

淺談理解式教學法在體育教學的運用與省思

滿潤 • 伊斯坦大

Nalun • Istanda*

摘 要

這篇論文指在我國長久以來的體育教學，偏重技能的直接教學，亦是體育授課教師最常使用的教學模式，重技能取向的教學法為主，在認知及情意態度方面較缺乏。在這樣的教學環境中，學生除了難以獲得上體育課的樂趣外，面對枯燥乏味的教學方式，也常造成學生對體育教學的排斥。理解式體育教學法的運用省思，對傳統著重技能的體育教學而言，是體育課程教學上的一大變革，它不僅在教學上突破傳統教學的思維模式，在透過修正或簡化的遊戲或比賽的教學過程中，技能弱勢的學生不再是體育課的旁觀者，他們不但能親身參與學習，且能更深入享受比賽，體驗學習真正的樂趣。本文針對TGfU「理解式球類教學法」在學校球類教學上所產生的成效，就國內幾篇相關研究進行整理，發現TGfU在學校體育教學上，確能展現其教學成效，而在結合其他學習方法進行教學時，成效亦佳，確有其推廣之價值。

關鍵詞：理解式球類教學法，體育教學，樂趣化體育教學

壹、前言

學校體育可以說是社會體育的基石（林漢斌，2003）。體育發展，是拓展臺灣國際視野的最佳法門，一方面既可提升國人運動水平，培養健全的身心，又能夠藉此提振臺灣國際形象，運動教育的重要性不言可喻。國內運動教育學的理論，多自國外引進，諸如Jewett 等人

*高英工商體育科老師

所提出的體育課程理論之設計模式、Mosston提出的體育教學光譜理論乃至於近年來備受體育界所推崇的理解式球類教學法等，都各有其完整的理論基礎。闕月清、蔡宗達、黃志成(2008)等人指出，體育教學在過去一向被視為技能練習與體能鍛鍊的課程，相對於學科知識的教學領域，常被視為次要與邊緣化的課程。由此觀之，運動教育學術性的提升，實乃當前國內體育發展最重要的課題。吳清池(2005)認為，一般人對體育課程的印象是偏向於技能取向，較重視學習內容，而忽視學生主動學習的機會、動作的經驗、遊戲的理解與個別差異。而樂趣化體育教學在近年來受到了很多的注目，多元的教學已經取代傳統式的教學(洪進益，2009)。九年一貫健康與體育領域強調學生在遊戲化及樂趣化中獲得運動知識與技能的習得，這和理解式球類教學法所強調的將體育教學透過修正、簡化的遊戲或比賽的方式，使學習者樂趣化學習的理念不謀而合。

以往的體育課教學，都是採用直接教學法，教學過程中只有單向的學習，而理解式教學法最大的不同處，就是以學生為學習的主體，依照學生的個別差異，授以不同的內容。國外對於理解式球類教學法相關的研究與推廣已行之有年，反觀國內的研究成果仍在起步階段，在理解式教學法的運用還有一段漫長的路要走。周宏室(2001)指出，有效體育教學是體育教學研究的主流。教師是教學的主導者，掌握了學生學習的方向，在強調學生為主的教學思維中，如何運用更新的教學法完成教學的目標，是相當值得探討與研究的。傳統的球類教學，大多以技能的學習為主，而理解式教學法強調的是透過修正、簡化的遊戲或比賽的方式，使學習者在遊戲或比賽的學習情境裡，透過個人的思考或團體的討論來理解整個遊戲或比賽的運動規則、自身所欠缺的運動技能及其需要運用的戰術戰略，並引導其個別運動技能之學習，加深其對遊戲或比賽所產生的樂趣。由於「理解式球類教學法」(TGfU)的出現，以往強調學生球類技能獲得取向的教學法產生了新的思維方向(蔡宗達、闕月清，2003)。

隨著時代潮流不斷地變遷，教學方法也不斷地推陳出新，運用新的教學思維孕育下一代，已是無法阻斷的事實，身為第一線的教育工作者，也要尋求新的教育模式，才能在新的教育年代中，孕育出能創造且會思考的莘莘學子。

壹、理解式體育教學理論的探討省思

一、理解式體育教學法的發展簡介

「理解式教學法」的濫觴，起自1960年代英國羅浮堡大學(Loughborough University)，1980年代初期，「理解式球類教學法」TGfU一詞首先在英國被提出。Thorpe等人為達到樂趣化教學的目的，藉由改良的遊戲或比賽的方式，不斷地創新與推廣，自此，傳統以運動技能學習為基礎的教學乃逐漸被取代，一時間，TGfU竟蛻變成為當代體育教學法的主流，且開始受到各國體育教師的青睞，透過工作坊的推展，理解式球類教學法漸漸在世界各地落地生根。TGfU教學理論的提出，在世界各國引起了廣大的迴響，各種相關的教學理論乃應運而生，諸如中國大陸及香港的「領會式教學法」、新加坡的「遊戲比賽概念教學法(Games Concept Approach)」，都是本著相同的教學理論而產生。

