

第一章 緒論

本章旨在概略介紹本研究的研究動機與目的、相關文獻探討、研究方法與實施設計、研究架構與流程以及研究的範圍與限制。

第一節 研究動機與目的

壹、研究動機

二十一世紀是一個充滿多元變數的世紀。新世紀，不但是一個資訊爆炸、科技發達、社會快速變遷和國際關係日益密切的時代，同時也是一個政治發展、經濟競爭、社會蛻變、文化衝擊急遽變化的年代。面對這樣複雜的變局，各界高度期盼透過有效的教育改革相關措施與作為，能協助人類適應混沌多元的社會變局，藉以突破各種障礙與挑戰，開創新的契機，追求圓滿幸福的理想與願景。

然而值得一提的是，在這一連串的教育改革浪潮之中，課程改革是屬於相當重要的一個課題。教育部在民國八十七年九月三十日頒布「國民教育階段九年一貫課程總綱綱要」，其特色是：落實「課程九年一貫」；以「課程綱要」代替「課程標準」；以培養國民所需之「基本能力」為課程設計之核心；以學習領域統整協同教學取代現行分科教學；強調「學校本位課程」；以多元化教材減少對教科書的依賴。這次九年一貫課程改革，透過國家課程改革與學校本位課程發展之結合，重視教師的課程設計角色，強調教師不僅是國家層面課程改革的執行者，更是學校課程發展者與教室課程設計者（蔡清田，1999）。這項重大變革，為國民教育帶來巨大的浪潮與激盪，備受矚目與關注。讓我們更加留心是否實踐課程目標？課程實施是否適當、周延、可行？教育功能是否達到理想？

就課程改革而言，國民中學九年一貫健康與體育學習領域課程之推動是一項相當重要的創舉。倘若透過歷年課程改革背後的概念典範來進一步了解整體課程

典範轉移的脈絡軌跡，將有助於精準掌握時代潮流之趨勢所在，能夠確實與當下時空需要互相緊密結合，而不致產生脫序失焦之窘況。國民中學課程發展的「精神、內涵與特色」是反映時代需要的最佳寫照，換句話說，每一個年代的課程發展「精神、內涵與特色」，其實就是歷史的縮影、社會需求的重點及教育發展的方向；追溯我國「健康與體育」領域課程發展歷史源頭，了解「健康與體育」領域課程發展重點所在的釐清與了解此為研究動機之一。

就課程目標而言，我們期待課程理論的發展與建構能夠落實於課程實踐的教學現場之中，真正與生活相結合；現階段九年一貫課程的發展，是否真正落實於教學之中，不能遽作結論；但是，從國民中學實施九年一貫「健康與體育」領域課程至今也有一段不算短的時間，許多成果皆已陸續展現，值得進一步深入教學現場從事最根本的認識與了解，期能掌握課程理想與課程實際之間的差異。實際的教學情況與課程發展的規劃與理想差異情況如何？究竟那些是相同的？那些是不同的？課程變革的實施成效攸關教育整體發展成果，影響極為顯著；了解實施領域課程其中所存在的實際情況乃為本文研究動機之二。

就課程評鑑而言，課程實施需要繼續理性反思以求檢討改進與邁向卓越發展。國民中學九年一貫健康與體育領域課程實施之後，與原先所期待的理想所產生的實際問題，包括課程目標、能力指標與課程設計、課程實施、教材教法、環境設備、評量方式等層面……，這些存在的問題是實施九年一貫「健康與體育」領域課程之前就存在的，還是實施九年一貫「健康與體育」領域課程之後才產生的？實施九年一貫「健康與體育」領域課程的成效是什麼？實施九年一貫「健康與體育」領域課程的困難在那裡？此為研究動機之三。

貳、研究目的與待答問題

一、研究目的

根據以上研究動機，本研究指在探討國民中學九年一貫課程健康與體育學習領域課程發展之歷史演變及目前課程實施現場之實際情況。具體而言，本研究之研究目的有下列三項：

- (一) 探討國民中學九年一貫課程健康與體育學習領域課程發展之精神、內涵與特色。
- (二) 了解國民中學九年一貫課程健康與體育學習領域課程之教學現況。
- (三) 探究國民中學九年一貫課程健康與體育學習領域課程實施所產生之問題與困難。

根據本研究結果，試著提出具體改進與建議，以作為主管教育行政機關、學校行政單位及國民中學健康與體育學習領域教師對於課程實施之參考。

二、待答問題

為達成上述研究目的，本研究提出以下之待答問題：

- (一) 國民中學九年一貫課程健康與體育學習領域課程之歷史演變過程，精神、內涵與特色為何？
- (二) 目前國民中學九年一貫課程健康與體育學習領域課程之教學現況為何？
- (三) 實施國民中學九年一貫課程健康與體育學習領域課程之後，所產生的問題與困難？

第二節 相關文獻之探討

我國從民國九十一年開始正式實施九年一貫課程，至今已逾三年，就國民中學各領域之課程，已完成三年一循環之課程實施。有關健康與體育學習領域之實施，已有不少專家學者進行相關之研究。綜觀近期各研究文獻資料，分別從不同層面或角度探討九年一貫課程實施之相關論述，大都以量化研究取向為主，對於整體九年一貫課程實施概況已能有全貌之了解。

本文針對國民中學健康與體育學習領域課程實施的特色、國民中學健康與體育學習領域課程實施的現況以及實施的問題，則希望能以質性研究之取向，針對健康與體育學習領域實施之情況，藉由相關文獻論述作為研究參考基礎，歸納匯集形成訪談問題大綱、進一步予以深入理解與探討，俾能進行本論文相關問題之探究。

壹、國民中學健康與體育領域課程實施的特色

國民教育的主要目的在於培養健全的國民，以因應新世紀的需要。八十六年教育部開始成立小組規劃時並沒有「健康與體育」這個領域，當時健康融入自然，體育則在科技裡。後來經過多方案以及家長的支持，到了八十七年九月，教育部才決定將「健康與體育」獨立成一個學習領域。原因有二：首先，九年一貫最終在培養身心均衡之健全國民，以因應新世紀之需要，因此「健康與體育」是舉足輕重的。再者，目前多數力行教改的國家中，如澳洲、紐西蘭、日本等都有「健康與體育」這個領域，唯獨台灣沒有（晏涵文，2002）。

教育部以十大基本能力取代知識記憶作為教改的重點，是有史以來課程設計的一大創舉。晏涵文教授指出九年一貫與現行課程最大差異在教學評量之改變，傳統的健康教學評量以紙筆測驗為主，無法真正評量行為實踐之情形，此次課程

修定以後，教學評量將可在教學前、教學中或教學後採質量並重的多樣評量方式。

「體育」部分也有很大的改變。傳統體育以追求「贏」為目的；而此次教改強調的是培養一般學生成為「勝利者」，因此學校未來的體育教學，應以培養每位學生具備良好的體適能為首要（晏涵文，2002）。

健康與體育領域課程的實施改變了傳統的課程實施方式，深具特色。不僅將長期由中央主導課程設計的模式，透過權力下放轉變為「學校本位課程」，同時也由分科轉向注重合科的統整及教學，由知識本位調整為以生活經驗為中心與基本能力的培養，並重視創新適性教學與實施多元評量，期望能夠培養身心平衡發展的健全國民，更樹立了課程實施的新里程碑。茲將健康與體育領域課程的基本理念、課程目標、分段能力指標、實施要點等列敘如下（教育部，2001；郭明諭，2004；賴建邦，2004；江書良，2005；李書文，2003）：

一、基本理念

目的是以人性化、生活化、適性化、統整化與現代化的學習領域教育活動，傳授基本知識，養成終身學習能力並培養身心充分發展的健全國民與世界公民。

國民教育的最終目標在培養健全的國民，為了因應新世紀的需要，我們的國民必須要有良好的適能，才能擔負新時代的任務。美國健康教育體育休閒舞蹈學會（AAHPERD）根據適能（fitness）的觀點，對健康提出了整體性的概念，認為真正完整的健康應由五個安適狀態（well-being）所構成（教育部，2001）：

- （一）身體適能（physical fitness）：包括了解身體發展、身體照顧，發展正向身體活動的態度與能力。
- （二）情緒適能（emotional fitness）：包括思考清晰、情緒穩定、成功的調適壓力，具備自制與自律的能力。
- （三）社會適能（social fitness）：包括關心配偶、家人、鄰居、同事和朋友，積極與他人互動和發展友誼的能力。

(四) 精神適能 (spiritual fitness)：包括尋找個人生命的意義，設定人生的目標，擁有愛人與被愛的能力。

(五) 文化適能 (cultural fitness)：包括對社區生活改造有貢獻，能關注文化和社會事件與接受公共事物責任的能力。

以上這五個安適狀態彼此相輔相成而影響了生活型態與品質。「健康與體育」建構在「人自己之生長發育」、「人與人、社會、文化之互動」、「人與自然、面對事物時如何作決定」三個層面的教育活動，而達成全人健康 (total well-being) 的課程目標。

