

幼兒體育課程創新模式—IFMC

黃樹誠

引言

兒童乃身體活動的個體。幼兒在學前階段無論在何處（家中、學校、戶外）表現出持續的動感活力。運動是人類一生的活動，而且運動能力、肌肉與骨骼的成長、感官的接收和解釋、運動抗制是從嬰兒期開始。對於兒童來說，運動是自然的身體性工作，所以 Stinson (1992) 強調運動即是生命。嬰兒不停擺動和探索，他們嘗試觀察、聆聽、嗅聞、試味、咀嚼、捏撮、接觸、伸拿、滾動和推起。幼兒開始嘗試運用五官（眼、耳、口、鼻、手）去接收外界訊息和刺激、去模仿、索究和實踐。隨著年齡增長，他們的動作變得更有意義和深思，例如：上落樓梯、翻開書本、攀騎物件和攜拿玩具等。幼兒從運動中進行學習 (Gallahue, 1996)，他們利用運動 / 動作去探索、發現、學習、經歷和接觸身邊的世界和天地。Gallahue, (1995) 指出運動是兒童生活的中心；運動是最佳的學習工具，幫助發展兒童的全人發展。因此運動影響兒童的認知、技能與情意的發展；而運動學習則直接促進兒童的全人安康 (Total Wellness)，和身、心、靈的健康。因此學前教育工作者的主要任務是透過系統式和非系統式的幼體活動，幫助兒童成為「身心康泰的自然人」，眼明手快、思敏行準的年輕運動探索者和學習者。

幼兒教育學者 Skinner (1979)和 Opper (1992) 皆說明幼兒階段 (3-6 歲) 是重要的學習發展階段。這個最佳學習時期是兒童往後學習的基礎階段。幼兒體能學家更強調學前階段是直接地與兒童的基礎活動技能時期聯結，(Sanders, 1992; Wickstorm, 1983)。所以幼兒階段提供兒童「從運動中學習」的基礎。Payne 和 Isaacs (1999) 認為兒童在兩歲前已開始從運動經驗和結果中獲取個人的認知、明白和思考。皮亞杰認知理論也闡明幼兒在感覺運動期時，運動是建構他們認知的學習工具。無可置疑，運動是兒童生命的必須元素，是兒童的基礎學習工具。現在，幼兒運動 (體育) 已成為學前全人教育課程的中心部份，並且有意義和有系統化的幼兒體育活動已廣泛被先進國家接納，並成為幼兒每天的重點學習經驗。在香港，有關近期幼兒體育課程的研究顯示有教育性和經驗性的幼體學習機會主要受到三個因素(人為、課程、環境) 影響而嚴重地減低(Wong, 1996a; 1996b; 1998; 1999)。尤於存在的問題相當多，故此創意和發展適切的幼兒體育課程暫時未能成功地在香港推行 (Wong, 1999)。作者在本文特意推介一個嶄新的創意幼兒體育課程模式 (Wong, 2001)，在有限的教學資源和環境中，提供創意和教育性的課程空間 (機會)，促進幼兒的身心靈安康。作者也深入淺出的闡述該創意模式的基

