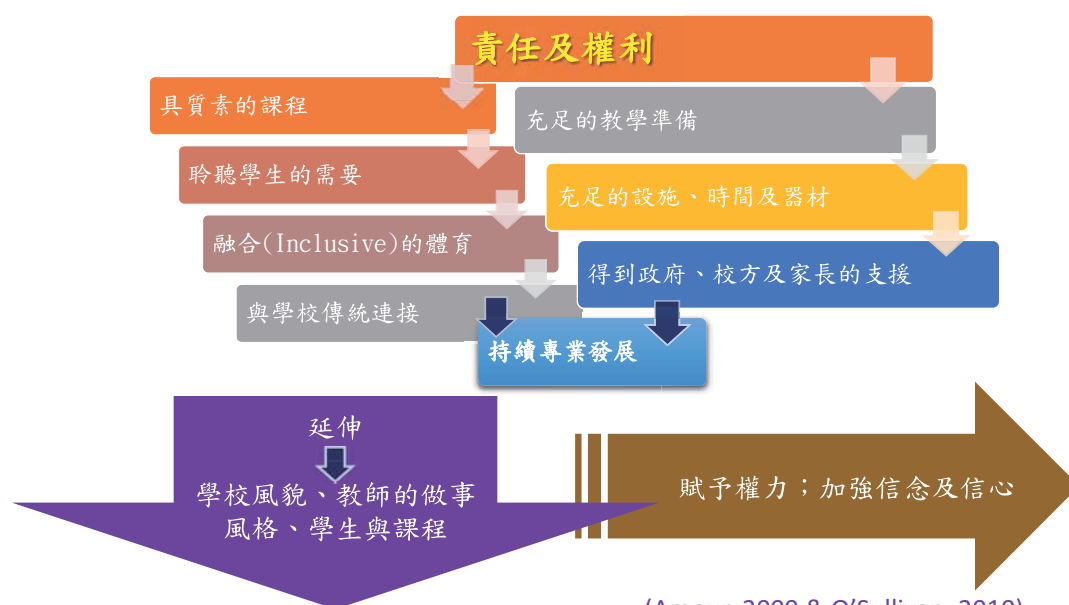




## 體育素養與體育教育

# 通過體育教師持續專業發展 深化傳承活躍新一代

## 體育教師持續專業發展的重要



## 香港體育教師教育發展

年份	香港體育教師教育發展大事
1952	羅富國師範專科學校首設體育選修課，共有5名本地華人學生修讀。
1961	第三師範專科學校第一屆體育選修科一年制課程的學生畢業。 第三師範專科學校改名為柏立基師範專科學校，學制依然是一年制。
1971	柏立基教育學院開設特別體育班和體育雙主修科。
1973	葛量洪教育學院開辦首屆體育教師專科證書課程或稱為第三年體育專修科課程。
1982	體育教師專科證書課程改名為體育高級師資訓練課程。
1988	香港中文大學增設體育副修課程。
1989	香港中文大學開辦首個兼讀教育學士(體育)學位課程。

劉國安(2011)。回歸後香港體育教師教育發展研究。武漢體育學院博士論文

## 香港體育教師教育發展

年份	香港體育教師教育發展大事
1992	<ul style="list-style-type: none"> <li>香港教育統籌委員會發表《第五號報告書》，建議羅富國教育學院、葛量洪教育學院、柏立基教育學院、香港工商師範學院及語文教育學院脫離政府架構，合併成為一所獨立的教育學院。</li> <li>香港中文大學成立體育運動科學系。</li> <li>香港浸會大學成立體育系，並開辦三年全日康樂及體育學文學士(榮譽)學位課程，以培養體育行政管理人才。</li> <li>香港大學教育學院推出四年兼讀制教育學士(體育及運動科學)課程，每年培訓30名在職體育教師。</li> </ul>
1998	香港教育學院開設小學教育榮譽學士(體育)學位課程。
2002	香港教育學院首屆小學教育榮譽學士(體育)學位課程學生畢業。

劉國安(2011)。回歸後香港體育教師教育發展研究。武漢體育學院博士論文

## 中國體育教師教育發展

體育教師的職業要比其他學科教師**出現晚**得多，現代體育教師的職業至今也就只有**109年的歷史**

(毛振明、2013)

於[香港小學體育教師的專業生涯的序]

分別由英國及美國超過4,000名傳教士於19世紀在中國興辦教會學校把體育(課程)引進中國。

“全運會”的雛形——是由當時YMCA於上海舉辦以田徑項目為首的運動競賽開始的

Zhang & Zhang, 2013

## 中西文化交匯

從美國歷史中的「運動是良醫」的概念

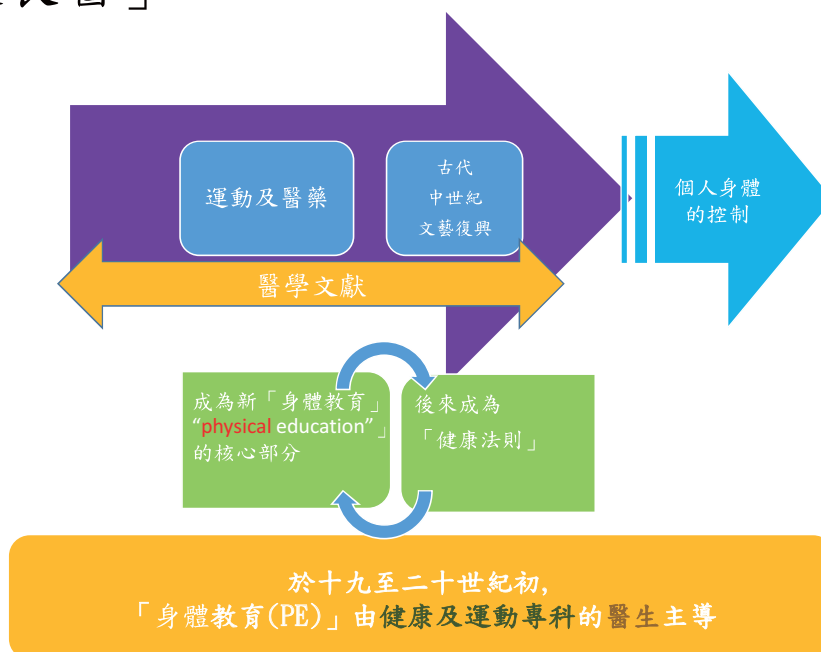
Exercise is Medicine

(Berryman, 2010)



看體育教師教育發展

## 「運動是良醫」



## 新「身體教育」行業



當時大部份任教「身體教育」的醫生會修讀人體測量學, 運動處方, 主持健康講座及監督在大學校園成立的新健身場所。



馬薩諸塞州公共教育總監(the Superintendent of Public Instruction in Massachusetts)稱之為「健康之宮殿(Palaces of Health)」

