

大學用書

動作教育的理論與實際

陳英三・林風南・吳新華 編譯



五南圖書出版公司 印行

動作教育的理論與實際

陳英三・林風南・吳新華 編譯

五南圖書出版公司 印行

動作教育的理論與實際

中華民國 77 年 7 月初版

編譯者 陳英三·林風南·吳新華

發行人 楊 榮 川

發行所 **五南圖書出版公司**

局版臺業字第 0598 號

臺北市銅山街 1 號

電話：3916542

郵政劃撥：0106895-3

印刷所 茂榮印刷事業有限公司

板橋市双十路2段46巷22弄11號

電話：2513529

基本定價：10.00 元

(本書如有缺頁或倒裝，本公司負責換新)



五南圖書出版公司

編譯者序

「治病，醫生都會尋求對症的特效藥，以期及早去除疾患。教學，教師們同樣也應該去探求『特效』的教育方法，以促進學童的健全發展。」假如這種見解能為大家所接受，那麼對於幼兒（或障礙兒童）的『特效』的教育方法又是什麼呢？我們可以肯定的說，那就是 M. Frostig 於 1970 年所創的『動作教育』（Movement Education）。因為這種教育可使幼兒在毫無身心的『負擔』下，學得很多在發展過程中所必需的『動作』，又可透過各種『動作』的操作，去獲得將來學習更複雜之事與物的『預備條件』（Readiness）。因此，動作教育可以認為是入學之前的預備教育。當學習學科的預備條件準備齊全之後才進小學，可使學科的學習更為順利。其實，教育原本就是一連串的評鑑→教學→再評鑑→再教學的過程。基於這一理念，故編譯者等認為在幼兒（或障礙兒童）教育上，有積極推展動作教育的價值。

日本的小林芳文博士，是編譯者之一陳英三教授留日期間的同窗好友，氏長期受教於 M. Frostig 的門下，又親赴德法等國鑽研動作教育，沉潛日久，不但深窺其堂奧，而且著作等身。故特相邀於今年暑假（民國 77 年 7 月 16 日至 21 日）前來臺南師範學院，舉行動作教育之研習會。

爲了這次研習活動，也爲了對國內推展動作教育的工作略盡棉薄，編譯者等人於今年二月初起，即將所蒐集的有關動作教育的資料（包含小林博士等人所著之①障害兒のムーブメント教育，②ムーブメント教育實踐のためのムーブメント教育プログラムアセスメント，③乳幼児と障害兒の發達指導スラツプガイド，④動きを通しこ發達を育こるムーブメント教育の實踐①對象別指導事例集，⑤動きを通しこ發達を育こるムーブメント教育の實踐②教具・遊具の活用事例集等書）加以編譯，匯集而成本書。全書共分五章，約五十萬言。第一章『緒論』，介紹動作教育的發展與其基本精神；第二章『動作教育診斷』在於設法瞭解施教前個體所具備的學習條件或缺陷；第三章『階段性的指導』，旨在依據診斷的結果，提出因應各發展程度的教育計畫；第四章『因材施教』，介紹個別化的動作教育實例；第五章『運用教具、遊具的動作教育』，舉出運用適當的教具與遊具以達成教育目標的實例。本書由編譯至付梓，倉促以成，疏漏在所難免，敬祈方家不吝教正。

最後，本書之出版，得力於五南圖書出版公司楊榮川先生之鞭策與協助，特此敬致謝意；而林杜娟小姐協助整理繕校文稿的工作尤爲辛苦，亦一併在此伸致謝忱。

編譯者	陳英三	謹識
	林風南 吳新華	

動作教育的理論與實際

目 錄

第一章 緒 論	1
第一節 動作教育的歷史	3
第二節 動作教育的意義與目標	5
第三節 動作教育的基本課題	7
第四節 動作教育的方法	17
第五節 動作教育計劃指南	19
第二章 動作教育診斷	23
第一節 動作教育的意義	25
第二節 MEPA 的目的	26
第三節 MEPA 的內容	27
第四節 MEPA 實施上的注意事項	28

