國立臺灣體育運動大學
National Taiwan University of Physical Education and Sport
體育研究所碩士學位論文

精熟動機氣候方案在幼兒體能教學設計之研究

A Study on Preschool Physical Education Course Design Using the Mastery Motivation Climate Project

研　究　生：吳進堆　撰
指導教授：蔡俊傑　教授

中　華　民　國　１０２年　７月

論文名稱：精熟動機氣候方案在幼兒體能教學設計之研究

總頁數：70 頁

院校所組別：國立臺灣體育運動大學體育研究所人文社會組

畢業時間及提要別：101 學年度第 2 學期碩士學位論文提要

研究生：吳進堆　　指導教授：蔡俊傑博士

摘要

目的：本研究在於依據精熟動機氣候方案 6 個結構元素 TARGET（任務、自主性、確認、分組、評量、時間），設計適合於幼兒體能的教學設計。樣本：以 5 位任教 10 年以上資深幼兒體能教師為訪談對象。方法：以幼兒體能專家進行團體訪談，分為兩大步驟，第一、透過文獻分析將 TARGET 元素先讓 5 位幼兒體能教師充分了解「精熟動機氣候方案 TARGET」，編擬融入 TARGET「精熟動機氣候幼兒體能教學設計草案」。第二、再經 5 位資深幼兒體能教師進行小組訪談，經過 3 次小組討論反覆回饋方式分析，歸納「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」。結果：編擬適用於臺灣本土的「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」。結論：幼兒時期為動作學習的關鍵期，為未來發展複雜動作的基礎，精熟動機氣候 TARGET 的主要精神在於強調教師在教學設計必須營造成就的動機氣氛，強調幼兒個體的自主性，以激勵的方式鼓勵動作技巧的學習，運用回饋模式讓幼兒及教師雙方，確認學習的成效；在未來研究將此方案以實驗設計方式進行實證研究。

關鍵字：成就動機、基本動作技能、運動技巧教學

Wu, Chin-Tui(2013). A Study on Preschool Physical Education Course Design Using the Mastery Motivation Climate Project National Taiwan University of Physical Education and Sport

Abstract

Purpose: The purpose of this study was to develop a course design for preschoolers based on the 6 structural elements, including task, autonomy, recognition, grouping, evaluation, and timing. **Participants:** The participants were the five teachers who have engaged in preschool physical education for more than ten years. **Method:** A two-stage focus group interview was performed. At stage one, the authors introduced the mastery motivation climate project and its key elements to the five preschool physical education teachers and then helped the teachers develop the draft preschool physical education course design. At stage two, the five teachers were interviewed and the preschool physical education course design was formed based on three interview sessions. **Results:** A motivation climate project suitable for the Taiwanese population was developed. **Conclusions:** Preschool stage is a critical period for motor learning and is fundamental to the development of more sophisticated motion. The mastery motivation climate stresses the importance that teachers should strive to create achievement climate, to enhance autonomy for preschoolers, to encourage motion and skill learning, and to receive feedbacks

from preschoolers when designing courses so as to ensure learning outcomes. Future research endeavors should further investigate the TARGET project through the use of experimental design.

Keywords: **achievement motivation, fundamental motor, motor skill instruction**

謝　　誌

就讀國立臺灣體育運動大學研究所這二年的日子裡，讓我的學習經歷增添了許多新知識與新思維，也對於未來有了更明確的方向與目標，回想起這段學習之路縱然辛苦，但卻很豐富也很值得。

首先要特別感謝蔡俊傑教授在這段日子給予的指導，儘管教授公務繁重，依然還是會騰出時間且細心的與我討論研究，也因如此，讓我對於幼兒體能教學設計方案方面，有了更深、更廣的體認，真是感動萬分，在此特別向教授致上最高的敬意與感謝之意。

謝謝口試委員洪贊凱教授與謝振榮教授，對研究仔細的訂正與指教，並給予我許多的指引與建議，使我的論文得以更加完整且能順利完成。

此外，也要感謝研究所的導師、師長及同學們，謝謝聶喬齡導師無時無刻關心著我們，謝謝師長們無私及專業的教導，讓我們學習到更廣度的知識，而同學們彼此間相互的關懷與鼓勵，一路走來，處處充滿著溫馨與美好的回憶。

最後更要感謝我的家人，由於你們的包容、體諒與支持，才能讓我在無後顧之憂的情況下，得以全心全意的投入研究，並且順利的完成學業。

進堆謹誌

中華民國 102 年 7 月

目　　錄

中文摘要 …… Ⅰ
英文摘要 …… Ⅱ
謝誌 …… Ⅳ
目錄 …… Ⅴ
表目錄 …… Ⅶ
圖目錄 …… Ⅷ

第一章　緒論 …… 1
　第一節　研究動機 …… 1
　第二節　研究目的 …… 4
　第三節　研究範圍 …… 5
　第四節　研究限制 …… 5
　第五節　解釋名詞 …… 6

第二章　文獻探討 …… 8
　第一節　成就動機理論的介紹 …… 8
　第二節　動機氣候理論的介紹 …… 14
　第三節　精熟動機氣候方案的介紹 …… 16
　第四節　文獻探討對本研究的啟示 …… 18

第三章　研究方法 …… 19
　第一節　研究架構 …… 19
　第二節　研究方法 …… 21
　第三節　研究工具 …… 23

第四節　研究情境 ····· 26
第四章　結果與討論 ····· 30
第一節　TARGET 的結果與紀錄 ····· 30
第二節　「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」 ····· 39
第三節　「精熟動機氣候幼兒體能教學課程」規劃 ····· 40
第四節　「精熟動機氣候幼兒體能教學課程範例」 ····· 41
第五節　「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」課程教學範例 ····· 45

第五章　結論與建議 ····· 56
第一節　結論 ····· 56
第二節　建議 ····· 59

參考文獻 ····· 61
中文部分 ····· 61
英文部分 ····· 64

表目錄

表一　成就動機定義彙整表 …… 8
表二　「精熟動機氣候方案」TARGET 六大元素摘要表 ‥17
表三　「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」 ……46
表四　「精熟動機氣候幼兒體能課程表」 ……47
表五　「精熟動機氣候幼兒體能教學課程學習單」 ……54

圖 目 錄

圖 3-1　研 究 架 構 圖 ····· 21

圖 3-2　訪 談 場 地 ····· 27

圖 3-3　課 程 實 施 場 地 ····· 27

第一章　緒論

本章共分為六節，包含本研究之動機、目的及範圍，並提出研究限制及相關名詞解釋。

第一節　研究動機

臺灣現代家庭因少子化的關係，父母常會因此而過度的疼愛孩子、保護孩子或為孩子做得太多，導致孩子失去了許多學習與成長的機會，這也使得孩子在缺乏學習與探索的環境下，無法獲得適當的成長與發展。當在這種環境下成長的孩子進入幼兒園時，難免就會產生學習上的困難與阻礙，相對的也增加了幼教師在教導上的負擔，這種現象在「動作技能」方面是格外的明顯。「動作技能」是幼兒一切學習的基礎，因此，現代的幼兒園已經不能只有單一托育的功能而已，對於學習課程的安排及規劃上，也必需要能夠符合現代幼兒的發展情況，尤其是在「動作技能」方面的學習。如何才能有效的幫助幼兒學習與發展，避免孩子錯過了學習和成長的最佳時機，這也使得幼兒園必需擔負起更重的教養責任。本研究所指的幼兒，是依據2011年6月29日公佈的《幼兒教育及照顧法》幼兒是指「二歲以上至入國民小學前之人。」

以下依幼兒動作方案之臺灣現況及外國文獻分述之。

壹、臺灣現況

依目前臺灣現況來看，幼兒園對於幼兒動作方案的實施可分為「自由學習」和「指導學習」二種方式，以下分述之。

一、自由學習

自由學習的方式是幼兒園利用下課時間及固定或非固定

時間，讓幼兒以自由探索和自由玩耍的方式來學習動作技能。這種學習方式是由班級教師帶領幼兒至幼兒園的遊樂設施區域，讓幼兒以自己遊玩的方式學習動作技能，而班級教師都只是在一旁留意幼兒的安全而已，並沒有任何有關動作技巧方面的指導與學習，因此並無法產生任何的學習效果。許多學齡前幼兒可能無法從自己玩、自己學習的過程中，獲得到適當的運動經驗，更大的風險是會導致他們的運動技能發育遲緩(Robinson, 2011)。

二、指導學習

指導學習的方式則是幼兒園規劃固定時間，以聘請的方式，安排幼兒體能教師至幼兒園進行幼兒體能課程教學，由幼兒體能教師負責指導「幼兒動作技能」的操作與學習。此種指導學習的方式較有學習目標與學習計畫，且也較能夠有效的增進「幼兒動作技能」的學習效益。指導學習的方式較能引起幼兒主動參與的動機，而主動參與的幼兒對於動作技能的學習會更加努力、更有學習效果。(Deci & Ryan, 1985) 動機是有效學習的關鍵之一。幼兒動作技能在指導學習方式的過程中，其動作技能是先經由指導者的講解與示範，讓幼兒獲得基本的動作技能認知之後，才讓幼兒進行動作技能的操作與學習，此種學習方式是「指導學習」優於「自由學習」的主要因素。幼兒在面對完全陌生的動作時，孩子們所要獲得的只是一般的動作認知(Gentile, 1972)。

貳、外國文獻

幼兒所從事的運動遊戲，大部份都是以大肌肉為主（臺灣幼兒教育百科辭典，2001）。以基礎動作技巧和運動內容及與

健康相關的體適能觀點來看，欲達到體能教育目標的方法，必需包括如何、在何地、與何人、運用何物等執行爬、滾、走、跑、跳、追趕及投擲等動作技巧(Ignico, 1994)。爬、滾、走、跑、跳、追趕和投擲等基本動作技能，是幼兒發展更高動作技巧的重要基礎(Clark & Metcalfe, 2002)。幼兒必需要能夠具備這些相關技能，才能學習動作技巧與探索環境。動作技巧必需透過指導與操作，才能獲得成長與發展(Robinson & Goodway, 2009)。

在人類生命的早期階段，基本運動技能的發展非常重要，3-5歲之間的幼兒，必需培養基本的運動技能，以便日後才能學習更複雜的運動技巧及從事日常生活和需要體力的活動(U. S. National Association for Sport and Physical Education, 2009)。幼兒園對於幼兒動作技能的學習方案，必需採取有目標、有計劃、有發展和有教學的方式，才能提供幼兒學習的機會，而不能光只是讓幼兒在下課時間以自己玩的方式學習動作技能，這種學習方式並無法達到顯著的效果，最好的做法是要結合基本的運動技能與技巧指導，才是最有效率的學習方法(Robinson, 2011)。幼兒階段所要學習的動作技能，必需以幼兒所應具備的目標技能為主，動作技能亦是幼兒適應與探索環境所應具備的基本能力，指導者欲幫助幼兒學習動作技能之前，對於動作技能學習方案的規劃，須著重在於如何讓幼兒在不同的情境中學習與表現動作技能。規劃設計動作方案課程的架構應以安全、創新和有趣為主軸，並且兼具生活化、故事化及新鮮化才能符合幼兒的發展特性(Garcia, 1994)。因此，幼兒園與指導員在規劃及實施幼兒動作方案之前，除了必需考慮幼兒的個別差異性之外，也應將幼兒的目標技能及學習方法一併

納入考量，讓幼兒能在適切的動作方案中學習有關的動作技能，並且能獲得良好的學習與發展。

綜合上述之因素及研究者本身亦是幼兒體能課程教師的關係，因而對於幼兒動作技能發展方面感觸特別的深。研究者本身從事幼兒體能課程教學工作已 20 多年，對照臺灣以往和現代的幼兒，其在動作技能方面的發展已大不如前，有些孩子甚至有發展遲緩的現象，相對的也一併影響到其它各方面的學習，且這種情況有越來越嚴重的趨勢，因而激起研究者做此研究的動機，在研究者本身亦是實際情境教學者的情況下，希望能藉此研究探討 Robinson(2011)精熟動機氣候方案 6 個結構元素：任務(task)、自主性(authority)、確認(recognition)、分組(grouping)、評量(evaluation)、時間(time)簡稱為 TARGET 對幼兒在目標控制技能方面的學習效益。運用文獻探討的方式，敘述精熟動機氣候方案 6 個結構元素 TARGET 對幼兒在動作技能學習方面所造成的影響，進而編擬適用於臺灣本土的「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」，並提供給幼兒園及指導員有關幼兒體能教學設計上的一些建議，使幼兒動作技巧能在規劃適切的動作方案中，獲得適當的啟發與發展。

第二節　研究目的

本研究旨在探討精熟動機氣候方案 6 個結構元素 TARGET（任務、自主性、確認、分組、評量、時間）對幼兒動作技能學習與發展之關係，並且建構一套適合臺灣本土幼兒動作技能學習之「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」。研究目的分述如下：