## 「身體/體育教育(physical education)」的改變



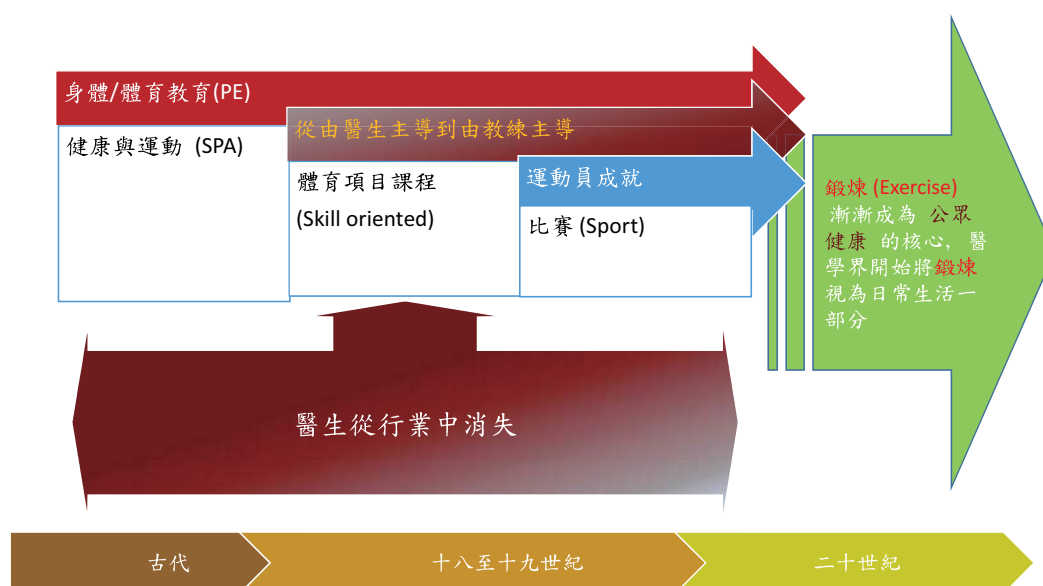
- 二十世紀初，「體育教育」的核心從身體發展及健康指導改變為比賽與競技運動(games and sports)

1890s 後期 - 強身基督教行動  
(the Muscular Christianity Movement)  
發明籃球與排球

- 為了教導和訓練比賽(games)，學校及大學需要有一項或以上運動專項的教練，而非醫生
- 因此，在高中和大學的體育教育有了新角色：



## 「運動是良醫」



## 身體/體育教育的改變



- 身體/體育教育成為運動項目的技巧練習課程，並成為校內，校際及大學之間的比賽項目。
- 由於**力量輸出**的水平(the level of **exertion**)普遍超出「健康法則(Laws of Health)」的中庸之道(the rule of moderation)，因此醫學界**視**競技式比賽運動為**有害**及**具有潛在危險**。

過去的日子, 身體/體育教育  
由社會建構！

## 運動(EXERCISE)回到醫學領域



- 七十、八十年代，**驚人的**報章頭條：

“Youth Going Soft Again”  
“Many Children Flunk Fitness Tests”  
“2 out of 3 Kids Fail Fitness Test”  
“America’s Kids Are Physical Wimps, President’s Council Says”  
“Youngsters Are Getting Fatter, Not Fitter.”

解釋很簡單，我們的教育制度是十分強調只由一少部分半專業運動員所參與的公開比賽，而沒有去理會學生的身體健康狀況。

(James Michener, 1976)

## 全球化 VS 注重本土化



- 更多例子: **(2012倫敦奧運會)**
  - 英國首相卡梅倫敦促學校體育進行“文化改變”
  - 倫敦市長鮑里斯·約翰遜敦促**每天兩小時體育課**

(BBC news Education correspondent, 9 August 2012)

### 反思

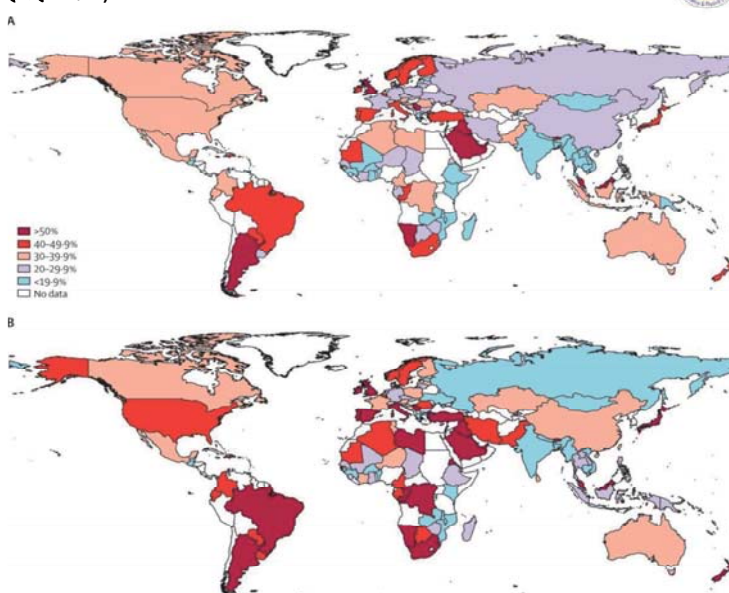
若將「英美學校體育」在香港的文化及環境中  
複製(Cloning)及實行會如何?

## 全球成年人缺乏體力活動情況

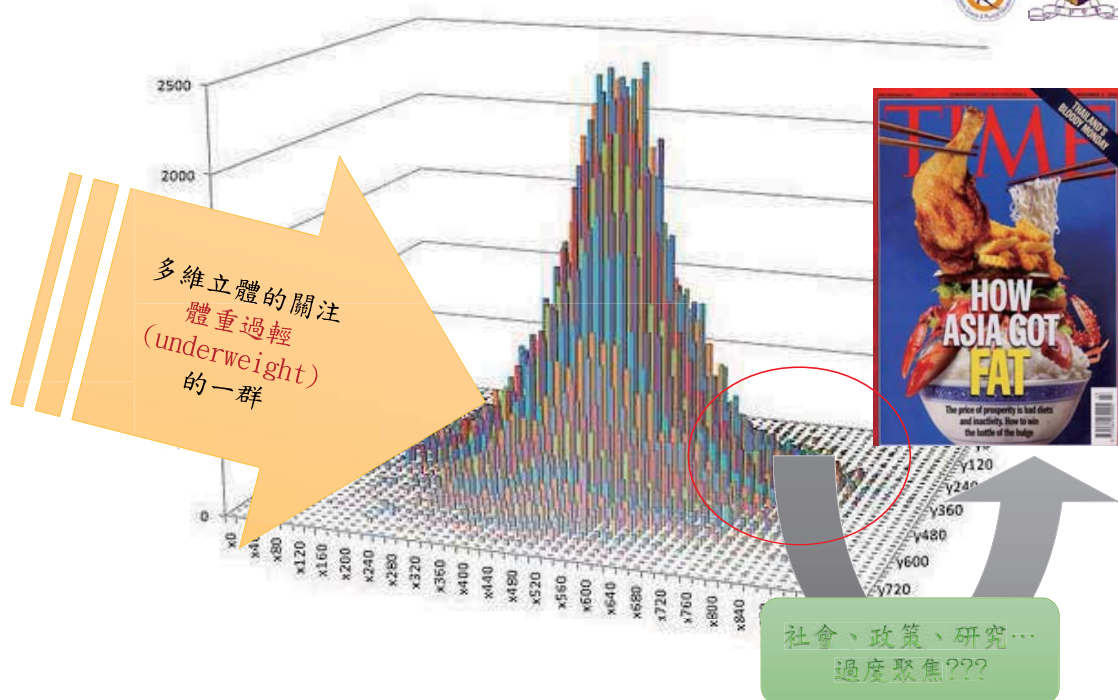
(Physical inactivity) (十五歲或以上)

