類、機巧、韻律、遊戲、唱遊及其他運動項目並排定老師負責，其中機巧運動由該校的范雙華老師負責⁴⁴。

為了克服體操教學設備不足的困難，有學校以「善用社會資源」的方式充實體操設備，如「苗栗縣建功小學向苗栗鎮自來水廠要來舊鐵管製作成單槓、平均台、爬竿、浪橋、鞦韆、橫梯等⁴⁵。」亦有全校老師共同動手製作體育遊戲設備者，如桃園縣龍潭小學「為了配合教學的需要，由老師們的腦筋及利用課餘時間，在不浪費金錢的範圍內，做了各種體育遊戲設備如平均台、跳箱、單槓等器材⁴⁶」。在大環境缺少經費購買體操教材的情形下，授課教師以克難、自行動手做的方式解決教學上的不便，提供兒童接觸體操運動的機會，在作法上及敬業精神方面均值得肯定。

整體而言，台灣的小學就學率提高、學生人數增加的情形下，每位小學生所佔的最低運動面積並不多。再則，就各項運動項目的場地而言，各校所具備者相當有限，與教育部頒布的體育設備標準相差甚多，對小學體育科教育的推展而言，十分不利。此時期的小學運動設施，與教育部頒的體育設備標準中所規定者，

⁴⁰蔡長啓。《台灣省中小學體育設施研究》。民 57 年。37-39 頁。

⁴¹蔡長啓。《台灣省中小學體育設施研究》。民 57 年。37 頁。

⁴²台中縣南陽國校體育股。〈南陽國民學校體育教學概況〉。未出版。民 54 年。4~5 頁。

⁴³台中縣南陽國校體育股。〈南陽國民學校體育教學概況〉。未出版。民 54 年。3 頁。

⁴⁴台中縣南陽國校體育股。〈南陽國民學校體育教學概況〉。未出版。民 54 年。3 頁。

⁴⁵黃朝宗。〈苗栗縣建功國校簡介〉。《國教世紀》。1 卷 6 期。民 55 年 4 月。12 頁。

⁴⁶李 朋。〈龍潭國校遊戲化教學研究簡介〉。《國教世紀》。1 卷 6 期。民 55 年 4 月。17 頁。

差距很大，因此，此時期的小學體育科教育之落實而言，相當困難⁴⁷。

小學體育設備標準頒布後，教育部是否有相對的經費撥給各校來進行設備的購置以落實體育科設備標準的規定。從實務面而言，各小學普遍受限於經費無法購置體操器材。使得體育科設備標準頒布的美意大打折扣，而缺乏體操設備要進行體操教學如同「緣木求魚」般的困難。

第四節 本章小結

自台灣戰後，小學的體育課程中即列有體操的教材，這對於戰後初期台灣在物質缺乏、經濟發展困難的教育環境而言，除了徒手操不需器材支援之外，授課教師可以馬上進行教學，而需要器材的體操項目在實施上有很多的困難。經過民國 37（1948）年及 51（1962）年的課程標準修訂公布，小學的體育課程中仍有體操的教材，分別是低年級唱遊課程及中高年級的體育課程。體操的教材內容變化不大，對於男女生分別有不同的體操教材內容。值得一提的是，民國 51（1962）年公布的小學體育課程標準將體操課分為「機巧運動」與「體操」。「機巧運動」以需要器材設備的墊上運動、跳箱、單槓及平均台為主。

此時期小學體育的師資在程度上呈現「良莠不齊」的現象，大多數的體育課程都由級任教師擔任，而多數的級任教師並未具備體操教學的能力。是以，在教學實態中能上體操課者並不多見。徒手操或許可以，但是體操運動中的機巧運動如墊上運動、跳箱、單槓及平衡木運動就相對困難。從教學實例來分析，示範體操教學者不論是教學活動的設計及現場的演示教學，都符合體育課程標準的規定。但從全台灣各小學體操教學的普遍性來看，體操教學大有問題。尤其是在授課教師能力不足，加上體操設備與器材亦不足的情形下，此時期的體操教學只能用「聊備一格」來形容。

民國 51（1962）年的課程標準修訂公布之後，教育部為了配合推動小學課程標準，於民國 54（1965）年公布了小學設備標準，其中，有關小學體育的設備標準有最低的要求數量，對於小學課程標準而言，小學設備標準的公布使得各小學場地設備的需求及數量，有了法令依據是很好的一項配套措施。但受限於台灣當時的經濟環境並無法投入經費在小學體操設備器材的購買，法令的公布僅止於「望梅止渴」。一時之間雖無法予以落實法令的要求，但是，教育部的用心與

⁴⁷范春源。〈戰後台灣小學體育科教育演變之研究-民國 34~83 年〉。國立台灣師範大學體育研究所博士學位論文。民 87 年 1 月。166 頁。

努力仍應予以肯定。從當時小學體育設備的現況與調查來看，大多數的學校都面臨設備器材缺乏的困難，部分學校能以「就地取材」、克難的方式來替代相當難得，至於教育主管機關公布了體育設備標準，但是各小學卻無經費預算以購買體操教學器材的情形下，呈現「徒有法令不足以自行」的窘境。





第二章 台灣小學體操運動發展 (1968-1993)

第一節 小學教育政策與體育課程

第一項 小學教育政策

教育部為配合九年國民教育之實施，根據行政院所頒布之「九年國民教育實施綱要」進行國民中小學課程標準修訂工作，自 56(1967)年 9 月初開始，至 12 月完成。此次課程的修訂是「採取九年一貫之精神，並遵照總統指示，以加強民族精神教育、生活教育及職業陶冶為中心」⁴⁸。因此，此時期的小學教育政策，是以延長義務教育為主軸，除了制定「九年國民教育條例」作為推動九年國民教育工作之外，在此同時，並且修訂中小學課程標準，將九年一貫制的精神，在課程中落實。⁴⁹

其次，此時期另一個重要的小學教育政策即是推動「發展與改進國民教育計劃的訂定與實施」。該項計劃的擬定，係由台北市教育局、台灣省各縣市教育局、金馬政委會文教科等主管地方教育國民中小學之教育行政機關，依據地區情況及財政資源能力，研究各縣市「發展與改進國民教育五年計劃」，再報由台灣省教育廳、國防部總政戰部統合所屬各縣市計劃而成，最後由教育部統合而成全國性的五年計劃。實施的時間自民國 66(1977)年至 70(1981)年⁵⁰。

上述的計劃項目，共分廿二項細部計劃：分別為保障學童安全，促進學童健康、增進學習效果，提高教育素質及繼續提高國民中小學學童就學率三方面。由中央及台灣省政府編列專款補助各縣市辦理，不足經費則由縣市政府籌措配合，共計約投資八十餘億元⁵¹。

民國 70(1981)年「發展與改進國民教育五年計劃」執行結束後，教育部繼續擬訂「發展與改進國民教育六年計劃」，提行政院 71(1982)年 6 月 24 日第 1786 次院會通過，於 71(1982)年 7 月 3 日以台(七十一)教字第 11061 號函復教育部辦理⁵²。「發展與改進國民教育六年計劃」執行時間是自民國 72(1983)年至 77(1988)

⁴⁸教育部。〈第三編國民小學教育第一章概述〉。《第四次中華民國教育年鑑》。民 63 年。14 頁。

⁴⁹教育部。〈第三編國民小學教育第一章概述〉。《第四次中華民國教育年鑑》。民 63 年。14 頁。

⁵⁰教育部。《發展與改進國民教育計劃執行成果報告》。民 71 年。1 頁。

⁵¹教育部。《發展與改進國民教育計劃執行成果報告》。民 71 年。1 頁。

⁵²教育部。〈第三編國民小學教育第一章概述〉。《第五次中華民國教育年鑑》。民 73 年。42 頁。

年。計畫重點：則為促進學童健康與維護學童安全、改進教育內容與方法，充實國民所需之基本知能、培養愛國情操與適應現代社會生活之能力及發展特殊教育，並繼續提高就學率⁵³。

教育部為改善台灣省國民教育基本教育設施，以平衡城鄉教育水準，於75(1986)年12月24日報請行政院於77會計年度，編列「改進台灣省國民中小學基本教育設施計畫」三百零五億元，奉行政院指示併入「發展與改進國民教育第二期六年計畫」辦理⁵⁴。計畫重點：加強衛生保健措施，維護學童安全與健康、充實偏遠地區教育設施，建立教育福利制度、發展特殊教育，實現有教無類、因材施教理想、改善教學環境與設備，提昇教育品質及改進教學內容與方法，提高教育效果⁵⁵。

該計畫的後三年(八十一、八十二、八十三)完成部分增改建國民中小學普通教室第二階段計畫。維護國民中小學學童安全與加強衛生保健第二階段計畫。充實國民中小學圖書館(室)第二階段計畫。充實國民中小學專科教室第二階段計畫⁵⁶。

在發展軟體計畫方面，地方應行辦理項目前三年(七十八、七十九、八十)完成部分解決國民中小學教師退休問題計畫。逐年提高國民小學教師員額編制計畫。後三年(八十一、八十二、八十三)完成部分逐年提高國民小學教師員額編制計畫。增改建國民中小學運動場計畫。改善國民中小學排水、填土、護坡工程計畫。更新國民中小學課桌椅計畫⁵⁷。

在發展與改進國民教育計畫中，絕大部分的經費投注在硬體設施的改善，顯示國民教育在延長義務教育之後，仍有許多硬體建設方面未盡理想，須透過專案計畫的方式，予以加強或補充。而就軟體建設言，政府亦著手編定計畫予以充實⁵⁸。

整體而言，政府在此時期小學教育政策是以推動九年國民教育政策及推動一連串的改進國民教育計畫為主。前者將國民教育延長至9年，讓小學生免試上國中，紓解了部分的升學壓力，改善小學「惡性補習」的現象；後者則大幅改善台灣全省小學教育的軟硬體設施，其中的項目包括小學教室、運動場館的增建及改建。這對於小學推動體育科教育的影響是正面的，對於推動小學體操運動而言亦是正面的。

⁵³教育部。《發展與改進國民教育第二期六年計畫》。民78年。1頁。

⁵⁴教育部。〈第三編國民小學教育第一章概述〉。《第六次中華民國教育年鑑》。民85年。19頁。

⁵⁵教育部。《發展與改進國民教育第二期六年計畫》。民78年。4頁。

⁵⁶教育部。《發展與改進國民教育第二期六年計畫》。民78年。5頁。

⁵⁷教育部。《發展與改進國民教育第二期六年計畫》。民78年。1頁。

⁵⁸范春源。〈戰後台灣小學體育科教育演變之研究-民國34~83年〉。國立台灣師範大學體育研究所博士學位論文。民87年1月。270、271頁。

第二項 小學體育課程

爲了配合政府推動九年國民教育的政策，教育部於民國 57(1968)年公布國民小學暫行課程標準，其中的低年級唱遊暫行課程標準中的教學目標如下：

- 一、促進兒童身心健全的生長與發展。
- 二、啟發兒童愛好音樂的興趣。
- 三、發展兒童遊戲運動的興趣與能力。
- 四、養成兒童優良的基本習慣。
- 五、培養兒童優良的群性生活⁵⁹。

從上述低年級唱遊的目標條文中可清楚看出低年級的教學是以促進兒童身心健全發展、培養兒童的興趣及養成優良的基本習慣及群性生活爲目標。在低年級唱遊暫行課程標準中也規定了教材綱要及教材分配的百分比。「遊戲活動」佔低年級唱遊授課教材的 30%，在遊戲活動中，一、二年級的規定有部分不同，其中有關體操的教材有攀援、簡易墊上、低平均台、低跳箱、低單槓等嘗試活動及遊戲器械的使用。爲了適合低年級兒童的身體發展大多的教材是以遊戲及嘗試性活動爲主，適用的教材以簡易或註明「低」平均台、「低」跳箱、「低」單槓。詳細的內容詳見表 2-1。

表 2-1 民國 57（1968）年低年級唱遊暫行課程標準教材綱要及教材分配百分比

要項百分比 類別		第一學年	第二學年
遊戲活動	30%	1.追逐、跳躍、躲閃、擲接、攀援及簡易墊上、低平均台、用球等遊戲活動。 2.競賽、猜測、模仿、感覺、律動、表演、計數等各種簡易的室內外遊戲。 3.遊戲器械的使用。	1. 追逐、跳躍、躲閃、擲接、攀援及簡易墊上、低平均台、用球等遊戲活動。 2. 競賽、猜測、模仿、感覺、律動、表演、計數等各種簡易的室內外遊戲。 3.低跳箱、低單槓等嘗試活動。 4.水上、雪上、冰上等遊戲。 5. 遊戲器械的使用。

資料來源:教育部。《國民小學暫行課程標準》。正中書局。民 57 年 1 月。196、197 頁。

⁵⁹教育部。《國民小學暫行課程標準》。正中書局。民 57 年 1 月。193~194 頁。

至於民國 57（1968）年教育部公布中高年級體育暫行課程標準教學目標如下：

- 一、培養兒童健全的身心，以促進其均衡發展。
- 二、養成兒童公正、守法、服從、負責、誠實、友愛、互助、合群等美德，以奠定團體生活之基礎。
- 三、指導兒童學習基本運動方法，以促進運動能力與安全知能。
- 四、啟發兒童愛好運動興趣，以充實康樂之生活⁶⁰。

中高年級體育的目標條文並未大幅度的更動，仍是以促進兒童的身心均衡發展、奠定團體生活之基礎、促進運動能力與安全知能以充實康樂之生活為重要的目標。此次體育課程標準修訂最大的特色之一即是規定必授教材與選授教材的百分比。必授教材最低佔全部教材 85%。而民國 51（1962）年體操教材名稱「機巧運動」此次則以「體操」之名取代之。體操教材時間支配百分比男生為 20-20%，女生為 15-15%。教材的內容有徒手體操及整隊行進、墊上運動、跳箱運動、單槓運動、平均台運動。有關體操教材時間支配百分比詳見表 2-2。

表 2-2 民國 57（1968）中高年級體操教材時間支配百分比分配表

教材種類	性別	百分比	教材要項
體操	男	20~20%	徒手體操及整隊行進、墊上運動、跳箱運動、單槓運動、平均台運動。
	女	15~15%	

資料來源:教育部。《國民小學暫行課程標準》。正中書局。民 57 年 1 月。244 頁。

至於各學年體操必授教材時間的百分比男生為 20%，女生則是 15%。四學年的上課總時數男生是 102 節，女生是 77 節課。分配到四個學年，三、四年級男生上 25 節，五、六年級男生上 26 節；女生三年級上 20 節，四至六年級則上 19 節課。中高年級各學年體操必授教材時間分配詳如表 2-3。

表 2-3 民國 57（1968）年中高年級各學年體操必授教材時間分配：

教材種類	性別	百分比	四學年總時數	各學年授課節數			
				第三學年	第四學年	第五學年	第六學年
體操	男	20~20%	102~102	25~25	25~25	26~26	26~26
	女	15~15%	77~77	20~20	19~19	19~19	19~19

資料來源:教育部。《國民小學暫行課程標準》。正中書局。民 57 年 1 月。246 頁。

⁶⁰ 教育部。《國民小學暫行課程標準》。正中書局。民 57 年 1 月。243 頁。

若以體操各項體操教材之百分比及各學年授課時數來分析，體育課程標準中以徒手操及整隊行進、墊上運動、跳箱運動、單槓運動、平均台運動來分類，各項教材都佔一定的百分比，詳如表 2-4。換言之，前述的體操教材在體育課中都必须教授。因此，授課教師必須嫻熟體育課程標準中各項體操教材才能勝任。對於各項體操教材都規定上課的時數對於兒童而言有機會學習不同的體操項目，而不會僅集中於徒手操或墊上運動，用意良好。但是，要達到表 2-4 中教材及教學時數的要求，授課教師對於體操教材必須嫻熟，這在實務面上恐怕有困難。

表 2-4 民國 57（1968）年中高年級各項體操教材之百分比及授課時數分配表

教材要項	各項教材百分比		授課總時數	各學年授課時數			
				第三學年	第四學年	第五學年	第六學年
徒手操及整隊行進	男	20%	20	5	5	5	5
	女	20%	15	4	3	4	4
墊上運動	男	30%	32	8	8	8	8
	女	20%	16	4	4	4	4
跳箱運動	男	20%	20	5	5	5	5
	女	20%	15	4	4	3	4
單槓運動	男	20%	20	5	5	5	5
	女	20%	15	4	4	4	3
平均台運動	男	10%	10	2	2	3	3
	女	20%	16	4	4	4	4
合計	男	100%	102	25	25	26	26
	女	100%	77	20	19	19	19

附註：體操之總授課時數，男生以 102 節，女生以 77 節為準。

資料來源：摘自教育部。《國民小學暫行課程標準》。正中書局。民 57 年 1 月。247~248 頁。

為方便授課教師參考，中高年級體育暫行課程標準中將各項體操教材的內容詳述之，茲分述如下：

1. 徒手體操及整隊行進(各學年男女生同)：

(1)徒手體操

①上肢運動：

勺舉、振、擺(前、後、上、側斜方)。

勺屈伸(前、後、上、下側方)。

□繞圈(內、外、前、後側方)。

匸撐(俯臥、仰臥、側臥等)。

②下肢運動：

ㄣ舉、振、擺(前、後、側、斜方)。

ㄣ屈伸(半屈膝、前屈膝)。

□跳躍(單足、雙足)。

③胸部運動：展、挺。

④體側運動：傾斜、側彎。

⑤腹背運動：彎(前、後)、屈(前)、挺(前)。

⑥軀幹運動：轉體(側)、繞圈。

⑦平均運動：單足立、雙足立、單足行、雙足行。

⑧全身運動：身體各部聯合動作。

附註：各學年徒手體操教材內容，務必包括上列八項，動作之難易度及運動量之大小，應配合各年級兒童之需要選配。

(2)整隊行進：

第三、四學年：

①立正 ②稍息 ③縱隊排列法 ④橫隊排列法 ⑤向左、向右、向後轉 ⑥齊步行進

⑦跑步行進

第五、六學年：

①立正 ②稍息 ③各種轉法 ④縱隊排列法 ⑤橫隊排列法 ⑥齊步行進 ⑦跑步行進 ⑧行進間步法變換 ⑨停止間及行進間隊形和方向變換。

2. 墊上運動：

第三學年：(1)模仿動作 (2)側滾翻 (3)前滾翻。

第四學年：(1)連續前滾翻 (2)後滾翻 (3)前後滾翻。

第五學年：(1)連續後滾翻 (2)分腿前後滾翻 (3)低(或近)魚躍滾翻。

第六學年：(1)側翻 (2)高(或遠)魚躍滾翻 (3)頭手倒立。

3. 跳箱運動：

第三學年：(1)跨越(橫箱高約卅公分) (2)踏跳越(橫或縱箱高約卅公分)。

第四學年：(1)跳上箱前跳下 (2)蹲跳上，俯身分腿

前下(縱箱高約五十公分) (3)正騰越(橫箱高約四十公分)。

第五學年：(1)跪跳上前跳下(橫縱箱高約五十至六十公分) (2)分腿騰越(縱箱高約六十公分) (3)箱上前滾翻(縱箱高約四十至五十公分)。

第六學年：(1)併腿蹲騰越(橫箱高約六十至七十公分) (2)分腿騰越(縱箱高約七十至八十公分) (3)箱上前滾翻(縱箱高約五十至六十公分)。

4. 單槓運動：

第三學年：(1)跳上跳下 (2)向前迴環下 (3)膝勾振(單雙) (4)各種懸垂擺振。

第四學年：(1)向後迴環上 (2)單外膝勾上 (3)單足及踏槓側騰越下。

第五學年：(1)連續向後迴環上 (2)短振膝勾上(單內外) (3)向後小迴環 (4)膝勾前後迴環。

第六學年：(1)併腿伸膝向後迴環上 (2)短振膝勾上 (3)連續後迴環 (4)膝勾前後迴環。

5. 平均台運動：

第三學年：(1)前後行進 (2)靜止間下肢屈伸。

第四學年：(1)足尖前後行進 (2)行進間下肢屈伸及擺動。

第五學年：(1)側行進及轉身行進 (2)行進間下肢屈伸及擺振 (3)靜止間單足屈伸之平均運動。

第六學年：同第五學年⁶¹。

上述的教材內容說明較之於民國 51(1962)年公布的「機巧運動」僅列出教材名稱而未規定各項教材的動作為何，上述的教材配合學年列出應教授的體操動作在教學實務較受授課教師的歡迎。其中的跳箱運動在三年級跳箱的高度是 30 公分，之後隨著年級增加而增加高度，有助兒童的學習。由於每項體操教材都有一定的授課時數，所以要求各項教授教材的動作內容不多，是務實的作法。

民國 64(1975)年教育部公布的小學低年級唱遊課程標準教學目標如下：

- 一、促進兒童身心健全的生長與發展。
- 二、啟發兒童愛好音樂的興趣。
- 三、發展兒童遊戲運動的興趣與能力。
- 四、養成兒童優良的基本習慣。
- 五、養成兒童優良的群性生活⁶²。

上述的目標條文和民國 57(1968)年公布的低年級唱遊暫行課程標準相同，此處不再贅述。但從表 2-5 教材綱要及教材分配百分比來看體操佔教材的 10%。和民國 57(1968)年公布的「遊戲活動」教材名稱不同，民國 64(1975)年公布的教材綱要明確的列出「體操」的名稱，教材內容則一、二年級相同為整隊行進、簡易墊上運動，低跳箱、低單槓、低平均台等遊戲。

⁶¹教育部。《國民小學課程標準》。正中書局。民國 64 年 8 月。247-250 頁。

⁶²教育部。《國民小學課程標準》。正中書局。民國 64 年 8 月。205 頁。

表 2-5 民國 64（1975）年低年級唱遊體操教材綱要及教材分配百分比

類別	要 項 百 分 比	學 年	
		第一學年	第二學年
體操	10%	1.整隊行進。 2.簡易墊上運動，低跳箱、 低單槓、低平均台等遊戲。	1.整隊行進。 2.簡易墊上運動，低跳箱、 低單槓、低平均台等遊戲。

資料來源：摘自教育部。《國民小學課程標準》。正中書局。民國 64 年 8 月。207 頁。

至於民國 64（1975）年中高年級體育課程標準教學目標如下：

- 一、培養兒童健全身心，以促進其均衡發展。
- 二、指導兒童學習基本方法，以促進其運動能力之發展。
- 三、養成兒童公正、守法、服從、負責、誠實、友愛、互助、合作、勇敢、果斷等美德，以奠立其團體生活之基礎。
- 四、指導兒童保健衛生知識，以培養其良好習慣。
- 五、啟發兒童愛好運動之興趣，以充實其康樂生活⁶³。

在民國 64（1975）年中高年級體育課程標準目標條文中和 57（1968）年公布的課程目標條文相近，另外增加了目標四指導兒童保健衛生知識，以培養其良好習慣。顯示強調養成保健衛生的習慣。教材綱要方面詳如表 2-6，民國 64（1975）年體操必授教材種類要項及時間分配，男生體操教材的百分比從民國 57（1968）年的 20%增加為 20-25%，女生也從民國 57（1968）年的 15% 增加為 15-20%。教材要項則增加手具體操，而每項教材均增加「遊戲」。如墊上遊戲及運動、跳箱遊戲及運動、單槓遊戲及運動、平衡木遊戲及運動。而平均台改稱為平衡木。

表 2-6 民國 64（1975）年體操必授教材種類要項及時間分配表

教材 種類	性 別	百分比	教材要項
體操	男	20~25%	整隊行進、徒手體操、手具體操、墊上遊戲及運動、跳箱遊戲及運動、單槓遊戲及運動、平衡木遊戲及運動。
	女	15~20%	

資料來源：摘自教育部。《國民小學課程標準》。正中書局。民 64 年 8 月。263 頁。

⁶³教育部。《國民小學課程標準》。正中書局。民 64 年 8 月。261 頁。

表 2-7 民國 64（1975）各學年體操必授教材時間分配

教材種類	性別	百分比	四學年總授課節數	各學年授課節數			
				第三學年	第四學年	第五學年	第六學年
體操	男	20~25%	72~90	18~22	18~22	18~23	18~23
	女	15~20%	54~72	14~18	14~18	13~18	13~18

