

# Physical Education in Pre-primary Education System of Hong Kong

## 香港學前教育體制下的幼兒體育

黃永森

華南師範大學體育科學學院

WONG Wing-sum

*School of Physical Education and Sports Science,  
South China Normal University, Guangzhou, CHINA*



### Abstract

Pre-primary education aims at assuring a balanced development of physical fitness, intelligence, language, interpersonal relation and emotion, nurturing interest of learning, as well as preparing for formal education in the future. Physical activity seems to be part of the pre-primary education in Hong Kong. However, time spent on physical activities in the current pre-primary curriculum is significantly reduced when comparing with that of thirty years ago. Based on the methodology of anthropology, fieldwork was carried out. The study design adopted qualitative and quantitative research methods and aimed at exploring in what extent principals, officers and teachers of kindergartens in Hong Kong were concerned about physical activity patterns of preschool children, understanding how they critiqued the environment and facilities in relation to physical activities, and knowing how they commented to their self-efficacy on leading pre-primary physical activities. It was found that physical activity had not been addressed adequately in the curriculum design of pre-primary education in Hong Kong. The self-efficacy on leading pre-primary physical activities was quite low among pre-primary teachers. The environment and availability of facilities were not favorable to the execution of pre-primary physical activity programmes. Physical education orientates pre-primary education in the future.

Key words: pre-primary physical education, pre-primary education, curriculum design

### 摘要

學前教育是要使幼兒在體能、智慧、語言、社群及情緒等方面有均衡的發展，並培養他們對學習的興趣，為日後的教育作好準備。香港學前教育應該或多或少包含身體活動元素，然而相對於三十年前的課程，現時幼稚園課程內的身體活動時數似乎大幅減少了。本研究以人類學常用的田野調查作為方法論，採用定性與定量研究合併的互補取徑，探討香港幼稚園校長、主任和老師對幼兒身體活動的關注程度，以及瞭解她們對活動環境配套和帶領身體活動的自我效能評價。研究發現香港學前教育課程設計對幼兒身體活動的關注程度不足，老師帶領身體活動的自我效能評價普遍偏低，而且幼稚園的活動環境配套不利於幼兒身體活動的執行。幼兒體育應該是香港學前教育的未來導向。

關鍵詞：幼兒體育、學前教育、課程設計

## 1. 前言

從幼兒最初學習的那一刻，教育便自然發生。香港學前教育是指幼兒入讀小學前的教育階段。為避免只顧揠苗助長式教育而忽略兒童在照顧及其他發展方面的需要，香港與大部分國家一樣，把學前教育的最低取錄年齡定於三歲。根據1996年頒佈的《學前教育課程指引》，學前教育是要使幼兒在體能、智慧、語言、社群及情緒等方面有均衡的發展，並培養他們對學習的興趣，為日後的教育作好準備(香港課程發展議會，1996)。香港學前教育的課程宗旨是促進幼兒全人發展(WHOLE-PERSON DEVELOPMENT)，課程圍繞幼兒四大發展範疇(分別是身體、認知及語言、美感、情意及群性)，設計出針對體能與健康、科學與科技、早期數學、語文、藝術，以及個人與群體六大學習領域的學與教活動(香港課程發展議會，2006)。由此觀之，香港學前教育似乎都注重幼兒的身體發展，課程設計考慮到幼兒於體能與健康方面的學習經歷和活動。

香港課程發展委員會早於1983年《幼稚園課程指引》中就幼稚園活動內容及時間分配清楚列明，半日制的幼稚園課程應該每天為幼兒安排三十至四十五分鐘體力遊戲，而全日制的課程其每天體力遊戲時數則應該為四十五至九十分鐘(分兩節進行)(香港課程發展委員會，1983)。之後，1993年《幼稚園課程指引》(香港課程發展議會，1993)和1996年《學前教育課程指引》(香港課程發展議會，1996)都採納同樣的指引。這樣的課程內容及時間分配建議直到2006年《學前教育課程指引》出現了明顯的變化。自2006年起，香港政府就學前教育課程活動內容及時間分配提出指引，半日制的課程每天需為幼兒安排四十五至六十分鐘體能、音樂或藝術活動，而全日制的課程其體能、音樂或藝術活動時數則應該為六十至一百零五分鐘(香港課程發展議會，2006)。若將三類活動時數作平均分配，亦即是半日制課程每天只需為幼兒安排十五至二十分鐘身體活動，而全日制則只需安排二十至三十五分鐘。從課程政策看來，香港學前教育應該或多或少包含身體活動元素，然而相對於三十年前的課程，現時幼稚園課程內的身體活動時數似乎大幅減少了。