男 (A) ; 女 (B)

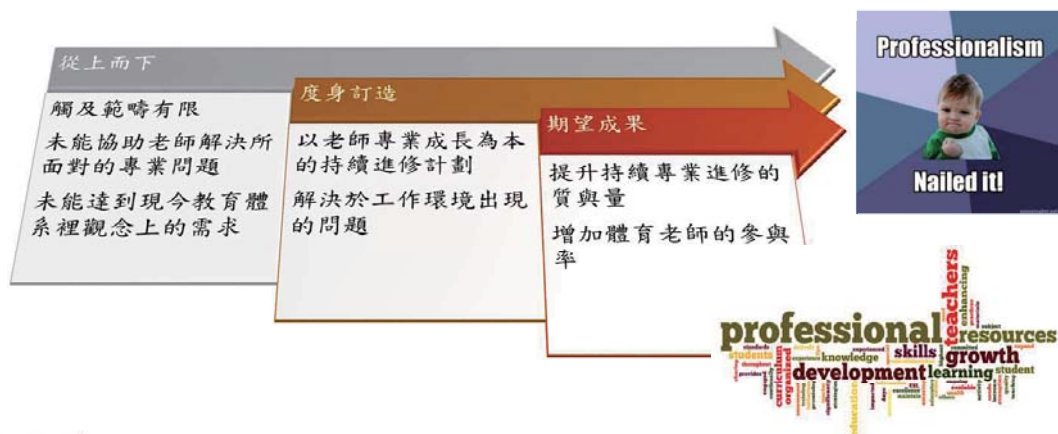
- 全球上, **31.1%** 成年人缺乏體力活動 (physically inactive)
- 幅度由**東南亞(17%)** 到**美洲及地中海東部(43%)**
- 缺乏體育鍛煉
  - 隨年紀增長惡化
  - 女性情況較嚴重
  - 高收入國家較嚴重



資料來源: Lancet Physical Activity Series Working Group  
[The Lancet 2012; 380:247-257](#)



## 香港體育教師持續專業進修的挑戰



積聚傳知  
思量當需  
海傳騰求

## 香港體育教師-暑期學校

2012年香港暑假學校 – 學校體育在香港的價值

2013年香港暑假學校 – 活躍新一代

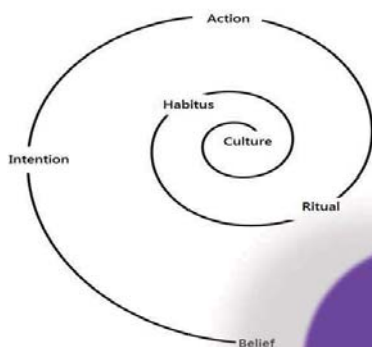
2014年香港暑假學校 – 體育教師的傳承：培育活潑新世代

2015年香港暑假學校 – 體育素養

2016年香港暑假學校 - 體育老師的評估素養

2017年香港暑假學校 – 透過體育培養正面價值觀和積極的態度

## 專業發展的反思



以過去的知識，  
去教我們現在的學生，  
給他們用作應付未來的社會？

積聚博知  
思量當需  
誨傳瞻求



## 體育素養？！

### “素養”是什麼？！

素養是透過理解、閱讀、創造、學習與交流，進而結合及啟發不同背景相關元素之能力。

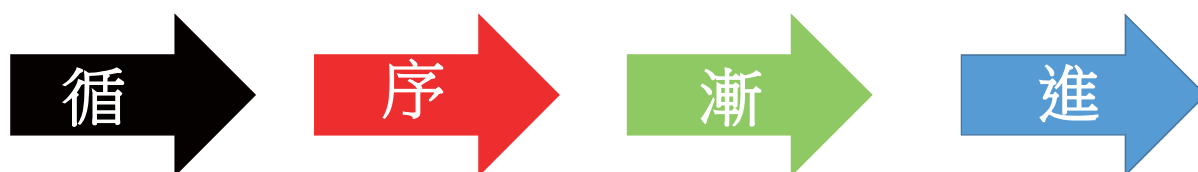
透過連續性之學習過程，使個人能夠實現他或她的目標，發展他或她的知識與潛力，並充分實踐與貢獻社會。

(UNESCO)

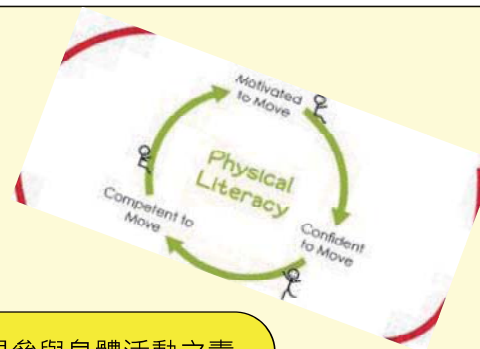
## 素養“技能”概念

素養	數學	音樂	體育素養
✓ 單字	✓ 數字123	✓ 音符	✓ 運動詞彙
✓ 文字	✓ 分數	✓ 音階	✓ 運動技能順序
✓ 句子	✓ 方程式	✓ 曲調	✓ 運動任務

(PHE Canada, 2015)



