

第壹章 緒論

現代社會的少子化現象，使得家長們希望自己的孩子能贏在起跑點上，因此幼兒教育的多元發展倍受重視。闕月清（2005）指出，運動對幼兒身心的成長有很大的助益，養成健康體能之重要性更應從小關注。此外，Sanders(1994)亦提到，幼兒時期的規律運動參與，可促進身體動作發展、增進健康。然而，當前針對學校體育發展的相關研究，仍偏重在以小學、中學學生為對象，忽略了人生最重要的第一個六年，許多童年經驗伴隨著成長，卻往往影響深遠。以下節次將分別討論研究背景、研究目的、研究問題、研究範圍、研究限制以及名詞釋義加以說明。

第一節 研究背景

在這科技發達、知識暴漲的新世代，生存競爭激烈，每個人的自我堡壘愈疊愈高，從生命起始時就開始累積個人的能力，加上我國的出生率降低，小家庭中的孩子個個是寶，除了細緻呵護以外，多元而充實的教育資源，是為人父母所積極關心付出的。盧美貴（1988）指出：「沒有一個社會是完美的，但教育卻給我們走向完美社會的希望。」幼兒教育就是此希望的種子。教育的目的在激發人類的潛能，創造理想、幸福的生活，而幼兒教育則是教育的基石，影響國家的未來，惟我國長久以來的教育過度偏重學科之記憶與背誦，形成知識的填鴨，並往往由此評斷學生的成就，忽略其他方面的能力培養。謝美慧(2001)提到，許多先進國家對幼兒教育的重視不輸給高等教育，近幾年來亦體認到幼兒教育的重要，致力於改革，使之普及並提高幼教師資水準加強其專業能力。

盧美貴（1988）也提到，人生的第一個六年，是成長最快速、各項發展最有效的階段。幼稚教育法（1981）更以促進兒童身心健全發展為其宗旨，林曼蕙（1988）認為，0-6歲是訓練幼兒體能的最佳時機，運動可幫助腦部的發展，

而且幼兒的身體會做記憶，發生過的碰觸經驗將永生難忘。此外，在嬰幼兒期，孩子具有獨特的時間性、生長模式和發展性，可在自然情境下獲得動作技巧的學習經驗（林翠媚，2000；Gallahue, 1996）。林玉体（2001）更提到，孩子的生命力充沛，活潑好動是他們的本能，而此特性正是發展體育最大的本錢。而藉由運動遊戲，能促進幼兒發展強健的體魄，在「生理方面」有良好的發育；且透過提供多元的學習刺激，加強「認知方面」的助益；並以多樣化的遊戲情境滿足幼兒「情意方面」的需求；在「社會行為方面」人際間能產生良好的互動及角色認同；而在「動作技巧方面」更能促成全方位的發展。這些多面向的刺激對幼兒全人發展有很大的助益，對未來成人期的健康影響更是深遠（杜光玉，2005a）。體育是透過動態的形式，促進人類身體、心智、社交三方面的發展目標，其真正的目的在於培養完整的人格（吳萬福，1988；Bucher, 1979）。李招譽與洪立（2003）也指出，唯有從小培養愛好運動的習慣，才能奠定國民健康的良好基礎，若能把握幼兒時期的黃金時段，讓孩子做有系統、有效率的運動遊戲學習，是有志身為教育者，理應致力投入的重要課題。當前針對學校體育發展的相關研究，仍偏重在以小學、中學學生為對象，總是在檢討著當代學生的重重問題，關心其體能衰退、健康警訊、對運動的規律參與與喜好程度等等議題，其實卻都忽略了人生最重要幼兒階段，因此，希望能增加幼兒體育相關領域之研究，作為體育教學之參考，乃本研究主要動機之一。

現今生活型態、建築限制、治安環境以及學科掛帥的社會中，幼兒的身體活動量明顯降低，幼兒肥胖與體能不足等問題一一衍生，因此，運動遊戲便成為幼稚教育中相當重要的環節（杜光玉，2005b，2005c）。運動遊戲對幼兒的成長扮演著舉足輕重的地位，透過參與運動遊戲，可培養幼兒多方面的健全身心發展（黃永寬，2004a；陳信全，2002），然而，幼兒並非成人的縮小版（許麗鳳，1996），幼兒參與運動遊戲的模式，與成人大不相同。近年來，相關研

究也開始關切幼兒運動遊戲的實施情形（李崑璋，2003；張財銘，2005；陳鴻雁、黃永寬，2006；黃永寬、何建德、錢慶安，2002；黃永寬，2004b），惟大部份以量化問卷的方式，發放至各幼稚園請園方協助填寫，進而了解其實施內容，包括師資、活動實施時間、場地及其面臨到的問題與困難等等，僅能就問卷所統計的數據來看幼兒運動遊戲實施內容的現況，對於實際場域中真實呈現的部分，無法推論。本研究則以質性的觀察與訪談，更深入地瞭解幼兒運動遊戲參與之情形，補足量化研究的限制，希望能提供寶貴的資訊，更帶出許多的關懷與思維，盼能開拓更全面的研究視野，此為本研究動機之二。

由於研究者自大學以來，有機會接觸幼兒運動教學，對幼兒身心發展及其運動參與因素深感興趣，也發現許多值得探討的議題。有鑑於此，希望透過本研究進一步瞭解幼兒運動遊戲參與的情況，能引起更多教育者、研究者與家長對幼兒體育發展的重視與努力，以帶給國家幼苗成長、茁壯更多元的空間。

第二節 研究目的與問題

本研究旨在探討幼兒運動遊戲參與之情形，透過觀察與訪談，進一步了解幼稚園中幼兒運動遊戲參與之情形為何，及幼稚園中運動遊戲相關課程的實施效果為何，更深入探討家庭教育環境對幼兒運動遊戲參與有何影響，也盼能發現不同性別的幼兒，在運動遊戲參與表現上是否有所異同。

第三節 研究範圍

本研究旨在探究幼兒運動遊戲參與之情形，於 97 學年度第一學期，採立意取樣的方式，進入臺北市一所幼稚園園內大班班級內，透過觀察運動遊戲課程，蒐集相關資訊，並選取男、女幼兒各 3 名，經由家長同意進行深入觀察，觀察期間針對所發現之個別問題進行教師、幼兒與其父母的訪談，且視個別情況調整適合訪談之時間、地點與次數，以補足觀察中所遺漏或無法取得的資料。另外，亦邀請相關教師進行個別訪談，以瞭解幼稚園內運動遊戲課程之實施情形，並探討幼教師對幼兒運動遊戲參與之態度。

第四節 研究限制

本研究經主題與研究範圍之確立後，研究限制如下：

一、 研究樣本限制

- (一) 就樣本選取而言，本研究採立意取樣，以一所幼稚園大班幼兒作為觀察對象，無法進行大範圍採樣，在結果推論上無法做地域性或城鄉間的比較。
- (二) 就受訪者（幼兒）身心發展而言，可能因為理解與表達能力的個別差異，研究者需盡量以口語化為幼兒解釋並釐清問題之意義，並反覆以

不同問法來確認回答之真實意思。

二、研究方法限制

本研究方法中之訪談法，係針對相關教師及家長進行個別訪談，幼兒則採團體訪談，用以瞭解幼兒參與運動遊戲之情況，是以個人之自陳答案為主，僅假定其皆真實回答。

第五節 名詞釋義

為更清楚呈現本研究相關名詞，以下為名詞釋義：

一、幼兒 (children)

幼稚教育法(1981)第二條指出其對象，係指4歲至入國民小學前之兒童。盧美貴(1988)也指出，幼兒教育的施教對象，就狹義的範圍來說，即為4歲到入國民小學前的幼兒。本研究之進行亦透過台北市一所幼稚園中，大班班級之幼兒作為觀察，並取6個個案做為研究對象。因此，本研究所指的幼兒，泛指幼稚園中大班的孩子。

二、運動遊戲

運動遊戲是以「運動 (movement)」為主體，以「遊戲」為方法，以「教育」為指導，以「培養幼兒身心發展的基礎能力」為目標的活動(林風南,1990)。本研究所指運動遊戲，係指幼兒依學校課程、家庭(父母)安排或自由意願等背景因素下，所參與的大肌肉身體活動、遊戲等情形。

第貳章 文獻探討

本研究旨在探討幼兒運動遊戲參與的情形，本章的目的在於介紹與本研究有關的理論與研究，由幼兒發展出發，探討幼兒階段運動遊戲之重要性，進而切入幼兒的運動遊戲參與，並探究幼稚園課程與家庭教育對幼兒運動遊戲之影響，以及幼兒運動遊戲中性別差異之情形。全章共分為五節，第一節為幼兒發展相關理論；第二節為幼兒運動遊戲意涵與相關研究；第三節為家長對幼兒運動遊戲參與之影響；第四節為幼兒運動遊戲中之性別差異；第五節為本章總結。

第一節 幼兒發展相關理論

「發展 (Development)」是指量的增加與質的改進。赫克黎 (Huxley) 說：「發展即生命。」，蓋塞爾 (Gesell) 說：「發展與生命包括整个人生歷程中一切身心的變化。」，我國心理學家蘇鄉雨則指出：「發展是身體各部分形狀變化，而且生長過程中，各部分統一成為機能的單位。」(引自盧素碧，1977)。張春興、楊國樞 (1976) 指出，發展一詞是指在個體生活中，其行為產生連續性與擴展性改變的歷程，同時包括量的增加 (生理的) 與質的提高 (心理的) 兩方面的改變。李秋霞 (2002) 也認為，發展是一個不斷改變歷程，從受精卵開始到死亡為止，包含質與量的改變。綜合以上學者觀點，發展可說是個體在其生命歷程中，身心的變化 (即質與量的改變)，且是連續、增進的。幼稚教育法 (1981) 所規定的幼稚教育對象係指四歲至入國民小學前的兒童，而幼稚教育的實施應以健康教育、生活教育及倫理教育為主，並密切配合家庭教育來達到達成以下五項目標：1. 維護兒童身心健康；2. 養成兒童良好習慣；3. 充實兒童生活經驗；4. 增進兒童倫理觀念；5. 培養兒童合群習性。由此可知，幼兒時期是各方面發展相當重要的關鍵階段，舉凡認知、語言、智力、心理、人格、動作、思想、情緒、行為等等，皆應在此可塑性高的時期受到重視及開發，以作為永續而全面的發展基礎。本節將針對幼兒認知發展、身體動作發展及其他與身體活動相關等發展理論，進行文獻整理與探討。

壹、 幼兒認知發展

一、 皮亞傑認知發展論：

皮亞傑為聞名世界的瑞士兒童心理學家。皮亞傑認為，兒童主動與環境交互作用並操控環境是認知發展的原動力，特將兒童與青少年分為四個階段：0-2 歲，感覺動作期；2-7 歲，前運思期；7-11 歲，具體運思期；11 歲以上，形式運思期。

根據林生傳（1994）引用 Slavin(1988)整理如表 2-1：

表 2-1 皮亞傑認知發展的四個階段

| 認知發展階段 | 大約年齡 | 主要成就 |
|--------------------------------------|---------|--------------------------------|
| 感覺動作期 (Sensorimotor Phase) | 0-2 歲 | 形成「物體長存」的概念 |
| 前運思期 (Preoperational Phase) | 2-7 歲 | 使用符號(symbols)表徵，「集中」而「守恆」的思考特徵 |
| 具體運思期 (Concrete Operations Phase) | 7-11 歲 | 可逆性及邏輯思考能力增進 |
| 形式運思期 (Formal Operation Phase) | 11 歲至成年 | 能做抽象思考 |

資料來源：整理自“教育心理學”（頁 24），林生傳，1994，台北市：五南。

二、 布魯納認知理論

布魯納是美國知名的認知心理學家，他提出的「表徵系統論(System of representation theory)」，與皮亞傑之論點有相似之處。其兒童發展理論分三期，整理如表 2-2：

- （一）動作表徵期：以感覺和動作來認識外在世界
- （二）形象表徵期：以知覺經驗做為認知與記憶
- （三）符號表徵期：運用邏輯或使用符號來代表認知的世界

表 2-2 布魯納表徵系統論的三個階段

| 階段 | 近似皮亞傑的 | 主要特徵 |
|-------|--------|-------------------|
| 動作表徵期 | 感覺動作期 | 以感覺和動作來認識外在世界 |
| 形象表徵期 | 前運思期 | 以知覺經驗做認知記憶 |
| 符號表徵期 | 具體運思期 | 運用邏輯、使用符號來代表認知的世界 |

資料來源：整理自“教育心理學”（頁 27），林生傳，1994，台北市：五南。

三、 認知概念構成要素

Gallahue(1996)將幾個與動作相關之認知概念的學習狀況，作為提供體育課程發展的基礎內容。而構成認知概念有五個要素，即技能概念、動作概念、活動概念、健康概念、知識（學術）概念。許義雄（1997）將其整理如圖 2-1：

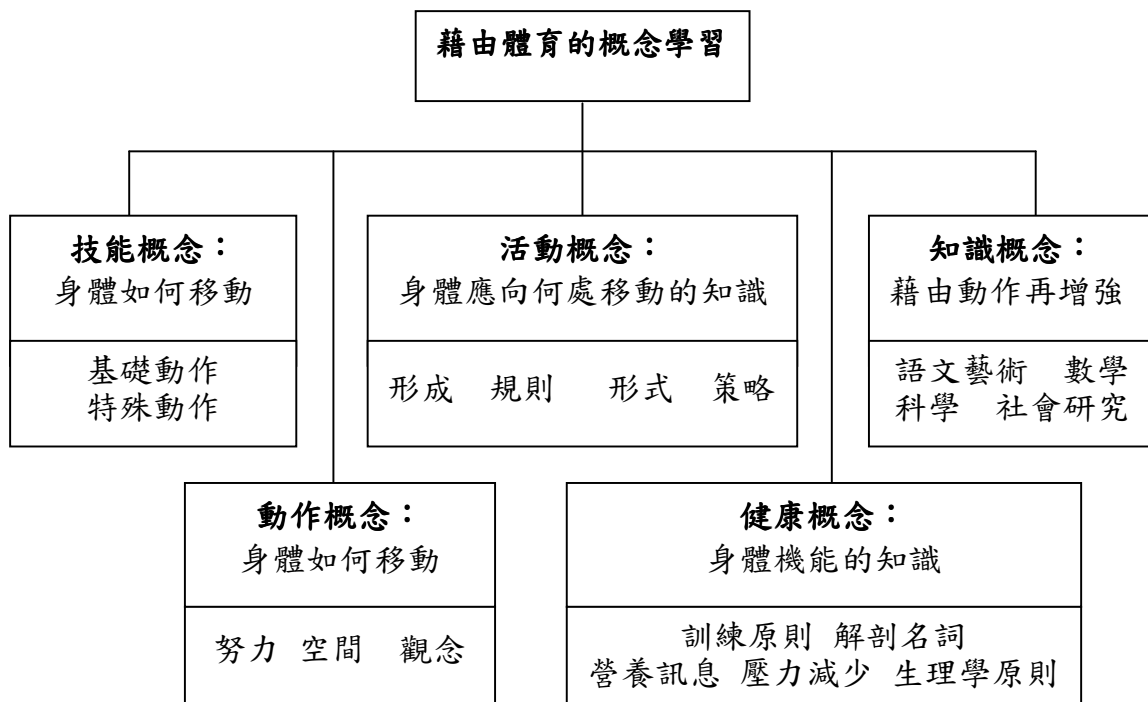


圖 2-1 認知概念學習的構成要素

資料來源：引自“兒童發展與身體教育”（頁 79），許義雄（譯），1997，台北市：國立編譯館。(Gallahue D. L., 1996)

四、幼兒認知發展與身體動作發展之聯結

布魯納認知理論中的形象表徵期，類似於皮亞傑所提出的前運思期（2-7歲），其特徵為“以知覺經驗作為認知記憶”，國內學者也提出，0-6歲是生長最快速、模仿最多，想像力最豐富的階段（林曼蕙，1988；盧美貴，1988），身體動作的發展配合依循此認知發展的特徵，所學習或操作過的身體動作經驗，也成為記憶中的一部分。在動作認知概念的五個構成要素中，得以從各知識概念增強動作表現，而基礎與特殊動作的技能學習，透過空間、觀念等動作概念獲得進步，Gallahue(1996)動作認知概念構成要素，結合技能、動作、活動、健康與知識（學術）等認知概念，增進動作發展。若能把握該時機，將身體動作與認知概念作結合，必能奠定良好的動作發展基礎。

貳、幼兒身體動作發展

林曼蕙、林春生、邱金松與賴和海（1981）曾提到，日本學者水谷英三將幼兒的身體發展分為：型態（如身高、體重、骨骼）、生理機能（如脈搏、呼吸、睡眠）、感覺機能（如視覺、聽覺、觸覺）、運動機能（如肌肉機能、神經機能、關節機能、循環機能）及運動能力（如協調能力、瞬發力、耐力）。吳麗媛等（2005）也指出，身體發展是由頭至尾逐漸發展，稱為「頭尾律（cephalocaudal）」，從身體中心往外發展，則稱「近遠發展（proximodistal development）」。許多人會認為身體動作發展是天賦賜予，自然就能學得的，卻往往忽略它在生長過程的重要性。如果幼兒階段的動作技能學習，無法正確發展與精細化，將造成成人時期學習上的挫折，而難以獲得成功的經驗。動作技能的發展可以使孩子支配自己的行動，養成獨立自主的能力，建立自信心並增進良好的人際互動，此階段為人生發展變化較大、較快的時期，更是「長身體、長知識」的重要階段（鄒碧鶴、張鳴珊、李岫蓉、顏懿汝，2004；蘇建文，1998）。

一、 身體動作發展的原則與影響因素

(一) 身體動作能力

身體動作能力強調的是動作的控制（許義雄，1997），包括大肌肉與小肌肉的動作。幼兒的動作能力可區分為粗動作與精細動作兩種，粗動作以大肌肉動作為主，亦即運用軀幹四肢做移動或姿勢改變的動作，如跑、跳、投擲等；小肌肉的精細動作則指肌肉控制及協調的發展，如運用手眼協調的手指動作或是手指及手腕的動作，如畫畫、翻書、扣鈕釦、繫鞋帶等動作（李秋霞，2002；林惠雅，2003）。

(二) 身體動作發展的原則

身體動作主要因為天賦上的生理成長，加上後天的學習，得以獲得發展。而人體發展的方向，有其依序的原則，若能根據生理上的成長速度，配合適當的學習刺激，即能獲得事半功倍的效果。盧素碧（1977）指出，動作發展的原則如下列所述。

1. 發展的方向：由頭到尾（由上到下）、由中心軀幹到邊緣四肢（由中心到邊緣）。
2. 從整體到特殊的發展：先統整後分化（先發展大肌肉動作，再發展小肌肉之精細動作）。
3. 受兩大因素影響：成熟與學習

(三) 影響幼兒身體動作發展的因素

盧素碧（1977）指出，影響幼兒動作發展的因素有五，包括幼兒身體的健康狀況、身體結構、智力問題、心理衛生及家庭因素。許義雄（1997）則認為，影響動作技能學習的環境因素有三：練習機會、鼓勵與指導。整理二位學者看法，可將幼兒的健康狀況、身體結構智力、心理及家庭五方面視為內在因素；而練習、鼓勵、指導則為外在環境的影響。綜合這兩大方向，都值得在體育教學上作為參考。

二、 幼兒身體動作發展階段

(一) 身體動作發展類別

累積學齡前階段的所有動作技能基礎，並在適合的情境與充分的練習下，將能展現出強度、彈性、爆發力、速度、精確度、協調度、平衡、節律感等八項基本發展項目（李宜賢，2002），錯過幼兒階段的動作教育，沒有養成基本能力，往後的技能學習將無法順利提升。

根據Pollatou, Karadimou, 與Gerodimos(2004)，幼兒的動作發展主要分成三類：

1、基本動作技能（fundamental movement skills）：

包括移動性、操作性與平衡技能；

2、知覺動作發展（perceptual motor development）：

包括身體、時間、空間、方向、視覺和聽覺意識；

3、體適能（physical fitness）：

基礎動作技能是相當重要的，因為基礎動作技能能奠定青春期、成年期成功的運動技能基礎；且能讓孩子享受學習，樂在其中；而孩子一旦學得，將終生受益。

因循幼兒發展理論，把握幼兒階段結合基本動作能力與認知能力的發展，著力幼兒體適能的促進，養成孩子身體適應能力，以奠定日後成長的儲備能力。

(二) 基本動作技能的階段

Gallahue(1996)認為，人類的動作發展階段大致可分為反射動作階段、初步動作階段、基礎動作階段及特殊動作階段等四個階段，而2-7歲是動作技能習得的基本階段，也就是所謂基礎動作階段，此時期是幼兒熟練其穩定性、移動性及操作性技能的最佳時機，就其發展步驟可分成三期：

1、初始期（Initial stage）：2-3歲

2、基礎期 (Elementary stage)：3-5 歲

3、成熟期 (Mature stage)：6-7 歲

若能把握基礎動作階段，紮實地發展動作技能，將成年後身體動作的應用，及競技、休閒運動之發展等，將受益良多。詳細動作發展的階段與步驟如圖 2-2：

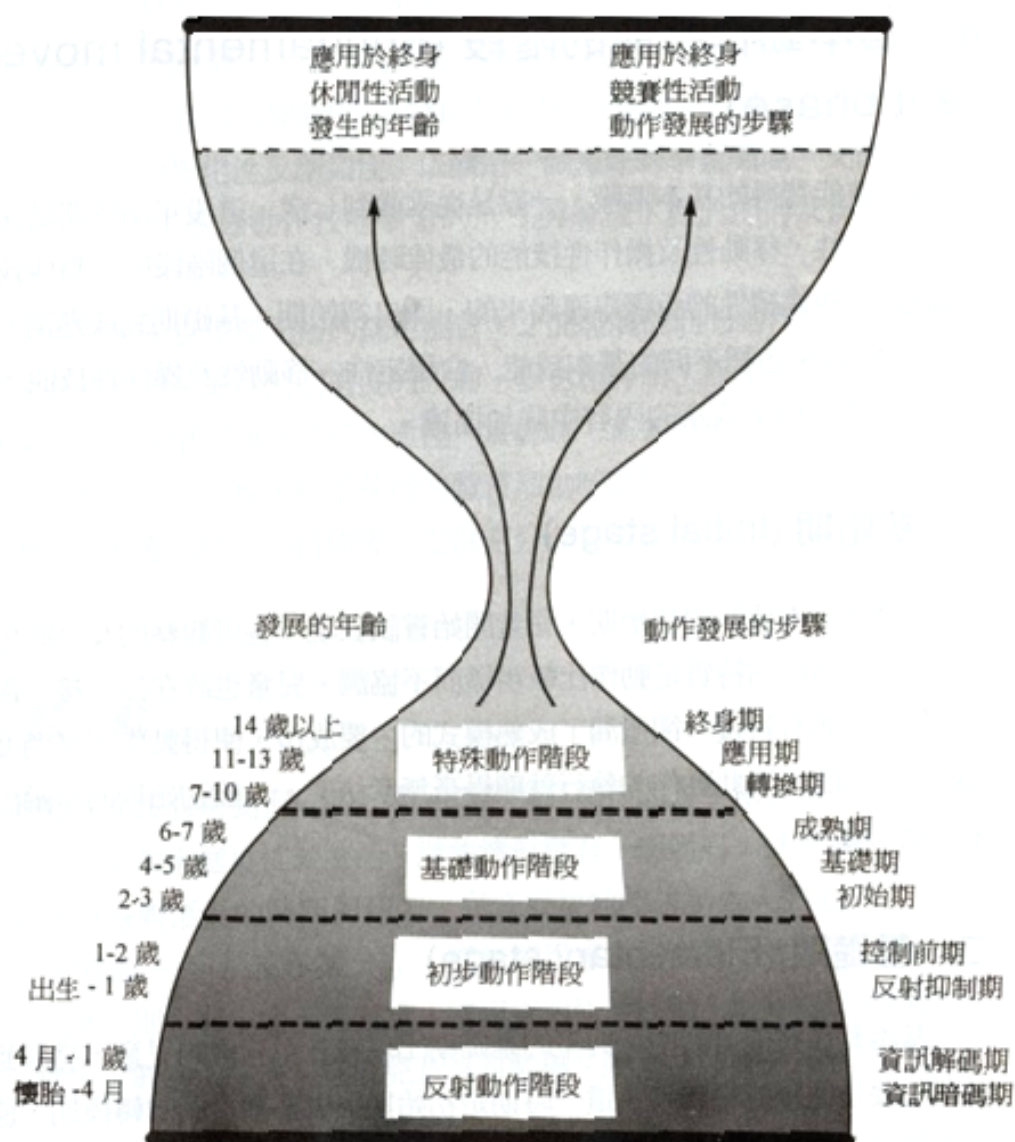


圖 2-2 動作發展的階段、步驟與動作技能學習層級的關係

資料來源：引自“兒童發展與身體教育”（頁 38），許義雄（譯），1997，台北市：國立編譯館。（Gallahue D. L., 1996）

三、運動基礎能力與動作發展的步驟

(一) 幼兒期運動基礎能力的發展

王健次(1978)指出,幼兒期1歲以後便可以獨步行之,但大部分仍以爬、坐為主,3歲以後在平衡感方面明顯進步。3到6歲期間,其他運動基礎能力,如站、走、跑、跳、擲等發展情形如表2-3。

表 2-3 幼兒期運動基礎能力的發展

| 年齡 能力 | 3-4 歲 | 4-5 歲 | 5-6 歲 |
|----------|---|---|--|
| 站 | <ul style="list-style-type: none"> ● 能併腳跟站起 ● 蹲立屈伸 | <ul style="list-style-type: none"> ● 單足立數秒 ● 可以平衡的忽然起來或下去 | <ul style="list-style-type: none"> ● 可單足站立 ● 可足尖站立 |
| 走 | <ul style="list-style-type: none"> ● 可以走併足或交換步上樓或走斜坡 ● 走路不規則且節拍快 ● 能跨過地面上的障礙物 ● 還不太能用手腕及足同時配合行走 | <ul style="list-style-type: none"> ● 能用併足或交替步走下斜坡 ● 走路速度稍慢 ● 能避開障礙物,沿著曲線走路 ● 半數以上孩子可以作跑跳步 | <ul style="list-style-type: none"> ● 能以交替的步伐下樓梯 ● 走路的速度協調 ● 手腳能配合擺動 ● 腳步加大 ● 能以頭頂物行走 |
| 跑 | <ul style="list-style-type: none"> ● 手腕與足的配合比走走路來容易得多 ● 兩腳尚未能同時瞬間離地 | <ul style="list-style-type: none"> ● 能止住跑步或改變速度 ● 跑步時尚會整個腳掌全部著 | <ul style="list-style-type: none"> ● 立刻停止跑步以改變方向 |
| 跳 | <ul style="list-style-type: none"> ● 能從 15 公分處跳下 ● 不太會起跳 ● 跳遠時手沒有動作 ● 跳遠約 10-20 公分 | <ul style="list-style-type: none"> ● 少數能以單足跳 ● 立定跳高約 20 公分 ● 能慢慢連續併足跨足跳 | <ul style="list-style-type: none"> ● 能立定跳前進 ● 能助跑跳遠,但手的姿勢起跳笨拙 ● 尚無法急行跳高 ● 能有韻律的連續跳 |
| 擲 | <ul style="list-style-type: none"> ● 不會搖擺 ● 不會身體的扭轉 ● 能擲網球 4-6 公尺 | <ul style="list-style-type: none"> ● 向上投球,同時接住對方平穩的來球 ● 兩腳前後張開投擲 ● 投球的方向與目測不準 | <ul style="list-style-type: none"> ● 投網球時手能揮動,身體扭轉 ● 投遠比投準容易 ● 大的球可傳球 4-5 次 |
| 其他 | <ul style="list-style-type: none"> ● 能踏三輪腳踏車的踏板 ● 能穿過繩、拱門 ● 橫臥向側翻滾 | <ul style="list-style-type: none"> ● 能邊踏步邊拍手 ● 左右腿交替跳 ● 能爬上長梯子或長板子 ● 學溜冰、游泳的樣子 ● 橫臥向側翻滾,特別喜愛前滾 | <ul style="list-style-type: none"> ● 能輕快地兩腳交替步跳著走 ● 模仿滑雪、溜冰 ● 能乘坐踏車 ● 能哼歌 ● 能排及分送撲克牌,翻書 |

資料來源：研究者整理自“幼兒體育遊戲”(頁 12-13)，王健次，1978，台北市：健行。

(二) 幼兒期動作發展的步驟

兒童動作能力發展的步驟，與其年齡有很大的相關，就3-8歲的兒童，其大肌肉動作技能與小肌肉動作技能的發展，有詳細、具體的建議（吳美妹、陳英進，1990；闕月清，2005），研究者將其整理如表2-4:

表 2-4 兒童動作發展之步驟

| | 大肌肉動作發展 | 小肌肉動作發展 |
|-----|---|--|
| 3 歲 | 以腳站立、以交換步上樓、 從台階跳下、踢大球、彈跳 2-3 次 | 拿起積木，放入符合外型之模子、 能翻書頁、解衣服鈕釦、單手持杯 |
| 4 歲 | 奔馳、踏三輪車、舉球過肩投球、 以單腳跳躍、原地跳 5-6 次、 向前跳、單腳站 4 秒 | 以直線條著色、 以輔助器握鉛筆、 熟練地使用筷子、 能堆 9-10 塊積木、 模仿畫正方形、 |
| 5 歲 | 以交換步下樓、向前跳約一公尺、 向上跳約 30 公分、接彈跳球、 走平衡木、單腳站 6 秒 | |
| 6 歲 | 彈跳、以手腕及手指丟擲球、跳繩、 交換步跳、能準確地踢球 | 綁鞋帶、以指尖握筆、 在協助下能洗澡、打蝴蝶結 |
| 7 歲 | 騎單車、以棒揮打固定的球 | |
| 8 歲 | 良好身體平衡、渴望技能 | 正確的抄寫、縫紉與編織、 良好的手眼協調 |