資料來源:摘自教育部。《國民小學課程標準》。正中書局。民 64 年 8 月。265 頁。

從體育課程標準中規定必授教材最低佔全部教材的 80%⁶⁴之規定來看，各學年體操教材的比例是增加了，但是由於必授教材所佔的比例從民國 57（1968）年公布的 85%降為民國 64（1975）年的 80%。是以，體操教材四學年總授課節數來看比民國 57（1968）年減少，男生為 72-90 節，女生 54-72 節。依此節數分配到三到六年級授課節數為 18-22 節及 18-23 節，女生為 14-18 節及 13-18 節，詳如表 2-7。

如上述體操各學年必授教材內容佔全部教材 80%，有關詳細的各項體操教材之百分比及各學年授課時間分配詳如表 2-8。

表 2-8 民國 64（1975）各項體操教材之百分比及各學年授課時間分配表

教材綱要	各項教材百分比		授課總節數	各學年授課節數			
				第三學年	第四學年	第五學年	第六學年
整隊、行進、徒手體操、手具體操	男	25%	18~22	5~6	5~6	4~5	4~5
	女	25%	18~23	5~6	5~6	4~6	4~5
墊上遊戲及墊上運動	男	25%	18~23	4~5	4~6	5~6	5~6
	女	25%	18~22	4~5	4~5	5~6	5~6
跳箱遊戲及跳箱運動	男	20%	15~18	4~5	4~5	4~4	3~4
	女	20%	15~18	4~5	4~5	4~4	3~4
單槓遊戲及單槓運動	男	20%	14~18	3~4	3~4	4~5	4~5
	女	15%	10~14	2~3	2~3	3~4	3~4
平衡木遊戲及平衡木運動	男	10%	7~9	2~2	2~2	1~2	2~3
	女	15%	11~13	3~3	3~4	2~3	3~3
合計	男	100%	72~90	18~22	18~23	18~22	18~23
	女	100%	72~90	18~22	18~23	18~23	18~22

附註:

⁶⁴教育部。《國民小學課程標準》。正中書局。民 64 年 8 月。267 頁。

- 1.體操之總授課節數，男生以 72 節至 90 節，女生以 54 節至 72 節為準。
 - 2.各學期體操教材，可由表列墊上、跳箱、單槓、平衡木等遊戲選兩項，配合整隊行進、徒手(手具)體操，實施教學。例如第一學期選墊上與平衡木等遊戲及運動；第二學期選擇跳箱與單槓等遊戲及運動。
- 資料來源:摘自教育部。《國民小學課程標準》。正中書局。民 64 年 8 月。268-269 頁。

從表 2-8 的附註說明 2：各學期體操教材，可由表列墊上、跳箱、單槓、平衡木等遊戲選兩項，配合整隊行進、徒手(手具)體操，實施教學。在體操授課項目的規定上有了彈性，可以在上或下學期任選二項教材配合整隊行進、徒手操來進行教學。與民國 57（1968）年的規定相比較，彈性的規定在實務面較為可行。至於各項體操教材內容分述如下：

1. 整隊行進：

第三學年：(1) 三行縱隊以下之集合、整隊、看齊。

- (2)立正、稍息。
- (3)向左、向右、向後轉。
- (4)縱隊齊步行進。
- (5)縱隊跑步行進。

第四學年：(1)四行縱隊以下之集合、整隊、看齊。

- (2)立正、稍息。
- (3)向左、向右、向後轉。
- (4)縱隊齊步行進。
- (5)縱隊跑步行進。

第五學年：(1)各種縱隊及橫隊之集合、整隊、看齊。

- (2)立正、稍息。
- (3)向左轉、向右轉、向後轉、半面向左轉、半面向右轉。
- (4)縱隊、橫隊之停止間隊形變換。
- (5)縱隊、橫隊之齊步、跑步行進及步法變換。

第六學年：(1)各種縱隊及橫隊之集合、整隊、看齊。

- (2)立正、稍息。
- (3)向左轉、向右轉、向後轉、半面向左轉、半面向右轉。
- (4)縱隊、橫隊之停止間隊形變換。
- (5)縱隊、橫隊之齊步、跑步、行進及步法變換。
- (6)各種隊形之行進間隊形與方向變換。

2. 徒手體操及手具體操：

第三學年：(1)變換步幅之各種走步、跑步行進。

(2)蟹行。

(3)兔跳、馬跳及各種併分腿跳躍與方向變換跳等。

(4)短繩跳躍(併足連續跳)。

(5)上肢舉振、屈伸繞環。

(6)下肢伸前振、前後左右大開立。

(7)併開立，軀幹前、後、左、右彎及左右轉。

(8)簡易手具徒手操。

第四學年：(1)變換步速及步幅之各種走步與跑步。

(2)蟹行。

(3)兔跳、馬跳。三人牽手跳、方向變換跳。

(4)短繩連續跳躍(併足、單足變換一繞一跳)、短繩跑步跳、長繩跳躍。

(5)上肢向前、上、下、左、右屈伸、前上振、前後繞環。

(6)下肢屈伸、前後振、前、後、左、右大開立。

(7)開立前後左右彎體、仰臥挺身。

(8)簡易手具體操。

第五學年：(1)變換步幅、步速及方向之各種走步與跑步。

(2)蛙跳、連續馬跳、三人牽手跳、旋轉跳。

(3)短繩交叉迴旋跳(左右足交換跳，雙足連續跳)短長繩配合跳。

(4)上肢之各種屈伸，舉振、繞環。

(5)下肢之各種屈伸、擺振。

(6)軀幹之前、後、左、右彎曲、側轉繞環。

(7)手具體操。

第六學年：(1)變換步幅、步速及方向之各種走步與跑步。

(2)蛙跳、連續馬跳、三人牽手跳、旋轉跳。

(3)短繩跳躍、短長繩配合跳、長繩交叉跳。

(4)上肢之各種屈伸、舉振、繞環。

(5)下肢之各種屈伸、擺振。

(6)軀幹之前後左右彎、側轉、繞環。

(7)手具體操。

附註

(1)上列各種徒手運動或體操，係以促進兒童之彈力、柔軟性、協調性及適度肌力為目標。

(2)手具體操係指使用短竹竿、布條、棍棒、啞鈴或其他輕器具，從事上肢、下肢、軀幹、跳躍等體操運動之意，各校可視實際需要自編教材教學之。

3. 墊上遊戲及墊上運動：

第三學年：(1)各種動物行進之模倣運動。

(2)滾筒。

(3)雞蛋滾翻。

(4)前滾翻。

第四學年：(1)各種墊上遊戲。

(2)連續前滾翻。

(3)後滾翻。

(4)前後滾翻。

第五學年：(1)連續後滾翻。

(2)分腿前後滾翻。

(3)小魚躍滾翻。

(4)母雞倒立。

第六學年：(1)連續前後滾翻。

(2)分腿前後滾翻。

(3)小魚躍滾翻。

(4)頭手倒立。

(5)簡易連續動作。

4. 跳箱遊戲及跳箱運動：

第三學年：(1)跨越(橫箱高約卅公分)遊戲。

(2)踏跳越(橫箱高約卅公分)。

第四學年：(1)各種跳上箱前跳下(橫或縱箱高約四十至五十公分)。

(2)蹲騰越(橫箱高約四十至五十公分)、或分腿騰越(縱箱高約四十至五十公分)。

第五學年：(1)跪上箱前跳下(橫縱箱高約五十至六十公分)。

(2)分腿騰越(縱箱高約六十至七十公分)。

(3)蹲騰越(橫箱高約六十至七十公分)。

第六學年：(1)箱上前滾翻(縱箱高約五十至六十公分)。

(2)分腿騰越(縱箱高約六十至八十公分)。

(3)蹲騰越(橫箱高約六十至七十公分)。

5. 單槓遊戲及單槓運動：

第三學年：(1)低單槓遊戲(盪鞦韆、猴子倒吊、跳上跳下，向前迴環下等)。

(2)膝鈎振(單雙膝)。

(3)向前迴環下。

第四學年：(1)向後迴環上。

(2)單外鈎膝上。

(3)各種下槓動作(向前迴環下，向後跳下，單足踏槓前跳下)。

第五學年：(1)連續向後迴環上。

(2)向後迴環。

(3)鈎膝向後迴環。

(4)簡易連續動作。

第六學年：(1)併腿伸膝向後迴環上。

(2)插背引體向上。

(3)連續向後迴環。

(4)鈎膝前後迴環。

(5)簡易連續動作。

6. 平衡木運動：

第三學年：(1)平衡木遊戲(在平衡木上互推、互拉、火車過橋、猴子過獨木橋等)。

(2)向前、向後、向左、向右行進。

(3)靜止間舉足平衡。

第四學年：(1)平衡遊戲(同三年級)。

(2)足尖向前、向後、向左、向右行進。

(3)行進間下肢單足擺振。

(4)靜止間各種單足之平衡。

第五、六學年：(1)平衡木上之角力遊戲，猜拳遊戲。

(2)行進間下肢屈伸及擺振。

(3)靜止間單足屈伸之平衡運動。

(4)簡易連續動作(包括向前、後、左、右行進、單足平衡、擺振、下肢屈伸、轉身等)。

附註：男生授課時數較少，可視實際需要酌情選擇教材施教⁶⁵。

如上述，在民國 64（1975）年公布的教材內容有整隊、行進、徒手體操、墊上遊戲及墊上運動，跳箱遊戲及跳箱運動，單槓遊戲及單槓運動，平衡木遊戲

⁶⁵教育部。《國民小學課程標準》。正中書局。民 64 年 8 月。267~277 頁。

及平衡木運動。教材內容中增加手具體操一項，手具體操的意義係指使用短竹竿、布條、棍棒、啞鈴或其他輕器具，從事上肢、下肢、軀幹、跳躍等體操運動之意，各校可視實際需要自編教材教學之。其次，各項體操教材都增列遊戲部分，是以，從上述的內容中也可以發現增加了體操教材遊戲部分的動作規定。此外，民國 64（1975）年公布體育課程標準中的也詳述體操教材編選要點及體操教學要點⁶⁶，供授課教師參考。

綜合上述民國 57（1968）年與民國 64（1975）年公布體育課程標準中體操的授課內容、教學時數及所佔全部教材的百分比接近，並無很大的異同。但在教材內容方面民國 64（1975）年的授課內容增加手具體操並在各項目增加「遊戲」的部分，筆者推斷一則降低體操教材的難度，同時也將體操教材「遊戲化」以提升兒童學習的興趣。而體操各項教材在實施時容許授課教師選擇適當的教材施教，分別在上下學期實施可謂是務實的作法，值得肯定。

第二節 小學體育師資與體操教學

第一項 小學體育師資

民國 56（1967）年師範學校升格為五年制師範專科學校，將師資的培育工作提升至專科學校。在民國 56（1967）年公佈的課程中，理論性科目共 40 學分，而技能性科目共 60 學分，以技能性科目較多，其中以球類的活動時數最多（男 28 學分，女 25 學分），比例幾佔體育術科 1/2，內容種類不但繁多，且因男女體能及生理狀態不同，具體地規範男女生各種的活動時數⁶⁷。由於師範學校中體育科課程之安排，係達到具一般教師之教學知能及基本修養之外，並應具有體育涵養及專業訓練之教師，因此在課程中，與國小體育教材大致能夠配合。惟，體育所佔比例不高，主要因素並非訓練高超的技術者，而是以師範教育目標為主要圭臬及信條，希望能達成國小體育教學之正常化⁶⁸。累計自民國 39（1950）年至民國 77（1988）年，三所師範（專科）學校（即台北師範學校、台南師範學校及台東師範專科學校）的體育師範科畢業生人數男生有 1241 人，女生計 755 人，

⁶⁶教育部。《國民小學課程標準》。正中書局。民 64 年 8 月。291~297 頁。

⁶⁷林玫君。〈戰後台灣國民小學體育師資養成之歷史探源-民國 34 年~民 76 年〉。國立體育學院體育研究所碩士論文。民 82 年 6 月。66、67 頁。

⁶⁸林玫君。〈戰後台灣國民小學體育師資養成之歷史探源-民國 34 年~民 76 年〉。國立體育學院體育研究所碩士論文。民 82 年 6 月。69 頁。

共計 1,996 人⁶⁹。若單純以數字而言，至民國 76（1987）年前為止，每一所公私立小學分配不到一位體育師範科畢業的教師⁷⁰。

再則，教育部體育司也曾調查 55~64 學年度體育科(組)畢業生擔任體育專任的情形，發現民國 55~64 年 10 年之間體育科(組)畢業生專任體育科的比例從 12.7% 至 15.68% 不等⁷¹，從調查結果來看，專任體育教師的比例偏低，是以此時期的體育科畢業生多數並未專任體育科的教學工作。

台北市 66 學年度在全市 111 所小學之中，有 48 所設有體育科教師，其他 63 所小學之體育課程全由級任教師兼任。而 48 所設有體育科任教師之學校中，僅有 13 所其全部體育課程由體育科教師擔任，其他學校雖設有體育科任，但僅能擔任部分課程，尚需由級任教師兼授體育課程⁷²。而體育科任的人數及教師性別如表 2-9。全市體育科任僅有 127 人，級任有 3,244 人，科任佔教師總數為 3.7%。

表 2-9 台北市 66 學年度體育科任的人數概況表

區分	男	女	合計
體育科任	108	19	127
級任兼任	945	2,299	3,244
總計	1,053	2,318	3,371

資料來源：《台北市六十六學年度國民小學體育實施成果報告》。台北市政府教育局第三科編印。
民國 67 年 12 月。47 頁。

有關各小學體育師資服務的情況，根據學者針對 69 學年度台灣省各小學的調查結果顯示，在 1,148 所學校中，體育科系畢業生擔任體育科任者僅 42 人，佔 7%，擔任科任(兼任其他科目)者為 44 人，佔 7.3%，擔任級任者為 471 人，佔 78.4%，其他(交換教學等)者 44 人，佔 7.3%，足見國民小學體育師資，未依其所學，發揮專才專用的功能⁷³。

根據吳萬福的調查「大多數的教師都認為體育教學能力平平，有待加強，並

⁶⁹林玫君。〈戰後台灣國民小學體育師資養成之歷史探源-民國 34 年~民 76 年〉。國立體育學院體育研究所碩士論文。民 82 年 6 月。88 頁。

⁷⁰林玫君。〈戰後台灣國民小學體育師資養成之歷史探源-民國 34 年~民 76 年〉。國立體育學院體育研究所碩士論文。民 82 年 6 月。90 頁。

⁷¹教育部體育司。《體育從業人員供應量調查》。民 65 年。17 頁。

⁷²台北市政府教育局第三科。《台北市六十六學年度國民小學體育實施成果報告》。民 67 年 12 月。47 頁。

⁷³杜登明。〈台灣省國民小學體育實施實況調查研究〉。《體育學報》。第十期。民 70 年 6 月。195 頁。

有 67%的老師為不太能勝任⁷⁴。」

是以，從上述的實例中了解絕大多數的小學體育專業師資並未從事體育教學的工作，「學非所用」的情形充斥，使得原來立意甚佳的體育專業師資，受限於學校大小、分配不均、校長理念以及教師本身意願不高的現實環境，無法發揮所長，此為國小體育師資養成的辛苦過程中，最大的矛盾及抵觸之處⁷⁵。換言之，此時期的國小體育師資在體育師資供給量少的情形下，加上體育師資「學非所用」的情況，使得具有專業的體育師資，不僅無法滿足各小學的需求，同時也無法發揮所長，上述的情形對小學體育科教育的推展及體操運動的教學而言是重大的阻礙因素。

至於小學具有體操教學專長師資方面，根據民國 63(1974)年台灣省小學體育設施的調查資料顯示「有很多小學體育教師不會教國術、體操、舞蹈等教材，不惟說明教法不良，而係根本不會，原因是從來未學過，今硬使之教學，就如要泥水匠去修理機械一般，實在太難了。這些教師現仍爛竽充數。因此對這些教材根本不理，加之體操器材設備不夠，更成為不教的好理由⁷⁶」。台北市於 66 學年度調查該市小學體育科師資專長，調查結果詳如表 2-10。

表 2-10 台北市 66 學年度國民小學體育科師資一覽表

種類	田徑	球類							舞蹈	體操	游泳	其他	合計
		籃球	排球	足球	手球	棒球	桌球	其他球類					
人數	115	65	158	36	72	19	211	42	132	17	37	13	917
百分比	12.5%	7.1%	17.2%	3.9%	7.9%	2.1%	23.0%	4.6%	14.4%	1.9%	4.0%	1.4%	100%

資料來源：筆者根據《台北市六十六學年度國民小學體育實施成果報告》。台北市政府教育局第三科編印。民國 67 年 12 月。49 頁。製作而成。

從上表中了解，台北市具有體育專長的師資中以桌球、排球、舞蹈、田徑為多，而以體操專長的師資最少，僅有 17 人，約佔所有體育師資的 1.9%。但是，台北市教育局曾於 65 學年度舉辦體操教師研習會，參加者有 87 人，按理參加此類研習之後，應視為具備該項專長，但調查中各校並未列入，可能係因體操難予

⁷⁴吳萬福等。〈省立臺北師範學院輔導區國民小學體育現況之調查研究〉。《臺灣省第一屆教育學術論文發表會論文集》。民 79 年。513 頁。

⁷⁵林玫君。〈戰後台灣國民小學體育師資養成之歷史探源-民國 34 年~民國 76 年〉。國立體育學院體育研究所碩士論文。民 82 年 6 月。180 頁。

⁷⁶于騰蛟。〈臺灣區國民小學體育設施調查研究〉。《台東師專學報》。第 3 期。台灣省立台東師範專科學校。民 64 年 4 月。113 頁。

指導，教師本身若無體操基礎，不敢輕易指導，因而不敢列為專長之故⁷⁷。

陳淑珍、藍立群以台東市 20 所國民小學之體衛組長或體育教師為對象，進行「台東市國民小學體育科課程標準實施概況調查研究」，獲得以上的結論：台東市各國小的體育場地、設備及器材多嫌不足。認為場地不敷使用者佔 80%。各校體育教師之資格素養，認為需具備專業能力及資格。半數以上學校認為體育教師應具有相關科系畢業者方可擔任；而有 60% 之學校認為體育教師應經教育部先檢定通過以確認資格⁷⁸。

葉憲清訪查台北市敦化國小的體育教學，當天的時段約有 10~20 班上體育課，因上課班級多，該校運動場地空間有限，顯得相當擁擠和雜亂。上課班級的教材多數是教「躲避球和田徑」為主，少數班級教學「排球」。可是核對該校教材進度時卻發現第 10 週的教材進度是「平衡木、短距離跑、起跑和耐力跑、跳箱運動」等，實際教學和教材不能符合⁷⁹。

葉憲清調查城鄉四所國小的教材進度編擬工作，同犯「教材組織編配欠嚴謹」、「缺乏系統性單元教學之教材進度」、「四所國小悉不重視教材進度之計畫工作」等三大缺點。再其次四所國小的體育成績考查，悉無法遵照部頒規定執行。學生體育成績考查工作極端不正常。且城鄉國小均無差異。最後從當天各校的體育課教學實施狀況而言，各校均準時上課，惟多數班級不依既訂之教材進度上課。「偏枯偏榮式上課」、「應景式上課」、「隨心所欲式上課」…等不正常現象充斥校園內，誠為憾甚⁸⁰。

葉憲清調查城鄉四所國小 162 位體育教師中，師專體育科畢業有 8 人(佔 4.93%)，師專體育組畢業有 6 人(佔 3.60%)，體專畢業有 4 人(佔 2.46%)，非體育科(組)畢業有 144 人(佔 88.88%)。四所國小體育課教學有將近 95% 是由級任導師擔任。在 162 位擔任體育課教學的四所國小體育教師中，曾畢業於體育科組系只有 15 人，此係四所國小無法實施體育科之主因。新竹市西門國小 8 位體育科班出身的體育教師悉為科任體育教師，反觀台北市敦化國小在 7 位體育科班出身的體育教師中，僅有一位體育科任，有體育專業的教師無法擔任體育科任教學，誠是學校之損失，亦為體育人才培養之浪費。目前此一畸形現象到處可見⁸¹。

由於國中小的體育授課教師，大都缺少體操(機巧運動)的基礎，體操設備又缺乏⁸²。因此，在授課教師本身缺乏體育教學能力之下，要求依照體育課程標準

⁷⁷台北市政府教育局第三科。《台北市六十六學年度國民小學體育實施成果報告》。民 67 年 12 月。49-50 頁。

⁷⁸陳淑珍、藍立群、吳騰達。〈台東市國民小學體育科課程標準實施概況調查研究〉《東師體育》。創刊號。民 80 年。60 頁。

⁷⁹葉憲清。〈學校體育專題研究第二號—四所城鄉國小體育經營現狀之研究〉《國立體育學院論叢》。4 卷 1 期。民 82 年。108 頁。

⁸⁰葉憲清。〈學校體育專題研究第二號—四所城鄉國小體育經營現狀之研究〉《國立體育學院論叢》。4 卷 1 期。民 82 年。116、117 頁。

⁸¹葉憲清。〈學校體育專題研究第二號—四所城鄉國小體育經營現狀之研究〉《國立體育學院論叢》。4 卷 1 期。民 82 年。99 頁。

⁸²白龍芽。〈談國民中小學體育教學有關問題〉。《國民體育季刊》。第 5 卷第 3 期。民 64 年 12 月。31 頁。

來上課，有其實際的困難。

再則，根據鄭炎棟的調查中部四縣市國民小學的體育教學，最沒有信心教導的項目，按比率順序是舞蹈、國術、體操、田徑、球類，各縣市的前三項按順序是台中市為體操、舞蹈、國術，台中縣為舞蹈、國術、體操，彰化縣為舞蹈、體操、國術，南投項目的順序與台中縣相同⁸³。

另外，根據鄭炎棟的調查中部四縣市國民小學教師對參加體育課循環式教學教學研習會的意願很高，未來如果再辦理類似的研習會有 91.52%的教師一定或者是考慮參加，辦理的項目依順序是舞蹈、體操、球類、國術、田徑，各縣市前三項依順序為台中市體操、舞蹈、國術，台中縣為舞蹈、體操、球類，彰化縣為球類、舞蹈、國術，南投縣為舞蹈、球類、體操⁸⁴。

有四分之三以上的級任教師無法勝任體育教學，其主要理由是教師本身的條件不足（例如未具備體育專長的知識與技能、年齡太大等）。僅有少數（四分之一）教師認為可以勝任，其理由是只要參考教學指引認真教學即可成功⁸⁵。根據各師院第一屆結業生在體育教學能力的現況調查發現，除了球類運動外，多數的師院結業生對於小學體育科教育中的田徑、體操、舞蹈、國術的教學，感到困難⁸⁶。

從上述各個調查的結果來看，體操運動是多數教師感到困難、不會教、不敢教的教材，分析其原因「多數的小學教師對必授教材中的國術、體操、舞蹈等之教學甚感吃力，究其原因可能是培育國小師資之師專師院的『體育教學研究』課程之學分及授課時數不足，無法充分修得國小體育教學知識與技能⁸⁷」。是以授課教師本身未具備體操的專長，即使曾參加過體操講習會之後仍無法勝任體操教學。對體操教學感到困難之情形普遍呈現在自民國 63(1974)年至民國 80(1991)年的不同單位、學者專家進行的小學體育教學設施的現況調查結果中。在教師感到本身能力不足認為教體操是件困難的事之後，即便有體育課程標準的相關規定及教學實施要點及方法，也很難落實在小學體育課程中。

再則，有關服務於小學的體操教練對於體操教學亦有協助的功能。教育部為建立學校專任運動教練制度，長期一貫發掘、培訓優秀運動人才，提高運動技術水準，於民國 73(1984)年 9 月 24 日邀集行政院第六組、行政院主計處、人事行

⁸³鄭炎棟。〈國民小學體育課循環式教學之研究〉。《臺中師院學報》。第一期。民 76 年 12 月。122 頁。

⁸⁴鄭炎棟。〈國民小學體育課循環式教學之研究〉。《臺中師院學報》。第一期。民 76 年 12 月。121 頁。

⁸⁵吳萬福。〈中高年級體育課程實施之調查研究〉。《國民小學新課程實施之調查研究》。國立教育資料館。民 72 年。302~305 頁。

⁸⁶蔡仁川。〈國小體育師資養成教育制度的省思〉。《國民體育季刊》。23 卷 3 期。民 83 年 9 月。197 頁。

⁸⁷吳萬福。〈國民小學體育回顧與展望〉。《國民體育季刊》。23 卷 1 期。民 83 年 3 月。15 頁。

政局以及省市政府教育廳局等單位代表共同研商建立學校專任運動教練制度並獲得決議：暫由教育部甄儲教練支援教育部指定之重點發展單項運動學校，所需之經費由教育部專款補助 74 學年度以 40 名為原則；依據有關法令之規定，報請於各級學校規程中，增列專任運動教練之員額編制。並擬辦理學校專任運動教練計畫專案報院⁸⁸。教育部於民國 74(1985)年 8 月 20 日以台(74)體字第三六二三三號函省市政府教育廳局，檢送「學校專任運動教練實施計畫」，同時調查各中小學重點發展單項運動學校對專任運動教練之需求情形。民國 74(1985)年 12 月委託國立台灣師範大學辦理甄試錄取專任運動教練 40 名，並於 75(1986)年 3 月至 5 月作為期 3 個月的密集訓練與測驗結訓，6 月由教育部聘僱分發至中小學服務，錄取之運動項目為棒球、桌球、體操、田徑等⁸⁹。