## 體育素養?!



體育素養乃為動機、信心、身體素質、知識和理解，並且以重視參與身體活動之責任歷程（Whitehead，2014）。

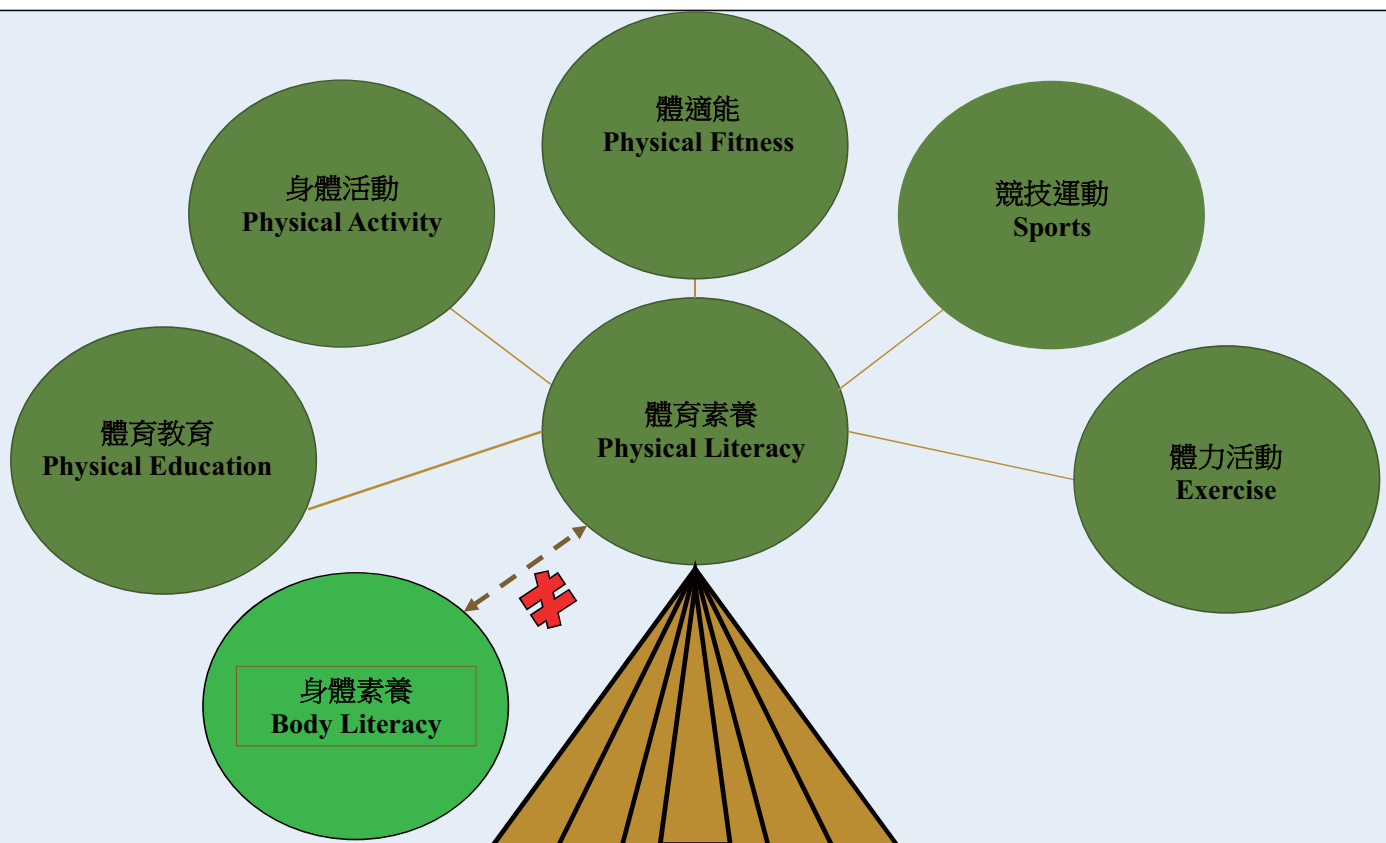
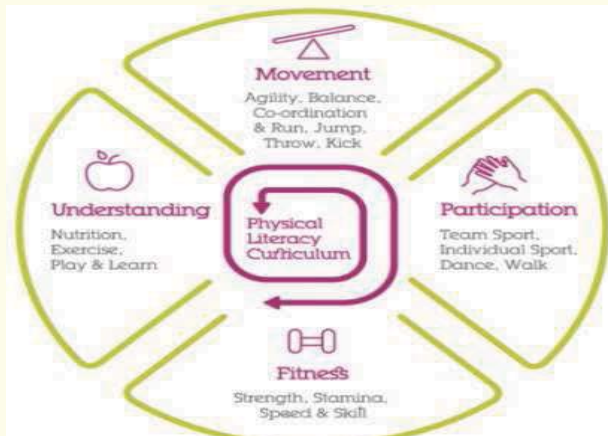
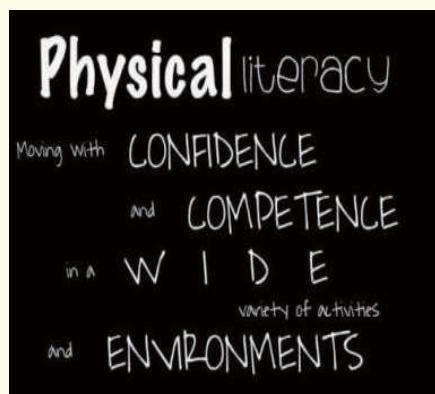
體育素養獲得的基本生活技能對於啟發每個孩子、青年和成年人為全人發展之重要因素，同時，21世紀中“社會”和“經濟”不可或缺的發展關鍵。

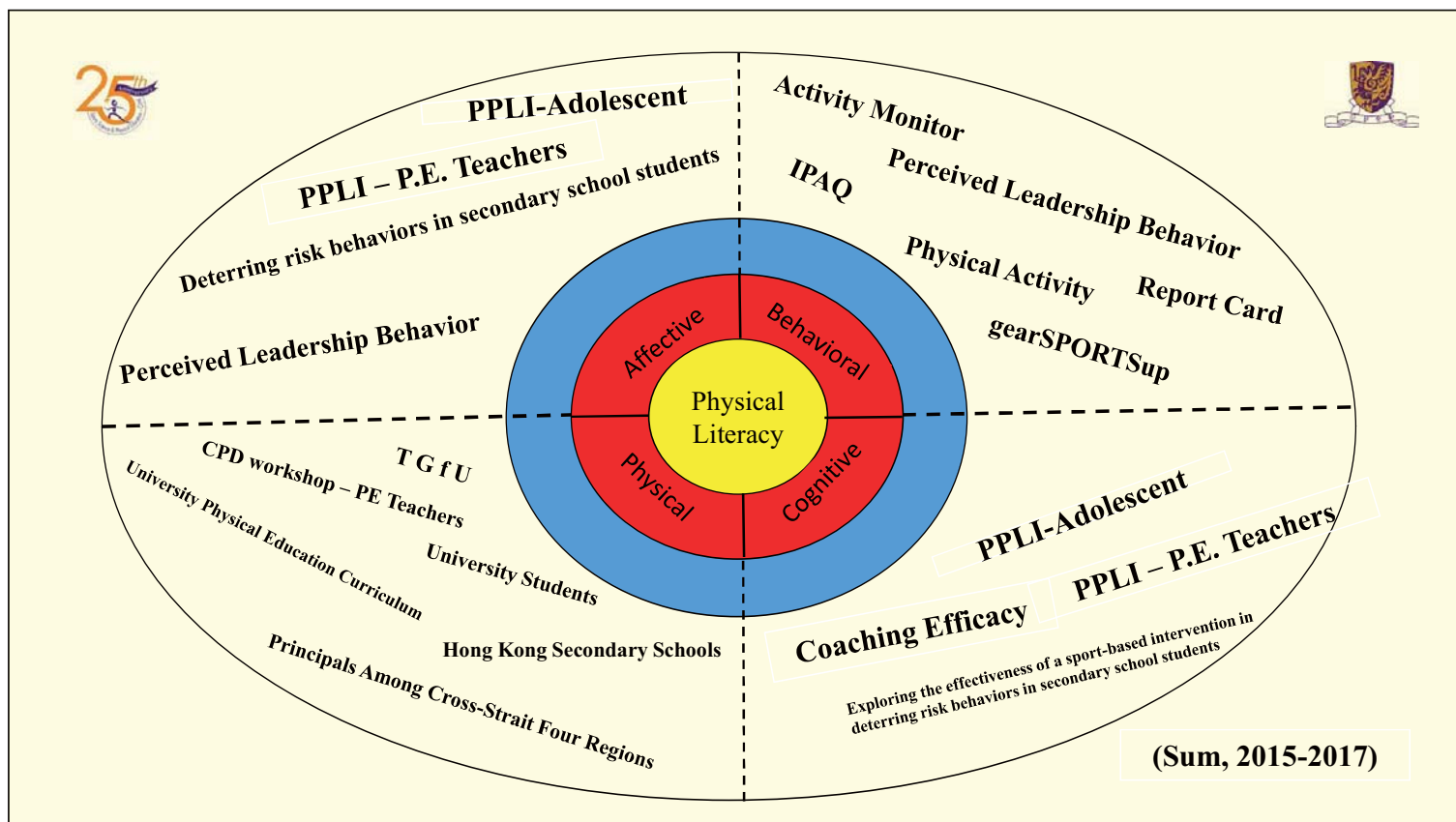
(UNESCO)