在眾多學前教育師資職前與在職培訓之中，有關幼兒體育的培訓元素又佔多少比重呢？准教師或在職教師是否掌握足夠的幼兒體育知識、技能和素養以設計和執行幼稚園的體力遊戲及身體活動嗎？根據專上院校供公眾所流覽及索取的課程資料，香港沒有任何一所開辦學前教育師資職前培訓的院校將幼兒體育納入成為必修課程。雖然部份院校在選修課目中加入了一些與幼兒體育似乎相關的學科，但它們大多數都並非使用「幼兒體育」的字眼，常見的詞彙包括動作(movement)及身體健康(physical well-being)等。至於學前教育師資在職培訓方面，自九十年代開始，香港理工學院(即香港理工大學的前身)和香港教育學院都舉辦短期課程，向在職教師推廣創意幼兒體育。近年來，專上院校開始舉辦與幼兒體能或體適能相關的在職培訓課程，政府衛生署及康樂及文化事務署在中國香港體適能總會的協助下，加強對學前教育界就幼兒體能活動方面的教師培訓和支持。基於上述狀況，可以肯定的是幼兒體育的培訓元素在現行的學前教育師資職前及在職培訓中所占的比重甚微；而且，未必每一位准教師或在職教師都掌握足夠的幼兒體育知識、技能和素養以設計和執行幼稚園的體力遊戲及身體活動。

究竟現實中的學前教育課程對幼兒身體活動的關注程度有多大？幼稚園的體育師資狀況和活動環境配套如何？本研究旨於探討前線老師對幼兒身體活動的關注程度，以及瞭解她們對帶領身體活動的自我效能和活動環境配套評價。研究成果對未來學前教育的幼兒體育發展帶來啟示。

## 2. 方法

本研究以人類學常用的田野調查作為方法論，採用定性與定量研究合併的互補取徑。

### 研究對象

研究以五所實行學前教育學卷制度的香港非牟利幼稚園作為研究的特定場域(sites)或田野(fields)，研究物件包括校長、主任和老師。就幼稚園所在地而言，它們都位於新界地域，三所位於葵青區、另外兩所分別在荃灣及離島區。五所幼稚園合共70名校長及老師，其中只有約四分之一擁有學士學位。當然，全部校長、主任及老師均獲香港認受具學前教育的專業資格。除其中一所幼稚園外，其餘四所幼稚園都有超過一半的校長及老師執教經驗多於7年。五所幼稚園的師資數據詳列於表1。

表1：各幼稚園老師人數、學歷、資格和經驗

| 學校<br>數據  | 幼稚園甲                         | 幼稚園乙                          | 幼稚園丙                         | 幼稚園丁                          | 幼稚園戊                           |
|-----------|------------------------------|-------------------------------|------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
| 校長及老師數目   | 15                           | 14                            | 15                           | 13                            | 13                             |
| 校長及老師學歷   | 學位:4<br>非學位:11               | 學位:3<br>非學位:11                | 學位:6<br>非學位:9                | 學位:1<br>非學位:12                | 學位:3<br>非學位:10                 |
| 校長及老師專業資格 | C(ECE):11<br>QKT:4<br>其他:4   | C(ECE):10<br>QKT:0            | C(ECE):14<br>QKT:1           | C(ECE):10<br>QKT:3            | C(ECE):10<br>QKT:3             |
| 校長及老師教學年資 | <4年:7%<br>4-7年:7%<br>>7年:86% | <4年:50%<br>4-7年:0%<br>>7年:50% | <4年:7%<br>4-7年:7%<br>>7年:86% | <4年:31%<br>4-7年:8%<br>>7年:61% | <4年:37%<br>4-7年:36%<br>>7年:27% |