健康教育的目標在於健康行為的實踐。由覺知進而形成一個人的價值觀念，在教學上佔著極重要的份量，尤其以學生為中心的課程所形成的價值觀念，才能真正地影響他們的態度和行為。健康教育已由過去被認為是「剝奪人生樂趣」的一門科學，轉變成為協助學生「解開人生價值結」的澄清過程，且應抱著「如何教比教什麼更重要」的態度來從事教學。

體育的目標旨在培養學生具備良好的體適能，而不是塑造一個競賽的勝利者去追求「贏」而已。也可以說，受過良好體育薰陶的學生，不論其天份如何，皆應有機會參與身體活動，發展適合其年齡應有的運動技能，是身心健全且健康快樂的。它重視學生的自主學習和個別差異。教師透過良好的課程規劃、教材選擇與教學方法來滿足學生不同的需求，培養學生成為成功的學習者。

「健康與體育」的目標在培養學生擁有良好適能，生活在健康的環境中，同時擁有支持的法規與人群。鼓勵學生藉著健康行為的養成、運動行為的培養與鍛鍊改善自己的健康，同時在與別人互動中影響他人、社區與環境，以達到全人健康的目的。

國民教育階段九年一貫課程將健康教育與體育合併成一個學習領域，不單是在課程改革中具有劃時代的意義，更在新世紀的國家整體競爭力中，擔負起教育的重要使命。七大學習領域之中，唯有「健康與體育」跟生命的延續息息相關。

在我們提倡生涯規劃、終身學習的同時，如果沒有健康的身心，一切都將是空談。其最重要的理念在培養學生的基本能力，讓學習的成果與日常生活相互結合，替代過去追求雖理想但難以實現的「標準」，以及遙不可及的理論。

二、課程目標

- (一) 養成尊重生命的觀念，豐富全人健康的生活。
- (二) 充實促進健康的知識、態度與技能。
- (三) 發展運動概念與運動技能，提昇體適能。
- (四) 培養增進人際關係與互動的能力。
- (五) 培養營造健康社區與環境的責任感和能力。
- (六) 培養擬定健康與體育策略與實踐的能力。
- (七) 培養運用健康與體育的資訊、產品和服務的能力。

三、分段能力指標

本學習領域配合學生生長發育及現有學制，平均分爲三學習階段。第一學習階段爲小學一至三年級，第二學習階段爲小學四至六年級，第三學習階段爲國中一至三年級。七大主題軸爲：

- (一) 生長、發展
- (二) 人與食物
- (三) 運動技能
- (四) 運動參與
- (五) 安全生活
- (六) 健康心理
- (七) 群體健康

四、實施要點

(一) 定期檢修健康與體育設備，教師應於教學前檢視設備之安全性，預防意外事件之發生。

(二) 教材編選：

1. 教材編選需依據國民教育階段九年一貫課程總綱、教改理念及本領域之課程目標、分段能力指標，及其他相關領域與重大議題為原則。各校教師可慎選教材或自編教材及規劃教學。
2. 教材之選配應考量學生身心成長及動作發展的個別差異，依其能力、興趣、經驗與需求，選擇適當的教材，由淺入深，由簡而繁，設計有系統而循序漸進的教學。
3. 教材編選宜秉持課程統整之精神，結合學生生活經驗，可採大單元教學、融合不同主題軸的教學設計，並注意各階段能力指標之銜接。
4. 教材內容宜適當反應當前社會關注的議題，並適時提醒學生注意生活周遭的問題。
5. 能力指標的補充說明僅供編選教材之參考，可依學校條件、學生需求自行發展或增刪。
6. 對身心障礙學生應成立體育特別班，給予適切的個別化指導；對運動學習有特殊能力表現的學生，應提供進一步加深加廣的學習指導，以發揮其潛能。

(三) 教學方式：

1. 「健康與體育」教學以培養學生具備良好的健康行為及體適能為首要目標，教學方法及過程應生動靈活，彈性運用。如：價值澄清、腦力激盪、遊戲、陪席式討論、布或紙偶戲、演戲、角色扮演、小組討論、實驗、示範、問答、講述等方法，並注重適性發展，以啟發、創造、

樂趣化之教學，讓學生獲得成就感享受學習樂趣。

2. 教學時應多利用各種教學媒體輔助教學，如各種掛圖、圖片、模型、實物、幻燈片、投影片、影片、錄音帶、錄影帶、偶戲、故事、及相關讀物、報刊資料、網際網路等，以提高教學效果。
3. 依學生之個別差異及不同運動項目之特徵，指導學生對該項運動之基本能力與正確技術之學習，採用多元化的教學原則，奠定參與運動之基礎。
4. 體育教學活動宜加強運動傷害防範，如遇偶發事件應依程序緊急處理。

(四) 教學評量：

1. 「健康與體育」成績評量以能達成分段能力指標為原則，並考量十大基本能力的達成情形。
2. 評量可在教學前、中、後實施，範圍應包括認知、情意、技能、與實踐等。
3. 評量應能兼顧形成性與總結性的結果，採用主觀與客觀、質與量並重的多元評量方法，並訂定給分標準。
4. 評分方法可採課前活動準備、上課參與、課後作業、平時觀察、行為態度問卷、紀錄表、自我評量、學生互評、家長評量、紙筆測驗、實作及表現等方式進行。

研究者綜合以上敘述可以發現，健康需要體育知識來加以實現，體育需要健康資訊來加以支援，「健康與體育」兩者彼此相輔相成，密不可分。「健康與體育」融合形成一個學習領域自有其成因所在，茲就健康與體育領域課程實施的理念，精神、內涵與特色部份，敘述如下：

就基本理念而言，期望透過「課程綱要取代課程標準」賦予教師更多彈性空

間，俾能實踐教師之專業自主，增加學生學習動機，提升學習成效。健康與體育領域課程重視整體性的理念，以達成全人健康為目標；健康教育的目標在於健康行為的實踐，體育的目標在於培養學生具備良好的體適能；健康的身心需要體育技能來實現，體育的實施其積極的目的是為了達成全人健康的目的。

就課程設計理念而言，強調「學生基本能力之培養取代學科知識之獲得」；不但用能力指標引導啓發學生最基本的能力，轉移僵化的學習模式，活化學習的動機與興趣；同時也讓學生的學習回歸自然，能與日常生活經驗相結合，學習過程變為生動而具體，有意義，有價值。老師在課程安排上更具專業性、自主性，能夠透過活潑、多元、創新、開放之理念，實踐健康與體育領域課程實施的優質理想與目標，同時也樹立起學校本位課程之特色。

就教學設計與實施理念而言，有關教材教法方面，特別重視活化教材教法，創新適性有效教學；藉由能力指標及內容大綱，鼓勵教師自編適性教材或慎重選擇審定教材發展學校本位課程；善用活潑多元的教學方式、統整教學、協同教學等方式替代單調照本宣科一成不變的方式，激發學生學習動機提升學生學習興趣，進而提高學習效能與成果。有關教學評量方面，鼓勵採用多元評量、適性評量替代單一測驗之模式，並集思廣益運用智慧，積極創新研發優質之評量方式。務使評量之實施能夠兼顧認知、情意、技能等層面，同時重視觀念、態度、習慣的養成，藉以改善缺失並協助學生學習，提升學習成效，完成課程目標之理想。

就其他方面而言，包括運用行政組織發揮「學習型組織」之團隊精神、瞭解學校現行實質狀況、SWOT 分析、型塑學校共同理想與願景、鼓勵教師進修與專業成長、善用社區人力、物力、財力等各項資源，改善教學媒體設備，營造溫馨人文優質環境，建立「學校本位課程」、彈性課程特色等等，充分運用創意發揮課程特點，實踐課程目標與理想。

貳、健康與體育領域課程實施之現況

「健康與體育領域課程」的特色，已如前述。惟在課程實施的學校教學現場其實執行情況又是如何？實際的課程實施與原先課程規劃的理想是否一致？抑或產生落差？在這實然與應然層面之間的實際差異情況，正是本研究所要積極探討了解的重要議題之一。國民中學自九十一學年度正式實施「健康與體育領域課程」以來，國內學者或專家，江書良（2005），賴建邦（2004），李復惠（2002），郭明諭（2004），張繻方（2004），沈志強（2004），黃順烈（2004），溫若男（2003），陳正博（2003），李書文（2003），王敏秀（2002），林政蓉（2002），李勝雄（2002），黃士軒（2002），張雅雯（2001）等皆從不同的層面或領域，探究健康與體育領域課程之實際現況，雖其論述各有不同，但皆具備實施現況說明之充實性與完整性，亦為本研究奠定良好之基礎。茲就研究主題依據課程理念、教學設計與實施、問題與困難三部份，分別歸納摘述如下：

一、課程理念認知部分

李復惠（2002）針對台中市國小教師對九年一貫課程健康與體育領域健康教學範疇之認知與關注程度研究發現，健康教學年資、教師相關科系背景、健康與體育研習時數、學校大小類型、創新接受度會影響台中市國小教師的健康教學自我效能、認知與關注情形。

賴建邦（2004）針對台北市國民中學健康與體育學習領域課程實施之現況做深入研究，提出下列結論包括：在體育教師對九年一貫課程變革之認同程度方面，女較顯著高於男教師；教師在學歷、修習教育學分之機構、婚姻狀況、是否曾擔任其他職務、目前是否擔任行政工作、有無兼任其他課程、服務學校是否曾參與九年一貫課程試辦、是否為學校課程發展委員、是否為健康與體育課程研究小組召集人、是否為健康與體育領域課程小組委員對九年一貫課程變革「認同程

