

Quality Physical Education Teaching: Be Prepared to Accept the Challenge Raised by the Proposed Educational Reform for the 21st Century

優質學校體育教學：迎擊二十一世紀教育改革藍圖的挑戰

Arthur Wong

Department of Physical Education and Sports Science,
Hong Kong Institute of Education, HONG KONG

黃志德

香港教育學院體育及運動科學系



Abstract

School physical education is facing a lot of problems. One of these problems is a negative image that is gradually developing. Our pupils seem to dislike PE more and more. Lots of research has indicated that sports participation from the youth and adult populations are declining and that young people nowadays are not as fit as their counterparts before. This phenomenon could be accounted for, at least partly, by the quality and approach of implementation, of our curriculum. The author wishes to share with the audience some observations with reference to the recent proposals made in the Review of Education system: Framework for Education Reform- Learning for Life (Education commission, 1999). The reform proposal, seem to aim at making individual schools more accountable for their own education program and creating a more flexible and dynamic environment. It emphasizes life-long learning; proposes to demolish the murals that separate the schools from other social institutes and to alleviate the pressure and limitations in terms of time, facilities and equipment that constrain the curriculum. The proposals offer both challenges and opportunities to change the teaching of PE and have great bearings to our professional goals, curriculum content, pedagogy and assessment. Owing to time limitation it is difficult to offer a comprehensive view on all possibilities but an eclectic visit on some of the issues.

摘要

學校體育面對很多困難，其一為學校體育在學生心中的負面形象，正在慢慢形成，不喜歡體育課的學生多了。大量研究指出時下的青少年及成年人不積極參與運動，今天的青少年比過去的體弱。這一現象部分可能與現行的體育課程及其施行方法有關。筆者希望就「教育制度檢討：教育改革建議 - 終身學習」(教育統籌委員會，1999) 提出的藍圖和讀者分享一些見聞。改革建議希望一個更具彈性及動力的環境下建立一套問責制，它強調終身學習，並試圖把學校與社會其它機構的圍牆拆去，把學校課程從時間，空間，用具及設施等限制中解放出來。改革建議提出了挑戰及機會，對體育教學的目的、內容、教學方法及評估皆有啟示。基於時間及篇幅的限制，這裡未能照顧周全，只能探討其中一些問題。

優質(Quality)的意義

進入二十一世紀，人對生命的要求，不僅限於基本的滿足，更事事追求優質，優質的產品及優質的服務。究竟「優質」，特別是用於教育服務上，是甚麼意思？「優質」的概念，源於工商業對產品的控制。有從消費者

利益和滿意程度(Consume satisfaction)為依歸，亦有以制訂規格或功能標準(Minimum Standard)為指標，不一而足。但當談及優質的服務，特別是教育服務時，以上的方法也就顯得不夠全面了。在教育服務裡，誰是消費者呢？是學生本人？家長？僱主或社會大眾呢？誰人的滿意程度最關鍵呢？制訂標準也是一個難題，我們要根

據誰的意願來訂定標準呢？所謂的標準要定在那一個水平呢？一連串的難題，引出了目的與手段匹配的概念 (Fitness for Purpose)，此一概念，是要求提供服務者根據現實情況及服務對象的需要，自行訂定目的，並列出表現指標，再根據現有資源，訂下執行計劃，並且建立循環的評估機制，使服務不斷自我完善。

上述的意念，就是現時教育改革的基本思維，只要看一下過去推行的「校本課程」，目標為本課程，校本管理，直資計劃等等，便可略知一、二。一九九七年九月發表的教統會七號報告書，更是清清楚楚的寫的明白，要為香港建立這樣的一個優質教育文化。

一些關於優質教育重要文件

有關當局自從九七年以來，發表了兩份重要的文件，一為教統會的七號報告，一為九九年九月的教育制度檢討：教育改革建議，及其後同一系列的有關文件。第七號報告作出了下列數項建議：

- ✓ 制訂教育目標和質素指標
- ✓ 設立質素保證機制
- ✓ 提供靈活的撥款安排
- ✓ 提供優質學校獎勵
- ✓ 提高校長和教師的專業水平
- ✓ 實施相關的改革

