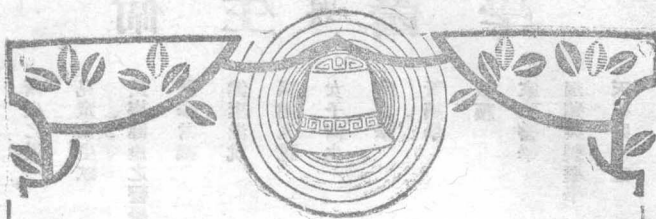


教育部編

各級學校體育實施方案

正中書局印行



版權所有
翻印必究

中華民國三十五年三月
渝初版

各級學校體育實施方案

全一冊 定價國幣一元二角

(外埠酌加運費匯費)

編者

教育部

發行人

吳秉常

常

印刷所

正中書局

局

發行所

正中書局

局

(1332)

衛生與醫學

衛生之道
兒童衛生歌
民族健康之醫學基礎
醫學常識
健康淺說
保健淺說
女子衛生
助產學
看護學
救護
家庭醫學
調劑與製藥學
天花與種痘

張愛棠編著	師哲編著	葛成慧編著	胡定安編著	陳果夫著	陳果夫著
印	印	二角五分	一元八角	五角	一元二角
刷	刷	印	再版	中	中
中	中	中	中	中	中

衛生教育小叢書

編主 陳果夫 胡定安

飲水衛生
廢物處置
瘧疾預防
痢疾預防
夏令飲食衛生
衛生習俗
皮膚病預防
氣候與健康
強身運動
休息與節慾

承索即寄

函購簡章

正中書局印行

總局：重慶中山路一二四二號
支分局：全國各大都市

(各書定價按各地加售後價發售)

目次

一 小學體育實施方案……………

二 中等學校體育實施方案……………一九

三 專科以上學校體育實施方案……………五一

附錄

各級學校體育設備暫行最低限度標準……………七三

小學體育實施方案

一 目標

一 小學體育，在順應兒童愛好遊戲愛好活動之本性，施以各種關於身體活動之教育，以培養其強健之體格與健全之精神。其具體之目標如左：

(1) 促進兒童機體之發育；
(2) 培養兒童良好團體之道德與習慣；
(3) 維護兒童健康生活並培養其衛生習慣。

二 在抗戰時期中，小學體育之設施，應對當前環境之需要，在無背於兒童生理心理之原則下，特別注意左列諸點：

(1) 國家觀念及民族意識之培養；
(2) 後方服務上應用技能之訓練；
(3) 服從、互助、勇敢、負責等公民道德之陶冶。

二 實施綱要

一 各校體育設施，應有合理之行政組織，並依據目標製成整個計畫，切實推行。

二 體育經費，應依設施之需要，編製預算，列入整個學校經費預算中。並應以最經濟之使用，獲得最宏大之效果。

三 體育場地與設備，應力求合於部頒標準；其未達標準者，應即擬具擴充計畫，呈請主管機關核准，分期建設，以應體育訓練之需要。

四 每週體育時間，應以達到本方案之規定為最低限度，可能時並宜利用空暇時間，作各種體育活動，使體育功能得以充分發揮。

五 小學體育訓練方式及其目的，分述如左：

(1) 體育正課 為小學課程之一種。其目的在予兒童以最低限度之普遍活動，並按年級之不同，依照一定之進度，分別授以各種體育活動之基本方法，俾兒童能於課外依法活動。

(2) 課外運動 為小學課外活動之主要部分，全校兒童均須在教員監護下自動運動，或由教員領導之作各種運動。其目的在使體育正課內所教學者，得充分練習之機會而發揮其應有之功效。

(3) 課間活動 於各課間休息時行之。其目的在調節兒童身心之疲勞。

(4) 其他 舉行遠足、旅行、露營、游藝等團體活動。其目的在使兒童與社會及

自然界有接觸機會，藉以修養身心與增進常識，以補課業訓練之不足。

六 體育表演及運動比賽應積極提倡。由學校主管體育部分擬具整個計畫，按時季之不同，分別舉行，藉以增進兒童運動之興趣，激勵其技能之進步，並以培養優良之運動精神。凡過去發現於比賽中之缺點，宜力予糾正與防止；對外比賽時，尤須注意。