度」差異情形未達顯著水準；教師在任教年資、年齡及研習時數與九年一貫課程變革之「認同程度」相關情形未達顯著水準。在學校依九年一貫課程健康與體育學習領域實施要點實施現況符合情形方面，學校是否曾參與試辦與其實施「現況符合情形」差異情形未達顯著水準；學校班級數及體育教師數與其實施「現況符合情形」相關情形未達顯著水準。

溫若男（2003）則針對台北市國民中學健康與體育任課教師對九年一貫課程認知、態度與執行情形進行研究發現，台北市國民中學一年級健康與體育領域課程任課教師目前仍有 8.1% 的教師未曾參加九年一貫課程研習。台北市國民中學均已依規定籌組「課程發展委員會」及「健康與體育領域課程研究小組」。台北市國民中學一年級健康與體育領域任課教師對九年一貫課程已有相當程度的了解，但其對九年一貫課程的態度介於「無意見」至「同意」之間，對現行合科、協同教學知認同度較低。台北市國民中學一年級健康與體育領域任課教師在這一年中，九年一貫課程的執行情形介於「部分符合」至「符合」之間。其中，以運用家長及社區人士力量之執行情況較差。教師之學歷、國中教學年資、研習時數、服務學校所在地區和學校規模與「九年一貫課程認知」有顯著關係。教師的畢業科系、教師證書登錄科目、研習時數、服務學校所在地區和教師間課程溝通與「九年一貫課程態度」有顯著關係。但僅服務學校所在地區與「九年一貫課程執行」情形有顯著關係。教師對九年一貫課程的認知、態度與執行間均有顯著正相關。教師在執行九年一貫課程實際遭遇的困難上，有超過一半的教師認為「九年一貫相關配套和交辦工作負擔沉重」、「授課總節數過多」及「社會大眾將改革成敗繫於教師身上，感到壓力很大」。

李書文（2003）則針對國民中學健康與體育學習領域教師對九年一貫課程的認知與態度進行研究發現，認知方面：對於九年一貫課程的整體認知、總綱認知、以及領域認知均已達到中上程度。而其中教師之「學校所在地區」、「班級數」、「最高學歷」、「任教科目」、「研習時數」、「擔任課程發展委員」等因素會影響其對課程總綱和學習領域之認知取向。態度方面：對於九年一貫課程整體態度、學習領

域態度、教師信念及教育環境的態度偏向肯定。而其中「健康教育教師人數」是對以上四方面產生顯著影響的相同因素，顯示互動的重要性。尤其多數教師對於教學應朝向生活化、樂趣化設計，以提升學生之成就快樂之態度最為正向；唯不認同實施九年一貫課程能減輕學生壓力，亦對運用電腦科技教學尚覺有困難；實為未來進修規劃提供不少省思。焦點團體訪談發現：持續對話溝通有助同儕間之瞭解與合作；教育當局及學校應衡量師資意願及專長成熟度決定合科或分科；宜結合生活、社會議題來設計教學活動，掌握「體適能」概念，並善用多元評量；而校長應發揮詮釋政策、鼓勵肯定的「課程領導」功能，以促進課程發展、造福學子。

二、教學設計與實施部分

江書良（2005）針對國民中學健康與體育學習領域課程綱要實施情況，進行量化研究發現，國民中學現場，完全分科（45.2%）及部分分科（38.4%）絕大多數仍以學科教學為主。曾經自行發展、設計或編選補充教材之教師僅佔 55.7%，而未曾自行發展、設計或編選補充教材之教師高達四成。健康與體育學習領域教師對其「學校課程規劃與推動」之整體自評傾向部分認同態度。顯示接受調查的健康與體育教師對於學校課程的規劃與推動成效的評估，在課程設計、教學輔導、行政配合，以及總體評估等各方面，皆達「符合」的標準。經與相關文獻比較可知：九年一貫課程剛實施時（九十一學年度）認知水準在正式實施一年後有下降趨勢，顯示正式實施後學校面臨較多的困難，學校課程領導者應投入有效的課程領導，提供必要、及時的配套措施。各國民中學健康與體育學習領域教師對其「健康與體育學習領域課程實施」的自評傾向部分認同態度。顯示接受調查的教師對於教學理念、教材編選、教學實施、教學評量、領域配套，以及健康與體育學習領域課程實施成效的總評估，皆達「符合」的標準。經與相關文獻比較可知：九年一貫課程剛實施時（九十一學年度）認知水準在正式實施一年後有下

降趨勢，顯示教師正式實施新課程後，面臨較多的困難，有待提供更多的支持與協助。

黃順烈（2004）針對南投縣九年一貫課程健康與體育領域教科書使用評鑑進行調查研究，有關教科書使用滿意度部分，統計分析結果如下：在不同背景任課教師分配中以不同學歷背景體育衛教系佔 14.3%，非體育衛教科系佔 85.7%，差異性最大。依教科書六大項目出版特性、課程目標、學習內容、內容組織、教學實施及輔助措施等評鑑指標分析，教科書使用後評鑑滿意度是傾向滿意。

張繻芳（2004）針對課程專家及實務教師對九年一貫健康次領域教材細目看法進行探討，歸納出重要結論：建構健康與體育領域第三階段健康次領域教材細目，重要性之排序，並比較兩組間在教材細目排序上之異同，以提供健康教育教師在未來教材編寫之方向。

王敏秀（2002）研究發現，健康教育教師及體育教師在協同教學中，都認同專業交流的益處，也產生了一些疑慮，並進而提出實施協同教學的策略。研究發現如下：（一）協同教學促進教師專業省思，增進學生的學習動機及發展學生的潛能，提供未來教師實施協同教學的積極經驗。其協同教學計劃實施之適合時機是在寒暑假中進行，而減少教師授課時數、訂定協同教學計劃共同的時間與空間，是教師的具體建議。（二）師生以班群方式進行協同教學，避免學生之間或對教師的適應，並促進教師對學生個別差異的了解。而視聽器材管理人員的協助，提昇教師教學資源的應用及增強協同機制，提高學生學習及個別指導的成效。（三）教師在協同教學經驗中，課程經過不斷地討論、修改、評鑑，成為適合學生學習的教學活動，是教師自行研發以學校為本位課程的新契機。（四）體育教師在協同教學中，不但能夠互相觀摩學習，而且可以互相協助場地器材的佈置或技能動作的示範，讓體育教學更有效，增進學生的學習。（五）健康教育與體育的合科協同教學，受限於大班教學人數，場地器材的不足，教學時間的限制，影響學生的學習效果。不同學科的專業教師，在教學中並未能觀摩或協助教學。對教師的教學沒有助益，也無益於學生的學習指導。但是，可以讓學生有一個統

整的概念、學習內容與生活經驗相結合。(六)教師在協同教學過程中，必須承受協同教學計畫的時間、教學設計、教師意見間的衝突協調，面對另一位專業教師的監督、教師間的合作、大班教學的壓力及學生的評價與比較。對於一位長期處於獨立門戶的學生而言，所要突破的是生理、心理及社會壓力。(七)協同教學讓學生覺得教師更認真教學，並且可以接受教師不同的教學方法，得到更豐富、有趣、創意的學習活動。

黃士軒(2002)九年一貫課程健康與體育學習領域內容架構研究-國中階段第一及第七主題軸課程設計進行探討發現，台北縣三重地區公立國中健康教育任課教師以女性居多，而受測的健康教育任課教師中，有近五成教師是配課狀況。有七成的老師了解九年一貫課程，六成以上的受測老師認為「學校本位課程發展」是可行的，但有近六成受測老師認為「健康」與「體育」統整教學不太可行。大部分教師對九年一貫課程是在「稍有準備」的狀況。對九年一貫課程的實施，感覺壓力沉重的教師並不多，但有六成以上的教師擔心未來的課程發展。受測學生對現行健康教育課程各大單元有六成左右的滿意度，而對男教師授課的滿意度高於女老師。男生認為促進身體健康、增強體能、運動等項目列入國中健康課程的必要性明顯高於女生。女生認為兩性議題、預防性侵害、懷孕、墮胎等項目列入國中健康課程的必要性明顯高於男生。由女教師教授健康教育課程的學生，較重視兩性方面的課程。在生長、發展及兩性議題上，三年級學生的關注程度高於二年級學生。教師比學生明顯重視的是促進健康、體能與兩性教育方面的課程。

三、課程實施問題與困難部份

沈志強(2004)則針對台北市國民小學健康與體育學習領域教師專業能力進行調查研究，有關實施現況部分統計分析結果如下：台北市健康與體育學習領域教師專業能力實際況大致良好；不同階段的教師在整體的健康與體育學習領域教師專業能力上達顯著差異，在分量構面上，專業成長、課程能力及運動技能構面

達顯著差異。

郭明諭（2004）針對國小九年一貫課程健康與體育領域政策之執行現況進行研究發現，台北市國小在九年一貫課程健康與體育領域之執行現況達中等程度以上。不因學校規模而有顯著差異。因性別、服務年資、教育背景、擔任職務、是否為健康與體育課程研究小組成員、研習情形、學校規模不同有顯著差異。