第五節	MEPA 的實施方法	30
第六節	MEPA 評量結果的整理與運用	58
第七節	個案之 MEPA 解說	65
第八節	為障礙兒童運用 MEPA	70
(附)	MEPA 檢錄用紙	75

第三章 階級性的指導.....95

第一部	幼兒與障礙兒童的身心發展.....	99
第一節	身心發展指導計劃的使用方法.....	99
	——根據 MEPA 評量表	
第二節	本章的教育理論基礎	101
	——動作教育指導的理念	
第三節	兒童發展概論	106
第二部	身心發展指導計劃的實踐	110
第一節	幼兒時期發展水準的程序	110

第四章 因材施教459

第一節	動作教育的基本構想	461
第二節	乳幼兒期的動作教育	475
	——重度障礙兒童的動作教育	
第三節	2～4 歲兒童的動作教育	502
第四節	5～6 歲兒童的動作教育	550
	——創造性的動作教育	
第五節	腦麻痺、自閉傾向兒童的動作教育	574
第六節	家庭中的動作教育	603

第五章	運用教具、遊具的動作教育	615
第一節	動作教育與教具、遊具	617
第二節	主要課題的意義與運用範例	625
第三節	動作教育上各種教具、遊具之運用實例	636
	——大型動作遊具	
第四節	動作教育中應用教具與遊具實例	691
	——操作性的動作遊具	
第五節	教具、遊具的設計與運用的原則	748

第 1 章

緒 論

動作教育
與
遊戲

兒童初期的運動或肌肉反應，即有機體最初的行動，正意味著其漫長的發展與學習的開始（Kephart, N. 1960）^①。越是接近發展初期階段的小孩，這種身體上的活動越與精神上的活動有密不可分的關係（Forstig, M. 1970）^②。兒童就藉著這種身體活動的發展，徐圖自我本身或生活空間的擴大，以助長其社會性與情緒方面等種種能力。因此，積極促進這種身體活動，在人類的全面發展上，無疑扮演著極重要的角色。

一般說來，障礙兒童在所有的機能或發展上，都具有顯著的遲滯現象，且又陷於未分化狀態，他們缺乏對自身週遭的洞察能力，對自己各部位的位置或動作，也缺乏正確覺知的能力，換句話說，他們大都還停留在皮亞傑（Piaget, J. 1967）^③所說的：「感覺動作期」的發展階段。當我們考慮這類兒童的教育措施時，方法固然多歧，但基本上必須於有計畫的、繼續性的教育中，視其各個發展的階段，滿足其不同的需要，以期提升其潛在能力。基於這個理念，咸認在衆多方法中，以運動為核心的教育方法，乃是一種有效的手段。

動作教育或可為其代表。在此僅就有關的教育理論及其教育目標、基本課題、與夫構造化的展開原則等做概要的介紹。

第一節 動作教育的歷史

Kephart, N.（1960, 1963, 1967）^{①④⑤}強調：個體的初期學習乃是動作的經驗，而透過這一經驗，其高層次階段的行動也可獲得發展。基於這個論點，氏為學習障礙兒童或腦部受傷兒童的治療教育提出了「知覺——運動理論」（Perceptual—Motor Theory）。這個理論強調(1)平衡與姿勢的保持、(2)接觸、(3)移動、(4)截住與推出

等四個動作習慣化的重要性。自1945年左右，由 Strauss, A.或 Lehtinen, L. (1947) ⑥等所進行的學習障礙研究，到上述 Kephart, N.與 Getman, G. (1964, 1965) ⑦⑧，進而是 Frostig, M. (1964a, 1964b) ⑨⑩與 Ayres, J. (1972) ⑪的所謂「知覺——運動理論」的論點積極進行著，他們都是強調以知覺發展做為運動發展的重要先決條件的研究者。

