

動作教育概念詮釋與定義

水心蓓*

摘 要

理論提示，動作教育（Movement Education）是以身體動態動作為素材來達到身心一體的一門學問，對幼兒或小學低年級學童身心成長有貢獻。歷經動作教育教學實務及理論研閱卻發覺，其概念仍有待具體、層次的界定。因此，本文從知識樹的觀點來詮釋與定義動作教育概念，俾便於參與者相互溝通。程序上，首先援引學者論點詮釋動作教育概念，接著辨歧類似用語，最後從身、心、靈；知識、方法、思想，定義動作教育概念如下：

動作教育的“身體概念”強調增進身體感覺、知覺神經與身體動作或身體移動能力，進而養成積極、樂觀，富創意的“心理特質”，最後因而不斷擴大思維自由度，開發思想潛能，從而在意識上建立健康身心與自覺的幸福感。

關鍵詞：幼兒教學、教育、國小教學、動作教育。

* 水心蓓：國立臺北教育大學體育學系副教授

投稿收件日：94 年 03 月 31 日；修正日：94 年 06 月 21 日；接受日：94 年 07 月 05 日

動作教育概念詮釋與定義

水心蓓*

壹、緒論

一、問題背景

從佛羅斯丁（M. Frosting）提倡動作教育以來，多位學者均為文論述動作教育的意義、目標（參考本文參的內容），可是，絕大多數從神經學起始，延伸到身體運動以傳達其概念。把動作教育的目標界定在「增進健康與幸福感，使感覺運動的各種技能及自我意識更發達」（Frosting, 1978/1985）。

實際從事動作教育教學及理論涉獵，對上述的目標定義卻感到概念過於抽象，因而興起詮釋概念的動機。目的是淵源有據的解釋動作教育概念，最後具體的、層次化的定義動作教育概念，期盼普遍參與者具備共通的意識，便於意思傳達。更盼本文之發表引起更多學者專家探究動作教育實質內涵，亦不吝批評指正。

二、申論範圍

本文旨在詮釋及定義動作教育概念，申論範圍設定如下：

- （一）動作教育概念文獻探討。
- （二）動作教育概念詮釋。
- （三）動作教育類似概念辨歧。
- （四）動作教育概念定義。

三、價值與貢獻

本文的價值應該會彰顯在理念方面，其貢獻凸顯在參與動作教育者共同溝通。不管論文內容是否突破學者論域，基本上都具有提供從事動作教育理論研究

* 水心蓓：國立臺北教育大學體育學系副教授

及實際教學者參考的價值。若因申論而更加明確化、具體化動作教育概念，則其重要性不僅彰顯在深化實務者理念，對未來進一步採用其他科學方法來研究動作教育課題者，也提供了學術參考價值。

貳、研究方法

以下旨在說明詮釋及定義動作教育概念的操作及思考方法。分為申論方法與程序、假設與限制、詮釋及定義概念的方法。

一、申論方法與程序

（一）文獻探討。資料均源自國內外學者發表論文或出版著作，因此彙整資料階段採取文獻分析法（Documentary Analysis）（教育部體育大辭典編定委員會，1984），分析彙整文獻則根據笛卡兒治學四大原則中的第一及第二原則（質疑的；分割的）。程序上，首先列舉學者專家在論文及著作中闡述的動作教育概念。接著採取質疑的態度作探討。

（二）詮釋動作教育概念。仍延續文獻探討程序，分別從語意的、意義的、本質的，採取質疑的態度析論學者闡述動作教育概念，接著從身、心、靈；知識、方法、思想二個面向，依照知識樹來詮釋動作教育概念，最後對動作教育概念作定義。

（三）類似概念辨歧。採取對照的方式，說明動作教育和相關學科的概念之異同。

二、假設與限制

尚未申論各個問題之前，都事先假設學者闡述的動作教育概念極為完善，本文擴充解釋論斷，也難以對現有動作教育概念作突破性創見。

至於申論文內容方面，預期會有下列限制：

（一）國內外學者都曾對動作教育發表了獨特論述，本文搜集所得文獻僅一小部份，來自資料不完整的結果，極可能在申論階段受到侷限，甚至出現偏見。

（二）從知識樹的觀點來界定動作教育概念及建構理論基礎，這樣的思考模式適合與否尚有待斟酌。理由是，多位學者指出動作教育的學理根基於神經學或神經生理學，課程內容又極強調統合性，而知識樹的結構並不符合人體神經網絡

結構，也不具有思想信仰歸宿¹。從真、善、美的意境來看，可預期的，本文界定的動作教育概念尚難以和「真」契合，此亦為本文受限因素之一。

三、詮釋及定義概念的方法

笛卡兒宣稱，他的治學方法是數學方法的理想模式普遍化，數學方法就是從純粹的直觀知識出發，運用嚴格的、有根據的推理，得出真實的結論。笛卡兒企圖創造一種類似大樹的知識結構，邏輯學和數學是其幹，哲學是樹根，笛卡兒正在探索的科學知識相當於它的樹枝、葉和果實（中國廣播電視出版社，1991）。茲簡述其治學的四大原則如下：

（一）不要接受那些不清不楚，以致普遍存在懷疑的觀點（若不能證明為真，任何事物都不可視為真）。即，注意避免速斷和偏見，除非事物已在我們的心理或意識上極其清晰瞭解，甚至毫無疑問，否則不可採取任何肯定或否定的判斷。