陳正博（2003）則針對桃園縣國民小學實施健康與體育學習領域現況進行調查研究，統計分析結果如下：桃園縣國民小學實施健康與體育學習領域之現況，在學校課程發展委員會「組織運作」方面，都能符合國民中小學九年一貫課程綱要實施要點內課程實施之規範。在發揮課程發展委員會「組織功能」層面，傾向符合且大部分能夠做到。在「行政組織的運作與支援」層面，傾向符合，並且大部分能夠做到。在健康與體育學習領域教學之現況，符合國民中小學九年一貫課程綱要規範，學習領域之實施，也能掌握統整之精神，並視學習內容之性質，實施協同教學即採質量並重的多元評量。在不同學校規模之整體實施現況，「小型學校」高於「中型學校」與「大型學校」。在教學現況方面，不同背景教師，「正科班畢業」高於「非正科班畢業」。而擔任不同職務之教學現況，「科任教師」與「行政人員」高於「級任老師」。

李勝雄（2002），研究探討國小實施健康與體育領域課程統整之發展實境並獲致結論如下：（一）健康與體育領域課程統整模式發展策略。（二）健康與體育領域課程之教學設計。（三）健康與體育領域課程統整模式發展之困境與難題。（四）健康與體育領域課程統整方式與模式。

林政蓉（2002）亦針對國中健康與體育教師對九年一貫課程實施之壓力進行研究，得到如下結論：台北縣國中健康及體育教師的壓力感受介於「很少困擾」與「有些困擾」之間。在教學內容方面的壓力有年齡的差異，年齡越高，其感受的壓力越大。在教學方法方面之壓力，男教師大於女老師；年齡越高其感受的壓力越大；體育教師大於健康教育教師；21年以上的教師所感受的壓力最大；大專院校畢業教師大於研究所畢業教師。在教學評量方面的壓力，健康教育教師大

於體育教師；健康教育科系畢業教師大於體育科系畢業教師。在工作負荷的壓力，修習碩士四十學分班的教師大於未修習四十學分班的教師。

張雅雯（2001）則在國民教育階段九年一貫課程試辦階段進行實施情況與成效之評估，就試辦情況分三個範疇加以論述，即工作組織與運作、課程設計與發展及教學實施現況等。就成效評估而言，則論述其正面成效與遭遇困難等，其結論簡要說明如下：就試辦情況分析而言，試辦學校皆能組成課程發展委員會及各領域課程小組並充分運作；能因應九年一貫課程綱要，進行課程設計與發展；教學實施方面，在維持現狀下，進行小幅度的調整。就成效評估分析而言，正面成效的自評傾向肯定的態度，包括多元化教學評量、課程實施結果、課程設計與發展、課程實施過程、課程內容符合學校本位等；自評確認有實施上的困難，包括專業理念與實施能力、行政機關的配合措施、課程發展人員的整合、研習規劃與參與及學校工作負擔……等。

研究者依據前揭學者與專家的意見，茲簡要歸納健康與體育領域實施的現況，說明如下：

一、對於課程理念之認知部份

在認知方面，健康與體育領域教師對於九年一貫課程的整體認知、總綱認知、以及領域認知均已達到中上程度。在態度方面，對於九年一貫課程整體態度、學習領域態度、教師信念及教育環境的態度偏向肯定。尤其多數教師對於教學應朝向生活化、樂趣化設計，以提升學生之成就快樂之態度最為正向。換句話說，健康與體育領域推動課程變革之後，教師在觀念意識上，已較以往傳統保守之心態，有所轉型，漸進朝向願意調整改變因應創新之趨勢發展。

二、教學設計與實施部分

- (一) 課程實施壓力方面：大部分教師對於九年一貫課程的實施，感覺壓力沉重的教師並不多，但有六成以上的教師擔心未來的課程發展；依照教學內容、教學方法分別對於年齡及性別的不同，所形成的壓力明顯產生差異。唯不認同實施九年一貫課程能減輕學生壓力，亦對運用電腦科技教學尚覺有困難。
- (二) 教師教學實施方面：在健康與體育學習領域教學之現況，符合國民中小學九年一貫課程綱要規範；學習領域之實施對於課程統整實施教學部分，陳正博針對國民小學課程統整部分認為可以掌握，並視學習內容之性質，實施協同教學即採質量並重的多元評量。惟黃士軒（2002）針對國民中學健康與體育課程領域實施課程統整部分研究發現，六成受測教師認為課程統整不太可行；「協同教學」亦應在適當條件配合之下進行，國民中學與國民小學有關健康與體育領域課程統整實施教學形成明顯不同境遇。

三、相關配套措施部分

- (一) 行政組織機制運作方面：依據前接研究者之論述，學校均能依照規範成立課程發展委員會及健康與體育領域課程小組，機制大致正常運作發揮大部分功能，並能有效提供支援。
- (二) 教學資源與研習而言：目前運回家長及社區人士力量之執行情況較差，未能將教學資源充分整合與運用，深切影響教學品質，實有待加強與改進。健康與體育領域課程任課教師目前仍有部分教師未曾參加九年一貫課程研習，極待積極改善；規劃系統化研習深具必要性與急迫性，期能有效提升教師專業成長，順利達成預期的課程目標。簡言之，教學資源的善用以及妥善規劃本領域進修研習是達成課程目標的重要因素。

依據前揭論述者的意見，本領域有關組織運作、認知與態度均持正面之傾向；但是有關統整教學、協同教學、抑或能力指標轉換課程設計、課程實施與發展，面對教學現場均存在困難與障礙，尚待克服解決。

參、健康與體育領域課程實施的問題

在國民中學實施九年一貫課程之後，原先規劃的目標與理想，到了第一線教學現場實際執行時，問題已然形成。依據國內諸多學者，包括賴建邦（2004），晏涵文、劉潔心、馮嘉玉（2004），黃金柱、謝應裕（2003），翁志成（2002），羅凱暘（2002），李勝雄（2002），王國生（2002），許義雄（2000），歐宗明（2000），阮志聰、蔡易峻（2000），鄭光慶（2000）等皆提出健康與體育領域課程實施之相關問題。茲分別概述其要，研究者加以歸納，俾能務實地窺其全貌，以為尋求改進之重要依據，達成本研究之預期目標。

賴建邦（2004）針對九年一貫課程理念、師資、課程與教學方面問題歸納如下：

一、理念方面

- （一）一味仿效西方，東施效顰，失去自我主體性。
- （二）強調能力與知識，未見修身與智慧的修為及啟發。

二、師資方面

（一）教師

- 1. 教師編纂教材、選擇教材的能力尚未成熟。
- 2. 教師教授新課程所需的專業知識未完備（合科教學、統整教材、資訊應用能力不足）。
- 3. 發展課程、設計學校本位教材之經驗缺乏。
- 4. 師資的總體數量尚稱不足（師生比的問題、專業師資的員額調整）。
- 5. 教師是否能放下本位，願意與同儕實施協同或合作教學。
- 6. 小型學校師資的人力調度十分有限。
- 7. 教師之進修流於形式，實質效果低落。

8. 教師進修之課程未具整體性、連續性與主題性。
9. 教師之進修尙未完全，僅部分教師參與。
10. 目前教師普遍存在「以不變應萬變」之觀望態度。
11. 教師檢定科目認證問題。
12. 教師教學專業的評鑑系統未建立。

(二) 師資培育機構

1. 師範院校及教育學程之師資的知能與認識不足，心態上的抗拒及排斥並惶恐不安。
2. 師範院校及教育學程之課程結構及系所學科之同步改革（所謂分科、合科、領域、學科的問題，科系調整及供需均衡之問題）。
3. 目前學科（含師範院校）劃分瑣碎繁多，與七大學習領域格格不入，也無法全部涵蓋，如藝術、人文、活動領域，且其師資亦相當缺乏。
4. 建立國際連線學習管道及認證接受，開放國外立案歷史悠久學習機構及測驗（資格）認證，如藝術、語文領域之能力認證及教師資格認證，與國內學制合作（結合），增加學生學習管道。

三、課程與教學方面

- (一) 整體課程內容是否太多，導致學生負擔太重。
- (二) 課程目標與教學時數不相符，易導致因課程整備不足，時數雖減少，學生負擔反而加重。
- (三) 教學時如何將課程統整。
- (四) 所謂彈性課程、空白課程常流於放牛吃草。
- (五) 多元評量與能力指標評量的空白化與形式化。
- (六) 城鄉課程的區隔落差太大。
- (七) 分科統整與學習領域，如何規劃學習課程。

(八) 國中、小課程之銜接及與高中課程如何銜接。

(九) 多元化、生活化課程設計淪為任意化、庸俗化。

晏涵文、劉潔心、馮嘉玉(2004)研究指出，九年一貫課程在實際執行上遭遇許多困難與問題，摘述如下：

一、統整教學之精神

統整教學不宜讓非學科專長的教師擔任教學以免產生不適任的狀況，故就現況而言，分科教學仍是必要的，否則教師缺乏足夠的養成訓練，要在教學過程中達成相關的能力指標是有困難的。雖然現階段的國民教育仍必須採取分科教學方式進行，但同領域教師應開始嘗試協同教學的可能性。