本理念、原則和實踐指引。

香港幼兒體育課之現況

幼兒教育是香港的教育文化，而且政府更視為「終身學習」的基礎（香港教育統籌委員會，2000），積極地推動優質幼兒教育。現在超過 95% 香港家長安排適齡子女（2-6 歲）入讀幼稚園或幼兒園（Rao & Koong, 1999）。就讀幼稚園的幼兒約佔全港兒童的 75%，剩餘的 25% 幼兒則在幼兒園接受教育和照顧。這兩類的學前機構皆重視優質幼教服務，發展幼兒的多元智能（Gardner, 1999）。自 1996 年九月開始，香港課程發展處頒發《學前教育課程指引》建議於全港推行適切和統一的幼兒教育課程；給幼稚園和幼兒園明確的課程指標。該指引明顯列出學前教育課程的目標是「為兒童提供照顧及教育服務，使他們在體能、智能、語言、社群及情緒等方面均衡的發展，並培養他們對學習的興趣，為日後的教育作好準備。」（Curriculum Development Institute, 1996, P.1）香港教育統籌委員會（2000）在香港教育制度改革建議中特別強調「幼兒教育是終身學習的基礎。……讓孩子們在富啟發性及愉快的環境下，養成積極的學習態度與良好的生活習慣。」（頁 27），然而各學前機構仍然享有高度獨立自主權去發展其校本教育課程。雖然所有學前機構均獲發「指引」，「但非意味所有學校均依照落實執行。仍有部份（學校）在執行方面，未如理想。」（Rao & Koong, 1999）。由於「學習寓於健康的體魄」，所以幼兒體育便成為兒童身心健康的最佳途徑及工具（黃樹誠，2000）。「指引」也說明「體能發展，是學前期兒童重要的培育目標。」（Curriculum Development Institute, 1996, 頁 65）。「指引」建議讓兒童進行大小肌肉活動，使他們在身體活動中享受樂趣，促進他們感知能力。可惜「指引」並未明確建議幼兒體育課的時間（如每節約三十分鐘）。雖然「指引」說明「每天均有一段大肌肉活動的時間」（Curriculum Development Institute, 1996, 頁 66），但是很多學校每週祇安排兩至三堂幼體課給學生呢！普遍幼兒園都跟據社會福利署《幼兒中心守則一條例及規例》（Hong Kong Government, 1982）建議，在每天全日課程中安排至少一節約四十五分鐘的幼兒體力遊戲（體育活動）給學生。但是《學前教育課程指引》（Curriculum Development Institute, 1996），亦建議全日制幼兒園每天安排兩次每節四十五分鐘的體力遊戲。但是在全日制和半日制幼稚園的課程設計，每天分別也劃出兩段三十分鐘和十五分鐘的時間給教師進行選擇活動：包括體力遊戲、興趣活動、故事和兒歌；然而在半日制幼稚園的課程中，音樂活動也列入選擇系列。由此可見體力遊戲在幼稚園中常被看輕和忽視。近年作者的研究（1996a; 1996b; 1998; 1999; 2000），指出香港在推行幼兒體育課程主要遇到三大困難：

一．課程問題

- 過份側重學術主導的學前課程；
- 過份側重學生的認知發展和測試的表現；
- 學校缺乏教學資源：如參考資料、錄音帶、錄像帶等；
- 學校缺乏足夠的幼體器材和用具；
- 幼體次數不足；
- 每節幼體時間不夠；
- 課程指引不足；和
- 教學法欠缺創意和探索。