（二）把想要研究的題目儘量分割為許多小部份，使之易於解決。

（三）把自己的思想以順序（Order）導出，由最單純明白的開始，一步一步登至最複雜的認識。

（四）回顧推論的過程，實行完全的計算與全面檢查，確信任何一件都無遺漏而止。本文在詮釋及定義動作教育概念上，主要應用第一及第二法則。

參、動作教育概念文獻探討

一、動作教育學者論點

佛洛斯丁（M. Frosting）博士從學校教育、心理學及特殊教育等廣泛的經驗，綜合闡述適用於一般兒童及學習困難兒童的運動遊戲或身體動作。其目的不只在促進運動技能的發展，更有助於身體意識、知覺機能、語言、數學概念，及其他

¹ 知識樹的結構不符合人體神經網絡結構是指，人體神經系統雖分為中樞神經、傳入神經（感覺神經）、傳出神經（運動神經），各神經元之間卻多具有網狀連結（可讓人們作平行思考、反應）。然而知識樹卻不具有平行之間的網狀連結面（具有上下層次之間的連結）。而所謂思想信仰歸宿是指，人們對於善惡、利益……等等作判斷時，本乎傳統習俗，以及經驗、理論（律法、專業知識……）所建立的價值觀或意識型態，為人們的信仰。理論上，知識樹只是笛卡兒用來比喻其做學問及建構學問的方法，嚴格來說，知識樹的本質隸屬於方法論範疇，根本不存在個人的思想信仰。

學習能力的進步。佛氏認為：「身體活動在教育過程中，雖不能說是唯一角色，卻有其重要功能，動作技能雖不能說是全人格的基礎，卻可說是重要的手段」（Frosting, 1978/1985）。

動作教育，嚴格的說，與傳統概念的「體育」、「運動」、「遊戲」等應有所不同。其中心目標是「增進健康與幸福感，使感覺運動的各種技能及自我意識更發達」（Frosting, 1978/1985）。

以上是摺自許義雄翻譯「運動教育的理論與實際」的文獻。此其後，不乏國內外學者發表動作教育論文以及出版著作，例如，許瑞峰、王義忠、蘇嘉祥、呂岱倫（1992）發表文提到：「學習」是兒童適應世界的途徑，兒童會從環境中學習身體應變的技能並加以運用，藉由探索和實際操作事物，他們獲悉，並且心中有了一幅自身的世界藍圖。身體運動的基礎技巧對兒童後期發展具決定性的地位，而且必須在2歲半~6歲之間奠定基礎。如果適當地控制基本技巧，日後將能幫助兒童學習更為複雜的技能。動作教育能夠讓兒童發現，如何才能使身體更有效率的解決問題。動作教育要和身體認知互相配合。動作教育提供兒童尋找如何表達或解決問題的方法，是一種自我直接學習的方法。動作教育重視兒童解決問題的方式，更勝於教師所提供的解決問題方法。動作教育強調的是學習的過程或學習的結果，以及富有變化性的活動經驗。

陳忠仁（1994）指出，動作教育的意義乃為建立「兒童的身體能力和運動，以及心理的各種機能。動作教育是以「透過身體運動技能的訓練和創造性運動的發展，來促進學習能力、待人行動能力、自我感情和環境之關係等全人的發展」。動作教育乃經由自己身體的活動，一方面試圖形成對於運行各種活動所必須之因素的感覺，同時又藉著運動技能的習得，與身體的意識（空間與時間的認識，對事物的基本認知，以及自我意識）來提昇各種心理機能，進而完全地建立兒童的「健康與幸福感」。

劉惠玲（1992）提到蒙特梭利動作教育的目的和功能如下：（一）直接目的：
 1.增進幼兒對身體概念的了解。2.訓練感官系統，如視覺、聽覺、觸覺、嗅覺、味覺的靈敏與協調。3.訓練大小肌肉動作的協調。4.訓練手、腳與眼睛的協調。5.促進神經、骨骼、肌肉和全身性運動的協調與相互間的配合。6.培養「感覺—動作」組合功能的完美與協調。（二）間接目的：1.培養幼兒專心、獨立、守秩序等人格發展。2.促進幼兒生理及心理健全。3.培養幼兒寫字、閱讀前的準備工作。4.學習照顧自己、照顧環境及日常生活所需禮節。5.啟發及增進兒童智能發展。

陳英三、林風南、吳新華（1994）在「動作教育的理論與實際」書中，明確

的敘述動作教育的意義、目標；動作教育的基本課題；動作教育的方法，文中對動作教育的本質作如下敘述：

「就如施金納（Skinner）這些學習理論專家們所強調：要始於兒童之現狀；要慎重地一步一步前進；要即時給予回饋（Freed back）；要保證所有兒童的成功等。固然這些原則都很妥當，但是其他同樣妥當原則也不應忽視。也就是說，同時還要強調：需要給予發現及發明的機會；要考慮幼兒的特別需求；要考慮兒童的興趣；使內容或方法能配合兒童的各發展階段；將內容的各領域予以統整，並加以結構化。」

許義雄（1998）指出，「動作教育，無非是回歸人體自然的動作發展，強調的不在於特殊技能的獲得，而在於身體動作中質的經驗。具體而言，倡導動作教育者認為，人體動作的意涵，應該不只是生理或生物層面，而應該有其更深層的心理或精神層面的意義。所以動作教育不應該忽略動作過程中，身體意識或感受性的開發，提倡自我概念的養成，鼓勵自覺及創意，或者自我表現」。

二、研究方法文獻探討

撰寫本文之前，經過多方搜集國內外學者已發表動作教育的論文報告，文獻顯示，多數仍採取敘述文來說明動作教育的內涵，因此，大部份學者發表的論文採取文獻分析法（Harris M. Cooper, 1989/1999）。