二、能力指標之應用

「能力指標」強調的是以行為來統整，而非以知識來統整。根據能力指標來發展課程教材的用意雖然良好，卻遭遇到幾項問題：

(一) 目前國中小學教師，甚至師範院校教師，在其專業養成過程中均缺乏以能力指標來設計教案的訓練課程，致使教師在面對能力指標時無所適從。甚至由調查基層教師研習需求中發現多數教師缺乏了解能力指標的意願，以及學習應用能力指標的動機。於是教師仍是跟著課本走，學校不論選擇了何種版本的教材，就繼續沿用過去的教學思考模式來進行課程設計。因此整體而言，目前基層教師缺乏根據能力指標來選擇教材的能力。

(二) 協助進行基層教師在職進修課程的講師們，包括各大專院校的專家在內，

對於能力指標的解讀也缺乏共識，目前也尚未建立在職進修師資與能力指標建構者對談溝通的機制，造成講師們只能根據自身專業的了解與推測來說明能力指標，於是透過在職進修對基層教師宣導能力指標的效果不彰，甚至造成誤解與混亂，更添困擾。

(三) 各領域發展出來的分段能力指標良莠不齊且實施至今缺乏客觀的後續檢核動作，對於能力指標的推行產生不利的影響。如分段能力指標的彈性究竟有多大？中小學能力指標的連貫性與差異性何在？每個階段應包含多少能力指標才合理？種種問題均缺乏後續客觀的研究分析來加以佐證修訂。

(四) 基於九年一貫多元評量之精神，教育部要求學校進行多元評量，但學校多元評量的結果在升學機制中卻完全不採計，勢必使多元評量之精神與實質意義蕩然無存，也造成社會大眾對於能力指標的不信任感甚至可能形成學校在升學壓力下，完全放棄能力指標教學導向的結果。

三、教科書的編審問題

(一) 編審細目與實際教材的落差

(二) 單元主題與章節內容不連貫

(三) 標題與內容不搭調

(四) 從分段指標很難看出教材系統的連貫性。

(五) 課程內容與活動設計是否足以達成分段能力指標，內容安排是否符合學生學習能力，教材是否由淺入深、由簡入繁、循序漸進等原則是審查的重點。

黃金柱、謝應裕（2003）研究指出，推動健體領域的體驗，歸納出下列主要問題之所在：

一、課程合作的契機問題

健康與體育教授或實務教師對本領域課程卻有不同的詮釋，造成溝通的問題。尤其是，未參與訂定過程的部份體育界人士仍因溝通不良而有莫大的反彈，誠屬行政推動上的疏失。

二、理念定位問題

九年一貫課程總綱剛要明白表示，學習領域是學生學習的主要內容，而非學科名稱（教育部，1998）。因此，「健康與體育」學習領域並非健康教育加體育的融合課程，而是以七大主題軸為學生學習的主幹，並以其能力指標所發展出來的教材為教學活動的規劃依據，這也是本領域當初的理念設計架構。可惜的是，健體領域課程的實際推動與學校教學情況，明顯看到體育教學被靜態化甚至於室內化，原因在於理念定位出了問題。意即，誤認健康與體育一定要統整所導致的結果。實則健康與體育並非一定需要統整，而是以協同教學為原則，各自擁有其科目本位的精神，該統才統。

三、主題軸，能力指標與教材的合宜性問題

健康的教學目標與體育的教學目標，雖有其共通性，但教學手段與過程仍是有差異的。因此七大主題軸及其能力指標所發展出來的教材，是否能涵蓋所有的教學內容，進而達成領域的目標，其合宜性、適合性尚待討論，也有繼續發展的空間。

四、課程統整與協同教學問題

健康與體育在統整上有他的可能性，也有他的限制性；有他的必要性，也有他的不必要性。協同教學亦復如此，健康與體育領域課程在暫行綱要中規範，實施方式第一階段以合科為原則，第二、三階段以協同教學為原則，但各校得是師資、場地、器材、設備等環境條件作彈性調整。課程勉強「統整」或「協同」的結果，不但造成老師無所適從，教學績效不彰，更使得學校行政工作，人人視為畏途，造成校務運作的困難，教育改革焉能成功？

五、教科書審查問題

學校須依特殊的情況與社區環境需求，選擇或自編適合學生學習的教學活動，讓教科書成爲一種機制。教科書審查存在許多問題，如：一綱多本問題、國中基本學力測驗問題、統整與協同教學問題、學校排課配課問題、合科分科問題等。審查委員竟然沒有當初健體課程綱要修定委員中體育小組成員參與審查；此外審查組成後，並未有與綱要起草委員具體育專長者，進行面對面溝通。教科書審查之專業性不足與認知差距，帶來課程改革的莫大困擾。

翁志成（2002）提出近兩年試辦及初辦健康與體育學習領域課程實施的困難、問題以及未來可以努力的方向。九年一貫課程中將「健康教育」與「體育」統整成一個學習領域，對於課程設計與實施上，有其困難度。

一、試辦及初辦健康與體育學習領域課程實施的困難，包括有：（一）分科師資問題；（二）基本能力過於抽象；（三）各校資源差異大；（四）缺乏課程範圍之規範；（五）課程統整能力及時間不足；（六）無法與升學接軌。

二、課程實施的問題則包括：(一)體育內涵的空洞化；(二)技能學習不足；(三)體育附和健康教育；(四)課程進度缺乏有系統的編排；(五)運動訓練列入學習課程；(六)課程靜態化；(七)見樹不見林。

羅凱暘(2002)針對國民教育九年一貫課程「健康與體育」領域決策過程進行質化研究發現，本領域受學科本位影響導致工作小組分工間無法充分合作，影響領域綱要融合，導致能力指標撰寫標準不一，教師轉化教材困難。

李勝雄(2002)針對屏東縣三所國小實施健康與體育學習領域課程統整發展進行研究提出，健康與體育領域教師對於課程實施時間、課程進度、家長觀念、統整內容的侷限性、創新度不足的問題將影響統整課程設計作為。

王國生(2002)則針對新竹市國民小學九年一貫課程健康與體育領域合科教學進行調查研究，結果如下：課程設計能力、統整能力、教學技巧等為教師認為實施合科教學所最欠缺的主要項目。

阮志聰(2000)認為統整體育教學的缺點如下：

- 一、純度降低：在進行統整的教學時，由於內容涵蓋兩個或以上的學習科目，相較於傳統單一學科的教學，在教學時間並沒有隨融合學科而有所增加時，學科內容之比重顯然會受到削弱而減少，有時很難明確區分為哪一學科的學習。
- 二、相形見絀：整合後的教學方案，由於包涵了各類學科之相似知識、技能等，但相提並論之下，可能容易因偏見之誤解而產生學科不對等的狀態。
- 三、計畫時間難覓：在目前國民小學的教師授課時數普遍偏高，與職級務工作繁雜之情形下，欲進行統整體育教學計畫著實不容易。
- 四、須與他人互動：由於統整的體育教學的計畫與實施，必須靠相關教師的協同

合作方能竟其功，究竟是由誰提出或主持，考驗教師智慧與人際互動的能力。

五、統整理論缺乏：有理論的實踐，堪稱嚴謹與踏實，統整理論的不足必須靠持續的進修與研習。學校應積極舉辦及鼓勵教師參與校內外的研習活動，充實統整教學的專業知能，追求專業成長。

鄭光慶（2000）指出九年一貫課程的困境與難題如下：

- 一、政策研議過程缺乏長期研究基礎，課程改革的重要理念缺乏溝通，配套措施缺乏充分準備（周淑卿，1999）。
- 二、其次，此次課程重大轉變，學校教師衝擊最大，但課程決策過程大部分教師並未能積極表達意見或普遍參與。
- 三、培育師資的大學科系壁壘分明，體育教師有否能力統整健康與體育的課程？
- 四、由不同學術背景的原先任教健康與體育教師，如何取得共識共同設計大單元或主題教學，難度相對增高。
- 五、一般的家長與社區人士，早已習於體育與健康的分科教學，現今轉為何科、統整、協同教學、渠等將質疑知識的結構，能力的獲取，觀念的建構等，是否遭致嚴重的影響。

許義雄（2000）研究指出，健康與體育領域課程之落實問題包括：

- 一、分科教學抑或合科教學：「健康與體育」的學科屬性，有其交集部分，亦有其迥然互異之處。以主題設計方式實施統整教學並無不可，或採傳統分科教學方式，個別依實際需要進行教學，亦未嘗不可。需考量學校本位特色，發揮課程改革的基本理念。
- 二、上課鐘點的分配問題：九年一貫課程旨在減輕學生負擔，其上課鐘點數不宜超出舊課程標準的鐘點數，健康與體育的上課鐘點數分配應至少維持健康為一，體育為三之比率，似較符合教改之意旨。
- 三、教材比率的分配問題：依九年一貫健康與體育課程綱要，健康教育明顯偏多，

