

通識教育在提升學生身體素養之實踐－運動與文化生活

佛光大學通識教育中心 林安迪

摘 要

緒論：本研究以大學通識教育課程-「運動文化與生活」，為研究場域，教學方式包含透過運動為題材之影片欣賞、身體素養相關議題討論、心得撰寫與教師回饋以及運動賽事參訪等，目的為了解學生身體素養、通識教育層面及運動賽事觀賞等三層面之學習狀況。方法：研究參與者包含 2 班共計 61 人(32 男 29 女)，並對其中 8 人(3 男 5 女)進行半結構式訪談，以作業、訪談逐字稿及個人教學札記作為分析之資料，以質性研究典範進行詮釋現象學分析。結果：研究結果顯示在素養學習層面效益包含了解學生修課動機、認識運動世界及跨領域討論，通識教育層面包含與學系專業結合及了解通識教育學習效益，賽事學習層面了解選擇賽事的原因及觀賞運動賽事後的成長。結論：結論提及，運動與文化生活課程對於提升學生身體素養及通識教育期待的能力有具體的幫助。建議可進一步融入創新教學增加學生學習動機與自主性。

關鍵詞：核心素養、質性研究、運動教育學、運動社會學

壹、緒論

歐美學者於 19 世紀時，對於現代大學的學術分科林立，導致學系教授內容太過專精，而知識切割零碎，因此提出通識教育 (general education) 的概念。根據 108 年學校體育統計年報，共計有 64 所公私立大專校院將 4 學期的體育列入通識教育必修之中 (教育部體育署，2021)。筆者亦在大學肩負體育術科的教學，課堂中時常發現，學生普遍在運動技能的學習上是以測驗結果 (特別是術科) 為學習導向，這樣的學習氛圍，令學生在各項的學習遷移上表現不如預期，深究其原因，術科之養成有賴長時間的累積，在學習成就上方能肯定自己的表現，如此以術科成果為教學目標，不僅狹隘了運動學習的面向，也讓身體文化的學習機會被壓縮。學校體育是培育學生終生運動習慣的重要場域，而大學是大多數學生接觸體育的最後一個階段，然而學校體育過去的技能導向，過度強調技能習得的重要性，卻容易忽略了運動世界中蘊含的意義。

在大學以前，學生學習體育之現行課程綱要為「十二年國民基本教育課程綱要」，根據健康與體育學習領域載明之內涵 (教育部，2018)，陳述如下：

以學生為主體及全人健康之教育方針，結合生活情境的整合性學習，確保人人參與身體活動；運用生活技能以探究與解決問題，發展

適合其年齡應有的健康與體育認知、情意、技能與行為，讓學生身心潛能得以適性開展，成為終身學習者；建立健康生活型態，培養日常生活中之各種身體活動能力並具國際觀、欣賞能力等運動文化素養，以鍛鍊身心，培養競爭力 (教育部，2018：1)。

換言之，在大學以前，健康與體育主要以全人健康為目標，發展應有的認知、情意、技能與行為，並建立健康生活型態，更重要的，是能夠培養國際觀、欣賞能力等素養。深究我國十二年國民基本教育課程綱之內容 (教育部，2018)，可以發現除了個人本身的發展之外，也強調人與人、人與社會之間的互動，而這樣的能力並非只有運動技能的培養，更重要的是如何藉由運動解決人生中各種體育與健康的問題，也能夠以同理心與他人溝通及互動，並對美善的人事地物進行賞析與分享，更重要的，在堅定自我文化價值的同時，能尊重欣賞多元文化，拓展國際化視野，並主動關心全球體育與健康議題或國際情勢。換言之，素養指的是適應生活的重要知識、能力與態度，十二年國民教育課程綱要各領域亦有所謂「核心素養」作為課程發展的主軸，兼顧各教育階段間的連貫以及各領域與科目間的統整，兼顧與其他科目的統整與連結。