而九九年教育制度檢討文件中，亦提出了兩大綱領：終身學習及自強不息；五大改革原則：

- (1) 學生為本
- (2) 永不放棄
- (3) 講求質素
- (4) 全方位學習
- (5) 全社會動員

上述的提議，基本動機就是希望在自動、自主的質素文化下，把學校教育從時間、空間的掣肘及條文框框裡解放出來。要理解這一點，前教育署長羅范椒芬太平紳士在二零零零年一月，對香港教育學院師生發表的一篇題為「新世紀的優質教育：對教師發展的挑戰」的講話，有很詳細的闡釋，下面是一些摘要。

廿一世紀的新趨勢

- ✓ 我們不能在基礎階段便教曉一個兒童一生受用的知識；但 廣泛地認識問題，多思考，能判斷是非及善於建立良好的人際網絡 有國際視野 亦不能失去本身的民族觀念 要掌握這方面(資訊科技)的基本應用技能；
- ✓ 要由教師主導變為教學相長；
- ✓ 要終身學習 提高學生的學習興趣，指導他們如何搜查資料及提高自學的能力 ；

- ✓ 應該著重實踐和理解 能舉一反三，甚至再發展，發掘新知識，這就是我們所說的創新思維 ；
- ✓ 教育已不再是學校的專利，..... 我們要集結社會的力量，包括慈善社團，福利界的社工及商界方面的輔助 傳媒，商界，政府，大專院校應該群策群力，攜手合作 ；

教育制度發展的路向

- ✓ 我們會由中央監控的模式走向校本管理 從一個比較統一的辦學模型轉為多元化發展 這些學校都是依循同一個香港課程，同一個綱領，大家做事的方式很類似，用的課本也類同。由於大家都是受同一個考試制度所限制，所以大家都在考試的範圍教學，這樣是不能多元化的；
- ✓ 由考試主導走向比較均衡的課程和教育 ；
- ✓ 由一個行政主導(即是由條例監管)的模式，轉變為以人為本 大家都覺得受到很多條例的束縛 我相信這是一個文化，與條例和制度的互動有關。即使有時制度沒有這個限制，這個文化已存在了，所以大家便繼續跟著樣做 ；
- ✓ 以學生為中心 對學生是絕對有利 不會觸犯任何法例，大家可以大膽嘗試 自己也應敢於創新。
- ✓ 如果你已經想到好的做法，但又覺得條例有掣肘，請向我們提出 。

羅范椒芬太平紳士的講話是要讓：學校有足夠自主去追求卓越教育，不受條文框框的掣肘，課程要超越時間及空間限制，能提高學生興趣，培養自學能力及終身學習的意慾，平衡而多元化，活用高科技及發展創新思維。從另一角度看，香港教育制度，要從中央控制、由上而下、單一標準，改變至校本管理、基層參與、多元發展。

改革建議對體育課程及教學的啟示

教育當局所提出的改革建議，其基本精神是要把教育從時間（即六年小學及五至七年中學）及空間（即校園所提供的設施）的限制中解放出來，提高辦學者主動性及積極性，靈活運用公共資源、家長及社團的資源等，從而建立學生終身自學不息的動力。體育界不是一向鼓吹「全民運動」(Sports for All)，「動的生命」(Active Life Style) 嗎？這些理想，本來就與現時的改革精神不謀而合。可惜的是，現今的學生不知什麼原因，愈來愈冷淡參與體育(Wright, Patterson & Cardinal, 2000)。筆者謹就前述的改革建議，討論一些體育課程及體育教學的問題。討論之先，我們須要有一個共識。學生之中的能力、興趣及動機上的差異都很大，在最頂部的少數學生，能力及學習動機都很強，再加上家庭的支持，他們

會主動地自我挑戰，學習是不成問題的；而作為教師，我們面對的困難是來自餘下的大部份，他們需要鼓勵及誘導，只要能每天做多一點，做好一點，都是得着以下的討論都是以此而發。

體育人 (Physically Educated Person)