資料來源：研究者整理自“兒童發展與輔導”。吳美妹、陳英進，1990，台北市：五南。
“孩子，動起來！-兒童體能教學”。闕月清(譯)，2005，台北市：新視野(Patricia Maude, 2005)

四、幼兒身體動作發展之重要

林曼蕙等(1981)認為，人類在出生後的五、六年間，基礎運動模式的發展，全仰賴中樞神經系統及神經肌肉系統的成熟，所以幼兒一旦建立基礎的運動模式，在往後的學習及生活中，不僅能顯現出幼兒期發育或成熟的特

性，亦會影響到幼兒日後的運動能力。因此，幼兒階段是奠定身體動作技能發展的關鍵時期，值得重視。

參、其他與身體活動相關等發展理論

一、幼兒語言能力發展

李秋霞（2002）指出，語言能力包含了聽、說、讀、寫四種能力，而語言大致可分為口頭語言（oral language）和書面語言（written language）兩部分。語言表達的發展，約在5歲6個月~6歲間，能很流利的表達。

在幼稚園大班階段，已有基本的認知能力，配合語言能力的發展，該年齡的幼兒，處於學習的最佳狀態期，能夠接收教學的說明與指令，並透過語言表達自己適應的情形與困難，沒有溝通的障礙，使得「教」與「學」出現雙向的互動，加速學習成效。王健次（1978）更指出，由於幼兒運動遊戲指導者須常以特殊的語言來吸引孩子的注意，引起其對活動的興趣，並且在動作指令中，結合多面向的認知領域，如身體部位名稱、數字、方向、大小以及強度等等，因此，運動遊戲亦能拓展幼兒的語言能力。

二、幼兒社會行為能力發展

幼兒的社會行為常表現於與同伴的互動中，又稱為「遊戲時期」，分為五個階段：1.無所事事期；2.獨自玩耍期；3.旁觀期；4.平行遊戲期；5.聯合遊戲期（黃志成、王淑芬，1995）。王健次（1978）也提出，遊戲的發生，由獨立遊戲、平行遊戲、聯合遊戲到協同遊戲，並延續至社會行為的發展。階段性的遊戲社會行為發展如表 2-5：

表 2-5 遊戲社會行為發展

| 年齡 | 0 歲 | 2 歲 | 3 歲 | 4 歲 | 5 歲 | 6 歲 | 7 歲 |
|------|------|------|------|------|-----------|----------|-----|
| 遊戲方式 | 獨立遊戲 | 平行遊戲 | 聯合遊戲 | 協同遊戲 | 體驗協同合作的快樂 | 積極表現與人合作 | |

資料來源：研究者整理自“幼兒體育遊戲”（頁 26），王健次，1978，台北市：健行。

而在幼兒社會行為發展中，性別認同亦有其重要的發展階段(劉秀娟，1998)，如表 2-6 所示。而所謂的性別認同 (gender identity) 是指幼兒對他們的生物性別，亦即男孩或女孩的感覺與想法 (李秋霞，2002)。2-7 歲左右的幼兒，屬於皮亞傑認知發展理論中的前運思期，已對性別產生穩定的概念，會辨別自己是男孩還是女孩，也慢慢形成同性、異性的觀念。

表 2-6 性別認同與發展

| 年齡 | 性別概念 | 皮亞傑認知發展階段 |
|--------|-----------|-----------|
| 0-2 歲 | 性別標誌的使用 | 感覺動作期 |
| 2-7 歲 | 性別是穩定的 | 前運思期 |
| 7-11 歲 | 性別是恆定的 | 具體運思期 |
| 11 歲以上 | 性別具有生殖器基礎 | 形式運思期 |

資料來源：研究者整理

水谷英三指出：「幼兒每天的生活就是遊戲」(邱金松，1977)，孩子透過遊戲進行人際的互動，並建構基本的社會行為，大班階段的幼兒已能與同儕之間進行協同合作，且在生物性別上，產生性別恆定的認同。因此，在幼兒階段以運動遊戲作為介入，不僅促進幼兒之間的互動，更能正向增進孩子社會性的發展。

三、幼兒各項發展之特性

幼兒階段是生長發展精華且關鍵的時期，與動作發展相關的其他特性，值得教育者注意，方能有效運用在運動遊戲的指導或教學中。若能根據幼兒的各項發展特徵，來進行較適切的指導與提示，將達到最佳的學習效果(林貴福，2004)，依據幼兒的身體組成、身體協調性、注意力、情緒、社會性特徵及一般性特徵等，提供有效的教學提示，相關內容整理如表 2-7:

表 2-7 幼兒發展特徵及體育教學提示表

| | 特徵 | 教學提示 |
|--------|------------------------|---|
| 身體組成 | 身體各組織成長快速； 各器官生長率不同 | 設計使身體自由活動與姿勢正確的練習。 |
| | 幼兒的發展有不同的現象 | 設計適合每一幼兒在預備階段的活動。 |
| 身體協調性 | 大肌肉的運動發展比小肌肉的運動技巧多 | 提供主要的大肌肉活動，並使用器材發展小肌肉的運動技巧。 |
| | 反應慢 | 設計自我測試的活動幫助發展反應時間。 |
| | 遠視、對快準有困難 | 避免遊戲活動含有快速決定的內容，加強投捕動作練習，使用合適的器材發展眼睛協調。 |
| 注意力 | 短的、易混淆、喜歡重複 | 設計短時間的活動，方法簡單以及次數多的重複動作，並避免排除性的活動。 |
| 情緒 | 稍能控制 | 使用適合程度及漸進式的活動，和團體參與的活動。 |
| | 幼兒以自我為中心 | 設計最大的參與活動。 |
| 社會性的特徵 | 喜歡成人讚美 | 觀察幼兒行為並給予正面的回饋。 |
| | 逐漸有社會心理 | 運用同伴或小組活動來教合作。 |
| | 喜歡成功 | 設計逐漸性、合適性的活動來符合個人能力所能及之程度。 |
| 一般性 | 喜歡創造 | 提供具節奏性、創造性活動經驗。 |

資料來源：研究者整理自“幼兒運動專題”，林貴福，2004，學校體育雙月刊，14(1)，頁 17。

在幼兒成長發展當中，有許多階段性的特性，身、心各部分出現明顯的特徵。在身體組成上，幼兒階段身體各組織成長快速，但各器官生長率不同，個別差異也很大，協調性較差、反應較慢；專注力尚無法持久集中，需不斷重複適應；以自我為中心，但已能稍微控制自我情緒，可與人合作；喜歡成功經驗以及成人的讚美。幼兒教育中的教學行為，若能配合幼兒特性做設計與實施，必能達到事半功倍的效果。

肆、本節小結

3 到 6 歲的幼兒稱為學齡前兒童 (preschoolers)，此階段的幼兒，在各個領域上之發展皆為重要且快速改變的時期，Childs(1995)也指出，幼兒在幼兒期的成長過程是決定人一生中身體、智力、個性及道德等發展的重要因素。本節已就認知發展、身體動作技能發展、語言發展、社會行為能力發展等，進行文獻整理與探討。其中 Sanders(1994)更指出，學齡前兒童在認知、生理及社會三大領域的發展上，有其重要的發展課題與發展狀況，整理如表 2-8。六歲孩子的發展能達到一定的水平，像是語言的精熟程度，足以自我分享與表達；大、小肌肉適能的養成，促使完成各種動作技能之目標，而社會行為與人際互動的建立也逐漸形成。

表 2-8 學齡前兒童發展狀況

| 領域 | 發展之重要課題 | 發展狀況 |
|----|-----------|---|
| 認知 | 語言獲得 | 至六歲時，幾乎能使用熟練的語言能力，表達自己的需求，並開始與他人分享自己的觀念和經驗。 |
| 生理 | 大肌肉和小肌肉技能 | 該時期結束前，能夠精熟大部分的動作技能，且能使用自己的生理技能來完成各種目標。 |
| 社會 | 利社會行為 | 學習適當的行為和規則，並逐漸熟稔與其他幼兒互動的方式。 |

資料來源:研究者整理

幼兒階段的教育，為人類發展相當重要的關鍵，無論在生理、心理或社會等不同層面上的成長與學習，都是邁開人生的第一大步。「身體」是個體最主要的部分，唯有良好的身體適能與健康，能夠即時應變生活的各項刺激，因此，動作發展之重要性不容忽視。身體動作技能的養成，與各項發展之間息息相關，互相影響，透過健全的認知、語言與社會性等發展，能夠更快速獲得動作技能的學習效果，而經由動作教育與技能學習亦能促進各項發展的成效，相得益彰。

第二節 幼兒運動遊戲意涵與相關研究

滕德政(2005)提出,若說成人的生活重心是工作的話,那麼幼兒的生活重心就是遊戲了。根據盧美貴(1988)指出,早期許多教育家就強調遊戲的實施課程,福祿貝爾(Frobel, 1782-1852)主張,「遊戲是起於快樂而終於智慧的學習」,幼兒的世界是個遊戲的世界,遊戲是兒童生活中最重要的一部份,且深具意義;義大利蒙特梭利(Montessori, 1870-1952)設立「兒童之家」(Casa de Bombini),將各項基本運動如握、搬、走、跑列為日常生活,以促進兒童動作發展。我國許多研究學者對運動遊戲甚感興趣,王純貞(1997)指出,運動遊戲可促進運動能力的發展,並培養幼兒體適能。曾玉華(2000)也認為,培養幼兒期運動能力,應從快樂遊戲中得到。遊戲本身具有的價值與特徵,對幼兒而言是有正面意義的,而遊戲活動中所構成的各種動作,即是幼兒運動能力發達的主要因素(沈文婷,1997;吳麗雲,2005)。由此可見,運動與遊戲的密不可分,遊戲的確是運動的一種重要方式。在幼稚園課程標準中,將課程領域訂為六大部分,即健康、遊戲、音樂、工作、語文與常識(教育部,1987)。2003年教育部體育司更公布了「推動幼稚園運動遊戲方案」(教育部,2004),透過現況的分析提出實施策略,希望以優質的學習環境,增進運動遊戲的參與,健全幼兒的身心發展,以培育更具競爭力的下一代。幼兒是國家未來的主人翁,與幼兒階段發展的相關研究相當盛行,然對於幼兒運動遊戲的相關研究卻有限。在現代科技化的教育中,身體教育與動態生活值得注重與提倡,本節先透過文獻綜整介紹「遊戲」與「運動遊戲」的意涵,再整理運動遊戲的相關研究,針對幼兒體能、幼兒運動遊戲與運動遊戲課程等議題,進一步深入探討。

壹、遊戲的意涵

一、遊戲的意義與目的

郭靜晃(1992)指出，遊戲是因為個體的需要及慾望所發生的，最大的好處便是提供歡樂的泉源。遊戲是一種轉借行為，沒有固定的模式，且出自於內在動機，是個人自由意志的選擇，並非外在的目的行為。遊戲所注重的是過程而不是結果，強調活動或遊戲行為本身，不須追求目標，並具有正向的影響(Garvey, 1997; Rubin & Fein, & Vandenberg, 1983)。

湯志民(2002)認為，遊戲是兒童的一種生活方式，是他們的自然反應；兒童所「做」的即為遊戲，可說是「童年的本質」。遊戲的定義如下：1.遊戲是愉悅的、享樂的，即使沒有伴隨實際的歡樂徵兆(signs of mirth)，遊戲者仍然予以正面的評價；2.遊戲沒有外在目的(extrinsic goals)，它的動機是內在的，且沒有其他的目標，是一種方法上的享受(an enjoyment of means)，而非要努力達成特定的結果；3.遊戲是自發的(spontaneous)和自願的(voluntary)，而不是強制的(obligatory)，是由遊戲者自由地選擇；4.遊戲是遊戲者主動的參與；5.遊戲和非遊戲之間有系統性的關係(systematic relations)。

透過遊戲，不僅可助於幼兒身體/知覺能力發展，更能提升智能發展、增進語言、思考與創造等能力，並促進其社會發展，亦有紓解情緒之功能(吳麗雲，2005)。幼兒每天的生活，即在透過各種模式達到歡樂的感受，完全是自由、自主地參與，而遊戲即是童年的本質。

二、遊戲的種類

根據幼稚園課程標準指出，幼兒遊戲依其內容性質可分為五種：1.感覺運動遊戲；2.創造性遊戲；3.社會性活動與模仿想像遊戲；4.思考及解決問題遊戲；5.閱讀及觀賞影劇、影片遊戲(教育部國民教育司，1987)。湯志

民（2002）則整理專家學者的研究，將遊戲分為認知性、社會性、教育性三大類，如表 2-9 至表 2-11：

（一）認知性遊戲（cognitive play）

表 2-9 認知性遊戲的種類

| Piaget 的 認知發展階段 | K.Buhler(1937) | Piaget(1962) | Smilansky(1968) |
|--------------------|----------------|--------------|-----------------|
| 感覺動作期 (0-2 歲) | 功能遊戲 | 練習遊戲 | 功能遊戲 |
| 運思前期 (2-7 歲) | 建構遊戲 假裝遊戲 | 表徵遊戲 | 建構遊戲 裝扮遊戲 |
| 具體運思期 (7-11 歲) | 集合遊戲 | 規則遊戲 | 規則遊戲 |

資料來源：研究者整理自“學校遊戲場”（頁 15-29），湯志民，2002，台北市：五南。

（二）社會性遊戲（social play）

表 2-10 社會性遊戲的種類

| Parten (1932) | Ericson (1950) | Seagoe (1970) | Iwanaga (1973) | Howes (1980) | Winter (1985) |
|------------------|-------------------|--------------------|-------------------|-----------------|------------------|
| 單獨遊戲 | 自我世界 | 非正式的-個人的 | 獨立的 | 平行的 | 獨立的 |
| 平行遊戲 | 小世界 | 成人的-導向的 | 平行的 | 互相注意 | 靠近的 |
| 聯合遊戲 | 大世界 | 非正式的-社會的 | 互補的 | 簡單的社會性 | 關聯的 |
| 合作遊戲 | X | 個人的-競爭的 合作的-競爭的 | 統整的 | 互補的-互惠的 | 互動的 |

資料來源：研究者整理自“學校遊戲場”（頁 15-29），湯志民，2002，台北市：五南。

（三）教育性遊戲（educational play）

表 2-11 教育性遊戲的種類

| 種類 | 操作遊戲 | 體能遊戲 | 裝扮遊戲 | 規則遊戲 |
|----|---------|---------|------|---------|
| 方式 | 掌控設備或器材 | 大肌肉遊戲活動 | 角色扮演 | 結構化遊戲活動 |

資料來源：研究者整理自“學校遊戲場”（頁 15-29），湯志民，2002，台北市：五南。

幼稚園的教育透過遊戲讓幼兒學習，該階段屬於認知發展中運思前期，已經開始學習裝扮與建構性的遊戲，並進行與人之間的社會性互動，

從單獨遊戲進展到聯合（共同）以及合作遊戲。遊戲可分為許多種類，皆可藉由不同的方式可來達成其所賦予的意義。

三、 遊戲的特質

鄭慧英（1996）指出幼兒遊戲有以下的特點：遊戲是幼兒主動的、自願的活動；遊戲是一種輕鬆愉快的活動；遊戲是一種假想的活動；遊戲是一種社會性活動。林惠雅（2003）也認為遊戲有以下的特徵：遊戲是出自內在動機（intrinsic motivation）；遊戲是一種自由的選擇（free choice）；遊戲是具有正向情感（positive affect）；遊戲注重過程（process over product）；遊戲並沒有固定的模式。Beckwith 則認為創造幼童遊戲經驗，應呈現的品質包括（引自湯志民，2002）：

- (一) 複雜性（complex）：不同類型
- (二) 連結性（linked）：遊戲間環環相連
- (三) 社會性（social）：增進幼童間互動
- (四) 彈性（flexible）：可有多種方式的運用
- (五) 挑戰性（challenging）：包含動作協調、平衡能力、柔韌性和持久力等
- (六) 發展性（developmental）：提供技能或年齡之挑戰
- (七) 安全性（safe）：須依照消費者產品安全委員會（CPSC）的指引減少意外及冒險
- (八) 耐久性（durability）：能幾近不損毀，因損壞會導致傷害。

總觀而言，遊戲是遊戲者自願且主動參與的活動，沒有固定模式，其動機出自於內在的自由選擇，注重過程而不強調結果，且能帶來輕鬆愉快等正面的享受。幼兒遊戲應配合幼兒各項發展，結合各項能力，提供安全而具有挑戰的體驗。

貳、運動遊戲之意涵

一、運動遊戲的定義

林風南（1990）指出，運動遊戲則是以「運動（movement）」為主體，以「遊戲」為方法，以「教育」為指導，以「培養幼兒身心發展的基礎能力」為目標的活動。張財銘（2005）則認為，幼兒運動遊戲是透過自然的遊戲活動提供幼兒教育經驗，並啟發幼兒內在潛能，促進其各方面的發展。劉從國與陳冠旭（2001）更以運動、遊戲與教育三項重要內涵建立模式建構圖，如圖2-3所示。

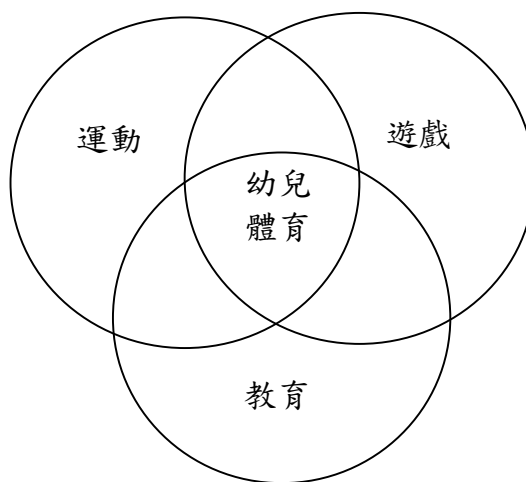


圖 2-3 幼兒體能模式建構圖

資料來源：引自“遊戲對幼兒體能之影響”，劉從國、陳冠旭，2001，大專體育，56，頁 101。

二、運動遊戲的特徵

陳信全（2002）認為：幼兒運動遊戲在本質上是一種自發性、自由性、娛樂性、非現實性及創作性的過程與意願，若沒有此過程與意願那就達不到樂趣化的效果與作用。且幼兒的運動遊戲是象徵的（symbolic）、富於意義的（meaningful）、主動的（active）、愉悅的（pleasurable）、自發的（voluntary）或動機性的（motivated）、規範的（rule-governed）及情

節的 (episodic)。幼兒經由運動遊戲的刺激，無論是身體、心理、感情及社會人格上，都會有良好的發展，運動遊戲的整個過程中，是一種能量的消耗、是一種自我的征服、是一種成就感的體驗且是一種自我目標的實現與達成。

幼兒運動遊戲教學是一種簡單的動作教育，透過多變化的實施，並強調在安全考量下，設定適合幼兒能力之目標。而引起幼兒參與、學習的動機，則為幼兒運動遊戲教學最重要的第一步，如藉由故事的引導、器材的吸引或是情境的佈置等方式 (黃永寬，1999)。

三、運動遊戲的目標與價值

許麗鳳 (1996) 認為，幼兒並非成人的縮小版，因此，幼兒體育的內容不應只是成人運動質、量的減少，應有其獨特性。張郁敏 (2005) 的研究即將幼兒運動遊戲課程目標分為「增加身體活動與發展動作技能」、「樂趣化教學、奠定學習興趣」、「幫助幼兒自我肯定與群性發展」和「加強生活常規與禮儀」等四大主軸，並提出在訂定課程目標時，要先考量五個因素：「學習效益」、「課程適用對象」、「教學安全性」、「配合園所課程或活動」與「幼兒興趣與喜好」。幼兒運動遊戲課程即為：在安全的環境中，讓幼兒在老師的指導下，以遊戲的方法從事各種大、小肌肉運動的教學過程 (黃永寬、何建德與錢慶安，2002)，泛指幼兒園所實施的幼兒體育課、幼兒體能課、幼兒體適能課、幼兒體能活動課或幼兒遊戲課等。透過幼兒園中運動遊戲課程的實施，以進一步促進幼兒的體能與各項能力發展。

呂素美 (1998) 則提出，幼兒運動遊戲的目的，包括：1. 促進幼兒全身骨骼、肌肉的全面發展；2. 經由教師對孩子的關心及鼓勵，提升每一個

孩子的體能；3.教師正確的動作示範與其對孩子的掌握，能產生良好互動；4.透過幼兒身體的運動，促進腦部的發育，培養孩子豐富的感情及對人、事、物的興趣與熱情。

而運動遊戲對幼兒的價值有：身體上的價值（physical value）、教育上的價值（education value）、治療上的價值（therapeuticvalue）、社會上的價值（social value）、道德上的價值（moralvalue）、人格上的價值（personality value）及益智上（intelligencevalue）的價值（王健次，1978；林風南，1990；黃永寬，2000）。黃永寬（1999，2001）更指出，幼兒的運動遊戲雖然以樂趣化為重心，但也必須兼具道德與社會層面，方不失去教育的本質，而幼兒可透過運動遊戲課程學習基本的動作能力，發展身體動作技能、增進體質、促進身心全面發展，為幼兒未來成長打好基礎。

大多數的孩子能從參與運動中得到利益，除了享受運動中的樂趣之外，還能結交朋友，並學習各種技巧(Jon, 1988)。教育部推動「幼稚園運動遊戲方案」之理由，除了運動遊戲本身所具備的價值外，主要是因為國內幼兒肥胖率高且身體不健康，幼兒體能狀況不佳成為國家的隱憂，為求國家永續發展，須從幼兒教育著手，幼兒期良好身心發展的奠定，是儲備國家競爭力最根本的途徑，教育政策向下扎根有其重要性（楊宗文、黃永政，2007）。幼兒運動遊戲的內涵有其教育意義，且具多面向的價值並影響深遠，值得重視與積極發展。

參、影響幼兒運動遊戲的因素

陳信全（2002）認為，透過參與運動遊戲，可培養幼兒多方面的健全身心發展。因此，想要使幼兒真正出自內心及主動的去參與運動遊戲，就需要幼稚園的教師及家長們克服上述影響運動遊戲的因素，才能使幼兒融入運動遊戲之中，得到運動遊戲中快樂與滿足的真諦。林風南（1990）曾提出影響

幼兒運動遊戲的因素，分為個人與環境兩大條件，如圖2-4所示。

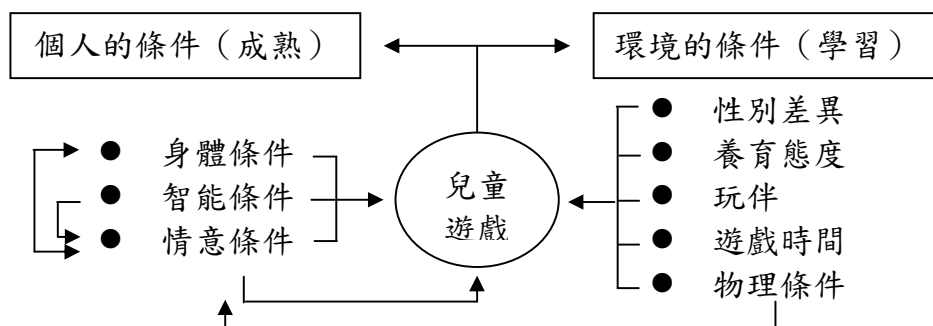


圖2-4 影響兒童遊戲之因素

資料來源：引自“幼兒體能與遊戲”（頁35），林風南，1990，台北市：五南。

肆、幼兒體能相關研究

體能的元素包括了健康、運動與競賽，孩子以遊戲的方式，透過身體活動可達到體能的養成（李小龍、周榮暉，2004）。許麗鳳（1996）提出，學齡前兒童的運動能力區分為：肌力（含瞬發力、持久力）、柔軟度、持久性與控制力（含敏捷性、速度、平衡及協調性等）四大項，而在幼兒發展階段中，包含有七大類的運動能力，即平衡感、協調性、爆發力、肌耐力、柔軟度、敏捷性與速度（林風南，1990；劉雅文，2002）。不同於教育部體適能檢測項目，6歲以下幼兒的體能檢測，需要另外設計施測方式與適用常模，雖然學齡前幼兒各方面的發育尚未成熟，且個別發展速度差異甚鉅，若完全以體能檢測結果來判讀個體體能情況的好壞，是不完全合理且不公平的（張靜文、姜義村，1999），但在幼兒階段實行相關的體能檢測，確實能具體獲知幼兒基本的體能概況，仍值得施行。

鄒碧鶴、張鳴珊、李岫蓉與顏懿汝（2004）以平衡性（棒上單足立）、協調性（手腳併走八字）、爆發力（立定跳遠）、肌耐力（連續單腳跳）、柔軟度（坐姿體前彎）、敏捷性（10公尺來回曲折跑）、與速度（20公尺跑）等七項

體能檢測來瞭解幼兒運動能力的表現。朱海鳴、劉韋孝與楊建夫（2008）則選定了以下五項檢測項目：1.20 公尺跑步；2.立定跳遠；3.手腳併走八字；4.十公尺來回曲折跑；5.雙手正撐，分別評量速度、爆發力、協調性、敏捷性與肌耐力，作為學齡前兒童運動能力之參考。

廖應秋（1992）針對城市與鄉村的男幼兒進行體適能的比較，發現鄉村的孩子可能因為其身體活動的空間寬廣，增加許多動態生活的機會，因此體適能狀況較佳。李招譽（2002）對於北市幼兒體能狀況的調查研究指出，男生的敏捷性、爆發力、速度與協調性表現較女生佳，女生的柔軟度優於男生。而鄒碧鶴等（2004）對南部地區幼兒體能的調查中，也發現隨著幼兒年齡的增長，其各項能力皆有明顯進步（柔軟度除外），而在爆發力與協調性部分男生比女生佳，柔軟度則也是女生表現較男生好，其他項目則無顯著差異。整理幼兒體能相關之文獻如表 2-12：

表 2-12 幼兒體能之相關文獻整理

| 作者/研究者 | 研究主題 | 結果/結論 |
|-----------------------|------------------|---|
| 廖應秋 (1992) | 城市與鄉村男幼兒體適能之比較研究 | (中部)鄉村男幼兒的體適能狀況比城市佳 |
| 劉從國、 陳冠旭 (2001) | 遊戲對幼兒體能之影響 | 透過遊戲促進幼兒體能，並獲得真正的快樂，藉以培養身心健全發展。 |
| 鄭漢吾 (2001) | 幼兒體能教學的省思 | 加強幼兒體育的落實：師資專業化、重視遊戲延伸、教材統整、特教幼兒的安置、重視安全問題、修訂相關法律等。 |
| 李招譽 (2002) | 臺北市幼稚園幼兒體能之調查研究 | 男生體能普遍較女生好，惟女生柔軟度較佳 |
| 李小龍、 周榮暉 (2004) | 幼兒體能訓練之探討 | 體力及運動能力需透過身體活動(運動)而持續發展，運動乃強身之道，應從小培養。 |
| 鄒碧鶴等 (2004) | 南部地區幼兒體能發展現況研究 | 男生體能普遍較女生好，惟女生柔軟度較佳 |

資料來源：研究者整理

在其他文獻中也提到，幼兒體能的培養藉由遊戲、身體活動得以落實，幼兒階段各項發展有其獨特性，不能完全套用成人的學習方式與標準來實行，體能檢測也因此有所不同，更無法建立常模。透過部分項目的施測，取得幼兒體能概況，亦僅能做為參考，卻非絕對的好壞，重點在於提供教學者指導幼兒體育的方向，進一步訂定與規劃相關課程（李小龍、周榮暉，2004；劉從國、陳冠旭，2001；鄭漢吾，2001）。

根據教育部（2004）「推動幼稚園運動遊戲方案」資料顯示，國內幼兒肥胖率達到 10%，而體能狀況幾乎全面落後日本，發展遲緩的現象嚴重，甚至有發展協調障礙。由此看來，幼兒運動遊戲的推展與落實，已不僅是「重要」，而是相當地「必要」了。

伍、 幼兒運動遊戲相關研究

運動遊戲對幼兒發展而言，不僅在基本動作能力與體能培養上有正面的幫助，亦能改善其語言技巧、提升記憶力與想像力，甚或對智力、社會能力以及群性發展上皆有所助益（李小龍、周榮暉，2004；阮志聰，1989；林晉榮、黃永寬、姚妮君，2007；林勤昌，2004；徐錦興，1991；陳信全，2002；蔡盈修，1988；Connie, 1989; Gabbard & Shea, 1979; Penman, Christopher & Wood, 1977)。幼兒運動遊戲的參與，能帶來正面且健全的發展，具有重要意義。研究者將幼兒運動遊戲相關研究整理如表2-13：