七 兒童體格及健康，應舉行定期檢查，藉以考查各個兒童發育及健康情形，作體育設施之根據。檢查結果務須加以合理處置，對於身體上之缺點應立施矯治，疾病徵象應速予診察，以維兒童之健康。

八 體育成績應有客觀而合理之考核方法與評判標準，務期每一兒童均能達到標準之體格與能力，完成預期之目標，體育不及格者，不得畢業。

九 體育之設施，應與學校整個行政及教學密切聯絡，藉收相互為用之效。

三 行政組織

一 小學體育不僅為一種課程之教學，而為兒童日常生活訓練之一部分，故小學行政中，應有一專司體育之合理組織，以主持學生體格訓練之事項。

二 小學體育行政組織之方法，可視各校情形而異。左列三種辦法，可供參考或採用：

(1) 設有體育專科教員者 由體育專科教員及其他擔任體育之教員、幼童軍教練員、

各級級任教員、校醫或護士等組織體育委員會，以體育專科教員為主席委員，計畫全校體育衛生教育及幼童軍訓練事宜，經校長核定後分別推行。

(2) 未設體育專科教員者，由校長及各級級任教員，擔任體育之教員、幼童軍教練員、校醫或護士等組織體育委員會，以校長為主席，計畫及推行全校體育衛生教育及幼童軍訓練事宜。

(3) 單級或短期小學及簡易小學，由校長或其指定之教員，負責計畫全校體育及衛生教育事宜，作一切設施之根據。

小學體育行政，不論其組織方法如何，其主要目的在確定左列各種計畫，按期實施，並收集與保管其成績紀錄，藉作參考研究之資料：

- (1) 全年度體育實施計畫大綱；
- (2) 全年度體育經費預算；
- (3) 體育場地設備擴充計畫及其經費預算；
- (4) 全年度各學級體育正課教材進度預定表；
- (5) 全年度課外運動實施計畫、辦法及其成績紀錄與統計等；
- (6) 全年度體育表演、運動比賽與其他特殊活動之實施計畫，及其成績紀錄與統計等；
- (7) 健康檢查辦法、紀錄、統計及其矯治結果等。