二．環境問題

- 學校缺乏足夠幼體場地；遊戲室
- 學校缺乏戶外活動區；
- 學校的環境安全措施不足；
- 學校附近空氣污染程度高；和
- 校內範圍欠缺清新空氣。

三．人力問題

- 教師獲得的專業幼體培訓不足；
- 教師對幼體的興趣不大；
- 教師對運動意外有恐懼；
- 教師欠缺時間進修幼體課程；和
- 教育署和社會福利署的支援不夠。

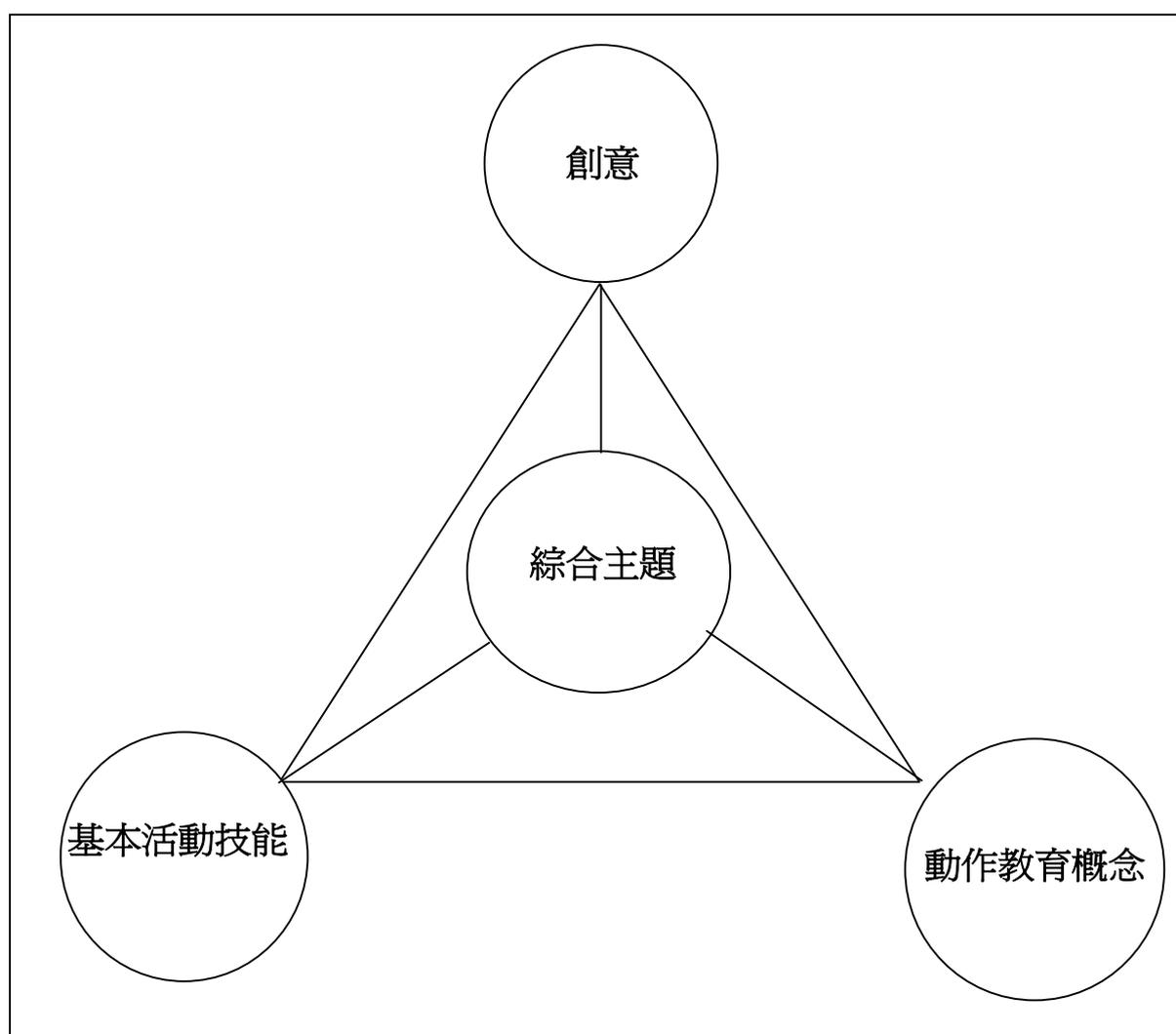
幼教學者 Opper (1994) 曾經表示香港家長和幼兒教師均同意教師的主要任務是教授學生學科知識和自我表達。家長更將學科知識安在首位。家長和教師認為促進學生運動能力和健康，不是學前教育的重點目標。Opper (1994) 一再強調身體動作的發展能促進兒童的全人發展。此外，不少幼兒教師覺得大肌肉的體能活動是沒有教育價值的 (Opper, 1992)。在課程執行上，很多幼稚園教師也因應校內的測驗、考試、溫習、畢業禮表演等需要，而取消原有安排的幼體活動。兒童享有運動的權利也被取奪了。綜合來說，香港幼兒體育課程發展的空間有很大限制，教師的專業知識、技能和態度成為課程發展核心，而校長積極的推動更是改革的前進動力。