本文也從文獻分析法出發，但是在闡釋動作教育概念時，則遵循笛卡兒治學第一及第二法則，並且依照知識樹來詮釋及定義動作教育概念，這種撰文模式並非始自本文，例如，Elimelech Shochat（1994）的講稿中，對人體運動的結構(The Form of Human Movement)以一株樹來代表形現於外的運動、構成形現於外的運動之基材，以及形成這些基材之元素。許義雄（1998）的著作中對運動教材的結構，也採取類似 Elimelech Shochart 建構人體運動的結構來具體示意形現於外的運動項目、基本運動，以及構成基本運動的內在基本因素。以上二位學者具體圖示人體運動及運教材的結構，明白提示：

（一）表現於外的人體運動是一種現象，構成這種現象的本質均有其共同性，而這些共同的本質透過人體的原始運動能力或原始動作表現出來，最後才因應目標的組織成形現於外的特定運動。此一標示人體運動的結構就如笛卡兒描述作學問結構。因此本文依照知識樹的觀點來界定動作教育概念。

（二）從各種應用學科形成的歷程來看，每一門學科都有其獨樹一幟的理論、衍生出理論的方法、手段，以及蘊含這些理論的思想觀點，例如沈清松（1991）

著作中提及形上學就是研究存有者的存有（The Being of Beings），以及諸主要的存有者領域根本屬性與原理。所謂存有者是指大自然中、社會中一切具體存在物、事件，或者思想的種種模態及規律。以動作教育為例，當我們想把它視為一門應用學科，那麼人體運動、動態遊戲就必須成為其素材（教材）、教學法為其存有者，透過教學法（存有者）以身體運動或遊戲（存有）來對學習者促進健康及幸福感的活動就是教學目標。Elimelech Shochart 圖示人體運動的結構是如此。許義雄圖示運動教材結構也是如此，參考學者治學及論點，本文乃將知識樹當作詮釋及定義動作教育概念的方法，先彙整學者撰論，然後再依笛卡兒治學法則中的第一及第二法則來作詮釋。

三、文獻探討結語

從以上列舉及分析學者們對「動作教育概念」的解釋可知：動作教育（Movement Education）為佛羅斯丁（M. Frosting）首倡，從教育（Education）的觀點來看（高強華、郭為藩，1990），它隸屬於動態教育範疇。從知識樹（Knowledge Tree）的觀點（劉元亮等，1990），動作教育的教學內容或目標似乎不僅止於增進身體移動或操作能力，而應該是：「身體動態活動是其手段，建立正面的人格、行為是其目標，最終目的則是擴大了心靈本質（思想）」。具體歸納文獻傳達的動作教育概念如下：

（一）動作教育的中心目標是增進健康與幸福感，其意義是為了建立兒童的身體和運動能力與心理的各種機能。

（二）動作教育是以透過身體運動技能的訓練和創造性運動的發展，來促進學習能力、待人行動能力、自我感情和環境之關係等全人的發展。

（三）動作教育的意義就是讓兒童巧妙的使用他的身體，發展他的意志、自信與認知機能，並且富有創意地表達自己，從而促使情緒的成熟和社會性的發展。

（四）動作教育的對象是兒童，內容在增進兒童個人感覺、知覺、運動技能，並促進各種心理機能，使兒童所有的能力獲得最適當的發展。

四、動作教育概念文獻評論

前述所列舉的動作教育概念文獻可知，學者專家對動作教育概念之界定，主要是從意義、目標、施教對象、含括內容，以及動作教育本質等方面來敘述，參照文獻探討結語並且從「概念」（周金榜，1990）的觀點切入，對學者專家敘述的動作教育概念作以下評論：

（一）所謂概念，無非在傳達共同意思或指陳，讓普遍參與者有共同的認知或意識型態，所以概念的表達常需從語意著手。學者對動作教育的語意係採取直接英譯 *Movement Education*。利用直接英譯以表達動作教育，是否恰當或契合意思表達及傳遞呢？本文是持懷疑的，因此，在申論課題中，特從語意的角度來詮釋動作教育概念。

（二）從學者專家敘述動作教育目標、意義、內容、本質……等等的文獻來看，動作教育概念具有層次化、結構化，我們也可以從許義雄（1998）撰文中獲悉動作教育的理論範籌。可是，從概念傳達的角度來看，已發表的文獻似乎較欠缺系統的表達動作教育概念，如此敘述動作教育概念或者傳達意思，會不會讓參與者比較難以意會或理性瞭解亦或表達動作教育概念呢？另外，從體育學或體育教學，亦或運動技能指導、運動學習的角度來看，動作教育的概念是如此的接近體育運動專業術語（例如運動教學、動作學習、運動學習、運動技能...等等），到底應該如何對類似用語作理性的辨歧呢？又應該如何以明確的層次化語意表達概念呢？而表達的概念又如何讓人意會到「動作教育」的確不同於傳統體育運動中的相似用語傳達的意思呢？這也是本文想要探索的課題之一。

肆、動作教育概念解析

以下從語源、語義、意義，以及本質四方面，援引學者論點，加上研究者從事動作教育教學實務經驗來解析動作教育概念。

一、動作教育語源

早在 1985 年，許義雄就翻譯了肥田野直譯自佛羅斯丁（M. Frosting）的著作。此翻譯本將 *Movement Education* 譯為「運動教育」，其後，陳英三等人（1994），也參考了日本學者小林芳文（1993）的著述，編譯了動作教育的理論與實際，該著作將 *Movement Education* 譯為「動作教育」。與此同時，多位國內學者都採用「動作教育」來發表論文（劉惠玲，1992；許瑞峰等，1992；陳忠仁，1994；）。到了 1998 年，許義雄出版著作中，也以「動作教育」來代表源自佛羅斯丁（M. Frosting）倡導的「*Movement Education*」。