具有“體育素養”之個人，在多元環境中之能力與信心，透過各種各樣的身體活動展現，有益於整個人的健康發展 (PHE Canada)。

體育素養?!

身體技能 + 信心 + 機會 = 體育素養!!!





施我裝備-運動傳承  
“中學生運動員支援計劃”

## 體育素養 “藍海” 探析



1

體育教師**體育素養**量表認知與建構之研究

2

青少年認知**體育素養**量表之驗證

3

體育教師感知**體育素養**及教學效能之關係

4

“中學生運動員支援計劃” - 培育不同層次之學術與運動發展

5

探索**體育素養**在香港中學教練效能與領導行為之關係研究

6

探討兩岸四地中學校長活動量與**體育素養**之關係研究

7

感知**體育素養**之探討 - 以香港大專學生為例

8

應用**體育素養**-體育教育實踐之探討

9

香港與臺灣職前體育教師-**體育素養**和體育教學效能之關係研究

## 體育教師體育素養量表認知與建構之研究



本研究目的針對**體育教師**建構和驗證“感知體育素養量表”（**PPLI**）。

我具有正面的運動態度和興趣。

我能欣賞自己或他人做運動。

我能認知運動對健康的好處。

我能達到自己年齡標準的體適能水平。

我具備自我健身管理的能力。

我具備自我評價健康的能力。

我有較好的社交技能。

我對戶外求生具信心。

我懂得處理困難。

## 影響青少年身體素質的因素 – 開發PPLI-A量表之經驗



本研究目的針對**青少年族群**建構和驗證“感知體育素養量表”（**PPLI-A**）。

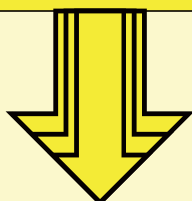


I possess self-management skills for fitness	我具備自我健身管理的能力。
I possess self-evaluation skills for health	我具備自我評價健康的能力。
I am physically fit, in accordance with my age	我能達到自己年齡標準的體適能水平。
I am capable in handling problems and difficulties	我懂得處理困難。
I have strong social skills	我有較好的社交技能。
I am confident in wild/natural survival	我對戶外求生具信心。
I have a positive attitude and interest in sports	我具有正面的運動態度和興趣。
I appreciate myself or others doing sports	我能欣賞自己或他人做運動。
I am aware of the benefits of sports related to health	我能認知運動對健康的好處。

## 體育素養與體能教育在香港之教學效能探究



探討體育教師在“**體育素養**”和“**教學效能**”之間，獲得良好的效能展現。



↑ **體育素養** ↑ **教學效能**  
↑ **體育教師** ↑ **專業持續進修時數**  
↓ **體育素養** ↑ **教學經驗**

# 體育教育持續發展對教師身體素質和自我效能及學生學習成果的影響

## 研究目的

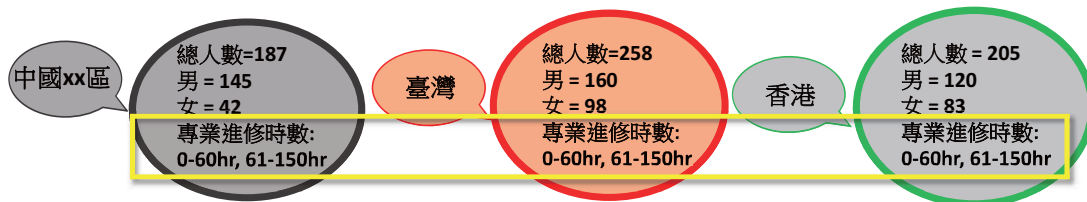
探討“**體育專業發展 (PE-CPD)**”針對教師**體育素養**、**自我效能感**，以及**學生學習成果**之間的影響。

**PE-CPD 體育教師專業持續進修**

## 體育教師專業持續進修 – 工作坊

日期:	內容:	
	理論課	實踐
21/1/2017 (0900-1300)	體育素養和體育教學效能簡介及行動研究 (一)	身心舒展
7/2/2017 (1800-2145)	運動創傷	運動包紮
25/2/2017 (0900-1315)	體育課的法律責任	高強度間歇訓練
7/3/2017 (1800-2145)	特殊學生的教學	遊戲及運動教學
8/4/2017 (0900-1300)	Student Learning Outcome and Teachers' Autonomy Support Toward Teaching Games for Understanding (TGfU) Through Adopting Accessible Technology and Alternative Sport Equipment: An Asian Experience	
22/4/2017 (0900-1300)	優秀運動員發掘與發展	運動按摩
29/4/2017 (0900-1300)	單車工作坊	
13/5/2017 (0900-1300)	運動教育	
20/5/2017 (1330-1730)	1.中國兩岸三地體育教師專業進修的實施與挑戰 2.以「遊戲方式」進行體育課之體適能活動	
23/5/2017 (1800-2145)	有關運動壓力裝備及運動補充用品)	花式跳繩
6/6/2017 (1800-2145)	體育課與科技教學	
17/6/2017 (0900-1300)	氣排球	
27/6/2017 (1800-2145)	理論課行動研究二	

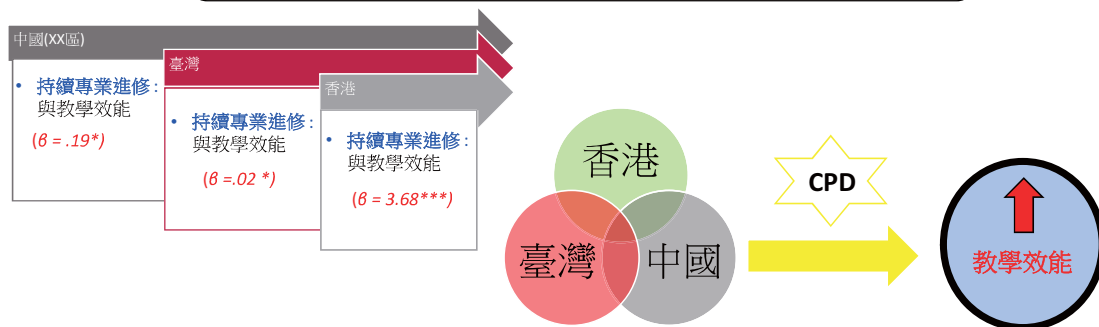
## 體育教師自覺(感知)體育素養及教學效能之關係



感知體育素養與教學效能因素相關分析：

中國xx區(.681\*\*); 臺灣(.534\*\*); 香港(.510\*\*)