2000年時，闕月清教授經過了兩年的修正與創新，配合九年一貫課程的改革，正式將理解式球類教學法介紹予國內體育界，並藉由工作坊進行種子教師的培訓，使TGfU的教學理念，在體育界發酵，各種以理解式教學法為核心的球類教學研究論文不斷地被提出，在國內

的體育教學研究已蔚為新的風潮，儼然成為當前體育教學研究的顯學。

二、理解式教學法的內涵

Hopper(2002)在Thorpe 等人的研究中發現，以技巧為取向的傳統教學，常產生下列幾種狀況：

- (一) 大多數的學生在學習成就上很少獲得成功的經驗；
- (二) 技巧熟練之球員，只擁有呆板的技巧，卻缺乏在比賽中做決定的能力；
- (三) 過度依賴教師或教練為其做決定；
- (四) 大多數的學生在離開學校之後，對比賽仍一知半解。

曾文培(2005)指出，傳統技巧教學法注重教師的「動作技巧傳授」，學生對技巧缺乏「理解」，導致學習信心匱乏。因此之故，強調球類運動特性及戰術覺醒的理解式球類教學新觀念一提出，立即獲得了廣大的迴響，且經過多年的改良與推展，至今已被廣泛地運用在歐、美、亞、澳等地，成為當前最熱門的體育教學主流。Butler 認為，TGfU 是以教師的提問為中心，教師的提問是很重要的，透過適當的活動及問題設計，使學生專注於遊戲的戰術面向。Butler, Joy I (1996) 以十位教學資歷豐富的老師為探究對象，發現經過TGfU 的教學之後，學生在情意、認知方面，均有顯著地改善。

Light (2003a) 研究發現，為使學生的學習經驗有意義，包括理解式遊戲教學在內的教學方式，有了重大的更迭，而TGfU 的教學方式，亦受到熱烈的回響，且結果多為正向反應，對學習能力低成就的學生而言，學習效果同樣顯著。吳明吉(2006)針對理解式教學法在健康與體育領域方面的運用進行探討，發現健康學習領域中所強調的：「學生本位、全人健康、自主學習、尊重差異、樂趣教學、專業成長」這些理念十分契合，研究者認為此一論點，正好和本文的精神不謀而合。

參、理解式教學法在球類教學上的運用

一、理解式球類教學法在球類教學上的相關研究：

本文在探討理解式教學法在球類教學上的運用，針對幾篇不同的文獻加以整理，以瞭解理解式球類教學法在實際教學上的成效。茲將這些文獻加以歸納整理，將其優缺點分析說明如下：

范綱榮(2007)以理解式教學法針對國小五年級學生巧固球學習效果進行研究，結果顯示在實施理解式球類教學法後，男女生的認知、情意與技能等學習效

二、理解式教學法在球類教學上的優點：

TGfU 強調以學生為主體，透過簡化的遊戲或修改比賽的方式來幫助學生學習，這和傳統的直接教學法是有很大差別的，研究者將之歸納如下優點：

- (一) TGfU 教學活動不枯燥，學生能透過遊戲的方式，在過程中獲得參與的樂趣，在教學過程所得到的回饋，能內化成學生自身的能力，故教學效能顯著。
- (二) TGfU 強調「做什麼？」及「如何做？」，重視思考的學習過程，可有效提升學生技能及戰術運用的能力。
- (三) TGfU 尊重個別化差異，依照學生的能力，改良遊戲或比賽的內容，讓學生在過程中自主學習。
- (四) TGfU 強調教學方式樂趣化，學生在教學中能感受到學習的樂趣，不僅著重學習成效，

也重視過程的安全性。

(五) 戰術與技能兼顧，於教學活動中同時獲得戰術及技巧的學習，經過完整的學習後，學生在技能及戰術面能靈活運用，完全融入比賽的情境中，面對瞬息萬變球場變化，能有效的因應。

