



◀金車教育基金會邀請美國愛麗絲·愛莎來台示範美式體育教育，教小朋友放輕鬆，在遊戲中養成運動的習慣。
(沈明杰攝)

體育變遊戲 學童開心玩

金車引進美國新式教學 以「玩得開心」取代「互相競爭」讓學生在潛移默化中愛上運動

林志成／台北報導

玩過躲避球嗎？很多女生回憶小時候被躲避球打到的痛感覺，仍心有餘悸！國內小學體育課教學需要改進，在教育部指導下，金車教育基金會引進美國體育教育，讓小朋友在音樂、遊戲及舞蹈情境中上體育課，彼此不互相競爭，而是玩在一起，進一步愛上「動的感覺」。

金車教育基金會引進美國「體育FUN輕鬆」小學體育課教學概念，並邀請美國華盛頓州長青學區河景小學體育教師愛麗絲·愛莎到台灣示範教學。愛麗絲曾獲華盛頓州年度最佳小學體育教師。

愛麗絲從美國空運兩大箱體育器材來，全是五顏六色的遊戲道具，如一顆跟小學生等高的粉紅球、畫滿可愛水果圖案的橡皮沙包、怎麼砸都不痛的橡皮球等。愛麗絲說，新式小學體育課不是要小朋友比較體能，而是要玩得開心、玩出自信。

愛麗絲昨天到台北市古亭國小示範教學，將一班學生分成四組，每組玩不同遊戲。在動感音樂陪襯下，小朋友不覺得在上體育課，而是一群人在玩，每個

人都玩得不亦樂乎。

有一組學生玩著有長彩帶尾巴的小球，一位小朋友將這個像大蝌蚪的小球丟

傳統體育課強凌弱 削弱興趣

林志成／台北報導

國立台北師範學院體育系主任翁梓林說，現在的小學體育課強調讓小朋友學習體育技能，少數擅長的學生會成為強的一方，一直領先；但其他學生參與度偏低，因為覺得「了無樂趣」，對運動愈來愈沒有興趣。

翁梓林說，我國小學一向是包班制，老師有時候連體育課也要教。在這種狀況下，許多小學老師為了省事，上體育課就給全班學生一顆球，要小朋友互相扔擲。這樣的體育課上下來，常常是「大欺小」、「強凌弱」、「男欺女」的局面，不是最好教學方式。

翁梓林指出，我國小學體育課教學有很大改進空間，內容應設計簡單，每個人都可輕易參與。小朋友在遊戲中學習，好玩且同時達到運動目的。課程內容還可增加互相合作才可完成的遊戲，培

出，另一人要抓住拋過來的彩帶尾巴，互相來往。第二組學生玩接球，以小型容器接住乒乓球。愛麗絲還帶小朋友玩

養小孩子與人和睦相處的習慣。

翁梓林表示，一時間，小學體育課不易大規模改革，最好的方式是逐步融入美國體育教育上課方式，慢慢轉型。

經費不足 體育成效不彰

韓國棟／台北報導

教育部體育司官員說，教育部不斷舉辦研討會，鼓勵國小體育課應依據學校設備及師資專長儘量多元活潑，但因經費不足，只有少數學校有體育專任老師，其餘都採「包班制」，包班的老師許多不具體育專長，體育成效可想而知。

現在學生自主性較高，家長也盯得緊，和以往比起來，現在國小的體育教學確實更多元活潑了。但因經費不足，以致師資結構不良、體育設施不足。以游泳教學為例，因經費不足，某縣市只有一所國小游泳池，如何推展游泳？

「公雞舞」，小朋友扭動全身、找伙伴勾著手繞圈。

遊戲時，愛麗絲播放動感音樂。她強調：「這些都是精挑細選的歌曲，不退流行，還要求歌詞中不能有不好的字詞。」每項遊戲結束後，她會問學生：「你們覺得開不开心？」、「如果你玩得開心就代表贏了，請為自己拍拍手。」

據了解，美國小學過去上體育課也跟台灣一樣，以培養技能及體能為主，好像在訓練選手，不斷在競賽中勝出。但這種教學方式並未帶來好效果，只有選手體能出色，一般青少年並未因此養成運動習慣。

美國小學體育課正在進行改革，引導學生在遊戲中愛上體育；然後達成「全民體育」目標。

金車教育基金會執行長孫慶國表示，像躲避球這種「強欺弱」的活動，美國很多小學都已禁止。

他強調：「教小朋友運動不在於要他們把球丟多遠，而是要每天有健康的運動習慣，長久下來，國民體能就會提升。」