「身體素養」(physical literacy)概念的起源，大多指向英國學者 Whitehead 於 “*Physical literacy throughout the life course*” 一書當中所提出，系指個人能夠珍惜並承擔終生參與身體活動的動機、信心、身體能力以及知識和理解 (Whitehead, 2010)。不同國家對於身體素養的概念也會有不同的概念，Aspen Institute (2015) 為了瞭解身體素養在不同國家的促進與實施，在曾針對加拿大等 10 個國家或地區進行首次跨國的分析，發現每個國家對於身體素養都有其定義，Whitehead 與研究團隊亦在後續研究中，透過哲學探究，強調在身體活動中維持終生運動的動機，對於身體素養而言是重要的一項內在價值 (Pot, Whitehead, & Durden-Myers, 2018)。所謂素養，系指每一位國民為適應現在及未來的生活，所必須擁有基本且重要的知識、能力與態度 (楊俊鴻, 2016)。近年來身體素養的研究受到運動教育學領域關注，從概念的辯證 (O'Sullivan, Davids, Woods, Rothwell, & Rudd, 2020; Young, O'Connor, & Alfrey, 2020)、價值的探討 (Whitehead, Durden-Myers, & Pot, 2018)、到測量工具的發展 (Blanchard, Van Wyk, Ertel, Alpous, & Longmuir, 2020; Cairney, Clark, Dudley, & Kriellaars, 2019; Li et al., 2020; Lodewyk, 2019; Pavlova et al., 2021; Stearns, Wohlers, McHugh, Kuzik, & Spence, 2019)，相關研究持續進行中。

在國內相關研究方面，主要可分為理念性探索與實證研究。綜合理念性探索 (李晟璋、郭癸賓, 2019; 林靜萍, 2017; 施登堯, 2018; 熊鴻鈞, 2019)，主要在於介紹身體素養導向相關的理念、重要性，在學校體育可以施行的方向及評鑑方式。詹恩華、闕月清與掌慶維 (2018) 曾比較英、加、美、澳四國的素養導向體育課程，進而發展我國素養導向體育課程，並在文後建議十二年國教健體領域課程發展可納入身體素養作為體育課的最終目標和結果。此外也曾以實際的方案介紹以素養為導向的體育課程與教學策略，詹恩華與丘愛鈴 (2019) 曾以高職競爭型陣地攻守籃球運動單元的教學設計為例，介紹以素養為導向之體育教學策略，有別於傳統教學，融入 MAPS 教學法四項教學策略包含：心智繪圖、提問策略、口說發表與同儕鷹架，能夠具體協助學生在戰術與策略的分析，透過心智繪圖分析組別的優勢與劣勢，並找到解決辦法，強調在體育課中的知識與理解學習，是以身體素養當中的其中一項作為課程目標，聚焦進行研究，可作為素養導向課程研究之借鏡。而陶以哲 (2020) 曾以臺北市某中學多元選修課程，進行為期一學期的運動微電影實作課程，結果顯示，師生參與者共同展現出多層次、社會性之人我互動與豐富學習過程。

可能因為素養導向仍屬新興議題，主要在於介紹相關的概念與課程方

案參考，在學校體育實證研究仍屬少數。體育以外的領域而言，以影片輔以提升素養為導向的實證研究中，吳璧純 (2013) 曾在通識教育課程中以培養學生的公民核心能力為主題，透過議題探究，採取問題解決與行動導向的教學，並結合多元教學方法，提升公民素養。陳昭宇 (2018) 曾以文獻分析法蒐集相關文獻進行彙整與討論，探討素養導向的體育課程與教學，發現核心素養的意涵不僅涵蓋「學科知識」範疇，更著重於「一般知識理論」的學習，具有問題解決與情境脈絡的屬性。而鄭漢吾 (2019) 曾以某校師資生為對象，建立素養導向的課程內容，次為瞭解師資生身體素養之現況、學習成效及感受，結果發現，素養導向的師培教學對身體素養及教學技術具有成效，師資生對課程多持肯定、認為能提升其素養教學知能。從上述兩篇文獻中 (陳昭宇, 2018; 鄭漢吾, 2019) 可以發現，素養導向之研究已在台灣運動教育學界萌芽，在概念探討及實務應用上獲得研究者關注，但實際應用上，由於身體素養為複合式概念，過去相關研究若以身體素養為測量變項，結合身體能力、動機與信心、知識與理解及日常行為等進行測量 (Blain, Curran, & Standage, 2021; Coyne et al., 2019; Kaioglou, Dania, & Venetsanou, 2020)，測量面向多元，對於了解身體素養之教學成果較為困難，有賴相關研究證實探究之。本研究所指之身體素養係