且皆偏認知性教材，實際教學設計時宜適度篩選，配合上課鐘點數及基礎教育之特性，操作性教材宜多編列，以免過多記憶性教材徒增學生負擔。

四、教學任務的執行問題：受到職前訓練、人力資源等因素之故，健康與體育學習領域，不論分科或合科教學，體育教師應比健康教育教師更能勝任。

歐宗明（2000）研究指出，九年一貫「健康與體育」課程問題探討如下：

- 一、政府政策方面：新課程及理念宣導不足，導致基層教師無法了解新課程理念，遑論設計課程與實施教學了；任教班級人數過多，無法落實因材施教之理念，帶好每位學生；體育教師兼任行政事務，直接影響的事教學時數的降低，減少專業人員教學時數，影響正常教學品質。
- 二、師資培育方面：師資培育課程必須適當調整課程架構，培養教師勝任新課程之教學與設計，落實新課程之精神；另外，課程諮詢服務管道急待建立以協助教師解答疑惑與困難；重視鼓勵教師選修輔系和第二專長，因應時代課程變革之所需。
- 三、基層學校方面：學校體育目標的混淆急待釐清，避免受升學主義影響體育課程淪為次要課程，忽略教育之意義與功能；積極建立課程和教學研究的學習型組織，發展學校本位課程特色；改善學校場地設備不足之窘境，期能落實課程實施的成效。
- 四、體育教師方面：體育教師對體育核心概念認知不足、課程設計能力不足，皆待積極改善，有賴釐清教師價值信念建立終身學習觀念，才能扮好專業人員之角色。

綜合前面學者專家之意見及相關論述，研究者歸納出當前健康與體育領域實施九年一貫課程之問題，俾立本研究提供優質之基礎，茲簡要分析如下：

一、教師對於課程理念之認知部份

課程理念針對問題核心價值並無完全掌握，造成課程變革理只是一味西化、洋化、抄襲模仿，缺乏本土主體性、我們教學現場所真正適用之課程；結果可能是課程的確產生變革了，不過很有可能，過去課程的問題或許尚未完全解決，新的課程問題已伴隨而至。其次，課程改革缺乏充分溝通交流，理念仍然存在嚴重之歧異，教師尚未完全掌握或認同課程變革之理念與作法。

二、教學設計與實施部分

(一) 課程設計方面：依據能力指標進行課程設計、分段能力指標之整體課程設計、依據學校特色與需求落實學校本位課程設計、教師課程設計能力等等問題，普遍存在現今學校校園之中。

(二) 教材教法方面：自行編制教材比率不高，大都採用民間審定本教科書為主；實施統整教學、協同教學、資訊融入教學仍然存在困難，僅能選擇性執行。

(三) 多元評量方面：目前學校課程實施後，仍然普遍僅採用單一評量方式，未能活用操作、表演、活動等多元評量方式，宜再加強改進。

三、相關配套措施部份

(一) 行政運作方面：實施理念溝通協調明顯不足，同時缺乏配套措施，事前審慎規劃不夠週延。一方面造成健康與體育領域受學科本位之影響，未能有效分工合作；另一方面衍生領域課程能力指標訂定不佳，導致課程發展到課程實施產生瓶頸障礙，課程目標實踐產生問題。

(二) 師資專業方面：一則任課教師配課問題嚴重，師資不足專業受質疑。再

則健康教育教師任教體育，體育教師任教健康教育，教學品質尚待考驗，師資培育系統亟待加強。

(三) 環境設備方面：老舊不合時宜之教學媒體與設備必須更新或改善才能改善與落實教師創新教學、活潑教學，傳統教室空間非常不利於協同教學之實施。

(四) 其他方面：社區人力、物力、財力、文化等資源必須整合運用，運用智慧集思廣益，發揮學校本位課程特色。

健康與體育領域實施九年一貫課之後，不管是行政運作、師資專業、課程設計、教材教法、環境設備、多元評量、其他方面等等，均存在許多極待改善因應的問題；惟因健康與體育領域實施九年一貫課程，對我國來說是一項劃時代的創舉。一項創舉的實施產生問題在所難免。透過問題的了解與省思，正本清源釐清過去課程實施的瓶頸所在、尋求問題解決策略與方法形塑當下可行的實際規範，並未為來之健康與體育領域課程發展提供前瞻之思維，這正符合本研究的研究目的與努力方向。

第三節 研究方法與研究對象

本研究採用質性研究，爲了使本研究實施及寫作的歷程清楚地讓讀者知道，本章主要在介紹本研究的研究方法與研究對象。本節共分爲二部份，一是研究方法的決定，另一是研究對象的選定。

壹、研究方法的決定

在研究方法的決定方面，將說明本研究爲何以質性的研究法、歷史文獻分析法爲研究方法的原因，並說明如何利用訪談、觀察及文件蒐集以取得資料。

一、以質性研究爲考量

有鑑於本研究的研究目的是想了解九年一貫課程全面實施已逾三年實施的現況及成效爲何，並探討實施的現場人員實際執行有否問題或困難，而要表現較深入的成效或問題，很難以實驗法或者單以問卷調查的方式來回答，因此本研究採用質性研究的方法，來探討答案。

由於質性研究具有揭露與解釋在表面下一些鮮爲人知的現象，對於一些人盡皆知的現象也能採取新鮮又具有創意的切入點、並且對於量化方法所無法掌握的一些細緻複雜的情況能詳盡的鋪陳出來（徐中國譯，1997：21），並且質性研究是以統整性的觀點來看自然情境下的現象，且重視環境脈絡與平等對待被研究對象（黃瑞琴，1991），符合本研究對九年一貫課程改革的領域的精神與特色做深入分析並探究其實施現況與問題的目的。

二、質性個案研究法的特性

質性的個案研究是要對一個有範圍的現象，例如：方案、機構、個人、社會實體，進行密集的、完整的描述與分析，也就是以一個統觀性的觀點來看問題。也就是說，當研究者使用個案研究的方法時，他是要對於情境，和涉入情境中的所有現象獲得深入的瞭解。基本上，研究者重視的是研究過程而非研究結果、研究脈絡而非操弄變項、及從現場發現事實的興趣而非對於假設的檢證（Merriam, 1988）。

三、資料蒐集的方法

本研究蒐集資料的方法以訪談法為主，而以觀察法及文件分析法做資料檢證之用。

- （一）訪談法：訪談其目的有三：一是爲了了解健康與體育領域教師的背景與基本資料；二是依據研究者所蒐集之相關文獻資料所產生之問題或困難，藉此求證或進一步深入了解；三是了解健康與體育領域教師在第一線課程實施時所產生之實際問題、狀況與因應措施。

1. 正式的訪談

- （1）此是以台北縣一所國中之健康與體育領域教師、台北縣健康與體育領域輔導團成員教師、專家教師等，爲主要之訪談對象，訪談之目的在於了解健體領域課程特色實施之現況與問題之了解，並謀求解決因應之道。
- （2）訪談之時間較固定或有預約，並且有些是預擬大概的主題，當然有些時候也有意外之下的討論收穫，這些是有錄音、紀錄，以開放式的回答所獲取之具體資料，鮮實完整地成爲蒐集待分析之有意義資料。

2. 非正式訪談

- （1）此是指訪談時間與主題較不具爲主體性或研究者臨時被告知一些訊

息是有關研究事項，且不在固定或一定之場所下的談話。

(2) 訪談的時間較不固定或非有預期性，有時甚而在不期而遇、電話聯繫時間等等，交替進行雙方感興趣之議題；或者在特定回想反思的心得，所談的印象紀錄，這都是可提供的參考相關資料。

(二) 觀察法：透過健康與體育領域教師課程實施與教學現場觀察，印證訪談內容真實性，彌補資料之不足。

(三) 文件分析法：研究者蒐集相關期刊、碩博士論文資料，及歷史文獻以增加本研究的真實性，內容包含自民國三十七年以來歷次課程標準修訂的相關資料，以及九年一貫課程暫行綱要、九年一貫課程綱要、領域教師、輔導團以及專家教師提供的相關資料。

貳、研究對象的選定

在研究對象的選定方面，本研究挑選了臺北縣山水國民中學健康與體育領域任課教師四位及臺北縣健康與體育輔導團成員二位，進行研究。

一、台北縣山水國中的簡介

研究者原先構想以台北縣尖甲、大乙、山水、中丁等四所國中，作為研究對象。其中尖甲是屬於 12 班小型學校、大乙為 50 班中型學校、山水為 100 班大型學校、中丁為 120 班大型學校。研究者除了考量研究對象選取方便外，原因是，研究者對於學校的規模能同時兼具普遍代表性，在進行研究時，可以對一些現象有較客觀的瞭解，以減少對研究過程流於過度主觀詮釋因而產生偏頗之現象。然因研究者於論文計畫口試時，口試委員認為質性研究應考量研究內容深入性為主軸，並宜顧及研究者時間安排是否得宜等因素……。研究者仔細反省，並斟酌自

