

## 體育課之班級經營初探

林明烜

### 摘要

在體育學中，教師佔有舉足輕重的地位；而班級經營的好壞，實為影響教學成敗之關鍵因素。本文旨在藉由體育教學與班級經營相關研究之探討，並就訂定常規、課前準備、以身作則及給予回饋等四項原則，應用在體育教學之中，俾使增進師生間之良好互動關係，以達成有效、活潑、生動之體育教學歷程。

**關鍵詞：**體育教學、班級經營

## 壹、前言

在現今的二十一世紀中，教師們的地位已非往昔，回想二千多年前，漢武帝獨尊儒術，從此奠定孔老夫子在我國的崇高地位，也因此，教師成爲神聖的職業。韓昌黎曾言：「師者，所以傳道、授業、解惑也」。古人更常將一日爲師，終身爲父、尊師重道等言詞掛在嘴邊，這也凸顯出一般大眾對教師們的正面評價。

對如今的至聖先師們而言，教學不再只是例行公事、按表操課或隨意敷衍應付便可。以體育課爲例，大學法修訂後，體育改爲選修，如果體育教師再不認真經營，體育將如垂死的枯樹，永無發芽之日；而在中學的體育教員若再以昔日之教學方式（集合點名完後，教師按例規定與交代數語，便放任學生自由活動，如教師有事，即飄然離去；若無事，則於樹下乘涼）教學（蔡貞雄，民 76），則體育課遭致挪用，大家也無置喙之餘地。

在體育教學中，教師自身除具備的專業技能外，也需做好班級管理。因教學過程中，教師如無法有效做好班級經營，將嚴重影響教學品質。

## 貳、體育課班級經營之相關研究

Rink(1998)認爲教學是一複雜且無法藉由指導練習的方式獲得，而體育教學更不同於一般的學科，因其上課的空間是屬開放式，故體育教師對於課程的安排、人員的掌控、時間的控制與秩序的維持等因素更需加以費心。

Fink & Siedentop 於研究小學教師的有效性得之，教師在學期初前幾天當中，對一年級與五年級的學生使用了三百四十六次的常規，結果顯示成效良好（蕭秋祺，民 86）。程瑞福（民 89）的研究指出，中小學體育教師需具有管理班級學生的教學專業能力。Rink（1998）的研究也指出，在體育教學中，教師的經營管理是很重要的，因好的管理者能讓學生參與教學內容；而較差的管理者，則將教學時間浪費在管理上。故欲使體育教學獲致最好的成效，在經營管理方式上，實須善加利用。以下就體育教學與班級經營之相關研究分述之：

## 一、體育教學之意義

學者蔡貞雄(民83)的觀察指出，體育教學是根據學生的身心特徵及需求，安排與提供適當的教學情境及合適的教材，並運用妥善的教法，在有目的、有組織、有計畫的身體活動中，因勢利導，循循善誘，以達成體育的目標，進而實現整個教育的理想。

體育教學是以各項富有教育價值的各種運動做為教材，以場地、設備、器材為環境，教師以合理、有系統的手續，指導學生習得運動知識與技能，滿足身心需求、增進健康、培養良好社會行為、啟發運動興趣、充實康樂生活等的師生行為(胡天玫，民83)。

體育教學大都處於開放性的空間，教學的場地廣大、教師不易監控所有學生，且學生常因活動過於激烈造成危安事件，而根據楊宗文(民90)的研究發現運動設施、器具規劃、設計與興建不當，也會有校園意外的產生，而蕭秋祺(民86)的研究則指出，欲確保學生的活動安全，訂定規則是絕對必須的。

## 二、班級經營之相關研究

國內許多學者對班級經營(Classroom management)的譯法並不一致有「教室管理」、「教室經營」、「班級管理」等名稱，而其全為教室之經營。蕭秋祺(民86)為區別體育教學與教室教學的不同，將其命名為「課室管理」。

學者鄭玉疊、郭慶發(民88)的研究認為班級經營是教師為使班級之人、事、物能順利推展和互動所執行之措施，以獲得良好的教學效果並達成教育目標之歷程。林寶山(民89)則指出，教室管理技巧乃所有教師需具備之基本教學能力，其目的在使教學活動能順利進行且達預期之教學目標。