表 2-11 教育部第 1~7 期學校專任運動教練甄選儲訓人數表

項次	項目	人數	佔全部人數百分比	排名
1	田徑	77	17.62%	1
2	棒球	40	9.15%	2
3	桌球	37	8.47%	3
4	籃球	33	7.55%	4
5	體操	31	7.09%	5
6	足球	25	5.72%	6
7	手球	24	5.49%	7
8	跆拳道	24	5.49%	7
9	排球	22	5.03%	9
10	硬網	22	5.03%	9
11	游泳	20	4.58%	11
12	舉重	18	4.12%	12
13	柔道	15	3.43%	13
14	壘球	13	2.97%	14
15	羽球	12	2.75%	15
17	拳擊	6	1.37%	17
18	巧固球	5	1.14%	18
19	軟網	2	0.46%	19
20	角力	1	0.23%	20
21	國術彈腿	1	0.23%	20
22	曲棍球	1	0.23%	20

⁸⁸ 《中華民國教育年鑑》。教育部編。民 85 年。頁 1895。

⁸⁹ 《中華民國教育年鑑》。教育部編。民 85 年。頁 1896。

合計	437	—	—
----	-----	---	---

資料來源：摘自江文瑞。〈台灣射箭運動發展之研究 1964~2004〉。台東大學體育教學碩士論文，未出版。民國 96 年 8 月。34~35 頁。

從上表中可以了解教育部第 1~7 期學校體操專任運動教練人數有 31 人，佔所有專任教練的 7.09%，以比例多少排序，體操教練的人數排第 5。錄取的體操教練部分的名單如 79 學年度楊福珍：台北市介壽國中。陳信全：高雄市瑞豐國小。吳靜玲：高雄市鎮昌國小。梁梅松：高雄市十全國小。林明輝：高雄市五福國中。李三本：台北縣民安國小。陳蘭芝：台北縣修德國小。葉淑娟：新竹市東園國小⁹⁰。80 學年度學校體操專任運動教練：王百生、簡宏儒、黃瑞榮、吳明花⁹¹；其中的王百生：高雄縣岡山國小。黃瑞榮：台北市玉成國小⁹²。第六期學校專任運動教練：黃萬成⁹³。第七期學校體操專任運動教練：吳明花、陳世卿、張照圳⁹⁴。學校專任運動教練採一年一聘方式，除薪資外，另補助行政差旅費及勞保費。79(1990)年至 82(1993)年聘用體操專任教練有國中 2 人及國小 10 人共計 12 人⁹⁵。由教育部甄選具體操專長的教練到小學服務，此一措施對於提升小學體操的技術及運動有很大的助益，錄取的體操教練分發至全台灣各小學服務，雖然人數並不多但有了好的開始，可惜的是只辦了 7 期便宣告停辦，無法累積更大的成效，是美中不足之處。

第二項 小學體操教學實態

有關此時期小學體操教學的實態受限於史料，以下列舉幾所體操教學的實例說明之。

一. 台東縣賓茂國民小學 71 學年度上學期體操教學活動設計

表 2-12 台東縣賓茂國民小學 71 學年度上學期體操教學活動設計

⁹⁰ 吳龍山。〈七十九學年度學校專任運動教練儲訓結業分發學校服務〉。《國民體育季刊》。19 卷第 4 期。民 79 年 12 月。122~123 頁。

⁹¹ 何金樑。〈八十學年度學校專任運動教練甄選報導〉。《國民體育季刊》。20 卷第 3 期。民 80 年 9 月。196 頁。

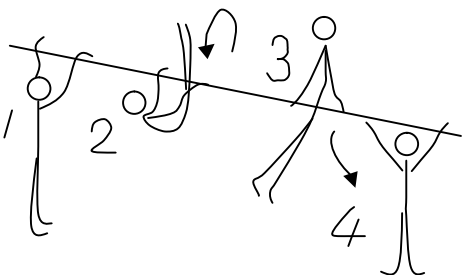
⁹² 何金樑。〈第五、六期學校專任運動教練甄選儲訓分發報導〉。《國民體育季刊》。20 卷第 4 期。民 80 年 12 月。115 頁。

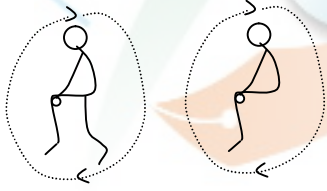
⁹³ 李仁德。〈第六期學校專任運動教練甄選報導〉。《國民體育季刊》。21 卷第 1 期。民 81 年 3 月。109 頁。

⁹⁴ 李仁德。〈第七期學校專任運動教練錄取名單〉。《國民體育季刊》。22 卷第 1 期。民 82 年 3 月。113 頁。

⁹⁵ 陳英豪。〈台灣省執行國家體育建設中程計劃的成果與效益〉。《臺灣體育》。革新版第 69 期。民 82 年 9 月。12 頁。

台東縣賓茂國民小學七十一學年度上學期體育科循環教學活動設計							
教學單元	單槓遊戲及單槓運動	教材來源	體育教學指引第四冊	總時數	節次	各節分鐘	各節教學重點
教學年級	六年級	教學日期	71 年 12 月 8 日	一 二 ○ 分鐘	1	40	併腿伸膝向後迴環
設計者	李文伍	教學者	李文伍		2	40	鈎膝向後迴環
					3	40	簡易連續動作
教學研究	1. 說明與示範力求正確務使兒童了解動作技巧之要點，同時也要說明可能發生的錯誤或動作失敗時，維護安全的方法。						
	2. 在嘗試練習前必先使兒童知道動作失敗時的幾種情況。如何能使自己安全？如何去保護或幫助別人？小組長必先學會保護的方法。						
	3. 手膝或鈎膝迴環只有向後的動作。						
	4. 握槓的方法，是拇指向一邊，其他四指向另一邊抓著單槓，而拇指按著食中二指的指甲處，成一環形，此法可增加握力不易滑脫。						
	5. 用手握槓的迴環動作，單槓與手的接觸面的轉動，總是順著四指的方向，如果向反方向轉動，就會有脫手失落的危險，只有一個手腹向前迴環的動作是例外。因有腹部的幫助不至於有太大的危險，但要加倍小心。						
	單元目標				行為目標		
1.訓練速度，肌力及培養協調，柔軟等基本體能。			1-1 身體柔軟度增加，動作協調。				
2.指導單槓運動的基本技能。			1-2 速度與肌力有良好的進步。				
3.指導兒童單槓運動的知識與安全的方法。			2-1 能做併腿伸膝向後迴環上，鈎膝向後迴環。				
4.培養愛好單槓運動的興趣與練習的習慣。			2-2 能做簡易連續動作。				
			3-1 能正確了解本單元動作要點及名稱，功能與安全知識。				
			3-2 能知道保護的方法，能互相幫助與保護。				
			4-1 對單槓運動有濃厚的興趣。				
			4-2 有愛好練習單槓運動的習慣。				
目標號碼	教學活動			教學資源	時間分配	效果評量	
1-1	1.準備活動 (1)課前準備：課前指定輪值兒童，準備掛圖、墊子，每一副單槓下放置墊子一張，同時檢查設備是否堪用。以便及時改善。			掛圖 墊子 掛圖架	1’	從有關放鬆準備運動中評量 1-1，1-2	
1-2	(2)集合整隊：由班長在教學場地集合整隊，成四排橫隊。						
	(3)行禮後由教師說明教學重點，並領導兒童做各種有關放鬆的準備運動。						
	2.發展活動：						

3-1	(1)說明示範 ⊖第一節 ①說明併腿伸膝向後迴環上動作的過程及要點並作正確之示範。(如圖)	掛圖	3'	從兒童學習態度中評量。 4-1，4-2
3-2	 ②說明保護與幫助的安全方法。保護時一手托臀以助引體，另一手壓肩部以助迴環。(說明可能發生的錯誤)			
2-1	(2)嘗試練習： ①分全班兒童為三組，每組選技能較優者擔任小組長。 ②先由小組長嘗試練習，教師在旁以分節動作指導小組長，並請全體兒童口述動作要領。	掛圖	15'	從兒童練習中評量 2-1，2-2 3-1，3-2
3-1	③再由各組選出一名，嘗試練習，小組長在旁擔任保護，教師在旁指導保護的方法。			
3-2	④各小組長領導各組，分組練習並擔任保護人，待熟練後，同學可彼此互相幫助。			
3-1	(3)改正錯誤 ①教師巡視各組練習情形，並隨時改正錯誤及缺點。		5'	
3-2	②分組或集體糾正大多數兒童的缺點。			
1-1	3.綜合活動 (1)分組比賽，利用練習時組別，以連續動作比賽併腿伸膝向後迴環上技能，比賽成績的優劣，視動作的正確，姿勢的優美，秩序的良好而定。小組長可以在旁保護動作差的同學。		7'	從遊戲中評量 1-1，1-2，2-1 2-2，3-1，3-2
1-2			3'	

	(2)檢討批評：教師與兒童共同檢討得失，並加以鼓勵。 (3)生活指導：提示兒童課後洗手，擦臉及穿衣。 (4)收拾教具：指導兒童整理場地，指定輪值兒童收回墊子。 (5)歡呼解散：教師領導兒童歡呼後解散。 ~第一節完~		1'	
1-1	1.準備活動	掛圖	1'	
1-2	(1)課前準備：(同第一節) (2)集合整隊：(同第一節) (3)放鬆準備運動：(同第一節)	墊子 掛圖 架	1' 3'	評量 4-1，4-2
3-2	2.發展活動 (1)說明示範： ⊖第二節 ①說明單膝向後迴環動作及過程，以掛圖輔助教學，並做正確之示範。 ②說明雙膝向後迴環動作及過程(如圖) 單膝 雙膝 	掛圖	4'	從有關放鬆準備運動中評量 1-1，1-2
2-1	③說明保護與幫助的要點及方法。一手壓肩一手托臀部以助迴環。(說明可能發生的錯誤) (2)嘗試練習： ①分全班兒童為三組，每組選技能較優者為組長。 ②先由小組長嘗試練習，教師在旁以分節動作指導小組長，並請全體兒童口述動作要領。			評量 4-1，4-2
3-1	③再由各組選出一名，嘗試練習，小組長在旁擔任保護，教師在旁指導保護的方法。	掛圖	15'	評量 2-1，2-1 3-1，3-2

3-2	④各小組長領導各組，分組練習並擔任保護人待熟練後，同學可彼此互相幫助。			
	(3) 改正錯誤			
3-1	①教師巡視各組練習情形，並隨時改正錯誤及缺點。		5'	
3-2	②分組或集體糾正大多數兒童的缺點。			
1-2	3.綜合活動			評量 4-1，4-2
	(1)分組比賽：(同第一節)			
1-1	(2)檢討批評：(同第一節)			
	(3)生活指導：(同第一節)			
	(4)收拾教具：(同第一節)			
	(5)歡呼解散：(同第一節)			
	~第二節完~			
	1.準備活動			
1-1	(1)課前準備：(同上節)	墊子	1'	
1-2	(2)集合整隊：(同上節)			評量 1-1，1-2
	(3)說明教學重點及準備運動：(同上節)		3'	
	2.發展活動			
	(1)說明示範：			
	⊖第三節			
3-1	①說明簡易連續動作之要領及方法。	掛圖	4'	評量 4-1，4-2
3-2	②強調保護的要領，並複習以上兩個動作。			
	(2)嘗試練習：			
2-1	①由小組長領導，特別注意保護。		8'	評量 2-1，2-2
3-1	②待熟練後，同學可彼此互相幫助。			3-1，3-2
3-2	(3) 改正錯誤			
3-1	①教師巡視各組練習情形，並隨時改正錯誤及缺點。			
3-2	②分組及集體糾正大多數兒童的缺點。		6'	
1-1	3.綜合活動		11'	評量 1-2，1-2
	(1)分組比賽：上兩節動作以連續動作做完。評分標準同上節。			2-1，2-2
1-2	(2)檢討批評：(同上節)		4'	3-1，3-2

	(3)生活指導：(同上節) (4)收拾教具：(同上節) (5)歡呼解散：(同上節) ~本單元完~		1' 1' 1'	評量 4-1，4-2
--	---	--	----------------	------------

資料來源：李文伍〈台東縣賓茂國民小學七十一學年度上期體育科循環教學活動設計〉《台東縣賓茂國民小學舉辦體育課環教學觀摩研習會手冊》。民國 71 年 12 月 8 日。

台東縣賓茂國民小學的體育課是實施體育循環教學，分成中年級 4 班及高年級 4 班計二個教學集團，選定田徑、球類、體操及國術舞蹈項目進行教學，其中中年級的體操課由吳振標老師擔任，高年級的體操課由李文伍老師擔任⁹⁶。在 71 學年度第一學期的教學進度中中年級的體操課安排有體操（整隊、行進、徒手具體操）跳箱、單槓、平衡木，每個項目安排 4 週⁹⁷。高年級的體操課進度為墊上運動、跳箱、單槓、平衡木，每個項目亦安排 4 週⁹⁸。從上述的教學活動設計中可以了解台東縣賓茂國民小學的體操教學的實態，活動的設計者及教學者都是李文伍，教學年級為六年級，項目是單槓遊戲及單槓運動。從教學目標來看，將單槓運動與體育課程標準的目標相結合，使兒童能具備單槓運動的基本技能、知識與安全的方法，培養兒童愛好單槓運動的興趣與練習的習慣。教學的順序為說明示範、嘗試練習、改正錯誤。教師在說明示範時使用單槓的掛圖加上教師的親自示範以加深兒童的印象，同時也教導保護與幫助的安全方法。並在各組選出小組長擔任示範及保護的工作，教師則在旁指導。整體而言，上述的單槓教學實態符合中高年級體育課程標準中的相關規定，而該校利用循環教學方式使中高年級的兒童都有機會學習體操（整隊、行進、徒手具體操）、墊上運動、跳箱、單槓、平衡木，是務實且恰當的做法。

二. 台中縣烏日國民小學體操教學活動設計

表 2-13 台中縣烏日國民小學體操教學活動設計

台中縣烏日國民小學體育科教學活動設計

⁹⁶台東縣賓茂國民小學。《台東縣賓茂國民小學舉辦體育課環教學觀摩研習會手冊》。未出版。民 71 年 12 月 8 日。

⁹⁷台東縣賓茂國民小學。〈台東縣賓茂國民小學七十一學年度上期體育科循環教學中年教學集團進度表〉《台東縣賓茂國民小學舉辦體育課環教學觀摩研習會手冊》。未出版。民 71 年 12 月 8 日。

⁹⁸台東縣賓茂國民小學。〈台東縣賓茂國民小學七十一學年度上期體育科循環教學 高年教學集團進度表〉《台東縣賓茂國民小學舉辦體育課環教學觀摩研習會手冊》。未出版。民 71 年 12 月 8 日。

教學單元	墊上運動	教學來源	體育教學指引第二冊	總時數	節次	各節分鐘	各節內容
				200分鐘	1	40分	複習中年級所學舊教材及五年級教材。
教學年級	六年丙班	教學日期	77年5月18日	本觀摩為第三節	2	40分	學習連續前滾翻和分腿前後滾翻小魚滾翻。
					3	40分	複習第二節教材及母雞倒立，學習頭手倒立。
設計者	陳玉衡	教學者	陳玉衡		4	40分	複習第三節教材，自編簡易連續動作並練習。
					5	40分	綜合複習及分組表演或比賽。
教學研究	(1) 本單元教材包括連續前後滾翻、分腿前後滾翻、小魚躍前滾翻、頭手倒立、自編簡易連續動作等難度較五年級高。 (2) 練習上述各項動作後可以加強肌力、平衡、協調、彈力等基本體能及膽大心細、注意力集中、思考創造等心智能力，培養互助合作、努力學習的良好德性。 (3) 教學上述墊上運動可採用全習法為主，分習法為副的分組教學方式，以提高教學的效果。 (4) 遵守由易而難、由簡而繁、由慢而快的漸進性系統性練習原則。 (5) 以小組為單位進行練習時，應特別囑咐技優兒童或小組長，注意保護或輔助方法，以助技能較差兒童的練習。						
單元目標				具體目標			
1. 進一步了解連續前後滾翻、分腿前後滾翻、小魚躍滾翻、頭手倒立、簡易連續動作的動作要領，自編連續動作的原則與安全有效的練習方法。				1~1 能進一步了解並說出連續前後滾翻、分腿前後滾翻的動作要領、輔助方法和安全有效的練習方法。 能進一步了解並說出小魚躍滾翻動作要領、輔助方法和安全有效的練習方法。 能了解並說出頭手倒立、簡易連續動作的動作要領、輔助方法和安全有效的習方法。 能熟練連續前後滾翻、及頭手倒立，和安全有效的練習。			
2. 學會或熟練連續前後滾翻、分腿前後滾翻、小魚躍滾翻、頭手倒立、自編連續動作，並能從事安全有效的練習。				2~2 能做難度較高的小魚躍滾翻及頭手倒立，和安全有效的練習。 2~3 能學會簡易連續動作，並能自編連續動作，從事安全有效的練習。			
3. 對上述各種墊上運動發生興趣，並能根據個人的能力自編連續動作，以小組為單位，互相觀摩合作，在友愛氣氛中努力練習。				3~1 能對上述各種墊上運動發生興趣，能認真合作，彼此輔助做安全快樂的練習。 3~2 能根據個人的能力提高各種前後滾翻、頭手倒立的難度，向自我挑戰。 3~3 能彼此觀摩自編連續動作的成果，互相研究改進練習方法。			

習。			3~4 能有效佈置練習場地，運用輔助器材，提高學(練)習效果。			
輔導	輔導範圍	保護身體安全輔導	行為目標	能注意自己安全並保護別人避免受傷。		
活動	單元名稱	培養兒童鍛鍊身心健康的 能力。	活動方式	演示、操作		
目標代號	行為目標	活動過程		教學資源	時間分配	效果評量
1~1	能佈置練習場地提高學習效果	一、準備活動： 1.課前準備：指導兒童協助佈置場地，同時檢查是否安全。 2.集合整隊。 3.慢跑後做柔軟體操及有關單元的輔助動。 4.引起動機.		墊子 哨子	5 分	集合迅速能認真做輔助運動。
	能正確做出前後滾翻及分腿前後滾翻的動作。	二、發展活動： 1.說明示範：由技優兒童(教師)示範說明四年級(蛙跳、雞蛋、側滾翻、前後滾翻)五年級(分腿前後滾翻)教材的姿勢要領。 2.嘗試練習： (1)分組練習：全班分為四組、輪流練習，每組選一名技優的兒童為小組長。 (2)先由小組長嘗試練習。 (3)各組循序練習。 (4)教師隨機指導。 (5)改正錯誤：教師做個別或集體矯正。 (6)反覆練習：兒童按老師指導做反覆練習。		墊子 哨子	3 分	能說明而且會做
	2~1 能熟練前後滾翻的動作及要領。				11 分	4/5 以上兒童能正確做出動作。
	3~1 能對滾翻的動作發生興趣	三、綜合活動： 1.分組比賽：利用練習的組別做各種滾翻的比賽，由教師擔任評審員。 2.檢討批評：教師與兒童共同檢討學習得失，並加以講評與鼓勵。 3.收拾教具：指導兒童協助整理場地，收回教具。 4.生活指導：提示兒童於課後洗手擦		墊子 哨子 助跳	11 分 6 分 4 分	兒童皆能熟練動作 能讚美他人的動作

		汗穿等。解散	板		
		第一節 完	墊子 哨子	4 分	
1~1	能知道轉身及連續前後滾翻的動作要領。	第二節 一、準備活動 1. 2. 3. 4.同第一節。 二、發展活動： 1.「連續前後滾翻」示範說明： 前後滾翻已教過，故著重前後滾翻的連續動作，及兩腳交叉全蹲後轉身 1/2 的動作。		2 分	能說明而且會做
2~1	能熟練前後滾翻的連續動作。	2.嘗試練習： (1) 將兒童分成 4 組，每組選技優的兒童擔任小組長。 (2)先由小組長嘗試練習動作。 (3)各組循序練習。 (4)教師隨機指導。 (5)改正錯誤：教師做個別或集體矯正。		7 分	4/5 以上兒童能正確做出連續前後滾翻的動作。
1~1	能知道分腿連續前後滾翻的動作要領	(6)反復練習：兒童按老師指導做反復練習。 3.「練習連續分腿前後滾翻」示範說明： 說明連續分腿前後滾翻的過程及要點，並作正確的示範。		2 分	能說明而且會做
2~2	能熟練小魚躍前滾翻的動作要領。	4.嘗試練習：同 2。 5.小魚躍前滾翻示範說明： (1)說明示範「兔跳」。 (2)說明示範兔跳前滾翻。 (3)說明示範助跑後雙足起跳的小魚躍滾翻。	墊子 哨子 助跳板	8 分 2 分 8 分	4/5 以上的兒童能正確做出動作
3~1	能對各種滾翻的動作發生興趣。	6.嘗試練習。 三、綜合活動： 1 分組比賽：以練習的組別，做各種滾翻的比賽，由教師擔任評審員。 2 檢討批評：教師與兒童共同檢討學習得失，並加以評討論。 3 生活指導：隨時注意學生的生活細		5 分 2 分	能讚美他人的動作

		節，如衛生習慣，待人接物的禮節。 解散。			
		第 二 節 完			
		第三節			
1~3	能知道頭手倒立的動作要領	一、準備活動 1. 2. 3.同第一節。 4.引起動機：複習第二節教材。 二、發展活動： 1.「頭手倒立」示範說明：(如下圖) 程序示範說明： (1) 頭手母雞倒立 (2) 頭手(三點)屈腹、屈腿倒立 (3)輔助頭手倒立。 (4)頭手倒立。	墊子 哨子 助跳板	4 分 5 分	能說出動作要領而且會做
2~2	能熟練頭手倒立的動作	2.嘗試練習： (1)將兒童分成 4 組，每組選拔技優的兒童擔任小組長。 (2)先由小組長嘗試練習動作。 (3)各組循序練習。 (4)教師隨機指導。 (5)改正錯誤：教師做個別或集體矯正。 (6)反覆練習：兒童按老師指導做反覆練習。	1 2 3 墊子 哨子 助跳板	10 分	4/5 以上的兒童能正確做出頭手母雞倒立的動作
3~1	能對頭手倒立的動作發生興趣	三、綜合活動： 1.分組比賽：以練習的組別，做頭手倒立的比賽，由教師擔任評審員。 2.檢討批評：教師與兒童共同檢討學習的得失，並加以講評討論。 3.生活指導：同第二節。 4.歡呼解散。		8 分 5 分 2 分	3/4 以上的兒童能正確做出頭手倒立的動作。 能讚美他人的動作
		第 三 節 完			
		第四節			
		一、準備活動 1. 2. 3.同第一節。	墊子	4 分	

