

課程改革新視野 —學校運動經驗與道德教育的結合

林秀珍、顧曉雲*

本文主要探討學校運動經驗結合道德教育的可能性與必要條件，首先釐清運動的遊戲與超越特性，進一步證成運動是透過身體媒介，導向身心靈的均衡與人際關係的和諧，所以運動本身具有道德教育意涵。其次，筆者以國內一所學校結合運動經驗與道德教育的實踐範例來輔助說明。面對快速變遷的社會環境，學校道德教育也必須開創多元途徑，來因應新時代的學生問題。運動是身心靈的結合，也是多數青少年的喜好，以學校運動經驗作為德育媒介，是通過「身體」的錘鍊與苦痛的超越，漸進通往「心」的安頓與「靈」的境界。對於學校課程改革或道德教育的推動而言，這是新的視野，也是值得思考的方向。

關鍵詞：道德教育、運動經驗

* 林秀珍：國立台灣師範大學教育學系副教授
t04036@ntnu.edu.tw
顧曉雲：國立台灣師範大學教育學系博士生
jennyku@ms36.hinet.net

Curricular Innovation: The Integration of Sport Experiences and Moral Education

Hsiu-Jen Lin & Hsiao-Yuh Ku*

Sport is a valued human practice, concerned with its origin of play, its own goals and traditions. Summing up the formal characteristics of sport, we might call it a free activity standing outside “ordinary” life. It proceeds according to fixed rules and in an orderly manner. Besides, there is a link between spirit and sport. Since sport can make a significant contribution to moral education, the role of the teacher of sports should be regarded as an enlightened leader of students’ character development. But the place of sport in relation to moral education and the curriculum has been neglected in schools for a long time because of the prejudices to sports. This paper aims to explore the importance of sports to moral education and the role of the teachers who teach sports. In the final section, an example is explicated to show how a high school teacher who teaches sport integrates sport experience and moral education.

Keywords: *moral education, sport experiences*

* Hsiu-Jen Lin: Associate Professor, Department of Education, National Taiwan Normal University

Hsiao-Yuh, Ku: Doctoral Student, Department of Education, National Taiwan Normal University

課程改革新視野

—學校運動經驗與道德教育的結合

林秀珍、顧曉雲

壹、前言

最近幾年台灣的槍械氾濫，毒品蔓延，暴力犯罪嚴重。1995年詹志禹等針對我國少年犯罪研究整合分析發現，少年犯罪率不斷上升，而且年齡下降，以十五到十六歲最多。其中家庭管教過嚴、矛盾或冷漠；自我概念低落、自卑、具攻擊性、情緒不穩、缺少反省力、好追求逸樂、學業成績低落、對學校採負面態度等，是促成少年犯罪的重要因素（轉引自王振寰、瞿海源主編，1999，頁628）。台灣地狹人稠，生活與就業的激烈競爭，直接牽動著學校升學主義高漲。過度競爭（over-competition）導致過度教育（over-education）（Russell, 1932, pp.160-177），過度的教學、考試與獎懲，不僅強化競爭「績效」的追求，使課業成績凌駕一切，也讓攸關人性教化的道德教育成效不彰，危及社會安定與和諧。

從存在現實可以發現，道德教育在學校的實踐，受到很大的考驗。除了升學主義的桎梏，還有來自現代家庭父母忙於工作，疏於管教孩子；夫妻離異比率日增，使孩子的教養問題嚴重；再加上大眾傳播媒體偏差的價值灌輸，再再呈顯出道德教育刻不容緩的迫切性與困難度。尤其新世代青少年的偏差行為，諸如中輟、幫派、吸毒與暴力行為，遠較傳統社會更為複雜難教。這些桀驁不馴、行為偏差的青少年，通常在學校的學習動機低落，課業成績不佳，師生關係也常常陷入僵局，讓老師感到相當困擾。道德教育對這些青少年來說更為重要，不過純粹只是訴諸傳統的教條或道理的言說，已經很難對這些學生產生實質的教化。

面對新時代的家庭與社會環境變遷，學校也必須與時俱進，開創道德教育的多元途徑，不能再固守傳統模式，把道德教育停留在書本文字與德目宣導。尤其對於行為偏差的學生來說，抽象知識不易引起興趣，課業學習的挫敗讓他們更排斥學校，如果道德教育不能貼近學生的心，跟著他們的感覺走，所有的活動設計不僅事倍功半，恐怕還會產生「災人」的副作用。

根據一份針對國中學生文化進行的質性研究發現，體育是大多數學生心中的最愛，除了體育之外，大部分的科目學生都感覺無聊（黃鴻文，2003，頁 73-74），這項研究結果並不令人意外。對於活力旺盛的青少年來說，動態的身體活動遠比靜態的課堂學習更有吸引力，如果能投其所好，將道德教育融入在運動經驗中，或許可以潛移默化，減緩青少年的偏差行為。有鑑於此，本文以「學校運動經驗與道德教育的結合為題」，透過文獻分析，探討運動經驗與道德教育的關係，輔以筆者在教育現場的質性研究發現，期能因應時代需要，為學校課程設計開拓新的視野和方向。

貳、運動的特質

一、運動的遊戲性

根據歷史文化學者懷金格（J. Huizinga）的看法，文化源自於遊戲，人類的文化活動諸如儀式、詩歌、音樂、舞蹈、哲學、戰爭與高尚的生活習俗等，都是建立在遊戲型態上。運動的原始風貌就是純粹的遊戲（pure play）（Huizinga, 1955, p.173），所以運動可以視為遊戲的一種延伸。劉一民認為，人類的遊戲是人對環境的依賴性、限制性和奴役性最偉大的突破，在遊戲中人能逃離真實世界，依照個人的喜怒哀樂賦予事物新的意義、規則和目標，並且公然反抗既有的制度、無意義的事物和要求（劉一民，1991，頁 241）。懷金格指出，遊戲的形式特徵（formal characteristics）包括：它是自願、自由的活動，而且是有意的在日常生活之外的「非嚴肅性」活動；遊戲參與者高度專注，這是與物質興趣無關，也無法從中獲得利潤的活動；遊戲依其固定的規則，以有秩序的方式，在特定的時、空界限中進行；它會促成社會團體的形成，這些團體有自己的「秘密」，會透過「喬裝掩飾」或其他的方式來凸顯與一般世界的不同（Huizinga, 1955, p.13）。雖然運動的定義至今仍然模糊不明，運動的概念近幾年來也不斷在擴展（許立宏，2005，頁 37-55），不過遊戲的自由、非日常性與規則性等，在一般的運動中仍然可見，以下僅針對這三點來說明運動的遊戲性。

（一）自由

對於懷金格來說，所有的遊戲都是自願性的活動，被強迫參加的不能算是遊戲（Huizinga, 1955, p.7）。「自願」意味著參與者有選擇的自由，因為是自主抉擇，所以願意全心投入，進一步才能感受其中的樂趣。樂趣是遊戲的本質（Huizinga, 1955,

p.3)，樂趣的前提是自由，有自由的空間，遊戲者才能「玩興」不減。遊戲的自由除了參與者的選擇權利，還有遊戲本身的創造性，以及遊戲結果的不可預知性，都讓遊戲緊張刺激，而具有吸引力。