朱安雄(民87)的觀察認為班級經營是根據一定的準則，應用客觀、科學、系統的方法及人性化的精神將班級人力、物力、財力與時間作妥善之運用，適當且有效處理班級中的人、事、物等各項業務，以發揮教學效果，達成教育目標的過程。

國內學者(林進材，民86a；張振成，民86；張盈婷，民86)於有關

班級經營的研究中指出，常規的建立與訂定的重要性。張振成（民 86）更認為教師除需仔細研讀課本與指引以外，也應蒐集相關資料，使教材內容更豐富。

綜上所述，體育教學是根據學生個人特性與需求，以有計畫、有目標、有效率的方法，輔以班級經營的要點—教師以最有效的方法，達到所要完成教學目標之歷程，進而獲最佳之教學成效，此即為體育課之班級經營。

### 參、班級經營在體育教學之應用

在體育教學中，教學的環境與教室大相逕庭，處在開放式的空間裏，面對一群正處身體發展快速的學生們，如教師能於事前訂定相關規定，掌握課室管理之原則，且充實自身智識與技能，其班級經營必能更具成效，以下分就訂定常規、課前準備、以身作則與給予回饋等四項原則敘述之。

#### 一、訂定常規

「不教而殺謂之虐」，教師於課前應先與學生約法三章。蕭秋祺（民 86）認為應在學期剛開始的前幾天，將焦點放在教學常規的建立和訂定課室規則上。學者李咏吟和單文經（民 86）認為班級常規的訂定，應以政府所頒佈之各級學校教育法令、課程標準、成績考察辦法、學生獎懲辦法及各校自訂的校規為依據。而體育教師也可在此大原則之下，斟酌訂定細部的款項。

至於讓學生遵守常規的最好方法就是給學生共同參與班級常規的訂定，使學生發覺到他們的意見已成為常規，進而產生參與感，因此，學生較願意遵守班規，同儕間也會彼此相互約束。教師也可依此常規，建立起一套客觀的評量與公平的獎懲辦法。教師可以引導的方式，如詢問學生未著適當服裝上體育課，可能出現何種事故，如學生回答易發生意外，教師可進一步指出全班有何因應之道，如由學生提出獎懲辦法，並經大部分之同意，則學生較易遵守，同學之間也會有制約之作用。

#### 二、課前準備

醫師常道：「預防勝於治療」。凡事總要做最好的準備，最壞的打算；而孫子兵法更言：「勿恃敵之不來，恃吾有以待之」。教師應於課前對教材

有所準備，並須依學生的生理機能與動作技巧適時的調整上課內容，以免造成教學進度的延宕與時間的浪費，使教學的氣氛無法活絡。

林保源（民 87）認為教學前，體育教師應把握教學要點，設計教學進度，預先擬定「教案」，並依單元目標選擇教材，配合適當教學媒體，使課程能生動、活潑。黃月嬋（民 81）於有效體育教學的教師行為分析中指出，事先計劃乃有效體育教學之教師行為的特色之一。

教師如於課前做好充分的準備，學生的時間即可完全被安排在學習上，在讓學生一直從事各種不同的活動時，學生也較無其他時間製造麻煩，可藉此維持上課秩序（李輝華，民 87）。

### 三、以身作則

李輝華（民 87）認為教師無論對學生有何要求，自身須率先力行，以作為學生效法的對象。英諺云：「Action speaks louder than word」，中國人也常說「坐而言不如起而行」，更直言身教與身體力行的的重要性。試想一位弱不禁風、腦滿肥腸或上課時，除集合點名外，便至室內或擇一陰涼休憩之體育教師，如何能讓學生習得正確之運動技能，更毋須奢言技能的精進。

班級經營的領導者是教師，而兵隨將轉，體育教學中，教師如能以正確的動作示範，讓學生學習，針對學生的缺失，予以指導及改進，並於觀看學生的活動中，與學生產生互動，教師不僅達到身體力行的目的，更能增進師生間的感情；學生也可以教師之行爲為楷模，成為學習的榜樣。