1~3 2~3	能了解簡易連續動作 的要領。	4.引起動機：複習第三節教材。 二、發展活動： 1.「簡易連續動作」示範說明：動作示例如下： (1)助跑後雙足踏板起跳 → 小魚躍前滾翻 → 連續前滾翻轉身 1/2 → 併腿屈膝後滾翻 → 頭手倒立 → 腹前滾翻站立。 (2)頭手倒立 → 前滾翻轉身 1/2 → 後滾翻分腿 → 併腿後滾翻 → 小魚躍滾翻。 (3)自編 4~6 個簡易連續動作。 2.嘗試練習：同第三節。 三、綜合活動：同第三節。	助跳板 跳箱 (橡皮圈)	5 分 6 分	能說出動作要領而且會做。 3/4 以上的兒童能正確做出示例(1)。3/4 以上的兒童能正確做出示例(2)。4/5 以上兒童能正確做出示例(3)。
3~2 3~1	能熟練簡易連續動作 能對簡易連續動作產生興趣。	第四節 完 第五節 一、準備活動 1. 2. 3.同第一節。 4.引起動機：提示所學過教材，進而激發兒童創作意願。 二、發展活動： 1.複習舊教材： 由教師引導各組，複習前後滾翻，分腿前後滾翻、頭手倒立、小魚躍滾翻。 2.嘗試練習：分組練習各種滾翻及頭手倒立的動作，教師從旁指導。 3.觀摩比賽： 每組選 3~5 人，比賽動作的完美，優者予鼓勵，劣者再加以指導練習。 三、綜合活動： 1.檢討批評：教師與兒童共同檢討得失並加以講評鼓勵。 2.生活指導： (1)在遊戲中培養兒童守法負責，互助合作的行為。	墊子 哨子 助跳板 跳箱	10 分 8 分 5 分 2 分	
2~1	能做出各種滾翻及頭手倒立的動作。			4 分	
2~2	能熟練各種動作 的要領。			10 分	能正確做出各種滾翻及頭手倒立的動作。
3~1	能對墊上運動有濃厚的興趣。			9 分	3/4 以上的兒童能做出正確的動作。
3~3	能說出練習各種動作的優缺點。		墊子 哨子 助跳板	11 分 2 分 2 分	能欣賞他人的動作。 能接受別人的批評。

3~3	能回答問題的重點	(2)競爭中，必須遵守規則。 (3)比賽中，養成榮譽。 (4)解散後指導兒童洗手清理衣服。 3.學習評量： (1)分腿前後滾翻的正確動作怎樣？ (2)頭手倒立的正確動作怎樣？ (3)本單元，學習效果較差的同學缺點何在？ (4)運動中應注意那些安全及衛生習慣？ 4.歡呼解散。 本 單 元 結 束		2 分	能注意身體的健康 4/5 兒童能回答問題
-----	----------	--	--	-----	-----------------------------

資料來源：陳玉衡。〈台中縣烏日國民小學體操教學活動設計〉。未出版。民 77 年 5 月 18 日。

上表台中縣烏日國民小學的體操教學單元為墊上運動，教學時數計 5 節 200 分鐘，教學年級為六年級，教學者及設計者均是陳玉衡，教材來源係參考體育教學指引第二冊。該活動設計特別的是墊上運動與輔導活動進行聯絡教學以培養培養兒童鍛鍊身心健康的能力。從教學目標來看，兒童須學會或熟練連續前後滾翻、分腿前後滾翻、小魚躍滾翻、頭手倒立、自編連續動作，並對墊上運動產生興趣。在與輔導活動聯絡教學的部分以能注意自己安全並保護別人避免受傷為目標。基本上，前述的目標與中高年級體育課程標準的目標相符合。教學的順序以說明示範、嘗試練習為主並選出動作較優的兒童擔任小組長擔任示範者，教師從旁指導。

三. 雲林縣土庫鎮馬光國民小學四年級體操平衡木遊戲與運動

表 2-14 雲林縣土庫鎮馬光國民小學四年級體操平衡木遊戲與運動

教學科目	體育科	教學單元	體操：平衡木遊戲與運動	教材來源	教學指引第二冊
教學班級	四年丙班	設計者	黃福想	教學者	黃福想
教學時間	日期 74.6.7 本單元共 160 分鐘，分 4 節（演示教學為第 3 節）				

教學研究	教材分析： 1. 本單元動作簡單而有趣，兒童興趣高昂。 2. 平衡木運動，分為靜態、動態兩種。 3. 動態的項目，其動作自然活潑，不僅適合兒童天性，其能力又可成為各項遊戲運動進步的基本條件。 4. 為適應滿足兒童興趣，多選擇動態教材。如行進、跳躍、團體性動作。				
	教學重點： 1. 本單元特別強調姿勢端正、心情愉快、精神集中、身體保持平衡、不掉落為第一條件。 2. 教學時，注重速度快、變化多，能配合其他遊戲運動進行。				
	學生經驗分析： 1. 兒童在平常休閒活動中，已有嘗試平衡木上行走的經驗。 2. 兒童在三年級已學過平衡木遊戲。				
單元目標	1. 認知方面：能了解平衡木遊戲及各種動作方法與要點。 2. 技能方面：能學會爬行、互推、互拉各種行進及靜態平衡動作。 3. 情意方面：能對平衡木遊戲及運動發生興趣，能遵守秩序、認真學習。				
目標代號	行為目標	教學活動			學習效果評量
		活動過程	教學資源	時間分配	
1-1	能說出動作之要領。	第一節：各種爬行、互推、互拉 一、準備活動： 1.集合整隊：由班長領導排成四行橫隊。 2.準備運動：由教師領導做各種輕鬆運動 3.復習舊教材：平衡木上行走 4.引起動機。 二、發展活動： 1.說明示範： 介紹爬行、互推、互拉的方法與要點並作示範。	平衡木 哨子	5' 4'	多數人能明白動作之要領。
3-2	能守秩序認真學習。	2.嘗試練習： (1)分組練習：分兩組分項練習。		18'	多數能守秩序認真學習。
1-2	能指出動作的優缺點。	(2)改正錯誤： 教師巡視練習情形並隨時改正兒童個別錯誤或集體糾正大多數兒童的錯誤。			
2-1	能做出正確的	(3)反覆練習。			

3-1	動作。 能對平衡木遊戲有濃厚的興趣。	3.表演賽： (1)分組舉行互推、互拉比賽。 (2)以各組累積分數多寡決定名次。 三、綜合活動： 1.檢討批評、檢討學習得失，並加以講評與鼓勵。 2.生活指導：指導生活教育及保健常識。 3.收拾用具。 4.歡呼解散。 ~第一節完~		10'	多數人動作熟練又正確。 多數人興趣濃厚，動作也優美。
1-1	能說出動作之要領	第二節：跑跳步前進，傳接球。 一、準備活動： 1.集合整隊。 2.準備運動。 3.復習平衡木上行走。 4.引起動機。 二、發展活動： 1.說明示範：說明跑跳步前進及傳接球之方法並作示範。	平衡木 哨子 球 2 個	5'	
3-2	能遵守秩序認真學習。	2.嘗試練習： (1)分組練習。 (2)改正錯誤。 (3)反覆練習。 } 同第一節。		4'	多數人能明白動作之要領。
2-1	能指出動作的優缺點。			20'	多數人能遵守秩序、認真學習。
3-1	能做出正確的動作。	3.觀摩表演：分組輪流表演，以供全體兒童觀摩。		8'	多數人興趣濃厚。
	能對平衡木運動發生興趣。	三、綜合活動： 1.檢討批評。 2.生活指導。 3.收拾用具。 4.歡呼解散。 ~第二節完~		3'	
		第三節：單足擺動前進，瞎子過獨木橋。 一、準備活動：	哨子 平衡	6'	

1-1	能了解動作的方法。	1.集合整隊。 2.準備運動。 3.復習舊教材：跑跳步前進。 4.引起動機。 二、發展活動： 1.說明示範：說明單足擺動前進及瞎子過獨木橋的方法與要點，並作示範。 2.嘗試練習： (1)分組練習 (2)改正錯誤 (3)反覆練習 3.表演賽： (1)分兩組比賽瞎子過獨木橋。 (2)過橋時若不幸掉落地不計分，勝者得一分。 (3)以彙整積分數多寡決定勝負。 三、綜合活動： 1.檢討批評。 2.生活指導。 3.收拾教具。 4.歡呼解散。 ~第三節完~ 第四節：靜止時單足平衡，猜拳替換跑。 一、準備活動： 1.集合整隊。 2.準備運動。 3.復習舊教材：單足擺動前進。 4.引起動機。 二、發展活動： 1.說明示範： 介紹靜止時單足平衡及猜拳替換跑的方法與要點並作示範。 2.嘗試練習： (1)分組練習。 (2)改正錯誤。 (3)反覆練習。	木布條若干條	4'	多數人能明白動作之要領。
3-2	能守秩序認真學習。			19'	多數人能守秩序認真學習。多數人動作熟練而姿勢優美。多數人興趣濃厚，並能注意安全。
1-2	能指出動作的優缺點。			8'	
2-1	能做正確的動作。			3'	
3-1	能對平衡木遊戲有厚的興趣				
3-3	能注意安全，進行比賽。				
1-1	能了解動作的方法與要點。	1.集合整隊。 2.準備運動。 3.復習舊教材：單足擺動前進。 4.引起動機。 二、發展活動： 1.說明示範： 介紹靜止時單足平衡及猜拳替換跑的方法與要點並作示範。 2.嘗試練習： (1)分組練習。 (2)改正錯誤。 (3)反覆練習。	哨子平衡木	4'	多數人能認真聽講。
3-2	能守秩序並注意安全認真練習。	(1)分組練習。 (2)改正錯誤。 (3)反覆練習。		19'	
1-2	能指出動	同第一節。			

2-1 3-1	作的優缺點。 能做出正確的動作。能對平衡運動發生興趣。	3.表演：分組輪流表演，以供全體兒童觀摩。 三、綜合活動： 1.檢討批評。 2.生活指導。 3.收拾用具。 4.歡呼解散。 ~本單元完~		8' 3'	多數人能遵守秩序認真練習。
------------	--------------------------------	--	--	--------------	---------------

資料來源:黃福想。〈四年級體操(平衡木遊戲與運動)〉《台灣省中部五縣市國民小學體育科教學觀摩會手冊》。承辦雲林縣土庫鎮馬光國民小學。民國 74 年 6 月 7 日。

上表是雲林縣土庫鎮馬光國民小學四年級體操教學的實例，教學單元為平衡木遊戲與運動，教學者及設計者均為黃福想，教材的來源為體育教學指引第二冊。就教學目標而言，平衡木遊戲及運動的教學能兼顧認知、技能及情意目標的達成，使兒童能了解平衡木遊戲及動作方法及要點，且能學會爬行、互推、互拉各種行進及靜態平衡動作並對平衡木遊戲及運動產生興趣。上述的教學活動設計不論是教學單元名稱或是教學目標均符合中高年級體育課程標準的規定，值得肯定。在教學順序及活動內容方面，黃師設計各種爬行、互推、互拉；跑跳步前進，傳接球；單足擺動前進，瞎子過獨木橋的主題讓學生在平衡木遊戲過程中學習。是以將平衡木運動以遊戲的方式引導兒童學習不僅呼應中高年級體育課程標準的規定同時也達成體操教學的目標。

四. 雲林縣土庫鎮馬光國民小學五年級體操跳箱蹲騰越教學 活動設計

表 2-15 雲林縣土庫鎮馬光國民小學五年級體操跳箱蹲騰越教學活動設計

教學科目	體育科	教學單元	體操：跳箱---蹲騰越	教材來源	國小體育教學指引第三冊
教學班級	五年甲班	設計者	于 思 禮	教學者	于思禮
教學時間	日期 74.6.7	本單元共 160 分鐘，分 4 節（演示教學為第 3 節）			

教學研究	教材分析： 5. 跪上箱前跳下是墊上運動及平衡木運動的延伸。 6. 分腿騰越與蹲騰越的衝力較大，因此兒童的速度與衝力需要加快，初學時教師必須一一保護，使兒童有安全感，而增加其信心。 7. 可滿足兒童的好奇，好動表現的慾望學習後有成就感。				
	教學重點： 3. 跪上箱前跳下，要注意姿勢及身體的平衡。 4. 分腿騰越：是利用衝力與彈性，著重高度跳躍與平衡力。 5. 蹲騰越：是訓練垂直跳與弓身跳，並注意拋物線的高度與速度。 6. 注意兒童起跳、助跑、落地之姿勢是否正確。				
	學生經驗分析： 3. 兒童已學過墊上運動及跳箱運動，可從舊經驗中體會新的動作與方法。 4. 兒童已學過跳遠，可體會助跑踏板、騰越等動作，極有相似之處。				
	單元目標 4. 認知方面：指導兒童瞭解跳箱運動的安全知識和方法。 5. 技能方面：(1)培養速度，肌力、協調柔軟等基本體能。 (2)訓練跳箱運動的基本技能。 6. 情意方面：培養兒童愛好跳箱運動的興趣與訓練的習慣。				
目標代號	行為目標	教學活動			學習效果評量
		活動過程	教學資源	時間分配	
2-1	能在快速中做出正確的動作	一、準備活動： 1.集合整隊，慢跑操場二周，然後柔軟體操 3~5 節。 2.復習前滾翻、踏跳板著墊等動作。 二、發展活動： 1 以故事引起動機。 2.說明示範：說明跪上箱前跳下的動作與要領，並選出數位優秀兒童作示範。 3.嘗試練習： (1)將兒童平均分為四組，每組選體力技能較優兒童一名為小組長。 (2)先由小組長嘗試練習。 (3)教師安全保護。 (4)依組別循序練習。 (5)教師隨機指導。 (6)改正錯誤：教師作個別矯正或	口笛 跳箱 跳板 墊子	7 分	集合迅速，學習興趣濃厚。
2-2	能了解跪上箱前跳下的動作			28 分	對故事有興趣。
2-3	能做跪上箱前跳下的動作。				能說明能領悟。
1-1	能知道幫助與保護的方法，能互相保護。				二分之一以上兒童正確做出跪上箱前跳下。
					能說出安全的重要性及保護的動

3-1	對跳箱運動有濃厚的興趣。	集體矯正。 (7)反覆練習：兒童按照教師的指導，反覆練習。 (8)觀摩比賽：每組選 3~5 人，比賽動作的完美，優者給予鼓勵，劣者需再加努力。			作。 能發現自己的缺點。 能讚美他人的成就。
1-2	能說出跳上箱前跳下的要領。	三、結束活動： 1.檢討批評：教師檢討學習得失並講評鼓勵。 2.生活指導：指導兒童洗手、擦汗、穿衣等。 3 指派兒童收拾用具。 4.歡呼後解散。 ~第一節完~		5 分	能樂意接受別人的批評。對本單元的重點能徹底了解的約有三分之二。
2-4	能正確做出分腿騰越的動作	一、準備活動： 1.同第一節。 2.同第一節。 二、發展活動： 1.引起動機。 2.示範說明：說明分腿騰越的方法與要領，然後選 1~3 名較優秀兒童作示範動作。 3.嘗試練習：(1)~(8)同第一節。		7 分	
3-2	對跳箱運動有濃厚的興趣。	三、結束活動： 1.檢討批評：教師提出問題，讓兒童回答，並分別評定各組成績。 2.生活指導：指導衛生保健應注意事項。 3.指派兒童將用具放回原處。 4.歡呼後解散。 ~第二節完~		28 分	有接受被批評的雅量。能注意身體的保健。能愛護公物。
		一、準備活動： 集合整隊、慢跑、做柔軟體操 3~5 節。 二、發展活動： 1.引起動機。	口笛 跳箱 跳板 墊子	7 分	集合迅速，並能做準備運動。
				28	對說明示範

1-4	能說出蹲騰越的方法。	2.說明示範：說明蹲騰越的要領與方法，並指定 1~4 名兒童作示範。	分	均能領悟。
2-5	能做出蹲騰越的動作。	2.嘗試練習： (1)將兒童分為四組，每組選體力技能較優兒童一名為小組長。 (2)開始由小組長嘗試練習。 (3)教師安全保護。 (4)依組別循序練習。 (5)教師隨機指導。 (6)改正錯誤：教師作個別矯正或集體矯正。 (7)反覆練習：兒童按照教師的指導，反覆練習。 (8)觀摩表揚，教師選出動作優良兒童予以表揚，劣者激勵其繼續努力。		
3-3	有愛好練習跳箱運動的習慣	三、結束活動： 1.檢討批評：教師檢討兒童的學習得失，並講評鼓勵。 2.生活指導：指導兒童洗手、擦汗、穿衣等。 3.指派兒童收拾用具。 4.歡呼後解散。 ~第三節完 第四節總復習本單元完~		
1-2	能說出蹲騰越的要領。		5 分	能樂意接受別人的批評。 對本單元的重點能徹底了解的兒童約有三分之二。

資料來源：于思禮。〈五年級體操(跳箱蹲騰越)〉。《台灣省中部五縣市國民小學體育科教學觀摩會手冊》。承辦雲林縣土庫鎮馬光國民小學。民國 74 年 6 月 7 日。

上表為雲林縣土庫鎮馬光國民小學 73 學年度下學期五年級甲班的體操教學實例，教學單元為跳箱蹲騰越，教材來源為國小體育教學指引第三冊，教學者與教學設計者都是于思禮。教學時數分 4 節進行。教學單元目標是指導兒童瞭解跳箱運動的安全知識和方法，訓練跳箱運動的基本技能進而養成兒童愛好跳箱運動的興趣與訓練的習慣。在教學的順序上運用由易而難的原則設計活動，在兒童具有學過墊上運動及跳箱運動的基礎上進行跳箱蹲騰越的教學。教學的順序是先以故事引起兒童的學習動機，在第一節課先教跪上箱前跳下的動作，第二節教分腿騰越的動作，第三節教跳箱蹲騰越的動作，第四節為總複習。前述的順序安排有

助於兒童學習跳箱動作，避免兒童因跳箱的高度而產生退却的心理。簡言之，上表的教學活動設計是成功的。

五. 桃園縣桃園國民小學民國 76 學年度下學期體操教學活動設計

表 2-16 桃園縣桃園國民小學民國 76 學年度下學期體育科教學活動設計

教學單元	墊上運動	教材來源	體育教學指引 五年級體操		
教學年級	五年忠班	教學日期	77 年 4 月 15 日 星期五 第二節		
設計者	五年級全體教師	教學者	林煥清	本單元共 6 節本節為第二節	
教 節次	內容				
學 重 點	1	複習中年級所學過的模仿動作、技巧步及前滾翻、後滾翻。			
	2	複習前滾翻、後滾翻、雞蛋滾翻、學習連續後滾翻。			
	3	複習第二節所學動作，學習分腿前後滾翻，並且自編簡易連續動作。			
	4	複習第二、三節所學動作，學習小魚躍滾翻。			
	5	複習第三、四節所學動作，學習母雞倒立，自編簡易連續動作。			
	6	綜合複習各個動作及自編連續動作。			
教學 目 標	一.培養墊上運動的基本技能及協調柔軟體能。 二.明白墊上運動的安全知識與方法。 三.培養兒童愛好墊上運動的興趣和練習的習慣。	行為 目 標	一.1.能做前後滾翻、連續前後滾翻、小魚躍滾翻、母雞倒立等。 一.2.能說出名稱及動作要點。 二.1.能說出保護的要領及安全常識。 二.2.能互相保護、互助合作。 三.1.對墊上運動產生興趣及喜愛。 三.2.能自編簡易連續動作。		
教 學 活 動					
目標 代號	教學活動	教學 資源	時間 分配	教學評量	
	一.複習四年級模仿動作。 二.練習前滾翻。 三.練習後滾翻。 四.前後滾翻混合練習。 五.練習雞蛋滾翻。 六.預告下節學習教材。 ~第一節完~ 第二節 複習前後滾翻 壹、準備活動				

	一. 課前準備：指導兒童分組佈置練習場地、設備及器材。 二. 集合、整隊，並由教師說明本節教學內容及重點。 一.2 三. 由教師或班長帶領做慢跑、花式跑若干分鐘，再做全身性準備體操，包括上、下肢、頭部屈伸，軀幹前後彎體、轉體、跳躍等。 一.1 四. 練習後滾翻，並引起動機，學習連續後滾翻。 貳.發展活動 一.示範說明：連續後滾翻 一.1 1.背向墊子、全蹲、兩臂屈肘掌心向上置於肩上，利用向後傾倒的力量屈頭彎 一.2 腹，當後頭部觸墊，兩腿超過頭頂時，可利用兩手支撐的力量，幫助後滾翻的動作。 2.動作要連續。 二.嘗試練習： 二.2 1.分全班兒童為八組，每組選技能較優兒童為組長。 2.首先由各組小組長嘗試練習，由教師指導之。 3.再由小組長領導各組分組練習，教師巡迴指導。 三.改正錯誤： 一.1 1.教師在巡視各組練習情形，並能隨時改正個別錯誤。 一.2 2.分組或集體糾正大多數兒童的缺點。 四.反覆練習： 1.再分組練習。 2.教師巡視隨機指導。 參.綜合活動 三.1 一.分組表演：利用練習時組別、表演。(請兒童說出優缺點) 二.檢討批評：教師與兒童共同檢討學習得失並由教師加以講評與鼓勵(預告下節教材)。	墊子 24 張 哨子 教學 資料 卡	課前 佈置 3' 5' 3' 10' 2' 10' 3' 2'	100%能傾聽教師說明 80%能做後滾翻 100%能專心聽講及看示範動作 100%能嘗試練習 90%能按照要領做動作 90%能表演所學動作
--	---	---	--	--

二.1	三.生活指導：提示兒童課後洗手、擦汗及穿衣等。		1'	90%能做到良好衛生習慣
三.1	四.收拾教具：指導兒童協助整理場地，需要收回保管室之教具，下課後由指定輪值兒童協助收回(課後)			80%能說出優點
	五.歡呼解散：教師領導兒童作熱烈鼓掌、歡呼解散。		1'	100%能收拾器材
	~第二節完~			
	一.複習連續後滾翻。			
	二.練習分腿前滾翻。			
	三.練習分腿後滾翻。			
	四.教師編出簡易連續動作。			
	五.學生自編連續動作。			
	六.預告下節教材。			
	~第三節完~			
	一.複習連續後滾翻。			
	二.複習分腿前後滾翻。			
	三.練習小魚躍滾翻。			
	五.預告下節教材。			
	~第四節完~			
	一.複習分腿前滾翻。			
	二.複習分腿後滾翻。			
	三.複習小魚躍滾翻。			
	四.練習母雞倒立。			
	五.練習自編連續動作。			
	六.預告下節教材。			
	~第五節完~			
	一.複習五年級所有練習教材：			
	1.連續滾翻。			
	2.分腿前後滾翻。			

	3.小魚躍滾翻。 4.母雞倒立。 二.練習簡易自編連續動作。 三.分組表演所有教材。 四.說明欣賞，說出優缺點。 五.分組測驗。 ~本單元完~			
--	---	--	--	--

資料來源:林煥清。〈桃園縣桃園國民小學民國 76 學年度下學期體育科教學活動設計〉。未出版。
民國 77 年 4 月 15 日。39~42 頁。

從桃園縣桃園國民小學民國 76 學年度下學期體操教學活動設計實例中可以了解，教學單元為墊上運動，教學設計者是五年級全體教師，教學者是林煥清，教材的來源是參考體育教學指引。該單元的教學目標培養墊上運動的基本技能及協調柔軟體能、明白墊上運動的安全知識與方法、培養兒童愛好墊上運動的興趣和練習的習慣。從目標條文來看與體育課程標準中的目標規定相符，兼重墊上運動的認知、技能及情意目標的學習。教學的順序教師先了解兒童的舊經驗之後，以複習先前學會的舊動作再教新的體操動作。教學活動的安排順序是示範說明、嘗試練習、改正錯誤及反覆練習。整體而言，前述的體操教學活動設計都依照體育課程標準中的教學方法及原則設計進行，可謂是恰當的體操教學。

總體而言，上述各校的體操教學教學設計都符合小學體育課程標準的相關規定，以下再例舉若干學校體操教學實態及調查結果：

「花蓮市明義國小認為最難教學項目是舞蹈、國術、體操等三項，可見一般老師對於這三項教材較感困難⁹⁹」

該校體操課程內列有整隊行進，三、四年級授課五至六節，五、六年級四至五節，教材內容包括整隊集合，原地間轉法，縱隊與橫隊之跑步與齊步，步法變換與停止間及行進間之隊形變換，到六年級甚至包括各種隊形之行進間隊形與方向變換。教材內容幾乎包括了軍隊中整隊行進所有的動作，沒有教過小學的人，很難想像師生受苦的情形，整個操場哨音大作，教師聲嘶力竭飛奔，學生又是滿頭大汗神情緊張却又動作錯誤而全班大亂，一堂課下來師生精疲力盡，却毫無收穫¹⁰⁰。

⁹⁹台灣省政府教育廳。《七十九學年度體育科等教材教法研習資料》。民 79 年 9 月。150 頁。

¹⁰⁰臺北市政府教育局。《臺北市國民教育輔導團七十五學年度工作報告國小藝能科》。民 76 年 12 月。14 頁。

另一個學校體操教學是六年級的墊上運動，教材內容有(一)連續前滾翻、後滾翻。(二)側翻。(三)兔跳。(四)魚躍前滾翻。(五)新教材的學習是三角倒立。這是一個普通班級的墊上運動教學，但學生動作純熟，上課氣氛融洽快樂，彼此都很合作的互相做保護動作，尤其是學習新教材三角倒立，是頗有難度的教材，有夥伴協助能完成動作的只有佔 20%，但全班學習慾望十分高昂，再三練習，這都是可歸功於老師成功的教學方法和態度，他給了小朋友信心、安全感和很多的鼓勵¹⁰¹。