從教學課程來看，中華民國體育學會，每二年舉辦一次的國際體育教學研討會，近十多年來幾乎每次的課程都安排「動作教育」這門課程，聘請國外的講師

授課，在學校體育課程中，目前國立台北師範學院設有動作教育教學科目，且直接冠上「動作教育」名稱。

以上是從動作教育語源以及實際面來說明「動作教育」的用語之誕生。從現有資料中可知，當前的所謂「動作教育」，實際上是直譯自英文，這從（Frosting, 1978/1985）或者 Kirchner, Cunningham, and Warrell（1978），亦或者陳英三等（1994）；陳忠仁（1994）……的著作中之英文字義均可證實。

有關「動作教育」用語直接譯自英文的「Movement Education」是否恰當呢？其語意傳達的意思是否契合實際呢？這樣的用語傳達的意思和體育運動中的一些類似用語（例如運動教育、動作教學……等）是否會讓專業者的概念發生混淆呢？動作教育在身體動態教學中的地位？本質上，動教育和體育運動的關係又是如何？這些問題是下文要進一步探討的。

二、動作教育的語意

本文對動作教育（Movement Education）作以下解析：

Movement 的意思有「移動」、「運動」、「活動」的意思，是與安靜及靜止相對的，如果意指一群人為了某種目的而聯合起來的，就直接標示為「運動」。至於 Education 的意思有「教育（尤其指學校中的活動）」、「教養」、「修養」的意思，因為特別指向學校內的活動，因此將 Education 直譯為「教育」並無可議之處。唯一可議的是「Movement」，國內學者均直譯為「動作」，這個意思恰巧和 Motor 被譯為「動作」；Action 也被譯為「動作」類似。再進一步參照 Motor 被譯為動作之意思，體育大辭典將其解釋為：「身體一部份或全部的活動而言。亦即，體幹神經系統所支配的身體表面的橫紋肌活動」。顯然的，Motor 的所謂「動作」較偏向運動學習，強調形現於外的人體在空間中的位移，這個部份也被動作教育學者視為構成理論之一（陳英三等人，1994）。因此，國內學者把英文的「Movement Education」直接譯為「動作教育」，應該有其根據。

雖然把 Movement Education 直譯為「動作教育」有其語源及代表意思，可是直譯為「動作教育」的中文語意能否恰當表達佛洛斯丁（M. Frosting）等提倡動作教育的學者的意思指陳呢？此外，目前實際參與動作教育的國內教師多為體育教師，受其專業背景的影響，能否將動作教育的概念自體育專業知能中獨立出來，成為一個純粹傳達或表達動作教育意思的概念？並且，類似用語之間的區辨明確了嗎？諸此種種問題，似乎很值得後續探索。

三、動作教育的意義

學者對動作教育的意義作以下重點敘述：

（一）動作教育是經由自己身體的活動，一方面試圖形成對於運行各種活動所必需的因素之感覺，同時又藉著運動技能的習得，與身體的意識（空間與時間的認識，對事物的基本認知、兼含自我意識），來提升各種心理機能，進而完全地建立兒童的「健康與幸福感」。

（二）動作教育的意義是：使兒童知道他的身體，學會巧妙的使用身體，發展他的意志、自信或認知機能，並且富有創意地表達自己，從而促進情緒的成熟和社會性的發展。動作教育特別強調“除了身體上的能力之外，還要進一步的促進他的學習能力，與人的應對能力、與自己的感情或環境間的關係等的發展”。

動作教育的中心目標是「健康與幸福感」。特別是「幸福感」為動作教育的核心目標。此外，動作教育也可以達到形成「學科學習前期技能（Pre-Academic Skill）」的教育目標。

（三）動作教育的基本課題包括：感覺－運動技能的增進；身體意識的增進；時間、空間、因果關係等意識的增進；各種心理機能的增進...等等。

（四）M. Frosting 指出，動作教育的基本定理，就是在把握兒童的發展所導出的問題，M. Frosting 把兒童的發展順序分為感覺運動期、語言期、知覺期、高層次認知期。重視兒童行動上的要求，期望把行動要素中的行動屬性作多樣化的組合，以增進感覺、知覺、運動技能，並從活動中促進各種心理機能，臻於「所有能力均獲得最適當發展」的境界。

（五）動作教育方法，展開動作教育所須考慮的原則有：重視喜悅與自主性；重視創造性；重視成功感；重視注意力、集中力；繼續的原則；節制的周期性原則；排除競爭的原則；柔軟性的方法；有效地利用環境與器具的原則。

以上引自陳英三等人（1994）的論著闡述的動作教育意義可知，動作教育的意義在於，讓兒童成長過程中，因為身體活動而促進感覺機能，進而塑造兒童認識其身體在時空間中的活動能力，感受到其個體的存在價值，個體與他體的關係，...等等。然而，僅從學者闡述的動作教育意義來看，許多學科都具有同樣功能，例如運動學習（Motor Learning）、遊戲，或是音樂、繪畫...等等，都有促進兒童感官及知覺的效果，如何再進一步對動作教育意義作詮釋，表明動作教育確實有別於其它學科，應該是界定動作教育概念必須再加強的。

四、動作教育的本質

從學者發表的論文及出版著作中都可以發現，動作教育的本質是身心一體的，例如陳英三等人（1994）的著作中明言，動作教育似乎不僅在追求熟練的運動技能或卓越運動能力，動作教育也要求促進兒童的學習能力、對人的行為能力、與自己的感情或與環境之間的關係的發展。換句話說，動作教育的根本性質應包括：