(六) 學習遷移效果佳。TGfU 運用在性質類似的運動項目中，具有明顯的遷移效果。

一般技能表現優異的學生，在比賽過程的判斷上，其戰術反應能力和其技巧能力並未成正相關，而經過TGfU 的教學後，其戰術理解明顯產生提升。

肆、結語

傳統的教學方法，已無法應付當前急遽蛻變的教育氛圍，取而代之的是更具創新的教學法，而理解式教學法，就是諸多教學法中不錯的選擇。從許多以TGfU為研究探討的文獻中，我們可以發現，理解式教學法和傳統式教學法、技能取向教學法的比較，都有較明顯的成效，而TGfU 與合作學習模式搭配運用，亦有不錯的結果，可見理解式球類教學法在未來健康與體育教學的運用上，確有其發展之前瞻性。從范綱榮(2007)、邱奕銓(2005)、郭世德(2000)及龔雅慈(2007)等人的研究中，我們不難看出，TGfU 在球類的教學中，最後所獲至的結果均為正向的，而選手在接受理解式教學法的教學之後，在情意、認知、技能與比賽表現等方面的評量，亦有明顯的成效，在性別方面的差異或有些許不同，然而整體都是偏正向的發展；特別是比賽中戰術與戰略的運用上，理解式教學法所訓練出來的選手，比起運用傳統式教學法訓練的選手所產生的效能知覺都更勝一籌。在一連串的教育改革中，理解式教學法勢將成為未來體育教學的主流，站在教育改革前線的中、小學教師，勢必要面對這種以學生為主體的教學型態的改變，企盼在未來的教育環境下，身為第一線的教師，都能拋棄舊思維的羈絆，為臺灣未來的運動教育，注入一股新的活水泉源，開啟體育教學的新契機。

參考文獻

- 吳明吉 (2006)。由九年一貫「健康與體育」課程談理解式教學法(TGFU)。大專體育, 83 期, 107-113頁。
- 吳清池 (2005)。理解式教學法應用於國小巧固球合作學習之行動研究。國立中正大學教育學研究所碩士論文。
- 周宏室 (2001)。Mosston體育教學光譜的理論與應用。台北市:師大書苑。
- 周宏室、潘義祥(2002)。運動教育學序章,載於周宏室(主編),運動教育學(頁1-39),台北市:師大書苑。
- 林漢斌 (2003)。國小籃球教練訓練行為之研究。國立屏東師範學院體育研究所碩士論文。
- 邱奕銓 (2005)。傳統式與理解式教學法在高職學生籃球學習效果比較之研究。國立體育學院體育研究所碩士論文。
- 洪進益 (2009)。國小樂趣化體育教學—以桌球為例。學校體育, 19卷, 63-69頁。
- 范綱榮 (2007)。理解式球類教學法對國小五年級學生巧固球學習效果之研究。臺北市立教育大學體育學系碩士論文。
- 教育部 (1997)。學校體育教材教法與評量:手球。台北市:國立編譯館。
- 郭世德 (2000)。理解式教學在國小五年級學生足球學習效果的研究。國立體育學院體育研究所碩士論文。
- 陳則賢 (1995)。Mosston 命令式與練習式教學在國中體育教學效果之研究。國立台灣師範大學體育學系碩士論文。
- 陳星如 (2008)。Mosston練習式與理解式球類教學在國小籃球教學效果之比較研究。國立台東大學體育教學研究所碩士論文。
- 曾文培 (2005)。球類運動教學新趨勢「理解式教學法」之理念與發展。彰化師大體育學報, 5期, 52-65頁。
- 黃志成、闕月清 (2008)。理解式球類課程模式,載於闕月清(主編),理解式球類教學法(57-68頁)。臺北市:師大書苑。
- 黃品瑞 (2007)。理解式球類教學法中籃球比賽表現評量工具。學校體育, 17卷, 78-82頁。
- 歐宗明 (2002)。體育系統觀察法術語探析。中華體育, 16 卷, 85-93頁。
- 蔡宗達 (2004)。理解式球類教學法與技能取向球類教學法比較研究。國立台灣師範大學體育研究所碩士論文。
- 蔡宗達 (2005)。理解式球類教學法與合作學習模式結合之探討。大專體育, 80卷, 109-114頁。
- 蔡宗達、闕月清 (2003)。逆向思維的新體育教學:理解式教學法(TGfU)。中華民國大院校九十二年度體育學術研討會專刊(上), 252-261頁。
- 闕月清 (2008)。理解式球類教學法。台北市:師大書苑。
- 闕月清、蔡宗達 (2003)。體育教學的新概念-遊戲比賽理解式教學法(TGfU)。載旅黃金柱(主編):體育課程教學設計理論與實務(24-42頁),台北縣:國立教育研究院。
- 闕月清、蔡宗達、黃志成 (2008)。理解式球類教學模式。載於闕月清(主編),理解式球類教學法(頁21-39)。臺北市:師大書苑。

龔雅慈（2007）。理解式教學法在合作學習情境下對羽球運動技能學習成效與態度之研究。國立嘉義大學體育與健康休閒研究所碩士論文。

龔雅慈、黃清雲（2007）。理解式教學法融入合作學習情境之探討-以羽球教學為例。國立嘉義大學，6卷，34-41頁。

本文章引用國立台東大學 粘憲文 尤國津 謝謝!!