一、精熟動機氣候方案 6 個結構元素 TARGET 包含哪些？

二、成就動機與幼兒體能教學之關聯性為何？

三、動機氣候對幼兒體能教學之影響為何？

四、臺灣本土之「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」之適用性為何？

第三節　研究範圍

本研究範圍為台中市 5 位從事幼兒體能教學的幼兒體能教師，旨在探討「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」對於幼兒動作技能學習與發展之影響。

壹、研究樣本

本研究樣本是以台中市愛林、奧克蘭、英格蘭、吉瑞福與歐森 5 所幼兒園之 5 位從事幼兒體能教學經驗超過 10 年的幼兒體能教師，並以行動研究檢視研究者所擬定之「精熟動機氣候幼兒體能教學設計草案」的適合度 。

貳、研究變項

本研究旨在了解幼兒動作技能方案實施之現況與分析幼兒動作技能方案之適合度，藉此進一步的探究「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」對幼兒動作技能學習與發展之影響。

第四節　研究限制

本研究無論是在研究過程或是在研究方法上都是力求嚴謹，但仍會有一些外在條件是研究者難以控制的研究限制，如以下 4 點：

一、研究方法的限制

本研究採行動研究為研究方法，研究是者透過觀察、訪談與資料蒐集分析，由於研究者本身是觀察者、訪談者也是教學者，故研究者對自我之觀察必定無法完備，因此，研究者將本身所擬定的「精熟動機氣候幼兒體能教學設計草案」，經訪談 5 位從事幼兒體能教學超過 10 年以上之幼兒體能教師且逐次討論過後，再擬定為「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」，並以實際情境作課程實施，且將訪談及教學過程進行記錄與錄影，以補不足之處。

二、取樣的限制

本研究只針對台中市 5 所幼兒園之體能教師採立意取樣方式，透過幼兒體能課程教學與觀察研究，蒐集相關觀資訊及分析結果是否能推論於其他之幼兒園仍有待檢驗。

三、受訪者的限制

本研究分別訪談 5 位從事幼兒體能課程教學超過 10 年的幼兒體能教師，由於訪談是以個人陳述的方式進行，故假設受訪者皆為真實回答。

四、觀察的限制

由於本研究所觀察的為幼兒園體能教師之現況，其對幼兒體能課程的實施時間為一星期一次，且所觀察之幼兒園分布於台中市各區域，因而研究者在觀察時間及次數上皆受到限制。

第五節　解釋名詞

壹、幼兒(children)

本研究所指的幼兒，是依據 2011 年 6 月 29 日公佈的《幼

兒教育及照顧法》幼兒是指「二歲以上至入國民小學前之人。」

貳、成就動機（achievement motivation）

Murray(1938)個體想要儘快的去克服困難、完成工作並且超越他人。

參、動機氣候（motivational climate)

蔡俊傑、蔡文勝（2011）指個體在追求成就情境下、行為的目標主要在展現高能力或避免展現低能力，個體在不同的成就情境中，所知覺或追求的成就目標如何與學習歷程產生互動，並進而去解釋人的成就動機。

肆、精熟動機氣候（Mastery motivational climate, MMC）

精熟動機氣候（Mastery motivational climate, MMC）方案是 Ames(1992) 根據 Epstein(1988)6 個層次所設計的教學方案，此 6 個層次分為任務(task)、自主性(authority)、確認(recognition)、分組(grouping)、評量(evaluation)、時間(time)簡稱為 TARGET。

第二章　文獻探討

本章共分為四節，成就動機理論的介紹、動機氣候理論的介紹、精熟動機氣候方案的介紹及文獻探討對本研究的啟示，茲分述如下：

第一節　成就動機理論的介紹

成就動機的概念最早是由(Murray, 1938)所提出的人類二十項基本需求中的成就需求。當時 Murray 為了探究人類的基本需求，運用主題統覺測驗(Thematic Apperception Test, TAT)的方法先定義出人格理論之後，從中再加以辨識出的成就需求即是成就動機。Murray 並且假設因每個人對於成就需求的程度都會有所不同，因此每個人所設定的目標及表現的程度也會有所差別。另外，Helmreich & Spence(1978)綜合了過去學者對於成就動機所提出的看法之後認為，成就動機乃是個體為了力求完美表現，會勇於面對挑戰、不會害怕失敗和加倍努力希望能夠超越他人。

壹、成就動機的定義

自從 1938 年 Murray 提出成就動機的概念之後，陸陸續續便有許多相關性的研究相繼提出不同的見解與看法。有關國內外學者對成就動機所提出的定義，本研究彙整如表一。

表一、成就動機定義彙整表

研究學者	成就動機定義
Murray(1938)	個體想要儘快的去克服困難、完成工作並

	且超越他人。
McClelland(1953)	個人想挑戰並超越自己能力的一種欲望。
Atkinson & Feather(1966)	個體想要超越自己內在完美標準的一種慾望。
Arkoff(1968)	個人想要克服阻礙、完成困難工作，會具有努力以求勝過他人的意志。
McClelland & Winter(1969)	希望自己能夠表現傑出、努力追求進步與完美的一種慾望。
Korman(1971)	想要超越某種行為的慾望。
Webber(1975)	個體能由努力從事活動及結果中，獲得心理上的滿足感。
Helmreich & Spence(1978)	個體傾向勇於面對困難挑戰、努力工作想要超越他人及不怕成功後可能造成的負面影響。
楊國樞(1982)	個人挑戰自己內在或外在標準。挑戰自己內在標準是自我取向的成就動機；挑戰外在標準則是他人取向的成就動機。
Atkinson(1983)	自己決定挑戰層級、努力程度和成功與避免失敗的重要因素。
McClelland(1985)	從事自己覺得重要或有價值的工作，並且會認真努力以求完美的一種內在驅力。
佘安邦(1989)	敘述個體行為發生的原因或理由的一種假設。
吳秉恩(1993)	個人追求責任、挑戰及自我實現之程度，成就動機高者，為了希望能達到最好的標準，因而會加倍努力克服一切困難，不管

	最後是成功或失敗也都能夠接受。成就動機較低者則相反之。
徐鶯娟(1995)	不管是為了自己或他人，個體都會表現出勇於面對困難、努力工作，以求成功和超越別人的需求與慾望。
曾陽聰(1995)	決定個人成就、努力程度的內在動力，能使個體為了達成目標而付諸努力。
林秀燕(1996)	當個體面對自己覺得重要且有價值的工作時，能增進個體努力工作、克服困難與追求成功的需求和慾望的一種內在推力。
Elliot(1999)	用心的去做某件事，也是認知、行為及能力的指標。
劉修靜(1999)	使個體完全投入於某一件事情當中，是一種克服困難以求成功的內在驅力。
杜新偉(1999)	自我對事情力求完美的期許，希望獲得更高成就的一種內在趨力，並且也會影響個人的行為表現。
張春興(2000)	個人在面對自認為重要或有價值的工作時，願意付諸努力，以求能夠達到完美境界的一種內在心理歷程。
邱奕光(2002)	個體本身將工作視為是重要性或有價值性的，因而不怕困難、力求達成目標，並且希望能從中獲得成就的一種心理動力。
葉國華(2002)	一種具有穩定、持久並力求成就目標狀態的人格特質。
吳文榮(2002)	是驅使個體在工作和學習上努力追求成

	功的內在動力，亦是一種重要的社會動機。
樓欣美(2003)	是一種力求超越他人、追求成就目標和成功的慾望，希望達到更高成就的一種內在心理趨力。
林士翔(2003)	個體對於自認為有價值、有意義的活動時，不會擔心失敗，會為了追求成功而全力以赴，並且達成活動目標的一種內在推動力，亦是一種影響個體成就表現及努力程度的驅力。
林美鳳(2005)	是個人成就表現及努力程度的一種心理動力，使個體能持久而穩定的追求成就目標，且會影響個人的學習與行為表現。
羅新興、周慧珍(2006)	社會取向成就動機高的個體會渴望得到他人肯定；自我取向成就動機高的個體會追求自我挑戰。

資料來源：研究者整理

貳、成就動機理論

McClelland(1953)將人類的需求區分成就需求、權力需求和歸屬需求三種。研究結果顯示，成就動機是個體在追求成功的一種成就感而不是在追求報酬。因此，當個體完成某項工作時，其在意的是所獲得的內在滿足勝於外在的回饋，且對於事情的成功與失敗，會認為是自己付出努力的結果，而不是靠運氣或機運。McClelland認為個體如有過好的成就情境經驗，就會更積極想要獲取成就；相反的，如果曾有失敗經驗的打擊，

則會產生對失敗的恐懼感及避免失敗的動機。成就動機既然是經由學習而來的，當然也可以利用訓練的方法來提高它(McClelland et al, 1976)。McClelland運用Murrary發展的TAT主題統覺測驗進行成就動機的研究後發現，高成就動機者為了追求完美，會把工作做到完美境界、為了力求成功，勇於冒險及面對困難，重視工作的回饋，並從成敗的過程中吸取經驗。

Atkinson(1957)將成就動機理論融入了期望價值理論(expectancy value theory)的概念，Atkinson認為當個人在選擇或從事工作的挑戰時，會出現追求成功(the tendency to approach success)和避免失敗(the tendency to avoid failure)兩種心理動機。換句話說，個體的行為表現會受到當時所面臨的情境所影響，假使追求成功的趨向是大於失敗的趨向，那麼個體將會選擇避免失敗而趨向追求成功。成就必需包含：要達成目標的動機、對成功的期望及誘因的吸引力等三要件(Atkinson, 1983)。

Nicholls(1984)所提出的工作取向(task orientation)和自我取向(ego orientation)。Elliot & Dweck(1988)所提出的學習目標(learning goal)和表現目標(performance goal)。皆是以目標取向來定義成就動機。當個體的成就動機是以工作取向和學習目標時，個體會積極努力的從事學習新技巧，力求本身的學習能更為精熟，並且能自我參照，以檢討本身的知識是否獲得精進。而當個體的動機是以自我取向和表現目標時，個體會呈現出喜歡表現及證明自己的能力，也因此會在花比別人更少的努力而成功時，才會覺得自己是成功的。

Weiner(1989)認為動機與個人的性格並無關聯性，動機只是刺激事件與個人行為表現之間的作用而已，而刺激事件也是

影響個體動機強弱的因素之一。Weiner 同時也指出，高成就動機的人認為成功是因為有高能力或高努力，而失敗是因為缺乏努力。

DeVos(1973)認為成就動機會因文化背景的不同而有所差異。而Maehr & Nicholls(1980)也指出成就的意義與成敗的觀念等，會因文化不同而有所差異。余安邦與楊國樞(1987)兩位學者則是以文化生態學的觀點來解釋成就動機，他們認為成就動機是具有多向度與內涵的，而其內涵與特徵是會因社會文化的差異而所有所不同，因而提出個體取向成就動機與社會取向成就動機兩種概念。余安邦與楊國樞並從實証的研究中發現，個體取向成就動機和社會取向成就動機是屬於兩種相互獨立的心理建構(余安邦，1990；余安邦、楊國樞，1987)。余安邦與楊國樞認為社會取向成就動機是個人想要超越他人或群體所定的目標或優秀標準的一種動態心理傾向，而此種傾向常見於中國和日本等東方人的社會中。個體取向成就動機是個人想要超越自己所決定的目標或優秀標準的動態心理傾向，此種傾向較常見於西方個人主義的社會文化中；且個人對行為傾向和行為結果的評價，也都是由自己本身所決定(邱奕光，2002)。

第二節 動機氣候理論的介紹

動機氣候（motivational climate）理論運用在體育運動方面相當廣泛，例如：體育教學（劉義群，2004）、教練領導（陳其昌，1997）等；動機氣候理論源自於成就目標理論(achievement goal theory)，成就動機理論是以社會—認知架構(social-cognitive framework)為核心，強調個體在成就情境中所知覺或追隨的成就目標，如何與學習歷程產生互動(Ames, 1992)；蔡俊傑、蔡文勝（2011）指個體在追求成就情境下、行為的目標主要在展現高能力或避免展現低能力，個體在不同的成就情境中，所知覺或追求的成就目標如何與學習歷程產生互動，並進而去解釋人的成就動機。動機氣候會隨著個體所強調之目的不同而改變，所創造出來的環境氛圍也會有所差異性。個體會透過兩種不同的觀點來判斷自己能力的高低，一種是個體採用自我參照的成功概念，透過發展或掌控新技能，付出最大的努力，改善提升自我的表現，稱之為「工作取向」(task orientation)；另一種是個體透過社會比較的成功概念，以超越他人或是付出最少的努力達到與他人相等，証明自己的能力，稱之為「自我取向」(ego orientation)(Nicholls, 1989)。換言之，工作取向動機氣候主要強調自我學習與增進技巧，自我取向動機氣候主要強調超越或打敗他人（蔡俊傑、蔡文勝，2011）。但亦有學者將動機氣候區分為精熟目標(mastery goal)及表現目標(performance goal)，精熟取向與工作取向相同，而表現取向與自我取向相同。