（一）促進感覺能力發展：視覺、聽覺、觸覺、嗅覺、味覺、運動覺等是人體感官，為人體吸收外來訊息的入口，把動作教育當作一門教學科目時，其追求的就是在發展兒童的感覺能力。

（二）促進知覺能力發展：雖然知覺係由感覺而來，但卻不是感覺神經的顯現，知覺是一種理解、記憶，或者認識，與腦幹機能有關。把動作教育當作一門教學科目時，追求的另一目標就是發展兒童的知覺能力。

以上係把動作教育視為一門促進兒童身心發展的教學科目，說明這門課程的功能目標。明確動作教育的功能目標之後，接著要說明的是，身體運動為動作教育不可欠缺的素材，所以發展兒童的感覺、知覺能力，必須從感覺—運動；知覺—運動的角度來設計或編製動作教育的教學課程與選擇、組織教材。換句話說，人體基本運動能力（例如走、跑、跳、攀、爬、滾、轉...等等）為編製動作教育教學的素材，這些身體的基本運動素材（或原始運動能力）為展開動作教育所不可欠缺的根本性質。

（三）教學目標：把動作教育當作教學科目時，不能忽略的是教學目標之擬定，按佛洛斯丁等學者的說法，動作教育中心目標為發展運動技能、增進身體意識、促進健康與幸福感，這些也是動作教育所不可欠缺的根本性質。

綜合以上所述，促進兒童感覺、知覺能力發展，從而發達其心理機能，以身體基本運動能力為教材，教師按事前擬定的動作教育教學目標來設計或編製教學課程，是將動作教育視為一門教學科目所不可欠缺的根本性質。

從動作教育的本質來說，不管促進感覺、知覺，或者擬定教學目標(健康與幸福感)，都可以透過體育運動教學或遊戲來達到，那麼，動作教育和體育運動；和遊戲的本質又有何不同呢？其存在價值呢？其從屬關係呢？想來這也是界定動作教育概念之前，應該加以辨歧及詮釋的。

伍、動作教育類似概念辨歧

以下茲舉類似用語，從用語傳達的意義、本質，解說動作教育概念。

學者從語意闡述動作教育概念可知，動作教育和一些體育運動專業用語有水仙與蒜的外貌，進一步探之卻有分野。前文中論及動作教育的意義及本質時，雖已揭示了該學科有益於兒童身體、心理、精神層面，卻較少見對照其它學科和動作教育之間的異同，因此下文採取對比的辨歧動作教育概念。

眾所知，語意常會讓人們有了不同的會意，例如彰化縣有個「田中」，這二個字所串成的語意，對彰化縣民或鄰近住民來說，其腦海中的「田中」，意思可能就是地名。可是，對台北人來說，「田中」在其映象中，首先極可能呈現的是農田的中間，或是農田中，或日本人的姓。再以南投縣的魚池鄉或嘉義的水上鄉為例，當地人對「魚池」、「水上」的語意，首先映入腦海的可能是地名或地域代表。可是，對一般人來說，會以為這是一個有許多魚池，或建在水上的鄉鎮，也可能把「魚池」、「水上」直接聯想到就是「有魚的池」、「水面上」。

以上的例子在說明，語意給予人們的意思傳達，極可能因為背景不同而引起意思上的誤植。「動作教育」的語意在學者採取直譯的情形下，從 1980 年代末期一直延用到目前，這個直譯式的語意，有可能被誤植為：

一、動作指導教學（Activity Education）

體育是學校教學科目之一，運動是體育教學手段，以各種規則化、項目化的運動為素（教）材，來教導學習者學得運動技能或培養特定項目的運動能力，為過去迄目前的國內體育從業者從事體育教學的主要模式。在這種既成事實之下，復加上體育從業人員接受的專業教育背景，本文極擔心採取直譯式的「動作教育」推廣到學校教育體系中，會被大多數專責體育教學的從業者誤認為「動作教育」是指體育運動教學中的“特定運動項目之動作技術或者運動技能指導教學”。如此即誤解了動作教育教學意思及內容。

二、訓練與教育（Training & Education）

教學與訓練的最大不同是，教學為一種認知的綜合體，但是訓練偏向反覆操作特定技能以達到熟練化、最佳化。從學者敘述動作教育的理論知識以及倡導者的背景來看，一再顯示動作教育是以特殊兒童為對象，而且傾向教育治療的建構

理論基礎，極易令研習動作教育者誤以為這門學問僅適用於特殊兒童的訓練。事實上，反覆的動作操練只是動作教育的手段，而且「反覆」只適合特殊兒童，對一般兒童，動作教育並不強調「反覆」（更重視創造，或動作開發）。從另一個角度來說，動作教育重點並不在於反覆訓練，而是著重在發展創意及創造力。例如，步行是本能動作與身體行動能力之一，步行動作樣式、步行方法有許多種，如果欠缺外在環境或情境，那些本來就具有的步行動作樣式或移動方式將缺少開發，長久下來，就形成穩定動作，進而限制了心理空間，影響到思想空間，創造力就萎縮下來。

雖然動作教育理論基礎提示，活潑有趣，且讓兒童具擁健康及幸福感才是動作教育的中心目標，可是，當前參與動作教育的從業者多具有體育運動專業知識背景，參與者能不能剝離其專業背景的同時，又因為研習動作教育理論而明確區辨實施於特殊兒童與一般兒童的動作教育之異同，從而把動作教育當作增進一般兒童健康與幸福感的教育手段還很值得商榷。