Frostig, M.的功績，首先是完成「視知覺發展測驗」(The Mariane Frostig Developmental Test of Visual Perception)的標準化，繼而是開發了這一測驗之副測驗的五個領域所構成的「視知覺訓練課程」(The Frostig Program for the Development of visual Perception) ⑩。他雖以在學習上有困難的兒童(Children with Learning Difficulties)為中心，來從事教育性的治療工作，但他總覺得在這項工作中，動作教育(Movement Education)該是其中一項有效的方法。於是在1970年他就公開發表「動作教育之理論與實際」一書，並逐步建立其理論體系⑫。

在其作業上，闡明了適切的動作教育對於兒童是如何的需要。同時，把動作教育納入教育的一環，這種深具特色的新教育方法廣受矚目。如今這種教育方法運用在特殊教育的領域裏，比之過去在幼兒教育上的使用情形，更形活躍。

至於動作(Movement)經驗對兒童各種機能發展的影響，特別是知覺——運動理論派的健將 Ayres, J. (1972) ⑪，他從神經學與神經生理學的立場，繼續熱心地從事學習障礙的研究，並統整了 Kabat, H. (1953) ⑫、Fiorentino, R. (1962) ⑬、Rood, S. (1952) ⑭等的治療理論，提出他獨創的「感覺統整理論」(Sensory Integration Theory)。感覺統整治療主要是以與腦幹有極密

切關聯的觸覺、前庭覺、固有感覺等因感覺刺激的運動，來提升腦幹的機能，並促進上位皮質的機能，從而促進個體學習的一種過程。

雖然 Ayres, J. 的理論因闡明了推展動作教育的生理學基礎而獲致極高的評價，但是動作教育在兒童教育的方法論上之所以廣受注目的原因，則在於這種教育乃是基於人道主義之尊重「人類愛」的教育（Humanistic Approach）。Frostig, M. 下面這段話，無疑已指出動作教育（Movement Education）的本質：

「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；要及時給予回饋（Feedback）；要保證所有兒童的成功等。固然這些原則都很妥當，但是其他同樣妥當的原則也不應忽視。也就是說，同時還要強調：需要給予發現及發明的機會（Bruner）；要考慮幼兒的特別需求（Rousseau）；要考慮兒童的興趣（Dewey）；使內容或方法能配合兒童的各發展階段（Piajet）；將內容的各領域予以統整，並加以結構化（Bruner）等等。」

第二節 動作教育的意義與目標

對任何人來說，身體是他最重要的所有物，也是一個最能直接表達個人情感或動作的東西（Frostig, M. 1970）^②。而這種表達能力的高低，端視兒童具有何種動作經驗而定。這種說法一點也不為過，因為動作教育乃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、或亦兼含自我意識），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」。

換句話說，透過動作教育，使兒童知道他的身體，學會巧妙地使用他的身體，發展他的意志、交信或認知機能，並且能富有創意地表達自己，而促進情緒的成熟和社會性的發展。在此，特別要強調的是：除了身體上的能力之外，還要更進一步地促進他的學習能力、對人的行為能力、與自己的感情或環境間的關係等的發展。

在衆多兒童當中，情緒不安者有之、自閉傾向者有之、更有那心神不定而活動過盛者；相反地，也還有那缺少活動者、無法走動者、甚至注意力無法集中等等，在發展上呈現種種障礙的人。對於這些障礙兒童，在考慮該如何教育他們時，必須先透徹地瞭解他們所需要的究竟是什麼！這點非常重要，尤其重要的，或許就是更進一步的「健康與幸福感」的達成。這無疑乃是動作教育的中心目標。

特別是幸福感，它是所有行為發展的重要因素。然而不幸的是：障礙兒童或由於其感覺——運動機能的低劣；或由於缺乏身體意識的能力；或由於各種心理機能遲滯的結果，以至於在他的生活當中，未能真正體味出快慰之情。爲了促成這些兒童的幸福感，動作教育正可以顯它的效果，換言之，它要扮演的是，最成功的教育治療（Education Therapy）的角色。