(8) 衛生教育之推進計畫、辦法及其成績紀錄與統計等，

(9) 幼童軍訓練之計畫及其成績紀錄等；

(10) 體育成績考核辦法、成績標準及其紀錄統計等；

(11) 其他與體育、衛生教育及幼童軍訓練有關事項之設計及實施成績紀錄等。

四

各種體育設施計畫之製定及推行，應依左列各項原則辦理：

(1) 應先確定其目的，然後依據目的，擬具有效之方法。

(2) 各種活動之實施，應隨時注意其進展情形，如發現與預期目的有不符之處，應即加以修正。

(3) 各種活動雖各有其特殊之目的，但仍應互相發生關係，隨時注意其內容方法，以免發生矛盾或衝突之處。

(4) 各種活動之質量宜縝密支配，務使體育目標之全部分均能顧到，且各得其宜。

(5) 體育上之法令規則，務必嚴格執行，以培養兒童守法之精神；不論其能遵守與否，均以積極方法鼓勵糾正為宜，非至萬不得已，勿施責罰。

(6) 在體育活動中，兒童最易流露其天性，負管理領導之責者，務須善用此機會，以陶冶兒童之品性，行為與態度，勿單以運動技術為重。

(7) 各種體育活動推行之結果與成績紀錄，應隨時揭示，以引起兒童之注意與興趣。

(8)運動上可能發生之意外事項，應設法預防，並在各種規約中詳加指示，或以他種方法明白宣告，力求避免。

(9)一切活動應設法與其他課程聯繫，以達更大之教育目的。

小學體育以由各級級任教員擔任為原則，但六年制小學至少應聘請合格之體育專科教員一人，專負技術訓練及行政責任。

四 經費設備

一 各校應根據全校體育設施需要，按年度編製體育經費預算，列為學校經常費預算之一項。

二 小學不得徵收體育費，一切運動消耗及事業費均由學校在經常費內開支。

三 各校應根據體育場地設備擴充計畫，編製臨時經費預算，於年度開始前呈請主管機關核准，俾得如期充實場地設備，以利體育教學及課外活動之推行。

四 各校體育場地，以能容納全校兒童同時活動為原則。左列各項，為三百兒童（單軌小學）最低限度應備之體育場地，班級與兒童數較多或較少者，得按比例酌量增減。

(1)遊戲運動場一片（面積至少二千四百平方公尺，以草地為最宜，用石灰砂土等集或之三合土場地亦可）；

(2) 小足球場一片(兼作壘球場用)；

(3) 籃球場二片(兼作排球場用)；

(4) 遊戲器械場三片(分作低、中、高年級之用，宜加圍籬)。

各校體育用具設備，以適合教學及課外活動之需要為最低限度，其標準另訂之。

六 各校體育場地設備未達部頒標準者，應擬具計畫呈請主管機關核准後，分期予以擴充。

七 校內空地應充分利用，布置衛生環境或設置適當遊戲器械。

八 一切器械設備，宜力求經濟合用，並須作定期之檢查，以免發生危險。低年級與高年級兒童尤宜分場運動，俾便管理而策安全。

九 各校應有簡單之沐浴設備，使兒童於運動出汗後得隨即浴身，或將汗擦乾，以重衛生。

十 短期小學及簡易小學因受經費上限制，對於體育場地及設備，應儘量利用戶外空地及天然環境，並置備價值低廉之運動用品，如毽子、小皮球、跳繩、繩圈等。

五 體育時間

一 小學體育之實施，以體育正課及課外運動為主要部分，茲規定其最低限度之時間如左：

(1) 體育正課

小學(一)低年級與音樂合併為唱游科，每週一百八十分鐘，分為六節，每日一節，每節三十分鐘。

(二)中年級第三學年每週一百二十分鐘，分為四節，第四學年每週一百五十分鐘，分為五節。

(三)高年級每週一百八十分鐘，分為六節(每日一節)或四節，每節三十或四十五分鐘。

(2) 課外運動

(一)低年級每日一次，每次以三十分鐘為標準。

(二)中高年級每日一次，每次以四十分鐘為標準。

體育正課時間，以排列於每日上午十一時以前為原則，課外運動時間，以排列於每日下午各級課程完畢之後散學之前為原則。無論如何，同一班級之體育正課與課外運動時間不得銜接。

飯前飯後一小時內，絕對禁止劇烈運動。

兒童體力薄弱，故其運動時間在何情況之下，每次不得延續至五十分鐘以上，低年級更宜注意。

五

小學兒童每日需要四至五小時之戶外運動，故除規定之體育正課及課外運動外，仍須舉行課間活動及其他特殊活動與表演比賽等，以滿足其身體發育之需要。

六 體育正課

小學兒童除因身體上之殘廢，經正式醫師證明學校核准，得免除或指定他種活動替代者外，均須按時參加體育正課。殘廢兒童准免體育辦法另訂之。

小學高年級體育正課必須男女分班教學。關於各該課之設備及器材，由學校負責。

各級體育正課內教學個人技術和機巧運動、競技運動等時，以按能力分組為原則。

體育正課教材宜以左列各種為範圍：

(1) 走步及體操；

(2) 韻律活動；

(3) 游戲運動；

(4) 機巧運動；

(5) 球類運動；

(6) 競技運動；

(7) 水上及冰上運動。

(8) 其他運動。

五 體育正課各種教材之選配，以部編小學體育教授細目為標準。除教授細目中規定為必修之教材務必遵照教學外，各校得自選適當教材補充之。此項補充教材，不得多於全部教材三分之一。