三、運動學習（Motor Learning）

在體育運動專業領域中，大致上運動學習的理論基礎已完整建構起來，參考運動學習及動作教育的學理，卻發現二者的論域頗為相近，這也極容易讓當前在國內同時從事動作教育及體育運動教學的教師們產生，動作教育就是運動學習的概念，事實上這兩種學問追求的目標並不一樣，在後文中將有對照說明。

以上列舉的用語雖然和動作教育不同，但是源自參與者背景，源自理論的交集面大，直譯的「動作教育」語意極容易讓體育從業者在概念上發生混淆則不容忽視。

對於動作教育的語意容易和動作指導教學、訓練與教育、運動學習等用語混淆，本文從體育運動教學與動作教育教學的立場，接續作以下辨歧：

四、如何與動作指導教學區別呢？

基本上，體育教學活動中，運動技能為主要教材與教學內容，不論指導教學的理念或實施過程，教師強調的是技能熟練化，以培養特定運動項目的操作能力為技能教學目標，造就學習者具備以單項運動作為休閒健身為目的。所以體育教學的技能指導對象是針對那些神經系統及相關生理機能生長發育達到成熟的學習者。而動作教育和體育教學的動作指導教學的最不同地方是，動作教育以身體運動為手段，卻不在於強調「熟練化」單一動作技能，而是強調「多樣化」、「多

向化”的培養各種單一動作的身體表現能力，動作教育的技能教學目標是希望兒童在成長過程中能夠擁有全面性的動作技巧及表現能力，追求的不是熟練單一模式、單向化、特殊化的動作技能，目的則是隨著兒童生理機能發展，促使兒童能夠在時空間中表現出各種動作的能力，從而健全其心理發展，提高其自信心與表現慾，最終在造就一位具有大的思維空間，學習及包容能力強的兒童。

從以上的對比敘述可知，動作教育教學和體育教學中的動作指導教學，雖然在手段上都以身體運動為主，可是偏向在教材、設定教學目標以及目的方面，顯然有著極大不同。從身、心、靈，以及知識、方法、思想的觀點來作對照，動作教育與動作指導教學的異同如表 1 所示：

表 1 動作教育與動作指導教學異同對照表

對照項目	動作教育教學	動作指導教學
身體生理 ↓	伴隨兒童身體生理機能生長發育規律，培養兒童具備多樣化、多向化的動作技能。	培養兒童學習單一動作技能，進而熟練單一動作技能。
心理 ↓	培養兒童表現能力、自信心、穩定情緒，以及適應環境能力...等，達到健全人格。	培養學習者興趣、專注力...等等，形塑專項運動性格
思想（心靈） ↑	擴大思維空間、自由度、提高創造力，增進感覺、知覺能力，自由的、創新的。	純化思維空間，限制思考自由度，專家化、守規則、規範、保守的、傳統的。
↑ 方法	強調自主的、開放的、主動積極的學習，教師居於佐助地位。	強調反覆訓練或練習，教師指導、引導學習者熟練單一運動或動作。
↑ 知識	廣泛融合各種和身體運動及教育...等等學科，形成動作教育的基礎理論。經由教學培養學習者融合各種學科知識，身心一體的學習。	侷限體育運動理論，強調技能學習，經由教學培養學習者學會特定運動技能和理論。

五、如何與訓練及教育區別呢？

雖然動作教育的語義具含「教育」二字，但是其意思和教育仍是不相同的，例如，教育是一種透過各種方法、手段以達全人的過程，而動作教育只是教育的

一種，只能算是學校動態教育的一個科目，所以動作教育是教育的一個方法、手段而已，將其關係示意如圖 1：

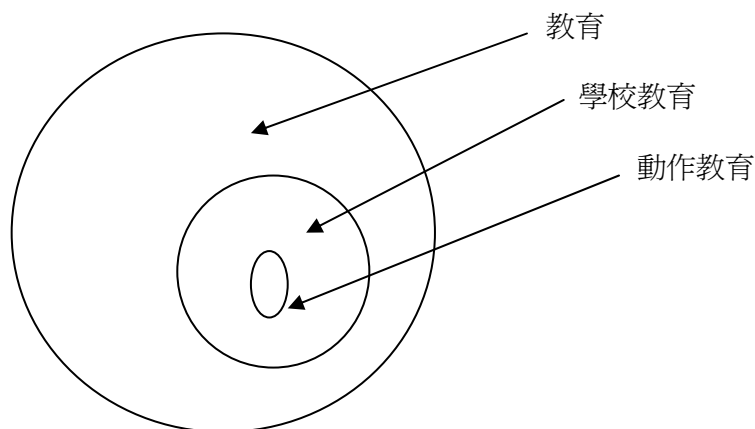


圖 1 教育與動作教育關係圖

從圖 1 可知教育的科目眾多，動作教育只是其中之一，因此，在概念上，動作教育含括於教育中，是達到教育目的的一種方法、手段，動作教育語意中含有「教育」二字，係直譯的意思傳達，並非和教育概念等同地位。所以概念上應有「動作教育是教育的一個科目，或者手段」。

至於動作教育教學和訓練的最大差別是，訓練是一種反覆操作或練習以達到純熟而止，訓練旨在造就專門人才，但是動作教育教學並不強調反覆操作或練習，動作教育旨在開發身體運動潛能，打造未來學習更高層次運動技能的學習能力。因此，訓練與動作教育最大差別是：

1. 從身體運動來說，訓練在成就專才，動作教育在打造未來成就專才的基礎。
2. 從心理機能來說，訓練在培養專項運動心理技能及塑造專項運動人格特質，動作教育在培養各個面向都健全與同步增進的心理素質。
3. 從心靈來說，訓練在純化、專精化學習者心靈，動作教育則在啟發學習者擴大感覺靈活度及知覺空間，以提升學習者創力為目標。