表 2-13 幼兒運動遊戲相關研究整理

| 研究者 | 結果 |
|-----------------------------------|---|
| Penman, Christopher & Wood (1977) | 運動遊戲能改善幼兒的語言技巧。 |
| Gabbard & Shea (1979) | 遊戲活動對幼兒記憶力的提升有幫助。 |
| 蔡盈修 (1988) | 運動遊戲對幼兒運動能力及社會能力有正面助益。 |
| 阮志聰 (1989) | 幼兒運動遊戲，對幼兒智力的發展必有幫助。 |
| Connie(1989) | 想像力教學對幼兒知覺運動學習，具有極高的教育價值及效果。 |
| 徐錦興 (1991) | 運動遊戲課程的介入，能提升幼兒基本動作能力之發展。 |
| 陳信全 (2002) | 幼兒在參與運動遊戲課程後，運動能力有明顯進步 |
| 李小龍、周榮暉 (2004) | 透過運動可持續發展體力與運動能力，應從小培養。 |
| 林勤昌 (2004) | 遊戲課程對學齡前兒童基本動作能力發展有助益 |
| 林晉榮、黃永寬、姚妮君 (2007) | 透過動作技能的學習，可強化幼兒認知，促進腦部發育與情意發展，能增進良好的社會性互動與人際關係。 |

資料來源：研究者整理

陸、 幼兒運動遊戲課程相關研究

研究者蒐集近年來 7 篇與幼稚園運動遊戲實施相關的調查報告(黃永寬，2002；黃永寬、何建德、錢慶安，2002；李崑璋，2003；黃永寬，2004b；張財銘，2005；陳鴻雁、黃永寬，2006；黃永寬，2007)，皆採用黃永寬(2002)所編製之調查問卷，其後經過修改(大致上相同)，並於不同年份、不同地區發放問卷並回收統計，發現實施內容有以下幾個面向：師資、活動實施時間、活動場地及其面臨到的問題與困難等等，整理結果如表 2-14：

表 2-14 幼稚園運動遊戲實施相關的研究

| 研究者 | 地區 | 師資 | 實施時間 | 活動場地 | 阻礙與問題 |
|-----------------------|----------------------|---------------------|----------------------|------------------|-----------------------|
| 黃永寬 (2002) | 北縣 (151 所) | 園內教師兼任 (非體育相關科系) | 1 次/週， 31-40 分鐘/次 | 室內外 皆有 | 師資不足、經費不足、相關資訊不足... |
| 黃永寬等 (2002) | 北縣 (151 所) | 園內教師兼任 (非體育相關科系) | 1 次/週， 31-40 分鐘/次 | 室內外 皆有 | 師資不足、經費不足、相關資訊不足... |
| 李崑璋 (2003) | 北縣、市 (487 所) | 外聘教師 (體育相關科系) | 1 次/週， 21-30 分鐘/次 | 以室內場地為主 | 師資不足、設備器材場地不足、經費不足... |
| 黃永寬 (2004b) | 北中南 三區 (355 所) | 外聘教師 (體育相關科系) | 1 次/週， 21-30 分鐘/次 | 以室外場地為主 (有遮蓬) | 師資不足、其他才藝取代、經費不足... |
| 張財銘 (2005) | 南部 (426 所) | 園內教師兼任 (非體育相關科系) | 1 次/週， 21-30 分鐘/次 | 以室外場地為主 (無遮蓬) | 經費不足、其他才藝取代... |
| 陳鴻雁、 黃永寬 (2006) | 共 25 縣市 (1992 所) | 園內教師兼任 (非體育相關科系) | 1 次/週， 21-30 分鐘/次 | 以室外場地為主 (無遮蓬) | 經費不足、師資不足... |
| 黃永寬 (2007) | 北中南 三區 (355 所) | 北、中區外聘體育教師；南區校內教師兼任 | 1 次/週， 21-30 分鐘/次 | 以室外有遮蓬場地與室內場地為主 | 未討論 |

資料來源:研究者整理

綜整以上文獻後發現，幼兒園實施運動遊戲課程的比率相當高，表示運動遊戲課程在幼稚教育中的確是不可或缺的一項重點。分析結果分為五大部分，如下：

- 一、運動遊戲課程實施比率：幼兒園實施運動遊戲課程的比率相當高，平均比率約為 85%，表示運動遊戲課程在幼稚教育中的確是不可或缺的一項重點。
- 二、實施時間：根據 Griffing(1983)指出，幼兒自由遊戲的時間至少需要

30~50 分鐘才足夠。以上研究中，大多數幼兒園運動遊戲課程實施的時間是每週一次，而每次活動在 30 分鐘以下，最多約在 40 分鐘左右，鮮少超過 40 甚至 50 分鐘以上。

- 三、實施場地：運動遊戲課程的進行大多於幼兒園園內，且在園內實施課程時，多利用室外場地（含無遮蓬、有遮蓬），或是室內場地進行。
- 四、教材教具來源：對於教材的規劃部分，各篇研究結果的差異相當大，但都有偏重園方統一設定，或是教師自行規劃二分法明顯的情況。教具與器材的準備，則由園方或教師自行準備。
- 五、師資：幼兒園運動遊戲課程的教學師資，主要有園內教師兼任，與外聘體育教師兩大來源。
- 六、阻礙與問題：針對未實施運動遊戲課程或是曾實施已停止的幼兒園，其阻礙的因素無非在於經費不足、缺乏師資、被其他才藝課程取代、相關資訊不足、實施課程內容不充實以及法令限制等問題。

幼兒運動遊戲課程的施行並無一定的規範，通常以教師個別喜好或自我主觀，作教學的設計與課程帶領，郭靜晃（1992）更認為，老師的態度與熱誠可以反應出孩子的學習與活動情形，因此，幼兒運動遊戲教師專業素養與豐富的教學經驗深深影響幼兒的學習與發展。也由於幼稚教育未列入國民教育範圍，在現階段幼稚園教學現場，法令規章不足以保障專業師資的相關權益，使得幼兒運動遊戲課程有其推行上的難處（杜光玉、鍾國銘，2008）。杜光玉、鍾國銘（2008）更進一步指出，幼兒運動遊戲教師的來源，外聘體能老師與園內教師兼任之人數比例接近，但在公幼或是南部地區，則以園內教師兼任為多；在性別方面，男女約各佔一半；年齡則多在 35 歲以下未婚者居多。黃秀蓮（2001）的調查中顯示，有 91.6% 的幼稚園教師同意「幼兒體能教學由專業體能教師來實施」，才能提供新穎、活潑的活動課程，並運用專業素養及知能，來協助幼兒體適能的發展，也能避免運動傷害。鄒碧鶴等（2004）研究也提到，

大部分園長對於外聘的體能老師，比園內兼任老師帶領幼兒運動遊戲課程的滿意度還高。黃錫權（1988）則認為，體能活動是一項專業的課程，具有其危險性存在，因此，幼兒體能教師應由體育科系畢業的專業人員來擔任，才安全、可靠。幼教師資普遍未受體育、運動相關的培訓，無法確實做到完整的運動遊戲課程教學，然體育科專業的外聘體能教師，對幼兒的身心發展情況卻沒有深入瞭解，可能導致教學設計或與幼兒互動時的阻礙，因此，能兼顧「幼教」與「體育」的專業幼兒運動遊戲師資方為幼教界亟需之人才，其所需具備特殊的專業能力，說明如下（杜光玉、鍾國銘，2008）：

一、運動安全行為與認知

受過訓練的老師能夠即時觀察幼兒的反應與表現狀況，並作出適當的教學決策，對安全行為的注重是對孩子快樂學習最大的保障。

二、樂趣化教學

幼兒對各項事物充滿好奇感，卻不容易集中注意力，無法持續專注，因此，運動遊戲課程須融入樂趣化因素，以提高幼兒參與動機，使其充分享受學習時的快樂並增強成效。

三、基礎運動能力之教導

運動遊戲與一般遊戲不同，其具有目標性，能夠促進幼兒身體動作甚至技能的發展，體能教師在課程設計上須融合基本運動能力，方能使孩子有效學習與進步。

四、創造能力的啟發

幼兒階段是想像力、創造力豐富的時期，結合其認知發展，從各式各樣的動作學習中，能夠激發孩子更多的創意空間。

五、瞭解幼兒身心發展特徵

體能老師須瞭解幼兒各項特殊的身心發展特徵，才能做有效的課程設計與教學。

柒、本節小結

「遊戲是本能的結果」，且遊戲具有新奇感、可行性與優美感三種特性(王健次, 1978)，透過遊戲者內在動機的引發，自願而主動地參與各類不拘形式的遊戲，享受過程中所帶來愉悅輕鬆的感覺，即是遊戲。遊戲配合著人類的發展，產生不同的遊戲方式，在幼兒階段中，遊戲更能帶給幼兒多元發展的刺激。各類遊戲有不同的特質與類別，幼稚園中的幼兒遊戲，涵蓋了體能遊戲、創造性遊戲、建構遊戲、規則遊戲、模仿遊戲、想像與裝扮遊戲等，具有教育意義。感覺運動遊戲以及體能遊戲，是其中相當重要的一部分，可藉由身體活動，直接促進生理上的成長、並培養感覺動作的發展，也能夠養成孩子社會性人際互動與品德陶冶，並刺激智能的發展，建立對身體美感體察的敏銳感。探討幼兒發展，不可缺的便是探討幼兒遊戲，而運動遊戲存在著豐富的教育價值，值得深入研究。

本節針對幼兒體能、幼兒運動遊戲與課程之相關研究與文獻進行整理與探討，著實發現其重要性不容忽視。根據張靜文與姜義村(1999)研究指出，教育部大力推展「提升國民體能專案」，但體適能檢測對象包括中小學、大專、國軍等各層級，惟獨卻忽略了學齡前的幼兒。其實4-6歲幼兒的各項發育已趨成熟，足以加以檢測；只是幼兒的個別差異較大，學習能力也有明顯落差，所以分析結果需考量多項因素，作全盤性的檢討。若能建立幼兒體適能檢測常模，便可作為幼兒運動遊戲教育改進的方針。2003年教育部體育司公布了「推動幼稚園運動遊戲方案」，透過現況的分析提出實施策略，希望培育專業的幼兒運動遊戲教師，以優質的學習環境，增進運動遊戲的參與，健全幼兒的身心發展，以培養更具競爭力的下一代。2004至2008年，計畫中五年的推動期已結束，然其推動策略與落實，有如雷聲大、雨點小之遺憾，未能貫徹而隱沒，乃政策面未能確實執行。因此，幼兒運動遊戲的推展，尚待持續的加溫努力。

第三節 家長對幼兒運動遊戲參與之影響

家庭是協調個人學習社會角色，發展自我觀念的場所，而父母是幼兒第一位也是最重要的教師，對幼兒的影響更是直接而深遠的(Grusec, Sass-Kortsak, & Simuties, 1978；杜光玉，2005c)。簡茂發(1987)也認為，父母是兒童心目中的重要他人(significant others)，因此成為孩子心中認同的楷模，在親子之間的自然而長期的接觸中，最能發揮潛移默化的教育功能。幼兒在社會化的歷程中，與父母的親子互動是提供孩子學習與模仿最直接的方式，而父母對子女學習活動或教育歷程的參與則甚為重要，對孩子學習成長影響甚鉅(黃凱霖，1995；Grusec & Lytton, 1988)。蘇淑芳(2006)更指出，幼兒教育需要行政、教師及家長三方面之配合經營，方能共創幼教多元發展的新氣象。本節就家長對幼兒參與運動遊戲之重要性、參與型態與影響力作文獻的整理與探討。

壹、家長對幼兒參與運動遊戲之重要性

Jon(1988)指出，對於幼兒參與運動遊戲，父母應做一位積極的角色楷模，並樂於自己所從事的運動，設定自己的目標，以建立健康的生活型態。家長於閒暇時間多和孩子參與適當的休閒運動，不僅能增加孩子身體活動的機會，也能促進身心健康，並可建立良好的親子關係(謝筑虹、黃永寬，2007)。Griffing(1983)認為，成人須透過觀察，以了解並設定幼兒遊戲的各項條件，進一步提供充足的時間與空間，才能豐富遊戲的內容，且透過玩物(play materials)刺激學習，同時利用孩子預先的經驗(preparatory experiences)，幫助孩子快速進入各類遊戲當中。成人參與孩子遊戲不僅能發揮支持的作用，且能集中孩子的注意力，拉長遊戲持續的時間，並增加遊戲的品質，更能從互動當中建立親子依附的融洽關係(郭靜晃，1992)。成人的參與對孩子的發展來說，有正向的增強作用，因此，家長對幼兒參與運動遊戲之重要性不容小覷。

貳、家長參與幼兒運動遊戲的型態

杜光玉（2005c）提出家長對幼兒運動遊戲所扮演的 5 種角色，包括了溝通者、諮詢者、參與者、督導者及資源提供者，不僅需提供孩子運動遊戲的活動內容及遊戲方法上的建議，並須支援適當的環境器材，除了溝通互動，更要親身參與，以達到孩子學習的最好效果。郭靜晃（1992）指出，成人參與孩子遊戲的型態包括平行遊戲、共同遊戲與遊戲指導。

- 一、平行遊戲（parallel playing）是成人在不干擾孩子遊戲的情況下，玩與孩子相同的遊戲，如建構遊戲（如堆積木）中，彼此雖然沒有互動，但孩子可隨時參考成人的玩法，在遊戲中獲得學習效果，且孩子因感受大人的參與，會感覺遊戲很好玩，進而延長遊戲的時間。
- 二、共同遊戲（co-playing）則是成人參與孩子正在進行中的遊戲，但不作指導，而是讓孩子為主控，表現出支持孩子的玩法，可鼓勵孩子的持續力，亦增進互動關係。
- 三、而當孩子一再重複或無法延續相同的遊戲，或是無法與其他小孩一起相處遊戲時，則可以遊戲指導（play tutoring）來參與孩子的遊戲，遊戲指導即是成人直接使用遊戲訓練來提升孩子遊戲的層次，以成人為主，主導遊戲的發展，教導孩子新的遊戲行為。

幼兒成長階段當中，固定的親子遊戲時間相當重要，家長必須知道孩子本身的能力，並尊重孩子的自發性，再適時地以適當的遊戲給予刺激和鼓勵，方能促進孩子的學習與發展（郭靜晃，1992）。

參、家長參與幼兒運動遊戲之影響

根據徐錦興（1991）的研究顯示，家長的參與對於幼兒運動能力表現，尤其是在敏捷性與協調性的發展上，比體能老師更有影響力。而陳俊樑（2001）

則發現，父母參與學齡前兒童遊戲因素中，參與遊戲程度與參與遊戲內容可有效預測孩子的基本動作能力發展。家庭是幼兒學習的起點，也是最有安全感的地方，父母的行為更是孩子學習及模仿最佳的對象，父母的參與對孩子參與運動具有極大的影響力（謝筑虹、黃永寬，2007）。整理家長參與運動遊戲之相關文獻，如表 2-15：

表 2-15 家長參與運動遊戲之相關文獻整理

| 作者/研究者 | 研究主題 | 結果/結論 |
|---------------|-------------------------|--------------------------------------|
| 傅美華（1990） | 母親對幼兒遊戲態度之研究 | 母親態度積極 |
| 徐錦興（1991） | 不同指導者參與運動遊戲課程對幼兒體能發展的影響 | 父母參與比老師參與效果佳 |
| 陳俊樑（2001） | 父母參與學齡前兒童遊戲對其動作發展能力之影響 | 父母參與兒童遊戲的程度與內容可預測孩子動作能力發展。 |
| 杜光玉（2005c） | 家長與幼兒運動遊戲 | 家長是幼兒參與運動遊戲的動力與阻力來源，須有所認知與行動方能有正面影響。 |
| 蘇淑芳（2006） | 淺談幼稚園家長參與 | 親師合作為教育之趨勢，惟有家長積極主動的配合參與，才能使幼教多元發展。 |
| 謝筑虹、黃永寬（2007） | 家長參與親子休閒運動對幼兒運動行為影響之初探 | 家長應以身作則，並積極參加幼兒的休閒運動，以促進孩子運動能力與快樂成長。 |

資料來源:研究者整理

肆、本節小結

家長的態度與生活習慣在潛移默化中影響孩子的成長，父母成為孩子學習的主要對象，而動態家庭生活型態的塑造，能提升孩子運動遊戲參與的機會，並培養孩子對於運動遊戲的興趣。因此，家長對於幼兒的運動遊戲參與，若能發揮積極正向的影響力，便能讓孩子從小健康成長，促進有效的身體動作發展。

第四節 幼兒運動遊戲中之性別差異

男孩與女孩在遊戲行為與興趣上之差異，是由於複雜的社會化互動中，各種不同因素所引起的，除了天賦的遺傳、個性之外，最重要的是後天環境的影響，而在社會文化下所形成性別角色的認定是無法被控制的。本節藉由性別角色之意涵與特質以及運動中的性別角色刻板印象，進一步探討幼兒運動遊戲之性別差異。

壹、性別角色之意涵與特質

性別的社會建構源於幼年時期，性別恆定概念與物理恆常概念約同時形成，兩者均為認知發展結果。幼兒2歲時，已呈現出不同性別對於興趣喜好的差異性；約3歲時，幼兒可以說出自己的性別，並知道許多兩性之間暗示性的社會規範；4-5歲的幼兒則被成人明顯界定男、女孩該有的性別特質與活動參與的性質；到了6-7歲，幼兒在發展物理恆常概念時也明白性別的永久不變性，性別角色認同業已穩定，他們認同與自己同性別的人物，有選擇地模仿同性別的行為模範（施又誠、房振昆，2004；陳淑菁，2002；Bailey, 1993）。

「性別角色」則是個體透過自我的行為表現，顯示出在社會文化下所歸屬的性別，即某一社會、文化對於其成員所期待或認定的男性化或女性化之行為模式（李美枝、鐘秋玉，1996；陳俊民，1992；楊美貞，2003；羅元鴻，1998）。潘慧玲等（2003）也提出：性別角色是以生物性別作為劃分社會角色的標準，兩性受到文化規範與社會期望的影響，所表現出符合兩性特質的行為模式。周淑儀（2000）認為，性別角色的特質包括：1.生物學上的性別：生理的不同而產生性別差異；2.活動和興趣：包括玩具、遊戲等；3.個人、社會屬性：包括人格特質和社會行為型態；4.社會關係：包括朋友或認同對象；5.典型的和象徵的特性：指隱含性別化的手勢、行為、語言型態及聲音等。雖然生理上的性別（sex）為一出生時即所決定，但是性別角色（gender）的建構卻需透過成長、

發展及社會化的歷程學習而來（劉秀娟，1999），較難改變生理上原存有的差異，但社會文化若能給予平等的期望與對待，提供相同的學習機會與生活空間，性別角色所呈現的落差或許能減低許多。

貳、運動中的性別角色刻板印象

性別角色刻板印象是一種對男女角色相當僵化、過度簡化及類化的信念或假定，但卻忽略了個別差異（周淑儀，2000）。刻板印象（包括性別刻板印象）有三個特點：1. 訊息來源不正確或太有限；2. 過度類化的傾向；3. 先入為主的判斷（李美枝、鐘秋玉，1996）。而Powlishta(2000)更指出，成人時期的性別刻板印象比幼兒期嚴重，成人尤其不願意將傳統的女性特質加在男性身上。性別角色刻板印象的形成便是經由這些社會化過程的傳遞，其中包括來自於父母、師長、同儕、媒體及其他因素等。種種對社會化的預期，使得一直以來對性別角色總是存有刻板的印象，並貼有非男即女的性別標籤，兩性特質的比較整理如表2-16：

表 2-16 兩性特質比較表

| 性別 | 特質 |
|----|---|
| 男性 | 剛強、嚴肅、獨立、主動、工具性的、有能力的、有成就的、冒險的、豪放的、競爭的、攻擊的、有領導才能的 |
| 女性 | 文靜、溫遜、親切、依賴、服從、細心、感性的、天真的、整潔的、圓滑的、人際化的、愛小孩的、輕聲細語的 |

資料來源：本研究整理。

性別刻板印象明顯存在於運動情境當中，運動向來就是男性的世界，運動參與總是被歸屬於男性化的，運動的行為較為強悍、粗魯，在於表現男子氣概，女性參與運動就像男人婆，更失去理想的女性角色。不同的性別角色有不同的特質，在運動場上，種種文化氛圍的影響，更形成強烈且對比的性別刻板印象（林錫波、王榮錫、陳堅錐，2007；陳美華，1994；楊美貞，2003；滕德政，

2005)。劉宏裕等（2005）指出，歷史發展至今，反對女性參與運動有三個基本理由：1.醫學的理由：在生理上，女性是不適合從事運動的，柔弱而容易受傷；2.審美觀的理由：女性從事運動是不雅觀的；3.社會的理由：女性參與運動違背女性之性別角色特質。

國外學者 Metheny 以性別角色對運動項目做分類，分為適合女性或適合男性的運動，並認為女性屬於審美及個人項目的運動，強調技巧、優雅與美麗，如體操、各類舞蹈；而男性則適合競爭性及團隊性的運動，較有身體接觸並重視力量、耐久性，如足球、棒球與籃球等（陳美華，1994；楊美貞，2003），整理性別化運動項目如表 2-17：

表 2-17 性別化運動項目

| 類別 | 運動項目 |
|-------|----------------------------------|
| 男性化運動 | 拳擊、足球、角力、舉重、鉛球、棒球、籃球、柔道、擊劍、空手道 |
| 女性化運動 | 體操、游泳、國際標準舞、冰上溜冰、有氧舞蹈、芭蕾舞、瑜珈、啦啦隊 |

資料來源：本研究整理

社會的性別刻板印象中，男性特質率性堅強、勇敢好鬥，女性則為依附保守、柔弱優雅；運動一直被認為是男性的活動，女性參與運動被認為是降低女性特質，所得到的多是負面的評價，縱使女性參與運動的比率漸漸提高，也逐漸被接受，但大部分的運動型態仍是偏向男性化的；對男性而言，身為運動員可能造就其身份地位，但女性運動員的價值則無法相提並論。而此氛圍營造在人類社會中，從小耳濡目染下，也就成為理所當然的社會現象。因此，在幼兒成長的學習階段，大人給什麼就學什麼、環境給什麼就接受什麼的情形下，父母的教養、幼稚園課程的理念、老師的教學及同儕互動等，皆促使性別角色刻板印象的形成。成人對性別角色觀念的偏頗態度，則會造成孩子對性別產生刻板印象。近年隨著性別議題的熱潮，討論性別角色刻板印象的相關文獻也呈現

出許多現今社會的面貌，研究者將其整理如表2-18：

表 2-18 性別角色刻板印象相關文獻整理

| 研究者/研究主題 | 結果 |
|---|--|
| B. A. Martin & J. H. Martin (1995)/比較理想運動員與理想男、女性的性別角色認知 | 女性參與運動的接受程度無法與男性相對並論，女性參與運動所得到的只是負面的評價。 |
| M. T. Allison (1991)/女性運動員與角色衝突：極少理由的先入為主的偏見 | 身為一個運動員對男性而言，是造就身份地位的最佳來源；但女性參與運動會降低女性特質，而不具吸引力。 |
| K.A. Csizman & A. F. Witting & K. T. Schurr (1988)/運動刻板化與性別 | 性別差異不是運動角色衝突的主要影響，而是運動特徵，即個體的性別及性別化運動之間的相互影響。 |
| S. Jackson & H. Marsh (1986)/運動或反社會？女性的運動經驗 | 運動被認為是男性的活動，縱使女性參與運動已逐漸被接受，但大部分的運動仍是男性化的。 |
| 滕德政 (2000) /「黑白ㄅㄆㄇ！亞當夏娃ㄅㄆㄇ？」運動文化的性別刻板印象——一個國小班級躲避球運動之研究 | 建構在體育教師身上的傳統性別刻板印象，會影響到師生間的躲避球運動教學 |
| 朱蘭慧 (2002) /男性性別角色刻板印象形成與鬆動之研究 | 父母的教養、老師、學校課程及同儕互動等造成性別角色刻板印象的形成 |
| 洪淑敏 (2003) /國小低年級學童性別角色觀及性別刻板印象之研究 | 男孩的性格特質率性堅強，女性則為依附保守；成就表現男生贏過女生。父母親性別角色觀念偏頗的態度則會造成孩子對性別產生刻板印象。 |
| 蔡端 (2004) /國小教師對學生性別角色的刻板印象與兩性平等教育實施態度之研究 | 年齡愈大的、已婚的或男性國小教師對學生性別角色的刻板印象程度較高 |

資料來源：研究者整理

參、幼兒運動遊戲之性別差異

林風南 (1990) 曾指出，性別差異是幼兒運動遊戲的要素，而幼兒經由參與運動遊戲之社會化後，其最明顯的影響即表現在學習性別角色上 (滕德政，2005)。杜光玉 (2005b) 則認為，幼兒時期性別尚未分明，性別的差異多來自家長、教師及社會大眾的示範與期待，性別角色對幼兒運動遊戲的影響可分為幾個部分，研究者將其整理如表2-19：

表 2-19 性別角色對幼兒運動遊戲之影響

| 影響面向 | 結果 |
|------|-------------------------------|
| 性別認知 | 幼兒在性別認知方面有差異性存在。 |
| 生理發育 | 男女幼兒的身材相類似，體格結構也無太大不同。 |
| 運動能力 | 男幼兒在動作發展與部分體適能優於女幼兒。 |
| 興趣偏好 | 男幼兒遊戲方式較女幼兒激烈，男女幼兒在玩具選擇上明顯不同。 |
| 活動量 | 幼稚園中男幼兒活動量明顯較女幼兒高。 |

資料來源：本研究整理

由於性別角色的不同，在運動遊戲的表現也有所差異，雖然對生理上身體發育而言，男、女幼兒並無太大不同，但在整體運動能力的表現上，男幼兒略優於女幼兒，且對興趣的偏好男生較為激烈、好動，身體活動量也相對較高。郭靜晃（1992）也指出，學前男孩比女孩玩較多的粗暴嬉鬧遊戲(rough-and-tumble play)，尤其像是追逐、攀爬等較為戶外的活動，表現出主動、活躍的形象；而女孩傾向社會性、小團體的遊戲，活動空間以室內靜態活動為主；在同儕的互動中，也因為可能性別角色刻板化或是興趣所趨等因素，同性遊戲比異性遊戲來得多。兒童性別差異行為最早是衍自於家庭中複雜的互動(Maccoby & Jacklin, 1974)，而造成幼兒階段運動遊戲表現上的性別差異，主要在於各層面的社會環境因素，包括家長、教師以及同儕的影響。家長的期望透過親子互動傳達給孩子，對於不符合性別期待的行為表現有所處罰；而教師也可能會因個人社會化的理念，以性別分化的教材指導孩子；同儕之間的競爭與支持，也是影響幼兒同性相吸、物以類聚的主要因素。

肆、本節小結

性別刻板印象從小開始存在，男娃女娃的服裝、玩具，在在反映成人社會的期望，運動給人的刻板印象則更為明顯。幼兒時期的性別差異並不明顯，尤其在生理上並無太大不同，然在運動遊戲的參與上，卻出現刻板化的現象，成人世界的影響甚鉅，可見幼兒階段教育的重要性！

第五節 本章總結

本章藉由相關文獻的探討，從幼兒發展理論出發，探討幼兒階段時期運動遊戲之重要性，進一步切入幼兒的運動遊戲參與，並探究幼稚園課程與家庭教育對幼兒運動遊戲的影響，也藉以瞭解在社會化的性別板印象下，幼兒運動遊戲中性別差異之情形。

從幼兒動作發展相關理論著眼，用以瞭解幼兒階段各項發展的狀況。透過將認知發展理論與身體動作技能做連結，可知道幼兒成長過程中各項能力的培養皆息息相關，而身體活動基礎能力的養成，不僅能促進生理上的發展，更可帶動幼兒在語言、社會行為、注意力與情緒等方面的進步與成長。

遊戲是幼兒不可或缺的生活重心，帶給孩子成長過程中自發性的愉悅與歡樂，藉由不同的遊戲方式，達到學習的效果。而運動遊戲是以運動為主體、遊戲為方法，以教育作為指導，用來培養幼兒身心發展的基礎能力的活動，具有促進各項能力養成的價值。而幼兒教育是所有人類教育的開始，值得教育政策向下扎根，深遠投入。自幼兒運動遊戲相關的研究當中，發現幼兒體能的重要，並須以運動遊戲的介入作為提升。近年我國對於幼兒體能的重視，促成運動遊戲推動的開始，在研究方面，則針對幼兒體能的狀況，以及幼兒園中運動遊戲之情形，有許多的探討，也進一步了解幼稚園中運動遊戲課程的實施現況。

除了幼稚園課程師資的影響之外，家長與家庭教育的影響更是不容忽視。家庭是孕育個體成長的搖籃，而父母則是第一個推手，惟有良好且完整的家庭教育，方能有效配合學校教育，教養孩子健全成長。最後亦從文獻中發現，運動場域中出現的性別角色刻板印象，其實自小養成，而在幼兒沒有決定與自主行為能力的階段，受到家長、教師與整個社會化的支配，環境的影響力顯得重大，刻板現象的存在無形造成運動遊戲上的性別差異。

第參章 研究方法與實施步驟

本研究藉由質性方法，採自然觀察進入幼稚園中，觀察幼兒運動遊戲參與之情況，並輔以訪談法訪談教師、幼兒及其父母，欲深入了解幼兒運動遊戲參與之情形。本章旨在說明研究方法與實施過程，共有五節，分別為第一節研究方法與流程；第二節研究對象與研究者角色；第三節收集資料的方法；第四節研究實施步驟；第五節資料處理與分析。