運動和工作不同，相較於工作，運動的時間、地點和參與的選擇有很高的自主和自願性。此外，從遊戲延伸而來的運動，至少從兩方面展現出自由的特性：

第一，運動展現身體的自由。對每一個人來說，無論胖瘦高矮，身體的「形式」就是客觀的限制，不過即使人類已經可以登陸其他星球，對於身體的極限仍然是個未知數，所以每當國際奧運的世界紀錄被刷新，總會引起眾人矚目，因為這是對人類身體極限的超越。運動讓我們透過身體來表現自己，展現潛能，「運動員從身體的限制出發，創造出無限，是身體性的自由，也是自由的真正意涵，換句話說，自由是在障礙中被體驗到的。」（劉一民，2005，頁 112）運動情境是從身體的限制出發，提供自我改造與超越的可能性，對運動事主而言，每一次的運動經驗都是全新的開始，蘊含創造的契機。不管過去表現如何，專心投入和身體技能的實作練習，都在點點滴滴累積體能與技能的精進，當「時機成熟」時，自然感覺身體自由度的增加。「更上層樓」的欣喜促成再接再厲的動力，在經驗不斷改造與重組的歷程中，自我主體性的自由與開創也不斷彰顯出來。

第二，運動是身心的解禁。在孩童的世界裡，身體不是隱私，而是通往世界的橋樑，他們可以盡情伸展肢體，甚至赤身裸體也怡然自得。不過人文禮教的規訓開始為身體披上道德的外衣之後，身體的展露就有了禁忌和束縛，這是文明社會建立理序所必須，原本無可厚非，但是過度的身體戒嚴不僅抹煞冒險創造的生機，壓抑生命力的展現，嚴重時甚至「諱疾忌醫」，危及生命安全。尤其身心是一體，對於身體的禁忌越多，同時也意味著心靈越是保守固著，缺乏靈動的空間。

運動釋放壓抑的身體。在「工作世界」中，身體必須「循規蹈矩」，服從禮教規範的約束，運動是讓身體從常規中解放出來。首先從運動服裝開始，身體有了更高的自由度，接著在運動情境中，強調身體的靈活、伸展與協調性，運動事主開放自己，進入一種單純的「遊戲」意境中，使身體擺脫「拘謹」、「端莊」的窠臼，展現異於平日的律動之美。身體得到釋放的同時，心靈也會相對提升，原因除了運動帶來的歡娛和樂趣，有助於心理健康之外，更重要的是所有的參與者在運動情境中都必須放下貧富、貴賤與尊卑的分別心，不分彼此，純然以人類最原初的體能和技能來交會。所以日常生活中的平凡角色，可能在運動競技中，戲劇化地成為眾所矚目的焦點，而完成

其生命的轉變，創造自我的存在意義。運動競技中人人立足點平等，世俗的種族、信仰、名位和權勢等因素都被排除在外，如果放不下心中執著，就不可能全力以赴，盡情於「遊戲」中。就此而言，運動超越日常生活的價值約制，易於解除原有身分的社會束縛，使身心同時獲得釋放的自由。

（二）非日常性

懷金格認為，遊戲世界不屬於「日常」(ordinary)或「真實」生活，它是遊戲者「走出」真實生活，進入一個暫時而且自成一格的活動中 (Huizinga, 1955, p.8)。就廣義的日常生活而言，無論遊戲或運動都是生活的一部分，很難排除在外，不過懷金格把遊戲世界與日常生活區分開來，可以凸顯遊戲的特殊意義。就運動而言，如果我們把日常生活界定在狹義的「工作世界」，相對於「工作」來說，「運動」就是「非日常性」的「遊戲世界」或「休閒世界」，除了職業運動選手從事職業運動之外，一般而言，「運動世界」的節奏較為鬆散，而且是不帶功利的非生產性質，與「工作世界」的生產性及嚴格效率截然不同。從現實的經濟效益來看，「生產」才有收穫，所以「生產」是「有」；「非生產性」是放下工作，看起來不事生產，也不具功利價值，所以是「無」。世俗通常肯定「有」，而忽略或輕視「無」，因為「有」的價值具體可見，「無」則不見功利效益。事實上「運動世界」的「無」具有「無而有」的玄妙作用，通過運動的「無」，可以圓成工作的「有」。換言之，「無」是涵藏生命能量，具有放下與超越的作用，可以化解工作的執著、緊張與焦慮，保持內心靈動的空間，讓工作更能專注凝聚，而有高度的生產力。就像德國哲學家皮柏 (J. Pieper) 所言，在工作至上的現代社會中，眾人所賴以生存的法則是理性的功利原則，「工作世界」也許因此而繁榮存在，但缺乏真正的財富和盈餘，一種無目的的盈餘才是真正的財富。閒暇所代表的是非功利性質，最符合人性需要，也是文化的基礎 (Pieper, 1952/2003, pp.121-123)。「運動世界」的「閒暇」不是「空無」，而是力量的蓄積，透過「非功利性」的表現形式，來鬆動「工作世界」的嚴格秩序，使文化改造與更新的活力永續不絕。

運動是日常工作之餘，所從事的活動，它的「非日常性」具有「無而有」的玄妙作用，可以舒緩「工作世界」的競爭壓力，使身心平衡，進一步提升「工作世界」的成效。這種情形就像建築房屋，如果房屋內部沒有「無」的空間，也不可能供人居住或蓄藏物品；中國的水墨畫也是透過適當留白，才能產生藝術美感，「留白」是「無」，「藝術美感」是「有」，「無」的作用存全了「實有」的美好。所以運動表面上「不事生產」，好像沒有經濟實利，實則涵藏身體機能與生命力量，在「遊」的形式中，演

出另一個隱性的自己，而體驗真正的自由與滿足，同時又得以充實日常工作的動力，穩固生命的平衡與和諧，這正是「非日常性」運動「無而有」的作用，也是圖成生命美好不可或缺的要件。

（三）規則性

所有的遊戲都有規則，一旦逾越規則，遊戲就告終止（Huizinga, 1955, p.11）。雖然遊戲有別於「日常生活」的「嚴肅性」與「真實性」，但是在「遊戲世界」中，也有其特殊的規則來建立秩序，維繫遊戲團體的運作，使參與者可以繼續玩下去。相較於「日常生活」，遊戲提供想像空間，不受成規約束，比較輕鬆自在而沒有刻板的嚴肅性。不過就遊戲本身來說，規則的依循是不可或缺的要件，遊戲者必須嚴肅的遵守規則，不能自我中心，為所欲為。就此而言，遊戲在樂趣中帶有嚴肅的性質，只是不同於「日常生活」，遊戲者是自願接受規則約束，而且樂在其中，從孩童在遊戲中全神貫注，認真投入的神情，就可以了解遊戲規則的嚴肅性。

如果沒有規則，運動就只能停滯在體能消耗，難以進入「遊」的意境，創造美的律動和秩序。運動中的身體活動從最原始的隨意漸進提升到「遊」的境界，歷經無律、他律與自律三階段。最初的「無律」只是隨興之所至，完全沒有規範可言，也掌握不住各種運動的技巧和要領，此時競技型態的運動很難持續，因為缺乏共識基礎。進入「他律」階段時，運動事主是依照運動規範和要領來伸展肢體，在競技運動中，也能遵守規則，尤其競技的運動形式是以遊戲規則作為公平競爭的立足點，沒有遵守規則的共識，比賽的樂趣也蕩然無存。不過在「他律」階段，規則仍然是外在約束，直到最高的「自律」階段，規則已經內化，此時運動事主優游其中，直達「從心所欲而不踰矩」的境界，時而輕鬆自然，歡樂開懷；時而專注凝聚，蓄勢待發，造就豐富的生命圖像，也開啓另一種生命存在的意義。

二、運動的超越性

古希臘民族定期在奧林匹亞舉行體育競技，當時是一種結合祭祀神祇與運動的賽會活動，因此古希臘的體育活動含有隆重的宗教意識，被視為神聖、純潔、美感與藝術的盛會（宋清榮，1979，頁 56-58），現今的國際奧運會還保留著當時點燃聖火的神聖儀式。運動賽會和宗教祭儀結合，可以說是把運動視為通往神靈世界的媒介，這是否意味著運動中含有宗教的超越性或神聖性，可以淨化性靈，或者運動可能引發類似宗教性的情感反應？