從上述各校的實態中可以了解體操課程在各小學的實施情形。均依小學體育課程標準中的規定及內容授課。但是，花蓮縣明義國小的教師對體操教學感到困難，顯示該小學體操授課教師的教學能力有問題；其次，同樣在台北市的小學體操的教學現場卻有「正反不一」的現象，在校際間出現體操教學差異很大的現象。有的小學體操教學「荒腔走板」，授課教師與小朋友都累翻卻無成效；但也有的學校「四平八穩」體操教學非常成功，兒童學習興趣濃厚，教師有成就感。究其原因，不外是授課教師的教學方法與態度決定了教學成功與否。簡言之，授課教師若具有體操教學能力，仍然可以將體操教學進行得很成功。因此，如何增進小學體操授課教學的能力，是提振體操教學必須正視的重要課題。

第三節 小學體操設備與器材

為配合民國 64(1975)年小學課程標準的公布實施，教育部於民國 70(1981)年修訂公布小學設備標準，作為實施小學體育課程標準的配套措施，其規定之原則如下：

- 一、本標準富有彈性，可就理想條件與實際情況設置，但不得低於最低標準。
- 二、本標準分為場地與設備兩大類，應注重均衡原則，配合興趣、鍛鍊體魄與培養勇氣之要求。
- 三、應儘量將低、中、高各年級之場所設備分開設置，俾各得其所，且便於指導管理。

¹⁰¹臺北市政府教育局。《臺北市國民教育輔導團七十五學年度工作報告國小藝能科》。民 76 年 12 月。8、9 頁。

四、各種固定之設備，應盡量設置於最適當地點，以策安全，並避免妨礙其他活動。

五、各種設備之設置，應盡量利用天然環境，並發揮克難及創新之精神。

六、場地及設備應經常檢查與保養，並訂有管理及使用規則¹⁰²。

如上述之原則筆者將之歸納為幾個重點：小學體育科設備標準的原則第一條條文明確指出該標準是富有彈性的，應注重理想與現實條件的配合，但是不論情形如何都不得低於最低標準的規範。其次，場地與設備二者應均衡設置，並視學校的情形設置於最恰當的地點。再則，各種設備應盡量利用天然環境，並發揮克難及創新之精神。至於小學體育設備標準中體操設備與器材的數量詳見表 2-17。

表 2-17 小學體育設備標準中體操設備與器材設置一覽表

類別	編號	名稱	單位	數量					
				6 班以下	7~12 班	13~24 班	25~36 班	37~48 班	49 班以上
體操設備與器材	1	墊子	塊	2~4	2~4	4~8	4~8	8~12	8~16
	2	跳箱	副	2~4	2~4	2~4	4~6	4~6	4~8
	3	平衡木	臺	2~4	2~4	4~8	4~8	6~12	6~16
	4	助躍板	塊	2~4	2~4	2~4	4~6	4~6	4~8
	5	低單槓	間	2~4	3~6	4~8	6~10	8~12	8~16
	6	短跳繩	條	20~40	20~40	40~60	40~60	80~100	80~120
	7	長跳繩	條	4~6	4~8	6~12	6~12	8~30	8~24
	8	棍棒	支	20~40	20~40	30~60	30~60	40~80	40~80
	9	竹桿	支	20~40	20~40	30~60	30~60	40~80	40~80

資料來源：教育部。《國民小學設備標準》。正中書局。民國 70 年 1 月。615、620、626 頁。

民國 70(1981)年教育部公布的小學體育設備標準中體操器材設備之規定與民國 54(1965)年首次公布的小學體育設備標準差別不大。二者都是以學校的班級數做為購置數量的基準，在此次的標準中將原標準中的 12 班以下學校細分為

¹⁰²教育部。《國民小學設備標準》。正中書局。民 70 年 1 月。615 頁。

6 班以下及 7-12 班；同時並增列了 49 班以上的學校之規範，筆者認為是配合台灣小學班級數的現況而做的修正。對於班級數多的小學在標準中也註明「49 班以上的學校應依據設備項目所列之數量，比例增加其設備¹⁰³」。其次，該標準係配合國民小學中高年級體育科課程標準而設計，規範之種類及數量以必授教材為主，選授教材則由各校依據實際情況自行訂定標準¹⁰⁴。

至於小學體育設備的實態如何？台北市教育局於 58 學年第一學期派員檢查全市 121 所(國民中學 37 所，國民小學 84 所)國民中小學體育設備的結果，設備優者 0%，設備良者 0%，設備可者 10%，設備差者 22.2%，設備欠佳者 67.8%。台灣省教育廳亦於 58 學年第一學期派員實地檢查各國中小學體育設備，其結果如表 2-18。

表 2-18 台灣省各國民中小學體育設備情形

校數及 百分比 類別	優良	尚可	較差	欠佳	合計
國民中學	71(15.1%)	118(25.0%)	96(20.3%)	187(39.6%)	472(100%)
國民小學	168(8.1%)	513(24.8%)	386(18.7%)	1001(48.4%)	2068(100%)

資料來源：吳萬福。〈當今國民中小學體育設施的問題與今後的改進要點〉。《台北師專學報》。

第一期。民 61 年 12 月。

從上表的調查結果來看，當時全台灣的小學體育場地設備以欠佳的比例最高為 48.4%，較差者佔 18.7%。二者合起來超過 6 成的小學的體育場地設備是不足的。而台北市的小學的情形亦與台灣省接近。是以，整體而言，此時期台灣小學的體育場地設備是不足的。

另外，根據吳萬福的調查民國 64(1975)年體育課程標準公布後有 80.3%的受訪者認為小學體育教學最嚴重的問題是缺乏體育場地、設備和器材¹⁰⁵，而吳萬福根據調查所獲得的結論：「影響國民小學體育設施的最嚴重因素是①教師條件不足。②場地、設備不足。③經費短缺。④班級學生人數過多。⑤校內外活動多，影響正常教學等¹⁰⁶」。

小學體育運動場地「應以必授教材為優先，就必授教材之場地設備而言，以

¹⁰³教育部。《國民小學設備標準》。正中書局。民 70 年 1 月。626 頁。

¹⁰⁴教育部。《國民小學設備標準》。正中書局。民 70 年 1 月。626 頁。

¹⁰⁵吳萬福。〈中、高年級體育課程實施之調查研究〉。《國民小學新課程實施之調查研究》。國立教育資料館。民 72 年。302~305 頁。

¹⁰⁶吳萬福。〈中、高年級體育課程實施之調查研究〉。《國民小學新課程實施之調查研究》。國立教育資料館。民 72 年。302~305 頁。

球類與田徑類較普遍，較缺乏的場地設備為國術、舞蹈、體操與遊戲類」。¹⁰⁷

至於小學體操器材設備的調查情形，以台北市 66 學年度的調查為例：

表 2-19 台北市 66 學年度國民小學體操設備調查表之一

班級 數	墊子(單位：副)			跳箱(單位：副)			平均臺(單位：臺)			單槓(單位：副)		
	教育部規定之標準數量	已達標準校數	未達標準校數	教育部規定之標準數量	已達標準校數	未達標準校數	教育部規定之標準數量	已達標準校數	未達標準校數	教育部規定之標準數量	已達標準校數	未達標準校數
12 班以下	2	8	2	1	10		2	2	6 (2)	4	1	4 (5)
13~24	4	7	7 (5)	2	6	8 (5)	4	3	9 (7)	6	1	10 (8)
25~36	6	4	5	3		8 (1)	16		6 (3)	8		6 (3)
37~48	8	32	38	4	33	37	8	7	56 (7)	10	11	48 (11)
合計		51	52 (4)		49	53 (6)			77 (19)		13	62 (27)

資料來源：《台北市六十六學年度國民小學體育實施成果報告》。民國 66 年 12 月。台北市政府教育局第三科編印。19~23 頁。

表 2-20 台北市 66 學年度國民小學體操設備調查表之二

班級 數	墊子(單位：副)			跳箱(單位：副)			平均臺(單位：臺)			單槓(單位：副)		
	臺北市自定之標準數量	已達標準校數	未達標準校數	臺北市自定之標準數量	已達標準校數	未達標準校數	臺北市自定之標準數量	已達標準校數	未達標準校數	臺北市自定之標準數量	已達標準校數	未達標準校數
15 班以下	8	1	10 (1)	4		11(1)	4		9 (3)	6		7 (5)
16~36	10	2	20 (4)	6		21 (5)	8		17 (9)	8		15 (11)
36~60	14	3	29	6	4	28	12		29 (3)	14		24 (8)

¹⁰⁷ 徐元民。〈學校運動場地設備之充實與管理使用〉。《國民體育季刊》。13 卷 1 期。民 73 年 3 月。51 頁。

60 班 以上	16	4	34	8	3	35	16		34 (4)	18		35 (3)
合計		10	93 (5)		7	95 (6)			89 (19)			81 (27)

資料來源：《台北市六十六學年度國民小學體育實施成果報告》。民國 66 年 12 月。台北市政府教育局第三科編印。19~23 頁。

從表 2-19 及表 2-10 中可以清楚的看出，台北市小學的體操器材及設備之數量，不論是教育部訂的設備標準或是台北市自行訂定的設備標準，均有很大的差距，換言之，在此時期台北市小學體操的設備與器材都不符合教育部及台北市訂定的最低標準。在體操器材及設備都不足的情形下，小學體操課程要落實相當困難。

表 2-21 台灣省小學體操運動器材調查結果統計表

調查結果 項目名稱		十二班以下(N=676)				十三~二十四班(N=228)				二十五~三十六班(N=98)				三十七~四十八班(含以上 N=106)			
		調查 結果 平均 數	部 頒 標 準	達部頒標準		調查 結果 平均 數	部 頒 標 準	達部頒標準		調查 結果 平均 數	部 頒 標 準	達部頒標準		調查 結果 平均 數	部 頒 標 準	達部頒標準	
				學 校 數	百分 比%			學 校 數	百分 比%			學 校 數	百分 比%			學 校 數	百分 比%
體 操 運 動 器 材	墊子 (面)	3.6 ※	2	411	60.7	3.38	4	138	60.5	4.40	6	65	66.3	9.36 ※	8	85	80.1
	單槓 (副)	2.68	4	138	20.4	3.34	6	78	34.2	3.90	8	31	31.6	6.29	10	67	63.2
	雙槓 (副)	0.12				0.18				0.26				0.39			
	平均台 (台)	1.70 ※	1	563	83.2	3.25	4	121	53	2.05	6	38	37.5	2.83	8	22	20.7
	跳箱 (副)	1.30 ※	1	509	75.2	1.73	2	148	51.7	2.05	3	63	64.2	2.50	4	71	66.9
	高低槓 (副)	0.25				0.21				0.11				0.54			

資料來源：杜登明。〈台灣省國民小學體育實施實況調查研究〉。《體育學報》。第 10 期。民 70 年 6 月。189 頁。

依據教育部於民國 73(1984)年的調查，全台灣區 2,564 所國小中有 34%的

小學有體操房或體操場地¹⁰⁸。另根據鄭炎棟於民國 76(1987)年調查資料統計出的結果，體操場地這個教學項目在小學必授教材的五個項目中為最差，在不理想的等級中共有 45 所學校，佔 120 學校的 37.5%，各縣市及各型態大小的學校並沒有因區域或學校的班級數不同而有所差異，在 45 所認為教學場地不理想的學校中，有 21 所小學認為其教學場地位置容易受外在因素干擾而造成運動傷害事件¹⁰⁹。而鄭炎棟的調查在中部地區四個縣市當中 512 所國民小學也只有 178 所小學有體操場地，只佔 34.8%，教學場地明顯的不足，以不理想這個等級情況而言，四個縣市順序為南投縣、彰化縣、台中市、台中縣，以學校型態大小來看，其順序為小型、大型、中型學校¹¹⁰。體操教學器材與設備是必授教材五個項目最差的一項，不理想的比率達 54.17%，尤其彰化縣及型態較小的學校，前者比率高達 63.64%，後者比率高達 62.16%，但其他三個縣市學校或班級數較多的學校，狀況也沒什麼差異，比率上都超過了 50%，在不理想的等級中，有 26 個學校墊子數量不足或破損不堪使用，有 6 所學校或為跳箱或為起跳板或為平衡木損壞而無法教學¹¹¹。是以，從鄭炎棟的調查結果中可以了解中部縣市小學體操的器材及設備是小學必授教材中最差的，超過一半以上的學校體操器材及設備是不足的。

此外，根據調查顯示台灣中部的小學在該地區教學場地最迫切改善的順序為體操、舞蹈、球類、田徑、國術，各縣市前三項的順序為台中市及台中縣為體操、舞蹈、球類，彰化縣為體操、球類、舞蹈，南投縣為舞蹈、球類、體操¹¹²。在該地區最迫切改善教學器材及設備其依比率順序為體操、球類、田徑、舞蹈、國術，各縣市前三項的順序，台中市及台中縣為體操、球類、舞蹈，彰化縣為體操、球類、田徑，南投縣為體操、田徑、球類¹¹³。多數的小學反應小學體操器材及設備是急需改善的。「在各校體操器材缺乏之情形下，教師們正可以有理由逃避現實，改上其他體育活動，甚或其他課程，這情形十分嚴重¹¹⁴！」

從教育部、台灣省教育廳及學者專家對台灣全省小學體育設施的調查結果來看，各小學體育的場地器材之設置數量普遍與教育部頒布的小學體育設備標準有

¹⁰⁸教育部體育司。《台閩地區學校體育設備現況調查》。民 74 年。7 頁。

¹⁰⁹鄭炎棟。〈國民小學體育課循環式教學之研究〉。《臺中師院學報》。第一期。民 76 年 12 月。158 頁。

¹¹⁰鄭炎棟。〈國民小學體育課循環式教學之研究〉。《臺中師院學報》。第一期。民 76 年 12 月。158 頁。

¹¹¹鄭炎棟。〈國民小學體育課循環式教學之研究〉。《臺中師院學報》。第一期。民 76 年 12 月。152 頁。

¹¹²鄭炎棟。〈國民小學體育課循環式教學之研究〉。《臺中師院學報》。第一期。民 76 年 12 月。122 頁。

¹¹³鄭炎棟。〈國民小學體育課循環式教學之研究〉。《臺中師院學報》。第一期。民 76 年 12 月。122 頁。

¹¹⁴于騰蛟。〈臺灣區國民小學體育設施調查研究〉。《台東師專學報》。第 3 期。台灣省立台東師範專科學校。民 64 年 4 月。111~112 頁。

頗大的落差，雖然在台灣經濟發展的情形下，小學體育的場地器材設備不足的情形有所改善，但仍無法達到小學體育設備標準的要求。就小學體操場地器材的設置數量而言，與小學體育設備標準亦有很大的落差。在缺乏體操場地器材的情形下要進行墊上、跳箱、單槓及平衡木運動的教學相當困難。加上授課教師多數並未具備體操教學的能力，又無體操器材配合常促使授課教師棄體操教材而教球類等其他教材。這對小學體操運動的推展是很大的傷害。對兒童的學習也產生影響，兒童因教師授課能力不足及場地器材之不足而失去學習墊上、跳箱、單槓及平衡木運動的機會，是件「不可思議」之事。

第四節 本章小結

民國 57（1968）年公布國民小學暫行體育課程標準與民國 64（1975）年公布的小學體育課程標準，在內容上並無很大的差異。強調的重點是必授教材與選授教材的授課時數百分比。對於體操課程的教授內容，二個課程標準之間並無很大的不同，教材的內容有墊上運動、跳箱、單槓、平衡木等。在 64（1975）年公布的課程標準中增加體操教材各項的遊戲，如墊上遊戲與運動、跳箱遊戲與運動、單槓遊戲與運動、平衡木遊戲與運動等；低年的遊戲改稱為體操。簡言之，小學體操運動的教材在此時期的課程之中，授課項目都增加遊戲的部分。

在此時期，從例舉小學的體操教學活動設計實例來看，各別學校體操的教學，可謂是「中規中矩」，依據小學體育課程標準的規範來設計與授課。但從全台灣小學體育師資的體操教學能力來看，師資的水準雖較光復之初有所進展，但要達到普遍勝任體操教學的程度，還有很大的差距。於是，教育部及教育廳局舉辦小學體育教學觀摩會，冀望提升小學體育教學的水準。在研習課程中多少會排定體操教材的研討以收相互觀摩交流的目的。但從調查結果來看，效果有限。多數的教師雖參加研習會或活動，回到小學的教學現場對於體操教材授課仍有困難。

在此時期的小學體操器材與設備，就普遍性而言仍是不足。雖有小學體育設備標準的公布與依據，但是，各小學並無適合的經費購買體操設備與器材來支援教學。究其原因，教育部空有法令之公布，但教育部及教育廳局並無編列相對應的經費來落實小學體育設備標準的規定，造成小學設備的法令相當完備，但教學現場仍是空無設備與器材來支援教學。這從小學體育教學的現況調查中可以清楚得知。是以，儘管小學體育課程標準與設備標準公布及規範如何詳盡，對於小學體

操運動的推動，僅提供了法令的依據，但是小學校長主任教師面對必須使用經費購買器材的體操運動，在主管機關無編列相關預算的情形下，也是「無計可施」。在體操器材設備無法供應，加上授課教師對於體操運動教學能力不足，小學體操運動的推動無法全面普及。



第三章 台灣小學體操運動發展

(1993-2000)

第一節 小學教育政策與體育課程

第一項 小學教育政策

爲因應廿一世紀的到來，教育部於民國 83(1994)年 7 月召開第七次全國教育會議，以「推動多元文化、提昇教育品質、開創美好遠景」爲主題進行研討。民國 84(1995)年 2 月發布「中華民國教育報告書」，並以「邁向廿一世紀的教育遠景」爲副標題，旨在說明教育改革的想法及可能作法以勾勒廿一世紀開始時，台灣地區的教育遠景，俾作爲研擬實施方案的參據¹¹⁵。在報告書中明白指出此時期教育改革的目標與策略爲紓解升學壓力、合理分配資源、引導教育自由化、提高教育品質、宏揚人文精神¹¹⁶。對於廿一世紀的教育，教育部也提出遠景展望升學競爭趨於緩和，彈性學制次第建立。城鄉差距逐漸縮短，教育機會更爲均等。課程教材全面更新，教學科技普遍應用。師資培育多元開展，教學實習完全落實。大學自主充分實現，公私院校各具特色。終身教育體制完成，學習社會應運而生。全民體育積極開展，國民體能顯著增進。國際合作益臻密切，兩岸交流穩步拓展。教師權益更多保障，教育資源多面開發。人文精神宏揚校園，師生倫理有效重整¹¹⁷。是以，在邁入廿一世紀之前教育部透過召開全國教育會議勾勒出教育施政的目標及策略。

在小學教育政策方面，教育部爲培育德、智、體、群、美五育均衡發展的健全國民，一方面要落實教學正常化，均衡城鄉教育發展，以達成教育機會均等理想；另一方面要加強生活教育、道德教育與民主法治教育，全面推展青少年輔導工作，以培育優秀的下一代¹¹⁸。具體而言，此時期國民教育的政策是推動小班小校、教育優先區、國中常態編班、九年一貫課程及多元入學方案爲主¹¹⁹。其中，推動九年一貫課程的政策是從民國 84(1995)年 11 月，行政院教育改革審議委員會發表的第二期諮議報告書中建議政府應全面檢討現行中小學課程標準的內容及形式，以建立學生的基本能力，容許地方及學校發展特色，統整中小學課程內

¹¹⁵教育部。《中華民國教育報告書-邁向廿一世紀的教育遠景》簡要本。民 84 年。1-2 頁。

¹¹⁶教育部。《中華民國教育報告書-邁向廿一世紀的教育遠景》簡要本。民 84 年。5-26 頁。

¹¹⁷教育部。《中華民國教育報告書-邁向廿一世紀的教育遠景》簡要本。民 84 年。5-26 頁。

¹¹⁸教育部。《第六次中華民國教育年鑑》。民 85 年 6 月。21 頁。

¹¹⁹台北市立師範學院。《1999 年國民教育政策與問題調查報告》。民 88 年。9-16 頁。

容¹²⁰。教育部依此建議於民國 86(1997)年 4 月成立「國民中小學課程發展專案小組」探討國民中小學課程共同性的基本架構，民國 87(1998)年 10 月成立「國民中小學各學習領域綱要研修小組」研訂「國民教育各學習領域課程綱要」，民國 88(1999)年 12 月成立「國民中小學課程修訂審訂委員會」審議並確認各學習領域課程綱要內容之適當性¹²¹。因此，從民國 86(1987)年開始至民國 89(2000)年之間中小學九年一貫課程的研議與推動成為教育部推動的小學教育政策中重要的一部分。

第二項 小學體育課程標準

民國 82(1993)年 9 月 20 日教育部以台(82)國字第 052752 號令公布修正國民小學課程標準，根據課程標準實施要點規定，自 85 學年度起實施¹²²。有關小學體育課程標準總目標如下：

- 一. 提高運動知能，增進身心發展。
- 二. 啟發運動樂趣，充實康樂生活。
- 三. 培養運動道德，發展社會行為。
- 四. 增進保健知能，實踐健康行為¹²³。

此次的體育課程標準除了總目標外，另行公布各年段的目標，分為低、中、高年級分段目標，總目標與各年段目標各有 4 條條文，各年段目標是從總目標引出，以同樣的架構擴展，由淺而深，由簡而繁且各條文相互對應¹²⁴。「此次的體育課程標準就目標而言力求具體、簡明，並以學習者為主體教學，藉能落實日常生活¹²⁵。」在授課時數方面，體育課每週教學時間低年級為 80 分鐘，分兩節授課，中高年級為 120 分鐘，分三節授課，每節均為 40 分鐘¹²⁶。

由於此次的體育課程標準將原先低年級的唱遊課與中高年級的體育課程合併，因此，低年級也上體育課，是一大特色¹²⁷。有關體育課程標準中體操教材內

¹²⁰ 台北市立師範學院。《1999 年國民教育政策與問題調查報告》。民 88 年。13 頁。

¹²¹ 教育部。《國民中小學九年一貫課程（第一學習階段）暫行綱要》。民 89 年。1-2 頁。

¹²² 教育部。《國民小學課程標準》。民 82 年 9 月。1 頁。

¹²³ 教育部。〈國民小學體育課程標準〉。《國民小學課程標準》。民 82 年 9 月。219 頁。

¹²⁴ 范春源。〈戰後台灣小學體育科教育演變之研究-民國 34 年-83 年〉。國立台灣師範大學體育研究所博士論文。未出版。民 87 年。285 頁。

¹²⁵ 范春源。〈戰後台灣小學體育科教育演變之研究-民國 34 年-83 年〉。國立台灣師範大學體育研究所博士論文。未出版。民 87 年。286 頁。

¹²⁶ 教育部。〈國民小學體育課程標準〉。《國民小學課程標準》。民 82 年 9 月。221 頁。

¹²⁷ 范春源。〈戰後台灣小學體育科教育演變之研究-民國 34 年-83 年〉。國立台灣師範大學體育研究所博士論文。未出版。民 87 年。289 頁。

容如表 3-1。在低年級的體操教材中是以器械遊戲和體操運動有關，其內容包括固定設備、移動設備及手具。固定設備包括單槓、滑梯、攀登架、鞦韆、蹺蹺板、浪木、爬竿、踏台、梅花樁。移動設備包括跳箱、墊子、平衡木、輪胎等遊戲。手具有繩索、棍棒、呼拉圈、竹竿、毬子、球等遊戲¹²⁸。中高年級的項目相同，有徒手體操、手具體操、墊上、跳箱、單槓、平衡木等，考量實際的需要在編選體操教材時可以參考學校實際的情形從各組中挑選適合的項目授課。至於甲、乙、丙組各組的項目及內容詳如表 3-1。