六、如何與運動學習區別呢？

運動學習 (Motor Learning) 是指經過反覆練習運動時，該運動動作會發生變化並且逐漸學會優異的新行為方式，提高滿足需求的能力。這種隨著練習，發生包括過程的變化與結果的整體，稱為運動學習，它可以增進對環境的適應能力，運動學習的結果可以提高運動能力。動作教育則以滿足生活需求，體會滿足感、

充實感；有助於自我的確立及發展；社會適應；有自信的向更高挑戰。

不論從哪個方面來看，運動學習的結果和動作教育的目標都相當契合，林清和（1996）指出，運動 *Moter* 和動作 *Movement* 的差別是：「運動」的含義較廣，每條肌肉的收縮或全身活動都可稱為「運動」，而「動作」是指單一個動作，也可以指一系列的動作而構成有情境目標的「技能（skills）」。林清和（1996）著作中引述了多位學者對學習及運動學習下定義，將之彙整如表 2。

表 2 學者專家定義學習及運動學習（擷自林清和，1996）

定義者	學習	定義者	運動學習
美國文粹辭典	由經驗或研究所得到的知識、理解或精熟度	Oxendine	運動行為潛在的持續變化是透過練習和經驗的結果
Stevenson Greeno	經驗引起的變化 由於經驗而引起個體行為或知識體系的變化	Magill	個體實施技能表現的能力變化所具有特性的進步，可推論是經由練習或經驗的結果
Kimble	行為潛力較具持久性的改變，改變是因為增強練習而獲得的結果	Schmidt	是一種練習或經驗的聯結，而導致動作者的技能表現具有熟練的能力和比較持久性的變化

從表 2 的學習及運動學習的定義來看，運動學習強調透過反覆練習或累積經驗來達到行為上較持久性改變。再次參考佛洛斯丁等學者的著作中載述的動作教育理論，可以發現動作教育理論有相當程度基礎於運動學習，但是兩者之間也有區別，交互對照可知：

1. 從身體生理方面來說，運動學習的含義較廣，較強調運動行為改變或重置。動作教育則較著重在動作方面，比較強調動作開發。
2. 從心理方面來說，運動學習及動作教育都強調神經學或神經生理學，透過運動或動作在時空間中的移動來增進感覺、知覺能力。但是運動學習較強調反應恒久性、時空和預期、回饋，目標在改變運動行為（重視除錯導正），而動作教育則強調動作表現慾（自我表現）、身體意識……等（不重視除錯導正，不預設立場）。
3. 從心靈本質方面來說，運動學習旨在建立正確的思想觀點，預設前題是「學

習者的運動行為有值得再改善或增強」，所以較注重控制行為發展。動作教育則較強調啟發，重視學習者一生下來即有表現各種動作的本能，只是眾多動作本能都是隱性的，企求透過教學活動把隱性的本能開發出來，所以，從指導者角度來說，運動學習指導者事先預設學習者運動行為有缺失，但是動作教育指導者事先預設學習者具有動作本能。

4. 從知識方面來說，運動學習的許多理論都被動作教育者採用，而且運動學習的研究歷史比動作教育還要早，因此，運動學習理論知識密度遠大於動作教育理論知識。

以上是從語意的角度例舉體育運動專業中，和動作教育類似的用語，並且採取對照的方式來辨歧概念異同，經過以上辨歧，應該能夠令從事體育運動教學者更容易辨別類似用語和動作教育的之異同，並且更進一步明確知悉動作教育概念。

陸、動作教育概念定義

以下從身、心、靈；知識、方法、思想三層次定義本文的動作教育概念，如概念詮釋和辨歧中所言，國內學者直譯 Movement Education 為動作教育，經過解釋，本文提出學者闡述的動作教育概念及本文從會意來作界定的動作教育概念。

一、學者定義動作教育概念

（一）動作教育的中心目標是增進健康與幸福感，其意義是爲了建立兒童的身體能力和運動與心理的各種機能。

（二）動作教育是以透過身體運動技能的訓練和創造性運動的發展，來促進學習能力、待人行動能力、自我感情和環境之關係等全人的發展。

（三）動作教育的意義就是讓兒童巧妙的使用他的身體，發展他的意志、自信與認知機能，並且富有創意地表達自己，從而促使情緒的成熟和社會性的發展。

（四）動作教育的對象是兒童，內容在增進兒童個人感覺、知覺、運動技能，並促進各種心理機能，使兒童所有的能力獲得最適當的發展。

二、動作教育概念定義

從身體而言，動作教育承認人們與生俱來的的身體移動或動作並無慣用側。後

天的環境或生活模式造成人們熟練或慣於某些動作的同時，卻也失去一些原有的動作本能。所以，本文從身體與動作教育的觀點界定動作教育的概念如下：

（一）動作教育是一門增進人們身體或動作在空間中移動能力的學問，從移動時間來說，不在要求瞬時或縮短時間(即動作快速非其要求)，而是側重感知移動時機與韻律，了解自己可能耗用時間。從動作在空間移動來說，不在要求動作正確性或效率亦或熟練單一技能(即動作快速非其要求)，讓學習者學習各種動作，並且能夠在各種空間中表現出來才是其注重的。最終在追求整合時空間因素讓動作流暢表現出來。所以動作教育的身體概念強調“增進身體感覺、知覺神經與身體動作或身體移動能力”。