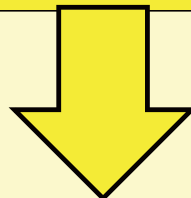
顯示各地區在體育教師感知體育素養與教學效能之因素為良好相關。



## 探索體育素養在香港中學教練效能與領導行為之關係研究



研究旨在探索體育素養針對教練教學效能之影響，並嘗試透過學生運動員瞭解運動教練領導行為與教學效能之關係。



研究發現體育素養高低，影響運動教練教學、指導的具體概念。同時，發現當學生運動員有較高認知體育素養較容易察覺與吸收有效性指導。此外，根據結果顯示香港中學的教練與學生運動員之間的輔導效能存在不平等的認可關係。

## 探討兩岸四地中學校長活動量與體育素養之關係研究



研究旨在調查兩岸三地（中國大陸，香港和臺灣）中學校長的身體活動量（PA）水平和體育素養（PL）自我感知能力；並透過“體育法”或“政策”之視角，探討中學校長 PA 和 PL 針對學校運動發展的影響和差異。

- 1) 體育政策 影響校長 體育素養 和 身體活動量 之水平。
- 2) 校長 體育素養 和 身體活動量 水平高低，影響學校體育之發展。
- 3) 學校體育發展影響學生參與 身體活動量 和 體育素養 水平展現。

## 認知體育素養之探討 – 以香港大專院校學生為例

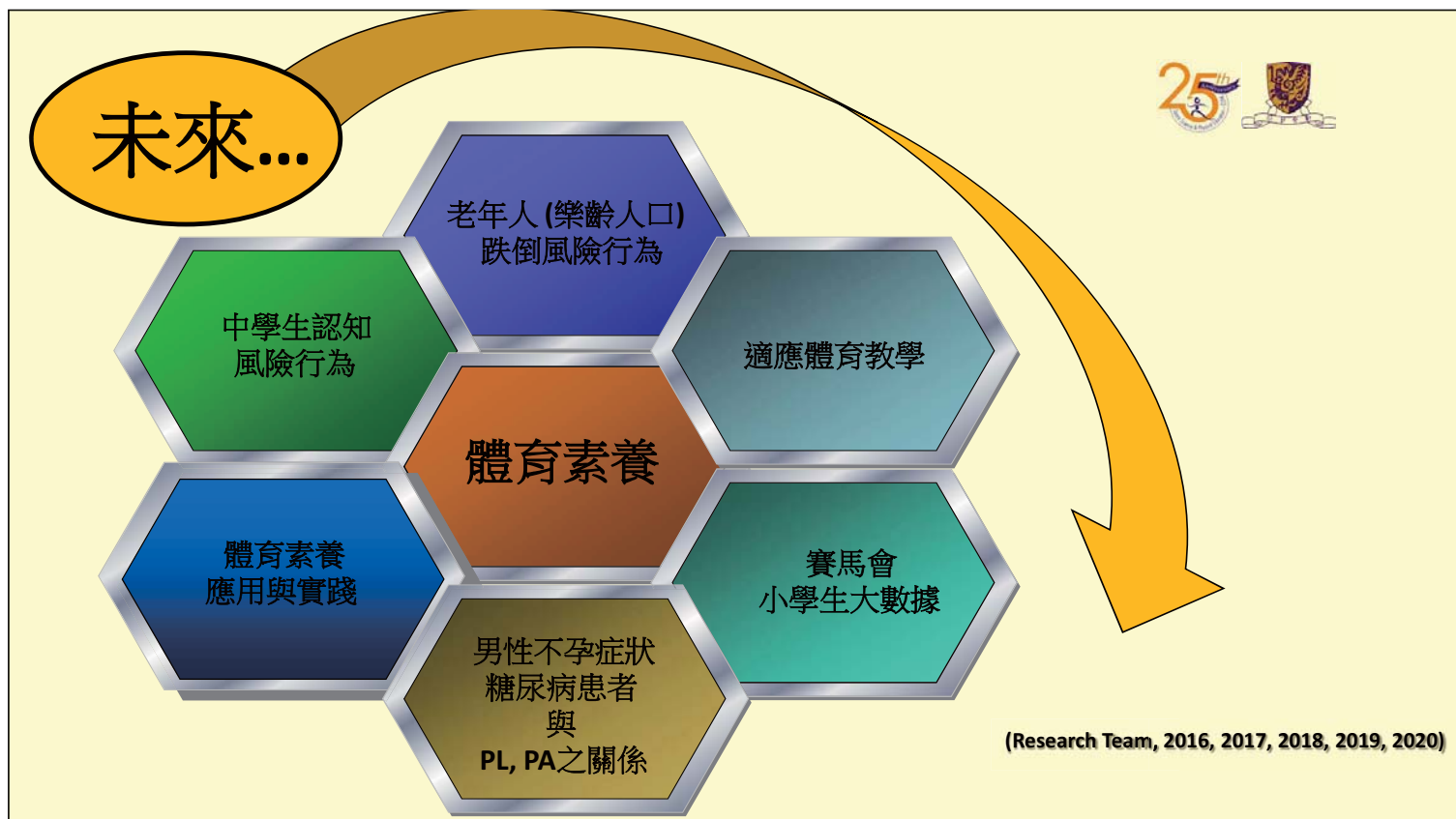
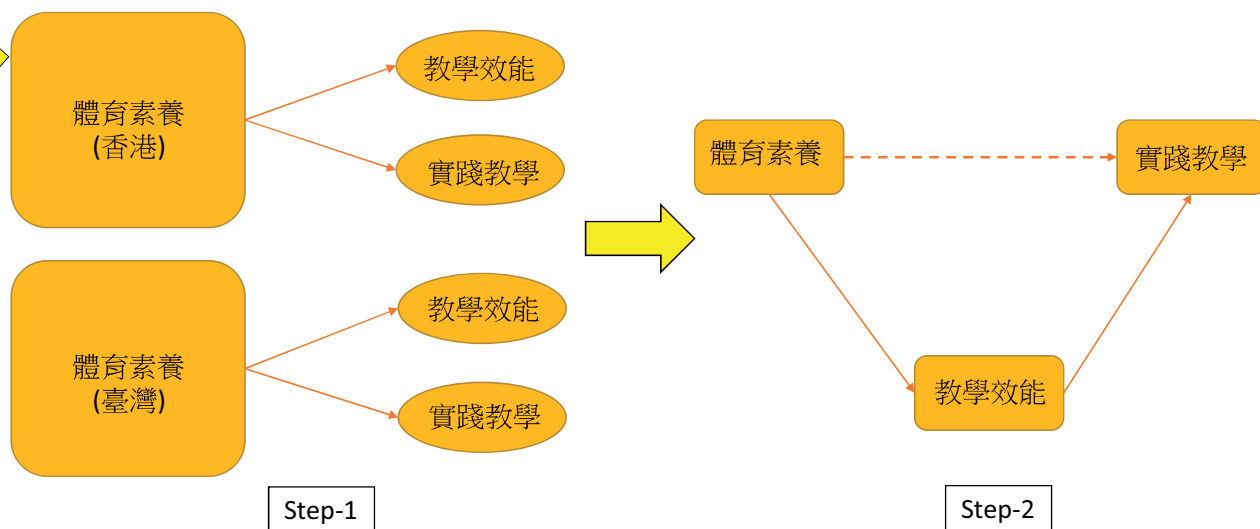