由 Whitehead (2010) 所指終生參與身體活動的動機、信心以及知識和理解，然而對於一般大學生而言，國內尚未有系統性地進行研究，是為身體素養概念研究中的一項缺口。

從以上的文獻可以發現，關於身體素養的研究已有一定程度上的概念探索與測量工具發展的成果。但在十二年國民基本教育提出以「素養」為導向的學習方向，身體素養為研究主題多聚焦於概念的陳述，特別在大學階段，若以增加學生的身體素養為目標，僅由通識體育課進行，受限於時間、空間與教育目的。基於上述，大學體育課程之目標涵蓋認知、情意、技能與行為，但對於技能較低或對運動興趣較低之學生，透過強化運動的動機、信心、知識與理解，能否提升對運動之興趣，進而養成終身運動的習慣，除了需要相關課程進行教育實驗，也需進一步探討學習效益。過去雖有鄭漢吾 (2019) 針對體育師資生進行實證研究，但對於通識課程及一般非體育相關科系的學生而言，仍需要進一步的研究結果確認之。

基於上述，本研究之目的旨在了解學生修習通識教育課程－運動與文化生活後身體素養成長之情形，具體動機與目標包含以下三點：

一、學生身體素養提升情形

運動世界中有許多的學習面向，除了運動本身的欣賞(如規則、戰術及高難度動作)，也包含不同時間空間、運動項目等形塑出的不同議題(如青

少年、性別、後殖民、運動與援助發展等),這些議題能讓學生了解運動世界的不同面貌,而學生接收了哪些訊息,進而內化成素養?探討本課程的素養學習是本研究動機之一。

二、通識教育成果之情形

通識教育的主要目的在於培養學生獨立思考的能力、將不同的知識體系融會貫通,讓考量更為周詳,實現全人發展的理想。運動世界不同議題的影片,由不同的專業進行思考,往往會有不同的切入觀點,學生結合學系專業的觀點進行闡述的情況為何?

以及課程完成之後整體的成長包含哪些層面?瞭解本課程在通識教育層面的成果是為本研究動機之二。

三、觀賞運動賽事啟發

現代運動除了競技之外,周邊的設施安排、行銷及商業活動等,儼然形成了一項龐大的產業。透過實地參訪,學生對於運動的可能性將有不同的想像,學生選擇比賽的動機以及觀賞比賽後獲得啟發的方向包含哪些?觀賞運動賽事層面的學習是為本研究動機之三。

貳、方法

一、研究對象

本研究以自願選修「運動與文化生活」兩班共計 61 名(男生 32 名,女生 29 名) 大學部學生為研究對象,本研究訪談對象之選擇採立意取樣,以參與該課程中選擇 8 名(男生 3 名,女生 5 名) 進行訪談,研究參與者背景如表 1。本研究在學期結束完成成績計分後,始進行本研究之資料收集與分析,並明確告知研究結果與學期成績無關,所有的參與者皆知情同意參與,使學生得以安心進行課程無虞。

表 1 研究參與者背景

代號	性別	學系	年級
A	女	中文系	四年級
B	女	傳播系	二年級
C	女	公事系	二年級
D	男	公事系	二年級
E	女	心理系	四年級
F	男	文資系	四年級
G	男	外文系	四年級
H	女	公事系	二年級

二、研究程序

本文之課程參考吳璧純 (2013) 之研究設計,透過議題探究,並結合講述、討論、反思及實地參訪等方法提升身體素養等目標。本課程之進度(如表 2),原則上以兩週一部影片作為探討的主題,主要探討的重點,包含