近代學校體育都以培育體育人為最終目標 (NASPE, 1992)。體育人不單要運動理論及實際並重，更要在多元化的運動項目中終身參與。現時香港的中、小學體育課程內所建議的，少說也有八至十個項目，要每項都達至一定的水平，真是談何容易。場地不足，課時不足，人手不足，體育教師都慨嘆巧婦難為無米之炊。羅范椒芬說了：「我們不能在基礎階段便教曉一個兒童一生受用的知識……」。「體育人」是一個偉大的理想，是一個追求的目標，卻不能定為一個教育階段評核成敗的標準。只要如是看，教師便不會，亦不必，在課程的壓力下盲目追求體育科技知識及技能的強化，從而讓學生覺得體育課是壓力，反過來忘記了除知識及技能外，體育還有趣味(fun)，快感 (Sensuous Enjoyment)，刺激 (Excitement)，有意義 (Meaningfulness)，鬆弛 (Relaxation)，好玩 (Playfulness) 等內在價值 (Kretchmar, 1994)。學生喜歡體育運動大多是因為此等活動來的歡樂和快感 (Carlton & Henrich, 2000; Morey & Karp, 1998)，而不是要成為體育超人。學生若在學校期間，因某些原因不喜歡體育，他們畢業的一天，就是體育運動死亡的日子，更惶論終身參與了，這一點早在英國策劃推出她們的國民體育課程時已有學者指出了 (Williams & Jenkins, 1988, p.130)。

在上述的大前提下，時間及資源不足便不再是藉口了。修訂了體育的目的，我們就像把頭上的緊箍咒解除了。時間的不足是相對於要教的東西太多而言，教育署頒布的課程綱要，只是原則性的指示，是幫助教師推行體育教學的，不是限制或妨礙個別學校的體育發展的。在不違反教育原則和法律的大前提下，學校針對本身的辦學宗旨、傳統風尚，訂定體育的長遠目標；再根據本身及其他可用的資源（這包括了公、商機關的贊助及形式式的與教育有關的基金，學校社區及周邊可用的運動設施），因應學生的能力和興趣，以「平衡及多元化」的理念為基礎，實事求是地制訂「適切」本身需要的體育課程便可。

筆者過去五年接見體育新生時，每問及學生最喜歡和最不喜歡怎樣的體育課程，常見的答案是：好的體育課程「新奇有趣，好玩」、「多樣化」、「有選擇」；最不喜歡上體育課時光是「跑圈」，天天重覆「籃、足、排、手」。讓參與者有選擇，從而鼓勵及加強學習動機，是現時心理學上的一個重要課題 (Deci, 1995)。我們不是天天在喊「…… 終身學習 …… 提高學生的學習興趣，…… 提高自學的能力 ……」嗎？「平衡及多元化」

的意思，從內容而言是不要集中於某一類型的體育活動，例如：籃球、足球、排球、手球四項皆全，置其他活動於不顧，又或獨沽一味田徑和體適能，這都是廣而不平衡甚或是偏頗的課程；從教育目的而言是要順序照顧到技能、情意、知識三方面，不有所偏廢，但是我並不同意三者在一學習階段都平均分配課程時間，而是要隨學生的年級及教學目的按比重地分配。羅范椒芬說的明白：「只要…… 以學生為中心…… 對學生是絕對有利…… 不會觸犯任何法例，大家可以大膽嘗試…… 自己也應敢於創新」。試想一下，一所資源不太豐富的學校若能為學生在五至七年的中學生活裡，提供一個以田徑、體操及體適能為基礎課程，再加上不少於一項團隊球類遊戲，不少於一項執拍球類遊戲，不少於一項舞蹈，不少於一項戶外運動，這不算是一個貧乏單一的課程吧！若資源稍為好一點的話，再加上游泳及其他類別，這應該是很不錯的了，再者，以五至七年時間推行約七至八個體育項目，總不會太緊吧！再讓我們想像一下，若本港四百多所中學，每所都在這樣的基礎上，再根據自身的傳統，選擇一至二項運動，加以重點發展，理論上香港在每一個主要體育項目上都會有十多二十所重點中學，這能不是一件美事嗎？羅范椒芬不是希望香港的教育能「從一個比較統一的辦學模型轉為多元化發展」嗎？這也是任何方位學習的其中一個意義。

要做到上述的平衡及多元化，以目前學校的設備和資源，非要借助社區或其他公共及私人運動設施不可，這就是改革建議中所說的「…… 教育已不再是學校的專利，…… 我們要集結社會的力量，包括慈善社團，福利界的社工及商界方面的輔助…… 傳媒，商界，政府，大專院校應該群策群力，攜手合作……」，這是空間的解放，至於時間上解放，我們可要考慮課堂以外時間了。