運動必須親身體驗，實際參與，才能體會箇中滋味。劉一民發現，在運動世界中，圈內和圈外的態度截然不同。他自承是個運動的沉溺者，也注意到許多同好可以著魔似的浸淫在運動天地裡。相對於圈內人對運動競技的狂熱崇拜、身體力行，不愛運動競技的圈外人，則是避之唯恐不及。運動有如宗教可能引發的狂熱，很難為外人道（劉一民，2005，頁 172）。芝加哥公牛隊的總教練傑克森（P. Jackson）結合個人鍾愛的籃球和心靈探索，完成《神聖的籃框》（Sacred hoops）一書，書中也提到：「絕大多數的籃球球員不是為了錢或別人的恭維而打球，而是因為熱愛籃球。」（Jackson & Delehanty, 1995, p.79）運動有何魅力，可以讓人癡迷狂熱、耽溺其中？「籃框」為什麼是「神聖的」？傑克森以《神聖的籃框》作為書名，內容是他自述從紐約市到芝加哥的一段職籃經歷，表面上似乎沒有回答上述問題，不過從書中所言：「我直覺的感受到，精神（spirit）和運動有著關聯性。」（Jackson & Delehanty, 1995, p.3）他把個人從事禪修所得的靜心觀照與忘我的心靈成長，巧妙的融入打球和管理球隊的領導藝術中。對他而言，籃球場是心靈的道場，籃框自然成為莊嚴的聖物。此外，一位前往日本學習射藝的德國哲學家提到，日本人將射藝當作宗教儀式來看待。在日本被視為全國性競技運動而推行的射術，其射箭技巧所賴以成為藝術的唯一憑藉是心靈修養（Herrigel, 1948/1999, pp.12）。近年來西方的體育研究中，已經有人開始探討運動的內在心靈變化，強調運動對生命存有超越的重要性（劉一民，2005，頁 295）。歸結前述可知，運動蘊含著超越性，從身到心的層次，深深吸引著運動愛好者。

就個人而言，運動競技的超越性是從體能與技能障礙的克服，逐步感覺身體細微的改變，繼而從苦練、爭取勝利與創新紀錄的愉悅中向上提升，進一步體驗到全神貫注、渾然忘我的精神力量，最後身心靈融為一體而契入擬似宗教的「無我」與「神聖」境界。這段從身到心、從超越他人到自我超越的歷程，普遍存在著「苦痛」的現象，姑且不論運動的意外傷害，單就運動本身而言，身體的伸展與體力的消耗，就是對體能極限與耐力、意志力的考驗。「苦痛」逼迫運動事主承認內心的軟弱與畏懼，層層剝落虛假造作的「表象」，直接面對生命的脆弱與渺小，在接納進而超越「苦痛」的過程中，開啓生命體驗與存在覺知，也促成了莊嚴神聖的心靈之旅。

綜合前述討論可以發現，運動本身具有德育意涵。首先，道德是以自由為前提，自由是自律的必要條件，一個人如果完全被剝奪了自由選擇的機會，他也不必為自己的行為負起責任，因為「身不由己」。運動的自主性與自由度提供自我抉擇的機會，有助於陶成自律的特質，運動的肢體伸展從最初的「無律」，歷經「他律」，最後臻於

怡然自得的「自律」階段，不僅和道德發展序階相互呼應，也能透過規範意識的覺知，培養行為的自尊自重。其次，運動具有「無而有」的玄妙作用，能夠平衡身心發展，圓成生命美好。而且運動的苦痛錘鍊堅忍意志，在逐步克服身、心障礙與技能突破的歷程中，漸漸達至身心靈合一的「神聖」境界，這種超越、自得的生命意境能與他人和諧共在，形成良善的人際網絡。就此而言，運動本身其實蘊含著深邃的德育意涵，絕不只是單純的身體活動而已。

參、運動經驗與道德教育

一、學術觀點的歧見

上述有關運動的遊戲與超越性探討，可以說明運動特質蘊含德育意涵。不過運動經驗的多重因素，也讓運動與道德關係出現多元可能。學術上的爭論可以包括肯定、質疑與中立三種立場。

（一）肯定立場

1. 運動是一種道德實踐（moral practice），最重要的理由是因為公平和自由的道德概念是運動的基礎（Shields & Bredemeier, 1995, pp.23-24）。

2. 玩遊戲必須遵守規則，這需要道德的承諾（moral commitment）。運動競賽時遵守規則，以及尊重競爭對手，使體育成為實踐道德行為的場域。（Drewe, 2000, p.571）。

3. 體育提供發展道德特質的機會，這些道德特質可以遷移到一般生活領域（Meakin, 1981, pp.241-253）。

4. 體育可以磨練進取、奮鬥的人格、培養群性、友善、熱忱、合作的性格，透過責任心和榮譽心的激勵，建立樂觀進取的人生態度（宋清榮，1979，頁 57-58）。

5. 運動員的精神在本質上包含了公平的遊戲、對勝利的謙遜以及自我控制等，透過運動可以發展一種熱情、公平、運動家風度與人格的統合（Morgan, Meier, & Schneider, 2001, pp.19,23）。

6. 運動情境是行為表現最直接的場合之一，也是啟發與導正行為的良好機會（劉一民，2005，頁 254）。

（二）質疑的觀點

1. 運動競技中激烈的競爭壓力，造成緊張、失眠、沮喪或高度焦慮，反而不利於人格發展（Ogilvie & Tutko, 1971, p.62；Drewe, 2003, pp.74-75）。

2. 在競技運動中會引發攻擊行為，讓運動參與者有傷害對手的意圖產生（Drewe, 2003, pp.74-75）。

3. 當代運動過度強調競爭求勝的價值，為達目的不惜訴諸欺騙或暴力手段，因此引發爭議性的倫理問題（Sage, 1998, pp.17-18）。

4. 在運動團隊中，強調服從權威，教練的權力至上，不容懷疑，這是把階級體系和威權主義的社會關係帶入運動中，讓運動環境就像資本主義的工作場域，只有贏得比賽的目標，不管運動員本身的成長（Sage, 1998, pp.17-18）。

5. 運動是一個特殊情境，不能用平常的道德眼光規範之（劉一民，2005，頁 255）。

（三）中立的態度

1. 運動只是一種遊戲的形式，與真實的生活世界並不連續，所以沒有道德上的重要性（Arnold, 1994）。

2. 運動參與者的態度、價值和信念，主要受到運動經驗的社會脈絡條件所左右（Sage, 1998, p.17）。換言之，運動經驗的道德價值受到社會環境因素影響，而有正面或負面的效應。

（四）評析

上述三種立場並不是非此即彼，互不相容的對立觀點，只是分別呈顯出運動與道德多元可能的關係，其中有待商榷的觀點是把運動表現和日常行為截然二分。最近的大腦科學研究顯示，人的大腦由許多部份組成，每個部分有自己特定功能，彼此交互作用，互相協助，所以大腦是由動態系統組合而成的整體（Carter, 1998/2002）。人是複雜的有機體，人的大腦具有不可分割的整體性，所以運動雖然屬於非日常工作的「遊戲世界」，但是透過運動潛移默化的認知、習慣和態度行為，自然會與其他的日常活動相互連結，形成綿密的關係網絡。

此外，從人類歷史來看，競爭性的運動在不同時期都被視為社會化的機制（McIntoch, 1979, pp.155-156），意味著運動可以對參與者產生某種形塑力量，個人在運動參與中可以習得社會接受的價值和行為，所以運動與生活應該具有連續性關係。至於運動競技可能引發攻擊行為，動物行為學家勞倫茲（K. Lorenz）則有不同的看法，他認為運動多少帶有競爭性，不過運動的價值遠高於直接了當的攻擊發洩，因為運動