六 補充教材應依左列各補原則慎加選擇，對於高年級男女兒童運動分量之差別，尤須注意。

(1) 確具教育價值而能達到小學體育目標之全部或一部者；

(2) 無背於兒童生理心理及能力興趣者；

(3) 為學校或社會環境及兒童生活上所需要者；

(4) 兒童能在家庭自由練習者；

(5) 能針對抗戰時期之需要，培養兒童民族意識與國家觀念者。

七 體育正課每課時間之分配標準如左：

(1) 每節三十分鐘者，整隊點名及教材說明不得多於五分鐘，主要活動不得少於二十分鐘。

(2) 每節四十五分鐘者，整隊點名及教材說明不得多於八分鐘，主要活動不得少於三十分鐘。

(3) 如於運動後有出汗之現象時，應提早五分鐘下課，令兒童全體沐浴或將汗擦乾。
體育正課之教學，應由擔任教員依照部編小學體育教授細目中之辦法，編製全年或每學期之各級體育教材進度預定表，以便循序而進，達到預期之目的。

九 擔任體育之教員應根據各級教材進度預定表編製各課教案，將每課教材詳細分析，列成教授程序，配合教學時間，計畫練習方式，以便依照實施。

十 教員對於教學方法應隨時研究改進，部編小學體育教授細目中之作業要項說明，可資參考，每課教學完畢後，並須將教授心得紀錄於各該課教案備註欄內，作參考研究資料，並供視察人員之查閱。

十一 體育之教學，必須依據學習定律，始能達最高之效率；故教學任何活動，教員應先設法引起兒童之動機，然後以種種方法維持其興趣，作不斷之練習，則效果自然產生。

十二 教員對於體育正課之管理應切實注意左列各點：

- (1) 上課前宜將應用設備用品妥為準備或事先布置；
- (2) 上課時整隊點名宜力求迅速而有秩序；
- (3) 一切行動務須靈活敏捷而有紀律；
- (4) 規則務必切實執行，勿稍苟且，致啓兒童玩忽之心；

(5) 兒童活動機會，應注意其普遍均等；兒童運動之心。

(6) 隨時利用機會，啓發兒童守法自治之精神。

十三 高年級兒童宜利用分組機會，訓練小組領袖，培養其領導才能。

十四 因氣候關係戶外不能上課而校內暫無室內運動之設置者，應在原教室講授體育常識及運動方法規則等，並作各種室內遊戲運動，不得藉故停課。

七 課外運動與課間活動

十一 小學應實施強迫課外運動。全體兒童除有特殊原因准予免除者外，應一律參加，作爲體育成績之一種。

十二 課外運動之實施，應製定整個之計畫，切實進行。

十三 課外運動之項目，應根據正課教材、學校環境及設備等條件，選擇訂定。

十四 低年級課外運動，以由級任教員領導監督作共同之活動爲原則。高年級分組練習，以體育專科教員或其級任教員領導爲原則。中年級得採用二者中比較適宜之方法行之。

十五 實施強迫課外運動，應充實場地設備，以應需要。在場地設備未達標準時，得根據左列原則變通辦理，但不得藉故停止或取消課外運動。

(1) 將每日課外運動時間，分爲兩節，低年級在第一節舉行，中高年級在第二節舉行；

(2) 低年級與中高年級間日輪流舉行，每週各三次，如低年級每週一、三、五日舉行，中高年級每週二、四、六日舉行；

(3) 低中高年級按日輪流舉行，每週各二次，如低年級每週一、四兩日，中年級每週

二、五兩日，高年級每週三、六兩日舉行；

(4) 用以上三種方法混合支配。

課外運動之管理宜特加重視。兒童在自由活動時，最易表現其個性，教員應利用此時機，密觀察，對於優良品性行為之表現，宜予以鼓勵；反之則宜相機暗示，或明白指正。同時對於意外之危險，應隨時注意防止。

課間活動為恢復兒童疲勞及興奮精神之良法，每節下課之後，全體兒童必須離開教室，在戶外作種種遊戲，如踢毽子、造房子、跳繩、拍球等，並應由學校指定教員輪流監護，以策安全。

課間活動之項目及方法，可任兒童自由選用，但學校宜按各級兒童需要，分配活動場所，以便管理。活動用品除毽子等可由兒童自備者外，學校方面亦宜充分供給，並使兒童依照規定手續領用與歸還。

八 運動比賽及表演