身研究時程及能力有限、以及對於其他三所國民中學並不熟悉之情況後，遂將研究對象改以山水國民中學之健康與體育領域教師四位為研究對象，希望對於研究問題之聚焦更有幫助。

山水國中是臺北縣板橋市一所國民中學，創校至今近十五年半，由於地處板橋邊陲地帶與樹林、新莊交界處，學生來自板橋與樹林約各佔 50%（另有約 1~2% 來自新莊）。在過去，由於交通及地理條件不佳，學生生活教育有待加強，升學績效起伏不定，校園重點特色未能彰顯，加上學校與社區及學區國小缺少互動，曾經多年面臨學生大量流失，信心不足之危機，九十一年鄰近學校之新設立國中創校招生時，由於學區移撥，學校評估每年將減 8~9 班，至 93 學年度時將減班至約 70 班之規模。然而值得一提的是，近幾年來，在全體師生努力經營，發揮固本務實的精神，以校務發展計劃為發展藍圖，銳意改革，終於成功地營造優質校園新形象，學生人數不減反增至 111 班，脫胎換骨成為台北縣境內之中相當耀眼的明珠。研究者本身有幸恰為山水國中之一員，平日與同仁諸多互動，尚能維持良好之人際互動情誼；對於面邀山水國中健康與體育學習領域教師，進行訪談及論文研究相關討論交流事宜，佔盡地利之便，期能更加深入研究問題之核心，完成研究主題之各項任務。

二、台北縣健康與體育輔導團的簡介

台北縣健康與體育領域輔導團協助台北縣國中小及幼稚園教師從事課程、教材、教法、評量之研究改進及教學資源之運用，以增進教學效果，提昇教學品質，培養優質北縣、全人教育的新國民。健康與體育領域輔導團員任務如下：

- （一）協助縣政府教育局推廣、執行教育政策。
- （二）辦理分區及全縣性之專題研討會（每年至少研討會一次）、各領域教師工作坊或讀書會（二人一組，至少分四區辦理，每區至少十小時），輔導產出型之進修研習、介紹教育新知、發表重要文論。

- (三) 各校各領域正副召集人應主動參加各領域輔導團辦理的讀書會或工作坊，並透過評鑑機制了解各團運作情形。
- (四) 在團員所屬學校必須每學期義務擔任講師二小時，針對所屬領域別進行教師進修講座。
- (五) 輔導各校研究發展九年一貫課程之學校本位課程，整合基本能力與學習領域教學、進行課程設計、教材教法、評量方式的研究與改進，貫徹九年一貫課程之內涵與精神。
- (六) 輔導學校辦理教學研究會及教學觀摩會，引導創新教學、教學研究，促進教師專業成長，配合專業發展生涯規劃。
- (七) 輔導國中小學及幼稚園辦理、主持教學研討會、工作坊，建構課程發展模式，改進教學方法。
- (八) 充實及維護本縣建置之九年一貫課程『手拉手 Easy Go』網站各領域內容，提供網路諮詢服務，鼓勵教師透過網路進修、互動。
- (九) 輔導國中配合多元入學方案，轉換教學模式。
- (十) 輔導教師運用社區人力、物力資源，建立「社區營造」的概念，落實本土化教學。
- (十一) 期末繳交個人檔案。

在考慮到要研究對象時，根據質性研究不同的探索目的，將選擇對象的方式分為多種策略，本研究所採取的是「深入性」(intensity)之模式，因為「深入性」能提供豐富資料及深度現象；所以首先經由專家教師三名進行專家教師進行問卷及訪談表預試(專家效度)，其次經由健康與體育領域教師進行問卷訪談及輔導團成員進行問卷訪談。

其中，針對訪談部分，分別依任教專長及背景屬性，選擇山水國中學校健康與體育領域教師進行問題深度訪談，期盼能夠針對現階段健康與體育領域實施九年一貫課程之真實現況與面臨之問題呈現多元、客觀而具體之了解。

第四節 研究實施步驟與流程

本研究之研究步驟與流程為：文獻的閱讀與專家學者之建議、研究者個人的省思、確定研究題目及進行方向、撰寫研究計劃、選擇研究對象、進入現場搜集資料及分析、檢核資料、退出研究情境及再搜集資料分析歸納資料、撰寫論文等階段。其整個研究流程步驟，如圖 1-1 所示。以下分述之：

壹、文獻的閱讀與專家學者的建議

一、文獻的閱讀

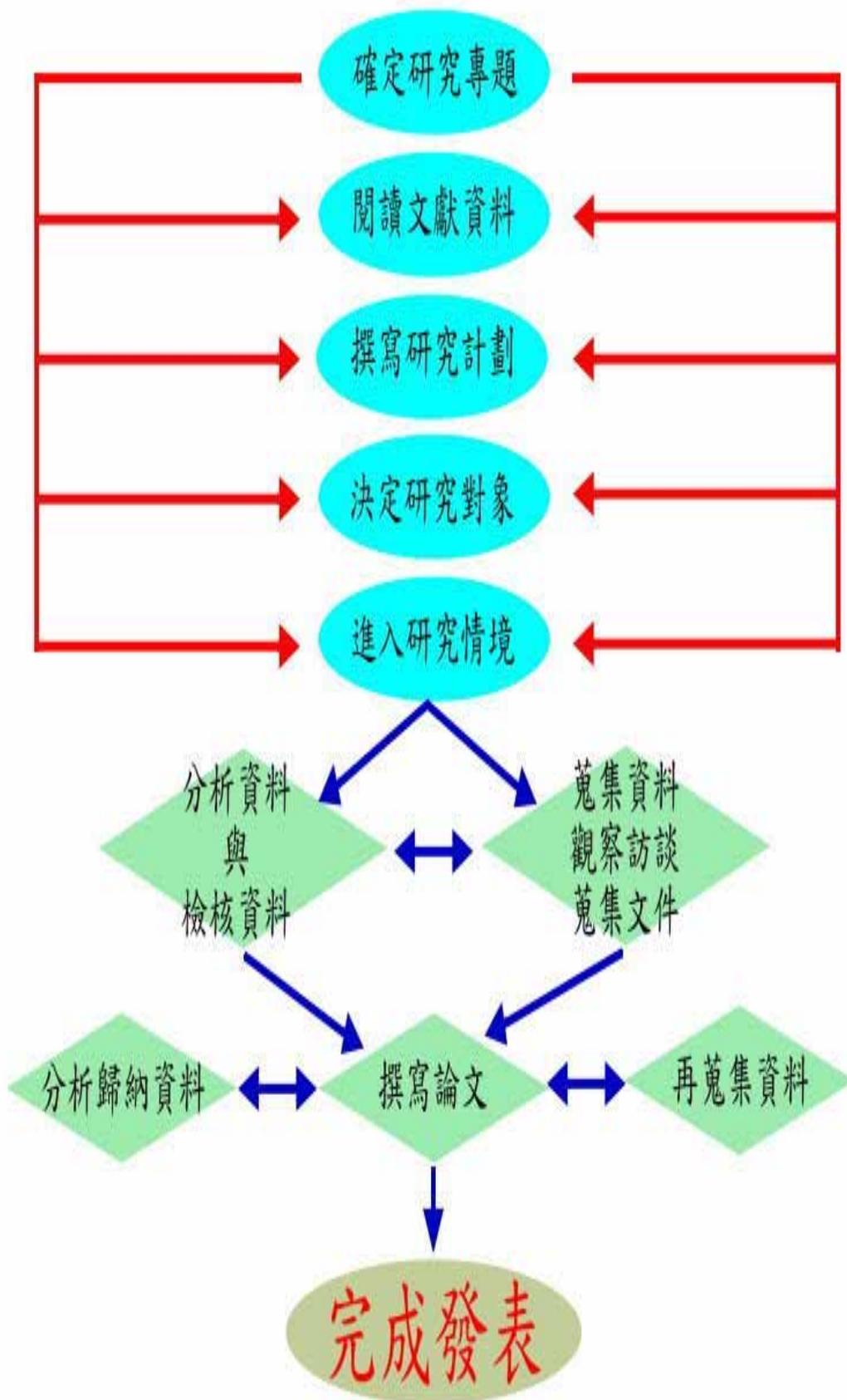
雖然說質性研究不像量化研究是根據完整的文件分析之後，才擬定自己的研究架構與假設，但是在進入現場前，還是應先閱讀相關文獻，這樣會有助於自己看事情的敏感度與明確的瞭解自己在現場所看到的現象其背後可能具有的理論基礎。因此，研究者在進入現場前已閱讀過許多相關的文章，期望能從這些文章中找出別人在探討健康與體育領域課程實施，所關注的焦點；此外一方面也會注意到不受文獻資料的影響，以避免進入現場時一些主觀性很強的偏見。

然而，質性研究的過程不若量化研究，是一種直線式的探索模式，而是一種周而復始的循環過程，常常在進入現場之後，才會決定研究問題的焦點，並且會隨時因情況而修改之（黃瑞琴，1991）。因此雖然研究者在進入現場前，已閱讀過相關文獻，但在進入研究場地之後，才發現到文獻的不足與焦點的不同。

二、專家學者的建議

在進入現場前，研究者長期接受論文指導教授單文經博士指引與帶領，並定

期與台北市龍山國中鄭秀琴校長、三民國中黃淑姿校長、東湖國中林蓮珠校長、金華國中許美蓉老師、台北縣平溪國中許麗伶校長、桃園縣董育明主任等，歷經十三次的論文小組會議共同研議討論後，獲得許多寶貴之意見與智慧，遂能初步形塑本研究論文計劃內容之初稿。