經由研究顯示，成人及同儕所塑造的動機氣候，也會對孩童的動機造成影響(Carr & Weigand, 2001)。Carr, Weigand, and Jones(2000)以同儕、父母、老師與運動英雄是否會影響孩子的

體育和運動成就進行研究，結果顯示成人與同儕兩者所創造的氣候，可能對幼兒的目標取向、內在動機和自覺身體能力有所影響。Horn and Weiss(1991)、Weigand et al. (2001)指出，十歲以下的孩童喜好以成人給予的回饋來評估自己的能力表現；而在幼兒晚期或青少年早期階段，會轉為以同儕間的比較與回饋來肯定自己的能力。

綜合上述研究，在知覺同儕動機氣候下，會減輕壓力、更努力表現、較不易產生倦怠、會享受運動、會提升自我價值、較正向的同儕關係和較高的運動友誼以及較高的團隊成功；而在知覺同儕自我涉入氣候時，則相反之。另外，有關知覺同儕動機氣候與運動友誼以及運動團隊適應的相關性研究，以下分別簡述之。

壹、知覺同儕動機氣候與運動友誼

Rubin, Bukowski , and Parker(1998)認為幼兒或青少年在與同儕互動時，會有提升社會技巧、促進瞭解自我及提供情感支持的功能，例如會獲得互惠與合作的經驗、藉由協商或妥協的方式來維持友誼。Parker and Asher(1987)的研究指出，幼兒具有高正向的友誼與低負向的友誼，這表示幼兒擁有良好的同儕關係。依此論點可看出，幼兒友誼品質的高低可能會影響其在同儕團體裡的關係。而當幼兒的友誼的品質愈高時，幼兒與同儕間相互支持度也就愈高，也代表幼兒與同儕之間的關係愈是良好（徐瑞玉、盧俊宏，2001）。

貳、知覺同儕動機氣候與運動團隊適應

李啟瑞、陳益祥（2008）綜合過去的文獻指出，在幼兒階

段至青少年時期，個體與同儕之間關係，是個人發展出社會化的重要歷程，且同儕之間的互動關係，也會影響青少年在心理認知、情緒調節、身體活動及社會適應等方面的發展，因此，同儕互動是社會關係重要的一環。Hartup(1996)對友誼和發展的重要性的研究中指出，友誼在塑造幼兒發展上是極為重要的角色，Hartup認為友誼不但能滿足幼兒階段的親密需求，還能增進人際關係，並且對於幼兒認知、心理適應及社會發展方面皆有其助益。

第三節　精熟動機氣候方案的介紹

精熟動機氣候（Mastery motivational climate, MMC）方案是 Ames(1992)根據 Epstein(1988)6 個層次所設計的教學方案，此 6 個層次分為任務(task)、自主性(authority)、確認(recognition)、分組(grouping)、評量(evaluation)、時間(time)簡稱為 TARGET，TARGET 各層面細部工作，許多學者在不同情境下依據不同的科目領域各有不同的研究(Epstein, 1988; Robinson & Goodway, 2009; Robinson et al., 2009)。精熟動機氣候方案在教學上適用於各年齡層次，在許多的教學研究上精熟動機氣候方案，對於學生的學習效果都有正面的影響效果(Solmon, 1996; Treasure & Roberts, 2001)。特別在幼兒的動作學習(Martin, Rudisill, & Hastie, 2009; Robinson & Goodway, 2009; Valentini & Rudisill, 2004)，精熟動機氣候方案對於幼兒的動作學習有良好的效果。Robinson and Goodway(2009)、Robinson et al. (2009)研究將幼稚園學生分為「精熟氣候組」與「低自主性組」以精熟動機氣候方案介入實驗教學，研究發現「精熟氣候組」在目標控制(object control, OC)、自覺身體

能力(perceived physical competence, PPC)均明顯優於「低自主性組」，Robinson(2011)為求精熟動機氣候方案介入的有效性，繼續將此研究再次實驗，所得結果仍是「精熟氣候組」在目標控制(object control, OC)、自覺身體能力(perceived physical competence, PPC)均明顯優於「低自主性組」。另外，自覺身體能力對於幼兒的動作技能學習與發展，也具有相當重要的關連性，自覺身體能力是人的身體感知能力，身體感知能力較高的幼兒，會具有較高的自信心、較勇於挑戰自己的能力，並且能享受學習動作技能的過程。自覺身體能力也是激勵年輕者學習的動力關鍵(Robinson, Rudisill, & Goodway, 2009; Valentini & Rudisill, 2004)。

表二、「精熟動機氣候方案」TARGET 六大元素摘要表

Task （任務）	1.每項的器材設置與發展適當活動，皆由教師規劃。 2.每項均為多元任務的設計，學生可以在每項中，從多種方式自由探索與任務表現。 3.每項均融入不同的挑戰層級（每項動作時段、共有兩項目標控制(OC, object control)技巧，分為 3 個難度層級與共有 6 個活動可供選擇）。
Authority （自主性）	1.學生有參與建立適當行為規則的機會。 2.學生有成為領導角色的機會。 3.學生有獨立選擇活動和挑戰層級的自由。 4.教師幫助學生學習，學生決定學習過程。 5.學生自己決定選擇所要進行的活動項目、要停留多久以及和誰一起操作。
Recognition （確認）	1.確認學生個人每天的努力、學習成就和修正。
Grouping	1.學生可自己分組選擇和執行，可以在不同的

（分組）	小組、與同儕或個人獨自執行。 2.整個操作過程的分組並沒有硬性規定。
Evaluation （評量）	1.表現的知識與結果，均在各項活動與任務。 2.教師的評量是依據學生的努力與活動過程。
Time （時間）	1.確定學生每個動作操作時間的長短（每 6 個 OC 技能的教學從 0 到 144 分鐘範圍內，共 432 分鐘的動作教學）。

資料來源：Valentini, N. C., Rudisill, M. E., & Goodway, J. D. (1999). Teaching Elementary Physical Education, *70*, 6-10.

第四節　文獻探討對本研究的啟示

美國國家體育運動協會（The National Association for Sport and Physical Education, NASPE）強調基本動作技巧在人生歷程早期的重要性，特別是學齡前的幼兒，因此本研究將學齡前的幼兒的動作技巧學習列為主要研究對象。Rudisill(2011)「TARGET」方案，將任務、自主性、確認、分組、評量與時間這六類結構要素融入動機調整方案的設計中，以建立支持精熟目標的班級環境。具體的動機調整策略如透過設計學生的學習作業、評量和表揚學生的技巧、學生在學習時的自主程度、甚至是分組的方式等管道傳達給學生。本研究擬以每次動機調整方案實施後，成員在課程回饋問卷中的反應情形，作為成員感受精熟課室目標結構程度的指標。綜合上述研究，本研究目的旨在依據精熟動機氣候方案 6 個結構元素 Rudisill(2011)TARGET（任務、自主性、確認、分組、評量、時間），編擬適用於臺灣本土之「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」。

第三章　研究方法

本研究採質化研究方法，以行動研究為取向，運用文獻蒐集分析、輔以觀察及訪談結果，研擬適合臺灣本土之「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」。本章分為第一節研究架構，第二節研究方法，第三節研究工具。

第一節 研究架構

壹、研究準備階段

本研究首先進行文獻探討，將文獻探討的結果，歸納「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案草案」；其次將「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案草案」與 5 所幼兒園之資深幼兒體能教師進行小組訪談，訪談經 3 次逐項討論，經小組 5 名資深幼兒體能教師認可後定案，草案在小組訪談後分析歸納適合臺灣本土之「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」。

貳、研究實施階段

本研究實施階段為 102 年 1 月 7 日至 102 年 4 月 30 日，以分析歸納適合臺灣本土之「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」，進行實際情境之課程教學活動，以台中市早稻田幼兒園大班之幼兒為課程教學實施對象，並將整個課程實施過程，以錄影、錄音及拍照的方式進行紀錄，依此作為「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」之依據。

參、資料分析階段

綜合上述階段之文獻蒐集、課程錄影紀錄及訪談錄影紀

錄，再依據逐字紀錄稿整理分析。小組第二次討論時，會將第一次的結論分送 5 位資深幼兒體能教師再行確認；第三次討論時，會將第二次的結論分送 5 位資深幼兒體能教師再行確認，如此循環達成結論。

肆、論文撰寫階段

本研究採文獻資料蒐集，以行動研究為取向，輔以觀察及訪談的方式，在過程中進行相關資料的蒐集與分析，再施以實際情境之課程教學，最後進行研究報告的撰寫。

以下為本研究之研究架構（圖 3-1）

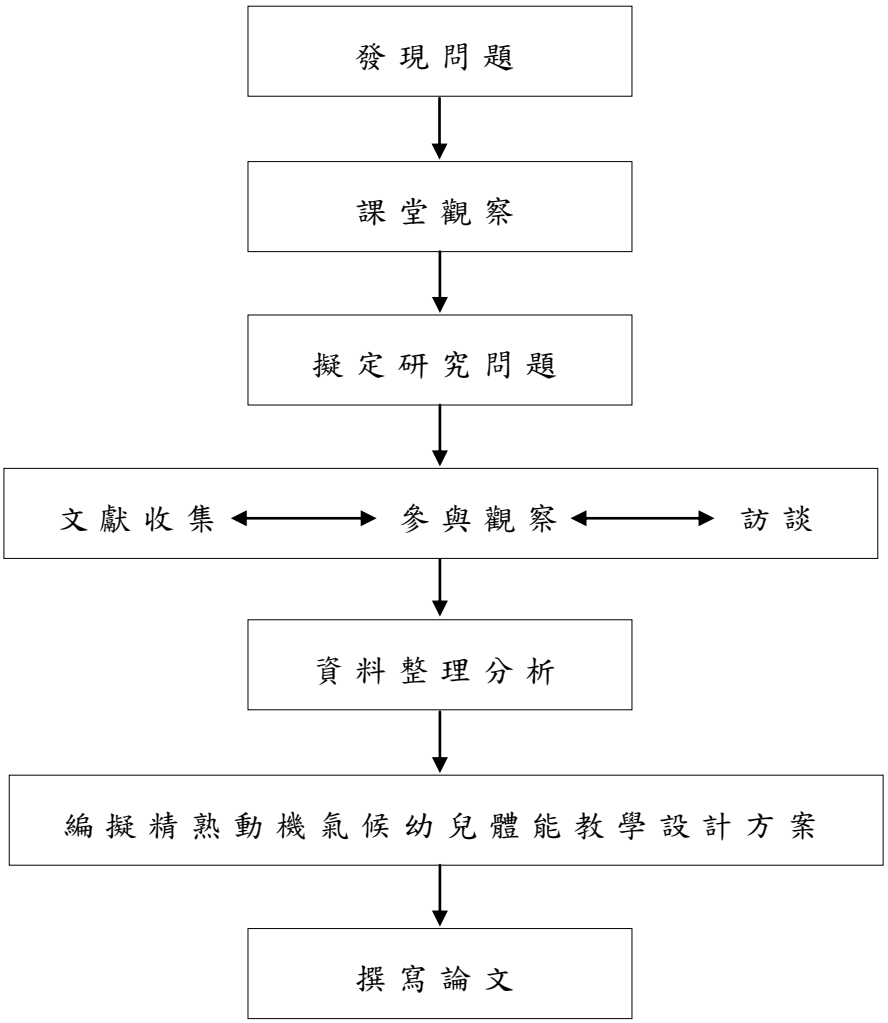

圖 3-1 研究架構圖

第二節　研究方法

本研究是採質化研究方法，以文獻蒐集、行動研究及觀察與訪談研究方式，進行資料的分析與整理。

壹、研究對象

本研究以文獻探討法、配合實地訪談，文獻探討以近年國內外文獻為主；而實地訪談是以臺中市 5 所幼兒園之資深幼兒

體教師為訪談對象；訪談對象均在幼兒園授課超過 10 年以上的資深幼兒體能教師。

貳、研究步驟

本研究分為二個研究步驟：

步驟一、透過文獻分析將 TARGET 翻譯為中文，並將(Valentini, Rudisill, & Goodway, 1999)TARGET 內容元素 6 元素所具備的要項，先讓 5 位幼兒體能教師充分了解「精熟動機氣候方案 TARGET」之後，再編擬融入 TARGET 之「精熟動機氣候幼兒體能教學設計草案」。

步驟二、分為 3 次小組討論，每次均將「精熟動機氣候幼兒體能教學設計草案」逐項討論，經 5 位資深幼兒體能教師進行小組訪談，交互式的討論。經過 3 次小組討論反覆回饋方式分析，歸納「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」。

參、行動研究

行動研究意指實務工作者對自己在工作上所遭遇的問題進行研究，所以實務工作者本身是研究者也是參與者。在行動研究的過程中，實務工作者是以實際行動的方式進行研究，並且以反覆檢視及修正的方式，研擬出能夠解決問題的方法。實務工作者在本身的實際工作情境中進行研究活動，對其實務工作方法上能夠提供一些助益，則實務工作者亦是研究者(Stenhouse, 1975)。行動研究所重視的不只是實務問題的解決及行動能力的培養，更重視於批判反省思考能力的培養，以增長實務之實踐智慧，並建立實務與理論的共同實踐，且縮短理論與實務的差距，以減少行動與研究之間的差異（蔡清田，