對體育教學的啟示

教育改革的一個重要課題是提高學生的學習興趣及主動性，我們不單在課程的內容選擇上要照顧到學生的興趣，在教學方法上也要從學生現行的基礎出發。Placek (1983) 曾經指出，一般體育教師只能在課堂裡讓學生忙 (Busy)，能力再高一個層次的，會讓學生開心 (Happy)，再高一級的會讓學生感到有意義 (Good)，但很少教師能讓學生在體育中學習 (Learning)。Placek 言下之意是指體育教師一般對學生的技能學習要求不高，很多時更忽略了體育知識的傳授。筆者同意這一點之餘，卻主張教師要從實際出發，對能力及動機低的學生，能讓他們忙和開心已經很不錯，隨着學生的能力及動機日漸提高，教師才誘導學生進入有意義及有層次的學習。這正符合了以學生為本，永不放棄的精神。可能教師會擔心這樣做趕不上課程，也給人一個鬆散的感覺。羅范椒芬也說了：「由於大家都是受同一個考試制度所限制，所以大家都在考試的範圍教學，這樣是不能

多元化的」，我們要「由考試主導走向比較均衡的課程和教育」。至於「鬆散的感覺」，我認為教師是向學生的學習負責，而不是向外人的感覺負責。再者，把課程和教學處理得外馳內張，因材施教，執行起來從容不迫，這才是一個有經驗的教師的本領呢！

曾有學者研究指出 (Apple & King, 1990)，小孩子的遊戲活動，無論如何有趣，一旦加上大量規則及限制，並輔以嚴肅的考核，立刻會被學生視為枯燥怕人的工作。另有學者 (Schiller, 1999) 觀察了家長和教師在教導幼兒時的分別，家長很熱情投入和孩子一起玩，小孩很有創意和開心的參與，寓學習於遊戲；反過來，教師很認真及有條理的教，孩子卻變得被動和謹慎。此中給了我們一點啟示，體育原來就是一項受學生歡迎的活動，但是在塑造一門嚴謹的學科的慾望驅使，及完成課程達到指標的壓力下，教師往往把活潑有趣的體育活動，代之以嚴謹的操練，並加上考核，以「完善技能」導向的方法教學 (Skill Oriented Approach)，排除了其他諸如發現法等富有創意和長於培養學生在情意和識知方面潛能的其他教學方法，這樣，得益者往往就只有少數的幾個學生，而忽略了大多數。「要終身學習……提高學生的學習興趣」，我們不僅要在選材上多元化，亦要在教法上多元化配合。

也許亦是上述同一原因，導致一個教學上的怪現象，時下很多體育教師在教學時，每每花很多時間去描述及講解所教的技巧。首先要說明白的是，筆者並非反對講解有關技巧的知識，重要的是何時講及怎樣講。研究指出 (Wulf & Weigelt, 1997; 崔文季等, 1987)，在技巧學習初期，直觀教學方法是最有效的，當然，若教師有別的教育目標要達到，如創作和發現，則當別論。同時，近代體育教學法學者亦指出，個別技巧一經初步掌握，當應盡快將之融入整體技術、戰術或遊戲之中，這一概念普遍受到忽視 (Siedentop, 1991)。因此，教師應堅持以活動為主導的教學方法，以精簡的講解結合有趣的活動和遊戲去推行技能、情意及知識的教育目標。

有同工可能會問，處於高科技時代，教師是否可以高科技去描述及講解所要教的技巧，以求得更高教學效益。筆者的立場很簡單，不要為了時髦而高科技，暫時仍未有研究證明，技巧的獲得可單靠資料閱讀和分析或觀看錄影帶，那是高層訓練改善技術的一種方法，對初學者而言，最有效仍然是身體力行，從做中學習。高科技能作出貢獻之處，筆者以為是在於利用多媒體的活潑和生動有趣的特質，讓學生自行學習體育運動的有關知識，從而騰出更多課堂時間，讓學生身體力行，進行體育活動，切不可讓學校將來出現電子-籃球隊 (E-Basketball Team)，取代了真正的籃球隊！

對體育教學的啟示

要知道學生是否有效地學習，評估是必然的，但評估並不同考試，評估更不應該被視為目的，評估是幫助學生學習的手段。體育的最終目的是要學生喜愛運動，從而循正確的方法終身參與運動。在上述的改革原則下，體育的課程更不應受「同一個考試制度所限制」，要「由考試主導走向比較均衡的課程和教育」。「終身學習及自強不息」的概念原則上否定了年終考試之類的考核，在生命中某一點的不足或失敗，不應成為學生一生慘痛的標籤，從而使學生視體育為畏途。基於此，那些體適能及運動能力測試，最理想是用作幫助學生認識本身在體育上的強弱處，而不是判刑。評估學習的手段，由於內容及教學方法多元化，亦必須多元化，更不宜偏重數量化的指標，而忽略質或行為上的描述。單單在學期終給學生一個甲、乙或丙，倒不如指出學生在某一項運動上，哪些地方做得好，哪些地方做得差，哪些地方需要改進。