研究流程圖 1-1

第一次的專家諮詢會議，除了指導教授外，出席人員有博士班學長、江書良校長，那時研究者對於自己要採行質化或量化研究的方法，仍猶疑不決，在會議中得到的建議是：應確定自己的研究目的，再決定研究方法會比較好。

第二次的專家諮詢會議，除了指導教授外，出席人員有博士班學長陳鏗任及吳明崇主任，當時研究者已經決定採行質化研究的方法，會議中得到的建議是因研究者的焦點在於健體課程實施之檢討，所以可以以台北縣一所國民中學之領域教師四位進行開放性問卷訪談，並輔以專家教師、台北縣健康與體育領域輔導團成員進成訪談，期能掌握課程實施之問題核心現況，深入挖掘問題，充分理解現象之原由。

本論文的期中發表，出席的學者除了指導教授外，還包含了廖遠光教授、高博全教授。三位教授分別給予本研究相當寶貴的意見，包含研究方法、寫作格式以及研究重心的建議等。

貳、研究者個人省思

由於本研究是以研究者自身為工具對研究對象進行訪談與觀察，因此不論是在訪談期間或分析資料時，難免會涉入研究者自身的一些經驗背景，這就是詮釋學者所謂的「成見 (pre-judice)」，詮釋學大師高達美認為，成見並不是一件壞事，而是理解新事物所必須的先前理解；相反的，我們可以藉著這種先前理解來批判自身的限制以和我們所觀察到的現象，進行視域的融合（畢恆達，1996）。

一、研究者背景介紹

研究者是自然與生活科技領域教師，一直在台北縣國民中學服務。過去之兼任職務經歷包括有，擔任過兩年導師、兩年組長、七年主任之職務，曾因職務異動，分別服務於小規模與大規模的學校各七年，對於學校行政事務的推動上，頗

有心得。個人教學生涯中一直對於自然與生活科技學習領域之教學與研究，一直保持高度關注。除此之外，研究者對於健康與體育學習領域同樣擁有極為濃厚之興趣。除了依自己之興趣應邀擔任學校桌球運動代表隊教練外，也接受學校之配課安排擔任健康與體育體育領域課程之教學，長期以來對於健康與體育領域課程之實施具有一份特殊濃郁之熱情與感覺。期望能透過本研究的過程，不斷的自我反省，使自己對於健康與體育這個領域能有更深入的了解。

二、研究者的相關研究訓練

研究者在碩士班一年級時，曾經有幾次訪談的經驗。一次是修教育研究法時，訪問了質化研究吳明崇主任以及量化研究的王春生主任。在這門課中所用的訪談法是屬於半結構式的訪談，也由於這門課的知識與訪談經驗，讓研究者日後在與報導人訪談時，知道一些訪談的技巧。

三、在研究期間的個人反省

（一）對於試探性研究進行中二位教師的感謝

在研究初期，由於針對問卷之設計充滿不確定感，尤其是林林總總的課程實施問題重心難以掌握其焦點，所幸本校李、王二位健體教師經常提供我實務上之第一手資料與意見，使我能夠減少許多摸索的冤枉路因而回歸問題的重心所在，十分感激。

（二）研究者和訪談教師的關係

對於訪談教師，研究者由於工作之便和他們一直都維持蠻好的人際互動關係，因為訪談教師都會主動提供資訊及生活經驗給研究者。而在上學期末時，研究者對於要探討課程特色、問題與困難時，深深引以為苦，很怕造成訪談對象過多的負擔，所幸這些教師不但未曾拒絕，大多

主動關心我的進度與研究概況，令我感到無限的溫暖。

參、確定研究專題

在後來陸續從文獻資料中，了解健康與體育領域課程之特色及相關問題之所在，藉由延續別人的研究擴大不同領域、二是找出更精實的主題集中於專注的領域；多次經由指導教授的指導討論，然後去擴展問題的驗證與論述，決定以「台北縣國民中學健康與體育領域課程實施九年一貫課程之檢討」為題進行研究。

肆、撰寫研究計劃

在確定研究專題後，研究者根據搜集資料、研讀文獻，加以分析比對思考形成研究架構，並將原始想法修正，尋求在理論架構內張成條理論述，開始著手撰寫初步的研究計畫，再與指導教授充分討論後，有了一個正式的研究計劃，可以進行研究。

伍、選擇研究對象

確定研究方法以訪談及開放性問卷調查之後，藉由研究者本身較熟悉的學校當中，選擇了台北縣山水國中健康與體育領域教師，進行訪談研究工作；其次，依照安排規劃之期程針對台北縣健康與體育輔導團成員及專家教師進行訪談相關研究。

陸、進入研究情境

研究者從相關文獻資料整理中，擬定具體的問卷內容及訪談大綱。

柒、分析與檢核資料

資料的整理與分析是配合搜集資料的程序同時在進行，它是一種循環式反覆的持續動作。質的研究本身會對所搜集到的資料，因研究者的主觀而有偏好或偏向，為此為避免過度落入此狹思，在記錄與檢核資料時要有去除個人偏好、或有預設之立場看法的準備，不作干涉性的提出意見導引或去埋伏願意看到結果的佈局，這是非常重要的且需堅持執行。

捌、統整歸納資料

分析歸納資料的完備與否，決定在先前初步檔案歸類的正確，或是後來搜集到更好更有價值資料的入檔，並使思路清晰，能以找到聚焦的論點，如此分析歸納才會順利。當然，各項資料的歸類、分析與呈現，皆以其最適合出現的討論範圍為依據，儘量避免重複。

玖、實際撰寫論文

在真正進入撰寫論文這一個階段，它是於分析歸納資料、重新找齊資料，支持建立論點時就同時開始了，並不是一步接一步那麼斷然的階段之別，而是一個循環，是常跳出又接入的過程。尤其是被指導教授分段分時審閱時，那種修正與指點迷津，才是最大的打擊，當然這也就是最大的收穫，因為，往往可迷途知返，甚至茅塞頓開豁然開朗，打通任督二脈從此功力大增，又是一個嶄新的開始，賣力的寫下去。

小結：

本文提供研究者研究思路方向之指引，釐清觀念避免研究過程困難與迷失，完成研究工作。文獻的閱讀與學者專家的建議提供研究者建立正確理念並減少摸索過程諸多冤枉路，研究者個人的省思為繁複龐雜的問題進行思索梳理及分析，確定研究專題樹立研究方向，撰寫研究計畫縝密周延減少誤差，選擇研究對象進行觀察訪談及調查，進入研究情境具體驗證問題情況，分析檢核資料形消除主觀屏障，統整歸納資料形成聚焦論點，實際撰寫論文完成研究成果。

第五節 研究範圍與研究限制

壹、名詞釋義

一、九年一貫課程

即教育部於 2000 年 9 月所公佈「國民教育階段九年一貫課程總綱綱要」，其目的在透過人與自己、人與社會、人與自然等人性化、適性化、統整化與現代化之學習領域教育活動，傳授基本知識，培養具備人本情懷、統整能力、民主素養、鄉土與國際意識，以及能進行終身學習之健全國民。據此，國民教育階段的課程設計應以學生為主體，以生活經驗為重心，提供統整之七大領域為學生學習內容，以達成國民教育階段學校教育目的。

二、健康與體育學習領域

「健康與體育學習領域」係指教育部於 2000 年 9 月 30 日台（89）國字第 89122368 號函公佈之「國民中學九年一貫課程暫行綱要」中所規劃之七大學習領域所指稱之健康與體育學習領域，其主要學習內涵包含由原有「健康教育」與「體育」所統整之生長、發展、人與食物、運動技能、運動參與、安全生活、健康心理與群體健康等七大學習主軸，以邁向「全人健康」為目標。

貳、研究限制

本研究基本上屬於一探索性個案研究，在研究過程中受到人力、時間、設備、能力等條件影響，導致下列的四個限制：

一、研究時間的限制（發展性不夠）

由於本研究進行期間，研究者仍在職任教並身兼行政工作，分配時間上較零散，面對幅員遼闊的台北縣，在能力、時間上較感不足，爰以抽樣方式進行研究。但也由於九年一貫課程全面推動迄今方屆三年，就課程發展的時程而言，實具限制性。

二、研究範圍的限制（隱含性侷限）

本研究之範圍以台北縣一所國中四位健康與體育學習領域教師為主，進行研究訪談、觀察及文件分析。

三、研究方法的限制（單一性方法）

本研究以質化詮釋性研究為方法。未來在此方面的研究，可以多方面引用多重方法、涵蓋少部份量的研究問卷來驗證輔佐，或者加強參與者的查核、運用三角測量法來證實研究發現等等，以建立理論。本研究即採部分開放性問卷，最後運用三角測量法來證實研究發現，如此更可掌握確實的資料分析及在正確的研究方法下定結論。

四、研究推論的限制（偏重性推論）

本研究選定四位專家教師及輔導團成員為研究對象，深入瞭解其健康與體育領域課程之相關問題。由於專家教師的人格特質、所處教學情境、及教學理念經驗背景，因人而異；所以，本研究就必須在推論上更謹慎，不可偏一或過度引申，這是要存在的一個判斷思考。