（二）從心理而言，動作教育教學方法要求如何表現動作、用什麼來表現動作，以及在什麼地方表現。承認身體動作是人們與生俱來的，只是受到制式生活或教育的影響，失去勇敢表現、樂於變化、富於創造等能力，因此，借由身體動作表現來顯現勇敢、樂於變化、富於創造，所以從心理的角度來說，動作教育在“凸顯積極、樂觀，富創意...等等特質”。

（三）從心靈本質(思想)而言，動作教育並不嚴格要求人們必須遵照身體運動原理原則來移動身體或動作，所以制式化身體運動不是重點，能夠在無拘束下，依人們自我意識來行使動作或移動身體，才是動作教育所強調的。因此，動作教育對人們心靈方面的影響是“不斷擴大思維自由度開發思想潛能”。

三、動作教育概念具體定義

綜合以上所述，對於動作教育概念茲定義如下：

「動作教育的身體概念強調增進身體感覺、知覺神經與身體動作或身體移動能力，進而養成積極、樂觀，富創意...的心理特質，最後因而不斷擴大思維自由度，開發思想潛能，從而建立健康身心與自覺幸福感」。

柒、結語

綜合動作教育概念文獻探討、概念詮釋、類似概念辨歧、以及概念定義，茲彙集主要論述如下：

一、動作教育的中心目標是增進健康與幸福感，其意義是爲了建立兒童的身體和運動能力與心理的各種機能。以透過身體運動動作的練習來促進學習能力，

創意的表達自己，從而促使情緒的成熟和社會性的發展。

二、身體運動為動作教育不可欠缺的素材，發展兒童的感覺、知覺能力，必須從感覺—運動；知覺—運動的角度來設計或編製動作教育的教學課程與選擇、組織教材。從活動中促進各種心理機能，臻於「所有能力均獲得最適當促進知覺能力發展發展」的境界。

三、動作教育是教育的一個科目，或者達到教育目標的手段。動作教育在身體方面強調動作開發，重視培養兒童具備多樣化、多向化的動作表現。在心理方面則注重培養兒童表現能力與自信心、提高身體意識以及適應環境的能力、達到健全的人格。在思想方面，強調啟發學習者、擴大感覺靈活度及知覺空間，以提升學習者創意為目標。

四、動作教育的定義：動作教育的身體概念強調增進身體感覺、知覺神經與身體動作或身體移動能力，進而養成積極、樂觀，富創意... 的心理特質，最後因而不斷擴大思維自由度，開發思想潛能，從而建立健康身心與自覺幸福感。

參考文獻

- 中國廣播電視出版社（1991）。**世界哲學寶庫**。北京：新華書店。
- 沈清松（1991）。**物理學之後—形上學的發展**。台北：牛頓。
- 周金榜（1990）。**哲學基本知識手冊**。北京市：語文。
- 林清和（1996）。**運動學習程式學**。台北：文史哲。
- 高強華、郭為藩（1990）。**教育學新論**。國立編譯館主編，台北：正中書局。
- 教育部體育大辭典編定委員會（1984）。**體育大辭典**。台北：台灣商務印書館。
- 許瑞峰、王義忠、蘇嘉祥、呂岱倫（1992）。動作教育的簡介。**國教月刊**，38（3/4），32-48。
- 許義雄（1998）。社會變遷與學校體育。載於許義雄主編，**運動教育與人文關懷上冊**（頁1~35）。台北：師大書苑。
- 陳忠仁（1994）。動作教育的課程展開。載於**動作教育的教學與應用**（頁7~14）。臺北市立師範學院特殊教育中心印行。
- 陳英三、林風南、吳新華編譯（1994）。**動作教育的理論與實際**。臺北：五南。
- 劉元亮、姚慧華、寇世琪、曾曉萱、曹南燕、高達聲（1990）。**科學認識論與方法論**。台北：曉園。
- 劉惠玲（1992）。談蒙特梭利動作教育。**科學啟蒙學報**，7，39~46。
- Elimelech Srochat (1994, August). **Movement education**. Paper presented at the 1994 International Sports Teaching Symposium, Taiwan, R.O.C.

- Frosting, M. (1985). **運動教育的理論與實務**（許義雄譯）。台北：台北市教師研習中心。（原著 1978 年出版）
- Harris M. Cooper (1999). **研究文獻之回顧與整合**（高美英譯）。台北：弘智文化。（原著 1989 年出版）
- Kirchner, G, Cunningham, J., & Warrell, E. (1978). **Introduction to movement education**. Texas: Wm. C. Brown Company Publishers.
- 小林芳文（1993）。**子とためのムーブメント教育プログラム**。東京：大修館書店。

The Interpretation and Definition of Movement Education

Hsin-pei Shuei*

ABSTRACT

In theory, Movement Education is based on the material of body movement to achieve a combination of bodies and minds, which contributes to the growth of bodies and minds for kids or younger students in elementary school. After involving in practical teaching and the study of theory, we find the concept needs a more concrete and structured definition. Therefore, the article defines and interprets the concept of Movement Education from the idea of knowledge tree in order that the teachers can communicate with one another easily. In procedure, first we quote the scholars' theses to interpret the conception of Movement Education and then differentiate it from other similar terminologies. Finally, we define the concept of Movement Education based on bodies, minds, spirits, knowledge, methods and thoughts as the following:

The body concept of Movement Education places emphasis on promoting not only the feelings of bodies and sensory nerves but also the abilities of body actions or body movement, and goes further to cultivate the active, optimistic, and creative mental characteristics. Finally, by constantly expanding the freedom of thoughts and developing thinking potential, people build not only a healthy body and mind but also happiness on consciousness.

Key words: early childhood teaching, education, elementary teaching, movement education.

* Hsin-pei Shuei: Associate Professor, Department of Physical Education, National Taipei University of Education