創新幼兒體育課程模式

基於上述對推行幼體課程困難的探討和了解，作者嘗試回到問題根源為基礎，從教師的專業幼體知識、技能、概念和教學方法上進行改革和更新。所以作者願意藉此機會與幼教同工分享「創新幼兒體育課程模式—IFMC」或「全方位幼兒體育課程模式」的意思。作者深信這模式將會為學前幼體添上動感、創意、思想和感情；豐富讓幼教同工的教學經驗和趣味，而且增加教育成效；使兒童學得開心、玩得安心！

這個嶄新模式涵蓋了四大元素：綜合主題 (Integrated Theme)，基本活動技能 (Fundamental Movement Skills)，動作教育概念 (Movement Education Concepts)，和創意 (Creativity) (圖一)。

圖一：幼兒體育課程模式



資料來源：黃樹誠(2001)創新幼兒教育課程模式

幼兒體育課程的教育價值非常高，每天一次三十分鐘的計劃性幼體活動能夠促進和提昇幼兒的體適能、基本活動技能和對身體活動的喜愛。幼兒體育課程的

最終目標是提供足夠機會給兒童去發展成爲心強體健的身體獲得教育的兒童 (Physically Educated Children) (NASPE, 1994)。創新幼兒體育課程模式之目標也是促進兒童的身心健康，發展兒童透過身體動作去表達內心感受和創意的潛能，提高兒童的問題解決能力。要達成這崇高教育目標，作者特別強調下列四個基礎信念：

1. 幼兒透過身體和動作去學習；身體動作是最佳的學習工具 (Halverson, 1971; Gallahue, 1996)
(兒童從運動中學習是幼兒教育的重要學習方法)
2. 幼兒透過參與「發展適切的幼體課程」增強體適能；刺激認知發展，和提昇創意思維 (Pica, 1995)
(兒童從有意義和教育性的運動中獲得成人發展)
3. 創意是將現存的東西添上姿彩 (Barron, 1969)
(教師爲兒童創設更新更美更活的學習經驗，創意使學習變得更具意義和生動。)
4. 綜合教學是兒童獲取最佳發展的方法 (Jehue & Carlise, 2000)
(教師採用跨學科課程模式，讓兒童獲得多元智能的發展。)

幼兒喜歡運動，幼兒喜歡用身體去探索世界中的人、事、物。幼兒體制的總目標是依據本國 / 本地 / 本土的文化、社會和健康衛生標準設計有意義、有系統、有指導和有參與的全身性體育活動，例如身體操作技能：移動性活動—行、走、跑、跳、爬、滾等；非移動性活動—伸展、屈曲、擺動、搖晃、扭轉、旋轉等；用具操作技能：拋、接、踢、捉、提、捕、拍、打、滾、截等；和韻律性技能：移動性、非移動性、操作性和創作性的韻律活動。最終目的是使兒童在德、智、體、群、美、靈 (六育) 獲得全面和均衡的發展 (黃樹誠, 2000)。教師可能設計平衡的幼體課程；當中包括身體操作活動、用具操作活動和韻律性活動；使兒童得以認識身體部位的特點和功用；掌握多類型的運動技能；利用身體表達個人創意和感受。此外，教師應該盡量利用提問方式帶出教育動作概念；使兒童懂得如何將思考聯繫動作，發揮他們的想像力和創意力。教師可以採用拉邦 (R. Laban) 的動作分析原理 (Laban, 1971) 去刺激學生思考，創作有意義的身體動作。動作教育的概念包括四個主題 (Theme)：

1. 身體 (Body) – 那一個身體部份活動？
(身體部份、全身體動作、部份身體動作、身體形態)

2. 動作 (Effort) – 身體如何活動？
(時間、力量、空間、動態)
3. 空間 (Space) – 身體怎樣活動？
(方向、水平、路程、圖形)
4. 關係 (Relationships) – 有何種關係存在？
(身體各部份之關係、身體與用具之關係、個人與同伴之關係)

教師應該經常反思，重覆問自己動作教育的概念，並且思考如何鼓勵學生嘗試運用這四個主題作出思考 — 動作的回應和創作，學生運用身體傳情達意，表達內心感受、分享運動的樂趣。