2000)。行動研究法為研究（知識）和行動（解決問題）結合的一種研究方式（陳伯璋，1988)。換句話說：行動研究是運用實務與理論的結合，以尋求解決問題方法的一種研究方法。

肆、參與觀察

參與觀察是用來研究人與人、人與事及生活的關係（黃瑞琴，1991）。自然觀察的方式是質化研究最常用的方式之一，而觀察在自然情境之下，可分為「參與觀察」和「非參與觀察」兩種方式。所謂參與和非參與之區別在於觀察者是否置身於他所研究的社會或團體之中（李亦園，1978；王淑俐，1991，；郭生玉，1996）。運用參與觀察的方式進行研究，能讓觀察者在較自然的情境下，以較直接及真實的方式取得完整的資料，也較能瞭解其現象，且觀察者也較不會有被人觀察的感覺，如此情況，可以降低被觀察者的反作用效果，而所得到的結果，其應用性也較高(李亦園，1978；王淑俐，1991；郭生玉，1996)。

伍、訪談

訪談是研究者運用引導的方式，與受訪者進行有目地的談話，而研究者是在觀察與訪談的過程中，蒐集受訪者所表達的語言內容，進而瞭解受訪者的內心想法。透過觀察能直接看到人們所說的及正在進行的活動或事件等外在行為，透過訪談才能瞭解人們的信念、想法、動機、判斷、態度和情緒等內在觀點(Langness, & Frank, 1981)。

第三節　研究工具

本研究所使用的研究工具包括數位工具、質的訪談、相

關文獻的收集和資料的處理與分析。

壹、數位工具

本研究所採用之數位工具為數位錄影機與數位照相機。在每一次訪談和實際實施「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」時，皆分別將過程進行全程錄影、錄音及拍照方式紀錄，以作為問題修正、解決與實施「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」課程之依據。錄影機與照相機之廠牌皆為 Panasonic，錄影機是以影像與聲音同時錄影之方式進行，而照相機則是以隨機方式拍攝。在進行訪談及實施「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」前，都預先將錄影機以腳架固定，並將錄影畫面調為全方位廣角度預作準備，待要開始進行之前，先請幼兒園教師按下錄影啟動鍵後再開始進行，同時也開始以照相機隨機拍攝。藉由錄影、錄音及拍照之紀錄，依據作為逐次討論及解決問題之觀察記錄。

貳、質的觀察與訪談

質化研究主要是採觀察、訪談及文獻蒐集分析等方式，用以建構原始資料，以形成為密集描述（thick desceription（高敬文，1999）。

一、觀察

本研究的觀察對象為5位在幼兒園教學超過10年以上之幼兒體能教師，而其工作內容與研究者的工作皆相同，因此同意讓研究者參與觀察；由於研究者佔有職場上的地利之便，所以本研究將採取密集觀察的方式蒐集資料。

二、訪談

本研究邀請了5位幼兒體能教師作為受訪者，因5位幼兒體能教師都各自在不同幼兒園從事幼兒體能課程教學工作的關係，因此研究者經由 5 位幼兒體能教師之同意，並且騰出了共同的時間，相約至早稻田幼兒園之圖書室，一起接受研究者的訪談。因 5 位受訪者與研究者皆為從事幼兒體能課程教學的工作者，因而彼此熟識已 10 多年，也因如此，受訪者在接受研究者訪談之時，就能夠以較自然及較輕鬆的方式來進行，如此研究者所獲得的語言資料也會較具完整性。

參、相關文件的收集

質性研究主要是對於其他資料之來源，進行證據檢驗以提高資料之可信度，假使發現所得的資料有互相矛盾之處時，研究者究就必須再作進一步的探究（黃瑞琴，1991）。

肆、資料的處理與分析

小組討論是以錄音、錄影做成逐字紀錄稿的方式，再依據逐字紀錄稿之內容進行整理分析。小組第二次討論時，會將第一次的結論分送 5 位資深幼兒體能教師再行確認；第三次討論時，會將第二次的結論分送 5 位資深幼兒體能教師再行確認，如此循環達成結論。

一、資料轉譯

依現場觀察所得到的資料編寫成現場筆記，並且註明訪談之人、事、物與時間和地點，為了顧及當事人的權益，人名皆以假名來做紀錄。對於正式訪談之錄影及錄音部份，會將其訪談內容轉譯為逐字稿，而非正式的訪談則是以事後回溯的方式，儘速以現場筆記做為記錄。

二、編號

運用簡單編號的區分方式，能讓研究者更容易、快速的找尋到資料，以方便資料的檢視及校對。將觀察和訪談之筆記、錄影及錄音之逐字記錄稿，依資料蒐集的日期、地點、訪談對象及方式逐一編號，例如在 2012 年 12 月 1 日於早稻田幼兒園訪談王小明老師，則將訪談所蒐集的資料用以（2012.12.01.01.01 訪談）顯示，如果是觀察則以（2012.12.01.01.01 觀察）方式顯示。

三、編碼

編碼為分析資料的主要工作，其編碼的用意是將所蒐集到的資料，依主題、焦點、取向或架構等，運用不同的編碼方式作為類別的區分，如此研究者在日後欲使用此資料時，藉由編碼區分便能更方便、更容易的取得所要的資料。

四、研究信效度

為求質化研究信效度，本人採取三角檢證法分析，由 5 位幼兒體能教師及本人逐次討論，在效度採取專家效度(均在職場任教 10 年以上）方式，在信度方法採取逐次共識的一致性討論。

第四節 研究情境

壹、研究場域

本研究場域及「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」課程之實施場地，皆安排在台中市早稻田幼兒園。訪談是在早稻田幼兒園的圖書室進行（見圖 3-2)，而「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」的課程實施，則是在早稻田幼兒園外面的

綠色廣場進行（見圖 3-3）。

（圖 3-2）

（圖 3-3）

貳、研究對象

本研究是以文獻探討法、配合實地訪談，而文獻探討是以近年來國內外之文獻為主；實地訪談之對項為臺中市 5 所幼兒園之資深幼兒體教師；訪談對象均是在幼兒園授課超過 10 年以上的資深幼兒體能教師。本研究首先進行文獻探討，並將文獻探討的結果，歸納為適合臺灣本土之「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案草案」；其次再將適合臺灣本土之「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案草案」與 5 所幼兒園之資深幼兒體能教師進行小組訪談，訪談歷經 3 次逐項討論，且經小組 5 名資深幼兒體能教師認可後定案。適合臺灣本土之「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案草案」在小組訪談後分析歸納為適合臺灣本土的「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」。小組討論時以錄音、錄影並做成逐字紀錄稿，再依據逐字紀錄稿進行整理與分析。小組第二次討論時，會將第一次的結論分送 5 位資深幼兒體能教師再行確認；第三次討論時，會將第二次的

結論分送 5 位資深幼兒體能教師再行確認，如此循環達成結論。

參、研究者扮演之角色

本研究是採取以實踐為取向之行動研究，研究者本身即是行動者、研究工具和蒐集資料的工具。而研究者是以最自然的方式來引導受訪者，使受訪者能在最輕鬆及愉快的情境下受訪。在本研究中，研究者從事幼兒體能課程教學已有20多年的時間，因此，研究者對於5位受訪者已有相當層度的認識及了解，所以當受訪者在進入研究場域時，就能大大縮短了研究對象與研究者之間的距離，且在觀察教師的部分亦相同。

肆、教學者

本研究所擬定適合臺灣本土之「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」，其實際情境的課程實施是由研究者本身擔任。以下為研究者個人資料簡述：

研究者目前就讀國立台灣體育運動大學體育研究所2年級，當研究者就讀大專時第一次接觸幼兒體能課程後，就此踏入幼兒體能課程的教學工作至今已有20多年，直到現在對這份工作依舊充滿著熱忱。在研究者從事幼兒體能教學的這段期間中，努力的研發及創作幼兒體能教材，包含有「幼兒體能課程輔助教具」、「幼兒體能韻律舞蹈專輯」，並也承辦過許多大大小小場次之「親子體能活動」。以下依序列出。

一、幼兒體能課程輔助教具

研究者所研發的幼兒體能課程輔助教具計有：充氣飛盤、充氣呼拉圈、吹氣棒、珍珠球、美式梯、半圓墊、三角海綿墊、

海盜船、海棉柱、木梯、平衡木、軟階梯、海棉蛇、方塊墊、圓繩、攀爬梯、跳墊、鬆餅、烏龜墊、組合箱、方積木、充氣甜甜圈、隧道、鬆餅及折疊桌等。

二、幼兒體能韻律舞蹈專輯

研究者所創作的「吳進堆幼兒體能韻律舞蹈專輯」，共有10張專輯CD、DVD和1張體能活動音樂CD，以及幫「鑫承科技公司」所創作的30首嬰幼兒律動歌曲CD、DVD，共計有200多首的音樂與歌曲。「吳進堆幼兒體能韻律舞蹈專輯」包含有：第1集現製輯、第2集歡樂PARTY、第3集嗨！來去GO TO給浪衝、第4集1234全家一起來、第5集快樂BBQ、第6集紅黃藍綠、第7集GIVE ME 5、第8集爆米花嘉年華、第9集夢幻遊樂園與第10集CRAZY ZOO，且此10張專輯皆有在全臺灣各縣市進行巡迴發表演出。

三、親子體能活動

主持行政院新聞局親子活動、主持台北市郵政總局親子活動、承辦小朋友巧連智快樂夏令營、承辦台中縣市幼教師休閒營、承辦台中縣親子體能美術嘉年華會、承辦文興女中學生幼兒體能實務研習、承辦青年中學學生幼兒體能實務研習、承辦僑泰中學幼保科教師幼兒體能實務研習、承辦台中縣公私立幼稚園教師幼兒體能實務研習、承辦台中市幼兒體適能博覽會親子體能活動、承辦台中縣幼兒體適能博覽會親子體能活動、承辦台中市公私立幼稚園托兒所聯合親子活動、承辦苗栗縣、市公私立幼稚園托兒所聯合親子活動、承辦台中市政府社會局早期療育概念推廣暨篩檢宣導活動幼兒闖關活動、承辦行政院勞委會職訓局中區職業訓練中心 2004 年海外華裔青年職訓之旅嘉年華會等。

第四章　結果與討論

本章依文獻探討、資料分析及訪談結果，共分為第一節 TARGET 的結果與紀錄，第二節「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」，第三節「精熟動機氣候幼兒體能教學課程」規劃，第四節「精熟動機氣候幼兒體能教學課程範例」，第五節「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」課程教學範例。

第一節　TARGET 的結果與紀錄

壹、對於「任務」的記錄

「任務」是依據目前幼兒動作技能的發展情況所設計，共有兩項的目標控制(OC, object control)技巧，每項分為 3 個動作難度層級，共有 6 個活動供幼兒自由選擇。

「幼兒體能教師在規劃幼兒體能課程之前，應先瞭解幼兒現階段的體能發展情況是有其必要性的，這樣才能夠規劃出適合幼兒學習的體能課程內容，且這樣對幼兒來說學習也才會產生效果。教師將每項動作都規劃出 3 個動作難度，兩項就有 6 個動作的難度，這對幼兒來說，就有更多的活動可以自由選擇，讓每位幼兒都能依自己本身的能力去感覺，然後再選擇自己所想要操作的活動項目來進行操作。」（2013.02.20.01.01 訪談）

「將每項動作設計出 3 個難度層級，讓幼兒自己選擇自己想要操作的項目和活動，這種學習方式能使幼兒更有自信心，當幼兒有自信時，就會以主動參與的方式來學習動作技能。因此，老師在規劃活動項目時，是否已瞭解幼兒現在的發展情況，就變成是活動設計適當與否的主要關鍵了。還有，老師在指導幼兒學習動作技巧時，

絕對不能用強迫的方式，以強迫的方式反而會造成相反的效果。」（2013.02.20.01.02 訪談）

「幼兒體能教師應善用器材的特性，設計出多元的活動項目，並將項目、難度與操作方式都讓幼兒自己選擇，這也是幼兒本身自覺身體能力的一種表現，而且讓幼兒自由選擇，也比較能引起幼兒主動參與動作技巧的操作與練習。但是在讓幼兒自由選擇活動之前，教師本身應先將動作操作的方式示範一次，讓幼兒先瞭解動作操作的方式之後，再讓幼兒選擇自己想要操作活動項目來操作。」（2013.02.20.01.03 訪談）

「體能教師在規劃器材、項目及操作難度時，一定是要以幼兒現階段的動作能力發展為基礎，才能設計出適合幼兒學習的動作技巧，這樣才會有學習的效果。但是要如何才能知道幼兒現階段的動作能力發展，唯一的方法就是只有做評量，而且每位幼兒的發展情況都會有所不一樣，所以在規劃幼兒體能課程之前，一定得先對幼做評量，才有辦法依據評量結果，設計出符合每位幼兒的體能活動內容。」（2013.02.20.01.04 訪談）