教導人有意識的帶著責任感，來控制自己天生的攻擊潛能，即使面對最強烈的刺激而生攻擊的衝動，在運動中也必須自我控制與節制，不能任意發脾氣或鬥毆。所以運動為人類的攻擊衝動置入一個安全健康的活門（Lorenz, 2002, pp.271-272）。運動競技的激烈競爭雖然可能引發負面的攻擊行為，但是運動本身的規則性就是無形的規範，任意攻擊對手會受到嚴厲的道德譴責和實質懲罰。就此而言，運動反而有助於理性的態度來處理攻擊衝動。

運動含有遊戲與超越的性質，對個人成長和社會文化應有積極正面的助益，但是衡諸事實，不是所有的運動經驗都有提升性靈之效，例如畏懼「苦痛」，半途而廢；競爭求勝，不擇手段等，都會讓運動經驗蒙上陰影。問題的癥結或許從杜威（J. Dewey）對於「經驗」的觀點中，可以得到理解。他指出，「經驗」一方面指涉主體的活動與過程；另一方面則包含經驗的對象（Dewey, 1958, p.8），所以經驗的完整內容反映出主體的心理意識與經驗對象（包括人、事、物）的客觀性質，同時也兼具主體主動採取行動與被動承受行為結果的雙重性（Dewey, 1959, pp.163-164）。由此可知，運動經驗是運動事主與環境交互作用的結果，運動事主本身的認知、態度等主觀條件，以及運動的物理環境、人際互動、運動內容等，都會影響經驗品質。所以從應然面來說，運動本身的德育價值是肯定的，但是在實然層面，主、客觀條件都會左右運動經驗的良窳。

二、運動經驗與道德教育結合

道德教育的目的在使人成為知善行善，修己善群的好人，所謂的道德氣質不僅包括明辨是非的道德認知或判斷能力，更重要的是能直道而行的行善傾向和習慣的養成（歐陽教，1985，頁 175、222）。道德行動要有理智判斷為基礎，還要有行善的自由意志和克服困難的毅力，才能完成道德的善行，所以道德教育重視知行合一，不能紙上談兵。杜威也提到，實驗科學展現一項事實：只有實作（doing）結果才有真正的知識和豐富的理解力。知識成長所需要的事實分析與統整，無法純由心靈運作而得，人必須實際採取作為，才能知道哪些條件有必要調整，所以教育歷程應該從「作中學」開始（Dewey, 1959, pp.321-323）。透過學習者親身參與以及實際體驗的學習歷程，可以有效達到經驗改造的目的，這個道理不僅適用在智性教育，道德教育尤其注重實踐行動。杜威在 1896 年創辦的實驗學校，就是透過活動課程的設計，讓學生在遊戲或工作中，和他人建立某種社會關係，進而學到調適環境與自我控制的理性能力與道德

氣質 (Mayhew & Edwards, 1965)。運動經驗是動態的身體活動，比起其他靜態的學習經驗，更能提供人際互動與道德實踐的機會，而且在身體活動的自由中，學生本性自然流露，老師可以更清楚的了解學生。

運動經驗的品質受到主、客觀條件的影響，雖然運動與道德的關係仍有爭議，不過多數質疑的觀點，例如競爭造成的心理壓力、引發攻擊、欺騙，以及運動團隊存在的威權主義等，都是可以控制並加以改善的客觀環境因素。相較於課堂知性的學習，青少年參與運動的自願性更高，就此而言，把道德教育巧妙的結合運動經驗，應該是當前學校可以嘗試的方向和策略。以下提供國內一所完全中學的實踐範例作為參考。

肆、學校運動經驗與道德教育結合的實踐範例

兩年前筆者在偶然機會裡，得知全國師鐸獎得主林老師（化名），把道德教育融入體能活動中，不僅為學業成就低落的學生找到人生出路，學校也因為林老師的默默耕耘，減少許多棘手的學生行為問題。林老師在 2000 年正式考上教職之後，一直就在現今的學校服務，從事教育工作之前，有長達八年的時間（1986-1994）是國家培訓參加奧運與亞運的角力選手。他在國、高中的時候不喜歡讀書，常常打架、惹事生非，因為偶然的機緣，跟著一位任職復健中心、專擅柔道與角力的老師學習，還曾為了學習之便，借住老師家中有六、七年之久，師生關係情同父子（訪林老師，20060517）。這段生命經驗讓林老師能夠同情理解「行為偏差」學生內心的委屈和痛苦，也影響日後他對學生全心全意付出的態度。林老師的同事告訴筆者：「自從林老師來到這裡，我們學校幾乎沒有學生幫派、械鬥等嚴重問題。」筆者（林）利用近兩年時間實地進行觀察和訪談，第一階段從 93 年 10 月至 94 年 5 月，利用週五下午 4:10-5:10（共計 18 次）直接進入活動場所觀察與錄影，並且隨機參與訓練活動（包括體能與角力對摔等），親身體驗體能極限、苦痛經驗與意志力的磨練；第二階段從 94 年 8 月至 95 年 7 月，得到國科會專案經費補助，著手蒐集文獻資料、訪談師生（林老師與導師兩名、國中生 6 名、高中生 7 名、校友 3 名）與資料分析（錄影帶、問卷、訪談與觀察札記）。研究結果發現，林老師透過體能活動適時穩住學生的叛逆和衝動，協助家庭失和、行為偏差以及學業成就不佳的學生，建立自尊與自信，可以作為學校輔導學生，以及落實道德教育的參考範例。以下簡要敘述筆者的探索之旅、林老師「化頑石」的經驗歷

程及其教育啟示。

一、兩階段的探索之旅

（一）第一階段

如前所述，筆者的研究分兩階段進行，第一階段以參與觀察為主，輔以錄影記錄、觀察札記與隨機訪談學生。在參與觀察中，筆者（林）和師生一起活動，可以直接體驗並且隨時詢問相關問題。這種觀察具有開放、靈活的特點，研究過程也不完全由先入為主的機械化模式所決定，不過觀察者必須保持必要的心理和空間距離（陳向明，2000，頁 228），這是研究者必須自我提醒之處。此外，也曾訪談兩位林老師教過的學生（一位在學校擔任實習老師，另一位是體育系學生），得知：「林老師常勉勵學生，有沒有得名不重要，人品最重要。我們每年八月八日老師生日時，會在固定的地方幫老師慶生。現在已經席開七桌。」（訪大專生乙 931229）初步確定林老師的教學成效之後，進一步著手第二階段的深度研究，研究目的是從林老師的實踐作為與具體成果中，探討運動經驗結合道德教育的可能性與必要條件。

（二）第二階段

第二階段是從文獻探討中，發展出物理環境（情境氛圍、活動場地）、運動內容與社會互動（師生、同儕間）三大類目，作為分析教學錄影帶的基本架構；其次，以半開放式問卷調查參與訓練活動的國中生（18 名，回收率 100%）、高中生（8 名，回收率 67%）與畢業校友（12 名，回收率 90%），主要了解家庭背景、運動道德行為認知與參與訓練後的改變等。從問卷結果再挑選國中生（9 名）、高中生（7 名）、班級導師（2 名）以及校友（3 名）進行訪談，學生訪談部份，分別從訓練活動的物理環境、運動內容與社會互動等三方面，來了解學生的感受與具體影響，此外也藉由班級導師的觀察，來確認這些學生的行為改變。校友部分偏重訓練活動的後續效應，訪談目的是希望透過多方檢證，更清楚掌握運動經驗的道德教育成效。至於林老師本人，除了筆者在參與觀察期間的隨機訪談之外，正式錄音受訪計六次，訪談重點包括成長歷程、教育理念、教育方式、師生關係、活動內容安排與輔導策略等。