創意是一種製造新穎東西、演繹新穎行動和探索新穎思維的方法，是產生新見解的過程。Pica, (1998)認為創意的兒童能夠表達自己和富想像力。創意活動供給兒童彼此溝通和自我溝通的機會，而且其結果能帶給兒童滿足感、冒險和挑戰精神。其實，兒童充滿好奇心、奮進心、想像力、觀察力、自我推動力。因此教師宜了解他們的創意特性；鼓勵他們大膽透過身體動作去發揮「創意原素」(Torrance, 1974)

1. 流暢力：想得快、想得多之能力
2. 變通力：想得不一樣、改變現存的習慣之能力
3. 獨創力：產生新奇、突出方案之能力
4. 精進力：表現精益求精、力求完美之能力
5. 敏覺力：敏於發現之能力

同時教師更應鼓勵兒童在運動創意過程中抱著：想像心、挑戰心、好奇心和冒險心來體驗運動創意之樂趣！教師也要明白一個人（學生）的創造力需在某一領域及其所處的時空網絡中體現出來 (Csikszentmihalyi, 1999)，Gardner (1999)更提出一個人（學生）的創造力通常只會在一至兩個領域中體現出來，因為創造力是需要時間浸淫出來的。所以教師要有耐性等候自己和學生在靈犀一閃間頓然找到創新的意念，細心驗證、精心改善，把意念公諸於世 (教學 / 學習環境)

(Porter, 1999)。教師應該明白每一個學生都能夠產出創新的意念，而創意並不是全部與生俱來的，也會受後天影響 (Amabile, 1996)。

教育家杜威早在十九世紀提倡真實生活經驗的綜合教學。在香港學前課程多採用主題教學法；教師運用「課程統整」把各科目間的內容聯繫，讓學生了解不同科目的關連性 (黃政傑, 1997)。他們從生活經驗中統合地和全面地學習，統整或綜合過程強調生活與學習能力的整合 (Akey & Gilbert, 1990; Walker, 1996)。透過統整的課程，教師讓學生親自去建構知識，並提升他們在日常生活中解決問題的能力。幼兒體育的活動主題也應該配合主題教學的原則。教師選取與主題配合的身體活動，利用跨學科綜合法 (Inter-disciplinary Approach) 與其他科目的內容結合；發揮知識同學習和技能互分享的綜合目的，提昇學生的多元智能，和建構真實生活經驗。在活動過程中，學生會經驗多元化同步學習其他科的機會；透過身體活動 / 運動，學生懂得運用身體表達情緒、意見、藝術、掌握識數概念，科學原理和語文技巧。這種綜合法兼容課程的橫向—跨學科；和縱向—主學科 (幼兒體育)，最終學生能在發展適切的活動中分享和獲取生活化的課程和經驗。

推行創新課程的建議指引

幼兒教育工作者應該扮演重要的角色去幫助幼兒發展他們的潛能和獲得全面均衡的發展。在採用本文介紹的創新幼兒體育課程模式時，教師必須明白發展適切的幼兒體育原則：運動技能的發展是與年齡相關及循序漸進；兒童的運動技能進展是相似的；兒童的運動發展速率是不同的 (Grineski, 1992)。國際兒童教育協會強調發展適切的幼兒課程必須促進兒童的全人發展；而且照顧到學生的年齡適切、學生的個別適切和社會文化適切 (Bredenkamp & Copple, 1997)。在設計兒童發展適切的幼體課程時，教師可留意下列幾點：

1. 學前兒童在認知、技能和態度上與小學生完全不同；
2. 學前兒童的學習是有連貫性的；
3. 兒童是在全面互動的學習環境中成長；
4. 教師應該扮演鷹架作用的角色；
5. 體育活動是以遊戲為本；
6. 提供足夠時間給學生學習；

7. 訂立明確的學習目標；
8. 強調基本活動技能和動作教育的掌握；
9. 運用有趣味性和創意的教學方法；
10. 提供滿足感和成功感給學生；和
11. 設計有意義的大肌肉活動。