「教師要先知道幼兒目前動作發展的情況，才能安排適合幼兒學習的動作技巧，所以在設計活動項目及內容之前，應先對幼兒進行評量，再依評量出來的結果，進行活的項目的規劃與設計，這樣就能符合幼兒現階段的能力發展，才不會因動作太難或太過簡單，而失去了教學的意義。如果動作規劃得太難，幼兒就會無法進行動作的操作與練習，這樣幼兒不但會失去自信心，同時也可能會排斥動作技能的操作與學習，將來甚至可能會降低

幼兒參與其他運動的興致。如果動作是設計得太過簡單，這對幼兒來說，雖然做起來很容易，但是卻沒有挑戰性、也沒學到動作技能。」（2013.02.20.01.05 訪談）

貳、對於「自主性」的記錄

「自主性」所指的是讓幼兒有參與建立適當行為規則和成為領導角色的機會，而教師主要是在幫助幼兒學習，由幼兒自己決定學習過程，並且還能自由的選擇活動項目、挑戰層級、操作時間及和誰一起操作。

「雖然幼兒體能課程已設計了發展適當的項目及活動，但幼兒本身還是有選擇的權力，就像是在項目、活動、時間、挑戰層級及和誰一起操作方面，讓幼兒能以自由選擇的方式，自己主動的參與動作技能的操作與練習，這種學習方式會有比較好的效果。」（2013.02.20.01.01 訪談）

「幼兒在參與體能課程學習的過程中，可以有參與制定適當規則和做領導角色的機會，而教師只是在幫助幼兒學習動作技能，讓幼兒自由決定參與、選擇和操作的方式，這種自主性的學習方式，會有更好的學習效果。幼兒體能老師主要是讓幼兒知道怎麼操作動作後，自己主動的選自己喜歡的項目練習，而老師還可以從幼兒所選的項目、難度、操作時間及和誰一起操作的過程中，觀察出幼兒自覺身體能力的表現，並仔細的記錄下來，作為下次調整規劃課程內容的參考。」（2013.02.20.01.02 訪談）

「自主性主要是讓幼兒能在自己的選擇之下，以主動參

與的方式學習動作技巧，並且實際的進行操作練習，這樣就會有學習的效果。對於幼兒所要學習的項目和動作難度，體能教師都要事先規劃好活動，這樣幼兒才能選自己喜歡的項目和難度來練習，且允許幼兒可以提供動作操作的方式或決定從哪一項活動開始進行，讓幼兒自己決定要如何進行與學習。」（2013.02.20.01.03 訪談）

「在體能課程的教學過程中，雖然要讓幼兒以自主性的方式來學習動作技巧，但還是要有基本的規範才行，使幼兒必需要在規範的範圍內進行練習，不能讓幼兒自己隨便玩一玩就算了，這樣的學習方式，並不會有學習效果，必需事先規劃好適合的動作，才能讓幼兒自己選擇規劃好的動作來練習。當幼兒在進行操作練習時，體能老師也要隨時注意幼兒到底做得對不對，並且還要適時的給予正確的指導，以免幼兒是以錯誤的方式在學習動作。」（2013.02.20.01.04 訪談）

「給予幼兒在學習上的自主性，是教導幼兒最基本的教學模式，也是幼兒學習最有效的方式。自主性的學習方式對幼兒來說，比較不會有學習上的壓力，而學習起來也就比較能夠輕鬆自在，相反的，如果幼兒學習有壓力時，就會對學習產生害怕、退縮甚至恐懼的現象，這樣幼兒可能就會排斥學習，幼兒如果排斥學習，就不會有學習效果產生了。」（2013.02.20.01.05 訪談）

參、對於「確認」的記錄

確認幼兒在每天的操作過程中，其努力、學習和修正的效果，以利教師規劃課程內容。

「在進行體能課程教學時，教師必需仔細觀察幼兒操作練習的整個過程，以便確認幼兒的學習方式是否正確，才能在幼兒需要的時候給予適當的指導。當教師瞭解幼兒的學習情況之後，也要讓幼兒知道自己所操作的動作是否正確，幼兒才能將對的動作進行保留，而把錯誤的動作修改過來。」（2013.02.20.01.01 訪談）

「幼兒每次在操作動作時，教師不但要看看幼兒的動作正不正確，並且也告訴幼兒哪些是需要再修正的地方，讓幼兒清楚的知道自己在進行學習、努力和修正的方式是否正確，並切也要適時的給予幼兒鼓勵與讚美，這樣不但能激發幼兒的自信心，一併也能提高幼兒的學習興致與學習效果。」（2013.02.20.01.02 訪談）

「幼兒體能教師在進行體能課程教學時，須仔細的觀察及確認幼兒的學習情況是必要的工作，教師經過觀察及確認之後，就能掌握每位幼兒的學習情況，也才能給予幼兒適當的動作技能學習指導。但是，在體能課程實施時，如果幼兒的人數過多，教師就無法仔細觀察到每位幼兒的動作操作情況，因此，在規劃及實施幼兒體能課程時，幼兒人數的多寡，也會影響教師對幼兒的觀察及確認的準確性，相對的也會一併影響幼兒的學習效果。」（2013.02.20.01.03 訪談）

「教師在實施體能課程的過程中進行觀察，其用意是要藉由觀察的方式，確認幼兒學習動作的情況，而確認的主要目的，是要讓教師和幼兒都能夠瞭解動作的操作方式是否正確，但教師與幼兒的瞭解方式卻不相同，教師是靠自己觀察幼兒的操作方式來進行確認，幼兒則是經

由教師的告知才能知道結果。」(2013.02.20.01.04 訪談)

「確認對於幼兒動作技能學習極為重要，幼兒在操作動作技能時，其操作方式的確認是否正確，是影響幼兒動作技能學習與效果的主要因素。因此，身為幼兒體能教師，除了必需規劃出適合幼兒學習的動作方案之外，同時也要具備觀察及確認的專業能力。」(2013.02.20.01.05 訪談)

肆、對於「分組」的記錄

整個操作過程的分組並沒有硬性規定，幼兒可自由選擇以獨自、與同儕或小組的方式進行操作。

「幼兒體能課程的動作操作方式，大致上可分為獨自操作、與同儕一起操作或小組一同操作的方式，教師並不會硬性規定幼兒必需以何種操作方式來進行操作練習，但不管幼兒是選擇哪一種操作方式，同樣都會有其學習效果。因此，幼兒隨時都可以自由的選擇或變換操作方式，讓幼兒隨時都有選擇或改變動作操作方式的自由。」(2013.02.20.01.01 訪談)

「在實施幼兒體能課程操作的過程中，有些幼兒喜歡獨自一人進行操作，也幼一些幼兒會喜歡與同伴一起操作，有些幼兒則是比較喜愛以小組的方式進行操作。每位幼兒每次在選擇操作方式上，並不會永遠都以相同或固定的模式做出選擇，只要幼兒是在不會影響自己或他人學習的情況之下，並不需要對幼兒進行特別的規範或要求，讓幼兒能自由的以自己喜愛的方式，快樂的學習動作技能。」(2013.02.20.01.02 訪談)

「在幼兒體能課程的規劃中，所有項目的操作方式，全都是以自主學習的方式進行，讓幼兒選擇自己喜歡的操作方式，學習時才不會有壓力。幼兒在面對不同的學習活動時，有時會受內在或外在的因素所影響，而決定選擇或改變學習的方式，因此不能規定或強迫幼兒選擇學習方式，應讓幼兒自己做決定。」（2013.02.20.01.03 訪談）

「在實施幼兒體能課程時，有時雖然是規劃獨自一人就可以操作的活動，但幼兒還是會找同伴一起進行操作或競賽，雖然有些項目或活動的設計，必需是要以兩人或小組的方式才能進行操作時，幼兒同樣還是有選擇和誰或哪一組一起進行操作的權力。（2013.02.20.01.04 訪談）

「對於單人、雙人或小組的操作活動，幼兒都可以自由的選擇操作方式，也可以選擇和誰一起操作的自由。讓幼兒自己選擇自主學習。透過觀察發現，須以雙人或團體的方式進行學習時，人際關係良好的幼兒，大家都會爭搶要與他一起操作，而人際關係較弱的幼兒，往往顯少有人願意與他一同操作，在這種情況下，也讓幼兒學習到該如何善用社交能力。」（2013.02.20.01.05 訪談）

伍、對於「評量」的記錄

教師依據幼兒操作時的能力表現進行確認與評量，評量的項目包含：目標控制技巧、PPC 身體自覺能力、活動項目、動作難度層級、器材、分組及時間等。

「評量是幼兒體能課程每次所必需執行的工作，透過評量才能瞭解幼兒的學習效果，並且依評量所得的結果，

適時的調整下一次的課程內容，更能有效的幫助幼兒學習運動技巧。如此看來，評量救顯得非常重要。評量是為了要獲得準確的結果，因此在評量時，體能教室必需善用一些器材及方法，才能有效的吸引幼兒參與評量。」（2013.02.20.01.01 訪談）

「因每位幼兒在體能上的發展都會有所不同的關係，因此在操作能力上的表現也會不一樣，所以必需藉由評量的方式，才能知道每一位幼兒的發展情況，並且規劃出適合的課程。目前並還沒有適合臺灣本土幼兒的一套評量標準，所以說，幼兒體能教師對幼兒所實施的評量方式，皆是參考國外文獻或是由幼兒體能教師自己自創的評量方法，因此所評量出來的結果，其準確性也不高。」（2013.02.20.01.02 訪談）

「教師在實施幼兒體能課程之前，如果沒有先對幼兒進行動作發展評量，當然就無法設計出適合幼兒學習動作技巧的課程內容，唯有仔細的評量出結果，才能設計出適當的學習活動。幼兒體能發展評量是規劃幼兒體能課程的重要依據，並且也能呈現出幼兒動作技能學習的成果，因此，評量對幼兒動作技能學習是最為重要的。」（2013.02.20.01.03 訪談）

「在規劃幼兒體能課程之前，得先對幼兒實施幼兒體能評量，因為有了評量結果之後，就能依評量結果來規劃幼兒體能課程的內容，並且在每一次課程實施時也要持續的觀察、確認和記錄，才能掌握幼兒學習和發展情況。在對幼兒實施評量時，評量的方式也很重要，老師必需用心規劃出活潑有趣的評量方式，才能吸引幼兒參與評

量，讓幼兒在愉悅的氣氛中，努力的操作評量項目，其所評量出來的結果會較為準確，反之則會降低準確性。」（2013.02.20.01.04 訪談）

「透過幼兒體能發展評量，雖然可以大約瞭解幼兒現階段動作技能的發展情況，但一、二次的評結果，還是僅能作為參考而已，因幼兒在進行體能發展評量時，有時可能會因生理或心理等因素，而影響到幼兒的動作能力表現，必須要經過長期的觀察、多次的評量之後，才會有更高的準確性。」（2013.02.20.01.05 訪談）

陸、對於「時間」的記錄

確定幼兒在每項活動的操作時間長短，並且規範及限制動作操作時間，避免幼兒停留過久或一直重複操作該項活動（每 6 個 OC 技能的教學從 0 到 144 分鐘範圍內，共 432 分鐘的動作教學）。

「對於幼兒操作動作的時間必須要有所限制，這樣幼兒才不會因一再的重複操作相同的動作，進而影響到下一個動作技能的操作與學習。當幼兒面對自己所喜愛的活動時，常常都會一直反覆的操作該項活動，所以必需限定每項活動的操作時間。確認時間不但可以避免相同的動作操作過久，同時也可從中觀察出幼兒的學習能力與學習效果，這對於往後在規劃體能課程方案時，就能依據觀察的結果來設計。」（2013.02.20.01.01 訪談）

「假使幼兒對於該項已經熟練，但卻還一直反覆的操作時，教師應引導及鼓勵幼兒挑戰較難的技巧，才不會一直將時間花費在已能完全掌控的動作技能上，讓幼兒有

機會嘗試學習更高的動作技巧。所以在實施體能課程操作時，對於各項活動的操作時間，還是必須要有所規範才行，這樣才能限制幼兒在規範的時間內完成動作的練習，同時也可以讓幼兒學習遵守遊戲規則與生活常規。」（2013.02.20.01.02 訪談）

「規範幼兒需在時間內完成動作的操作與練習，不能以放任的方式讓幼兒自由的去操作與學習，放任式的學習方式，對幼兒的動作技能學習並沒有幫助。限制幼兒的操作時間，除了能使規劃的課程得以順利實施之外，也能培養幼兒遵守時間觀念。」（2013.02.20.01.03 訪談）

「同樣的動作如果一再的反覆操作或操作時間過長，幼兒會漸漸的失去專注力，有時也會降低學習興致。控制幼兒動作操作練習的時間，在規範的有限時間內，幼兒就會把握時間、認真努力的學習動作技能，以免因時間太過攏長而失去學習的興趣與耐性。」(2013.02.20.01.04 訪談）