二、林老師「化頑石」的經驗歷程

林老師服務的學校是完全中學，高中部有體育班，分別依學生興趣設有角力、柔道、射箭、排球等體育團隊，林老師負責角力選手訓練，參加訓練活動的學生目前為止有國中生 18 位以及高中體育班學生 12 位。體育班情況特殊，學生全部住校，每日

下午三點開始訓練活動，屬於正式課程的一部份，國中生以自由參加為主，利用課餘時間，每日（週一至週五）下午四點至五點練習，多數為住校生。對於參與的國中生來說，這是每天的「課外活動」。以下主要以國中學生部分提出討論，必要時輔以高中生的相關資料。

（一）學生來源

國中學生不限名額、完全免費，而且隨時可以退出訓練。目前 18 名國中生（國一 10 位，國二 3 位，國三 5 位）有 6 位父母離異，1 位父母分居，九成以上學務處有警告紀錄，從 3 次到 29 次不等，警告原因以服裝儀容不整、作業缺交與上課違規居多。除了學生自願報名之外，林老師也會針對「特殊」學生，積極引導他們加入：「我是以三大主軸來考慮，第一個是低收入戶，第二個就是沒有父母親的、單親的、或者家庭非常不好，需要我照顧的，最後一個就是行為嚴重偏差，譬如說過動兒啦，惹事生非這些，我都把他收進來。……他們也不算是角力隊的，因為他們隨時可以走，可是我要想辦法留住他。」（訪林老師 20060517）至於學生參加訓練的動機（可複選）以鍛鍊身體（67%）、想認識更多朋友（38%）、想替學校爭光（38%）居前三名。

（二）多元運動內容

林老師安排的體能活動十分多元，運動內容都經過用心策劃如下：

1. 個人競技—角力

角力運動的特點是兩人在相互抗衡下，沒有一定程序，以動作技術變化的力量和速度來控制對方，是一種接觸性具變化阻力、高度反應的運動，除了專項技術外，專項體能及力量方面更不容忽視（宋一夫，1997，頁 112-113）。這種競技類運動，屬於格鬥類型的個人比賽，選手不能任意對對方拳打腳踢，必須依照規則把對方摔出去，當雙方對峙，要進一步搏倒對方時，更需要意志力的支撐。角力運動嚴格考驗體能極限、苦痛忍受力與意志力，也提供情緒宣洩與專注力的學習，還有訓練過程大量的肢體互動，無形中增進師生、同儕間的情誼與信任感，同時也讓學生從接納自己的身體開始，逐步接納自己，進而建立自信。

2. 團隊精神—划龍舟、橄欖球

除了角力之外，林老師還安排划龍舟和橄欖球訓練的團隊榮譽感來約束學生行為。當學生坐在船上，只要有人稍微動一下，船身立刻搖晃，無形中提醒了團結一致的重要，橄欖球的道理也是一樣，不能只憑個人的球技來取勝，大家必須同心協力。這些運動項目的「不言之教」，不僅有助於凝聚團隊向心力，也能平衡角力運動過度

偏重個人競技的結果。

3. 其他—太極推手、搏擊

角力訓練大量耗損體能，易造成學生的疲累感，所以林老師會安排太極推手作為緩衝。對於脾氣比較暴躁、喜歡打架的學生，他則帶著他們搏擊：「讓他們知道人外有人，天外有天。」（訪林老師 20060529）搏擊明顯的攻擊與暴力性，在林老師巧妙轉化下，變成教化的利器。一位殺人未遂的少年犯一上場搏擊，馬上露出黑道耍狠的姿態，不但出手又猛又狠，連神色都充滿攻擊性。林老師在旁大聲說著：「阿明，有本事就在這裡贏人家，不是到外面打人。在這裡贏才是真正的贏，把你的氣宣洩在這裡。」（札記 20041030）短短數回合已經讓學生精疲力竭，過程有意志力考驗、情緒與體能宣洩，還有君子之爭（要守規則），學生的蠻橫暫時收斂，也不敢目中無人、輕視老師，放學後更沒有多餘體力惹事生非。老師善用搏擊運動的震撼力量，來收攝學生的頑劣之性，這是先順應學生的逞強與衝動，再藉由青少年的英雄崇拜，讓頑石甘願點頭。

4. 重量訓練與體能訓練

在角力館內除了多樣的重量訓練器材，配合相關訓練之外，林老師也自行設計體能、耐力與意志力訓練活動，包括道館旁設有近十公尺高的旗竿和繩索，讓學生以雙手直接拉著繩索攀上頂端，雙腳不得碰觸繩索；道館內設有四公尺高的鋼樑，學生以雙手分別握著左右相距約 40 公分的平行鋼樑前進，底下用軟墊保護，這些訓練除了體能、耐力，還有意志力錘鍊：「有一位學生練習用雙手分別抓住左右鋼樑前進時，只前進幾公分就撐不下去，幾乎掉下來，林老師對學生說：『撐住，不能下來，你下來會踩到老師！』然後用雙手撐住學生的腳，當確定學生無法再撐下去時，老師把手放開，並且開始讀秒，數到 17 時，學生用力咬著牙，露出痛苦掙扎的神情，把雙腳向上抬起，看來像是想要勾住鋼樑休息的樣子，但最後仍然堅持下去，老師數到 25，才叫學生下來」（錄影帶 20050107）學生從忍耐、掙扎、堅持到最後落地，同儕隨即掌聲鼓勵的畫面，在訓練過程中時時可見；此外數十公里的慢跑活動也是訓練的重點之一。

（三）訓練環境與社會關係

1. 訓練環境

林老師根據不同的運動項目，來安排活動場地。角力訓練有專門的道館，其中附設兩坪大的烤箱也是林老師讓學生卸下心防的談心與輔導場所。道館外有一、兩坪的

空地種水果和蔬菜，林老師用心良苦：「就是希望他們多元學習，.....他們雖然覺得很辛苦，但是過程裡面就很甜美。.....你可以看到從無到有嘛!」（訪林老師 20060524）學生從種植蔬果體會一分耕耘、一分收穫，從植物強韌的生命力來觀照自己，讓運動苦痛得到慰藉。此外，角力訓練時，通常道館會播放快節奏的熱門音樂來導引出活力與動態的感覺。重量訓練和體能訓練倚重道館設備，廣闊的操場提供橄欖球活動，學校游泳池雖然不大，也足以從事龍舟訓練與水上活動。林老師精心設計，運動環境配合運動內容而多元變化，可以避免同一性的單調，也增進學生運動的興味。

2. 社會關係

社會情境脈絡是運動經驗品質的關鍵，其中人際互動的社會關係，更有直接的影響力。

(1)同儕互動

a. 學長制

林老師為運動團隊建立學長制，學長扮演的角色是帶領、照顧和指導。「每一個新進的學弟進入一個新的環境，有學長照顧和輔導，我們可以安排誰去輔導誰，自然而然學長學弟制就能培養一種默契、感情在，老師在引導新進的學生，就不用花時間。」（訪林老師 20060517）學長對學弟的指導主要是生活常規與運動技巧方面，道館門口學生把脫下來的鞋子都朝著牆面擺放整齊，從中可以看出學長制的成效。

b. 基本禮節

林老師很重視學生的禮節和服從性，他把禮節視為品德教育的開始（訪林老師 20060517），所以平日訓練時，學生在對練前後，彼此都會握手致意，變成一種很自然的動作。他告訴學生：「比賽前握手是尊重對方，比賽後握手或擁抱，那是一種尊敬。尊敬什麼？你這場讓給我，謝謝你這場指導我，謝謝你這次比賽沒讓我受傷，.....或者說謝謝你這場讓我得到那麼好的成績.....。我在平常的遊戲規則就是，上場問好，過程盡全力，比賽後就是在感恩人家」（訪林老師 20060524）。

c. 互助共勉

在正式練習前，學長會分派清潔場地的的工作，大家共同完成。訓練結束後，老師讓兩人一組，輪流幫對方按摩，彼此的感情和互助精神也在無形中加溫。此外運動過程的障礙跨越，學生也會相互激勵，有時是由林老師提醒，大部分時候學生已經變成自然反應，或用言語歡呼給予肯定支持，或用熱情的掌聲直接表達。練習中不時可見學生以握手、拍肩、擊掌等姿勢相互支持鼓勵。