## 訪談

本研究採用結合結構和非結構性訪談法的方式，以確保所收集答案的可比性及完善性之余，亦增加訪談的靈活性。本研究結合了個人訪談和小組訪談，訪談對象包括各

校長、主任和老師代表。研究人員於每次訪談前先會編寫訪問調查提綱。研究人員結合結構(structured)和非結構性(unstructured)訪談法，個人訪談一般界乎十五至二十分鐘，小組訪談則限於二十至三十分鐘。表2列出本研究所採用的訪問調查提綱。

表2：訪問調查提綱

| 校長/主任  | 老師代表   |
|--|--|
| 1. 現時幼稚園的幼兒身體活動課程政策如何? (例如課時安排、課堂形式、人手編制... ...)       | 1. 現時幼稚園的幼兒身體活動課程政策如何? (例如課時安排、課堂形式、人手編制... ...)       |
| 2. 現時幼稚園為幼兒身體活動投放了甚麼教學資源?(例如教具、參考教材、場地、環境及空間配置... ...) | 2. 現時幼稚園為幼兒身體活動投放了甚麼教學資源?(例如教具、參考教材、場地、環境及空間配置... ...) |
| 3. 現時幼稚園對老師執行幼兒身體活動課程有何指引或要求?(例如撰寫年度教學計畫、課堂教案... ...)  | 3. 現時幼稚園對老師執行幼兒身體活動課程有何指引或要求?(例如撰寫年度教學計畫、課堂教案... ...)  |
| 4. 你會如何評價現時學校老師於幼兒身體活動方面的知識技能和教學表現?                    |  |

## 問卷調查

本研究透過問卷調查法，分別向校長、主任和老師搜集資料，瞭解她們對體育和身體活動的重視程度，分析她們對幼兒身體活動課程的安排、教學資源和教學自我效能的評價。問卷的首兩條問題是關乎幼稚園的體能與健康意識的；問卷的第三至五題是關於身體活動課時和環境配置方面

的；問卷第七至十題詢問到老師曾否接受身體活動相關的師資培訓、體育教學的知識及經驗、身體活動教學技巧方面，以及對體育運動鍾愛程度的情況。圖1詳細列出老師問卷調查設計。

**圖1：老師問卷調查設計**

你認同以下的描述嗎？

(請圈出你對左邊描述的認同程度)

|                    | 十分不認同 |   |   |   |   | 一般 | 十分認同 |
|--------------------|-------|---|---|---|---|----|------|
|                    | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |    |      |
| 本校關注幼兒的體育狀況。       |       |   |   |   |   |    |      |
| 本校重視體育的教與學。        | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |    |      |
| 本校為幼兒所安排的身體活動時間足夠。 | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |    |      |
| 本校的身體活動場地及空間足夠。    | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |    |      |
| 本校的身體活動器材及用具足夠。    | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |    |      |
| 本校關注幼兒身體活動的安全。     | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |    |      |
| 本人曾接受身體活動相關的師資培訓。  | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |    |      |
| 本人具足夠知識及經驗進行體育教學。  | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |    |      |
| 本人掌握身體活動教學技巧。      | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |    |      |
| 本人熱愛體育運動。          | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |    |      |
|                    |       |   |   |   |   |    |      |

**其他資料搜集方法**

觀察是注意到一個現象或行為，並加以記錄作科學之用。常用的觀察法有直接觀察和參與觀察兩類。本研究多用直接觀察，是親臨現場進行，以研究人員的身份對觀察物件進行觀察。本研究亦對環境與器物進行測量和考察。所指的環境與器物主要包括幼稚園用作幼兒身體活動的戶外或室內空間和身體活動器材。

**數據分析**

三角交叉驗證法是指使用多重資料來源，以驗證研究發現。在本研究中，校長、主任和老師在訪談中的定性敘述與觀察所得的發現，以及老師問卷調查的定量資料進行比較，從以得出研究結論。透過以上三角交叉驗證法，研究結果的效度和信度得以提升，是研究品質的保證。

**3. 結果****校長、主任與老師訪談**

幼稚園甲至戊在幼兒身體活動課時安排上分別錄得每週100至125分鐘、150分鐘、100至150分鐘、75分鐘，以及90分鐘的水準。美國運動及體育協會曾發表立場聲明，初生至五歲的嬰幼兒應每天積極參與身體活動，以促進動作技能和體質健康基礎。聲明表示，對於年滿三歲的幼兒，他們每