第一節 研究方法與流程

根據研究之目的，並透過蒐集相關文獻，設定本研究之方法，針對研究主題相關文獻加以分類、彙整，並以自然觀察法進入幼稚園相關活動的課堂中，觀察幼兒參與運動遊戲之情形，並輔以訪談法與文件分析，深入蒐集相關資訊，以完成研究。本節介紹研究方法與流程：

一、研究方法：

本研究的資料蒐集方法主要包括觀察法、訪談法、文件蒐集以及研究倫理四個部分。

(一) 觀察法

潘淑滿(2003)認為，觀察法是用來認識與了解日常生活世界的主要方式，包含「看」和「想」。觀察研究的類別，若依方法區分可分為：非參與觀察與參與觀察，其中非參與觀察又涵蓋自然觀察與模擬觀察；若依記錄方式區分則分為描述性觀察、推論性觀察與評鑑性觀察(王文科、王智弘，2006)。本研究採非參與的自然觀察法，以旁觀者或局外人(outsider)的角度與立場，進行較為客觀的觀察，視觀察情形與資料收集情況，調整觀察運動遊戲課程的次數。除了運動遊戲相關課堂的觀察外，也隨機觀察園內幼兒

自由活動的時間(晨間運動時間與上、放學時間等)之情形，以取得更多的資訊，充實觀察內容。觀察過程中，以觀察記錄表隨時作記錄，即連續記錄法，記錄內容包括編碼、日期、時間、地點、描述性記載與評註(反省性筆記)等，以「博多稿(protocol)」呈現，並統一格式以便日後資料的整理與分析。觀察所發現的問題，可進一步透過再次訪談以求得資料的正確性。

(二) 訪談法(interviewing)

黃瑞琴(1991)指出，「質的研究」是產生描述性資料的研究，質的研究資料是以文字的形式而非數字呈現。而「訪談」是一個有目的的會話，由一個人引導以便從另一方獲得資訊，用以蒐集描述性的「第一手資料」。以訪談法為主的研究，受訪者對研究者而言大都是陌生的，因此，在訪談進行的過程中，需建立關係、互相認識，大部分的訪談從簡單的、輕鬆的談話開始，讓受訪者保持自然的狀態，研究者必須設法破冰(break the ice)，並建立雙方共融關係(黃光雄，2001)。深度訪談法的類型包括：「結構式」、「非結構式」及「半結構式」三種，結構式訪談較為正式、標準化，嚴謹但不易聚焦，無法深入分析；非結構式訪談較為開放，不須擬定訪談大綱，訪談過程中亦不限制受訪者的答案，訪談範圍過大則無一致性；取兩者之平均，半結構式訪談則以引導方式，既有可循之模式，也可隨時做彈性的調整，較符合初學者的需求(朱蘭慧，2003；陳向明，2006；黃光雄，2001)。

本研究採用「半結構式」之深度訪談，擬定訪談大綱後，以彈性的問答方式，進行訪談。研究對象為臺北市某一所幼稚園，研究者先進行大班幼兒運動遊戲課堂之觀察，以收集相關資料，並從中選取6名幼兒，獲得家長同意後，以男、女幼兒各3名及其家長共12人，正式參與訪談。訪談採半結構式，先擬定訪談大綱，期以自然情境下的談話蒐集資料。幼兒訪談採團體訪談之方式，以座號排序，每6人為一組，再針對本研究特定對象，進行錄

影器材之設置調整，目的在於避免幼兒單獨受訪的不安全感，並以同儕問答方式，激發孩子發表的動力。與父母以及教師訪談時，研究者會先做簡單的自我介紹，並聊聊課程中所觀察的內容，以作為話題的開啟，並口頭確認受訪者同意錄音，方才切下錄音鍵開始正式訪談。訪談時，不以制式的一問一答做為互動，而是在雙方對於遊戲運動參與與生活中相關的經驗分享當中，建立良好的互動，取得受訪者信任後，再慢慢引導相關的問題，讓受訪者能說出較深層的感受與想法。

(三) 文件蒐集

本研究針對研究對象，即幼稚園中大班幼兒，以及和運動遊戲課程相關的資訊，透過教師、園方蒐集相關文件，部分資料經研究者整理，並經獲同意後進行文件歸檔，以作為研究撰寫之參考。

(四) 研究倫理

研究倫理在以人為主的質性研究中，是一個重要的課題（朱蘭慧，2003），黃光雄（2001）也認為質性研究中，研究者與研究對象之間像是一種友誼關係，而不是一種契約行為。而研究過程中需注意下述倫理的規範，才不至使研究對象受到傷害：1.清楚說明研究的動機、目的以及研究欲了解的問題；2.雙方對相關約定達成共識，並讓研究對象簽署同意書，研究過程中，有任何不清楚或模糊的部份，應時時相互反省、檢核；3.除非當事人同意，否則必須保密研究對象的身分（真實姓名）與所有的互動過程；4.撰寫研究結果與報告時須真實呈現，不應受個人意識型態而有所偏頗。惟每個研究有其獨特性與複雜性，所有的規則還是會有例外，應視個別情況而定。

二、研究流程

本研究之流程係先根據本研究之問題與目的，進行相關文獻的閱讀，將研究範圍定在幼稚園大班幼兒的運動遊戲參與。研究對象設定為幼稚園大班的幼兒及其父母與相關教師，並建立本研究之方法，採觀察與訪談，先進入校園內大班運動遊戲相關課程，透過自然觀察，收集相關資訊，並於觀察後，選定訪談對象，擬定訪談大綱（附錄六~八），以半結構式訪談法來蒐集資料。最後分析所得資料，並將本研究結果與其他相關文獻進行對照與討論，最後撰寫本研究之報告，包括研究發現與討論、結論與建議。本研究之流程如圖 3-1 所示：

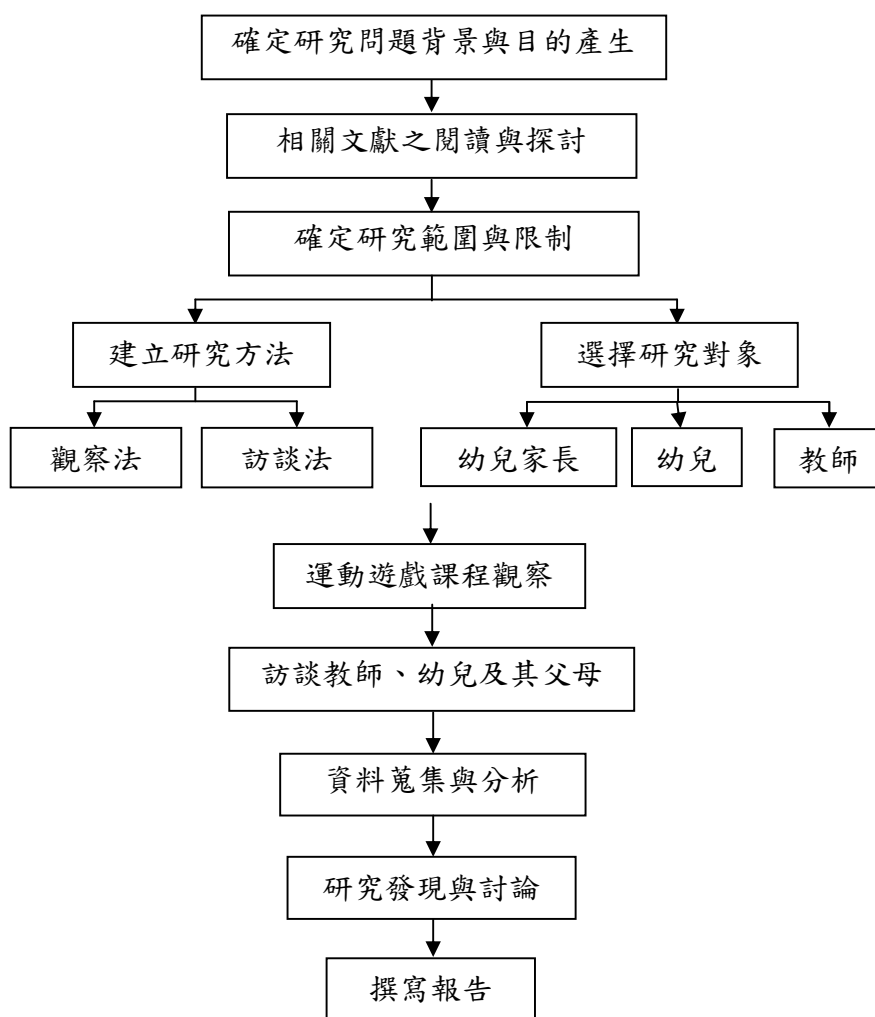


圖 3-1 研究流程

第二節 資料收集的方法與研究實施步驟

本研究採自然觀察法，以觀察記錄表蒐集幼稚園內運動遊戲課堂中，幼兒參與之情形，並輔以半結構式訪談法，對教師、幼兒與家長進行訪談，用以了解幼稚園中幼兒運動遊戲參與之情形及其相關課程的實施效果，更深入探討家庭教育環境對幼兒運動遊戲參與之影響。

一、資料收集方法

本研究主要採質性的觀察及訪談法，針對臺北市某一所幼稚園之大班運動遊戲課堂進行自然觀察，並進一步鎖定對象進行訪談。收集資料的方法如下：

(一) 觀察記錄表

在觀察運動遊戲課程過程中，以觀察記錄表隨時作記錄，即連續記錄法，記錄內容包括編碼、日期、時間、地點、描述性記載與評註(反省性筆記)等，以「博多稿(protocol)」呈現，並統一格式以便日後資料的整理與分析，如附錄五。

(二) 錄影、錄音設備

研究進行當中，觀察與訪問的全程需以錄影、錄音相關器材全程錄下內容，事後將觀察運動遊戲課堂，輔以觀察記錄表作詳實地記錄，並將訪談內容整理成逐字稿。在徵請受訪者的過程中，會先取得受訪者之同意再予以錄音。因此，在觀察與訪談作業前，研究者需先準備好錄影機、錄音筆及電池等器材，並在使用前仔細檢查，是否運作正常，並儘量提早進入觀察或訪談地點，以便所有設備之設置。

(三) 訪談大綱

自編之訪談大綱共有三份，分別為：「教師對幼兒參與運動遊戲訪談大綱」、「幼兒參與遊戲運動訪談大綱」與「父母對幼兒參與運動遊戲訪談大

綱」，如附錄六、附錄七、附錄八。

1. 「教師對於幼兒參與運動遊戲訪談大綱」，是希望藉由與隨班老師以及體能課外聘專業老師的訪談，進一步了解與相關訊息，也能獲知老師幼兒參與運動遊戲的態度。如表 3-1：

表 3-1 教師對於幼兒參與運動遊戲訪談問題構面表

| 構面 | 子題 | 問題意識 |
|------------------|-----------|---|
| 參與運動遊戲之情形 | 類型 | 園區運動遊戲課程的實施情況?幼兒平常所玩的遊戲、運動項目?園區幼兒的體能狀況?園區在運動遊戲推展上特別的部份? |
| | 時間 | 運動參與的習慣是從小養成的嗎? |
| | 地點 | 怎樣的環境最適合孩子運動、遊戲? |
| | 引導者 | 幼兒運動遊戲的能力需不需要成人的指導?為什麼? |
| | 投入狀況 | 幼兒最喜歡玩的運動遊戲是什麼?為什麼? 幼兒最不喜歡玩的運動遊戲是什麼?為什麼? |
| 不同性別角色對運動遊戲參與的態度 | 性別角色中運動特質 | 男生適合什麼運動?為什麼? 女生適合什麼運動?為什麼? |
| | 對象 | 園區內的孩子會偏向只跟喜歡跟男生還是女生一起玩嗎?為什麼? |

資料來源:研究者自編

2. 「幼兒參與運動遊戲訪談大綱」，主要針對幼兒，以簡單的語言，詢問幼兒參與運動之情形，包括類型、時間、地點、引導者、投入狀況等；也希望透過引導瞭解幼兒性別角色對運動遊戲參與的態度為何，包含性別角色中運動特質及參與對象。如表 3-2：

表 3-2 幼兒參與運動遊戲訪談問題構面表

| 構面 | 子題 | 問題意識 |
|--------------------------|---------------|---|
| 參與運動遊戲 之情形 | 類型 | 上課及平常所玩的遊戲、運動項目是什麼? |
| | 時間 | 你常常玩遊戲、做運動嗎?(上學或放學時?) |
| | 地點 | 你都在哪裡玩遊戲、做運動? (在學校、公園還是家裡?) |
| | 引導者 | 是誰教/陪你玩的(老師、爸媽、哥姊?) |
| | 投入狀況 | 你最喜歡玩的運動遊戲是什麼?為什麼? 你最不喜歡玩的運動遊戲是什麼?為什麼? |
| 不同性別角色對 運動遊戲參與 的態度 | 性別角色中 運動特質 | 男生適合什麼運動?為什麼? 女生適合什麼運動?為什麼? |
| | 對象 | 你喜歡跟男生還是女生一起玩?為什麼? |

資料來源:研究者自編

3. 「父母對幼兒參與運動遊戲訪談大綱」,則以父母對幼兒了解之情形,作為運動遊戲參與情形之回答;並進一步了解家長對於不同性別角色參與運動遊戲的態度,及對孩子的期望。如表 3-3:

表 3-3 父母對幼兒參與運動遊戲訪談問題構面表

| 構面 | 子題 | 問題意識 |
|----------------------------|---------------|---|
| 幼兒參與運動 遊戲之情形 | 類型 | 您的孩子平常所玩的遊戲、運動項目是什麼? |
| | 時間 | 您的孩子常常玩遊戲、做運動嗎?(放學或放假時,您或家人會陪孩子活動嗎?) |
| | 地點 | 您的孩子都在哪裡玩遊戲、做運動? (在學校、公園還是家裡?) |
| | 引導者 | 大部分是誰教/陪您的孩子從事運動遊戲? (老師、家長、哥姊?) |
| | 投入狀況 | 您孩子最喜歡的運動遊戲是什麼?為什麼? 您孩子最不喜歡的運動遊戲是什麼?為什麼? |
| 對幼兒不同性別 角色參與運動 遊戲的態度 | 性別角色中 運動特質 | 您認為男生適合什麼運動?為什麼? 您認為女生適合什麼運動?為什麼? |
| | 對象 | 您的孩子會偏向只跟男生或女生一起玩嗎? 您認為是為什麼? |

資料來源:研究者自編

(四) 研究者自身

質的研究者本身就是蒐集資料的工具，這個人類的工具是帶著自己的意念、思想、和情感進入一個也是充滿著意念、思想、和情感的社會情境蒐集資料（黃瑞琴，1991）。因此，研究者本身也是一個主觀的個體，要研究者本身完全中立是比較困難之處，但因研究者本身曾擔任幼兒運動指導員，有許多與幼兒接觸的實際經驗，對於幼兒訪談較能以同理心、引導的方式與孩子對話；對於家長的部份，因為長期教學經驗，累積與家長互動、溝通的實戰經驗，能夠增進訪談時對方的信任感。研究者將堅持質性研究的研究精神與倫理，相信以自己的教學經驗、信念與對教育幼兒的用心，必能有足夠的觀察、應對、感受、理解、歸納、分析等能力，來完成此訪談工作，並期全面整理呈現訪談細節，充分反映受訪者的述說。

二、研究實施步驟

本研究以觀察法為主，進入幼稚園內運動遊戲課堂中，以瞭解幼兒參與之情形，並輔以訪談加強資料的蒐集。本節主要在說明研究對象聯繫與方法之實施，詳細步驟陳列如下：

(一) 研究對象之聯繫

由於本研究需進入幼稚園中進行，無論在實施觀察過程或是尋找訪談對象，若能透過管道進一步與園方聯繫，能避免受到回絕，且能加速建立與園方的良好關係，並得以獲得行政與教學之相關支援，使研究順利進行。因此，研究者就本身所熟悉的友人當中，尋求目前有小孩就讀幼稚園之母親，且其與該園互動良好，與幼稚園之關係甚為密切，能夠介紹研究者與園方接觸，並有機會說明研究計畫。且研究者所認識的一名學妹，恰好97學年度第一學期也進入該園實習，對研究的進行有相當大的助益，加

以該園地點離研究者生活場域甚近，研究者較能隨時進入校園觀察與訪談，縮短交通往返之阻礙，加強本研究之可行性，亦提供研究過程甚大之便利。

研究者本身有許多幼兒運動遊戲教學的經驗，希望藉此研究合作，除了提供相關資料與訊息，能作為幼稚園教師及家長教育幼兒的參考之外，也能回饋該園，直接或間接參與指導相關活動的實施，如支援園內運動遊戲相關課程或親子活動日等。藉由回饋說明，期能得到園方、幼兒與家長的信任，以利研究方法的施行。

(二) 研究方法之實施

研究方法實施以自然觀察法，以台北市一所幼稚園園內大班幼兒的運動遊戲相關課堂，採全程觀察之方式，於97學年度第一學期10-12月，不間斷地進行觀察記錄，共15次。此外，亦利用幼兒自由活動的時間，如晨間半小時運動的時間或其他假日活動等，做課堂外的非正式的觀察，以取得更多的資訊，充實觀察內容。觀察過程中，以觀察記錄表隨時作記錄，即連續記錄法，記錄內容包括編碼、日期、時間、地點、描述性記載與評註（反省性筆記）等，以「博多稿(protocol)」呈現，並統一格式以便日後資料的整理與分析。觀察所發現的問題，可進一步透過再次訪談以求得資料的正確性。觀察次數統計表與觀察日程表如表3-4、表3-5：

表 3-4 觀察次數統計表

| 類別 | 次數 | 備註 |
|--------|----|--------------------|
| 體能課程 | 15 | 體能老師 10 隨班導師 5 |
| 晨間運動時間 | 5 | 每日上午 08：30 至 09：00 |
| 其他 | 2 | 聖誕懇親會觀察、幼兒訪談 |

資料來源：研究者自編

表 3-5 觀察日程表

| 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 日 |
|------|----|------|-----|----|------|----|
| | | 10/1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| ⑬ | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| ⑳ | 28 | 29 | ⑳ | 31 | 11/1 | 2 |
| ③ | 4 | 5 | ⑥ | 7 | 8 | 9 |
| ⑩ | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | ⑲ | ⑳ | 21 | 22 | 23 |
| ㉒ | ⑳ | ㉑ | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 12/① | 2 | ③ | ④ | 5 | 6 | 7 |
| ⑧ | 9 | 10 | ⑪ | 12 | ⑬ | 14 |
| ⑮ | 16 | 17 | ⑱ | 19 | 20 | 21 |
| ㉒ | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| ㉑ | 30 | 31 | 1/1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | ⑧ | 9 | 10 | 11 |

備註：○體能課程觀察、□晨間運動時間觀察、

◇聖誕懇親會觀察、△幼兒訪談

資料來源:研究者自編

實施方式首先針對全班幼兒家長發放研究參與家長同意書（如附錄二），再開始進行課程觀察的錄影。觀察課堂時，以不打擾原例行性課程之規劃為原則，來獲得實際場域中幼兒運動遊戲課程較真實的資料。觀察時，於活動場地中架設攝影機以作為錄影記錄，以補足觀察時填寫記錄表的缺漏，並針對所觀察的幼兒參與行為，選取其中參與度較高及參與度較低的幼兒，進一步與導師討論後，以表達能力及親和力較高的小朋友為

主，發放訪談同意書（如附錄三）給幼兒之家長，最後挑選男、女幼兒各三名及其家長一名，總共12人參與研究訪談。

訪談則分為教師、幼兒與家長三個部份，教師與家長皆採個別訪談方式進行，幼兒部分則採團體訪談。教師的訪談，是在幾次的觀察進行後，與老師有初步的接觸與認識，進一步與三位老師約時間，隨班的兩位老師是利用孩子午休的時段，與老師進行約40分鐘的單獨訪談，研究者先主動解釋本研究之目的與個人研究興趣與動機，讓彼此熟悉並達到談話中的放鬆與信任，進而以半結構式訪談詢問相關問題，談話中也加入觀察到的一些現象，與老師做進一步確認。體能教師部分由於是外聘老師，因此先在學校課堂時間，與老師說明後邀請參與訪談，取得同意後，以e-mail與電話聯繫的方式約定訪談時間與地點，最後於幼稚園鄰近的咖啡館進行個別訪談。幼兒訪談的部份，則是在一連串的觀察與些許互動之後，配合園內彈性課程的時間，在幼稚園中空教室進行，全班共36人，以每6人為一組進行約15分鐘的分組訪談。因研究者長期出現在園內，獲得小朋友的信任與喜愛，以團體訪談方式進行，又能增進孩子的參與感，以幼兒能理解的簡單語彙發問問題，並適時控制讓本研究設定的特定個案多發言，以取得研究者想要的訊息。

最後將所有錄音檔案謄打成訪談逐字稿電子檔，印出個案紙本並與受訪者進行確認，增加訪談內容的真實性。在研究結束時，贈送三位教師以及每對幼兒及家長一份小禮物，以聊表謝意。

三、研究信、效度之檢核

（一）信度

研究信度可分為外在信度與內在信度（王文科、王智弘，2006）。潘淑滿（2003）指出，適當地選擇研究對象、妥切地處理資料蒐集與分析，以增強研

究的外在信度；而利用錄音、錄影等方式協助資料蒐集，則能提高研究的內在信度。本研究將詳實說明研究對象選擇之原因，更以錄影器材記錄課程的觀察、以錄音器材協助訪談時記錄工作，視情況而增加訪談的時間與次數以得到最豐富的資料，訪談中也以不同的問題形式詢問相同問題的看法，並於訪談後與受訪者確認訪談內容記錄的正確性，確實地呈現所蒐集的資料與分析結果，避免過度推論，來提升本研究之信度。

（二）效度

研究之效度亦包含外在效度與內在效度。外在效度是指研究者透過確實的描述、轉譯，有效呈現研究對象所傳達的經驗與感受；內在效度指的則是蒐集資料的真實性（潘淑滿，2003）。本研究透過觀察記錄，儘可能客觀地描述所觀察到幼兒運動遊戲現場的真實情況，並將訪談內容打成逐字稿，以提供結果分析之第一手參考資料。藉由非正式的訪談，獲得教師、家長真實感受的分享，提高本研究之效度。

第三節 研究對象與研究者角色

本研究中採觀察與訪談的方式進行，研究對象即為本研究之參與者，由於研究者須親自進入幼稚園現場作場域觀察，並與研究參與者進行第一線的接觸訪談，因此研究者的角色定位顯得重要，本節將針對研究對象與研究者角色進一步說明。

一、研究對象

為探討幼兒參與遊戲運動之相關議題，本研究採立意取樣（purposive sampling）方式，將對象設定為臺北市一所幼稚園大班的幼兒，進入運動遊戲課程的觀察，並從觀察中選取6名幼兒，進行訪談(幼兒6人、幼兒家長6人及教師3人，共15人)，選取研究對象之原因與進行方式說明如下：

潘淑滿（2003）指出，質性研究中對象選取的運用，是根據問題的特性、相關理論的需要與不同研究目的等原則，來選擇研究對象來源與個數。本研究即採此立意取樣之方式，至台北市一所幼稚園內大班之班級，進行運動遊戲課堂之觀察，透過研究者觀察時所發現之特殊個案，如整體身體活動平均表現良好以及不佳者，或是課程中曾出現特別行為引起研究者好奇者，選擇男、女幼兒各數名，經由與隨班師討論，進一步了解後鎖定6名表達能力尚可、個性平易近人且有個人特色之幼兒，進行家長訪談同意書（如附錄三）的取得，並再個別發送訪談邀請函（附錄四）以取得家長聯絡電話，最後敲定可參與訪談的幼兒及家長共6對，總計12人。經過研究者課堂中的前期觀察，發現部分幼兒有其特殊的個案特色，選擇之背景說明如下：

C1 為一活潑好動的小男孩，對於課堂上的參與總是相當積極，總是排在隊伍的最前面，也會努力爭取示範的機會，對於跑、跳等活動相當活躍，受另一好朋友影響，兩人課堂中的互動與學習情況良好。由於遠視所以小小年紀就戴眼鏡，容易吸引觀察時的目光。

C2 是瘦瘦小小的一位小女孩，各項運動表現皆能呈現協調之表現，跑步相當快，學習態度也很認真，模仿與學習力強，老師的教學都能很快跟上，上課時運動遊戲活動的練習都不馬虎。經確認後發現，她是該班年紀最小的孩子，算是中班年紀，但動作表現卻能在女生當中堪稱一、二，實屬不易。

C3 則是名微胖的可愛小男孩，運動服上總是別著小手帕，容易因練習而流汗，感覺的到孩子的認真投入與努力，部分動作能力有些遲緩，但總是很用心的觀看教學，並能學習觀察其他同學的動作與老師的回饋，在一旁跟著練習，感覺是個很聰明的小孩，雖然身體能力並非優異，但卻能在不斷練習與自我要求中求進步，實屬難得。

C4 是個敏感的小女生，對於研究者非參與式的觀察與錄影，特別感到好奇並表現出抗拒，上課時較容易分心，常東張西望或與旁邊的同學說話，學習效果較為不好，可能因為許多技術性的動作有難度，使得孩子產生心態上的排斥，也較不喜歡跟著練習，惟該女孩在做蛙人操時，相當認真，也很努力表現其動作成果，可能與其柔軟度佳有關，蛙人操有許多伸展的動作，她都可以做得很標準，表現得很優異。

C5 是個高高壯壯，有點過重的男生，感受得到他的個性穩健，但動作表現有很明顯的遲緩，平常排隊或集合，行動都緩緩的，課堂中也不愛跟著動，體能課是一大負擔，尤其在柔軟度、爆發力、肌力的表現上都明顯跟不上其他同學的進度，活動式的遊戲，他亦不像其他孩子會玩得盡興，感覺並無足夠動力想參與相關的運動遊戲。

C6 是個有氣質而文靜的女生，高高壯壯的發育很好，但動作發展並未跟上生理發展，因此在身體活動的動作表現上稍微弱了些，加上對於動態活動，較容易心生畏懼，自信心不足，怕受傷而過度保護自己的態度可被查覺，跑、跳等基本能力不佳，柔軟度、爆發力、肌力也都不算好，但其特質卻適合靜態的學習，她在朗讀、音樂、勞作部分皆表現優異，甚至常常擔任司儀與戲劇旁

白工作，是一動靜落差很大的女孩。

研究參與者中之幼兒為男、女幼兒各3名，每位孩子的爸爸或媽媽其中一人接受訪問，訪談對象資料概述表整理如表3-6。

表 3-6 訪談對象資料概述表

| 代碼 | 性別 | 排行情形 | 父或 受訪 | 父母 年齡 | 父母 教育程度 | 父母 職業 | 父母 婚姻 狀況 |
|----|----|--------|----------|----------|------------|----------|----------------|
| C1 | 男 | 有 1 哥哥 | 母 | 43 | 碩士 | 教師(高中) | 雙親 |
| C2 | 女 | 有 1 姊姊 | 母 | 38 | 大專 | 教師(幼稚園) | 雙親 |
| C3 | 男 | 有 1 弟弟 | 父 | 35 | 大專 | 公 | 雙親 |
| C4 | 女 | 獨生女 | 父 | 33 | 大專 | 商 | 單親 |
| C5 | 男 | 有 1 妹妹 | 母 | 36 | 大專 | 家管 | 雙親 |
| C6 | 女 | 獨生女 | 母 | 40 | 碩士 | 家管 | 雙親 |

資料來源:研究者自編

訪談教師的部分，則選定與該班級運動遊戲課程相關的 3 名老師，分別為外聘體能課老師，以及大班幼兒的 2 位隨班老師，希望透過訪談深入了解課程運作的情形，並獲得老師對幼兒參與運動遊戲的態度與相關建議，以作為對照觀察結果之參考。

二、研究者角色

質性研究中，研究者與研究參與者有直接接觸的機會，因此，研究者角色的扮演、涉入方式與態度，顯得重要，可能影響著研究的所有過程甚至結果。本研究中，研究者所扮演的角色包括：「研究者」、「完全觀察者」、「完全參與者」、「大姐姐、yoyo 的朋友」、「運動教育者」等，分別說明如下：

以「研究者」身分進入幼稚園場域

研究者進入幼稚園前，先以 e-mail 寫信致意，並附上個人簡介，表明自己的「研究者」身分，尋求園方同意，另約時間親自到園所拜訪與說明。與園長見面時，便以研究者自居，說明研究目的與研究方法，並提供研究方向紙本(如附錄一)作為參考，希望能進到幼稚園內進行與運動遊戲相關的課程觀察。獲園方認可後，進一步徵求大班兩位合班老師與外聘體能教師之同意，以研究生學習的心態，正式進入幼稚園場域，投入大班班級體能課程進行之觀察。

以「完全觀察者」進行體能課程時間之觀察、錄影及記錄

研究者主要在觀察幼稚園大班的體能課程，每堂課的觀察，必須於課前至活動場地架設錄影機，而幼兒移動至上課地點時，研究者亦沒有直接與幼兒有所互動，就從旁默默觀察。研究者以「完全觀察者」的角色，進行課堂的觀察、錄影與記錄，一方面利於老師依進度照表授課，避免影響課程的正常進行，一方面因為未與小朋友進一步認識，其上課時也較不會分心而受到影響。研究者以非參與式觀察進行研究，因此老師無需特別配合本研究作課程的調整，或教學的改變，觀察者希望在自然的情境下，獲得運動遊戲課程真實的現場面貌。