### 四、給予回饋

學生於體育課時，其運動技能表現與學習會獲內在與外來的回饋。內在的回饋出自學習者的感覺器官，如聽覺、視覺與觸覺；而外來的回饋則來自教師、學生及其他媒體（夏淑琴，民 88）。Rink（1998）在體育教學學習（Teaching Physical Education for Learning）一書中，提及教師回饋包括教師的讚美、糾正與肯定。黃月嬋（民 88）在師院生體育經驗課程的研究指出，師院的學生期望於體育教學中有更多的示範與回饋。學者黃光雄（民 85）也指出，學生在明白行為結果後，則學習將更迅速，並能達到較高層次的行為表現。

綜上所述可知在體育教學過程中，教師根據學生的動作反應給予適當的回饋，讓學生修正自身的動作技能或技巧，使學生能於下次的練習中作出正確的動作。許慧玲（民 82）指出，教師於傳授新技能時，給學生回饋是很重要的，它可讓學生了解自身表現與進步的情形。因學習某個新技能的初期不易評斷學生的對錯，因此，給予客觀的回饋可幫助學生看清自身的行為與進步的狀況。而李咏吟、單文經（民 86）也認為在班級的生活中，教師須經常用建設性的回饋，以增加師生互動的機會，提高溝通的品質。

#### 肆、總 結

教學具有多面向、即時且不可預測之因素(Rink, 1998)。林進材（民 86b）認為教學是一種複雜多面向的認知活動，教師需不斷從事各種決定。為順利進行教學，教師需具備各種決定能力，如教什麼、如何教、時間的分配、教材的使用及評鑑等等。體育課班級經營的技巧除需體育教師們共同努力經營外，尚須學術研究的注摺，方使其更加精進，臻於完善。

#### 參考文獻

- 朱安雄（民 87）。第五班級經營。高雄市：復文出版社。
- 李咏吟、單文經（民 86）。教學原理。台北市：遠流出版社。
- 李輝華（民 87）。教室管理。高雄市：復文出版社。
- 林保源（民 87）。如何提昇體育教學的效能。台灣省學校體育雙月刊，8（5），pp. 4-9。
- 林進材（民 86a）。有效的班級經營策略。中等教育，48（2），pp. 89-94。
- 林進材（民 86b）。教師教學思考－理論研究與應用。高雄市：復文出版社。
- 林寶山（民 89）。教學原理與技巧。台北市：五南書局。
- 胡天玫（民 83）。體育教學的意義與本質。國民體育季刊，23（3），pp. 28-39。
- 夏淑琴（民 88）。體育專家教師與生手教師之比較－以教師回饋為例。台北市：國立臺灣師範大學碩士論文（未出版）。
- 許慧玲（民 82）。教室管理。台北市：心理出版社。
- 黃月嬋（民 81）。有效體育教學的教師行為分析。台北市：國立臺灣師範

大學碩士論文（未出版）。

黃月嬋（民 88）。師院生體育經驗課程之研究。台北市：國立臺灣師範大學博士論文（未出版）。

黃光雄（民 85）。教育概論。台北市：師大書苑。

張振成（民 86）。班級經營之我見。中等教育，48（2），pp. 99-102。

張盈婷（民 86）。教室管理的策略。中等教育，48（1），pp. 87-91。

程瑞福（民 89）。台灣地區中小學體育教師專業能力之研究。體育學報，28 輯，pp. 123-132。

楊宗文（民 90）。學校體育的安全管理。國民體育季刊，30（1），pp. 119-126

鄭玉疊、郭慶發（民 88）。班級經營—作個稱職的教師。台北市：心理出版社。

蔡貞雄（民 76）。國民小學體育教學的檢討和改進。國民體育季刊，16（2），pp. 24-28。

蔡貞雄（民 83）。體育教學的意義與本質。國民體育季刊，23（3），pp. 22-27。

蕭秋祺（民 86）。體育課中課室管理的效能與策略。國民體育季刊，26（2），pp. 122-128。

Rink, J. E.(1998). Teaching Physical Education for Learning. New York: McGraw-Hill Company.