表 3-1 民國 82（1993）年體育課程標準中體操教材綱要

	項目	組別	內容
低年級	器械遊戲	不分組	固定設備
			移動設備
			手具
中年級	徒手體操	甲	屈伸、擺振、彎、轉、繞環、跳躍等運動。
	手具體操		用球、環、繩、彩帶等運動。
	墊上	乙	動物模仿、滾筒、雞蛋滾翻、搖籃、各種前後滾翻等運動。
	跳箱		踏跳越、跨越、跳上箱前跳下、分腿騰越等運動。
	單槓	丙	單槓遊戲(足猜拳、跳上跳下、懸垂擺振、掛膝懸垂等)、後迴環上、單掛膝擺振上等運動。
	平衡木		前進、後退、側行、單足平衡、平衡木遊戲等運動。
高年級	徒手體操	甲	屈伸、擺振、彎、轉、繞、跳躍等運動，及二人或多人的組合體操。
	手具體操		用球、環、繩、彩帶、棍棒、竹竿等運動。
	墊上	乙	連續前後滾翻、分腿前後滾翻、小魚躍滾翻、頭手倒立、簡易連續動作等運動。
	跳箱		箱上前滾翻、分腿騰越、蹲騰越等運動。
	單槓	丙	各種上下槓法、連續向後迴環上、支撐鈎腰後迴環、單掛膝後迴環、簡易連續動作等運動。
	平衡木		各種上下木法、前進、後退、側行、單足靜止平衡、跑跳、跨跳、轉身及簡易連續動作等運動。

資料來源:摘自教育部。〈國民小學體育課程標準〉。《國民小學課程標準》。民國 82 年 9 月。222-225 頁。

¹²⁸教育部。〈國民小學體育課程標準〉。《國民小學課程標準》。民 82 年 9 月。222-223 頁。

在這次體育課程標準也公布了體操教材編選要點及教學方法，茲分述如下：

一、體操教材編選要點

- (1) 徒手體操教材，要以大肌肉運動為主，且要自然、輕鬆、活潑而有節奏，避免呆板機械的動作。
- (2) 徒手體操教材，應使各部肌肉與關節，都有充分活動的機會。
- (3) 手具體操教材，要簡單易行。注意動作實效，避免不必要的花式變化。
- (4) 器械體操教材，應根據力學原理，選用坐、立、蹲、撐、跪、臥、懸垂、擺振、繞環、迴轉、騰越、滾翻、平衡等動作。
- (5) 器械體操教材，應以活潑、機警的動作為主，以培養正確判斷與反應敏捷的適應能力。
- (6) 應將各種體操動作，編成體操遊戲教材，以提高兒童學習的興趣。¹²⁹

從上述體操教材的編選要點中可以看出，條文都是原則性的規定。分別敘述徒手體操教材、手具體操教材及器械體操教材應如何編選的原則。如器械體操教材，應以活潑、機警的動作為主，以培養正確判斷與反應敏捷的適應能力。再則，爲了提高兒童的學習興趣，也建議授課教師應將各種體操動作，編成體操遊戲教材讓兒童在遊戲中學習體操的動作。

二、體操教學要點

- (1) 徒手體操應配合其他教材混合教學，至多不超過八分鐘。
- (2) 教學徒手體操時，應使兒童明瞭上下、左右、前後等方位及基本動作名稱。
- (3) 器械體操教學時，應多做準備運動，並採用系統性漸進教學法。
- (4) 器械體操教學時，應特別提示易犯錯誤或危險動作，以免發生意外。
- (5) 經過一段時間練習後，可採用觀摩或比賽方式實施，以收觀摩、研究改進之效。
- (6) 教學前必須檢查器械，並瞭解動作的輔助與保護方法，以維護兒童安全。
- (7) 器械體操教學時應採用能力分組方式，以適應兒童能力的個別差異，以提昇教學效果¹³⁰。

體操教學要點即是針對授課教師在授課的過程中應如何進行教學的原則性敘述，例如徒手體操應配合其他教材混合教學，至多不超過八分鐘。對於兒童能

¹²⁹教育部。〈國民小學體育課程標準〉。《國民小學課程標準》。民 82 年 9 月。230~231 頁。

¹³⁰教育部。〈國民小學體育課程標準〉。《國民小學課程標準》。民 82 年 9 月。235 頁。

力的個別差異問題，上述的要點中也有提及，例如器械體操教學時應採用能力分組方式，以適應兒童能力的個別差異，以提昇教學效果。

第二節 小學體育師資與體操教學

第一項 小學體育師資

在此時期小學體育師資的培育，除國立台東師院設有體育系，培育國小體育科任教師外，自 82 學年度起國立台北師院及屏東師院亦增設體育系，以培養國小體育科任教師¹³¹。民國 87(1998)年台中師院、台南師院也成立體育系¹³²，之後，新竹師院、嘉院師院及花蓮師院也陸續成立體育系培育小學體育師資。

師專升格為師院「可惜的是，對於體育專業人才的培養，卻仍延用專科時期設置「體育組」的制度，進行國小體育師資的培養。僅就需求量而言，培養極少數的體育專業人才，以應廣大體育師資的需求，必然會有粥少僧多之憾¹³³」。

民國 83(1994)年 2 月 7 日「師資培育法」公布實施，師資培育管道多元化¹³⁴的時代來臨，師範院校面臨此衝擊有危機意識積極思考因應之道。因此於 83 學年度，為探討師範學院各科教學問題及發展師範學院未來教學特色，依民國 83(1994)年國（市）立師範院校長會議決議，將由 9 所師院輪流承辦各科教學研討會，每校指派與主題有關之教師與會¹³⁵。在師院生的體育課程方面，「今日之所以會有國小師資體育教學能力的隱憂，主要的癥結在師院體育課程架構的缺失¹³⁶」。因此，民國 85(1996)年 2 月在台北師院舉行的第二次體育科教學研討會，提到提升師院體育教學效果的原則：先建立正確的師院體育觀。師院體育包括正課與課外兩種；而正課是推展師院體育的核心，其重點在指導師院學生樹立各項運動教材的正確認知與學習方法，使其學會並熟練其基本及運用技能。師院體育的第三個本質卻與一般大學校院不同，是在培養國小體育教學知識與技能¹³⁷。其

¹³¹吳萬福。〈國民小學體育回顧與展望〉。《國民體育季刊》。23 卷 1 期。民 83 年 3 月。16 頁。

¹³²行政院體育委員會。《我國體育專業人力供需運用及管理制度之研究》。民 88 年。40-41 頁。

¹³³蔡仁川。〈國小體育師資養成制度的省思〉。《國民體育季刊》。民 83 年 9 月。23 卷 3 期。197 頁。

¹³⁴教育部。〈第五篇師範教育〉。《第六次中華民國教育年鑑》。民 85 年 6 月。1074 頁。

¹³⁵台北師院體育系。〈國（市）立師範院校第二次體育科教學研討會報告〉。《北師體育》。第 3 期。民 85 年 6 月。132 頁。

¹³⁶蔡仁川。〈國小體育師資養成制度的省思〉。《國民體育季刊》。民 83 年 9 月。23 卷 3 期。197 頁。

¹³⁷吳萬福。〈提升師範學院體育教學效果的原則與技術-對國小新課程標準的精神與內容〉。《國（市）立師範院校第二次體育科教學研討會報告書》。民 85 年 4 月。7 頁。

次，在會議中學者亦提到師院生應修的有關體育課程（體育系及初教系體育組除外）有「體育」及「體育科教學研究」兩門。而「體育」在一、二年級採用以班級為單位的包班制教學，三、四年級則採用年級為單位的興趣選項教學。研究國小體育教學的「體育科教學研究」則僅有一學分，每週一小時，在如此有限的「體育課」或「體育科教學研究」的教學時間內，如何提升教學的品質與效率是師院教師的任務¹³⁸。

民國 86(1997)年 4 月在國（市）立師範院校第三次體育科教學研討會中學者主張師院生應具備基本體育教學能力 1.應徹底理解國小學課程標準的目標與內容。2.必須具備國小各類運動項目技能之正確操作能力。3.瞭解兒童身心發展的狀況：體格、身高、體重、年齡、健康、心理狀況或需求等。4.教材教法的研究：各種運動的特質、結構、教學型態、教學方法、全部教學法、分段教學法....等¹³⁹。顯示在師資培育法公布之後，師院體育系亦感受到壓力，紛紛在體育科教學研討會中對於師範生如何加強本身的體育教學能力學者均提出具體的看法。

例如國立台北師院為增強非體育系學生的體育科基本能力規劃了分級鑑定實施要點，項目有田徑、體操、舞蹈、球類等。有關體操運動基本能力如下：

體操：（分特優、優、甲三等）

下列 1-4 項測驗皆要參加。

1. 徒手體操（男、女）：

優等：自編徒手體操指揮。

甲等：國民健康操第三或第四教材指揮。

2. 墊上運動：（分特優、優、甲三等）

優等：直膝前滾翻→分腿前滾翻→頭手倒立停三秒→直膝後滾翻→倒立前滾翻→魚躍前滾翻→側翻。

甲等：前滾翻→分腿前滾翻→頭手倒立停三秒→後滾翻→小魚躍前滾翻。

3. 跳箱：

（1）男生：

優等：縱箱一併腿騰越、箱上手前翻。

甲等：縱箱一分腿騰越、箱上前滾翻。

（2）女生：

優等：縱箱一分腿騰越、箱上前滾翻。

¹³⁸廖幼芽。〈如何提升體育教學特色與教學效果〉。《國（市）立師範院校第二次體育科教學研討會報告書》。民 85 年 4 月。15 頁。

¹³⁹程日利。〈討論師院生體育課必修時數，以培養任教國小基本能力〉。《國（市）立師範院校第三次體育科教學研討會報告書》。民 86 年 4 月。15 頁。

甲等：橫箱一分腿騰越、併腿騰越。

4. 低單槓(男)：

優等：蹬足上→支撐後迴環→短振下。

甲等：後迴環上→支撐後迴環一週→前迴環下。

特優：曾擔任校隊二年以上經教練推薦並經鑑定委員會審查通過者列為特優。¹⁴⁰

上述計畫的實施顯示該校對體育科教學的用心值得肯定，該校在 9 所師院體育科研討會中提出來分享對其他師院的體育教學或是體操教學能力的加強提供了具體可行的辦法與思考方向。

對於師院生培育課程吳萬福主張標本兼治，在治本方面，必須增加師院體育、音樂、美勞等藝能科教學研究的必修學分與內容。將上述各科「教學研究」增加為兩學分，並且調整授課內容，附加實習。宜加強各種教材特性、結構、價值及各種教學法與評量的教學，以配合「兒童發展」課程，提升「體育教學的實質效果」。在治標方面，宜從兩面著手，各國小教師可利用每週三下午之教師進修期間，聘請各縣市輔導員指導舉辦體育教師學研習會，以彌補體育教學的知能不足。另一方面責由各地師院及地方教師研習會舉辦體育教學研習會或研討會以加強上述體育教學所應具備的知識與技能¹⁴¹。

在此時期的小學體育師資來源，可分為「師院體育系、師院初等教育系體育組、師院一般學系、教育局聘用之專項運動教練及其他。這五項師資的來源所占的比例懸殊，受過專業訓練的師院體育系學生，應是主要擔任體育教學者，然而所占的人數的比例太少，而且限學校的人員編制，多半無法擔任專職之體育科任老師；因此，體育課的教學，絕大部份是由一般的教師擔任¹⁴²」。「現階段國小體育課程，在嚴重缺乏專業師資的情況下，有採導師擔任體育教學方式、有採導師擔任二節，體育專業師擔任一節體育教學的方式；有依導師的專項運動心得採循環教學。上述的三種體育教學模式，以專業的角度而言，都是彌補體育師資不足的良方。然而，大部份的國小體育，在主政者的『教育理念』下充其量只是一種陪襯點綴的角色，且其節數為奇數節（三節），因而在行政的需求下，淪為行政者配課的主要對象。此可由國小體育評鑑結果得以證明。在教育制度抵不過家長期望與成績導向的情況下，體育課程充其量也只不過是代罪羔羊，而置『全民體育』應向下紮根之政策於不顧¹⁴³。」

¹⁴⁰《國(市)立師範院校第三次體育科教學研討會報告書》。民 86 年 4 月。20~21 頁。

¹⁴¹吳萬福。〈台灣光復迄今我國國小體育課程及教學的演變〉《北師體育》。民 83 年 6 月。27 頁。

¹⁴²蔡仁川。〈國小體育師資養成制度的省思〉。《國民體育季刊》。民 83 年 9 月。23 卷 3 期。197 頁。

¹⁴³蔡仁川。〈國小體育師資養成制度的省思〉。《國民體育季刊》。民 83 年 9 月。23 卷 3 期。

蔡貞雄調查台南市、高雄市、台南縣的體育教學，以 84 年 2 月參加台南師院舉辦之體育科教學研習會之教師，共計 264 名國民小學教師，結果發現如下：國民小學教師，進行體育教學時，能依據課程標準之規定，訂定教學進度，且能正常實施者佔 78.5%。國民小學教師自認能勝任體育教學者佔 26.6%，無法勝任者高達 73.4%。女教師自認能勝任教學者不及 1/5，而男教師有近半數能勝任體育教學工作。國民小學教師，自己對體育之教學方法之肯定程度言，很有把握者佔 10.2%，無太多把握者佔 79.2%，完全無把握者 10.2%。體育系科組畢業者，很有把握者佔 35.5%，高於非體育系科組的 8.2%¹⁴⁴。國民小學教師，擔任體育教學，認為最難以勝任之教學項目，依序為國術(43.5%)、體操(23.8%)、舞蹈(22.39%)、田徑(5.4%)、球類運動(5.0%)。國民小學教師認為影響體育教學最嚴重之因素，其前五項依序是：1 缺乏具有體育專長的科任教師。2 級任教師的體育專業素養不足。3 缺乏運動場地，設備器材。4 班級人數過多，體育教學秩序難以控制。5 教師專業精神欠佳，未盡體育教學之責¹⁴⁵。

林雪以台東縣 81 所國民小學體育教師為對象，以分層隨機抽樣問卷調查方式進行「台東縣國民小學體育科教學實況調查研究」，獲得以下的結論：體育教學方式以「級任」教學為多，循環教學法不易推行。台東縣國小之體育教學器材及設備普遍不足。教師認為影響體育教學最嚴重的因素，第一是缺乏專長體育教師，第二是缺乏場地設備器材，第三是教師沒有時間詳細閱讀課程教材，第四是體育教學由級任擔任，第五是活動太多影響正常教學。大多數國小體育教師認為最難教學的項目，依次是舞蹈(38%)、國術(33%)、體操(21%)¹⁴⁶。

另根據楊朝全的調查台北縣內公立國民小學的體育科任教師等職務，由有體育科系背景的教師來擔任的比率偏低，多半不超過 50%¹⁴⁷。在認為學校體育發展的阻力原因上，各類型國小有高比例認為缺乏經費、缺乏師資是最大的阻力（皆占約 50%以上）¹⁴⁸。

至於小學體操教學的看法，蔡宜郎認為「體操這樣有特殊價值的運動，卻為一般體育教師視為畏途。常以安全問題為由，藉故逃避，未能讓學生們瞭解其好處，老是丟幾個球給學生們去自由活動，而美其名曰分組練習。其實體育課程中的體操究非體操隊訓練，只要選擇一些初步入門動作，教學步驟妥當的話，倒也平安無事並非一般想像那麼可怕¹⁴⁹」。簡言之，只要授課教師選擇體操基本的動作進行教學應不成問題。但是，「回顧各級學校的體育教學，其中體操課程之

¹⁴⁴蔡貞雄。〈我國小學體育概況〉《南師體育》。第 3 期。民 84 年 9 月。22~23 頁。

¹⁴⁵蔡貞雄。〈我國小學體育概況〉《南師體育》。第 3 期。民 84 年 9 月。22~23 頁。

¹⁴⁶吳騰達。〈台東縣國民小學體育教學概況初探〉《邁向二十一世紀我國國小體育課程與教學學術研討會》。民 88 年 8 月。33 頁。

¹⁴⁷楊朝全。〈台北縣國小體育師資人力運用與學校體育經營概況調查研究〉。國立體育學院體育研究所碩士論文。民 90 年 6 月。第 80 頁。

¹⁴⁸楊朝全。〈台北縣國小體育師資人力運用與學校體育經營概況調查研究〉。國立體育學院體育研究所碩士論文。民 90 年 6 月。第 81 頁。

¹⁴⁹蔡宜郎。〈體操教學設計〉《國民體育季刊》。第 23 卷第 3 期。83 年 9 月。160 頁。

單元教學已到了乏人問津甚至怯步之地步，幾乎到了應全面檢討的窘境，試問每一位為人師者其所能指導的體操動作又有幾¹⁵⁰？「各級學校對於體操之教學以各種措施來搪塞，明文規定百分比的授課時數又無法確實貫徹，何來落實於教學正常化¹⁵¹」。基本上，體操運動各個教材基本的動作並不難教，但是，在授課教師能力不足的情形下，以各種理由逃避體操教學時有所聞，而改上其他體育教材者亦大有人在。從體育教學的角度來看不失為一個解決體育教學正常化的方法，學生也有上體育課。但是，從體操教學的立場來看卻造成兒童失去了認識、接觸體操運動的機會，不利於體操運動的推展。

總之，此時期的小學體育教學，就體育專業師資培育的數量與能力而言均有所改善。但是從前述體操的實例及學者所提體操教學的意見來看，台灣小學體操教學整體來看似乎仍無起色，吊詭的是在小學體操師資能力及器材設備均有逐步改善的情形下，體操教學的情形卻未等量齊觀的改善，原因為何？值得進一步探討。

第二項 體操教學實態

有關此時期各小學的體操教學實態茲舉例如下：

一、台北市立東門國民小學體操教學單元活動設計

表 3-2 台北市立東門國民小學體操教學單元活動設計

單元名稱	平衡木遊戲	教學班級	三年二班
單元目標	1. ①了解各種平衡木遊戲及行進動作要領，與②安全有效的練習方法。 2. ①學會各種平衡木遊戲及行進動作，與②安全練習的方法。 3. ①對本單元產生興趣②在友愛氣氛中認真從事安全練習。	日期	86 年 4 月 29 日
教材與學習背	1. 三年級教材包括「過關斬將」、「打擊魔鬼」、「高空接球」等遊戲及向前、向後、向左、向右行走等動作。	教學時間	共三節 120 分鐘 (本節為

¹⁵⁰ 鄭黎暉、賴高司、張宏文。〈少年階段體操之教學與指導〉。《藝術學報》。58 期。民 85 年 6 月。454 頁。

¹⁵¹ 鄭黎暉、賴高司、張宏文。〈少年階段體操之教學與指導〉。《藝術學報》。58 期。民 85 年 6 月。465 頁。

景分析	2. 本單元運動可以增進身體的平衡、協調，也可培養集中注意力、膽大心細等心理能力。			第 2 節)
			教學及設計者	謝淑萍教師
活動目標	學習活動過程	教具	教師輔導方式	時間
3-①	1. 準備活動： (1)課前讓學生準備書本、橡皮筋、水桶、球、呼拉圈、跳繩等器材。 (2)課前即分組搬四個平衡木至上課位置。 (3)集合整隊。 (4)準備運動： ①慢跑。 ②做有關的熱身運動，加強單腳站立及蹲下等動作。 (5)引起動機： 走平衡木好比過獨木橋，同學們都能安全地通過。今天大家帶來這麼多的道具，我們要帶著、拿著上平衡木，來點變化。	學生可自備的器材 平衡木 4 個	個別	2'
			分組	
			全體	
1-①	2. 發展活動： (1)復習蹲立或站立在平衡木上，一次前進，一次後退。		全體	6'
1-②				
2-①	(2)揭示問題(一)你能怎樣通過平衡木？ 說明： ①用最安全的方法通過（像復習時的一樣）。 ②改變通過的速度（快或慢）。 ③三點通過的方法（如雙腳為兩點）。 ④二人要怎樣一起通過平衡木？			2'
2-②	(3)練習開始 ①迅速的想出自己通過平衡木的方式。 ②欣賞同學的動作。		全體	10'
3-②	(4)對自己或同學的動作提出修正意見並改進自己的動作，再試一次。			

	(5)揭示問題(二)你能利用什麼器材通過平衡木？ ①運用器材的特性，一起通過平衡木。 ②和同學交換器材，想出和同學不同的通過法。		全體	10'
2-①	(6)練習開始		全體	
3-①	3. 綜合活動： (1)欣賞表演：選出動作最好或最特別的讓大家欣賞，並給予鼓勵。 (2)指定同學將平衡木搬回體育器材室。 (3)拿好個人攜帶的器材，課後擦汗，洗淨雙手。 (4)歡呼解散。 _____ 第三節完			4'

資料來源：謝淑萍。〈台北市立東門國民小學體操教學單元活動設計〉。未出版。民 86 年 4 月 29 日。

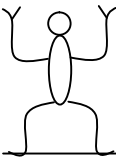
上述台北市立東門國民小學體操教學單元活動設計，年級為 3 年級，教學單元為平衡木遊戲，教學者及設計者為謝淑萍老師。從教學單元目標來看，兒童須了解、學會各種平衡木遊戲及行進動作要領與安全有效的練習方法。並對平衡木遊戲產生興趣且在友愛氣氛中認真從事安全練習。從教學目標來分析上述活動設計兼具認知、技能及情意的學習並與體育課程標準的規定相符。教師在上課之前即指導學生將平衡木布置好並分組進行教學。教學進行時教師引導兒童思考如何通過獨木橋，在安全的情形下什麼方式最好、最快？兒童之間能相互觀摩不同的方式並利用先前布置好的平衡木分組練習。授課教師為了增加動作學習的趣味性，授課教師還設計利用或攜帶器材通過平衡木。大體而言，這份體操教學活動設計的內容從獨木橋引導至平衡木的學習，教學的原則及程序均符合課程標準的相關規定，是值得肯定的。

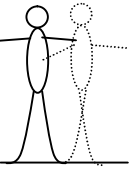
二. 臺北縣土城市樂利國民小學八十四學年度第一學期體操教學活動設計

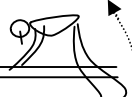
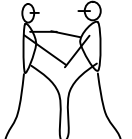
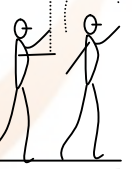
表 3-3 臺北縣土城市樂利國民小學八十四學年度第一學期體操教學活動設計

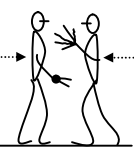
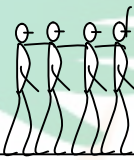
臺北縣土城市樂利國民小學八十四學年度第一學期體育科示範教學(體操)教學活動設計

教學單元	平衡木運動及遊戲	教學時間	總時數	示範第二節	教學研究		
教材來源	1. 體育教學研習教材 2. 體育教學指引第二冊				一 二 ○ 分 鐘	一、國小的平衡木運動及遊戲均屬難度低，動作簡單的靜、動態運動。 二、宜採全習法與分組教學方式。 三、分組練習，應特別注意場地設備，安全佈置及上課的秩序。 四、教學原則： 1.慢---快 2.低---高 3.易---難 4.簡---繁 5.正---反 6.單獨---聯合 五、以既習教材為據，使兒童運用思考，創造一連串平衡木遊戲及相關運動(在安全原則下)。	
教學班級	五年十三班						
教學日期	84 年 9 月 21 日						
設計者	曹以好 老師						
教學者	曹以好 老師						
單元目標		具體目標					
1. 了解各種平衡木遊戲動作要領與安全有效的練習方法。 2. 學會各種平衡木遊戲動作與安全練習的方法。 3. 對平衡木遊戲運動發生興趣，在友愛氣氛中，認真從事安全練習。		1-1 能了解並能說出平衡木遊戲動作要領與安全練習的重要性。 2-1 能學會各種平衡木遊戲動作，並能安全練習。 3-1 能對平衡木遊戲發生興趣並能從事安全的練習。 3-2 能注視同組兒童的創作，不開玩笑而認真練習。 3-3 能創作各種遊戲，以充實學習內容。					
教學活動					教學資源	時間	效果評量
一、準備活動： (一)、整隊： 以橫隊看齊(視班級人數而定唯以全班同學都能聽到教師說話為原則)。 (二)、熱身操： 以配合本項目所須使用之關節、肌肉為主(如配合授課器材行之更佳)。 (三)、引起動機： 從兒童的舊經驗中透過趣味化的解說、示範表演，以引起兒童學習興趣。					平衡木 拔河繩		從兒童行動中評量之