以「完全參與者」與幼兒進行互動

數次正式的課堂觀察後，小朋友漸漸熟悉研究者的面孔，較不陌生，且其並不知道研究者的目的，而慢慢習慣體能課時，多一個人的出現，研究者即以「完全參與者」的角色，與孩子進行體能課外及特殊情況下課堂時間的互動。體能課前，是小朋友吃點心、漱口以及集合的行程，在等候上課時(錄影機已完成架設)，研究者會在一旁協助看著小朋友，陪伴與引導。少數幾次由隨班老師帶領復習的體能課程當中，由於其中一位老師請假，研究者則

於架設錄影機後，投入課程支援，協助練習活動的進行，並一邊持續觀察。

以「大姐姐、yoyo 的朋友」角色跟幼兒自我介紹

待幼兒漸漸熟悉研究者的存在時，有些小朋友開始產生好奇，並會直接詢問研究者「妳是誰?」、「妳是誰的媽媽?」、「妳來做什麼?」等問題，研究者則會以笑臉回答「我是大姐姐，來看你們運動。部分孩子發現 yoyo(研究者同事的女兒) 與研究者互動熱絡，也會想知道之間的關係，研究者則直接以「我是 yoyo 的朋友」來做自我介紹，希望增加孩子的認同感，拉進自己與其他小朋友的距離。

與家長訪談時，時而以「運動教育者」的立場，分享相關心得與提供建議

與家長進行聯絡及實地訪談時，皆先表明自己「研究者」的身分，說明與幼兒運動的相關背景及研究目的，並主動分享於幼稚園中所觀察發現的情況，當與家長訪談時，提及觀察時孩子運動遊戲相關的事情，更能增進彼此話題與互動，讓家長感受研究者的用心，而願意進一步深談。從聊天當中察覺，多數家長並不知道孩子在幼稚園中體能課程的學習表現，經過研究者的描述說明，皆會產生對談的興趣，甚或主動分享孩子日常在家中的狀況，亦有部分家長表示，家庭對於幼兒運動教育的概念與行動缺乏，希望研究者提供專業分析或是相關的資訊，研究者則會適時地提供孩子運動學習方面的鼓勵與建議。此時，研究者的角色則又轉以「運動教育者」的立場，盼能藉此研究訪談進一步嘉惠家長與幼兒，對於運動遊戲多點認知與注重。

第四節 個案背景說明

本研究以一所私立幼稚園作為個案研究，該幼稚園位於臺北市大安區，週邊環境屬於文教區，為教會之附設幼稚園，共設有大、中、小 3 個班，每個班級各有隨班老師 2 名，並有保育人員 3 名、行政人員 1 名及園長 1 人，另外聘 2 名專業教師，分別教授音樂與體能課程。該園成立至今有 50 餘年的歷史，初始設園目標即在解決職業婦女育兒之困難，發揚基督的愛。2003 年配合教會空間重整規劃，設計以幼兒為主的環境與設備，以提供幼兒良好的學習場所。由於健全的經營模式和體制，曾數度獲得中華民國幼鐸獎以及臺北市幼稚教育部評鑑-績優幼稚園之殊榮。在歷任園長的帶領下，教師團隊對於設校理念的堅持，帶給園所更多元的成長與進步。該園位於數所中、小學及大專院校之學區內，園內家長的教育水準與社經地位平均偏高，而本研究主要以大班做為研究對象，設定該班幼兒及其教師做為研究參與者，背景說明如下：

本研究以大班幼兒為主要研究對象，該班人數為 36 名，女生 22 人、男生 14 人。在幼兒家庭背景情形的部分，其中 3 人為單親家庭，其他則為雙薪家庭，家長多為高教育程度，大學以上畢業者有 8 成，本身從事教育工作者亦約佔 2 成。可見整體的家庭教育與社經狀況，在一定的程度之上。

參考園方資料「97 年度上學期幼兒資料統計表」，整理該班幼兒家庭資料如表 3-7：

表 3-7 幼稚園大班幼兒家庭資料統計

| | | | | | |
|------|---------|----|---------|---------|----|
| 人數 | | 36 | 女生 22 人 | | |
| | | | 男生 14 人 | | |
| 單親家庭 | | 3 | 雙薪家庭 | | |
| 獨生子女 | | 7 | 祖(外)父母帶 | | |
| 父親學歷 | 博士 | 4 | 母親學歷 | 博士 | 3 |
| | 碩士 | 13 | | 碩士 | 7 |
| | 大學(士) | 15 | | 大學(士) | 18 |
| | 專科(二、五) | 4 | | 專科(二、五) | 8 |
| 父親職業 | 公務員 | 4 | 母親職業 | 公務員 | 1 |
| | 教師(授) | 5 | | 教師(授) | 10 |
| | 醫生(師) | 1 | | 資訊業 | 1 |
| | 資訊業 | 1 | | 服務業 | 2 |
| | 服務業 | 2 | | 金融業 | 2 |
| | 金融業 | 3 | | 商 | 3 |
| | 商 | 11 | | 工 | 2 |
| | 工 | 5 | | 家管 | 12 |
| | 其他 | 4 | | 其他 | 3 |

資料來源：整理自“97 年度上學期幼兒資料統計表”，xx 幼稚園。

合班老師(T1、T2)為幼教專業老師，接受過專業師資養成訓練，T1教學年資已滿7年，T2則為2年半，二位皆是充滿熱情、愛心且未婚的年輕女老師。另外，由於園方重視幼兒體能發展，特別外聘專業體能教師T3，作各班每週一次的課程教學，另開設課後班直排輪課程，提供小朋友自由付費學習。T3在該幼稚園的教學年資已達17年之久，帶領該班小朋友從小班、中班到大班，已連續2年半的時間，對該班小孩相當熟悉，孩子也都相當喜歡T3。T3為專業幼兒體能教師，曾任多所幼兒園之體能教師，亦曾參與幼兒體適能相關之教師研習講師工作，專項專長為幼兒體適能教育訓練與研究、幼兒技巧運動教學、幼兒運動能力評量與幼兒親子體能遊戲。

就三位教師的相關背景資料，整理如表 3-8：

表 3-8 研究參與者之背景資料表-老師

| 研究參與者 背景項目 | T1 老師 | T2 老師 | T3 老師 |
|---------------|-------|-------------------------|----------|
| 性別 | 女 | 女 | 男 |
| 年齡 | 31 | 26 | 50 |
| 家庭狀況 | 未婚 | 未婚 | 已婚，育有一子 |
| 學歷 | 大學幼教系 | 大學幼教學程 | 大學體育系 |
| 專長 | 攝影 | 鋼琴、律動、說故事 | 游泳、直排輪 |
| 經歷 | 私立幼稚園 | 私立托兒所 1 年 私立幼稚園 1 年半 | 各公、私立幼稚園 |
| 年資 | 7 年 | 2 年半 | 20 年 |
| 目前任教情形 | 1 所專任 | 1 所專任 | 4 所兼任 |

資料來源：研究者自編

第五節 資料處理與分析

質性研究即在探討人類日常生活的過程，透過質性研究收集的資料依形式可區分為文本資料（text data）與非文本資料兩種，「文本資料（text data）」是指透過訪談、觀察或文件分析所收集的資料與記錄，而「非文本資料」則是指研究過程所收集到的聲音或影像資料（潘淑滿，2003）。陳向明（2006）指出，資料整理與分析主要是根據研究目的對所獲得的資料進行系統化的處理，然後用集中、濃縮的方式將資料呈現出來，其目的在於對資料進行有意義的解釋。

本研究進入幼稚園中運動遊戲課堂，以自然觀察法收集相關資料，輔以自編之訪談大綱進行半結構式訪談，與觀察資料相互應證，並參考、比對相關文件進行分析探討。本研究所進行資料分析與處理方式如下：

- 一、觀察時以觀察記錄表記下所見訊息，若有不清楚之處則反覆觀看影片，以詳盡填寫觀察記錄。
- 二、將個別訪談時之錄音檔案進行整理，並謄打成逐字稿，將資料編碼，以便於後續分析工作。
- 三、所有訪談的逐字稿（教師及家長）完成之後，印製紙本請受訪者確認資料是否有所缺漏，簽名後回收，並做進一步修正與補強。
- 四、根據本研究目的與問題，將訪談與觀察結果加以編碼與建檔。
- 五、根據編碼與建檔的資料，進行相關文獻之比對，並加以分析歸納。最後提出本研究之結論與建議。

文本資料部分，包括訪談逐字稿、觀察記錄表以及向園方與老師收集到的相關文件。轉譯編碼的方式，共有訪談(interview)、觀察(observe)與相關文件(document)三項類別，各以代碼「I」、「O」與「D」表示，訪談對象為家長，

代碼為「P」，觀察對象為幼兒，代碼為「C」，最後6碼數字為日期(民國年月日)。整理資料轉譯編碼如表3-9：

表3-9 文本資料轉譯編碼對照表

| 類別 | 代碼 | 說明 | 範例 |
|--------------------|----|-------------------|------------------------------------|
| 訪談 (interview) | I | 代碼-對象(受訪者)-民國年月日 | 例：I-P1-980115=與6號幼兒家長民國98年1月15日的訪談 |
| 觀察 (observe) | O | 代碼-民國年月日-對象(被觀察者) | 例：O-971211-C1=民國97年12月11日對1號幼兒的觀察 |
| 相關文件 (document) | D | 代碼-文件序號 | 例：D-01=序號1的文件資料 |

資料來源：研究者自編

本研究進行文本分析時，所用之代碼符號如表3-10：

表3-10 研究代碼符號一覽表

| 代碼 | 說明 | 備註 |
|----|------|-------------------|
| I | 訪談 | 逐字稿 |
| O | 觀察 | 觀察記錄表、錄影檔案 |
| D | 相關文件 | 園方及體能教師提供之資料 |
| T1 | 合班老師 | 幼教老師 |
| T2 | 合班老師 | 幼教老師 |
| T3 | 體能老師 | 外聘老師 |
| C | 幼兒 | 1.3.5為男生、2.4.6為女生 |
| P | 家長 | 數字為其孩子的編碼代號 |

資料來源：研究者自編

第肆章 研究發現與討論

本研究藉由觀察與訪談，了解幼稚園中幼兒運動遊戲參與之情形及其相關課程的實施效果，更深入探討家庭環境與家長教育對幼兒運動遊戲參與之影響，進一步討論不同性別幼兒在運動遊戲的參與和表現上，是否有所相同或不同之處。本章共分五節，分別為：第一節為幼兒參與運動遊戲之情形；第二節為幼稚園運動遊戲課程之實施；第三節為家長對幼兒運動遊戲參與之影響；第四節為不同性別幼兒在運動遊戲參與和表現上的異同；第五節為本章總節。

第一節 幼兒參與運動遊戲之情形

幼兒的世界是個遊戲的世界，遊戲即是兒童生活中最重要的一部份，如果說成人的生活重心是工作的話，那麼幼兒的生活重心就是遊戲了（陳信全，2002；滕德政，2005）。而幼兒參與運動遊戲的情形，主要包括校園內與放學課後的兩大部分，包含運動遊戲的類型與項目、時間與空間、幼兒投入的程度，以及活動中所模仿與學習的對象等。

一、校園內幼兒參與運動遊戲之情形

（一）幼兒運動遊戲參與之類型與項目

由於園方安排了正式的體能課程與充裕的身體活動時間，幼兒有許多機會接觸大肌肉的身體活動，不僅只有課室玩具遊戲。身體活動以體能類遊戲居多，如跑步、跳躍，亦利用園內的遊具器材做攀爬、支撐等活動，孩子特別喜歡溜滑梯、翹翹板以及玩具車。各種活動只要以遊戲形式融入，讓孩子覺得很好玩，加上同儕間的分​​享行為與各種互動影響，都能吸引幼兒的熱烈參與。小孩最喜歡跑跑跳跳與追逐、躲藏的遊戲，或是可以滾翻的墊上活動，都很容易玩得忘我。

「孩子喜歡“躲藏”的遊戲，尤其老師扮演大野狼抓人時，就會特別地興奮。」
(O-971027)

「小孩都對滾翻動作躍躍欲試，沒有將注意力集中在老師的講解，因此無能做到動作細節，只是隨意翻過去就很開心...」(O-971103)

「跑步、追逐是孩子的最愛。」(O-971109)

「園裡的小孩喜歡各種運動，不會特別喜歡或不喜歡。除了很熱很累才會耍賴，但如果老師帶起來鼓勵或是用挑戰的方式，小朋友就會繼續玩，甚至不想下課。」
(I-T1-971120)

「他們對氣球傘很喜歡、很熱愛！因為氣球傘的變化性很多，可以玩團體的活動又可以上下的波動。只要玩到氣球傘就很興奮但也容易失控有摩擦。還有長長的巨龍，像山洞的那個，小朋友也很喜歡。」(I-T2-971120)

「...像遊樂器材的遊戲只是讓小朋友調劑身心，例如溜滑梯等之類的，但小朋友就會在這個時間可以練習體能課時所教的內容，例如支撐，而小朋友經過練習學會了，就會很高興的在下一次的體能課時告訴 T3。」(I-T2-971120)

「小朋友比較不喜歡技巧運動，喜歡無拘無束的運動，像是跑步，如果一堂課沒有跑步的話會覺得怪怪的；或是可以滾翻的墊上運動。」(I-T3-980115)

而對於技巧性、挑戰性的活動，幼兒會產生抗拒也較不感興趣，像是體能課程教學中的跳箱、跳繩，因為覺得有難度，不容易獲得成就感，就不會產生濃厚的興趣。

其中對於跳箱運動，一方面孩子可能是因為對高度的畏懼，一方面可能是因為會撞到箱子，或是跳躍之後會跌倒所產生的不安全感，因此有所顧慮就較為抗拒。有些小女生怕痛，出現了隱藏式的抗拒行為，像是在排隊等候試作時，會不斷往後面排，始終輪不到自己就不用跳了。

跳繩則是考驗孩子的節奏感與敏捷性，一般的孩子不太能抓到跳躍的律

動，眼睛也不知道該看哪裡，加上是跳大繩，很多小孩會害怕被繩子打到，所以對於跳繩運動有些恐懼。跳繩是一種跳躍的連續動作，除了腿部肌力要足夠外，也要有專注力，才能夠增加跳躍的次數，觀察可見，只有少數大班的孩子可以連續跳超過 10 下，其他平均大多 2-3 下，由此可知，跳繩對幼兒來說，也算是高難度技巧性的運動遊戲。

墊上運動則因為有保護作用，大部分小孩都喜歡在墊子上活動，像是滾來滾去或翻越的動作，小男生很喜歡；但仍有少數小女生對墊上前滾翻有所畏懼，或許是體覺身體無法掌握方向，而產生暈眩感所以有不安情緒，產生對翻滾動作的排斥，或可能因為頭部紮馬尾做動作會感到疼痛，且影響動作表現，所以不喜歡。但老師會特別提醒小女生，墊上運動課的當天要請媽媽把頭髮綁成兩邊，才不會弄亂頭髮也弄痛自己。

「...比較不喜歡技巧運動，比較難的、沒辦法達成或成就感不高的，例如跳箱，沒有辦法達成的就不喜歡。」(I-T3-980115)

「他有一次說不想上學，是老師說要練跳箱那一次。我覺得他非常的 worry，甚至說不想去上學，感覺他壓力很大。」(I-P1-980119)

「跳箱的練習對許多小朋友來說是有困難的，加上要克服高度，很多人都會害怕撞到箱子，尤其是小女生。」(O-971201)

「大部分失敗的小孩是因為不知如何使用手部力量支撐，或是說雙腳柔軟度與肌力不足，無法分腿過箱。」(O-971211)

「小女生怕被繩子打到會有躲避的動作。反應要很快，要能持續專注力，並有節奏感與腿部肌耐力。」(O-971201)

「女生較害怕被繩子打到，會閉眼，或做出雙手自我保護的動作。」(O-971215)

「一般來講，T3 所帶的活動都很開心，只有在練習前滾翻的時候，因為小朋友

很擔心，因為頭向下眼睛是向後的，不能看到前面，比較沒有安全感也不知道要做什麼樣的動作才能讓自己的身體翻過去。特別是小女生居多，會擔心自己做不到這樣的動作而哭。小男生倒是沒有這樣的狀況，自然而然就會翻滾。」(I-T2-971120)

「小女生操作前滾翻動作時較會有所遲疑，可能是有點畏懼，或是頭上的髮髻造成不舒服。」(O-971103)

配合幼兒階段的動作發展中，5-6歲孩子的身體能力已足以做到彈跳的動作，包括跳高、跳遠（王健次 1978；吳美妹、陳英進，1990；闕月清，2005），因此，在此時開始學習簡單技能性的動作，可以促進孩子身體健全的發展。研究者觀察大班孩子的體能課學習，經過與體能老師確認，跳箱與跳繩的技能學習，都是大班階段第一學期的進度，以往只有透過爬箱、玩繩子的基本身體動作遊戲，而老師的課程進度設計，是希望在孩子上小學前的一年，慢慢嘗試技能性的動作，培養孩子較完整的個人體能。但因為是第一次學習藉助器材的跳躍動作（木箱、繩子），孩子一時之間無法抓到身體動作的感覺，挫折感較重，加上平時沒有器材的擺設與老師的指導，孩子也較沒有練習的機會，學習的速度相對較慢。

C1 是個活躍的小男孩，各項身體能力算是不錯，好動開朗，但學習跳箱卻有很大的失敗感，因為無法體認到雙手支撐、雙腳分腿跳躍的感覺，導致每次越箱瞬間出現「飛鼠飛天」，四肢張開、向前撲箱的動作，一方面有撞箱的疼痛與驚嚇，另外也因被同學取笑而更加害怕。所幸有次課堂機會，因其中一位老師請假，研究者得以協助孩子練習，因為先前觀察時發現到 C1 的問題，也就特別給予個別指導和回饋，C1 慢慢抓到成功瞬間的感覺，增強自信心，也親身達到正確動作的體驗。與 C1 媽媽閒聊 C1 的跳箱經驗，

媽媽也提到，自從第一次孩子提到不想去學校上跳箱課之後，就再也沒聽他提過了。由此可知，孩子已然克服了自己動作與心理的雙重障礙。

(二) 幼兒運動遊戲參與之時間與空間

根據 Griffing(1983)指出，幼兒自由遊戲的時間至少每次需要 30~50 分鐘才足夠，而在近年來各篇相關研究報告中也顯示，大多數幼兒園運動遊戲課程實施的時間是每週一次，而每次活動在 30 分鐘以下，最多約在 40 分鐘左右，鮮少超過 40 甚至 50 分鐘以上。而運動遊戲課程的進行大多於幼兒園園內，且在園內實施課程時，多利用室外場地進行(李崑璋，2003；張財銘，2005；陳鴻雁、黃永寬，2006；黃永寬，2002；黃永寬、何建德、錢慶安，2002；黃永寬，2004b；黃永寬，2007)。

而個案園內的課程與活動時間安排，是固定每週有 2 次的體能活動課程，每次 50-60 分鐘，由老師設計課程、配合進度進行教學。其中一次由外聘體能教師授課，另一次則由隨班老師做體能複習。另外，為落實設園宗旨，園方規劃每日上午正式課程前的半小時，為小孩的運動遊戲時間，由隨班老師帶領先做體能的練習，再自由活動。由此可見，該園對於幼兒運動遊戲的參與相當重視，特別也安排獨立的時間，讓孩子做身體活動。因此，園內小朋友在學校裡運動遊戲參與的時間是相當充裕的。

「T3 的課程固定一週一次，另一次由園區老師帶領，一個禮拜固定有兩次活動時間，每天早上也都有一些身體活動。」(I-T1-971120)

「T3 星期一都有特定的課程。週四就由我們(T1、T2)幫孩子做複習，也會把一些特別器材搬出來讓小朋友練習、複習。平常晨間的活動，大班孩子都是以肌耐力為主要的內容，也需要一些柔軟度練習，主要還是手臂的力量。」(I-T2-971120)

幼稚園的活動空間，主要有室外、室內兩大部分。室外場地主要為四道跑道空地，旁邊另有遊戲空間，陳列著綜合型遊具乙組(含溜滑梯、吊橋網、攀爬鐵鍊、螺旋攀爬鐵棍等)、小型塑膠製溜滑梯及房屋各一，活動遊具包括數台腳踏車、玩具汽車與動物搖椅，以及塑膠翹翹板等。體能課程若非遇到陰雨，即多於室外上課，且大都在跑道的空間進行活動，偶爾與其他班級有場地衝突時，則會利用室外木板空地及教堂戶外空地做調整。室外遊具及跑道空地需要換鞋外出，小孩必須有老師的帶領，或在上、放學彈性時間由家長陪同方能進入活動。

室內場地為三間教室外的木地板空間，除了特別的活動會擺放桌椅外，其他時間皆為淨空狀態，用做排隊或是集合用，並規定小孩不能在大走廊上奔跑。僅在上體能課有老師帶著時，小孩才能做動態活動，但也都會避免跑步以維護孩子的安全。

(三) 幼兒運動遊戲參與之投入狀況

園內的體能課程設計與遊戲做結合，讓孩子樂於參與，在開心的學習中，增進身體動作發展的能力。多數的孩子都能隨著熟悉的音樂以及指令操作練習，對於老師的教學做習慣性的反應，遇到競賽型活動或是有追逐、閃躲等動作的互動，能大幅提高參與的興趣，無法持續長時間的眼神專注時，肢體仍會跟隨著動作，尤其是在做操與律動時最為明顯。

小孩很喜歡綜合型遊具與各式玩具車，只要有自由活動的時間，就會投入遊樂器材的遊戲中，尤其加上同儕之間的互動，因為和其他小朋友一起玩，會互相影響，就愈玩愈有趣、愈玩愈好玩，玩得精疲力盡也不會覺得累。另外，有些幼兒(尤其是小女生)喜歡隱密性的空間，熱愛躲藏遊戲，或和同儕會待了一個隱密空間中就很開心。

「大部分孩子喜歡成群玩追逐遊戲，跑步互追或是人追著車子跑；或是輪流玩單人的遊具，有時還會有分享互動。小男生很喜歡把大型遊具當成防衛基地，玩鬼抓人遊戲；少部分小女生則會聚集在塑膠屋講話聊天或玩扮家家酒的遊戲。」(O-971109)

「雙人律動操，讓孩子有互動，增加樂趣，也多了笑聲。」(O-971124)

「玩雙人翹翹板時，孩子會找人一起坐，在矮矮的翹翹板高低擺動下，小女生會以尖叫來增加趣味，甚至出現成人般的對話，喊著『好刺激喔!』，然後笑得很開心。」(O-971126)

各式色彩鮮豔、造型變化豐富的遊具能夠吸引小孩的注意，各項遊具的使用流動率大，小孩也能有分享及輪流使用的觀念，整體而言大部分的孩子都很喜歡室外自由活動的時間，皆能玩得不亦樂乎。

(四) 幼兒運動遊戲參與時模仿與學習之對象

1. 教師：外聘體能老師與園內老師在課堂中的示範與講解，都作為小孩學習的目標，小孩會盡量複製動作，若老師的動作正確，小孩模仿時也較為正確，能加強學習效果。老師必須提供孩子基本的動作指導，孩子才有依據，透過基本動作的練習，方能親身體覺，然進一步產生變化與創意。

「要有大人指導，一定要有些教學指導，才有模仿，才有變化，進步會比較快！如果只有器材，他們只能用他們固有的方法玩而沒有變化。例如有一塊墊子，他們可能只會在上面跳跳跳，也許腳的彈跳力會增加，但如果沒有老師的指導，可能就不會滾翻。指導他們讓他們知道如何玩，多一些經驗的累積，他們在認知和技巧上就會有較多的變化。」(I-T1-971120)

「如果是讓小朋友去模仿動物或是想像，讓小朋友自己去想去做是 ok 的，

這樣小朋友才有創造力。可是如果是練習吊單槓或是欄杆上的翻滾之類的動作，我覺得這是需要專業老師或是大人的陪伴，畢竟這是專業的動作而不是玩樂，會有危險性存在。」(I-T2-971120)

「小朋友也會覺得老師有在努力，他們也會努力。像我跟他們一起跑步，其實我跑的很用力，所以他們就會盡力的去追趕我，每個人都很想跟我比。」(I-P2-971216)

2. 同班同學：幼兒運動遊戲的模仿對象除了老師之外，同儕之間也會互相的學習、模仿，在課程的操作練習中，小孩也會看著同儕的表現，去做學習與跟進，互相加油鼓勵，提高學習效果。且同儕間的競爭一方面帶來樂趣，一方面更是正向的動力，促使孩子更加積極參與練習並要求突破。

「C3 在一旁很認真地做認知記憶，並跟著同學的動作練習跳繩，觀察別人跳的優缺點，來提醒自己應該要怎麼跳。」(O-971201)

「小朋友之間都會崇拜體能較好或是反應比較快的，所以我們加強他們的體能、體適能一方面也是促進他們的人際關係、更有自信。」(I-P2-971216)

3. 園內其他：在園內，也會有跨班學習的情況，下課時間或課堂上的互相觀摩，小孩會觀察其他班級小朋友的表現。尤其是小班、中班的小孩看著大班哥哥、姊姊的學習成果，就會期待自己也能快點進步，變得很他們一樣棒。

「小班也會觀察大班的大哥哥大姐姐的動作，是自己還沒辦法做到的，也會很羨慕而有所期待。大班的小朋友也會有成就感也會更願意嘗試。」(I-T2-971120)

二、課後幼兒參與運動遊戲之情形

(一) 幼兒運動遊戲參與之類型與項目

幼兒放學後的活動機會，主要掌握在家長手中，唯有大人的帶領與陪伴，孩子才能踏出家門，從事大肌肉的身體活動。若是僅能在家遊戲，則容易受到空間的限制，沒有成人的陪伴也較不安全。除了家長以外，孩子大都和兄弟姊妹一起活動，若為獨生子/女，則只能自己玩。

「小孩子要做什麼運動我們大人都會陪著，比較多會去家裡附近的學校操場，如果他沒有什麼看法的話就我們大人決定。」(I-P3-980110)

「我們只有一個小孩子，她沒有兄弟姊妹可以學習模仿，有時候比較依賴。一方面在都市也比較難，沒有辦法每天有固定的運動。」(I-P6-980113)

「他喜歡溜滑梯，騎腳踏車之類的他都很喜歡。」(I-P1-980119)

湯志民(2002)認為，遊戲是兒童的一種生活方式，是他們的自然反應；兒童所「做」的即為遊戲，可說是「童年的本質」，大班年紀的幼兒屬於認知發展中運思前期，多喜歡裝扮與建構性的遊戲。幼兒運動遊戲參與的類型還是以“玩”為中心，在家玩玩具，如積木建構遊戲，而小女生玩洋娃娃、角色扮演，小男生玩甲蟲、玩具車；玩球（躲避球、棒球等）；跑跳追逐或到公園散步和玩遊具（如溜滑梯）；騎腳踏車以及溜直排輪。假日有些家長會帶孩子出去踏青爬山。許多小朋友在家會練習學校所學的體能動作，或是“表演”給爸爸媽媽看，如蛙人操。

「大部分都在家裡玩玩具，堆積木，像樂高，或是火車組合...比較靜態的玩具遊戲。有時候會玩躲貓貓或丟丟球，像玩躲避球這樣的。」(I-P5-980117)

「其他比較靜態的是畫畫、摺紙、扮家家酒這些的。在和大姊的男生玩的話就會追逐，可能男生女生的體能差太多了，反而她會要求他們玩一些靜態的。」(I-P4-980109)

「她會玩氣球，就把球往上拍這樣。」(I-P6-980113)

「她的個性就是比較文靜，偶爾玩一下可以，要她每天玩可能就不太喜歡。在家裡的活動都比較靜態，她喜歡玩演戲、畫畫。一個人靜的時候就是畫畫，小動作發展的很好，但是大的動作就比較差。」(I-P6-980113)

「假日偶爾會去爬山，寒暑假比較有在運動，...像騎腳踏車、散步等等種類比較多。那平常在家就只有呼拉圈和大球，會和姊姊一起玩遊戲。偶爾爸爸平常會帶他們去爬山，我們家後面是山，爬一次大約也要半個多小時。」(I-P2-971216)

「後來上學之後會比較有興趣，比較會在家裡玩一些躲避球之類的或是比較有肢體動作的遊戲。」(I-P6-980113)

「有時候帶她去散步、騎腳踏車。...」(I-P4-980109)

「...之前有一陣子比較常帶他去騎腳踏車。」(I-P1-980119)

「兄弟越來越好動，還會在椅子上跑來跑去；在家裡打棒球，很怕吵到樓下住戶，所以就在房間鋪軟墊讓他們玩。」(I-P1-980119)

「他有時候會跟我們炫耀，像昨天他就在家裡跟爸爸說他會做蛙人操，就做給我們看。然後有時候會做單腳跳，或是說我們同學只有我和誰會做之類的。」(I-P1-980119)

學校有開設課後運動班，聘請專業老師到校內上課，共開設芭蕾舞與直排輪兩個班別，讓孩子自由報名繳費參加。芭蕾舞班大多是女生參加，穿著美麗的舞衣舞裙，是許多小女孩共同的夢想；參與直排輪班的人數較多，也因此開設了兩個班別。部分孩子參加課後的運動班，增加身體活動的機會，更能培養出興趣，作為自己日常生活中可以參與、練習的運動項目。