大多數的障礙兒童，對於學科的學習技能（skill）相當拙劣，誠如衆所週知，這種技能是需要高度的知覺、認知、以及聯合的能力。在這一當然的條件之下，爲使其能獲得學科的學習技能，則其前階段的教育便不可或缺，而動作教育可以達到形成「學科學習前期技能」（Pre-Academic Skill）這一教育目標。

第三節 動作教育的基本課題

動作教育的基本定理，就在於把握由兒童的發展（Frostig, M. 大體上把這個發展順序分為感覺運動期、語言期、知覺期、高層次認知期等）所導出的課題。重視兒童行動上的要求，期能把行動要素中的行動屬性加以多樣化的組合，以增進感覺、知覺、運動技能，並促進各種心理機能，臻於「所有能力均獲得最適當的發展」之境界。

稟此定理，動作教育的基本課題如下四項：(1)感覺——運動技能的增進；(2)身體意識的增進；(3)時間、空間、因果關係意識的增進；(4)各種心理機能的增進等等。

一、感覺——運動技能（Sensory—Motor Skill） 的增進

運動並非孤立存在，運動常伴隨著感覺或知覺性的體驗。運動雖不時由知覺而引發，但也時常受肌肉運動的刺激，或其他感覺的刺激所支配（Kephart, N.1967）^⑤。對人類而言，當感覺與運動技能發生統整作用時，也就是自己的身體可以自由自在、任隨己意地活動，甚至有可能預期目的去動作的時候。因此，意識性的運動，必待感覺與運動能產生統整機能時，才能圓融無礙。

要調查這種感覺——運動技能的程度，有許多方法可行。例如 Frostig, M.，他用 Orpet, R. E.（1972）^⑥的 Frostig Movement Skills Test Battery。這個組合測驗雖然在日本尚未標準化，但 Orpet, R. E.所列的，乃是根據迄今猶為各學者所認定的運動屬性因子加以編製而成的，其中包括以身體的中心線為基準，要求受試者將

物體在身體左右兩側移動的作業（例如把彈珠由一手移到另一隻手），以及試以測量敏捷性、平衡、肌力、持久力等的東西。Orpet, R. E.爲這些運動屬性做了如下的定義：

- 協應與韻律……協應是指全身的運動由幾塊肌肉或肌肉羣同時協調作用之謂，韻律則在表現肌肉的流暢、均衡、及平衡。
- 敏捷性……乃是指開始運動或變更方向以及儘快調整位置能力的機敏程度。
- 柔軟性……是指把關節伸張到最大極限或屈曲，而能使身體的任何部分在這時仍然能輕易活動的能力而言。
- 肌力……指使用全身或軀幹部分所能發出的力量。
- 平衡……指在與地板有些微接觸的狀態下，能維持其位置的能力。其中包括靜態平衡（Static Balance，在安定面上的平衡）與動態平衡（Dynamic Balance，在動態面上能維持其位置的能力），甚至還有物體平衡（Objective Balance，以最小限度的面來支撐物體使不掉落的能力）等等。
- 持久力……是指身體持續的活動下，其對肌肉疲勞所能忍耐的限度。

動作教育的程序，就是基於上述這些運動屬性去建構的，也就是先慎重分析每個兒童的運動成果，而後考慮究竟應該促其熟練何種運動屬性才具較佳的效果，再予以程序化。

大家都知道，訂定幼兒期的動作教育程序，應以協應性、敏捷性及平衡等調整力的熟練爲主要目標，而尤其重要的是，在程序的實踐中，要考慮將於下文論述的動作教育的展開之原則，並同時要考慮兒童在語言或知覺，認知機能或情緒發展、社會性發展等方面的情形，以求增進其感覺——運動技能。