推行創意幼兒體育課程的成敗因素主要決定在教師身上。教師是創意的引發者，他們應該擁有的創意特質包括：敢於嘗試、靈活變通、重視提問、富想像力、意念豐富、敏感性強、富幽默感等。下列的創意教育貼士可供教師參考 (Cropley, 1992):

1. 讓兒童知道我們是重視創意；
2. 鼓勵兒童多構想新穎意念；
3. 鼓勵兒童獨立思考；
4. 給予充分的時間和資源讓兒童發揮他們的念頭；
5. 鼓勵兒童從多角色思考；和
6. 讓兒童知道他們都是具有創作力。

此外教師也應運用問題為本學習法、發現法和探究法促進兒童解決問題的能力。而且教師亦宜多運用創意音樂、教具和故事刺激兒童從運動中學習。還有，教師必須強調兒童透過視覺、觸覺、聽覺和運動感覺去探索、發現和體驗運動世界。

綜合課程的實施必須有自然性和真實性。活動內容要合理地綜合各科的重點學習經驗。教師在設計綜合性學習活動時，需考慮的原則有：

1. 學習主題必須生活化及時代化；
2. 學習活動需兼顧多元智能的發展；

3. 鼓勵學生作個別和小組設計和思考;
4. 幫助學生運用主題去創作其他相關的副題;
5. 以幼兒體育為學習中心，然後設計跨學科的綜合活動;
6. 容納學生的綜合活動意念，豐富幼體綜合課程; 和
7. 一個學習活動中，不宜綜合了太多的學科學習領域。

要成功推行嶄新模式不是易事。教師是主要課程改革者、課程設計者，他們本身必須擁有足夠的專業知識技能、態度和創意。他們也要喜愛運動，掌握基本運動技能和動作概念。並且，他們亦要明白整個創新幼兒體育課程模式的理念、原則和元素，抱著肯創新、肯改革的精神去實施。然而，校方必須積極支持、提供足夠的教學資源開拓活動場地，舉辦校本培訓和聯絡校外專業學者，給予專業支援；這樣改革的成效才能大大增強。

緒論

幼兒從運動中學習，他們充滿活力和動感。透過合宜的運動他們的運動精神便能發放。由於運動是兒童的生命要素，亦是他們人生中語言溝通和非語言溝通的方法，所以有系統的幼兒體育活動提供他們最重要的途徑去學習基本活動技能、基本動作概念、運用身體表達自己的情感、運用身體與他人溝通和探索奇妙的現實世界。因此，幼兒教師務必在每天幼兒課程中給予學生足夠機會去進行自由探索、發現和體驗各種運動經驗；這樣，才能促進他們的全人安康。而且，教師應該確保兒童在安全、創意和舒適的環境中學習。基於創新幼兒體育課程模式，教師需要設計創意性和綜合性的發展適切幼兒體育活動；使兒童從創意身體活動中學習；從學習中獲得經驗性的成長，從成長中體驗人生的真、善、美；成爲身、心、靈健全康泰的兒童。

參考資料

- 香港教育統籌委員會 (2000)。《香港教育制度改革建議》，中華人民共和國香港特別行政區 (九月)。
- 黃政傑 (1997)。課程改革的理念與實踐。台北：漢文。
- 黃樹誠 (2000)。(幼兒體育的真諦：反思與前瞻)，香港教育工作者聯會編《香港教育：青少年多元智能的成長與教育》，香港：三聯書店（香港）有限公司，頁 135-156。
- Amabile, T. M. (1996). *Creativity in context*. Oxford: Westview Press.
- Barron, F. (1969). *Creative person and creative process*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Bredenkamp, S., & Copple, C. (Eds.) (1997). *Developmentally appropriate practice in early childhood programs* (Revised edition). Washington, DC: National Association for the Education of Young Children.
- Cropley, A. J. (1992). *More ways than one: Fostering creativity*. Norwood, NJ: Ablex.
- Csikszentmihalyi, M. (1999). Implications of a systems perspective for the study of creativity. In R. Sternberg (Ed.), *Handbook of creativity* (pp. 313-338). Cambridge: Cambridge University Press.
- Curriculum Development Institute. (1996). *Guide to the pre-primary curriculum*. Hong Kong: Education Department.
- Gallahue, D. (1995). Transforming physical education curriculum. In S. Bredenkamp, S. and T. Rosegrant (Eds.), *Research potentials: Transforming early childhood and curriculum and assessment*, (125-144). Washington, DC: National Association for the Education of Young Children.
- Gallahue, D. (1996). *Developmental physical education for today's children* (3rd Ed.). Dubuque, IA: Brown & Benchmark.
- Gardner, H. (1999). *Intelligence reframed: Multiple intelligences for the 21st Century*.