(2)師生互動

在不同情境中，林老師與學生的互動方式也不同，訓練時講求紀律，毫不含糊，學生敬畏有加，私底下對學生的關愛，又讓學生感動。

a. 注重禮節

在老師示範動作完畢或講話完畢後，學生馬上恭敬的回應：「謝謝老師」對老師表示感謝已經成為自動化反應。

b. 初始引導

剛開始要讓學生有參加意願，林老師費了不少功夫：「有學生常常跑學務處，我就會問他啊，……我就說來來，我們去打球啊，就引導他，慢慢帶進來。」（訪林老師 20060517）學生加入練習之後，還得持續鼓勵：「一般學生不是運動員，來到我這邊大概是品德上，家庭、經濟影響最大，單親啦或是父母離異的，像這種小孩子來我這邊，第一個最不能適應的就是團體生活，因為他們之前原本是沒有任何約束的……他們很不能接受，然後第一個選擇就會逃避，……就是需要慢慢引導啦！」（訪林老師 20060529）

c. 訓練嚴明

開始參加運動時，學生可能害羞、放不開，包括不習慣裸露上身，對自己身體自卑等，林老師會半哄半騙，慢慢引導。有關動作技能的教導，嚴謹而不馬虎，除了親自示範，也要求學生做到規定的動作，有時會透過學長指導、利用團體壓力來產生約束，讓學生必須完成練習。訓練時紀律嚴明，有學生怠惰、投機取巧或行為偏差時，老師會嚴格制止，絕不縱容，所以在訓練場上學生對老師敬畏有加，對於老師的要求和規定，鮮少提出異議。

d. 師生關係

林老師和學生的關係微妙，訓練時是嚴格的老師兼教練，私底下對學生的關心就像父親的角色：「林老師給我的感覺是『一日為師，終生為父』」（訪校友甲 20060612）、「我一個人單親很久……林老師會罵我，可是我都會接受，我覺得林老師很像爸爸的感覺。」（訪高中生乙 20060517）、「林老師對我們很好，角力隊就像溫馨的大家庭」（訪國中生甲 20041210）、「幾乎每個學生都會覺得，林老師幾乎就像他們的父親，他對每個學生的照顧，我覺得是超過一個教練需要做的，當然那個收穫也不一樣。」（訪導師甲 20060414）當學生被問到訓練很辛苦，想要放棄時，是什麼因素讓自己繼續下去，有學生回答：「老師很疼我！」（訪高中生甲 20060517）同樣的問題，筆者詢問林

老師，得到的答覆是：「訓練很辛苦，但是離開的學生不多。因為這裡是團隊生活，讓孩子生活有目標。我也讓孩子知道要惜福，因為這裡是一個會接納他們的地方」（札記 2004108）對於家庭破碎或者父母無力管教的孩子，林老師還會想辦法說服家長，把孩子接到自己家裡，免費提供照顧和教導，至今已有多名學生受惠，這些學生畢業後仍然和林老師保持密切聯繫。

此外，林老師對學生生活問題瞭若指掌，筆者觀察期間，他隨時可以說出每個孩子的近況：「右邊穿黑衣服的孩子，爸爸媽媽剛離婚。那邊那個孩子的媽媽最近和男朋友走得近，可能忽略了孩子，孩子傳簡訊給媽媽說要去自殺，害媽媽緊張得要命」（札記 20050225）也因為用心投入，他比其他老師更能得到學生的信任和肯定。

（四）成果

學生參加訓練後的改變是多方面的，主要包括：

1. 身體

運動對身體的改變最直接，也最明顯。筆者觀察國一學生在短短三個月內，前後翻滾的動作已經從最初的笨拙、不知所措，變成靈活順暢，臉上也出現滿意的笑容。學生自己也表示，明顯感覺到身體變壯，體能變好，動作更敏捷，讓他們對自己更有信心（訪國中生丁、戊、己、庚；20060612、20060619）。一位身材矮小的國一生原本只能跑操場 5 圈，半年後已經可以跑 10 幾圈，這種改變很能切合他們參加訓練的初衷。

2. 行為

學生認為自己行為改變最多的是變得有禮貌、改善暴躁的脾氣、和父母、師長頂嘴的次數減少、打架次數減少等。班導師的觀察和學生自述有很高的一致性：「的確是他們比較獨立，……在團隊練習的時候需要去帶領學弟……，他必須表現出一種勝過學弟的樣子。……他們五個人參加體育團隊以後，很明顯，整個班級對老師的禮貌好很多。……林老師在訓練他們的部分，有關於做人處世，還有品行，的確有很大的幫助。」（訪導師甲 20060414）、「他們變得比較乖，是真的！比較有禮貌，好多了。……他比較不會做什麼壞事，而且有一個團隊在約束他，教練的觀念也很重要，他也蠻注重品德。」（訪導師乙 20060605）一位時常打架滋事的國三生更明白表示：「角力可以幫助我把身上的狠勁摔掉」（札記 20050225）也有行為叛逆的過動兒在參加訓練之後，不必倚賴吃藥，上課也比較穩定（訪導師甲 20060414）畢業校友的陳述大同小異：「因為學了運動嘛，其實有時候你要去做壞事，或要做叛逆的事情，已經筋疲力竭，就是

在練習當中已經把你的銳氣或者殺氣磨光了。」(訪校友甲 20060612)此外,他們大致都肯定參加訓練後,確實帶來脾氣、禮貌、耐心、責任感等正向的行為改變(訪校友甲、乙、丙;20060612、20060605、20060626)。

3. 生活有目標

這些參加運動訓練的學生,很多都是課業表現不佳,上課時調皮搗蛋、不交作業,為任課老師帶來困擾。他們用「叛逆」來製造麻煩,除了證明自己的存在,也反映出學業成績沒有成就感、上課聽不懂,以及找不到生活目標的苦悶。林老師安排的體能活動讓他們看到努力的方向,建立生活重心。校友在問卷上寫著:「道館是有目標的場所,會使自己更上進、更認真。」(校友問卷 7007)生活有目標,生命能量有了意義的出口,比較不會空虛、無聊,也更能抗拒外在的誘惑。所以有校友表示,國一的時候沒有目標,不愛讀書只愛玩,生活過得不太好,加入運動團隊之後,感覺人生有了新的一條路(訪校友,20060605)。林老師對學生的看法是:「他們並不是壞,只是要給孩子設定一個目標,陪伴著他們成長。」(訪林老師 20060529)運動讓孩子看到自己的進步,增強努力的動機,上學有了目標,至少減緩盲目衝動,違規犯紀的可能。

前述三項成果讓運動經驗的德育價值得到肯定。首先,運動行為和日常生活並非涇渭分明,學生在運動訓練中習得的禮節,能夠遷移至日常表現,這一點從導師的觀察可以得到印證。其次,運動競技教導學生自我控制,不能為所欲為,除了讓體能與情緒合理宣洩,也讓攻擊的衝動得到正當出口,至少暫時穩定學生心性,減少暴力行為的可能性,尤其是脾氣與性情的改變,學生自己與老師都可以感受到。再者,運動使身體強健與技能純熟,這些直接而明顯的回饋,能夠增進自信,也提昇自我價值感。這些正面的效應除了來自運動本身的特性,教師更是關鍵因素。

三、教育啟示

(一) 運動經驗與道德教育結合的可能性

運動經驗與道德教育結合的可能性,從相關文獻和林老師的實踐作為中可以得到證成。筆者根據研究所得的啟發,提出以下幾點思考:

1. 運動的吸引力強化道德教育成效

「道館可以鍛鍊身體,教室內不但要安靜坐在位子上,還要考試,好煩喔!」(國中生問卷 1071)這是一名國一學生的心聲,反映出活力充沛的青少年,面對課堂考試與靜態學習的無奈。在學校體制中,上課是「工作世界」,有著嚴格的秩序和規範,

運動偏向「休閒世界」，身體活動的自由度增加，而且帶有較多的「遊樂」性質，可以逾越「工作世界」的嚴肅與刻板，所以學生參與的自願性高。其次，青春期的青少年注重身體和外表，男生以身體的肌肉和強壯作為「帥」的指標，運動無疑是「圓夢」的媒介。而且運動可以擺脫課業陰霾，另外提供「卓越」的機會，同時獲得情緒宣洩與大量流汗的舒暢感，這些立即回饋也強化學生參與的動機。再者，持續運動帶來體能和動作靈敏度的進步，也在增強運動的魅力。

學生的自願性高，教育才能事半功倍。運動是學生自己的選擇，心理上比較不會抗拒、排斥，對於運動過程的苦痛、錘鍊和老師的教誨，也有高於平常的忍受力和接受度。順應學生的興趣，與他們的感覺同在同行，運動本身的遊戲與超越性，能為學生打開生活的另一扇窗，讓生命能量找到正向出口，自然減少誤入歧途的可能，這是運動在消極方面的道德蘊義。積極方面可以藉由運動錘鍊心性，深化經驗，來建立自尊自信，再透過團體互助的力量，把自我實現擴及關懷他人，導向身心平衡與人際和諧的發展。

2. 親密的師生關係是道德教育的基石

(1) 師生有情，教化才有力量

師生有情，道德教育更有力量。相較於課堂上師生的距離感，許多運動經驗中包含大量而直接的身體互動，點點滴滴增強師生彼此的信賴和情感，也提高學生受教的意願。有一幕老師以搏擊方式，處理學生行為問題的畫面可以說明：「陳老師（林老師的助手）用壯碩的身體貼近學生，師生表面上是在搏擊，實則是身體與身體的近身互動。當老師用整個身體把學生抱住而壓倒在地的时候，他的姿態很柔，只是輕輕用拳套在學生身上點幾下，同時和學生一來一往的對話。這時師生之間毫無距離，老師赤裸的上身也毫無遮掩，汗水交融在一起，已經分不清彼此。老師的雙臂肌肉厚實，健壯的身體散發攝人的生命力，雙方似乎逐漸從貼身轉化為貼心。結束時師生用雙拳輕輕互碰，展現平等與君子之爭的風度。……事後老師和學生一一談話，學生面露靦腆的笑容。」（札記 20041203）事後學生表示：「不會怕老師。不過老師身上有一種霸氣，他的氣勢會壓倒學生，尤其在道場上。不過他會以學生的立場和學生說話，很親切，會和學生聊天。」（訪國中生乙、丙 20041210）學生的微笑代表他們可以感受老師的善意和提醒，過程中老師沒有怒罵，身體的語言和道館的環境氛圍，就是不言之教。透過運動的身體接觸，能夠化解師生藩籬，增進情感交流，這是老師「化頑石」的重要資藉。

(2)透過運動了解學生的內心世界

身心是一體而不可分割，運動時孩子的舉手投足之間，都是個性和心情故事的表露，也是老師認識學生，適性教育的良機。林老師表示：「有些同學很靜態，他坐的時候溫溫柔柔，可是打起球來很暴力，那你有空就要去了解他，打球怎麼會這麼凶悍？是被老爸打得很慘嗎？」、「你看他對打（角力）的時候，他簡直歇斯底里的亂打，……他會把情緒放在這裡，……我們就用大腦去想，小孩子為什麼要這樣子。」（訪問林老師，20060517、20060622）身體活動的自由度，可以抒發壓抑的自我，讓學生展現隱性的一面，老師藉此走進他們的內心世界，同理其問題和苦悶，所有的諄諄教誨才能「動人心弦」，道德教育也能免於不切實際的紙上談兵。

3. 道德教育應回歸日常活動

道德教育是所有教育活動的基石，它不是一門獨立的學科，而是全校老師共同的職責，每一堂課老師的言教、身教都在影響學生的人格發展與價值觀的建立。所以道德教育應該回歸家常日常，透過平常而持續性的活動，點點滴滴來變化學生氣質，如果期望偶爾舉辦炫目、耀眼的活動或短時期的輔導方案，就能讓學生改頭換面，無疑是緣木求魚。林老師多年來持續性地以「課外活動」方式，讓運動成為學生的日常活動，而且機會開放，來者不拒，除了吸納家庭破碎與行為偏差的學生，也有行為端正而愛好運動的學生加入，如此也避免了角力團隊被「標籤化」的效應。儘管每天練習時間只有一個小時，長久累積下來對學生身、心的影響，卻相當可觀，從學生強健的身體與細微的行為變化，就可見端倪。

（二）運動經驗與道德教育結合的必要條件

學習經驗的品質影響道德教育的成效，把運動經驗與道德教育結合，不能忽略經驗的主、客觀因素。學生有參與運動的自願性，這是正向條件，也是教育的契機，不過家庭問題使學生叛逆衝動，以及學習挫敗感造成的自卑陰影，有可能成為負面阻力，影響教育成效。把阻力轉化為助力，有賴客觀環境的安排，包括運動場域、運動內容與人際互動等社會脈絡條件。筆者研究發現，運動經驗與道德教育結合的必要條件以老師為主要因素，老師本身的人格特質、對運動的體認、教育的理念與熱情等，不僅左右學生運動經驗的品質，也決定了運動的道德教育意涵。

以林老師為例，他在國中時被編到「放牛班」，學習路途曲折，所以很能同理惹事生非的學生，都有不為人知的痛苦和故事。後來受到一位良師指引轉變生命走向，立志以守護迷途青少年，傳承老師的教育愛為職志。雖然曾經榮獲世界角力賽冠軍，

體能與技術足以撼動學生，不過爲了提供多元的活動內容，他也重新再當學生，學習划船、太極拳、橄欖球、農作與野外求生等技術。對於教育，他認爲：「老師要放開心，好壞學生都去接納……中輟生的起源，是教育不能對孩子有吸引力，除了教育沒有吸引力，就是沒有溫暖，學生就選擇逃避。」（訪林老師 20060517）、「其實小孩子就是需要這樣一點點的愛，這個愛是來自於我跟他平常的默契。」（訪林老師，20060529）他看到運動對孩子的吸引力，也透過運動讓孩子有奮鬥的目標，進一步再融入德行的指導。他指出，一般運動訓練很少強調品德，教練通常對輸贏看得很重，他除了老師的身分之外，也身兼教練，不過「品德教育很重要。……我希望我教學生是重品德、重教育的。」（訪林老師 20060524）他沒有把訓練等同於教育，也反對爲了競技取勝而不擇手段，「林老師常常告訴我們，比賽輸了沒關係，品行最重要。」（訪國中生甲，20041210）這是他對學生耳提面命的提醒。

學生表示：「道館像家」（國中生問卷 3091）、「角力隊就像溫馨的大家庭」（訪國中生甲，20041210）對這些學生來說，道館不只是鍛鍊身體的運動場所，更是心靈的寄託，這種環境氛圍無形中也在轉化孩子的情意態度，導向正面的發展。

很多老師是運動高手，不過不是所有的老師都能覺察運動除了健身之外的價值，遑論彰顯運動的道德教育意涵。尤其國內長期以來受到升學主義桎梏，體育課被學校、家長和學生當作「副科」，連帶衝擊著體育教師的價值定位。被列爲「正式課程」的體育課不能得到應有的重視，運動經驗的深邃意涵自然隱而不顯。不過現實環境卻是忽略運動經驗的價值，也越凸顯教師自覺是運動經驗與道德教育結合的必要條件。