「剛開始學芭蕾，會在家做很多的基本動作，也會表演給我們看。還有跳舞，他現在聽到一些旋律，會自己扭一些動作，可以看得出他可以去抓出音感和節奏去擺動。」(I-P4-980109)

「因為我們沒有固定的時間、固定的活動，有想到什麼就做什麼。小孩子比較感興趣的是去河濱公園騎車。...他喜歡打棒球，我會投給他打。...也有帶他去溜直排輪，他也可以自己溜一個鐘頭。散步或是其他的玩一下他也都 OK。他最喜歡玩沙，可以三個小時都趴在那裏玩沙。」(I-P3-980110)

「她有一陣子蠻喜歡直排輪的。在大安森林公園附近，...但要背的器具有點多也有點遠，加上天氣不是很穩定，所以後來就比較少了。」(I-P6-980113)

(二) 幼兒運動遊戲參與之時間與空間

園內孩子分為全天班與半天班兩種，課後下午或晚上的時間若家長有空，會帶孩子帶公園散步、活動，但大部分家長因為工作關係，接孩子回家後就是休息時間，讓孩子在家玩玩具、自己活動。假日有些家長會帶孩子到戶外踏青或是做運動，有些則是較少出門，都在家裡休息或從事靜態休閒。

「其實我禮拜六、日和寒暑假，有空都會盡量帶他們往外跑。...之前有一陣子比較常帶他去騎腳踏車。」(I-P1-980119)

「可能因為是在都市的關係，加上媽媽太忙了，所以比較沒有機會帶他們去戶外運動。假日偶爾會去爬山，寒暑假比較有在運動。」(I-P2-971216)

「平日放學的話不會，因為時間就晚了。吃飯、洗澡，九點多就上床睡覺了。假日能出去就出去，盡量不待在家裡。...基本上只要經濟上許可我們都會出去玩，去戶外玩。我自己的工作是不忙，假日都是他們的時間。」(I-P3-980110)

「可能因為上班的關係，平日下班或假日就在家休息，會懶，小朋友就看卡通。」(I-P4-980109)

「爸爸工作忙，假日也比較少帶小孩外出，有出去的話，像夏天孩子容易怕熱，就會去逛逛百貨公司，戶外的活動比較少。大部分還是在家裡，像平常，也因為要照顧妹妹，所以不常帶 C5 出去。」(I-P5-980117)

「會和娘家那邊的小朋友一起騎腳踏車、玩紅綠燈。但她不是很喜歡紅綠燈，

不喜歡追逐和肢體的碰撞，她會害怕，她會玩動態遊戲可是不能玩太久。...她就會想玩家家酒、角色扮演的遊戲。」(I-P6-980113)

在大台北都市地區，住家環境幾乎較為擁擠，僅能利用家中小塊空地讓孩子活動，或是有些大廈的中庭廣場、鄉下爺爺奶奶家的空間比較寬敞，較能提供孩子大肌肉運動的機會，像是追逐、溜直排輪或是騎腳踏車。因此若能利用課後或是假日，帶孩子多到戶外走走，方能增加他們身體活動的機會，也才能完全而自在地跑跑跳跳，安全且不妨礙住家安寧。

「在家裡打棒球，很怕吵到樓下住戶，所以就在房間鋪軟墊讓他們玩。」(I-P1-980119)

「去外婆家場地比較大就可以騎腳踏車、散步等等種類比較多。那平常在家就只有呼拉圈和大球，會和姊姊一起玩遊戲。我們家還不小，所以可以咻~咻~來回跑。」(I-P2-971216)

「我們家在這個方向有一個 XX 國宅，中庭還算蠻寬廣的，可以騎腳踏車和踢球。學校空地比較大就跑步、溜滑梯、玩沙等等。」(I-P3-980110)

「一方面在都市也比較難，沒有辦法每天有固定的運動。...在家裡的空間又蠻受限的。...通常都會回娘家，因為是一個死巷，就可以在那邊玩。」(I-P6-980113)

(三) 幼兒運動遊戲參與之投入狀況

孩子在家裡常常會練習學校教的體能活動，尤其是每次上課都會操作的“蛙人操”，孩子回家除了練習動作之外，還會當作是表演，表現給家長看。對多數孩子而言，只要是“玩”、“遊戲”都很喜歡，然有些個性文靜或體力較不足的小孩，則可能無法持續太久，會以靜態活動為主，像是樂高、積木等益智遊戲，或是軌道車、甲蟲卡等等。

「他有時候會跟我們炫耀...說他會做蛙人操，就做給我們看。然後我們就說很好!很好!然後有時候會做單腳跳...」(I-P1-980119)

「像是學校的小蛙人動作，老師有提醒睡覺前要練習，他就會示範給我們看。」(I-P6-980113)

「孩子換了學校後，半年就變了一個人，變得很調皮搗蛋，在學校學的都要回來表演給我們看，連其他同學的都學起來都要表演，每天在床上蹦蹦跳跳、唱歌跳舞。」(I-P4-980109)

若有在家中有手足的陪伴，可增加遊戲的樂趣，孩子通常會更加地投入，或是有家長陪同一起遊戲、互動，孩子的學習與參與動機與又更加提高，只要有人陪著，做任何活動都能很開心。

「他很喜歡和哥哥一起玩，...可是弟弟比較小，所以常常自己騎腳踏車或是走路。」(I-P1-980119)

「我們只有一個小孩子，她沒有兄弟姐妹可以學習模仿，有時候比較依賴。幾乎都是我們三個一起玩，尤其是運動類的活動。」(I-P6-980113)

(四) 幼兒運動遊戲參與時模仿與學習之對象

黃凱霖(1995)提出，與父母的親子互動是提供孩子學習與模仿最直接的方式。通常在家裡，孩子學習與模仿的對象就是家長，以及兄弟姐妹，不僅是運動遊戲，家庭教育中父母對孩子的影響力甚鉅，不容置疑。而手足間的互動學習，幼兒階段大多是小的學大的，但也有部分情況，可能是哥哥姐姐會向弟弟妹妹學習，互相刺激、求進步。

「像很多柔軟度的動作妹妹會做得比哥哥好，哥哥就也比較要求自己可以達到。不像之前從易退縮，不喜歡勉強去做自己做不到的動作。」(I-P5-980117)

第二節 幼稚園運動遊戲課程之實施

根據文獻可知，幼稚園實施運動遊戲課程的比率相當高，平均比率約為85%，表示運動遊戲課程在幼稚教育中，的確是不可或缺的一項重點(李崑璋，2003；張財銘，2005；陳鴻雁、黃永寬，2006；黃永寬，2002；黃永寬等，2002；黃永寬，2004b)。而幼稚園裡所實施的運動遊戲課程，因環境與政策等等個別情況的不同，有其發展的特色與重視的目標。隨著相關課程的規劃理念不同，校園中實施課程的方式也不同，如師資、時間、空間、課程內容與本位特色等，進而影響到幼兒的體能狀況。本個案幼稚園所實行的運動遊戲課程目標與體能測驗項目包括了瞬發力、平衡性、柔軟性、速度、肌耐力、協調性、敏捷性，與李宜賢(2002)所提出的學齡前階段的動作技能基礎，包含爆發力、平衡、彈性、速度、強度、協調度、節律感、精確度等八項基本發展項目類似。以下將針對個案運動遊戲課程之實施，進行分析討論。

一、 幼稚園運動遊戲課程之規劃理念

幼兒的生活就是玩，就是遊戲，運動遊戲帶給孩子身心的均衡發展，更啟發幼兒豐富想像力與創造力，亦能培養團隊合作及運動家的精神，增進孩子社會品德，學習與別人相處，且能抒發多餘的精力而穩定情緒。

課程的規劃理念，是藉由師資專業融合幼兒身體動作發展，以體能促進為主，運用墊子、球類、環(呼拉圈)、跳繩、單槓幾項器材，配合遊戲設計，進行課程教學，提高幼兒學習動機與參與意願。另外，結合體能課程，每學期期末有體適能測驗，針對立定跳遠、平衡木、坐姿前彎、二十公尺跑、雙臂支撐、網球擲遠與雙足連續跳等七個項目，用以評量幼兒身體動作能力，提供家長與園方教育之參考。主旨即在於「以運動為主體，遊戲為方法」，讓孩子能在幼稚教育中學習基本動作能力，養成良好的基本體能。

「在我的課程當中，都有全年的指導目標。設計遊戲課程來達到全年的指導目標，用遊戲的方式去表現運動，要達到我的全年指導目標，我會偏重在運動的部分。遊戲的方式是讓孩子比較沒有負擔，就玩一玩。運動方面比較可以達到我的目標。」
(I-T3-980115)

「...每個孩子的七項運動能力都能表現得很好。對他本身的身體控制能力要控制的很好，能夠隨心所欲的完成他要做的動作，這是我們希望達成的目標。」
(I-T3-980115)

「體適能評量內容：立定跳遠、走平衡木、雙足連續跳、二十公尺跑、網球擲遠、坐姿前彎、雙臂支撐。」(xx 幼稚園 971 體適能評量報告)

二、 幼稚園運動遊戲課程之實施方式

(一) 師資

根據相關研究可知，幼兒園運動遊戲課程的教學師資，主要有園內教師兼任，與外聘體育教師兩大來源。而大部分園長對於外聘的體能老師，比園內兼任老師帶領幼兒運動遊戲課程的滿意度還高（鄒碧鶴等，2004）。個案園中主要外聘專業的體能教師(T3)，做體能課程的設計與教學，一週一次，另一次則為園內隨班老師 T1 及 T2 帶孩子複習。T3 為體育專業科系畢業，教學經驗豐富，已在園內任教 17 年，而二位隨班教師則皆為專業幼教領域之人員。

(二) 時間、空間

大多數幼兒園運動遊戲課程實施的時間是每週一次，而每次活動在 30 分鐘以下，最多約在 40 分鐘左右。該幼稚園的運動遊戲課程相當規律，也佔園裡課程的一定比例，運作非常固定，每週兩次，每次 50-60 分鐘，相較之下，課程時間充裕，表示園方對於運動遊戲的高度重視。個案的活動空間也足夠三個班級的活動，有室外跑道空地（共 4 道）以及 3 座遊具的遊戲活

動空間，尚有室外木板空地和教堂戶外空地可調整使用；室內則有長型木地板空地。大部分課程皆在室外場地（含無遮蓬、有遮蓬）進行，與文獻相符。個案在相關課程的時間安排與空間規劃上，皆能提供完整的體能教學。

「如果運動環境沒有寬敞的地方，就沒有辦法讓孩子盡情的奔跑。首先要有寬敞的場地，好的環境、安全設備，遊戲器材輔助孩子運動，有好的、很多的運動器材、有好的指導老師，這樣會對孩子的運動會比較好。」(I-T3-980115)

（三）課程內容

運用空間做基本的跑、跳動作練習，並運用墊子、平衡木、單槓等器材，以及各種球類、環（呼拉圈）、跳繩、氣球傘、布條等教具，設計各式各樣的運動遊戲，學期課程表如附錄（D-01）。

「我的遊戲課程注重在基本體能的培養。基本體能建立後，要完成技巧運動就會比較容易。小班、中班幾乎都是基本體能；到大班比較會有技巧運動。」(I-T3-980115)

「課程中，都是以墊子、球類、環、呼拉圈、跳繩、單槓等，以這些為主。一個學期 20 週當中，每一項會玩兩次到三次。」(I-T3-980115)

（四）個案特色

該園以促進幼兒身心靈健全發展為宗旨，培養學生：快樂（快樂學習）、真愛（享受真愛）、健康（身體健康）的形象。由於重視幼兒全面性的發展，希望透過教師專業自編課程與實務教學，來統整幼兒生活經驗，親身體驗操作達到快樂學習，並激發孩子各項潛能。針對運動遊戲的課程，園方願意另撥經費，投注外聘專業老師，藉由專業師資來進行教學，提高幼兒學習成效。

「園方對體能課程的規劃與重視，主要是老師的共識以及園長的決策，除了外聘師資，園內老師也會參加一些進修，能有自己獨當一面帶領小朋友的能力。」(I-T1-971120)

「這邊還有實施前後測以及一些記錄，在體能教學上的發展健全，其實幼稚園不像國中、小有一定的課程標準，所以就是看學校的目標與發展重點。要靠老師設計發揮，我們除了讓老師設計發揮，就是還有一位專業的師資。」(I-T1-971120)

「如果是教這部分的老師原本就是具有學程，在這方面就有能力，就可以不用外聘師資。但如果是不是本科系或是沒有受過專業的訓練，請專業老師來可以彌補專業不足的部分。會聘請 T3 一方面是園內老師不是幼兒體能這方面的專長，園長在課程上有一定的要求，藉由 T3 也減輕園區老師的負擔。」(I-T2-971120)

「我們注重他們的健康。我們的願景圖即是真愛、健康、品格。如果身體真的很健康又能夠控制自己，要學什麼都 OK。」(I-P2-971216)

三、幼稚園幼兒體能狀況

(一) 整體表現

因為該園將體能課融入每週課程的重心之一，該園幼兒的體能發展狀況，從小班到大班，經課程的訓練，學習效果佳，有很明顯的進步。根據 97 學年度第一學期的期末運動能力評量報告，大班幼兒的平均身高為 115 公分，平均體重為 22.1 公斤，身體質量指數平均為 16.71。在每學期期末課程結束前，會實施體適能測驗一次，共有 7 個項目，包括立定跳遠、走平衡木、坐姿前彎、20 公尺跑、雙臂支撐、網球擲遠、雙足連續跳，分別測驗幼兒身體的 7 項體能，包括瞬發力、平衡性、柔軟性、速度、肌耐力、協調性、敏捷性等，整理如表 4-1。

表 4-1 體能測驗項目

| 體能類別 | 瞬發力 | 平衡性 | 柔軟性 | 速度 | 肌耐力 | 協調性 | 敏捷性 |
|------|------|------|------|-------|------|------|-------|
| 測驗項目 | 立定跳遠 | 走平衡木 | 坐姿前彎 | 20M 跑 | 雙臂支撐 | 網球擲遠 | 雙足連續跳 |

資料來源：整理自“xx 幼稚園 971 體適能評量報告”，xx 幼稚園。

各項運動能力分級的標準判斷各分為五級，如附錄九(D-03)，各項體能施測方式與該班幼兒在此 7 項運動能力的表現說明如下：

1. 瞬發力（立定跳遠）

利用軟墊保護孩子操作時的安全，並於墊子上以粉筆標示刻度(每 5 公分劃一條平行線)，並在離受測者約 1 公尺處，畫上大鱷魚的嘴巴，鼓勵孩子要跳過大鱷魚才不會被吃掉。配合口號「一蹲、二蹲、三蹲，跳」做準備動作與跳躍，測量落地腳之後腳腳跟位置。等級「優」者 10 人，等級「良」者 21 人，等級「標準」者 2 人，等級「稍差」者 2 人，等級「非常差」者 0 人。

2. 平衡性（走平衡木）

使用長 3.5 公尺、寬 10 公分、高 30 公分之平衡木作為測量器材，底下鋪有軟墊，在平衡木兩側(起點及終點)放置木箱平台，在平衡木上貼有紅色標示線，標示起點與終點，長為 3 公尺。記錄孩子開始走至終點的時間，以 0.1 秒為單位。等級「優」者 8 人，等級「良」者 16 人，等級「標準」者 6 人，等級「稍差」者 3 人，等級「非常差」者 1 人。

3. 柔軟性(坐姿體前彎)

讓幼兒雙腳打開 20 公分、膝關節伸直，在地上貼有刻度，並在旁邊畫有各種水果，老師引導小朋友能夠盡力表現柔軟度。記錄幼兒指尖摸到最遠之距離，以公分為單位，測兩次，取最好的當成績。等級「優」者 2 人，等級「良」者 19 人，等級「標準」者 11 人，等級「稍差」者 2 人，等級「非常差」者 1 人。

4. 速度（20 公尺跑）

在室外跑道上之 20 公尺處劃線，並於 23 公尺處放標的物，幼兒以雙腳站立於起點線，計時者以幼兒開始跑時、直到 20 公尺線為止，每人可

跑兩次，取最好的當成績。等級「優」者 2 人，等級「良」者 13 人，等級「標準」者 12 人，等級「稍差」者 3 人，等級「非常差」者 0 人。

5. 肌耐力（雙臂支撐）

準備二張桌子，大約幼兒手肘高，二桌距離則約幼兒肩膀寬度，幼兒雙手置於桌角邊預備，開始時用力撐起身體，雙腳離地。計時者以幼兒腳離地時、直到腳觸地為止，以秒為單位，測兩次取最好的當成績。等級「優」者 6 人，等級「良」者 20 人，等級「標準」者 5 人，等級「稍差」者 3 人，等級「非常差」者 0 人。

6. 協調性（網球擲遠）

在地上每 1 公尺劃一條平行線 並標上距離，網球沾少許石灰粉，幼兒雙腳站立起點線後之圓圈，以靜止雙腳開立方式用力投擲。記錄球落下之點為其成績，投擲兩次，取最好的當成績。等級「優」者 3 人，等級「良」者 11 人，等級「標準」者 11 人，等級「稍差」者 5 人，等級「非常差」者 0 人。

7. 敏捷性（雙足連續跳）

於地上放一排直徑 60 公分的呼拉圈，共 10 個，讓孩子以自己最快的速度，併腳連續向前跳，計時記錄跳完所有呼拉圈所需的時間，以 0.1 秒為單位。等級「優」者 4 人，等級「良」者 13 人，等級「標準」者 9 人，等級「稍差」者 2 人，等級「非常差」者 7 人。

該班幼兒共 36 人，由於每位學生的個別狀況，使得參與各項測驗的人數不一，每一項目有人缺考，數據未齊全。大班運動能力評量項目與表現如表 4-2：

表 4-2 大班運動能力評量項目與表現

| 項目 統計 | 平均 BMI | 瞬發力 立定跳遠 | 平衡性 走平衡木 | 柔軟性 坐姿前彎 | 速度 20M 跑 | 肌耐力 雙臂支撐 | 協調性 網球擲遠 | 敏捷性 雙足連續跳 |
|----------|-----------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| 全班 平均 | 16.72 | 103 | 3.44 | 10 | 5.07 | 64 | 6.9 | 4.49 |
| 平均 等級 | 標準 | 良 | 良 | 良 | 標準 | 良 | 標準 | 標準 |

資料來源：整理自“xx 幼稚園 971 體適能評量報告”，xx 幼稚園。

整體而言，該班幼兒的各項運動能力幾乎都在「標準」之上，大部分為「良」等級，可顯示出該班幼兒的運動能力是相當不錯的。尤其在瞬發力與肌耐力的能力表現上，以立定跳與雙臂支撐作為測驗，因平日體能課都有例行性的複習操作，因此孩子在腿部與手部的力量，都能夠維持不錯的表現。

「這邊的小朋友體能狀況，會比其他學校的小朋友好，與區域性也有關係。都市的小孩和鄉下的小孩相比，鄉下的小孩有比較多的活動時間及空間，體能會好過都市小孩。都市小孩相對弱一點，可能只有在學校的機會，如果家長沒有特別注重這一方面，真的就只能靠學校。」(I-T1-971120)

「這邊有分小班、中班和大班，每個年級有不同的目標，除了遊戲之外，也希望小朋友有體能上的突破。所以這邊大班畢業要會蛙人操。相對小朋友也承受一些壓力...。但大部分小朋友很開心，因為小朋友也感受到從小班到大班體能上的進步，也有成就感。」(I-T2-971120)

「之前所待的園所沒有針對這方面做測驗或要求，...。但在這邊的小朋友都可以感覺到生活上、動作上很俐落，要求動作時也比較靈活。」(I-T2-971120)

「和其他學校的孩子比起來，都還不錯。如果以十分來評，以我的標準有七分。以前男生比較強，最近這幾年女生有越來越強的趨勢。肌耐力方面最明顯，女生的耐力、意志力都超過男生，照理說應該男生會比較強。」(I-T3-980115)

(二)個人表現

就 97 學年度第一學期期末的體能測驗，可看出孩子個別的表現，並與觀察內容做對照討論。個人運動能力測驗的表現如表 4-3：

表 4-3 個人運動能力測驗的表現

| 代碼 | C1 | C2 | C3 | C4 | C5 | C6 |
|------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 性別 | 男 | 女 | 男 | 女 | 男 | 女 |
| 身高 | 115 | 110 | 116 | 111 | 122 | 121 |
| 體重 | 22 | 18 | 26 | 19 | 31 | 25.3 |
| BMI | 16.64 | 14.93 | 19.32 | 15.37 | 20.93 | 17.17 |
| 瞬發力(立定跳遠) | 100 | 95 | 100 | 85 | 70 | 90 |
| 平衡性(走平衡木) | 2.4 | 4 | 2.8 | 4.5 | 8 | 4.5 |
| 柔軟性(坐姿前彎) | 2 | 18 | 6 | 13 | 0 | 7 |
| 速度(20M 跑) | 4.6 | 4.9 | / | 5.4 | 5.7 | 5.4 |
| 肌耐力(雙臂支撐) | 58 | 43 | 142 | 58 | 37 | 69 |
| 協調性(網球擲遠) | 5.5 | 6 | / | 4 | 5.5 | 4.5 |
| 敏捷性(雙足連續跳) | 4.2 | 3.9 | 4.4 | 4.6 | 5.8 | 4.2 |

資料來源：整理自“xx 幼稚園 971 體適能評量報告”，xx 幼稚園。

1. C1 平衡感很好，但協調性較差，其他各項能力皆有中上程度。
2. C2 柔軟度很好，其他各項亦表現不錯，相當平均。
3. C3 因為缺席，有兩個項目未測驗，手部肌耐力很好，可能是平常喜歡練習撐桌子的緣故，能表現得很有自信。
4. C4 柔軟度不錯，其他項目亦都在基本標準等級上，較明顯為協調性差。
5. C5 的 BMI 值較大，有肥胖的現象，但因為身高較高，看起來只是壯壯的。各項運動能力測驗皆在標準之下，並被列入須加強名單中。
6. C6 各項運動能力測驗約在中下程度，協調性不佳，其他亦表現不突出。

第三節 家庭教育對幼兒運動遊戲之影響

家庭教育對幼兒發展的影響深遠，在幼兒運動遊戲的學習上亦然。由本研究發現，除了學校環境的塑造，在家庭中，父母的確扮演幼兒運動遊戲參與上相當重要的角色，最主要是受到父母的態度與家庭生活型態所影響。盧素碧（1977）也曾指出，影響幼兒動作發展的因素除了包括幼兒身體的健康狀況、身體結構、智力問題、心理衛生之外，家庭因素也是很重要的一部分。經與 6 名幼兒家長訪談後，得到以下發現：

一、父母態度

父母個人的運動習慣以及對運動遊戲的態度，影響幼兒身體活動發展甚鉅，孩子學習的決定權握在成人手中，沒有主控權的孩子總是照著大人的指示與所給的機會做學習，幼兒的健全發展有賴完整的學校與家庭教育，家長教養的責任責無旁貸。父母本身若有運動的習慣，或是對運動持有正面支持的觀念，就會期待自己的孩子能有足夠的空間與時間從事身體活動，也更會用心提供孩子學習的機會，像是讓孩子參加上課後運動班、假日盡量到戶外走走，平日到公園散步等等。

「大部分是在家裡啦！我覺得這部分我沒有做的很好。應該是每個假日要安排一些戶外的活動，可能因為上班的關係，假日就在家休息，...。」(I-P4-980109)

「假日都帶去上音樂課、律動課，較少外出走走。」(I-P2-971216)

「不錯阿，只要有時間，天氣允許。小孩子要做什麼運動我們大人都會陪著，...。」(I-P3-980110)

(一) 時間

全職的爸爸或媽媽較無時間陪伴孩子，平日晚回家，假日又需要休息，所以都讓孩子自己在家玩、看電視；週末若有幫孩子安排才藝班，則以上課

為主，較少再到戶外活動。但有些父母也會盡量利用空閒時，多陪陪孩子，只要孩子喜歡動態活動，就會多陪伴，部分家長甚至因為自己平常工作很忙，下班回到家的時間就全都投入給孩子，假日也都陪著家人往戶外走，希望和孩子多一點互動，讓孩子可以多活動，有健康的發展。在家的時間，有些爸爸媽媽會撥出固定的時間陪伴孩子，做功課、玩遊戲或簡單地運動一下。

(二) 互動

家長常因為忙於工作，無暇指導甚或陪伴孩子進行課後的學習，大多放小孩自己玩，孩子會在家裡練習或表演幼稚園所學習的動作，家長則當觀眾。有些孩子喜歡跟家長一起玩遊戲或玩球，有父母的陪伴，可以增加動機和興趣。都市裡活動空間狹小，孩子放學後就關進家裡，為了安全考量，沒有大人的陪同，也無法外出，被生活環境與城市建築所限制，孩子的視野無法開闊，近年有許多都市公園綠地的開發，若家長願意撥出時間陪孩子，到公園中跑跑跳跳，玩玩公園的遊具器材，也是促進身體活動與動作發展很好的方式。

「我覺得這部分我沒有做的很好。應該是每個假日要安排一些戶外的活動，可能因為上班的關係，假日就在家休息，會懶，小朋友就看卡通。」(I-P4-980109)

「我雖然很忙，可是接了他們之後我就不做自己的事情，不做學校的事。...我是很重視、花時間陪小朋友的媽媽。」(I-P1-980119)

「...只要大人願意陪，小朋友其實都很開心。」(I-P4-980109)

「爸爸每天至少會撥一小時的時間陪她玩，是全心全意的陪她玩。」(I-P6-980113)

二、家庭生活形態

家庭的生活型態隨著家長認知與實踐而不同，建立靜態或動態的生活模式，深深影響下一代的各項習慣養成。規律運動習慣的養成不易，尤其是在婚

後家庭中的父母，背負著工作的壓力與照顧小孩的責任，較難維持規律的運動習慣。然而，多數的家長對運動持有的正向觀點，對身體發展與健康感到重視，就算無法親身參與，也能積極鼓勵孩子培養運動的基礎能力。

（一）運動習慣的養成

父母大多因為工作關係未養成規律運動的習慣，然亦有一些家長本身對運動有相當的興趣，有空閒時還是會從事簡單的身體活動。部分家長認為運動是很重要的，甚至影響一個人各方面的發展，因此本身對運動習慣養成的觀念，持正面的態度，惟個人身體力行的部分，可能因工作或是家庭照料而無法抽身規律參與。

在家長從事的運動中，以個人項目為多，大部分喜歡跑步、游泳，或是參加有氧舞蹈、瑜珈的課程，由此可見，成人的運動興趣與參與投入，建立在追求強身、健康的心態上。若家長能培養個人規律運動的習慣，或建立良好、正向的運動觀念，或許能帶動全家的運動習慣。

「其實我是蠻喜歡運動的人，而且我覺得我必須固定的運動，我如果一段時間沒有運動，就會覺得自己不太舒服。...以前會去健身房，跳有氧或是游泳，現在是因為工作非常的忙碌，所以運動比較少。我是一個會把運動當生活一部分的，因為我是在鄉下長大的，所以我比較規律。各種運動都蠻喜歡的，對各項都不排斥，運動對一個人來說是很重要的。孩子比較像我。」(I-P1-980119)

「我是覺得運動真的很重要，尤其是壓力很大的時候。」(I-P1-980119)

「我蠻喜歡運動的，但沒有運動的習慣。是因為在學校必須要帶孩子，所以每天大概有半個小時的運動，就養成習慣。...我比較喜歡瑜珈，就是園長教我們的，把她教的多少練一下。爸爸不太喜歡運動，但也還好。」(I-P2-971216)

「沒什麼在運動。家中主要的照顧者是我，所以就跟著小孩跑。沒有固定的時間和固定的運動。」(I-P3-980110)

「之前會打羽毛球，因為公司同事有打。我覺得運動就是這樣，總是有比較低潮或是懶散的時候。...現在比較少，...其實一直都知道自己該運動，可是提不起勁。」

(I-P4-980109)

「結婚前會跑步、游泳，結了婚帶小孩就比較沒機會運動了，爸爸工作比較忙，沒什麼在運動。」(I-P5-980117)

「爸爸運動還不錯，比我好多了。我學校的體能課，從小學一年級就得乙。所以我平常也不太運動，認識我先生之後才有，但僅限於跑跑步。現在瑜珈上了一年多。」(I-P6-980113)

(二) 生活形態-動態/靜態

部分的家長因工作繁忙，在家大多從事靜態休閒，如看電視、玩電腦，假日也大多在家裡沒有外出，形成了家庭坐式生活型態，小孩也多在家看電視或玩靜態玩具。有些爸爸媽媽則對於本身與孩子的動態生活習慣相當要求，也特別會注重日常生活身體活動的機會，以培養基礎的體能。

「我家住山坡，每天從停車場走到家裡就有一段，平常能走路就不搭電梯。一方面是節能減碳，也讓自己多動一動。平常多動就不覺得累，少動的話只要動一下下就覺得累。他們兩個還不錯，不會嬌，平常有要求。」(I-P2-971216)

第四節 不同性別幼兒在運動遊戲參與和表現上的異同

本節在於描述一般運動遊戲的參與和表現上，不同性別的幼兒是否呈現出明顯的異同，更進一步探討幼兒參與運動遊戲時之對象，以及幼稚園教師和家長對不同性別幼兒運動遊戲參與的態度。