探討香港大學生針對不同體育運動教育模式，影響認知體育素養之差異。

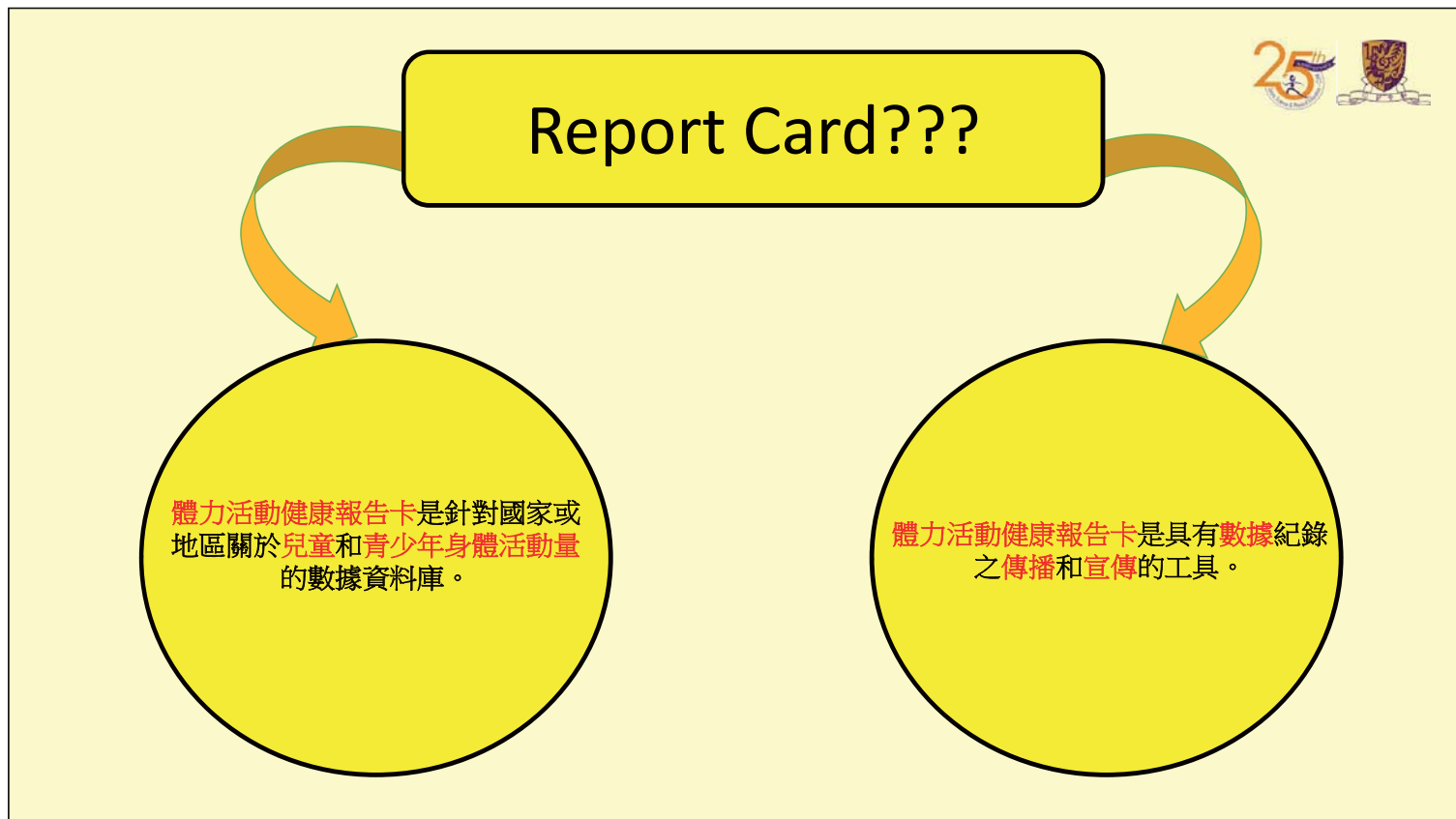
- 1) 義務性教育，體育教育課綱之大學 ( $p = 0.000$ )
- 2) 強制性和選修性體育課程之大學 ( $p > .05$ )
- 3) 體育教師加強促進學生參與體育課程之大學

# 香港與臺灣職前體育教師-體育素養和體育教學效能之關係研究

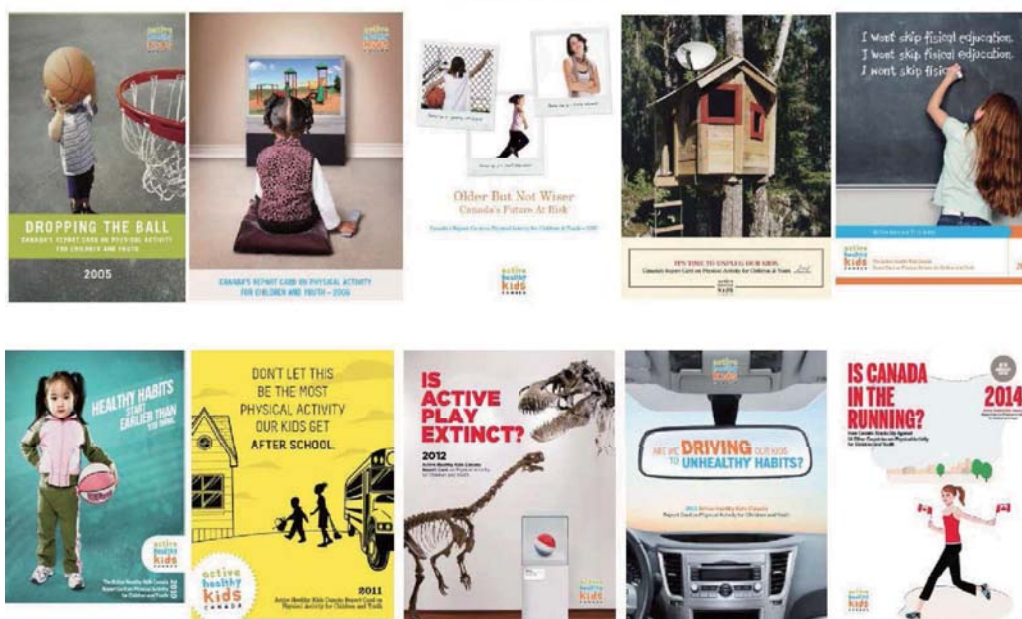
教師培育計劃，“教學效果”在學習期間必須培養能夠克服障礙的教學效能。研究假定體育素養較高的教師能夠影響與培養學生終身運動的意識及行為，從而設計與修改新的課程 (加入體育素養之概念)，進而強調體育素養的重要性。