（三）實踐範例評析

林老師的教育實踐作爲難能可貴，無論在學學生、畢業校友或學校同事，多半給予正面評價，研究期間筆者也覺得受益匪淺。不過，批判反省才能在錯誤排除中「更上層樓」，進而趨近教育的「常道」。以下僅提出兩點管見：

1. 現實的困境

環境條件的支持也是運動經驗與道德教育結合的重要因素。林老師得到「地利」與「人和」之便，除了學校體育設施完備，高中部體育班的經費與人力支援，以及家長贊助，都是重要助力。他的個性古道熱腸，對於學校事務盡心盡力，學校同事和行政人員自然樂於提供必要協助。一般國民中學的體育設施與經費有限，一週兩節的體育正課固然可以深化運動經驗的價值，不過針對特殊的學生問題，力量仍然有限。即使教師自願性的提供運動的「課外活動」，也得獲得學校行政人員首肯，所以林老師

的實踐範例有其特殊條件。

進步國家的教育政策會朝向合理的制度規劃與資源分配，讓教育實踐事半功倍，教育成果綿綿若存。如果只是透過教師個人以犧牲奉獻的方式，來提昇教育品質，終非長久之計。面對新生代的驕縱、叛逆、盲目與衝動，運動的苦痛、意志力的錘鍊與身心的紓解，就是潛移默化的人格陶冶，也是學校落實道德教育的可行方向。

2. 哲學素養的重要

師生之間原本就存在著不平等的權力關係，在運動訓練中，這種關係尤其明顯。相對於學生來說，老師有著法理權威與專業權威，在林老師身上，還有著道德人格的權威，有權力與威望才能折服學生，達到教育成效。不過權力就像醉人美酒，容易讓人陶醉其中而失去敏銳的批判力。參與訓練的學生在林老師面前謙恭有禮，林老師對自己也信心十足，所以看不到「學長制」偶有的「霸凌」現象，也忽略了權力在自己身上可能衍生的傲慢和霸氣。當學生依照老師的命令行事，到底是表面上臣服於老師的威勢驅迫而順從，還是從內在真正喚醒了理性的覺知，還有待討論釐清。

有理想性與責任感的老師在陪伴學生成長過程中，如果缺乏哲學的批判意識，很容易陷入「自以為是」的盲點，使原初的善心和美意扭曲變質。尤其對學生付出越多，如果不能超越消解，放下自己的付出，則「愛之深」難免「責之切」，使師生互動品質受到影響。

哲學的深度思維可以開顯運動的深刻意涵，教師的自覺自省更不能缺少哲學素養。教育的進步永無止境，教師的成長永遠是學生幸福的保障。

伍、結論

本文主要探討學校運動經驗結合道德教育的可能性與必要條件，首先釐清運動的遊戲與超越特性，進一步從運動的自由、非日常性、規則性與超越性，來證成運動是透過身體媒介，導向身心靈的均衡與和諧。就此而言，運動本身應該具有高度的正向價值與道德教育意涵。雖然某些競技運動出現的競爭、攻擊、暴力與作假欺騙等，在學術上仍有「反道德」的疑慮，不過運動「實然」的負面現象，不是用來推翻其「應然」價值，而是作為警醒，避免盲目。其次，筆者以國內一所學校的實踐範例，輔助說明運動經驗與道德教育結合的可能性與做法。這所學校的林老師透過課餘的體能活

動，讓衝動、叛逆的國中生，找到生活目標與生命的出口，更透過運動團隊合作互助的力量，減緩多名學生的嚴重行為問題。雖然學校行政與客觀環境的支持相當重要，然而老師本身對運動如果沒有深刻覺知，缺乏教育理念、熱誠，與具體的行動力，也不可能將運動與道德教育緊密結合。

面對快速變遷的社會環境，學校道德教育也必須突破傳統，開創多元途徑，來因應新時代的學生問題。運動是身心靈的結合，也是多數青少年的喜好，以學校運動經驗作為德育媒介，是通過「身體」的錘鍊與苦痛的超越，漸進通往「心」的安頓與「靈」的境界。儘管老師的素養會決定運動價值的層次，至少通過運動，學生感受到的「身體」自由度與成就感，已經為道德教育開啓良機。對於學校課程改革或道德教育的推動而言，這是新的視野，也是值得思考的方向。

誌 謝

本文為國科會補助專題研究 NSC 94-2413-H-003-005 之部份成果，謹此致謝。台灣師大競技系副教授石明宗提供相關資料與協助，以及參與本研究之相關師生，一併致謝。

參考文獻

- 王振寰、瞿海源主編（1999）。**社會學與台灣社會**。台北：巨流。
- 宋一夫（1997）。角力運動特性及專項體能素質之探討。**大專體育**，34，112-115。
- 宋清榮（1979）。體育倫理學基礎。**體育學報**，1，55-67。
- 許立宏（2005）。**運動哲學教育**。台北：冠學。
- 陳向明（2000）。**質的研究方法與社會科學研究**。北京：教育科學出版社。
- 黃鴻文（2003）。**國民中學學生文化之民族誌研究**。台北：學富。
- 劉一民（1991）。**運動哲學研究**。台北：師大書苑。
- 劉一民（2005）。**運動哲學新論**。台北：師大書苑。
- 歐陽教（1985）。**德育原理**。台北：文景。
- Arnold, P. J. (1994). Sport and moral education. *Journal of Moral Education*, 23(1), 75-90.
Retrieved November 25, 2004, from <http://web8.epnet.com/DeliveryPrintSave.asp>
- Carter, R. (2002)。**大腦的秘密檔案**（洪蘭譯）。台北：遠流。（原著 1998 年出版）
- Dewey, J. (1958). *Experience and nature*. New York: Dover.
- Dewey, J. (1959). *Democracy and education*. New York: Dover.
- Drewe, S. B. (2000). The logical connection between moral education and physical education. *Journal of Curriculum Studies*, 32(4), 561-573.
- Drewe, S. B. (2003). *Why sport*. Toronto: Thompson.
- Herrigel, E. (1999)。**射藝中的禪（Zen in the art of archery）**（顧法嚴譯）。台北：慧炬。（原著 1948 年出版）
- Huizinga, J. (1955). *Homo ludens*. Boston: The Beacon Press.
- Jackson, P., & Delehanty, H. (1995). *Sacred hoops: Spiritual lessons of a hardwood warrior*. New York: Hyperion.
- Lorenz, K. (2002). *On aggression*. London: Routledge.
- Mayhew, K. C., & Edwards, A. C. (1965). *The Dewey school*. New York: Atherton Press.
- McIntoch, P. (1979). *Fair play*. London: Heinemann.
- Meakin, D. C. (1981). Physical education: An agency of moral education? *Journal of Philosophical of Education*, 15(2), 241-253.
- Morgan, W. J., Meier, K. V., & Schneider, A. (Eds.) (2001). *Ethics in sports*. IL: Human Kinetics.

- Ogilvie, B. C., & Tutko, T. A. (1971). Sport: If you want to build character, try something else. *Psychology Today*, 5(5), 61-63.
- Pieper, J. (2003)。閒暇：文化的基礎（劉森堯譯）。台北：立緒。（原著 1952 年出版）
- Russell, B. (1932). *Education and the social order*. London: Unmin brothers LTD.
- Sage, G. (1998). Character development: Does sport affect character development in athletes? *The Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 69(1), 15-18.
- Shields, D. L. L., & Bredemeier, B. J. L. (1995). *Character development and physical activity*. IL: Human Kinetics.

投稿收件日：95 年 12 月 8 日

接受日：96 年 2 月 8 日