一、不同性別幼兒在運動遊戲參與上之異同

無論小男生或小女生都會想要在老師與同儕面前有所表現，積極爭取表現機會，像是帶操時搶當小老師，或是當練習成功時會一直希望老師注意。排隊時小男生會搶著排在前排，和老師較為靠近，可以表現給老師看，而也因此專注力較能維持。小女生在試做技巧性的動作時，常常會因為有所抗拒而不自覺躲到隊伍後頭，由於班級人數多，常就會無法集中精神，忽略老師的教學或示範。玩園內遊具時，小男孩喜歡不斷的爬上爬下，有部分小女孩則會站在某一處靜靜的看他人遊戲，或是三三兩兩的講話，整體活動性較小男生低，但追逐遊戲男女孩都相當喜歡而投入。

在參與運動遊戲項目的選擇上，幼兒階段男女生的差異不明顯，孩子都喜歡跑步、追逐，從事運動遊戲都可以很開心，就是「玩」。但孩子對於性別的概念在大班慢慢成形，受到家庭、媒體的影響，有些小孩開始會出現兩性區別的想法，像是什麼是男生做的，什麼是女生做的，都有自己的想法。

「...沒有明顯男生喜歡做而女生不喜歡做的，在這個階段看不太出來，對他們來說只是在玩而已，只是玩的成功或玩的不成功。」(I-T3-980115)

「小孩子很早熟又會看電視，電視給的資訊很刻板。就算家長老師沒有刻意去說，但觀念還是會慢慢形成。」

「...他們到了中班上來，會開始意識到某些東西是男生應該玩的，某些東西是女生玩的。有些比較女性化的東西，小男生的接受度會比較低。像是要小男生抱洋

娃娃或是披披肩之類的，他們就會不想要，他會覺得那是女生才會做的事情。」
(I-T1-971120)

「小女生的接受度就比較寬一些，她們就都願意嘗試。他們覺得小男生只能穿褲子，而小女生可以穿褲子也可以穿裙子，她們覺得她們自己的選擇性比較多。」
(I-T1-971120)

「...之前有一個小男生帶了新的粉紅色的被子，大家就會問說是誰的 HELLO KITTY 的被子，那個小男生就說：是我媽媽幫我帶的。就有另一個小男生說：那個 XXX 用 HELLO KITTY 的被子，他是女生。讓那個男生完全不敢講話...，隔天就換了一件。」(I-T2-971120)

「我們有芭蕾舞，男生會覺得女生才跳芭蕾舞，他們不會跳，會有這樣的刻板印象。雖然我們跟他們說也有男生的芭蕾舞者，但他們還是覺得穿芭蕾舞衣很噁心。但如果是一般的舞蹈，他們就都可以接受。」(I-T1-971120)

研究發現，學前男孩比女孩好動，喜歡動態遊戲，尤其像是追逐、攀爬等較為戶外的活動，表現出主動、活躍的形象；而女孩傾向社會性、小團體的遊戲，活動空間以室內靜態活動為主，與文獻（郭靜晃，1992）相符。

二、不同性別幼兒在運動遊戲表現上的異同

整體而言，在幼稚園階段的幼兒在運動遊戲能力的表現上，沒有明顯的差異，大多能跟著身體的發展，配合園方安排的課程進度在體能上有所進步。藉由觀察，可以發現該班幼兒的學習力都不錯，但大部分小男生較為好動、勇於嘗試，因此學習新的技能可以較快成功；但小女生的身體能力並不亞於小男生，甚或在個案該學期的運動能力評量中，小女生在各個項目的表現（除了協調性外）皆略勝一籌。將該園 97 學年度第一學期運動能力評量，男、女生的表現情況整理如表 4-4：

表 4-4 男、女生運動能力評量項目與表現

| 項目 統計 | 身高 | 體重 | 瞬發力 立定跳遠 | 平衡性 走平衡木 | 柔軟性 坐姿前彎 | 速度 20M 跑 | 肌耐力 雙臂支撐 | 協調性 網球擲遠 | 敏捷性 雙足連續跳 |
|----------|-------|-------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| | 男生 | 115.6 | 22.5 | 101.15 | 3.63 | 8.76 | 5.03 | 61.46 | 8 |
| 分數 換算 | - | - | 61 | 64 | 57 | 55 | 56 | 60 | 46 |
| 女生 | 115.4 | 21.8 | 104.77 | 3.32 | 10.72 | 4.97 | 65.5 | 6.16 | 4.31 |
| 分數 換算 | - | - | 65 | 67 | 61 | 56 | 58 | 51 | 52 |

資料來源：整理自“xx 幼稚園 971 體適能評量報告”，xx 幼稚園。

「幼稚園發展來說，男生會比女生慢，所以我們班的女生體能狀況是比較好的。但是很極端，女生體能狀況好的很好，不好的就很不好。男生雖然比較慢一點，但是比較平均。」(I-P2-971216)

「大班很明顯的是男生力量就比女生大，例如搬桌子的時候就很明顯。會跟他們說，在玩遊戲的時候，小男生要控制自己的力道，小女生禁不起這麼大揮舞的動作。」(I-T2-971120)

「...大部分來說，小女生柔軟度一定會比小男生好，可是其他方面好像還好，不會差太多。」(I-T1-971120)

「柔軟度真的是男生比較差，女生比較好一點。男生好的，一半而已。男生不好的我的觀察是坐姿不好，脊椎和骨頭都斜斜的，所以柔軟度就比較差。」

(I-P2-971216)

三、幼兒參與運動遊戲時之對象

幼兒運動遊戲時，對於對象的選擇並無特別的劃分，大部分還是能不分性別的玩在一起。惟有少數小孩，到了大班以後，開始有性別上的認知，並喜歡與同性別的孩子一起互動，亦可能因為遊戲類型的興趣不同，無形間造成性別

上的互動模式，如小女生一起玩扮家家酒，小男生一起玩甲蟲等，但在運動遊戲上則無明顯區別。會出現分組排斥情形的，反而是人際關係不好的幼兒，可能因為個人的習慣或個性，讓同學感到不喜歡而產生排擠情況。

「他們會有自己的死黨，但不會特別男生結成一黨、女生結成一黨這樣。雙人動作時，會去找自己比較喜歡的人。」(I-T3-980115)

「小男生小女生都還是可以玩在一起，...比較特殊的情形則可能是某個孩子的人際關係不好會造成，那是比較偏差。」(I-T3-980115)

四、幼稚園教師對不同性別幼兒運動遊戲參與之態度

配合個案幼稚園的教學理念，帶班的老師與外聘體能教師都擁有充沛的教學熱誠，希望每個孩子的學習不應設限，無論小男生或小女生都可以學習一樣程度的東西，也能表現一樣的好。

「之前的觀念比較像傳統那樣，在教學時有時會忽略掉，但一發現時就會盡快的修正補充說明。之前在介紹有關性別平等的時候，會提醒自己告訴小朋友男女是一樣的，也透過很多活動讓他們去了解，像是運動或是勞作或是一般同學在相處的時候。」(I-T1-971120)

「我們盡量提醒自己，也告訴小朋友哪些事情男生可以做，女生也可以做；女生可以做的，男生也可以做。」(I-T1-971120)

「我們會很提醒自己，因為我們扮演的角色畢竟是希望給他們正確的觀念。」(I-T2-971120)

「常常我們的刻板印象就是男生要力氣很大、運動要很好這些的，但這些小朋友已經知道是不一定男生比較厲害，女生也可以藉由練習來變的厲害。我比較不喜歡他們男生一堆、女生一堆的，這樣比較容易有個別小團體、性別刻板印象，也會容易去取笑別人。所以都會盡量男生女生配。」(I-P2-971216)

就老師教學以來的觀察發現，不同性別的幼兒在運動遊戲的表現上並無太大的差異，只有部分的孩子到大班開始，學習的過程會出現些微的差距，像是女生容易疲累、怕流汗，且會起連鎖效應。

「男生比較喜歡球類和跑步；女生感覺上沒有特別的喜好，都可以配合但沒有明顯的喜好。」(I-P2-971216)

「有些女生是怕流汗，有一兩個是流汗後會起疹子，所以不太能夠流汗。」(I-T2-971120)

「小女生會不太願意去運動，會說哪裡不舒服可以休息嗎？尤其是有些小朋友真的不舒服在休息時，其他的就會開始模仿，因為大班很聰明，為什麼他不舒服可以休息，我不舒服也要休息。」(I-T2-971120)

「...她們會覺得她們是一群姊妹，所以他怎麼樣我就也要怎麼樣。」(I-T2-971120)

「跳舞分組的時候，很明顯男生找男生跳、女生找女生跳。如果圍大圈圈的時候，遇到男生女生牽手的時候，有小部分男生就會覺得不要。但也有小朋友會覺得為什麼中班時候可以而現在大班卻不行了？我們班的女生比較早熟，有些會覺得不要，就換一個可接受的小女生。」(I-T2-971120)

「我們在性別教育的時候，就會特別強調，男生可以做的事情女生可以做，女生可以做的事情男生也可以做。在運動中他們就不會覺得這就只是男生可以做的。所以都還好，也不會覺得男生運動就要很厲害的刻板印象。」(I-P2-971216)

「我們在練習跳舞的時候，男生一般的動作都可以接受。但像芭蕾舞那一類的動作，他們就會覺得很女性。」(I-P2-971216)

五、家長對不同性別幼兒運動遊戲參與之態度

家長對於不同性別的孩子在運動參與上，並沒有明顯的期待或是限制，覺得孩子運動就是為了健康，能夠吸引小孩興趣的活動，就多鼓勵參與，並不會

以技能訓練為目的，孩子快樂學習最重要。在孩子運動遊戲時玩伴的選擇上，並不會特別拘泥在同性或異性上，隨孩子自然發展即可，不會過度介入。

「在我的觀念中，女生的運動比較不那麼激烈，或者說類似舞蹈類的運動。因為我沒有女生，而且我小時候的家庭也完全沒有女生，所以我沒有辦法判斷。」

(I-P3-980110)

「不過他們好像女生喜歡和女生玩，男生比較喜歡和男生玩，因為玩的比率就有差。他們好像會分你是男生，我是女生所以各玩各的這種感覺。其實我對女生不是很了解，看是看他們這麼小就開始分 group 這樣好像不太好。」(I-P4-980109)

第五節 本章總結

本章為研究的發現與討論，透過幼稚園中運動遊戲課程的觀察以及與相關教師、部分家長的訪談，進一步了解幼兒運動遊戲參與的情形、幼稚園運動遊戲課程的實施，以及家庭教育與家長教養對幼兒運動遊戲參與之影響。

「遊戲」是幼兒生活的一大部分，係指任何具有吸引力、讓孩子感到興趣而主動投入，並從中獲得愉悅情緒，而與感覺運動有關的遊戲，則是透過大肌肉的身體活動。一般作息之外，孩子隨時隨地都在「玩」，隨著該階段的基礎動作發展，孩子喜歡跑、跳等動態的活動，尤其是追逐或躲藏的遊戲。遊具器材因結合視覺感官的刺激，有豐富、鮮豔的色彩設計，更能受到孩子的喜歡，無論在校園裡或是公園等處，遊具的設置是幼兒的最愛。技巧性的動作較為複雜，需要時間練習，不容易產生成就感，孩子會抗拒或排斥。

幼稚園運動遊戲課程的實施，是以促進幼兒體能為目標，聘請專業教師進行每週一次的體能課程，並另設固定的課程時間，由合班老師進行複習。每週共有兩天，各 50-60 分鐘的體能活動課程，利用室外無遮棚的跑道空地進行，下雨時則移至室內木地板上課。課程主要運用各類器材，結合遊戲做各種的體能活動設計，並於每學期末進行體適能檢測。整體而言，該園幼兒的體適能狀況良好，透過課程與檢測，培養瞬發力、平衡性、柔軟性、速度、肌耐力、協調性、敏捷性等 7 項身體能力。

家長態度與家庭生活形態對幼兒運動遊戲參與有很大的影響，家長本身的身體活動習慣與對運動的態度，決定了孩子學習的機會。孩子課後時間的活動，有賴家長的陪同與互動，建立良好的家庭生活形態，能有效提升幼兒運動的基礎能力。而在幼兒階段，不同性別幼兒在運動遊戲參與的項目選擇、投入程度與表現能力等方面，並沒有明顯差異；部分大班孩子逐漸會受到同伴的連鎖效應影響，也因為性別認知趨成熟，慢慢也出現部分同性遊戲的情形。

第五章 結論與建議

本研究旨在透過觀察與訪談，深入了解當前幼稚園環境中，幼兒運動遊戲參與之情形及其相關課程的實施效果，更希望進一步探討家庭教育環境對幼兒運動遊戲參與之影響。本章根據本研究目的、相關文獻探討以及研究發現與討論，形成研究的結論並提出具體建議。

第一節 結論

一、 幼兒自主性不足，在參與運動遊戲時即受到成人的影響

孩子運動遊戲的時間與空間，大部分受成人所安排，一方面是幼兒的自主性不夠，一方面也因安全上的考量，在學校有既定的課程安排，自由活動時間亦有老師的掌控，課後則有家長的看顧，因此，若學校、老師以及家長願意投入時間陪伴，孩子活動的時間便能夠增加，另外亦可顧及安全性，活動的空間自然也不受限制。

幼兒對運動遊戲參與的投入，往往隨著同儕的互動、成人的陪伴與指導而更有效果，藉由模仿與學習，從樂趣化的「玩」當中，獲得身體動作能力的進步和成長。因此，幼兒階段的運動遊戲參與，有賴成人的積極支持與推動。

二、 幼稚園中運動遊戲課程的實施，可提高幼兒的身體活動量，對幼兒體能有正向影響

幼稚園運動遊戲課程的設計與實施，係依照園區的設園理念，配合環境與政策來落實的。若園方重視幼兒階段健康體能與動作技能的發展，則將加強相關的軟、硬體，包括師資、場地設備、教具器材等，甚至將體能活動列為正式課程，每週規律的課表中，至少固定有一至兩次身體活動的機會。幼稚園裡體能相關課程實施的方式，部分是以律動為主，或有以增進體適能的課程規劃，

如運動遊戲課程，則是依照幼兒身體動作發展能力，來進行課程設計，並以「遊戲」的方式，引發孩子參與和學習的動機，在潛移默化中，提升孩子體能狀況，也奠定基礎動作的發展。師資部分則由園區教師擔任，或另外聘請校外專業體能老師，來進行教學和指導。推動運動遊戲課程，對於幼稚園裡的幼兒而言，確實培養了較佳的身體能力，活動量足夠之餘，也能從中學習許多動作技能。

運動遊戲的課程教學，主要師資來源為園內帶班老師與外聘專業體能老師。幼稚園內帶班老師熟悉幼教技巧，能了解孩子需求並增進互動，但缺乏體育專業，僅能以帶動遊戲的方式進行教學，較難達到幼兒體能的精進；而外聘的專業體能老師，以培養幼兒體能與動作技能學習為目標，結合專業器材、教具，融合遊戲進行教學，但缺少幼教法基礎，可能無法了解幼兒的整體學習能力與需求，對於教學互動與即時回饋，較為不足。而時間與空間方面，則完全掌控在幼稚園行政權力上，意即幼兒在園內所受的規範，決定了孩子活動範圍與時間的限制。園區的環境規劃，提供孩子活動的空間；園區的作息與課程規劃，則決定了孩子身體活動的時間。

因此，幼稚園中運動遊戲課程的實施，有其絕對的正向影響。孩子因為該類課程中的學習，被動接觸各項動作技能的操作與練習，著實在體能與動作能力發展上有明顯的進步，是家庭教育與一般遊戲活動無法獲得的。在幼兒階段中，若有運動遊戲課程的介入，孩子的體能隨著動作發展速度，將更加健全、優異，惟男幼兒與女幼兒的體能狀況並無明顯差異，對於參與的活動類別也無特別劃分，可見此階段所有孩子的立足點相同，應可作齊頭式的教學。

三、家庭教育與父母教養態度是促成幼兒運動習慣與特質養成最大因素之一

除了上學日每天平均 8 小時在幼稚園的學習，孩子大部分的生活重心仍然以家庭為主，家庭教育對幼兒發展的影響深遠，在幼兒運動遊戲的學習上亦

然，父母的教養態度，是促成幼兒運動習慣與特質養成的最大因素之一。父母是孩子第一個模仿的對象，隨著父母的態度與生活習慣，孩子在潛移默化中學習，運動遊戲的參與也深深受到整個家庭生活型態的塑造。

成人對於運動的看法與態度，會落實在本身的生活上，如果父母有運動的習慣，並對體育活動持有正面、積極的理念，自然而然能帶動孩子參與動態的生活，也能提供孩子較多參與的機會，甚或更多的鼓勵與支持。家庭的生活型態，影響孩子的特質養成，若父母願意投入時間，參與幼兒的運動遊戲，多一點動態的互動，便能延續孩子在幼稚園中的學習，建立孩子對於運動遊戲的興趣，讓孩子從小能夠健康成長，促進有效的身體動作發展。

第二節 建議

根據研究發現與討論，本研究針對教育主管機關、幼稚園、幼稚園教師、體能教師、家長，以及未來研究者提出以下建議：

一、對教育主管機關的建議

(一) 建立幼稚教育正確理念，重視幼兒體能發展

五育並重的全人教育發展觀念，需深植國人心中，唯有喚醒社會對體能從小培養的重視，方能帶動正確的幼稚教育理念。加強國人體能發展，需把握身體動作發展的基礎期，從幼兒階段開始。

(二) 擬定相關政策並落實評鑑與督導，推動幼教運動遊戲實施

教育主管機關若能統一教育方針，推動相關政策，提供各級教育單位配合實施的方向，將有助於幼稚教育中的運動遊戲推廣。而教育政策的制訂與實行，需倚賴評鑑制度與持續的督導，來加強執行效果，若能加上獎勵機制，鼓勵更多幼教單位的投入與支持，便可提高幼稚園運動遊戲的推動風氣，提升全國幼教體育水準。

二、對幼稚園的建議

(一) 正視幼兒體育發展

幼稚園的設園理念或是園長領導，深深關係著幼稚園整體課程的發展，配合幼稚園課程標準，「健康」與「遊戲」是其中相當重要的一部份，加上此時期為動作技能學習與興趣培養的階段，且人的成長伴隨著幼兒時期的經驗累積影響，因此，幼兒體育的發展更顯得重要，是幼教單位園務推動必須正視且注重的方針。

(二) 加強相關軟、硬體資源，增進教學效能

學習環境的營造是教學單位相當重要的一環，要有好的教學效能，有賴豐富的教學資源，凡舉場地、設備、器材甚或教具，都是最基本的硬體資源，而嚴選師資，更是成功幼教不可或缺的因素。

三、對幼稚園教師、體能教師的建議

(一) 具有幼教多元、宏觀之涵養

幼稚教育是培養個體最初亦是最重要的階段，幼教老師需具有宏觀的視野，以中立的角色，帶給孩子多元的學習機會與經驗，讓孩子接觸不同的知能，再慢慢發展個人的興趣。

(二) 提升專業知能，培養教學能力並提高教學品質

幼稚園老師受過幼教專業的訓練，經過實務經驗的累積，對於課程設計、教學互動有一定的掌握，但由於幼稚教育中以帶班的模式進行教學，老師須具有各領域的基本教學能力，方能提供孩子多元的學習。幼教老師須隨時進修精進，以應變快速轉變的新世代幼兒，以提升個人教學的專業知能。

體能老師須配合幼兒身心發展理論，作有效的教學設計，透過良好的師生互動與幼教方法，才能達到最佳的學習效果。因此，幼兒體能老師須涵養幼教相關的專業知能，以提高教學品質。

(三) 增加正面回饋，提高幼兒學習動機

幼兒階段的孩子，喜歡被稱讚、被關懷，需要成人不斷給予正面的回饋，因此，幼教老師不僅要付出更多愛心與耐心，最重要的教學技巧，是以正增強提高孩子參與和學習的動力。多回饋與讚美，便能達到幼兒教育事半功倍的效果。

四、對家長的建議

(一) 重視幼兒身體教育

在競爭激烈的時代下，家長總是希望自己的孩子能贏在起跑點上，因此投入大量的時間與金錢用作培育，家長的觀念若受升學主義根植，將造成孩子莫大的成長壓力，尤其是學科掛帥的現代，體育往往被忽略，僅當成是一般日常基本身體活動能力而不受重視。如果家長對身體教育的重視能被喚起，將有助於幼兒階段的體能養成。

(二) 增加參與感並落實親子互動

家長參與對孩子的成長有很大的助益，孩子的學習，除了幼稚園的課程教育，家庭的影響才是更為重大，畢竟孩子在學校以外的時間，都受到家庭生活經驗的感染，父母是孩子模仿的對象，家長的參與能帶動孩子的學習，增進親子互動，大大提高學習效果。

(三) 建立動態家庭生活型態

家庭教育是幼兒階段特質養成相當重要的因素，家庭的生活型態，深深影響幼兒的身心發展。若能建立動態的家庭生活型態，孩子就能隨著氛圍的帶動，在家人陪同下，自然而然養成良好的身體活動習慣。

五、對未來研究者的建議

(一) 研究主題

1. 探討園長領導對幼稚園相關課程規劃與發展之影響

幼稚園的設園理念影響著園內所有的課程規劃，隨著園長的領導方針有很大的不同，依照園長所重視的課程方向，每所幼稚園都有自己的特色發展。若園長重視幼兒體能，就會配合調整園區作息規劃，並融入相關課程，提供孩子參與運動遊戲的機會。因此，探討園長領

導與幼稚園運動遊戲課程之間的關係，是一可開發的議題。

2. 探討幼稚園中相關課程的實施方式與教學內容

幼稚園中運動遊戲與體能相關的課程，配合著園所的設園目標實行，隨著園所教育理念，提供適當的設備器材與師資，課程的實施方式與教學內容不盡相同，每所個案皆有其值得深入探討的特色。

3. 探究家庭教育對幼兒身體發展的重要

家庭教育對孩子的影響深遠，尤其在幼兒階段，孩子除了在幼稚園的時間之外，大部分還是倚賴家庭的照料與教育，家長的責任重大，身教、言教都在無形中養成孩子的習慣。家庭教育對於孩子各項的發展有其必然的重要性，家長如何影響幼兒身體發展？影響程度的大小又是怎麼樣？而家長如何運用家庭的力量促進孩子健全成長？有待進一步研究討論。

4. 教師回饋對幼兒學習成就之影響

當前體育教師回饋與學生學習成就的相關研究，多以中小學為對象，然幼兒階段的學習更依賴成人的指導，尤其是鼓勵、支持與認同，若有多一點的回饋，或許孩子的成長與進步能更加明顯。是否體育教師的回饋，對幼兒階段的學習成就有更明顯的差異，值得探究，以提供教師更明確的教學方向。

(二) 研究方法

1. 以問卷調查方式擴大研究範圍

由於本研究是為個案研究，僅以一所幼稚園作為研究對象，用觀察的方式並結合訪談深入了解該園區幼兒運動遊戲參與之情形，無法與其他幼稚園進行比較，建議未來研究者可以設計調查問卷，以擴大

研究範圍，了解更多幼稚園相關課程的實施狀況，並進行各園所之間的比較，進而發現並分析更多的相關議題。

2. 增加對園長訪談之探討

本研究主要針對一個大班班級的運動遊戲課程作為觀察，因此主要研究對象鎖定在帶班老師，以及體能課的老師，最後也鎖定6位小朋友並與其家長進行訪談，以了解每位孩子的情況，與觀察結果作比對探討。因此，若後續研究應可加入對園長的訪談，以深入瞭解領導者對於運動遊戲課程實施與孩子的參與情況，有任何的理念或是政策。探討園長對於幼兒階段身體發展之看法，有助於分析幼教現場的實務狀況。

參考文獻

一、中文部份

王文科、王智弘 (2006)。教育研究法 (第十版)。台北市：五南。

王純貞 (1997)。幼兒遊戲與體力的培養。幼教研究，76，6-8。

王健次 (1978)。幼兒體育遊戲。台北市：健行。

幼稚教育法 (1981)。中華民國七十年十一月六日總統 (70) 台總 (一) 義字第 7258 號令。2007 年 1 月 6 日，取自全國法規資料庫：
<http://law.moj.gov.tw/Scripts/Query4A.asp>。

朱海鳴、劉韋孝、楊建夫 (2008)。學齡前兒童運動能力檢測項目的選定。幼兒保育論壇，3，186-201。

朱蘭慧 (2002)。男性性別角色刻板印象形成與鬆動之研究。未出版碩士論文，國立台灣師範大學，台北市。

朱蘭慧 (2003)。男性性別角色刻板印象形成與鬆動之研究。應用心理研究，17，85-119。

吳美姝、陳英進 (1990)。兒童發展與輔導。台北市：五南。

吳萬福 (1988)。如何發展我國體育-指向廿一世紀邁進開發國家而言。國民體育季刊，17 (2)，11-16。

吳麗媛、楊淑朱、楊承達、楊曉苓、林妙徽、林玉霞、梁珀華 (譯) (2005)。幼兒遊戲與發展理論。台北市：華騰。(Joe L. F., Sue C.W., & Stuart R., 2001)

吳麗雲 (2005)。遊戲課程對幼兒運動能力影響之研究。幼兒保育論壇，1，189-210。

- 呂素美 (1998)。儲備二十一世紀新能力—幼兒體活動的實施。學前教育, 21 (3), 51-53。
- 李小龍、周榮暉 (2004)。幼兒體能訓練之探討。文化體育學刊, 2, 161-169。
- 李宜賢 (2002)。兒童發展:理論與實務。台北:永大。
- 李招譽 (2002)。臺北市幼稚園幼兒體能之調查研究。未出版碩士論文, 台北市立體育學院運動科學研究所, 台北市。
- 李招譽、洪立 (2003)。臺北市幼兒運動人口倍增計畫之推動與展望。國民體育季刊, 137, 58-61。
- 李秋霞 (2002)。幼兒發展評估之研究。幼兒保育研究集刊, 1 (1), 100-120。
- 李美枝、鐘秋玉 (1996)。性別與性別角色析論。本土心理學研究, 6。
- 李崑璋 (2003)。台北縣市幼稚園之幼兒運動遊戲課程實施情況與園長認知程度之研究。未出版碩士論文, 輔仁大學, 台北縣。
- 杜光玉 (2005a)。幼兒成長特徵與運動遊戲教學。大專體育, 78, 12-17。
- 杜光玉 (2005b)。性別與運動:幼兒運動遊戲中之性別角色。性別平等教育季刊, 30, 30-36。
- 杜光玉 (2005c)。家長與幼兒運動遊戲。大專體育, 77, 145-150。
- 杜光玉、鍾國銘 (2008)。幼兒運動遊戲師資專業化之探討。大專體育, 97, 58-63。
- 沈文婷 (1997)。幼兒扮演遊戲之研究。未出版碩士論文, 國立台灣師範大學, 台北市。
- 阮志聰 (1989)。幼兒智力與運動能力相關之研究。國教學報, 2, 251-277。

- 周淑儀 (2000)。國小教師性別角色刻板印象與兩性平等教育進修需求。未出版碩士論文，國立台中師範學院，台中市。
- 林玉体 (2001)。幼兒教育思想。台北市：五南。
- 林生傳 (1994)。教育心理學。台北市：五南。
- 林風南 (1990)。幼兒體能與遊戲。台北市：五南。
- 林晉榮、黃永寬、姚妮君 (2007)。運動遊戲課程對幼兒群性發展之探討。幼兒運動遊戲年刊，2，23-29。
- 林曼蕙 (1988)。你的小孩是運動天才。健康 Plus，6 月號，22-35。
- 林曼蕙、林春生、邱金松、賴和海 (1981)。幼兒體力理論與實務。台北市：幼獅文化事業。
- 林惠雅 (2003)。兒童遊戲課程—動作技能與社會能力發展。台北市：心理。
- 林貴福 (2004)。幼兒身心發展。學校體育雙月刊—幼兒運動專題，14 (1)，13-19。
- 林勤昌 (2004)。遊戲課程對學齡前兒童基本動作能力之影響。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學，台北市。
- 林翠媚 (譯) (2000)。動作教學：幼兒重要的動作經驗。台北市：心理。(Phyllis, S. W., 1931)
- 林錫波、王榮錫、陳堅錐 (2007)。運動性別刻板印象之探討。北體學報，15，164-172。
- 邱金松 (譯) (1977)。幼兒體力理論與實際。台北市：中華幼兒體育研究會。
(水谷英三，1976)

- 施又誠、房振昆(2004)。跳脫傳統性別刻板印象改善國小女生運動參與意願。
大專體育，71，147-152。
- 洪淑敏(2003)。國小低年級學童性別角色觀及性別刻板印象之研究。未出版
碩士論文，國立中山大學，高雄市。
- 徐錦興(1991)。不同指導者參與運動遊戲課程對幼兒體能發展的影響。未出
版碩士論文，國立台灣師範大學，台北市。
- 張春興、楊國樞(1976)。心理學。台北市：三民。
- 張郁敏(2005)。幼兒運動遊戲課程設計之研究。未出版碩士論文，國立中正
大學，嘉義縣。
- 張財銘(2005)。南部區域幼稚園幼兒運動遊戲課程實施現況與園長認知程度
之研究。未出版碩士論文，輔仁大學，台北縣。
- 張靜文、姜義村(1999)。學齡前幼兒體適能檢測之探討。*大專體育雙月刊*，
41，135-138。
- 教育部(2004)。推動幼稚園運動遊戲方案。台北市：教育部。
- 教育部國民教育司(1987)。幼稚園課程標準。台北市：正中。
- 許義雄(譯)(1997)。兒童發展與身體教育。台北市：國立編譯館。(Gallahue,
D. L., 1996)。
- 許麗鳳(1996)。幼兒體能遊戲。台北市：書泉。
- 陳向明(2006)。社會科學質的研究。台北市：五南。
- 陳俊民(1992)。運動員與非運動員之性別角色對成就動機及生活適應之影響。
未出版碩士論文，國立臺灣師範大學，台北市。