天應該至少參與六十分鐘有系統和結構的身體活動，另加至少六十分鐘(甚至更長時間)的非系統或非結構性身體活動，而且在任何時間都不應該持續停止身體活動超過六十分鐘(Nation Association of Sport and Physical Education, 2009)。可是，當與上述公認的幼兒身體活動指標相比—每天不少於60分鐘身體活動，亦即是五天合共300分鐘計算，本研究五所幼稚園所安排的幼兒身體活動時數隻及國際指標的25至50%。大部份老師表示幼兒身體活動課每班二十至三十人不等，由兩位老師負責帶領。為更有效運用活動空間，老師執行小班教學。各班老師將幼兒分成兩組，然後每名老師分別於不同時段進行幼兒身體活動課。

由於老師在職前階段的培訓未必接受過有關幼兒體育訓練，因此整體技術水準不高，動作準確性成疑。校長和主任表示，不足一半老師有信心帶領幼兒體育課，主要原因是大部份老師在職前階段的培訓都未接受過任何有關幼兒體育和如何帶領身體活動的訓練；就算老師曾選修有關科目，其課時亦只是二十至三十小時，且缺乏真實場景的教學經驗。有校長表示根據以往與臺灣學前教育業界的交流經驗，與臺灣比較，香港老師在幼兒體育方面的培訓比較落後。

因應香港教育局對學制幼稚園的要求，幼稚園備存所有關於身體活動課的簡單教學計畫。幼稚園甚少為老師提供參考教材。且並沒有安排正式的教流平臺，讓不同級別的老師進行幼兒身體活動課的教學交流。至於同班老師的教學交流則相對頻繁，但都集中是廣泛的日常教學安排而已，

並非專科研討。除每學期的學習評估報告內刻意點評某些運動技巧表現外，幼稚園未曾對幼兒進行過系統性和客觀的體質評估。校長表示活動安全暫時依賴老師的自覺，未有行政或操作上的系統程式和政策監管。

表3：問卷調查中各條題目認同程度的平均評分

| 題目                 | 平均值  |
|--------------------|------|
| 本校關注幼兒的體育狀況。       | 4.44 |
| 本校重視體育的教與學。        | 4.24 |
| 本校為幼兒所安排的身體活動時間足夠。 | 4.20 |
| 本校的身體活動場地及空間足夠。    | 3.98 |
| 本校的身體活動器材及用具足夠。    | 3.99 |
| 本校關注幼兒身體活動的安全。     | 4.52 |
| 本人曾接受身體活動相關的師資培訓。  | 3.51 |
| 本人具足夠知識及經驗進行體育教學。  | 3.38 |
| 本人掌握身體活動教學技巧。      | 3.55 |
| 本人熱愛體育運動。          | 3.72 |

整體而論，參與問卷調查的老師們均重視幼兒體育的教學，且關注幼兒體育狀況。普遍老師認為幼稚園為幼兒所安排的身體活動時間足夠，且活動安全意識足夠。可是，她們對幼稚園活動場地、空間和身體活動器材的評價稍遜。老師們普遍認為自己於身體活動相關的師資培訓、體育教學的知識及經驗，以及身體活動教學技巧方面稍弱，而對體育運動的熱愛程度實屬一般。

### 老師問卷調查

本研究從五所幼稚園一共回收六十四份問卷，回應率超過九成。表3是校長、主任和老師對問卷調查中各條題目認同程度的平均評分(最低評分為1分；最高則為5分)。

### 環境和器物觀察

本研究發現，幼稚園之間在幼兒體育空間上存在差異。從田野調查的觀察資料反映，各幼稚園用作幼兒體育活動的室內空間大小不一，由三十至一百平方米不等。普遍幼稚園毗鄰都缺乏安全及寬敞的戶外遊樂場地進行幼兒身體活動課。表4列出各幼稚園基本場地設施。