結言：一些忠告和擔心

一般的改革的失敗，通常不在計劃不周，而在於執行的配合不來。教育改革觸動了成千上萬教師的工作習慣，他們不但需要時間，更需要訓練和支援。不但是害怕改變的心理需要時間適應，自行管理的能力需要練，課程教材上更要支援。另外，改革的失敗也往往會因為執行者未能真正理解改革的義意，敷衍了事。更甚者，在龐大的官僚架構下，上有說法下有做法，不但未能下放權力，以利改革，反而把控制隱藏在僵化的指引背後。觀乎課程發展處於2000年中推出的「體育基本學習範疇」(Key Learning Areas-Physical Education) 諮詢文件，此一擔心，並非杞人憂天。

優質的教育應包括優質的體育。但是，據我個人在體育界三十年的觀察，一說到優質的體育，即時的反應是體育應多一點知識性的東西，要更科學化。我不反對學術和科學，但是科學不是一切都能解決的萬能靈藥。再者，觀乎美、英等國分別在六十及七十年代率先把體育科學化及學術化，英國更進而在九十年代之始把體育訂為公開考試科目 (香港偷步了，在八十年代末推出體育公開考試)。體育無疑是豐富了，可是，撇開哲學邏輯上體育的本質爭論 (如：Carr, 1979, Reid, 1996a, 1966b) 不管，單看現時投訴學生的體育一代不如一代，年青人不願意參加體育運動，體育的社會地位不受重視的國家，就是他們。劃虎不成反類犬，香港要一個怎樣的體育文化，際此世紀交替，實宜三思。

參考文獻

- Apple, M., & King, N. (1990). *Economics and control in everyday school life. Ideology and Curriculum*. New York: Routledge.
- Carlton, B., & Henrich, T. (2000). Strategies for enhancing the performance of low-skilled students. *JOHPERD*, 71(2), 29-31.
- Carr, D. (1979). The aims of physical education. *Physical Education Review*, 2(2).
- Deci, E. L. (1995). *Why we do what we do: the dynamics of personal autonomy*. New York: GP & Putman Sons.
- Kretchmar, R. S. (1994). *Practical philosophy of sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Morey, R. S., & Karp, G. G. (1998). Why do some students who are good at physical education dislike it so much? *The Physical Educator*, 55(2), 89-100.
- National Association for Sport and Physical Education (NASPE) (1992). *Outcomes of quality physical education programs*. Reston, VA: AAHPERD.
- Placek, J. (1983). Conceptions of success in teaching: Busy, happy and good? In Templin T and Olson J (Eds.). *Teaching in physical education*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Reid, A. (1996a). The Concept of Physical Education in Current Curriculum and Assessment Policy in Scotland. *European Physical Education Review*, 2 (1), 7-18.
- Reid, A. (1996b). Knowledge, Practice and Theory in Physical Education. *European Physical Education Review*, 2(2), 94-104.
- Schiller, W. (1999). Adult/child Interaction: How patterns and perceptions can influence planning. *Early Child Development and Care*, 159, 75-92.
- Siedentop, D. (1991). *Developing Teaching Skill in Physical Education*. Boston, MA: Mayfield Publishing Company.
- Williams, A., & Jenkins, C. (1988). Reaction to reform-the national curriculum proposals and physical education. *Physical Education Review*, 11(2), 123-132.
- Wulf, G., & Weigelt, C. (1997). Instructions about physical principles in learning a complex motor skill: to tell or not to tell? *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 68(4), 362-367.
- Wright, M. T., Patterson, D. L., & Cardinal, B. J. (2000). Increasing children physical activity. *JOHPERD*, 71(1), 26-29.
- 羅范椒芬 (2000)。 < 新世紀的優質教育：對教師發展的挑戰 > 教育講座系列 2。香港教育學院。
- 崔文季等 (1987)。 < 體育教師手冊 >。中國人民大學出版社。