- 陳信全(2002)。運動遊戲課程對幼兒運動能力影響之研究。未出版碩士論文，國立台灣體育學院，台中市。
- 陳俊樑(2001)。父母參與學齡前兒童遊戲對其基本動作能力之影響。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學，台北市。
- 陳美華(1994)。從性別角色的觀點看女性參與運動。中華體育，8(1)，17-23。
- 陳淑菁(2002)。不同運動類型及不同年齡層女性運動員之性別角色及角色衝突之研究。未出版碩士論文，國立體育學院，桃園縣。
- 陳鴻雁、黃永寬(2006)。幼兒運動遊戲實施現況調查。幼兒運動遊戲年刊，1，9-27。
- 郭靜晃(譯)(1992)。兒童遊戲：遊戲發展的理論與實際。台北市：揚智。(Johnson, J. E., Christie, J. F., & Yawkey, T. D., 1987)
- 曾玉華(2000)。幼兒運動能力測驗方法編製意見研究—以幼教科系教師為例。北體學報，8，45-54。
- 湯志民(2002)。學校遊戲場。台北市：五南。
- 黃永寬(1999)。幼兒運動遊戲的教學。大專體育雙月刊，42，38-45。
- 黃永寬(2000)。如何營造良好的幼兒運動遊戲教學氣氛。臺灣體育，109，84-89。
- 黃永寬(2001)。動作教育模式在幼兒運動遊戲教學之觀察研究。未出版碩士論文，國立體育學院，桃園縣。
- 黃永寬(2002)。台北縣幼兒園實施幼兒運動遊戲課程現況調查。吳鳳技術學院2002年體育發展研討會。嘉義縣：吳鳳技術學院。

- 黃永寬 (2004a)。幼兒運動遊戲教學之理念。學校體育雙月刊，14 (80)，25-35。
- 黃永寬 (2004b)。幼兒運動遊戲課程實施現況及教師對其認知之研究。台北市：紅葉文化事業有限公司。
- 黃永寬 (2007)。幼兒運動遊戲課程實施概況之探討。輔仁大學體育學刊，6，137-149。
- 黃永寬、何建德、錢慶安 (2002)。台北縣幼兒園實施幼兒運動遊戲課程狀況調查。2002 年台灣體育運動與健康休閒發展趨勢研討會專刊。嘉義縣：吳鳳技術學院，339-348。
- 黃光雄 (2001)。質性教育研究—理論與方法。台北市：揚智。
- 黃志成、王淑芬 (1995)。幼兒的發展與輔導。台北市：揚智。
- 黃秀蓮 (2001)。幼稚園教師對幼兒體能教學態度之探討。中華體育季刊，15 (1)，47-53。
- 黃凱霖 (1995)。父母效能感、父母參與以及子女學習成就的關係。未出版之碩士論文，國立台灣師範大學，台北市。
- 黃瑞琴 (1991)。質的教育研究方法。台北市：心理。
- 黃錫權 (1988)。幼兒體能遊戲。幼教資訊，90，30-33。
- 傅美華 (1990)。母親對幼兒遊戲態度之研究。台北市：國科會。
- 楊宗文、黃永政 (2007)。幼兒運動遊戲推展的政策觀察。幼兒運動遊戲年刊，2，9-15。
- 楊美貞 (2003)。台灣地區女大學生性別角色與休閒運動之研究。未出版碩士

論文，銘傳大學，台北市。

鄒碧鶴、張鳴珊、李岫蓉、顏懿汝(2004)。南部地區幼兒體能發展現況研究。

嘉南學報，30，404-417。

廖應秋(1992)。城市與鄉村男幼兒體適能之比較研究。體育學報，14，227-244。

劉宏裕等(譯)(2005)。運動社會學導論。台北市：師大書苑。(Barrie Houlihan, 2003)

劉秀娟(1998)。兩性關係與教育。台北：揚智。

劉秀娟(1999)。兩性教育。台北：揚智。

劉從國、陳冠旭(2001)。遊戲對幼兒體能之影響。大專體育，56，97-105。

劉雅文(2002)。幼兒體能因子分析。未出版碩士論文，台北市立體育學院，台北市。

潘淑滿(2003)。質性研究:理論與應用。台北市：心理。

潘慧玲等(2003)。性別議題導論。台北市：高等教育文化。

滕德政(2000)。「黑白ㄍㄟ、! 亞當夏娃ㄍㄟ、?」運動文化的性別刻板印象
— 一個國小班級躲避球運動之研究。未出版碩士論文，國立花蓮師範學院，花蓮市。

滕德政(2005)。我們都是這樣玩大的-三個運動與遊戲的性別議題反省。性別
平等教育季刊，30，38-49。

蔡盈修(1988)。運動遊戲課程對幼兒運動能力及社會能力發展之影響研究。
未出版碩士論文，中國文化大學，台北市。

蔡端(2004)。國民小學教師對學生性別角色的刻板印象與兩性平等教育實施

態度之研究。未出版碩士論文，國立新竹師範學院，新竹市。

鄭漢吾（2001）。幼兒體能教學的省思。大專體育，54，5-10。

鄭慧英（1996）。幼兒教育學。福建：福建教育出版社。

盧美貴（1988）。幼兒教育概論。台北市：五南。

盧素碧（1977）。幼兒的發展與輔導。台北市：文景。

謝美慧（2001）。台灣幼兒教育現況及發展趨勢。台灣教育，606，21-34。

謝筑虹、黃永寬（2007）。家長參與親子休閒運動對幼兒運動行為影響之初探。

幼兒運動遊戲年刊，2，41-45。

簡茂發（1987）。父母教養態度與小學兒童生活適應之關係。教育心理學報，11，63-86。

闕月清（譯）（2005）。孩子，動起來！-兒童體能教學。台北市：新視野。（Partricia Maude, 2005）

羅元鴻（1998）。不同性別角色與運動項目屬性對競賽狀態性焦慮影響之探討。

大專體育，38，101-109。

蘇建文（1998）。發展心理學。台北市：心理。

蘇淑芳（2006）。淺談幼稚園家長參與。2007年1月6日取自，

<http://www.nhu.edu.tw/~society/e-j/54/54-50.htm>

二、英文部份

- Allison, M. T. (1991). Role conflict and the female athlete: Preoccupations with little grounding. *Journal of Applied Sport Psychology*, 3, 49-60.
- Bailey, K. (1993). *The girls are the ones with the pointy nails: An exploration of children's of gender*. London, Ontario: Althouse Press.
- Bucher, C.A. (1979). *Foundations of physical education*. StLouis Toronto, Condon: The C.V. Mosby Company.
- Childs, G. (1995). Steiner education in theory and practice. Cognitive functioning and impulse control. *Child Development*, 48, 367-380.
- Connie, C. M. (1989). *The effects of shadowing in perceptual- motor learning of kindergarten students*. Unpublished Dissertation, The University of New Mexico.
- Csizman, K. A., Witting, A. F., & Schurr, K. T. (1988). Sport stereotypes and gender. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10, 62-74.
- Gabbard, C. P., & Shea, C. H. (1979). *Influence of movement activities on shape recognition and retention*. *Perceptual and Motor Skills*, 48, 116-118.
- Gallahue, D. L. (1996). Transforming physical education curriculum. In S. Bedekamp & T. Rosegrant (Eds.), *Reaching Potentials: Transforming early childhood curriculum and assessment* (pp. 2). Washington D. C.: NAEYC.
- Garvey, C. (1997). *Play*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Griffing, P. (1983). Encouraging dramatic play in early childhood. *Young Children*,

38(4),13-22.

Grusec, J. E., & Lytton, H. (1988). *Social development: History, theory, and research*. New York: Springer-Verlag.

Grusec, J. E., Sass-Kortsak, P., & Simuties, Z. M. (1978). Modeling direct instruction and attributions: Effects on altruism. *Developmental Psychology*, 14, 51-57.

Jackson, S., & Marsh, H. (1986). Athletic or antisocial? The female sport experience. *Journal of Sport Psychology*, 8, 198-211.

Jon C. H. (1988). Kids, parents, and sports: Questions and answers. *The Physician and Sportmedicine*, 16(4), 59-71.

Maccoby, E. E., & Jacklin, C. N. (1974). *The psychology of sex differences*. Stanford, CA: Stanford University Press.

Martin, B. A., & Martin, J. H. (1995). Comparing perceived sex role orientations of the Ideal male and female athlete to the ideal male and female person. *Journal of Sport Behavior*, 18(4), 286-301.

Penman, K. A., Christopher, J. R., & Wood, G. S. (1977). Using gross motor activity to improve language arts concepts by third grade students. *Research Quarterly*, 48(1), 134-137.

Pollatou, E., Karadimou, K., & Gerodimos, V. (2004). Gender differences in musical aptitude, rhythmic ability and motor performance in preschool children. *Early Child Development and Care*, 175(4), 361-369.

Powlishta, K. K. (2000). The effect of target age on the activation of gender

stereotypes. *Sex Roles*, 42, 271-282.

Rubin, K. H., Fein, G. G., & Vandenberg, B. (1983). Play. In P. H. Mussen (Ed.), *Handbook of child psychology: Socialization, personality, and social development*(pp. 693-774). New York:Wiley.

Sanders S. (1994). Preschool physical education: Challenges for the profession. *Journal of Physical education, Recreation & Dance*, 65(6), 25-27.

Slavin, R. E.(1988). *Educational psychology : Theory into practice*(2nd ed.). Englewood Cliffs, NJ:Prentice Hall.

【研究方向說明】

親愛的老師您好:

很冒昧打擾，我是台師大體育學系研究生郭馥滋，也是系上的行政助教，很喜歡小朋友，覺得孩子天真可愛，充滿生命力，是教育最大的希望。自己曾在大學時從事幼兒運動的教學，因此，在研究的領域上亦選擇幼兒作為我的對象，希望與興趣做結合，能提供執行的動力。

有緣認識 xx，是因為與 yoyo 媽媽在同一工作職場，自己跟 yoyo 也算熟，曾到過學校幾次，yoyo 媽媽說 xx 是個教育理念很好的學校，我也深信惟有透過教育理念良好的學校，我的研究才能更具意義與價值。感謝老師的同意，讓馥滋在接下來的日子裡，配合學校作息與老師課程安排，開放我到園內做觀察，對於學校所提出的規範與要求，我將盡力配合，感謝您的協助!

以下是馥滋所提出的研究相關需求，請參閱。

題目:幼兒運動遊戲參與之研究

研究對象:該園大班學生，先觀察全班，再挑選 6-7 名幼兒做深入觀察與個別訪談。

研究方法:錄影、錄音記錄僅用於分析資料之參考，對參與研究者的隱私絕對進行保密。

1. 觀察法-幼稚園運動遊戲相關課程及自由時間(下課、上放學時段)，將配合錄影記錄，以補足記錄之不足。
2. 訪談法-班級導師、運動遊戲課程老師、幼兒及其家長…配合錄音記錄，以補足記錄之不足。

觀察時間:97 學年度第一學期學期期間，約 8-12 次之課堂觀察，以不參與、不影響原課堂進行之原則，採錄影與現場記錄方式取得資料。

聯絡方式:0937-711931，2363-4466*208，fifi7313@ntnu.edu.tw

臺灣師大體育學系研究生 郭馥滋敬上

附錄二

【研究參與家長同意書】

研究主題：幼兒運動遊戲參與之研究

指導教授：程瑞福博士

研究生：郭馥滋

單位：國立台灣師範大學體育學系碩士班

電話：23634466*208、0937-711931

住址：台北市大安區和平東路一段162號體育學系

本研究旨在探討幼兒運動遊戲之參與情形，希望能透過運動遊戲課程，隨班做整體的觀察，研究過程不影響學校的正常教學，採自然觀察的方式並進行攝影，所得資料僅作為研究之用，研究者有義務對參與研究者的隱私進行保密，並且提供研究之結果以做為教學上的參考。

若蒙 同意您的孩子參與本研究，以協助研究者瞭解相關議題，請在同意書上簽名。若您對本研究有任何疑問，請與研究者聯繫，感謝您的合作！

同意書

本人_____ (姓名)同意我的孩子_____ (姓名)接受成為「幼兒運動遊戲參與之研究」之參與研究者，並同意研究者在保護參與研究者個人隱私下，發表研究結果。

同意人： _____ 簽名

中華民國 _____ 年 _____ 月 _____ 日

| |
|-----|
| 附錄三 |
|-----|

【訪談同意書】

研究主題：幼兒運動遊戲參與之研究

指導教授：程瑞福博士

研究生：郭馥滋

單位：國立台灣師範大學體育學系碩士班

電話：23634466*208、0937-711931

住址：台北市大安區和平東路一段162號體育學系

親愛的家長您好：

本研究已於貴子弟幼稚園班級中，進行幾次的課堂觀察，對於幼兒運動遊戲參與的情形，蒐集相關的資料，進一步想深入探討觀察所得之相關議題。邀請您與您的孩子能撥冗參與研究訪談，研究者有義務對參與研究者的隱私進行保密，且研究過程中之訪談內容以及分析結果，僅作為研究之用，期能帶給教學現場實質的建議。

若蒙 同意個人及您的孩子接受訪談，以協助本研究更深入地瞭解相關議題，請在同意書上簽名。謝謝您！

同意書

本人_____ (姓名) 同意與我的孩子_____ (姓名) 同時接受成為「幼兒運動遊戲參與之研究」之參與研究者，並同意研究者在保護參與研究者個人隱私下，發表研究結果。

同意人：

簽名

中華民國 年 月 日

附錄四

親愛的 爸爸/媽媽您好:

我是台灣師大體育學系畢業的學生，並繼續就讀本系碩士班。雖然師大培育的是中學的師資，但對於我來說，可愛又天真無邪的孩子們，才是我由衷喜愛的教學對象。雖然沒有幼教的背景，但大學至今累積的幼兒體育教學經驗，加上本身有耐心、有愛心的個人特質，讓我非常享受與孩子們的互動，更希望能藉由所學，幫助孩子們身體動作的養成，並從中獲得各面向的快樂與成長。

人生的第一個六年，是成長最快速、各項發展最有效的階段，亦是訓練幼兒體能的最佳時機，許多童年經驗伴隨著成長，往往影響深遠，運動不僅能養成孩子的身體動作能力，更可促進心智、社交等各面向的健全發展。當前針對學校體育發展的相關研究，仍偏重在以小學、中學學生為對象，忽略了人生最重要的發展階段，因此，結合本身濃厚的興趣，我選擇踏入幼稚園中，以觀察的方式，探討孩子參與運動遊戲之情形，希望能察覺孩子個別身體活動的狀況，並進一步透過與小朋友及爸爸/媽媽的訪談，以求能瞭解客觀的現況，加以深入探究，並尋求維持、加強的參考方法。

若爸爸/媽媽願意接受此研究，並藉此關心寶貝的身體活動情形，請留下方便連絡您的時間以及聯絡方式，我將進一步與您聯繫。感謝您的協助，敬祝 萬事如意!

台灣師大研究生 郭馥滋敬上 97.11

請將本回執聯於下週二前交由孩子帶回給老師，謝謝您!

| | |
|---|---------|
| 聯絡人姓名： | 聯絡電話： |
| 方便聯絡時間(可複選)： | 聯絡手機： |
| <input type="radio"/> 上午 <input type="radio"/> 中午 <input type="radio"/> 下午 <input type="radio"/> 晚上 | e-mail： |
| 方便訪談時間(將進一步電話聯繫確認日期、時間)： | |
| <input type="radio"/> 平日上午_____ <input type="radio"/> 平日中午_____ <input type="radio"/> 平日下午_____ | |
| <input type="radio"/> 平日晚上_____ <input type="radio"/> 假日_____ <input type="radio"/> 皆可 | |

附錄五

【觀察記錄表】

| 日期 | | 編碼 | |
|------|--|----|--|
| 時間 | | 地點 | |
| 記錄內容 | | 評註 | |
| | | | |

【訪談大綱-教師】

第一部份-幼兒參與運動遊戲之情形

1. 園區運動遊戲課程/活動的實施情況?
2. 園區孩子平常所玩的遊戲、運動項目是什麼?
3. 園區幼兒的體能狀況?
4. 園區在運動遊戲推展上特別的部份?
5. 您覺得運動參與的習慣是從小養成的嗎?
6. 您認為怎樣的環境最適合孩子運動、遊戲?
7. 您認為運動遊戲的能力需不需要成人的指導?為什麼?
8. 您認為園區裡大部分的孩子最喜歡的運動遊戲是什麼?為什麼?
您認為您孩子最不喜歡玩的運動遊戲是什麼?為什麼?

第二部份-對幼兒不同性別角色參與運動遊戲的態度

- 1、您認為男生/女生適合什麼運動?為什麼?
- 2、園區內的孩子會偏向只跟喜歡跟男生還是女生一起玩嗎?為什麼?

【訪談大綱-幼兒】

第一部份-參與運動遊戲之情形

- 1、你知不知道運動是什麼(像是玩球、跳舞等等)?
- 2、在學校上課或平常所玩的遊戲、運動項目是什麼?
- 3、你常常玩遊戲、做運動嗎?是上學還是放學的時候?
- 4、你平常都在哪裡運動?學校/家裡或公園等?是誰教/陪你運動?
- 5、你最喜歡玩的運動遊戲是什麼?為什麼?
你最不喜歡玩的運動遊戲是什麼?為什麼?

第二部份-不同性別角色對運動遊戲參與的態度

- 1、你覺得男生/女生適合什麼運動?為什麼?
- 2、你喜歡跟男生還是女生一起玩?為什麼?

【訪談大綱-家長】

第一部份-幼兒參與運動遊戲之情形

- 1、您個人喜歡運動嗎?大多從事怎樣的運動?
- 2、您覺得運動參與的習慣是從小養成的嗎?
- 3、您的孩子平常所玩的遊戲、運動項目是什麼?
- 4、您的孩子常常玩遊戲、做運動嗎?是上學還是放學的時候?
- 6、您的孩子平常都在哪裡運動?學校/家裡/公園或其他?是誰教/陪他的?
- 7、您認為您孩子最喜歡的運動遊戲是什麼?為什麼?
您認為您孩子最不喜歡玩的運動遊戲是什麼?為什麼?

第二部份-對幼兒不同性別角色參與運動遊戲的態度

- 1、您認為男生/女生適合什麼運動?為什麼?
- 2、您的孩子會偏向只跟喜歡跟男生還是女生一起玩?為什麼?

附錄九

臺北市私立 XX 幼稚園

九十七學年度第一學期體能活動進度表

| 週次 | 日期 | 小班遊戲 | 中班遊戲 | 大班遊戲 | 體能因素 | 使用器材 |
|----------|----------------|-------|--|-------|----------|------|
| 1 | 9/1 | 快樂的森林 | 滾雞蛋 | 前翻後滾 | 敏捷性、協調性 | 墊子 |
| 2 | 9/8 | 快樂小白兔 | 膽大心細 | 四平八穩 | 下肢肌力、平衡感 | 木教具 |
| 3 | 9/15 | 快樂小汽車 | 跳圈圈 | 搖搖樂 | 協調性、柔軟性 | 呼拉圈 |
| 4 | 9/22 | 好玩的球 | 小皮球香蕉油 | 反彈飛球 | 協調性、節奏感 | 皮球 |
| 5 | 9/29 | 鱷魚來了 | 小牛仔出擊 | 跳越高手 | 敏捷性、協調性 | 跳箱 |
| 6 | 10/6 | 五彩繽紛 | 生日舞會 | 彩色世界 | 協調性、肌力 | 氣球傘 |
| 7 | 10/13 | 神臂小子 | 螃蟹大夾子 | 蝙蝠懸掛 | 肌力、耐力 | 單槓 |
| 8 | 10/20 | 凌波舞步 | 小小蜘蛛人 | 快樂跳跳跳 | 下肌力、協調性 | 跳繩 |
| 9 | 10/27 | 海洋世界 | 救難勇士 | 小勇士出擊 | 肌力、協調性 | 滑溜布 |
| 10 | 11/3 | 滾呀滾 | 魚躍龍門 | 頂天立地 | 協調性、全身肌力 | 墊子 |
| 11 | 11/10 | 大冒險家 | 平衡小天使 | 步步驚魂 | 瞬發力、敏捷性 | 木教具 |
| 12 | 11/17 | 鴨子與蛋蛋 | 鴨子曲棍球 | 神奇小鴨子 | 協調性、敏捷性 | 鴨子板 |
| 13 | 11/24 | 傳接高手 | 可愛小皮球 | 頑皮球 | 柔軟性、敏捷性 | 皮球 |
| 14 | 12/1 | 越過障礙 | 摘蘋果 | 跳馬背 | 瞬發力、敏捷性 | 跳箱 |
| 15 | 12/8 | 投擲神射手 | 城堡大戰 | 百發百中 | 協調性、上肢肌力 | 小布球 |
| 16 | 12/15 | 烤乳豬 | 槓上英雄 | 泰山擺盪 | 全身肌力 | 單槓 |
| 17 18 | 12/22 12/29 | 體適能評量 | 走平衡木、立定跳遠、雙足連續跳、二十公尺跑、網球擲遠坐 姿體前彎、雙臂支撐 | | | |
| 19 | 11/5 | 小心!繩子 | 攀爬小子 | 跳出美麗 | 協調性、敏捷性 | 跳繩 |
| 20 | 1/12 | 祥獅獻瑞 | 祥獅獻瑞 | 祥獅獻瑞 | 韻律感、肌力 | 獅頭 |

神氣小蛙人

1.海狗



2.小飛機



3.小蝸牛



4.仰臥起坐



5.小蛙人



6.小貝殼



7.溜滑梯



8.伏地挺身



9.小蝴蝶



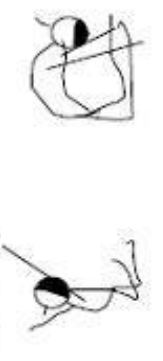
10.小天鵝



11.稻草人



12.小山洞



13.抬腳的飛機



14.小小貝殼



15.彈簧腿



16.小時鐘



17.跪著睡覺



幼 兒 運 動 能 力 評 量 表 (女生)

| | | | |
|---------------------------|--|--|---|
| 姓名： 年 齡： 歲 月 | 身 高： cm 體 重： kg | 班 級： 評 量 日 期： 97 年 月 日 | |
| 項目 | 瞬 發 力--- 立 定 遠 (分) | 平 衡 性 --- 走 平 衡 木 (秒) | 柔 軟 性----坐 姿 體 前 彎 (分) |
| 標 準 | 優 良 標 準 稍 差 非 常 差 大 110 81~109 70~80 50~69 49 以 下 中 90 以 上 66~89 55~65 40~54 39 以 下 小 70 以 上 46~69 35~45 20~34 19 以 下 | 優 良 標 準 稍 差 非 常 差 大 2.6 以 下 2.7~3.7 3.8~4.7 4.8~6.2 6.3 以 上 中 4.1 以 下 4.2~5.7 5.8~6.7 6.8~8.2 8.3 以 上 小 5.1 以 下 5.2~6.7 6.8~7.7 7.8~9.2 9.3 以 上 | 優 良 標 準 稍 差 非 常 差 大 17 以 上 10~16 6~9 1~5 0 以 下 中 16 以 上 9~15 5~8 1~4 0 以 下 小 15 以 上 8~14 4~7 1~3 0 以 下 |
| 成 績 | 公 分 | 秒 | 公 分 |
| 項 目 | 速 度 --- 十 五 公 尺 賽 跑 (秒) | 速 度 --- 二 十 公 尺 賽 跑 (秒) | 肌 耐 力 ---- 雙 臂 支 撐 (秒) |
| 標 準 | 優 良 標 準 稍 差 非 常 差 大 3.6 以 下 3.7~4 4.1~4.4 4.5~4.8 4.9 以 上 中 3.9 以 下 4~4.4 4.5~4.9 5~5.4 5.5 以 上 小 4.5 以 下 4.6~5.1 5.2~5.7 5.8~6.3 6.4 以 上 | 優 良 標 準 稍 差 非 常 差 大 4.5 以 下 4.6~5.1 5.2~5.5 5.6~5.9 6 以 上 中 5.1 以 下 5.2~5.5 5.6~5.9 6.0~6.3 6.4 以 上 小 5.6 以 下 5.7~6.1 6.2~6.6 6.7~7.1 7.2 以 上 | 優 良 標 準 稍 差 非 常 差 大 80 以 上 41~79 30~40 20~29 19 以 下 中 50 以 上 31~49 20~30 10~19 9 以 下 小 20 以 上 13~19 8~12 1~7 0 |
| 成 績 | 秒 | 秒 | 秒 |
| 項 目 | 協 調 性--- 網 球 擲 遠 (公 尺) | 敏 捷 性 --- 雙 足 連 續 跳 (秒) | 身 體 質 量 指 數 ---- B.M.I. (kg/ m ²) |
| 標 準 | 優 良 標 準 稍 差 非 常 差 大 9 以 上 6.5~8.5 5~6 3.5~4.5 3 以 下 中 7 以 上 5.5~6.5 4~5 2.5~3.5 2 以 下 小 5.5 以 上 4.5~5 3~4 1.5~2.5 1 以 下 | 優 良 標 準 稍 差 非 常 差 大 3.7 以 下 3.8~4.2 4.3~4.7 4.8~5.2 5.3 以 上 中 4.7 以 下 4.8~5.1 5.2~5.5 5.6~6.1 6.3 以 上 小 5.7 以 下 5.8~6 6.1~6.3 6.4~7.1 7.2 以 上 | 肥 胖 過 重 稍 重 標 準 稍 輕 過 輕 |
| 成 績 | 公 尺 | 秒 | |

| 幼 兒 運 動 能 力 評 量 表 (男生) | | | | | |
|------------------------|---|---------------------|--|-----------------------|---|
| 姓名： 年齡： 歲 月 | | 身高： 體重： cm kg | | 班級： 評量日期： 97 年 月 日 | |
| 項目 | 瞬 發 力--- 立 定 遠 (分) | | 平 衡 性 --- 走 平 衡 木 (秒) | | 柔 軟 性----坐 姿 體 前 彎 (分) |
| 標 準 | 優 良 標 準 稍 差 非 常 差 大 120 以 上 91~11 80~90 60~79 59 以 下 中 100 以 上 76~99 65~75 50~64 49 以 下 小 80 以 上 56~79 45~55 30~44 29 以 下 | | 優 良 標 準 稍 差 非 常 差 大 2.4 以 下 2.5~3. 3.6~4. 4.6~6 6.1 以 上 中 3.9 以 下 4.0~5. 5.6~6. 6.6~8 8.1 以 上 小 4.9 以 下 5.0~6. 6.6~7. 7.6~9 9.1 以 上 | | 優 良 標 準 稍 差 非 常 差 大 16 以 上 9~15 5~8 1~4 0 以 下 中 15 以 上 8~14 4~7 1~3 0 以 下 小 14 以 上 7~13 3~6 1~2 0 以 下 |
| 成 績 | 公分 | | 秒 | | 公分 |
| 項目 | 速 度 --- 十 五 公 尺 賽 跑 (秒) | | 速 度 --- 二 十 公 尺 賽 跑 (秒) | | 肌 耐 力 ---- 雙 臂 支 撐 (秒) |
| 標 準 | 優 良 標 準 稍 差 非 常 差 大 3.4 以 下 3.5~3. 3.9~4. 4.3~4. 4.7 以 上 中 3.7 以 下 3.8~4. 4.3~4. 4.8~5. 5.3 以 上 小 4.3 以 下 4.4~4. 5.0~5. 5.6~6. 6.2 以 上 | | 優 良 標 準 稍 差 非 常 差 大 4.3 以 下 4.4~4. 5.0~5. 5.4~5. 5.8 以 上 中 4.9 以 下 5.0~5. 5.4~5. 5.8~6. 6.2 以 上 小 5.4 以 下 5.5~5. 6.0~6. 6.5~6. 7.0 以 上 | | 優 良 標 準 稍 差 非 常 差 大 90 以 上 51~89 40~50 30~39 29 以 下 中 60 以 上 41~59 30~40 20~29 19 以 下 小 30 以 上 23~29 18~22 10~17 9 以 下 |
| 成 績 | 秒 | | 秒 | | 秒 |
| 項目 | 協 調 性--- 網 球 擲 遠 (公尺) | | 敏 捷 性 --- 雙 足 連 續 跳 (秒) | | 身 體 質 量 指 數 ---- B.M.I. (kg/ m ²) |
| 標 準 | 優 良 標 準 稍 差 非 常 差 大 10 以 上 7.5~9. 6~7 4.5~5. 4 以 下 中 8 以 上 6.5~7.5 5~6 3.5~4.5 3 以 下 小 6.5 以 上 5.5~6. 4~5 2.5~3. 2 以 下 | | 優 良 標 準 稍 差 非 常 差 大 3.5 以 下 3.6~4 4.1~4. 4.6~5 5.1 以 上 中 4.5 以 下 4.6~4.9 5.0~5.3 5.4~5.9 6.0 以 上 小 5.5 以 下 5.6~5. 5.9~6. 6.2~6. 7.0 以 上 | | 肥胖 過重 稍重 標準 稍輕 過輕 |
| 成 績 | 公尺 | | 秒 | | |