New York: Basic Books.

Gilliom, B. C. (1970). *Basic movement education for children: Rationale and teaching units*. Readings, MA: Addison-Wesley.

Grineski, S. (1992). What is a truly developmentally appropriate physical education program for children? *JOPERD*, August, 33-35.

Halverson, L. E. (1971). The significance of motor development. In G. Engstrom, (Ed.), *The significance of the young child's motor development*, (pp. 17-33). Washington, D. C.: National Association for the Education of Young Children.

Hong Kong Government. (1990). *Child care centers ordinance: Chapter 243*. Hong Kong: The Government Printer.

Jehue, D. & Carlisle, C. (2000). Movement integration: The key to optimal development. *Teaching Elementary Physical Education*, 11(1), 5-10.

Laban, R. (1971). *The mastery of movement*. Boston: Plays, Inc.

National Association for Education of Young Children. (1992). *The physically education person*. Reston, VA: AAHPERD Publications.

Opper, S. (1992). Early childhood educator preparation in Hong Kong. *CUHK Education Journal*, 20(1), 55-64

Opper, S. (1994). Adult view on learning and development in Hong Kong preschool children. *Educational Research Journal*, 9(1), 44-45.

Payne, V. G. & Isaacs, L. D. (1999). *Human motor development a life-span approach* (4th ed.). Mountain View, CA: Mayfield.

Pica, R. (1995). *Experiences in movement with music, activities, and theory*. Albany, NY: Delmar.

Porter, L. (1999). *Gifted young children: a guide for teachers and parents*. Buckingham: Open University Press.

- Rao, N. & Koong, M. (1999). *Early childhood education and care in Hong Kong*. Hong Kong: OMEP-Hong Kong.
- Rodger, L. (1996). Adding movement throughout the day. *Young Children*, 51(3), 4-6.
- Sanders, S. W. (1992). *Designing preschool movement programs*. Human Kinetics Publishers.
- Skinner, L. (1979). *Motor development in the preschool years*. Springfield, Illinois: Charles C. Thomas Publisher.
- Stinson, W. (Ed.) (1988). *Moving and learning for the young children*. Reaton, VA: APPHPERD.
- Torrance, E. (1992). Cited in Hill, R. *Finding creativity for young children*. Paper presented for the Leadership Accessing Symposium, Lafayette, In. ERIC Document 348,169.
- Walker, D. (1996). Integrative education: Empowering students to learn. (ERIC Document Reproduction Service NO. ED. 408662).
- Wickstorm, R. L. (1983). *Fundamental motor patterns* (3rd ed.). Philadelphia, PA: Lea & Febiger.
- Wong, S. S. (1996a). *Teaching problems encountered by Hong Kong preschool teachers in physical education*. Unpublished research study.
- Wong, S. S. (1996b). 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.
- Wong, S. S. (1998). *A case study on the problems encountered by a nursery on the development of preschool physical curriculum in Hong Kong*. Unpublished research study.
- Wong, S. S. (February, 1999). *A case study on child care workers' perceived problems in the development of preschool physical education in Hong Kong*. A paper presented in the International Conference on Teacher Education, Hong Kong.

Wong S. S. (February, 2001). *An Innovative Preschool Physical Education Curriculum Approach in Hong Kong*. International Forum on Education Reforms in the Asia-Pacific Region, The Hong Kong Institute of Education, Hong Kong.