表4：各幼稚園基本場地設施

| 學校<br>數據   | 幼稚園甲                | 幼稚園乙                      | 幼稚園丙                        | 幼稚園丁              | 幼稚園戊 |
|------------|---------------------|---------------------------|-----------------------------|-------------------|------|
| 戶外<br>遊戲場地 | 沒有                  | 有                         | 沒有                          | 沒有                | 沒有   |
| 室內<br>遊戲場地 | 有                   | 有                         | 有                           | 有                 | 有    |
| 特色設施       | 音樂室、圖書館、<br>電腦角、健體角 | 音樂室、體能室、<br>舞蹈室、電腦學習<br>區 | 音樂室、電腦室、<br>影音室、英文室、<br>閱覽角 | 音樂室、電腦室、<br>體能活動室 | 音樂室  |

對於幼稚園甲和幼稚園丁而言，室內空間面積比較寬敞，器材配置擺放和儲存根本不成問題，因此她們分別添購為數八至十架玩具汽車或三輪車作自由遊樂之用，並在活動空間旁邊安置儲物櫃以存放身體活動的輔助器具，排列相對有序。但對於室內空間面積比較狹窄的幼稚園乙、幼稚園丙和幼稚園戊而言，如果大量添購器材配置，相信物資存放將會是一大難題。

## 4. 討論

### 課程設計反映幼稚園對幼兒身體活動的關注程度不足

現時香港學前教育課程政策對幼兒身體活動課時規管寬鬆。以半日制及每週五個上課天的幼稚園為例，教育局嚴格上只要求受資助幼稚園為幼兒安排每週75分鐘的身體活動。根據以上教育局的準則，參與研究的五所幼稚園均在幼兒身體活動課時安排上達標。幼稚園甲至戊在幼兒身體活動課時安排上分別錄得每週100至125分鐘、150分鐘、100至150分鐘、75分鐘，以及90分鐘的水準。可是，當與美國運動及體育協會的幼兒身體活動指標相比—每天不少於60分鐘身體活動，亦即是五天合共300分鐘計算，本研究五所幼稚園所安排的幼兒身體活動時數隻及國際指標的25至50%，結果與原先的反差極大。香港學前教育課程政策中有關幼兒身體活動課時的指引與國際指標脫節，誤導了學前教育界就幼兒身體活動課程的設計。本研究的老師問卷調查中，很多老師認為幼稚園為幼兒所安排的身體活動時間足夠(評分大約介乎3.77至4.54)。資料指出業界普遍以為幼稚園幼兒身體活動課時充裕是一種誤解，有需要加以澄清，以正視聽。

在香港教育局推行學卷政策下，幼兒音、體、美學習領域被視為是幼兒全人教育的主幹。在全人發展的目標下，各學習領域的教學活動出現質與量失衡狀況。教育局對受資助的幼稚園進行週期性的督學及校評，官員會就相關課題的時數編排和老師教學表現進行嚴格的審查。政府的督學及校評往往對幼稚園行政人員和老師帶來無形壓力。要麼滿足政府課程規定使六大學習領域分庭抗禮，幼稚園老師所設計的教與學活動的唯一出路是「蜻蜓點水、點到即止」，幼兒身體活動課自然停於表面，並呈現公式化，重形式而輕實效罷了。而校長作為主要的政策執行者，在校評的壓力下，多採納「達標第一、理念其次」作風，導致傾向於「按章辦事」，只求達到指引中所列明的最低要求，導致幼稚園編排的幼兒身體活動課時偏少。

### 老師帶領身體活動的自我效能評價普遍偏低

大部份老師在職前階段的培訓未必接受過有關幼兒體育訓練，因此整體技術水準不高，動作準確性成疑。校長和主任表示，不足一半老師有信心帶領幼兒身體活動課；就算老師曾選修有關科目，其課時亦只是二十至三十小時，且缺

乏真實場景的教學經驗。有校長表示根據以往與臺灣學前教育業界的交流經驗，與臺灣比較，香港老師在幼兒體育方面的培訓比較落後。老師問卷第七至九題詢問到老師接受體能活動相關的師資培訓、體能教學的知識及經驗，以及體能活動教學技巧方面的情況。老師們在這些題目的整體評分(整體平均值低於4.00分)明顯處於較低水準。由此看來，老師們普遍認同她們於身體活動的知識、教學技巧和能力方面稍遜。至於問題十是關於老師個人對運動的喜好，結果只有一所幼稚園的老師評分高於4.00，其餘的介乎3.23至3.77。可見，老師們對體育運動的熱愛程度一般。上述定量資料，進一步印證定性資料的類似發現。老師於幼兒身體活動相關知識技能上的貧乏，影響校本幼兒體育課程設計和課堂組織的品質。