二、發展活動：(將所須學習之技能融入於遊戲的教學方式中) *今設計介紹各式遊戲，供參考* (一)、碎步行： 立於木上，兩手側平舉，膝蓋微彎，以一足的足跟，緊接著另足的足尖向前著木小步幅前進速度愈快，步幅愈小為佳。 (二)、大步行： 立於木上，兩手自由擺動，向前大跨步前進，在木上步數愈少愈好。 (三)、矮人行： 蹲立於木上，以前半足掌著木，上體抬起，抬頭挺胸，兩手自然擺動，以蹲姿向前行進。 (四)、巨人行： 立於木上，兩手高舉過頭，提高足踵，伸直膝蓋，以大幅步緩慢前進。 (五)、正步行：(或木蘭行) 如踢正步一般，兩手伸直前後擺振，向前擺至與地面平行，向後擺約30度，兩足抬高約離地30公分，注意不能同手同腳。 (六)、鴨子行： 側立於木上，兩足前後開立，兩膝併攏，足掌成內八字形，兩手掌伸置於體側，手掌上翹起，以左右搖擺方式向前行進。 (七)、螃蟹行： 立於木上，兩足開立略寬於肩，	      		遊戲部份： 從學習參與中評量學生學習狀況及態度。
---	---	--	-------------------------------------

足尖向外，屈膝半蹲，兩手彎屈上舉，伸出中指與食指(如蟹螯狀)，如此向左或向右移動。			
(八)、側步行： 側立於木上，兩手平舉，向左或向右做踏併或側藤。(即側踏---前交叉---側踏---後交叉)			
(九)、退步行： 立於木上膝蓋伸，以足尖沿著木旁邊緣向後踏，足著木時成外八字，重心應配合雙足後移。練習時應派一名同學立於木端尾側，當木上同學後移至木端時，輕拍其背部，以防止其踏空摔落木下。			
(十)、跪撐行： 跪撐姿勢，足背伸直，以雙手依次向前爬行，雙足逐漸跟進。			
(十一)、猴子過橋： 俯握撐姿勢，臀部隆起，以手依次向前爬行，雙足逐漸跟進，重心應置於手部。			
(十二)、小鳥跳： 單足立於木上，雙手於側上下揮舞，如小鳥振翅，單足向前跳。			
(十三)、兄弟行：(或姊妹行、朋友行) 兩人前後立於木上，後者左手牽前者右手，兩人步伐一致前進。			
(十四)、母子行：(或父子行、祖孫行) 動作同上，惟後者應下蹲如矮人行。			

(十五)、支撐跳越：			
側立於木旁，兩手支撐木面，兩足同時跳起，舉臀縮腿橫越木上著地於另側，支撐手向前移動左右跳越前進。			
(十六)、二人角力：			
二人面相對，雙足前後開立，二人雙手互握，以推拉或左右扭擺的力量，使對方掉落或移動腳的位置，注意雙手不得放開。			
(十七)、繞球：			
立於木上持球(球的大小視學童年級而定，球愈大則控球愈難)，以球繞頭、腰、膝等部位，向前行進，至排尾時，後轉二分之一將球傳回第二位立於木上之同學，如此輪流。			
(十八)、拋球：立於木上持球將球上拋，以左右手交互接球，同時向前行進，熟練後可拋高，或兩手側開向左右拋、接球。			
(十九)、拍球：			
立於木上持球向木面拍球，注意落木時應於正中央位置，否則容易向側方彈出，初學時可先向木下地面拍球。			
(二十)、超越障礙：			
十~十二人一組分成兩排，立於木旁兩側面相對，互牽雙手，置於離木面約三十~四十公分高，第一對先上木由各對相牽的手中跨過，至尾排下木，兩人相牽雙手，各對逐漸向前推進，至全部練習完畢。			
(二十一)、盲人過橋：			
立於木上，兩腳前後開立，緊閉雙，以外八步向前行走，另請一名學生			

在橋尾告之，以免掉落木下。 (二十二)、猜拳遊戲： 將二至三條平衡木接成一條，將學生分成兩組，各立於平衡木之兩端，聞哨聲兩組第一位立即上木，以最快速度向前行進，當兩位同學面對面時，以猜拳定勝負，勝者繼續向前進，敗者立即下平衡木同時敗方第二位立即上木再與勝方第一位猜拳定勝負，以此類推)。如果在木上行進不慎掉落木下以失敗論本次沒有資格進行猜拳。 (二十三)、火車過橋： 三~四人立於木上，第一位右手握拳高舉，其它者將右手搭於前者右肩上，左手均屈肘置於體側，向前劃一圓弧如車輪狀，大家步伐一致向前行進。 三、結束活動： (一)、兒童發表學習心得，教師講評(含認知、技能、情意)並指導。 (二)、宣佈下次單元活動內容。 (三)、繳還用具後，歡呼解散。 * 本次教學示範觀摩事項說明： 一、本教案之設計係著重於整體平衡木(三~六年級)教材的連貫及統整，遂以遊戲化、趣味化之設計方式，以引起學生學習興趣。(有別以往教案之設計方式) 二、本教案設計之遊戲可供各同仁依其難易，實施三~六年級體操”平衡木”教學之參考。(若依本教案施教，足夠一學年授課時數)(若在安全原則下，將教案加以變化者尤佳)	 		
--	---	--	--

三、體操教學應以安全為優先考量。 (運動項目均同)			
四、熱身操以採遊戲化方式進行較佳。(以往繞場慢跑的方式較枯燥，不易引起學生興趣)			
五、在注意學生安全原則下，莫忘給學生鼓勵及幽默。			

*體操”平衡木”技能評量示例

給分 完 運 動 程 名 稱 度	40	60	75	85	100
連續動作	懂得要領或方法但是無法做完動作。	勉強能做完連續動作但中途會掉下來。	能做完連續動作但是不太熟練。	能熟練的做完連續動作。	能熟練優美的做完整個動作。
註：1.給分供參考。 2.若能在單元教學前事先公佈上述評分標準，可提高練習意願。					

資料來源：曹以好。〈臺北縣土城市樂利國民小學八十四學年度第一學期體操教學活動設計〉未出版。民國 84 年 9 月 21 日。

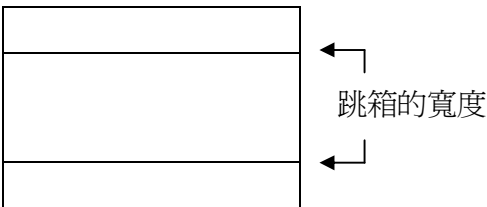
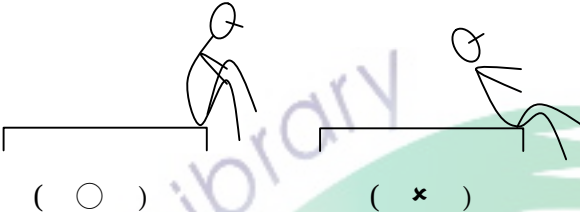
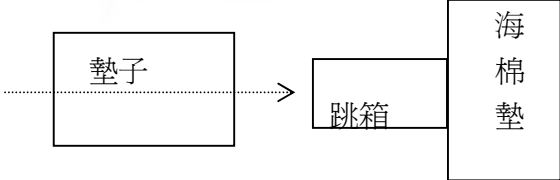
臺北縣土城市樂利國民小學體操教學活動設計，教學單元為平衡木運動及遊戲，教學者及設計者為曹以好老師。教學目標來分析本單元是了解、學會各種平衡木遊戲動作要領與安全有效的練習方法。對平衡木遊戲運動發生興趣，在友愛氣氛中，認真從事安全練習。由於這是一份示範教學的教學活動設計，設計者設計了廿三種遊戲，有單人的、雙人的，足供授課教師進行一學年平衡木教學所需。上述教學將平衡木的學習遊戲化以增加其趣味性。其次，在教學的原則方面，曹以好老師特別強調「安全」的重要性，提醒授課教師在編排體操教學的活動時要特別注意。

三.嘉義師院實小體操教學活動設計

表 3-4 嘉義師院實小體操教學活動設計

教學科目	體育科	年級	六年級	單元名稱	跳箱—箱上前滾翻
教學日期	86年6月15日	教學時間	本單元共一節，40分鐘	教材來源	體育教學指引(二)
試教學校	嘉義師院實小	教學者	沈桂枝	設計者	沈桂枝
教學研究	一、教材分析 本單元為墊上運動(前滾翻)與跳箱運動的結合，由於難度較高，故特別強調動作保護，以維護學生學習時的安全。 二、教學重點 1.複習墊上前滾翻的動作。 2.將教材細分，使學生能循序漸進的學習箱上前滾翻。 3.介紹箱上前滾翻的保護法。 三、學生經驗 1.學生已於三年級學過墊上前滾翻。 2.學生曾在三至六年級學過各項跳箱運動。 四、各科聯絡				
單元目標	一、能明瞭箱上前滾翻的動作和安全的練習方式。 二、能學會箱上前滾翻的動作。 三、能對箱上前滾翻的動作產生學習興趣，並認真練習。				
行為目標	1-1 能說出箱上前滾翻的技術練習程序。 1-2 能說出箱上前滾翻的安全保護法。 2-1 能做出箱上前滾翻的起跳、箱上前滾、著地等動作。 2-2 能做出箱上前滾翻的安全保護法。 3-1 能積極參與並反覆練習箱上前滾翻的動作。 3-2 能依個人能力設定練習目標，自我挑戰。 3-3 能欣賞並評量其他同學動作的優劣。				
行為目標編號	教學活動	教學資源	分鐘	效果評量	備註
	壹、教學準備 場地：一間至兩間教室大小的空地，地面平坦。 器材：跳箱兩座(四~六層)			全班學生	

	海棉墊兩塊、一般墊子四塊 鈴鼓、哨子各一 粉筆兩支(紅色) 教學卡(前滾翻、箱上前滾翻) 教師指導學生於上課前佈置場地，如圖： 貳、教學流程 一、準備活動 1.集合整隊，檢查場地器材佈置。 2.暖身運動 (1)支撐運動：單號組當馬() 雙號組雙手撐馬背做團身跳三次，聞鈴鼓聲再交換。 (注意學生雙手支撐的動作：手臂伸直，手掌虎口稍微相向，掌心貼馬背。) (2)伸展操(8 秒)：①雙手臂 ②頸部前、後、左、右延展伸長。 3.複習墊上前滾翻 (1)引導學生說出動作要領。 ①雙手撐墊子。 ②後腦勺著墊子，眼睛看肚子。 ③臀部提高。 ④雙腳輕蹬，身體緊縮成圓球狀向前滾翻。 (2)練習墊上前滾翻的動作。 二、發展活動 1.在墊子上畫出與跳箱同寬的區域，要求學生在此	課前 哨子 1' 鈴鼓 2' 哨子 1' 鈴鼓 1' 教學卡 墊子 2' 墊子 4' 粉筆 4' 鈴鼓 哨子	皆參與場地佈置工作。 全班參與暖身運動。 學生能舉手發言。 九成以上的學生能熟練的做出前滾翻。 八成以上的學
--	--	---	---

2-1 3-1 1-1 1-2 2-1 2-2 3-1 3-2 3-3 3-3	範圍內做前滾翻。  跳箱的寬度 2.將墊子加高，再做前滾翻。(注意滾翻完時身體彎曲的角度要小，著地時雙腳屈膝，穩定重心。)  (O) (X) 3.原地直接在一層跳箱上做動作。(做完動作的學生輪流在跳箱兩側做保護動作。) 4.跳箱加高，加跳板，學生原地雙腳蹬跳板做動作。 5.視學生學習情形調整跳箱高度(四~六層)，助跑(四~六步)，做箱上前滾翻。 6.佈置兩種高度不同的跳箱，鼓勵學生依個人能力選擇跳箱高度，待動作熟練後，再挑戰較高的跳箱。 7.能力較佳的學生，可將墊上前滾翻與箱上前滾翻的動作連接起來，成為連續動作。  墊子 跳箱 海棉墊 8.能力較弱的學生可重複練習墊上前滾翻。(請能力佳者擔任小老師予以協助。) 9.教師隨時依學生的動作表現給予鼓勵、糾正等指導。 三、綜合活動 1.徵求數位學生表演箱上前滾翻，其餘學生就同學所做的動作提出意見。 2.放鬆活動	跳箱 海棉墊 跳板 教學卡 5' 5' 2' 8' 2' 1'	生能在固定的範圍內做動作。至少七成以上的學生能成功的做出箱上前滾翻。學生能依自己的程度選擇跳箱。學生主動舉手發言檢討自己與他人的學習情況 全班
---	---	---	---

	(1)站立 → 頭、頸、軀幹、上肢放鬆上半身慢慢下彎) → 上半身輕輕左右搖擺。 (2)全班坐地上，緩慢繞頸，輕甩手臂，拍拍腿部。 3.預告下次課程內容和場地材佈置。 4.歡呼解散，收拾器材。 -----本單元結束-----		1'	參與器材收拾的工作。	
--	--	--	----	------------	--

資料來源：沈桂枝。〈嘉義師院實小體操教學活動設計〉。未出版。民 86 年 6 月 15 日。

嘉義師院實小體操教學活動設計，教學單元為跳箱—箱上前滾翻，教學者及設計者為沈桂枝老師，教材的來源係參考體育教學指引(二)。教學目標為能明瞭並學會箱上前滾翻的動作和安全的練習方式，在學習過程中產生學習興趣，並認真練習。從上述體操教學活動設計的場地布置圖來看，該校的體操器材及設備應是充足的，不僅有跳箱 2 組、4 個墊子還有海綿墊 2 個，在強調器材及安全的原則下，該校因為有足夠的器材及數量，是以體操教學已符合課程標準中的規定，且授課教師能設計成 2 組同時進行，有助於兒童的學習，相當難得。在教學過程中教師先安排一組兒童先當「馬」，另一組雙手撐馬背做團身跳三次，之後輪流操作以學習跳箱的動作。其次，安排兒童先在畫有跳箱寬度的墊子上練習前滾翻動作，之後再輪流作跳箱的練習。先練習低高度的跳箱，待兒童熟練後再增加跳箱高度，同時為顧及兒童的個別差異，2 組跳箱的高度並不相同以供不同能力的兒童學習。能力強的兒童可將墊上前滾翻與箱上前滾翻的動作連接起來，成為連續動作。前述的設計符合「由易而難」、「由低而高」的教學原則，兒童的學習應會有成效。是以，從上述的教學活動設計來看，是一份相當成功的設計。

四.台東縣康樂國小 88 學年度下學期體操教學活動設計

表 3-5 台東縣康樂國小 88 學年度下學期體操教學活動設計

教學科目	體育科	教學年級	四年乙班
教學單元	跳箱	教材來源	自編
教學日期	6 月 8 日	教學時間	40 分鐘
設計者	黃劍陽	教學者	黃劍陽
單元目標		行為目標	
1.熟練前滾翻動作 2.學會縱箱下的各項動作		1-1 能夠輕而易舉做出標準的前滾翻動入。 2-1 能夠單腳踩踏板上箱。 2-2 能夠在箱上做團身下及分腿下動作。	

3.學會橫箱下的各種動作。		2-3 能在箱上做自創動作下箱。 3-1 能夠單腳踩踏板，直接挺身和抬腿拍手下。 3-2 能自創橫箱下之各種動作。	
目標號碼	教學活動	教學資源	時間
	一、準備活動： 做柔軟操及熱身活動。 二、主要活動 1.復習前滾翻 2.縱箱 (1)抱膝團身下--- (2)分腿上--- (3)自創動作--- 3.橫箱 (1)挺身--- (2)抬腿拍手--- (3)自創動作--- 四、綜合活動 老師講評：綜合講解動作缺失及應注意事項。不管從事任何體育活動皆應注意安全及運動精神的發揮。	哨子 墊子 跳箱 踏板	8 分 5 分 14 分 4 分

資料來源：黃劍陽。〈台東縣康樂國小體操教學活動設計〉。《台東縣八十八學年度體育教學觀摩暨研習手冊》。民國 89 年 6 月 8、9 日。13 頁。

台東縣康樂國小的體育課是實施循環教學制度，實施的項目有田徑、球類、體操、舞蹈、跳繩等項目¹⁵²。該校的體操課程是由高慧玲老師擔任，計中高年級共有八個班的體操課，上課地點在傳薪樓川堂¹⁵³。從上表康樂國小的體操教學活動設計中可以了解，教學單元為跳箱，教學者及設計者黃劍陽，教材的來源是自編。從教學目標來看 1.熟練前滾翻動作.2.學會縱箱下的各項動作 3.學會橫箱下的各種動作。在目標的撰寫上少了認知及情意的目標條文。教學設計者僅列出技能學習的目標，與體育課程標準的規定有些不符。其次，從教學流程來看此教學活動應為簡案，僅將教學的重點寫出，其餘有關引起動機、示範說明、分組練習等步驟均未列出。

¹⁵² 〈台東縣康樂國民小學 88 學年度下學期體育科是循環教學實施計畫〉。《台東縣八十八學年度體育教學觀摩暨研習手冊》。民 89 年 6 月 8、9 日。41 頁。

¹⁵³ 〈台東縣康樂國民小學 88 學年度下學期體育科是循環教學實施計畫〉。《台東縣八十八學年度體育教學觀摩暨研習手冊》。89 年 6 月 8、9 日。42-43 頁。

第三節 小學體操器材與設備

有關此時期的小學體操器材與設備受限於本文分期的時間短，僅能將所蒐集的調查報告呈現予以佐證。根據蔡貞雄的調查，國民小學教師認為學校運動場地設備器材足供教學使用者佔 19.9%；認為不足夠與缺乏者高達 80.0%¹⁵⁴。以性別來分，男教師認為最嚴重者，首推「缺乏運動場地設備器材¹⁵⁵」。而陳玉枝調查全台灣小學的體育教學結果發現，七成以上的小學教師在安排教學項目深受該校場地設備器材之影響，顯示學校的場地設備是影響學校體操教學項目安排的重要因素¹⁵⁶。是以，「國民小學多缺乏運動場地，體育器材設備亦不充足，不但降低教學成效、降低學生的學習意願，也影響任教體育科教師之工作意願¹⁵⁷」。

張兆煒調查台北縣國民小學體育教學場地設備管理增修情形，在體育教學時各種場地設備充足的意見上，有 47.2% 的教師，認為達到理想的狀態。在影響體育教學較嚴重的因素意見上，缺乏場地設備、體育教學由級任擔任及缺乏專長體育教師，是各校較普遍較嚴重問題，尤以缺乏場地設備為甚¹⁵⁸。是以，小學體育場地器材雖有所改善，但仍不足是台北縣各小學較為嚴重的問題，而體育授課教師的人數、能力及器材設備影響體育教學是大家的共識。

從上述台灣各縣市的調查及台北縣、台南縣的小學體育器材設備的調查來分析，授課教師認為在小學體育教學中體育器材設備是相當重要的，但是各校普遍都有體育器材設備不足的現象，進而影響體育教學意願及成效。但從調查的時間來分析，近年來，小學體育教學中體育器材設備亦有改善的跡象。以台北縣為例有近 5 成的小學教師認為體育器材設備是充足的。

至於小學體操設備器材設置的情形如何？陳張榮調查高雄市國民小學體操類設備器材設置情形，詳細的數據內容如表 3-6。

¹⁵⁴蔡貞雄。〈我國小學體育概況〉《南師體育》。第 3 期。民 84 年 9 月。22~23 頁。

¹⁵⁵蔡貞雄。〈我國小學體育概況〉《南師體育》。第 3 期。民 84 年 9 月。22~23 頁。

¹⁵⁶陳玉枝。〈台灣地區國民小學體育教學現況分析〉《邁向二十一世紀我國國小體育課程與教學學術研討會》。民 88 年 8 月。98 頁。

¹⁵⁷吳姿瑩。〈台南師院輔導區國小教師對體育工作滿意度之調查研究〉。《南師體育》，第 6 期。民 87 年 12 月。211 頁。

¹⁵⁸張兆煒。《台北縣國民小學體育教學現況調查研究》。國立體育學院體育研究所碩士論文。未出版。民 90 年 6 月。203、204 頁。

表 3-6 高雄市國民小學體操類設備器材設置情形統計表

一、 體操類	學段類別及項目	6 班以下 (1 校)			13-24 班 (13 校)			25-36 班 (15 校)			37-48 班 (15 校)			49 班以上 (32 校)			合計 (76 校)		
		無設置	設置率	標準率	無設置	設置率	標準率	無設置	設置率	標準率	無設置	設置率	標準率	無設置	設置率	標準率	無設置	設置率	標準率
		設置校級百分比			設置校級百分比			設置校級百分比			設置校級百分比			設置校級百分比			設置校級百分比		
體操類	1. 墊子 N %	0 0	1 100	1 100	1 7.7	12 92.3	12 92.3	1 6.7	14 93.3	7 46.7	0 0	15 100	10 66.6	2 6.3	30 93.7	14 43.6	4 5.3	72 94.7	44 57.9
	2. 跳箱 N %	0 0	1 100	0 0	2 15.4	11 84.6	9 69.2	1 6.7	14 93.3	0 0	0 0	15 100	2 13.3	3 9.4	29 90.6	4 12.5	6 7.9	70 92.1	15 19.7
	3. 平衡木 N %	0 0	1 100	0 0	3 23.1	10 76.9	7 53.9	8 53.3	7 46.7	0 0	4 26.7	11 73.3	1 6.7	6 18.8	26 81.2	0 0	21 27.6	55 72.4	8 10.5
	4. 助跳板 N %	1 100	0 0	0 0	7 53.8	6 46.2	2 15.4	6 40.0	9 60.0	0 0	4 26.7	11 73.3	2 13.3	8 25.0	27 85.0	3 9.4	26 34.2	50 65.8	7 9.2
	5. 低單槓 N %	0 0	1 100	1 100	8 61.5	5 38.5	2 15.4	10 66.7	5 33.3	2 13.3	3 20.0	12 80.0	1 6.7	15 46.9	17 53.1	3 9.4	36 47.4	40 52.6	9 11.8
	6. 短繩 N %	1 100	0 0	0 0	1 7.7	12 92.3	7 53.9	5 33.3	10 66.7	4 26.7	5 33.3	10 66.7	1 6.7	10 31.3	22 68.7	4 12.5	22 28.9	54 71.1	16 21.1
	7. 長繩 N %	1 100	0 0	0 0	7 53.8	6 46.2	4 30.8	10 66.7	5 33.3	2 13.3	14 93.3	1 6.7	1 6.7	23 71.9	9 28.1	5 15.6	55 72.4	21 27.6	12 15.8
	8. 棍棒 N %	1 100	0 0	0 0	12 92.3	1 7.7	0 0	14 93.3	1 6.7	0 0	14 93.3	1 6.7	0 0	32 100	0 0	0 0	73 96.1	3 3.9	0 0
	9. 竹桿 N %	1 100	0 0	0 0	13 100	0 0	0 0	12 80.0	3 20.0	0 0	13 86.7	2 13.3	0 0	27 84.4	5 15.6	1 3.1	66 86.8	10 13.2	1 1.3
	合計%	55.6	44.4	22.4	46.1	53.9	36.8	49.6	50.4	11.1	42.2	57.8	13.3	43.8	56.2	11.8	45.2	54.8	16.4

資料來源：陳張榮。《高雄市國民小學運動場地設備調查研究》。高雄市國民小學體育科研習中心。民國 85 年 12 月。89 頁。

從表 3-6 來看，小學體操類設備與器材的數量與教育部訂的標準仍有差距，但比較前述各章節各種體操設備的調查數據高雄市小學的體操器材與設備的設置已有大幅度的改善，而且有部分的小校已達 100%的設置率，顯示教育局若能以經費補助各小學購置體操器材，小學的體操器材與設備要達到教育部訂的標準應不是難事，重要的是教育部及教育局須編列充足的經費預算支持小學的體操教學。惟，對於探究高雄市國民小學體操類設備與器材不足的原因，陳張榮也提出以下的看法：

1. 專用體操教室不多。本研究調查，高雄市專用體操教室只有 26 處，其中又以體操發展重點學校或成立體操隊之學校，設置有專用體操教室。體操教學所需設備器材甚多，搬運和佈置很費時，而且危險性很大，復以學校又無專用

體操教室，教師上課時務必搬運器材至室外，下課時又務必搬運器材回原器材室，費力費神，於是教師上體操課意願不高，因循結果，設備器材很少使用，也不購置，體操設備器材，自然而然不足。

2. 體操類設備與器材中，達到標準率較低的有竹桿、棍棒、跳繩等項目，屬於體操教材中的手具體操器材。一般學校除在體育發表會或運動會表演外，很少列入體育教學進度之教材課程，甚至有些學校尚不知此類器材的功用何在？
3. 學校並無貫徹各項教材授課百分比的措施，完全依教師或學生喜好隨興教學，沒有人實施體操教學，學校自然不增添其設備¹⁵⁹。