「幼兒體能教師在規劃體能課程活動時，就都已預定了每項動作的操作練習時間，一方面是為了讓幼兒有足夠的時間做練習，另一方面也是限定幼兒必須在規定的時間內完成操作，如此課程所規劃的活動項目，也才能依序的在時間內完成教學。」（2013.02.20.01.05 訪談）

第二節　「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」

「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」如表二，此方案是依據國內外文獻探討和資料分析，且與 5 所幼兒園之資深幼兒體能教師進行小組訪談，並經 3 次逐項討論後所擬定，同時

將「TARGET」的六類方案結構要素：任務、自主性、確認、分組、評量與時間融入動機調整方案的設計中。「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」所規劃的時間為 9 週，並且提供了「精熟動機氣候幼兒體能教學課程範例」如表三。幼兒每週都會接受二天的「精熟動機氣候幼兒體能教學課程」(目標控制技巧指導課程)，每一次的教學課程時間為 30 分鐘，課程內容包含了 3-4 分鐘的動機引導與 2-3 分鐘的暖身活動和 20 分鐘的兩個目標控制技巧指導及一個 2-3 分鐘的整理活動，持續 9 週共有 18 天的目標控制技巧指導課程，其指導的總時間量為 360 分鐘。在每節 30 分鐘的目標控制技巧指導課程當中，孩子們都會參與操作兩項不同的目標控制技巧，每項都有三個發展適當的動作難度層級（即低、中、高)，共有六個活動可供幼兒選擇。目標控制技巧指導是根據幼兒發展的模式，以幼兒「目前在發展上所呈現出來的能力」，分析內容用以規劃每節課所要操作的難度 (Rink, 2006)。

幼兒在每週參與二天的目標控制技巧指導課程的過程中，均可自由選擇自己所要操作的活動、難度挑戰層級和操作時間，且有參與制定操作規則和方法的機會，也可以自行選擇單獨、分組、與同伴或以小團體的方式來進行。在 Robinson and Goodway(2009) 中可以找到更多有關目標控制技巧與目標結構調整的細節。當幼兒每次在進行操作的同時，老師必需依據每位幼兒的努力、改善和學習成果進行觀察及評量，並且每星期都讓幼兒知道他們努力和能力的評估成果。

第三節　「精熟動機氣候幼兒體能教學課程」規劃

每位孩子的動作技能發展都不盡相同，因此在設定學習目

標時，必需考慮到個別的差異性，並以差異性來設定個別的動作學習目標。學習目標的設定必需符合幼兒現階段的能力表現，才能有效的幫助幼兒學習與發展。當動作學習設定了目標時，幼兒會更努力的去達成，並且能瞭解學習技能的目的(Tubbs, 1986)。Gallahue(1996)對於體育課程發展的基礎內容，提出了技能、動作、活動、健康及知識為構成動作學習認知概念的五項要素。因此，「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」是依據幼兒基本動作技能爬、滾、走、跑、跳和投擲等目標控制技巧所規劃，且大多是以大肌肉為主的動作操作技能，並將動作技能分成低、中、高三個動作難度層級，讓幼兒能自由選擇自己所要操作的活動，進而達到自主學習的學習效果。幼兒所從事的運動遊戲，大部份都是以大肌肉為主（臺灣幼兒教育百科辭典，2001）。成功的目標設定需涵蓋具有挑戰性(Chaiienging)、可以達成 (Attainable)、能具體實行(Realistic)與特殊性(Specifice) 四要素，才能改變動作技能的表現(Gould, 2006)。另外，對於課程主題內容的設計方面，應善用日常生活中的人、事和物，在安全考量之下廣泛的創新教學方式，並將課程內容趣味化及故事化，以利吸引幼兒參與學習的意願。在規劃設計幼兒體能課程的架構時，應以安全、創新和有趣為主軸，並且兼具生活化、故事化及新鮮化才能符合幼兒的發展特性(Grant, 2005)。

第四節　「精熟動機氣候幼兒體能教學課程範例」

雖然有規劃完善的動作方案，但指導者在執行時的指導方式，也是影響動作方案成效的主要原因之一。沈連魁（2004）指出，遊戲能促進幼兒在認知學習上的理解與運用，所以指導

員必需善用不同的學習方法，方能提升幼兒對動作技能學習的樂趣與效益。Nicholls 斷定「主動參與」和「實際操作」是成就動機的兩個主要因素。「主動參與」是幼兒自覺身體能力的一種行為表現，是幼兒在以往的環境中有關動作技能表現的成就經驗。指導者可運用此項特性，讓幼兒能主動參與所規劃的動作技能學習方案。參與只是一種手段，當一個人主動參與結束之後，其學習效果會優於其他人(Nicholls, 1984)。主動參與的幼兒為了要表現出控制動作技能的能力，因而會更努力的表現與學習。「實際操作」是幼兒掌控動作技能經驗與自信的一種表現方式。當幼兒對自己掌控動作技能有自信時，會較勇於表現或嘗試學習新的動作技能，且在表現或學習的過程獲得滿足感。「精熟動機氣候幼兒體能教學課程」教學流程包含：引起動機、暖身活動、主要活動與整理活動。

壹、引起動機

有效學習的重要關鍵是動機(Deci & Ryan, 1985)。指導員可運用生動、活潑和有趣的故事作為引導，激發幼兒豐富的好奇心及想像力，進而引發幼兒主動參與遊戲課程的內在動機，讓幼兒能在輕鬆和愉快的情境中學習，進而提升動作學習之效益。幼兒階段的孩子個個都充滿著豐富的想像力，只要善加運用趣味性的故事引導，通常都能夠引起幼兒參與和學習的動機。0-6歲是成長最快速、模仿力最強及想像力最為豐富的階段（林曼蕙，1988；盧美貴，1988）。王健次（1978）指出，幼兒運動指導者為了吸引幼兒的注意力，必需運用特殊語言來引起幼兒的參與興趣，其特殊語言涵蓋了生活中所有的人、事和物，如身體部位名稱、方向、數字及用品等，此對幼兒之語

言能力發展亦有所幫助。因此，指導員必須設計出能引起幼兒學習動機的遊戲方法，使幼兒能夠主動參與以及持續練習(Lee & Wishart, 2005)。另外，輔助教具對於幼兒動作技能學習上具有莫大助益的功能。善用輔助教具（體能器材）不但能引發幼兒參與學習的動機，同時還能提升動作技能的學習效益。體能器材不但能活化環境情境的變化，並且還具有引起幼兒參與動機及提升學習興趣與效益的功能（黃建榮，1997）。體能器材的運用應考量其安全性、功能性、多變性、多樣性及方便性，如此，指導者在使用輔助教具時才不至於會有所顧慮。

貳、暖身活動

暖身活動是在進行體能遊戲課程之前，所必需貫徹的準備活動。其目的是在使幼兒的身、心狀態能夠預先準備好，以便在進行體能遊戲課程時，能夠產生最佳的適應能力。暖身活動是透過輕鬆的肌肉活動，使體溫上升、提升肌肉與肌腱及韌帶的柔軟性、關節的潤滑、促進呼吸系統與循環系統及新陳代謝能力、增進肢體的協調性與敏捷性及韻律感等，讓身體各部組織器官的功能，能從靜態漸漸進入至動態預做準備，提升活動時的動作技能表現與適應激烈活動，而動作技能的表現也會影響到動作技能的練習與學習。因此，幼兒在進行體能遊戲之前，確實做好暖身活動是有其必要性的，不但可以預防及避免遊戲時所可能造成的運動傷害之外，也能增進動作技能練習與學習時的效益，同時還能藉此培養幼兒正確的運動習慣與健康觀念。

參、主要活動

主要活動是運用輔助教具的特性，並依據個別差異性所設計適合幼兒現階段學習的動作技能。讓幼兒在參與體能遊戲的操作過程中，動作技能能透過練習與學習而能獲得適當的發展。最好的做法是要結合基本的運動技能與技巧指導，才是最有效率的學習方法(Robinson, 2011)。幼兒動作技能是指幼兒在肌力、肌耐力、平衡感、韻律感、敏捷性、協調性柔軟性及心肺功能等方面的能力表現（體育大辭典，1984）。幼兒如能依據其各項的發展特徵進行指導與學習，其所能得到的學習效果最為顯著（林貴福，2004）。

在每一項體能遊戲要進行之前，指導員都必需先做好引導、示範及安全提示，隨後再徵求一至二位幼兒率先嘗試操作示範，此時指導員可從旁觀察其動作操作方式是否正確，待確認其動作操作方式無誤及全部幼兒都瞭解之後，再讓孩子們依序開始進行體能遊戲得操作與學習。幼兒在面對完全陌生的動作時，孩子們所要獲得的是一般的動作認知(Gentile, 1972)。在動作技能的實際操作過程中，指導者可藉由觀察和評量而獲得幼兒動作技能的表現能力，並且依此據規劃適當的動作方案計劃與目標，藉以提升幼兒動作技能的學習效益。根據動作技能表現與能力沒有差別的概念，幼兒在選擇能力無法達成的動作技能項目時，所靠的是運氣和努力。努力和成功是根據他們尋求掌控以前個人的技能表現 (Robinson, 2011)。

在體能遊戲進行的過程當中，指導員除了要注意幼兒操作時的安全之外，且在進行每項體能遊戲前，都必需做好活動前的情境引導，而每項體能遊戲之情境引導方向，也要能與引起動機時的故事情境相連結。體能遊戲活動之進行，應遵循由簡

單至複雜、負荷輕至負荷重的漸進方式，同時也要適時給予幼兒鼓勵與讚美的回饋，使幼兒能在輕鬆、愉快及歡樂的活動氣氛中，盡情的遊戲、快樂的學習。

肆、整理活動

整理活動的目的是能夠緩和幼兒的情緒及心跳率，並透過簡易的放鬆動作與伸展體操，使幼兒的身、心能夠獲得放鬆與舒緩。另外，藉由收拾輔助教具的過程，也能培養幼兒的生活常規與互助合作觀念。而在遊戲過程的回顧與分享時，也可再次提醒幼兒遵守秩序與注意安全的觀念，且還能同時進行 PPC 身體自覺能力之評量。最後對於幼兒的參與能給予適當的鼓勵與讚美，也可提升幼兒參與遊戲的自信與動機，並使幼兒對於下次的體能遊戲課程能充滿期待。

第五節　「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」課程教學範例

本「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」是依據國內外文獻探討及資料分析且經 5 名資深幼兒體能教師認後所擬定。在擬定之前先針對年齡差異、場地安全及天候狀況進行考量，並且依照教學目標及學習方法設計課程；課程以「森林冒險」為主題「三角海綿墊」為輔助教具，課程實施時間為 30 分鐘，內容包含教學流程、教學內容、動作技能及教學目標，如表三所示。

表三、「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」

教學流程（分鐘）	教學內容（引導）	動作技能	教學目標
一、引起動機（3-4）	1.森林情境介紹	模仿花、	激發想像力
	2.森林冒險引導	草、樹木、	引起參與動機
	3.一起去探險	石頭及動物	提升參與興致
二、暖身活動（2-3）	1.準備出發	暖身操預習	養成健康觀念
	2.唱唱跳跳健康操	雙腳交互跳	培養韻律感
		跳轉拍拍手	刺激平衡感
		開手摸肩	促進協調性
		舉拳點腳	增進敏捷性
		左右跳扭	刺激心肺功能
		雙掌畫圓	促進肌肉伸展
		側跨舉拳	增進韌帶伸展
		轉腰擺拳	促進關節潤滑
		拍手開合跳	漸進體溫
		開手扭扭腰	漸進心跳
	3.出發了	排隊準備	培養生活常規
三、主要活動（20）	1.爬上坡（低）	上坡爬行	培養協調性
	2.爬下波（中）	下坡爬行	刺激平衡感
	3.爬斜坡（高）	斜坡側攀爬	增進四肢肌力
	1.溜滑梯（低）	坐姿前滑	刺激平衡感
	2.向後滑水（中）	臥姿後退滑	培養協調性
	3.向前滑水（高）	臥姿向前滑	促進敏捷性
四、整理	1.快樂回家	整理教具	培養生活常規

活動（2-3）	2.冒險回顧與分享 3.緩和體操 4.鼓勵與讚美	目標技能 按摩與伸展 拍手 YA	身體自覺能力 肢體伸展放鬆 期待下次課程

資料來源：研究者整理

表四、「精熟動機氣候幼兒體能課程表」

活動	目標控制技巧	PPC身體自覺能力	活動項目	動作難度層級	器材
一	爬行	小朋友經過爬上爬下的遊戲後，有沒有覺得自己更會爬了？	爬上波 爬下坡 斜坡攀爬側走	低 中 高	三角海綿墊
	滑	小朋友玩過溜滑梯遊戲後，你有覺得你越滑越厲害呢？	坐姿前滑 臥姿後退滑 臥姿向前滑	低 中 高	
二	爬行	小朋友經過爬行遊戲之後，你覺得自己有爬得更棒嗎？	雙手跪姿爬行 四肢支撐爬行 匍匐前進	低 中 高	海綿墊
	滾翻	小朋友玩過翻滾的遊戲後，有	側滾翻 前滾翻	低 中	