### 幼稚園的活動環境配套不利於幼兒身體活動

研究證明室內空間狹窄、戶外空間難尋、幼兒體育物資和器材配置短缺，都可能是造成幼兒身體活動不足的潛在因素。老師問卷調查發現幼稚園之間在空間及器材配置上存在差異。空間及器材配置影響幼兒身體活動課程設計的靈活性、多樣性、趣味性和新鮮感，更甚的是影響幼兒身體活動課執行時的安全程度。狹窄的室內空間自然局限了幼兒身體活動的課程設計和自由度，容易產生碰撞和危險。明顯地，幼稚園在室內空間狹窄和戶外空間難尋的現實狀況下，幼兒身體活動的形式和課程設計上都普遍受限。

### 發展幼兒體育的需要

香港幼兒體育學者曾經指出體力遊戲在幼稚園中常被看輕和忽視。究竟，香港幼稚園在推行幼兒體力遊戲及身體活動的實際狀況如何？學者指出香港推行幼兒體育課程主要遇到三大困難，它們分別是課程設計問題、環境問題和人力資源問題(Wong, 1996)。課程設計問題包括過份側重學術表現、體育課時不足、課程指引乏善及教學方法缺乏創新意念；環境問題包括缺乏教學資源、缺乏體育器材和用具、校園面積狹窄、缺乏鄰近校園的戶外活動區、環境安全措施不足，以及環境衛生考慮等；人力資源問題則包括教師的體育專業培訓不足、教師對體育的興趣不大、教師擔心體育造成幼兒意外，以及政府支持不足等(黃樹誠，2006)。

綜合上述評論，從課程政策分析，香港學前教育並不重視幼兒體育；從實際狀況觀察，香港幼兒在幼稚園中的身體活動課時不足，且學前教育師資忽略體育素養培育，幼稚園的活動環境配套不利於幼兒身體活動。幼兒體育應該是香港學前教育的未來方向，特別在呼應改善香港居民體質健康的大前提下，發展幼兒體育是「硬道理」。

## 5. 總結

本研究以人類學常用的田野調查作為方法論，採用定性與定量研究合併的互補取徑，探討香港幼稚園校長、主任和老師對幼兒身體活動的關注程度，以及瞭解她們對活動環境配套和帶領身體活動的自我效能評價。研究發現香港學前教育課程設計對幼兒身體活動的關注程度不足，老師帶領身體活動的自我效能評價普遍偏低，而且幼稚園的活動環境配套不利於幼兒身體活動的執行。幼兒體育應該是香港學前教育的未來方向，特別在呼應改善香港居民體質健康的大前提下，發展幼兒體育絕對有其迫切需要。

## Correspondence:

作者：黃永森

所屬機構：華南師範大學 體育科學學院，

廣東廣州 510631

電郵：[samwongwws@gmail.com](mailto:samwongwws@gmail.com)

通訊地址：九龍尖沙咀山林道9至11號卓能中心17樓

## 參考文獻

香港課程發展委員會(1983)。幼稚園課程指引。香港：香港課程發展議會。

香港課程發展議會(1993)。幼稚園課程指引。香港：香港教育署課程發展。

香港課程發展議會(1996)。學前教育課程指引。香港：香港教育署課程發展處。

香港課程發展議會(2006)。學前教育課程指引。香港：香港特別行政區教育統籌局。

黃樹誠(2006)。幼兒創意體育課程。香港：香港幼稚教育及服務聯會。

National Association for Sport and Physical Education (2009). Active Start: A Statement of Physical Activity Guidelines for Children from Birth to Age 5, 2nd Edition. Sewickley, PA: American Alliance for Health, Physical Education, Recreation, and Dance.

Wong, S. S. (1996). A case study on preschool physical education curriculum in Zhuhai, China: Implications for preschool physical education reform in Hong Kong and Macau. *New Horizons in Education*, 37, 110-120.