從上述的原因中可以了解高雄市小學體操專用的教室不多，大部分是體操重點發展學校或有體操代表隊的學校才設置；其次，體操的項目多、器材也多，此為小學體育課程標準中的規定。授課教師為了教學需要必須指導兒童搬運與布置體操教學場地，費時且費力，又可能發生危險。於是，降低了授課教師上體操課的意願。再則，各小學若未強調或加強落實體育課程標準中有關體操項目的相關規定，可能會發生各校沒有人要教體操課程，在此情形下，即便有經費或是足夠的體操器材及設備也是枉然。

第四節 本章小結

民國 80 年起，政府積極推動各項教育改革工作，從因應廿一世紀的到來而召開的第七次全國教育會議、行政院教育改革審議委員會的成立及建議，以及教育部積極推動中小學「九年一貫課程」的改革工作，可以明確了解此時期的小學教育政策是以推動「九年一貫課程」為主要的重點。

民國 82（1993）年教育部修訂公布小學課程標準，體育課程也作了修訂。在體操教材上，仍是以徒手操、墊上運動、跳箱運動、單槓運動、平衡木運動為主同時增加了手具體操，對於教材中的器械體操，各校的授課教師可以依實際情況就課程標準中的甲、乙、丙分組項目編選適合的體操教材授課。在教學方法方面的敘述則更為詳細。只要授課教師依據體育課程標準上的教學方法及實施要點進行，應可勝任體操教學。而在實施要點中也保留部分的彈性給現場的教師依實

¹⁵⁹陳張榮。《高雄市國民小學運動場地設備調查研究》。高雄市民小學體育科研習中心。民國 85 年 12 月。122、123 頁。

際情形調整。

受民國 83（1994）年師資培育法的公布施行，小學體育師資的來源更為多元。師範院校受到衝擊，為加強師範生的體育教學能力召開師院體育科教學研討會研商因應之道。會中同時也對師範生的體操教學能力提出各種看法及具體的措施。

從前述各校的體操教學實例來看，授課教師所選定的體操教材及教學活動設計，大多符合小學體育課程標準的規定，教授的內容有跳箱、平衡木等。

此時期的小學體育設施雖有改善但仍與教育部所訂的標準有段差距，不論是全台灣的調查或是台北縣、台南縣市的調查都顯示小學體育設施不足的現象。但不足的情形已有改善。至於體操器材與設備以高雄市小學體操器材調查為例，墊子、跳箱、平衡木的設置較為普遍，顯示高雄市的小學在體操器材上以逐漸達到普遍設置。惟，如同該調查報告中所提到的若是沒有人實施體操教學，體操器材就無人購置與使用，可視為推動體操運動的關鍵。器材有了，是否能發揮其功用，全賴教師對於體操課程的設計與安排。

但是，從全台灣小學體操設備與器材的調查結果來看，仍與教育部頒布的小學設備標準的規範數量有頗大的差距。整體而言，都會區的小學在該市教育局的支持之下，體操的器材與設備方面已逐漸不成問題，但是在非都會區的小學仍受限於體操設備及器材的不足而無法進行體操教學。再則，從調查結果來分析，小學體操授課教師的能力與意願高低是具體落實體操教學的最大關鍵。

結章

一、小學體育課程標準中的體操運動已有豐富的教材內容，但無法落實於教學。

台灣戰後，小學教育政策、體育課程標準經過幾次修正，體操運動始終是小學重要的教材之一。在小學低年級的唱遊課程中，體操融入遊戲活動中，中高年級的機巧運動，包括墊上運動、跳箱、單槓、平衡木。之後修訂公布的墊上遊戲與運動、跳箱遊戲與運動、手具體操等。對於體操運動列入小學體育課程中，作為必授的教材之一，應予以肯定。

體操課程對於正處於成長的兒童而言，提供了身體各部分的發展機會，有使用大肌肉的活動，亦有翻、滾、爬、平衡、旋轉的機會，對於兒童身體的發展而言身體各部位的使用體操教材有其價值。是以無論小學教育政策如何改變，課程標準經過幾次修正，小學體操課程始終是小學重要的教材之一。從早期機巧運動與體操分開，之後的墊上運動、體操運動；在低年級的唱遊課程中，融入體操遊戲，甚至是不需要設備的徒手操，對兒童身體的發展，體操提供了各種學習機會。

綜觀台灣戰後的體操教材，民國 37（1948）年為徒手操及簡易墊上運動，授課內容為簡易模仿徒手操及簡易、初級、中級的墊上運動。民國 51（1962）年將原先的體操之名稱改為「機巧運動」，體操教材的內容增加為墊上運動、跳箱、單槓、平衡木。為方便於授課教師參考從民國 51（1962）年開始在體育課程標準增加體育分項教材的編選要點及教學方法要點，之後的體育課程標準公布同時也公布體操教材的編選要點及教學方法要點，民國 64（1975）年的體育課程標準將墊上運動、跳箱、單槓、平衡木分別增加「遊戲」的部分，為墊上遊戲與運動、跳箱遊戲與運動、單槓遊戲與運動、平衡木遊戲與運動。民國 82（1993）年的體育課程標準依兒童能力之個別差異將體操教材分組授課。是以，民國 51（1962）年是體操教材內容重大的改變，教材不再僅僅是徒手操及墊上運動，增加跳箱、平衡木、單槓運動。其次，為配合小學實際授課所需，以提高兒童的學習興趣，體操教材增加增加「遊戲」的部分並視兒童的個別差異而能力分組授課。也可看出體操教材因應小學的現況而不斷修正、調整。換言之，歷經小學體育課程標準的公布修訂，小學的體操運動已奠下良好的基礎與豐富的教材內容。

將體操運動列入小學體育課程中，且作為必授的教材之一，這對於普遍缺乏器材的小學而言是件困難的事情。除了徒手操之外，墊上運動、跳箱、平衡木、單槓、手具體操等教材都需要器材的支援才能上課。在政策上，教育部頒布體育課程標準之後，頒布小學設備標準，其用意是希望透過法令的規範促使各小學添

購設備以支援教學。對於需要設備器材的體操運動而言，有體育設備標準的依據是最恰當的。惟，各小學受限於年度經費預算，並無多餘的經費購買設備以支援體育教學，更遑論體操教學之器材。是以，在體育課程標準方面，小學的體操運動已具備良好的基礎與豐富的教材內容，此為不爭的事實，但是務實的落實到小學的教學現場，需有擔任授課的體操師資與器材設備的配合，否則會造成空有完善的體育課程標準及體操教材而無法落實於小學的窘境。

二、授課教師體操教學能力不足，影響小學體操運動的教學。

長久以來，小學體育專業師資不足，體育專業師資「學非所用」的情形嚴重，加上小學是以「包班制」為主，級任老師大多體擔任育教學的工作。在此情形下，造成小學體育教學水準上呈現「良莠不齊」的現象，體育課能勝任體操教學者很少。是以，小學除了受限於體育專業教師的數量少，而無法普遍進行小學體操教學外，另其原因是，即使有上體操課的機會，授課教師也改上其他的教材而不願意上體操課，兒童因此失去學習體操運動的機會，也影響小學體操運動的普及。

從個別學校的體操實態來看，不論是單元目標的撰述或是教學過程的安排、動作的示範都符合小學體育課程標準的規定，顯示有少數、個別的學校體操教學是可行的。但是，從全台灣整體小學的體操教學來看，所有的調查結果顯示體操教材對授課教師而言是困難的，體操教學能力有很大的問題。從授課教師能力來分析，可能是在師資培育課程中，師範院校體育課程的設計與教學出現問題，多數的師範院校學生未修過體操課程或未具有體操教學的基本能力，畢業後遑論上體操課。

除了受限於體育專業教師的數量少之外，小學體育的教材內容豐富，分別有田徑、球類、體操、國術、舞蹈、游泳、其他等類別，運動項目林林總總多達40種之多。嫻熟田徑者球類又不一定擅長；會教游泳者，體操教學可能無法教授。再加上體操設備與器材不足亦降低、阻礙授課教師上體操課的意願。這對小學體操運動的推展與普及影響深遠。

再則，體操授課教師的意願亦是影響教學的重要關鍵因素，由於多數的體操課程必須使用器材才得以進行，所以，課前搬運體操器材及布置場地是必要的。於是，教師指導兒童搬運笨重的體操器材及布置教學場地，卻衍生出不僅費時費力，且必須擔心在搬運器材的過程中兒童發生意外而受傷。前述因素使得授課教師寧可選擇教授在場地器材布置方面不需太過費心費力的體育教材，而不願意在體育課時大費周章的上體操教材。因此，在授課教師意願降低的情形下，造成小學體育課很少上體操教材的現象，這種現象讓兒童失去了許多學習體操運動的機會，不利於小學體操運動的推展。

三、小學體操設備與器材不足，阻礙了體操運動的推展。

自民國 51（1962）年小學體育課程標準公布之後，教育部於民國 54（1965）年公布小學設備標準，以配合小學課程標準的實施。小學設備標準的內容包括體育設備標準，體操器材的設備標準等，民國 70（1981）年小學設備標準亦隨著小學課程標準修訂而修訂公布，教育部的用心及做法應給予肯定。

從歷年諸多的小學體育設備與器材調查報告，不論是官方的調查如教育部、教育部體育司、縣市政府或是學者專家所進行的研究調查報告，在小學體操設備與器材方面發現數量不足。調查結果和教育部頒布的小學體育設備標準中體操設備標準規範的數量比較仍有頗大的差距，由於小學體育設備標準中的規定是最低標準的規定，加上該標準是以學校的班級數作為分類，不同規模的小學因人數不同而有不同的標準，在多數的小學無法達到設備標準的規定，顯示小學體操設備長期呈現不足的現象，而且並未隨著台灣經濟發展而等量齊觀的增加。台灣戰後小學在學生人數不斷增加，但學校校地及體操設備與器材並未隨著的增加的情形下，對於需要設備以作為操作的體操運動而言，設備器材的不足，使得體操運動的推動受到很大的限制。

綜觀戰後台灣小學體操運動的發展，在小學教育政策支持及體育法令的頒布之下，小學體操教材的內容經過幾次修訂與增加在內容上堪稱豐富與完整，但能否落實於小學教學的現場卻成為更重要的課題。筆者認為影響最大的關鍵為小學體操授課教師能力與意願。前述章節中提到在缺少器材的情形下，授課教師可以克難、自己動手做的方式解決困難讓兒童學習體操，令人感佩。雖然長久以來的調查結果顯示台灣小學的體操器材與設備是不足的，但是在授課教師有心克服的情形下仍然可以解決體操器材不足的困難。可見缺少器材並不是體操運動推動的最重要因素。

其次，從文中也可以看出多數的授課教師體操教授的能力不足而不敢上體操課，加上搬運體操器材費時又費力的影響，授課教師即使有能力上體操課卻不願意上體操課。「不能」是授課教師本身的能力問題，「不願」則是態度的問題。簡言之，授課教師「不能也不願」成為影響體操課落實的最重要因素。眾所周知，授課教師在台灣小學體育課中居重要地位，從體育教材的編選及現場教學，授課教師都有很大的決定權。雖然體育課程標準中明定體操課的上課時數及比例，若授課教師「不能也不願」教授的情形下，即便體操運動是非常有價值的運動，對兒童身心發展的如何重要，仍然受限於教師對體操課「不能也不願」教授的影響，授課教師轉而選擇教授其他體育教材也可以達到兒童身心均衡發展的目標。

再則，小學體操教學的客觀條件不佳，多數的小學體操器材與設備不足。近幾年來雖有改善，但離教育部頒的體操設備標準仍有差距。此部分在本文的許

多章節中都有論述，在多數的小學普遍缺少體操器材與設備的情形下，小學體操器材與設備不足成為體操授課教師逃避的正當理由。

總之，小學體操運動在主客觀因素的交互影響之下，小學愈來愈少上體操課，兒童學習體操運動的機會愈來愈少，小學體操運動的發展也因此而緩慢下來。



參考文獻

一、 期刊

- 〈低年級唱遊科的補充教材〉。《教育輔導月刊》。13 卷 7 期。52 年 7 月。31-32 頁。
- 〈宜蘭縣員山鄉同樂國民學校五年級體育科單元教學活動設計〉。《國教月刊》，13 卷 4 期。民 55 年 4 月。13、14 頁。
- 于騰蛟。〈臺灣區國民小學體育設施調查研究〉《台東師專學報》第 3 期。台灣省立台東師範專科學校。64 年 4 月。111~113 頁。
- 王麗珊。〈台北市玉成國民小學體育班發展之研究〉。《台東大學體育學報》，第 5 期。民 95 年 12 月。
- 白龍芽。〈談國民中小學體育教學有關問題〉。《國民體育季刊》。第 5 卷第 3 期。民國 64 年 12 月。31 頁。
- 何金樑。〈八十學年度學校專任運動教練甄選報導〉《國民體育季刊》。20 卷第 3 期。民 80 年 9 月。頁 196。
- 何金樑。〈第五、六期學校專任運動教練甄選儲訓分發報導〉《國民體育季刊》。20 卷第 4 期。民 80 年 12 月。頁 115。
- 吳萬福。〈當今國民中小學體育設施的問題與今後的改進要點〉《台北師專學報》。第一期。61 年 12 月。
- 吳萬福。〈國民小學體育回顧與展望〉。《國民體育季刊》，23 卷 1 期。民 83 年 3 月。15 頁。
- 吳萬福。〈台灣光復迄今我國國小體育課程及教學的演變〉《北師體育》。民 83 年 6 月。27 頁。
- 吳龍山。〈七十九學年度學校專任運動教練儲訓結業分發學校服務〉《國民體育季刊》。19 卷第 4 期。民 79 年 12 月。頁 122~123。
- 李 朋。〈龍潭國校遊戲化教學研究簡介〉。《國教世紀》，1 卷 6 期。民 55 年 4 月。17 頁。
- 李仁德。〈第六期學校專任運動教練甄選報導〉《國民體育季刊》。21 卷第 1 期。民 81 年 3 月。頁 109。
- 李仁德。〈第七期學校專任運動教練錄取名單〉《國民體育季刊》。22 卷第 1 期。民 82 年 3 月。頁 113。
- 杜登明。〈台灣省國民小學體育實施實況調查研究〉《體育學報》。第 10 期。民

70 年 6 月。189 頁。

徐元民。〈學校運動場地設備之充實與管理使用〉。《國民體育季刊》。13 卷 1 期。民 73 年 3 月。51 頁。

國教世紀編輯部。〈輔導信箱「體育唱遊問題一束」〉。《國教世紀》。2 卷 11 期。新竹師專。56 年 5 月 31 日。21 頁。

陳印堂。〈宜蘭縣冬山鄉冬山國民學校體育科單元教學活動設計〉。《國教月刊》。13 卷 4 期。民 55 年 4 月。15、24 頁

陳英豪。〈台灣省執行國家體育建設中程計劃的成果與效益〉。《臺灣體育》。革新版第 69 期。民 82 年 9 月。頁 12。

陳淑珍、藍立群、吳騰達。〈台東市國民小學體育科課程標準實施概況調查研究〉。《東師體育》。創刊號。民 80 年。60 頁。

黃朝宗。〈苗栗縣建功國校簡介〉。《國教世紀》，1 卷 6 期。民 55 年 4 月。12 頁。

葉憲清。〈學校體育專題研究第二號—四所城鄉國小體育經營現狀之研究〉。《國立體育學院論叢》。4 卷 1 期。民 82 年。108 頁。

廖煥庭。〈宜蘭縣羅東鎮公正國校五年級體育科單元教學活動設計〉。《國教月刊》12 卷 7、8 期合刊。省立台北女子師範專科學校。民 54 年 7 月。9-10 頁。

蔡仁川。〈國小體育師資養成教育制度的省思〉。《國民體育季刊》，23 卷 3 期。民 83 年 9 月。197 頁。

蔡宜郎。〈體操教學設計〉。《國民體育季刊》。第 23 卷第 3 期。83 年 9 月。160 頁。

蔡貞雄。〈我國小學體育概況〉。《南師體育》。第 3 期。民 84 年 9 月。22~23 頁。

鄭炎棟。〈國民小學體育課循環式教學之研究〉。《臺中師院學報》，第一期。民 76 年 12 月。158 頁。

鄭梓。〈戰後台灣行政體系的接收與重建〉。《思與言》，29 卷 4 期。民 80 年 12 月。235 頁。

鄭黎暉、賴高司、張宏文。〈少年階段體操之教學與指導〉。《藝術學報》58 期。民 85 年 6 月。454 頁。

二、書籍

《第六次中華民國教育年鑑》。教育部編。民 85 年。頁 1895。

王文科。《教育研究法》。台北。五南圖書出版股份有限公司。2003 年 2 月。頁 283-284。

台灣省行政長官公署教育處。《台灣省教育概況》。民國 35 年。43 頁。

台灣省政府教育廳。《十年來的台灣教育》。民國 44 年。8 頁。

台灣省政府教育廳。《七十九學年度體育科等教材教法研習資料》。民國 79 年 9 月。150 頁。

吳萬福。〈中高年級體育課程實施之調查研究〉。《國民小學新課程實施之調查研究》。國立教育資料館。302~305 頁

教育部。〈第三編國民小學教育第一章概述〉。《第四次中華民國教育年鑑》。民 63 年。14 頁。

教育部。〈第三編國民小學教育第一章概述〉。《第五次中華民國教育年鑑》。民 73 年。42 頁。

教育部。〈第三編國民小學教育第一章概述〉。《第六次中華民國教育年鑑》。民 85 年。19 頁。

教育部。〈第五篇師範教育〉《第六次中華民國教育年鑑》。民 85 年 6 月。1074 頁。

教育部。〈小學體育科課程標準〉，《小學課程標準》。正中書局印行。民 31 年。102 頁。

教育部。《小學課程標準》。民 37 年。78 頁。

教育部。《國民學校課程標準》。正中書局。民 51 年 7 月。65~66 頁

教育部。〈國民學校設備標準的總綱〉。《國民學校設備標準》。台北：正中書局民 54 年 6 月。

教育部。《國民小學暫行課程標準》。正中書局。民 57 年 1 月。193~194 頁。

教育部。《國民小學課程標準》。正中書局。民 64 年 8 月。247-250 頁。

教育部。《國民小學設備標準》。正中書局。民國 70 年 1 月。615、620、626 頁

教育部。《國民小學課程標準》。82 年 9 月。1 頁

教育部。《中華民國教育報告書-邁向廿一世紀的教育遠景》簡要本。民 84 年。5-26 頁。

教育部。《國民中小學九年一貫課程（第一學習階段）暫行綱要》。民 89 年。1-2 頁。

教育部體育大辭典編訂委員會。《體育大辭典》。台灣商務印書館。民 73 年。349 頁。

教育部體育司。《體育從業人員供應量調查》。民 65 年。17 頁

教育部體育司編印。《台閩地區學校體育設備現況調查》。民 74 年。7 頁

陳張榮。《高雄市國民小學運動場地設備調查研究》。高雄：高雄市國民小學體育科研習中心。民國 85 年 12 月。89 頁。

臺北市政府教育局。《臺北市國民教育輔導團七十五學年度工作報告國小藝能科》。民國 76 年 12 月。14 頁。

蔡長啓。《台灣省中小學體育設施研究》。民 57 年。37-39 頁。

三、報告書、手冊、論文集

《台北市六十六學年度國民小學體育實施成果報告》 民 67 年 12 月 台北市政府教育局第三科編印 19~23 頁。

《國(市)立師範院校第三次體育科教學研討會報告書》。民 86 年 4 月。20~21 頁。

〈台東縣康樂國民小學 88 學年度下學期體育科是循環教學實施計畫〉。《台東縣八十八學年度體育教學觀摩暨研習手冊》。89 年 6 月 8、9 日。41 頁。

于思禮。〈五年級體操(跳箱蹲騰越)〉《台灣省中部五縣市國民小學體育科教學觀摩會手冊》。承辦雲林縣土庫鎮馬光國民小學。民 74 年 6 月 7 日。

台北市立師範學院。《1999 年國民教育政策與問題調查報告》。民 88 年。9-16 頁。

台北師院體育系。〈國(市)立師範院校第二次體育科教學研討會報告〉。《北師體育》。第 3 期。民 85 年 6 月。132 頁。

台東縣賓茂國民小學。《台東縣賓茂國民小學舉辦體育課環教學觀摩研習會手冊》。未出版。民 71 年 12 月 8 日。

吳萬福等。〈省立臺北師範學院輔導區國民小學體育現況之調查研究〉《臺灣省第一屆教育學術論文發表會論文集》。民國 79 年。513 頁。

吳萬福。〈提升師範學院體育教學效果的原則與技術-對國小新課程標準的精神與內容〉《國(市)立師範院校第二次體育科教學研討會報告書》。民 85 年 4 月。7 頁。

吳騰達。〈台東縣國民小學體育教學概況初探〉《邁向二十一世紀我國國小體育課程與教學學術研討會》。民 88 年 8 月。33 頁。

李文伍。〈台東縣賓茂國民小學七十一學年度上期體育科循環教學活動設計〉《台東縣賓茂國民小學舉辦體育課環教學觀摩研習會手冊》。民 71 年 12 月 8 日。

教育部。《發展與改進國民教育計畫執行成果報告》。民 71 年。1 頁。

教育部。《發展與改進國民教育第二期六年計畫》。民 78 年。1 頁。

教育部。《發展與改進國民教育第二期六年計畫》。民 78 年。4 頁。

陳玉枝。〈台灣地區國民小學體育教學現況分析〉《邁向二十一世紀我國國小體育課程與教學學術研討會》。民 88 年 8 月。98 頁。

程日利。〈討論師院生體育課必修時數，以培養任教國小基本能力〉《國(市)

立師範院校第三次體育科教學研討會報告書》。民 86 年 4 月。15 頁。

黃福想。〈四年級體操(平衡木遊戲與運動)〉《台灣省中部五縣市國民小學體育科教學觀摩會手冊》。雲林縣土庫鎮馬光國民小學。民 74 年 6 月 7 日。

黃劍陽。〈台東縣康樂國小體操教學活動設計〉《台東縣八十八學年度體育教學觀摩暨研習手冊》。89 年 6 月 8、9 日。13 頁。

廖幼芽。〈如何提升體育教學特色與教學效果〉《國(市)立師範院校第二次體育科教學研討會報告書》。民 85 年 4 月。15 頁。

四、碩、博士論文

王惠玲。〈台灣足球運動發展之研究(1945~2000)〉。台東大學體育教學碩士論文。未出版。民 93 年 8 月。

江文瑞。〈台灣射箭運動發展之研究 1964~2004〉。台東大學體育教學碩士論文。未出版。民 96 年 8 月。頁 34~35。

李堂立。〈台灣網球運動發展之研究(1945~2000)〉。台東大學體育教學碩士論文。未出版。民 93 年 8 月。

林玫君。〈戰後台灣國民小學體育師資養成之歷史探源-民國 34 年~民 76 年〉。國立體育學院體育研究所碩士論文。民 82 年 6 月。

范春源。〈戰後台灣小學體育科教育演變之研究-民國 34~83 年〉。國立台灣師範大學體育研究所博士學位論文。民 87 年 1 月。43 頁。

張兆煒。《台北縣國民小學體育教學現況調查研究》。國立體育學院體育研究所碩士論文。未出版。民 90 年 6 月。202 頁。

黃嘉源。〈台灣羽球運動發展之研究(1945~2000)〉。台東大學體育教學碩士論文。未出版。民 93 年 8 月。

楊朝全。〈台北縣國小體育師資人力運用與學校體育經營概況調查研究〉。國立體育學院體育研究所碩士論文。民 90 年 6 月。第 80 頁。

五、體育教學活動設計

台中縣南陽國校體育股，〈南陽國民學校體育教學概況〉。未出版。民 54 年。4~5 頁。

沈桂枝。〈嘉義師院實小體操教學活動設計〉。未出版。民 86 年 6 月 15 日。

林煥清。〈桃園縣桃園國民小學民國 76 學年度下學期體育科教學活動設計〉。未出版。77 年 4 月 15 日。39~42 頁。

曹以好。〈臺北縣土城市樂利國民小學八十四學年度第一學期體操教學活動設計〉未出版。民 84 年 9 月 21 日。

陳玉衡。〈台中縣烏日國民小學體操教學活動設計〉。未出版。民 77 年 5 月 18 日。

謝淑萍。〈台北市立東門國民小學體操教學單元活動設計〉。未出版。民 86 年 4 月 29 日。