		沒有覺得自己更會滾翻了呀？	後滾翻	高	
三	走	小朋友玩過了走平衡木的遊戲後，你覺得自己有進步嗎？	上下走	低	平衡木
			側跨併走	中	
			向前行走	高	
	跳	小朋友經過跳來跳去的遊戲後，你有沒有更會跳了呢？	由上往下跳	低	
			跳越	中	
			連續跳越	高	
四	扭滑	小朋友玩過扭一扭的遊戲後，有沒有覺得你越扭越快啊？	坐姿向前扭滑	低	滑溜布
			臥姿向側扭滑	中	
			仰姿向側扭滑	高	
	攀爬	小朋友經過攀爬遊戲後，你覺得你在攀爬時有沒有進步？	坐姿攀爬	低	
			臥姿攀爬	中	
			仰姿攀爬	高	
五	投擲	小朋友玩過擲球遊戲後，有沒有覺得自己擲球更厲害了？	滾球	低	足球
			拋球	中	
			擲球	高	

	踢	小朋友經過踢球遊戲後，你覺得自己有沒有踢得更好？	踢球 停球 運球	低 中 高	
六	跑	小朋友經過跑的遊戲之後，你覺得自己在跑步有進步嗎？	曲折跑 踩踏跑 跨越跑	低 中 高	跳箱
	跳	小朋友你玩過跳的遊戲後，有沒有覺得自己跳得更棒了呢？	跳越 手支撐側跳越 手支撐跨跳越	低 中 高	
七	走	小朋友你玩過走木梯遊戲後，有沒有覺得你走得更棒了？	開立踩踏行走 間隔踩踏行走 高度踩踏行走	低 中 高	木梯
	爬	小朋友經過爬得遊戲後，你覺得自己有沒有爬得更好呢？	四肢前爬走 四肢側爬 四肢攀爬走	低 中 高	
八	拍打	小朋友玩過了打球的遊戲	原地拍打球 手持拍打球	低 中	海灘球

		後，你覺得你有沒有更會打球呀？	上拋拍打球	高	
	踢	小朋友經過踢球遊戲之後，有沒有覺得你踢球更厲害了啊？	踢球 運球 上拋踢球	低 中 高	
九	推滾	小朋友玩過推滾遊戲後，你覺得自己有沒有推滾得更棒呢？	雙手推滾 單手推滾 單首推滾跑	低 中 高	跳墊
	跳	小朋友經過跳跳的遊戲後，有沒有覺得你跳得更穩了？	雙腳踩跳 間隔雙腳踩跳 單腳踩跳	低 中 高	
十	投擲	小朋友在你玩過擲飛盤後，你覺得你擲飛盤有進步嗎？	擲飛盤 擲傳飛盤 上擲接住飛盤	低 中 高	充氣飛盤
	旋轉	小朋友經過旋轉飛盤的遊戲後，你覺得你有沒有轉得更好	原地轉動飛盤 滾動飛盤 手指旋轉飛	低 中 高	

		呢？	盤		
十一	擺盪	小朋友玩過搖來搖去的遊戲後，有沒有覺得你更會搖擺了？	用手搖擺 四肢支撐搖擺 雙人翹翹板	低 中 高	搖滾圈
	攀爬	小朋友經過攀爬的遊戲之後，你覺得自己攀爬有沒有更棒？	爬行鑽越 攀爬 攀爬鑽越	低 中 高	
十二	走	小朋友在你玩過走的遊戲後，有沒有覺得你走得更棒啊？	踩踏行走 間隔踩踏行走 上下踩踏行走	低 中 高	波浪步道
	跑	小朋友經過跑的遊戲之後，你覺得你自己跑步有沒有進步？	雙腳開立跨跑 跨越跑 踩踏跑	低 中 高	
十三	推滾	小朋友玩過推滾遊戲後，有沒有覺得你推滾得更快了？	雙手持握滾動 單次推滾 連續推滾	低 中 高	呼拉圈

	投擲	小朋友經過投擲的遊戲後，你覺得你套圈圈有沒有更厲害？	鑽過山洞 套自己身體 套圈圈	低 中 高	
十四	拍球	小朋友經過拍球的遊戲之後，你覺得自己有進步嗎？	拍球 連續拍球 運球	低 中 高	籃球
	投擲	小朋友玩過擲球遊戲後，有沒有覺得你擲球更厲害了啊？	滾球 擲球 上拋接住球	低 中 高	
十五	拉	小朋友玩過拉繩子的遊戲後，有沒有覺得你更進步了呢？	收拉繩子 拔河 走吊橋	低 中 高	圓繩
	跳	小朋友經過跳的遊戲後，你有沒有覺得你跳得更棒了？	跳越 開合跳 左右跑跳	低 中 高	
十六	投擲	小朋友玩過投擲遊戲之後，你覺得你投球有	滾球 擲球 擲準	低 中 高	小布球

		沒有更厲害啊？			
	拋接	小朋友經過拋接球的遊戲後，有沒有覺得你拋接球更準了？	拋球 拋傳球 拋接球	低 中 高	
十七	攀爬	小朋友玩過攀爬遊戲後，你有沒有覺得自己更會攀爬了呢？	走上階梯 攀爬斜坡 攀爬跨越	低 中 高	海棉階梯
	跳越	小朋友經過跳越遊戲之後，你覺得你跳越有沒有進步？	由上往下跳 由下往上跳 跳越障礙	低 中 高	
十八	走	小朋友玩過走的遊戲後，有沒有覺得你能走得更好了呀？	踩踏行走 上下踩踏行走 間隔踩踏行走	低 中 高	彩紅河石
	爬行	小朋友經過爬行的遊戲後，你有沒有覺得你爬得更棒了？	爬行 支撐向前爬行 支撐向側爬	低 中 高	

行

資料來源：研究者整理

表五「精熟動機氣候幼兒體能教學課程學習單」

姓名：				性別：			年齡：		BMI：	
日期	活動	目標控制技巧	PPC身體自覺能力	活動項目	動作難度層級	器材	確認	分組	評量	時間
	一									
	二									
	三									
	四									
	五									
	六									
	七									
	八									

	九									
	十									
	十一									
	十二									
	十三									
	十四									
	十五									
	十六									
	十七									
	十八									

資料來源：研究者整理

第五章 結論與建議

本研究是以 5 位在臺中市幼兒園授課超過 10 年以上之資深幼兒體教師為訪談對象，目的在分析目前臺灣之幼兒體能發展概況，進而研擬出適合臺灣本土之「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」。經文獻分析及訪談後，結論與建議如下，第一節結論，第二節建議。

第一節　結論

幼兒時期為動作技能學習的關鍵期，也是將來發展複雜動作的重要基礎，精熟動機氣候 TARGET 的主要精神在於強調教師在教學設計必須營造成就動機的氣氛，並強調幼兒個體的自主性，以激勵的方式鼓勵幼兒學習動作技巧，運用回饋模式讓幼兒及教師雙方，都能夠確認學習的成效；在未來研究將此方案以實驗設計方式進行實證研究。

壹、幼兒體能教學必須經過規劃式的教學

依據 Clark and Metcalfe(2002) 跑、跳、追趕、投擲等基本運動技能是發展更高運動技巧的重要基石。幼兒必需具備這些基本技能，才能夠獨立控制這些技能所衍生的相關技能，也才能進一步學習技巧與探索環境。如果在幼兒成長的關鍵期，幼兒喪失應有的指導與操作，許多複雜動作將喪失學習的先機。Robinson and Goodway(2009)認為幼兒的動作必須經過指導與操作，才能獲得成長與發展，Robinson(2011) 研究顯示幼兒精熟動機氣候方案介入教學的有效性，所得結果是「精熟氣候組」在目標控制、自覺身體能力方面，均明顯優於「低自主

性組」。換言之，幼兒的動作必須經過規劃式的教學，不能放任幼兒低自主性的學習，幼兒與成人的習性相同，均有惰性及依賴性，如果不採取積極性的指導，幼兒的動作發展將會因而停滯。

貳、幼兒體能精熟動機氣候方案的核心精神

精熟動機氣候方案是 Ames(1992)根據 Epstein(1988)6 個層次所設計的教學方案，此 6 個層次分為任務、自主性、確認、分組、評量、時間，而其主要的核心精神在於「成就動機」(Ames, 1992)，成就動機是個體追求成功的動力，幼兒在體能動作學習時，其所需要的只是動作認知上的獲得，跟一般的認知學習是相同的，但幼兒仍是需要以激勵的方式，去營造學習環境的氣氛。TARGET 的六個過程結構要素，主要在於「強調幼兒個體的自主性，以激勵的方式鼓勵動作技巧的學習」，讓幼兒在教師營造的活動環境中，自主性的選擇、自主性的學習，而教師僅是活動的設計者、輔助者、評量者、觀察者，其它有關的自主權、選擇權均由幼兒自行決定。根據成就動機理論（Ames, 1992; Harter, 1998）和參與的概念模式（Stodden et al., 2008），動作技能與自覺身體能力是影響從事遊戲、運動及體能活動的持續性動機因素，而這些因素對於健康和保健也有著深遠的響。

參、幼兒體能教學必須有明確的教學目標與設計

Rink(2006)、Robinson and Goodway(2009)的研究指出，從教學和學習的角度上來看，學齡前幼兒動作方案必須包括計劃與明確目標和目標教學，依幼兒的動作表現，透過示範和操

作指導相關的技巧，且必需要有足夠的時間練習。反觀國內目前在幼兒教學並沒有課程綱要，更遑論在幼兒體能課程綱要，導致於教學品質良莠不齊，因此，未來在評鑑公私立幼兒園應建立其明確的教學目標與設計。

肆、幼兒的專注力、時間、常規、自主性

在 TARGET 方案中 Robinson(2011)規定了每項任務的活動時間（約 30 分），主要在於規範學生每項活動的時間控制，更賦予幼兒在從事每項活動時，需注意到其他同儕的活動。研究者在過去經驗中發現，某些幼兒認為該項活動符合他的需求或難度、喜愛，便會一直停留或重複該項活動，因此教師須適時規範幼兒的活動，而不是放任式的遊戲，在規範中幼兒更可以學到遵守團體生活的常規。

伍、確認與幼兒的回饋

活動進行過程中最重要的是幼兒對於動作「目標控制」、「自覺身體能力」，在這些過程中，教師必須適時予以指導，並且適時修正其錯誤動作，並在結果讓學生確認動作是否正確，這個「回饋」(feedback)過程是相當重要的，猶如認知過程的「後設認知」(meta-cognition) (Simon & Bjork, 2001)，動作訊息的正確與錯誤必須透過個體再一次的確認，個體才有能力將動作進一步修正或保存，對於學生動作的確立與學習具有正面的效果。

陸、幼兒動作學習的評量

目前在國內幼兒動作評量尚無適當的評估量表，在本研究

中雖然依據精熟動機氣候方案 TARGET 的六個過程結構要素編擬教學設計，但在「幼兒動作評量」方面，仍無一套適用標準，在 Robinson (2011)研究中使用的是「葛羅斯動作發展測驗第二版(Test of Gross Motor Development, TGMD-2; Ulrich, 2000) 」測驗目標控制和「哈特與派克自覺能力和社會接受的自覺身體能力分量表(Harter & Pike, 1984)」測試自覺體能，在幼兒體能動作的評量，應建立標準化評量模式，讓幼兒體能教師有所依循，未來可朝此方向努力。

柒、進行精熟動機氣候方案 TARGET 實驗研究

在本研究中提供了適當的精熟動機氣候方案 TARGET 教學設計，在未來研究中可將此教學設計，利用運動教學介入模式，分為控制組與實驗組實際比較，以確定此方案是否符合 Robinson and Goodway(2009)、Robinson (2011)等的研究。

第二節　建議

依據本研究的目的、結果與討論，提出下列建議事項，以供給家長、幼兒體能教師、幼兒園、幼兒教育行政單位及後續研究者之參考。

壹、研究對象之建議

本研究所觀察訪談的對象為台中市之幼兒體能教師，因而在樣本上會有地域之差異性，故將來亦可將不同區域之幼兒及幼兒體能教師納入討論。

貳、研究方法之建議

本研究是採質化研究方法，以行動研究為取向，運用文獻蒐集分析、輔以觀察及訪談結果，研擬出適合臺灣本土之「精熟動機氣候幼兒體能教學設計方案」，因此將來亦可使用其它不同的研究方法進行相關性的檢驗。

參、未來研究之建議

基本動作技能是幼兒探索環境、適應環境和學習更高運動技巧所應具備的基本能力，因此，除了必需規劃發展適當的幼兒動作方案之外，指導者也要能夠善用有趣的引導方法，方能吸引幼兒主動參與學習動作技能。因此，建議將來可將「幼兒體能教師指導方法」與「幼兒學習效益」的相關性，一併納入研究及討論。