## 概念實踐與實務發展



## History of Report Card – Canadian Model 2005-2016



## Global Matrix 1.0

	1. OVERALL PHYSICAL ACTIVITY	2. ORGANIZED SPORT PARTICIPATION	3. ACTIVE PLAY	4. ACTIVE TRANSPORTATION	5. SEDENTARY BEHAVIORS	6. FAMILY AND PEERS	7. SCHOOL	8. COMMUNITY AND THE BUILT ENVIRONMENT	9. GOVERNMENT	
A										
B										
C										
D										
F										
INC										



OVERALL PHYSICAL ACTIVITY	ORGANIZED SPORT PARTICIPATION	ACTIVE PLAY	ACTIVE TRANSPORTATION	SEDENTARY BEHAVIOURS	FAMILY & PEERS	SCHOOL	COMMUNITY & THE BUILT ENVIRONMENT	GOVERNMENT STRATEGIES & INVESTMENTS
Mozambique <b>B</b>	New Zealand <b>B</b>	New Zealand <b>B</b>	Finland <b>B</b>	Ghana <b>B</b>	Australia <b>C</b>	England <b>A+</b>	Australia <b>A+</b>	Colombia <b>B</b>
New Zealand <b>B</b>	Australia <b>B+</b>	Kenya <b>C</b>	Mozambique <b>B</b>	Kenya <b>B</b>	Canada <b>C</b>	Finland <b>B</b>	Canada <b>B+</b>	Finland <b>B</b>
Mexico <b>C+</b>	Canada <b>C+</b>	Mozambique <b>C</b>	Nigeria <b>B</b>	New Zealand <b>C</b>	Finland <b>C</b>	Australia <b>B+</b>	England <b>B</b>	Scotland <b>B</b>
Kenya <b>C</b>	Finland <b>C</b>	Nigeria <b>C-</b>	Mexico <b>B-</b>	Ireland <b>C-</b>	Kenya <b>C</b>	New Zealand <b>B-</b>	Finland <b>B</b>	South Africa <b>B</b>
Nigeria <b>C</b>	Ghana <b>C</b>	Finland <b>D</b>	England <b>C</b>	Colombia <b>D</b>	New Zealand <b>C</b>	Canada <b>C+</b>	Ireland <b>B</b>	Australia <b>C+</b>
England <b>D+</b>	Kenya <b>C</b>	Australia <b>INC</b>	Kenya <b>C</b>	Finland <b>D</b>	Scotland <b>D-</b>	Kenya <b>C</b>	Scotland <b>B</b>	Canada <b>C</b>
Colombia <b>D</b>	South Africa <b>C</b>	Canada <b>INC</b>	Scotland <b>C</b>	Mexico <b>D</b>	Colombia <b>INC</b>	Mozambique <b>C</b>	United States <b>D+</b>	Kenya <b>C</b>
Ghana <b>D</b>	England <b>C-</b>	Colombia <b>INC</b>	South Africa <b>C</b>	United States <b>D</b>	England <b>INC</b>	Ireland <b>C-</b>	New Zealand <b>C</b>	Mexico <b>C</b>
Finland <b>D</b>	Ireland <b>C-</b>	England <b>INC</b>	New Zealand <b>C-</b>	Australia <b>D-</b>	Ghana <b>INC</b>	United States <b>C-</b>	Ghana <b>D</b>	Mozambique <b>C</b>
South Africa <b>D</b>	United States <b>C-</b>	Ghana <b>INC</b>	Australia <b>D</b>	Canada <b>F</b>	Ireland <b>INC</b>	Ghana <b>D</b>	South Africa <b>D</b>	Ghana <b>D</b>
Australia <b>D-</b>	Colombia <b>D</b>	Ireland <b>INC</b>	Canada <b>D</b>	Nigeria <b>F</b>	Mexico <b>INC</b>	Mexico <b>D</b>	Mexico <b>F</b>	England <b>INC</b>
Canada <b>D-</b>	Mexico <b>D</b>	Mexico <b>INC</b>	Ghana <b>D</b>	Scotland <b>F</b>	Mozambique <b>INC</b>	South Africa <b>D</b>	Mozambique <b>F</b>	Ireland <b>INC</b>
Ireland <b>D-</b>	Mozambique <b>F</b>	Scotland <b>INC</b>	Ireland <b>D</b>	South Africa <b>F</b>	Nigeria <b>INC</b>	Colombia <b>F</b>	Colombia <b>INC</b>	New Zealand <b>INC</b>
United States <b>D-</b>	Nigeria <b>INC</b>	South Africa <b>INC</b>	United States <b>F</b>	England <b>INC</b>	South Africa <b>INC</b>	Nigeria <b>INC</b>	Kenya <b>INC</b>	United States <b>INC</b>
Scotland <b>F</b>	Scotland <b>INC</b>	United States <b>INC</b>	Colombia <b>INC</b>	Mozambique <b>INC</b>	United States <b>INC</b>	Nigeria <b>INC</b>	Nigeria <b>INC</b>	Nigeria <b>INC</b>

## Global Matrix 2.0



- Report Cards from 39 countries (including HK) will be released at the International Congress on Physical Activity and Public Health in Nov 2016, Bangkok Thailand.



## Report Card – 等級分配



**A**

**81%-100%** 絕大部分兒童與青少年能夠達標。

**B**

**61%-80%** 超過半數兒童與青少年能夠達標。

**C**

**41%-60%** 大約一半兒童與青少年能夠達標。

**D**

**21%-40%** 少於一半兒童與青少年能夠達標。

**F**

**00%-20%** 只有小部分兒童與青少年能夠達標。

**INC**

未能評級。

## Report Card – 香港



指標	等級	現有數據
1 - 整體體力活動水平	<b>D</b>	18%學前兒童每天一小時進行中等強度體力活活動。
2 - 組織性運動參與	<b>C-</b>	41%男生和30%女生(11-18歲)參與學校體育課以外的定期運動班。
3 - 動態遊戲	<b>INC</b>	未能評級。(尚未存在特定的測量)
4 - 步行/踏單車往返學校	<b>B</b>	80%男生77%女生每週最少一次步行前往學校。
5 - 靜態行為	<b>C</b>	42%兒童(4-14歲)/58男生和61女生(9-13歲)每天少於2小時使用電子螢幕；51%青少年(12-23歲)每天少於2小時上網。
6 - 家庭	<b>D</b>	37%兒童和23%每週最少一次與家人進行體力活動。
7 - 學校-體育、體力相關政策與項目	<b>C</b>	體育：77%小學提供每週77-120分鐘體育課；政策：28%有政策文件，42%沒有政策文件；項目：85%學校舉辦運動會，98%學校參與運動聯賽，14%學校舉辦游泳比賽。
8 - 社區及環境設施	<b>B</b>	60-79% (11-18歲)的家長感到居住環境安全(低交通流量和犯罪率)
9 - 政府政策及資源投放	<b>INC</b>	未能評級。(缺乏明確測量基準)