參考文獻

一、中文部分

王健次（1978）。*幼兒體育遊戲*。台北市：健行。

王淑俐（1991）。觀察的方法。黃光雄、簡茂發主編：*教育研究法*，179-199。台北：師大書院。

余安邦（1989）。成就動機。文明的動力，瞿海源編著，*社會心理學新論*。台北：巨流圖書公司。

余安邦（1990）。*成就動機的建構效度的研究*。國立台灣大學心理學研究所。未出版，台北。

余安邦、楊國樞（1987）。社會取向成就動機與個我取向成就動機：概念分析與實證研究。*中央研究院民族學研究所集刊，64*，51-98。

李亦園（1978）。自然觀察研究。楊國樞、文崇一、吳聰賢、李亦園主編，*社會及行為科學研究法*。台北：東華。

李啟瑞、陳益祥（2008）。*同儕創造動機氣候之探討*。論文發表於2008年國立台北教育大學體育學術研討會，7-11頁。國立台北教育大學體育學系，台北市。

沈連魁（2004）。幼兒運動遊戲課程教學能力的培養。*學校體育，14*(1)，36-48。

林士翔（2003）。*國小低收入戶與非低收入戶學生成就動機與生活適應之相關研究*。國立屏東師範學院國民教育研究所碩士論文。未出版，屏東。

林曼蕙（1988）。你的小孩是運動天才。*健康 Plus，6 月號*，22-35。

林貴福（2004）。幼兒身心發展。*學校體育雙月刊，14*(1)，13-9。

邱志鵬（2001）。*臺灣幼兒教育百科詞典*。台北市：五南。

邱奕光（2002）。*國民小學啟智班教師成就動機、學校組織氣氛知覺與其工作投入關係之研究*。國立高雄師範大學特殊教育學研究所碩士論文。高雄。

吳文榮（2002）。*高職實用技能班教師經營、家長教育態度與學生學習動機關係之研究*。國立彰化師範大學工業教育所碩士論文。未出版，彰化。

吳秉恩（1993）。*組織行為學*。台北：華泰書局。

高敬文（1999）。*質化研究方法論*。台北：師大書苑。

徐瑞玉、盧俊宏（2001）。青少年運動友誼知覺之初步研究－以醒吾中學女子足球隊個案為例。*國立臺灣體育學院學報*，9，461-471。

徐鶯娟（1995）。*國民小學教師成就動機、參與決定與其工作投入關係之研究*。國立高雄師範大學教育學系碩士論文。未出版，高雄市。

郭生玉（1996）。*心理與教育研究法*。台北：菁華書局。

陳伯璋（1988）。*教育研究方法的新取向*。台北：南宏圖書有限公司。

陳其昌（1997）。排球教練領導行為對運動動機氣候的影響。*體育學報*，*34*，102-111。

黃建榮（1997）。幼兒運動遊戲課程的規劃。*教師之友*，*38*(5)，63-66。

黃瑞琴（1991）。*質的教育研究法*。台北：心理出版社。

教育部體育大辭典編訂委員會（1984）。*體育大辭典*。台北市：臺灣商務。

張春興（2000）。*心理學*，台北：東華書局。

葉國華（2002）。*員工人格特質、組織承諾與銀行合併態度之研究－以中國國際商業銀行為例*。國立高雄第一科技大學金融營運所碩士論文。未出版，高雄。

曾陽聰（1995）。*整合模式的團體輔導對國小文化不利幼兒自我概念、成就動機與學習適應之效果研究*。國立台南師範學院初等教育學系研究所碩士論文。未出版，台南市。

楊國樞（1982）。心理學研究的中國化，層次與方向。楊國樞、文崇一主編：社會及行為科學研究的中國化。*中央研究院民族學研究所專刊，10*，153-188。台北：南港。

蔡俊傑、蔡文勝（2011）。2×2 幼兒健身運動動機氣候量表之編製。*臺中教育大學學報，25*(2)，46-63。

蔡清田（2000）。*教育行動研究*。台北：五南圖書出版公司。

蔡清田（2000）。*行動研究及其在教育研究上的應用*。高雄:麗文文化事業公司。

樓欣美（2003）。*員工變革認知、人格特質對工作態度之影響－以教育訓練為干擾變項*。*國立中山大學人資源管理研究所*。未出版，高雄。

劉修靜（1999）。*國小教師職業性別刻板印像、成就動機與逃避事業成就傾向之相關研究*。國立新竹師範學院國民教育研究所碩士論文。未出版，新竹。

劉義群（2004）體育課學生知覺動機氣候、內在動機與滿意度之研究。*國立體育學院論叢，15*(1)，187-200。

盧美貴（1988）。*幼兒教育概論*。台北市：五南。

羅新興、周慧珍（2006）組織成員知覺主管支持對其離職傾向之影響-探討工作負荷與成就動機之干擾作用。*人力資源管理學報 2006 冬季號，6*(4)，67-80。

二、英文部分

Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, structures, and student motivation. *Journal of Educational Psychology, 84*, 261-271.

Atkinson, J. W. (1957), Motivation Determinants of Risk-taking Behavior, *Psychological Review*, 64, pp. 359-372.

Atkinson, J. W. (1983). *Personality, Motivation, and Action.* New Your: Praeger Publishers.

Atkinson, J. W & Feather, N. T. (1966). *A theory of achievement motivation*. New York: Wiley.

Arkoff, A. (1968). *Adjustment and Mental Health.* New York: McGrew-Hill Book Co., 103pp.943-944.

Carr, S., & Weigand, D. A. (2001). Parental, peer, teacher and sporting hero influence on the goal orie ntations of children in physical education. *European Physical Education Review, 7*, 305-328.

Carr, S., Weigand, D. A., & Jones, J. (2000). The relative influence of parents, peers and sporting heroes on goal orientations of children and adolescents in sport. *Journal of Sport Pedagogy, 6*, 34-55.

Clark, J. E., & Metcalfe, J. S. (2002). The mountain of motor development: A metaphor. In J. E. Clark & J. H. Humphrey (Eds.), *Motor development: Research and reviews*, Vol. 2. (pp. 62-95). Reston, VA: NASPE Publications.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and*

self-determination in human behavior. NEW York: Plenum.

DeVos, G. A. (1973). *Socialization for achievement: Essays of the cultural psychology of the Japanese.* Berkeley: Unierersity of California Press.

Elliot, A. J. (1999). Approach and avoidance motivation and achievement goals. *Educational Psychologist, 34,* 169-189.

Epstein, J. (1988). Effective schools or effective students? Dealing with diversity. In R. Haskins & B. MacRae(Eds.), *Policies for America's Public Schools* (pp. 89-126). Norwood, NJ: Ablex.

Gallaahue, D. L. (1996). Transforming physical education curriculum. In S.Bedekamp & T. Rosegraant (Eds.), *Reaching Potentials: Transforming early childhood curricum and assessment* (pp. 2). Washing D. C.: NAEYC.

Garcia, C. (1994). Motivating fundamental motor skills learning in preschool children. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 16*(Suppl. 94), S55.

Gentile, A. M. (1972). *A working model of skill acquisition with application to Teaching.* Quest Monograph XVII, 3-23.

Gould, D. (2006). Goal setting for peak performance. In J. M. Williams (Ed.), *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance* (pp. 240-259). New York: McGraw-Hill.

Grant, S. (2005).Fundamental movement skills and habitual

physical activity in young children. *Medicine and Science in Sports and Exercise, 37,* 684-688.

Harter, S. (1998). The development of self-representations. In W. Damon (Series Ed.) & N. Eisenberg (Vol. Ed.), *Handbook of child psychology: Vol. 3. Social, emotional, and personality development* (5th ed., Vol. 3, pp. 553-618). New York: Wiley.

Harter, S., & Pike, R. (1984). The pictorial scale of perceived competence and social acceptance for young children. *Child Development, 55,* 1969-1982.

Hartup, W. W. (1996). The company they keep: Friendship and their developmental Significance. *Child Development, 67,* 1-13.

Helmreich, R. L., & Spence, J. T. (1978). Achievement motivation and scientific attainment. *Personality and Social Psychology Bulletin, 4,* 222-226.

Horn, T. S., & Weiss, M. R. (1991). A developmental analysis of children's self-ability judgments in the physical domain. *Pediatric Exercise Science, 3,* 310-326.

Ignico, A. (1994). Early childhood physical education: Providing the foundation. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 65*(6), 28-31.

Korman, A. K. (1971). *Industrial and Organizational Psychology.* New Jersey: Prentice-Hall Inc.

Langness, L. L. & Frank, G. (1981). *Lives: An anthropological approach to biography.* Novato, CA: Chandler & Sharp.

Lee, T. D., & Wishart, L. R. (2005). Motor learning conundrums (and possible solutions). *Quest, 57*, 67-78.

Maehr, M. L. & Nicholls, J. G. (1980). Culture and achievement motivation: A Second look InN. Warren (Eds). Studies in Cross-Cultural Psychology (Vol. 3)(pp. 221-267). New York: Academic Press.

Martin, E. H., Rudisill, M. E., & Hastie, P. A. (2009). Motivational climate and undamental motor skill Performance in a naturalistic physical education setting. *Physical Education and Sport Pedagogy, 14*, 227-240.

McClelland, D. C. (1985). How motives, skills, and values determines what people do. *American Psychologist, 40*, 812-815.

McClelland, D. C., & D. G. Winter. (1969). *Motivation Eco-nomic Achierement*. New York: The Free Press.

McCelland, D. C., Atkinson, J., Clerk, R. W., & Lowell, E. L. (1953). *The achievement motive*. New York: Appleton-Century-Crofts.

McClelland, D. C., Atkinson, J. W., Clark, R. A., & Lowell, E. L. (1976). *The Achievement Motive*, New York: Irvington Publishers Inc.

Murry, H. A. (1938). *Explorations in Personality*. New York: Oxford University Press.

National Association for Sport and Physical Education. (2009). *Active start: A statement of physical activity guidelines for children birth to five years* (2nd ed.). Reston,

VA: Author.

Nicholl, J. G. (1984). Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. *Psychological Review, 91,* 328-346.

Nicholls, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Parker, J. G., & Asher, S. R. (1987). Peer relations and later personal adjustment: Are low-accepted children at risk. *Psychological Bulletin, 102,* 357-389.

Rink, J. E. (2006). *Teaching physical education for learning* (5th ed.). New York: McGraw-Hill.

Robinson, L. E. (2011). Effect of a mastery climate motor program on object control skills and perceived physical competence in preschoolers. *Research Quarterly for Exercise and Sport by the American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance, 82*(2) , 355-359.

Robinson, L. E., & Goodway, J. D. (2009). Instructional climates in preschool children who are at risk. Part I: Object control skill development. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 80,* 533-542.

Robinson, L. E., Rudisill, M. E., & Goodway, J. D. (2009). Instructional climates in preschool children who are at risk. Part II: Perceived physical competence. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 80,* 543-551.

Rubin, K., Bukowski, W., & Parker, J. (1998). Peer

interactions, relationships, and groups. In W. Damon, & N. Eisenberg (Eds.), Handbook of child psychology: Vol. 3. Social, and personality development (5th ed.)(pp. 621-700). New York: Wiley.

Simon, D. A., & Bjork, R. A. (2001). Metacognition in motor learning. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition, 27*, 907-912.

Solmon, M. (1996). Impace of motivational climate on Student's behaviors and Perceptions in a physical education setting. *Journal of Educational Psychology, 88,* 731-738.

Stenhouse, L. (1975). *An introduction to curriculum research and development.* London: Heinemann.

Stodden, D., Goodway, J. D., Langendorfer, S. J., Roberton, M. A., Rudisill, M. E., Garcia, C., & Garcia, L. E. (2008). Adevelopmental perspective on the role of motor skill development in physical: An emergent concept. *Quest, 60,* 290-360.

Treasure, D. C., & Roberts, G. C. (2001). Student's perceptions of the motivational climate, achievement beliefs, and satisfaction in physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 72,* 165-175.

Tubbs, M. E. (1986). Goal setting: A meta-analysis examination of the empirical evidence. *Journal of Applied Psychology, 71,* 474-483.

Ulrich, D. A. (2000). *The test of gross motor development* (2nd ed.). Austin, TX: Pro-ed.

Valentini, N., & Rudisill, M. (2004). Motivational climate, motor skill development, and perceived competence: Two studies of developmentally delayed kindergarten children. *Journal of Teaching Physical Education, 23,* 216-234.

Valentini, N. C., Rudisill, M. E., & Goodway, J. D. (1999). *Teaching Elementary Physical Education, 70*, 6-10.

Webber, R. A. (1975), *Management: Basic Elements of Managing Organizations*. Illinois: Richard D Irwin, Inc

Weigand, D. A., Carr, S., Petherick, C., & Taylor, A. (2001). Motivation climate in sport and education: The role of significant other. *Eropan Journal of Sport Science, 1*(4), 1-13.

Weiner, B. (1989). *Human motivation*. Hillsdale, NT: Lawernce Erlbaum Associates, Inc.