運動 (籃球、棒球、羽球、橄欖球、體操與角力) 本身的規則與技術，亦包含其他學科的整合探討，主要社會學為主，另包含心理學、經濟學、管理學等範疇，主要的目的在增加學生之身體素養。另由學生自主選擇一場運動賽事前往觀賞，並於學期末繳交心得。

課程開始首週，與同學說明上課內容，並說明本課程會進行相關資訊的收集，若不想參與研究者，其資訊不會被使用，參加本計畫與否其評分亦不會受到任何影響，若有需要進行訪談，亦會徵求同意。每次上課討論過後，學生須準備筆記本，將觀賞心得以手寫方式進行撰述。所有課程與資料收集完畢後，始進行資料分析，並依據研究結果撰寫成報告。

表 2 本課程之各週進度

週次	課程主題	內容【說明】
1	課堂內容與規則說明	
2	中秋節彈性放假	自行選擇運動比賽觀賞
3	運動與社會階級、青少年相關議題。	「卡特教頭」欣賞及討論
4		
5	雙十節補假	自行選擇運動比賽觀賞
6	運動與後殖民、全球化等相關議題。	「KANO」欣賞及討論
7		
8	運動與性別、行政管理等相關議題。	「我和我的冠軍女兒」欣賞及討論
9		
10	運動與國家認同、族群衝突等相關議題。	「打不倒的勇者」欣賞及討論
11		
12	運動競技訓練與實務相關議題	「翻滾吧男孩」欣賞及討論
13		「翻滾吧男人」欣賞及討論
14	運動心理學相關議題	「羽球-李宗偉：敗者為王」欣賞及討論
15		
16	運動與經濟學相關議題	「魔球」欣賞及討論
17		
18	期末反思	

三、資料收集與分析

本研究之資料來源包含作業 (代號為 P)、個人札記 (代號為 N) 與訪談 (代號為 I)。作業收集是以每次上課後學生將課堂討論後的想法，結合自己本身的專業，對電影提出至少 300 字以上的心得，再針對書寫內容進行回饋，其中作業代碼第二碼為學生代號，第三碼為作業次別，例如 (P-2-7)，代表第 2 號學生的第 7 次作業。

訪談對象的選擇系以課堂反思與心得撰寫表現相對較佳之同學進行邀訪，訪談時首先約好研究對象至舒適自然的環境，在訪談之前告知其所享有的權利，告知訪談當中若有感到不適，可隨時中止；訪談當中為了記錄方便，請求同意錄音，但逐字稿須由研究對象過目後方得進行使用，受訪者並保有刪減之權利；訪談內容不得以本名或任何可能影射本人之

化名呈現。訪談大綱 (如表 3) 的形成，由研究者參考過去關於身體素養相關之文獻，參酌本課程之學系目的，包含本課程內容相關看法，包含學習動機、影片學習的心得與看法、體育賽事參訪的心得與看法以及日後學習遷移的狀況等四個面向，探討的主題包含身體素養不同層面的啟發、與學系專業結合的情況以及觀賞運動的興趣。碰到較有意義的部分，筆者會捨棄原先設定的問題順序，而深入去了解較有意義的背景內容。每位訪談者大約花費 40 分鐘左右，每次晤談之後，筆者開始撰寫訪談逐字稿，

經過研究對象過目之後，將這些資料作為資料分析的內容。訪談紀錄之受訪者以英文代號呈現，如 (I-B)，代表為 B 受訪者的訪談記錄。訪談人數事先並無設定，經由訪談達到飽和，未能增加分析新的見解時停止，共計選取 8 名學生進行訪談。

此外，筆者會進行個人教學札記，對於有印象之教學活動、學生回饋或討論內容進行個人札記，依照實際上課次數記錄之，訪談則以課程後進行。個人札記以週次區別，例如 (N-5) 代表是第五週的個人札記。

表 3 半結構式訪談之訪談問題

訪談面向	訪談問題
動機	1. 為什麼選這門課？
	2. 過去學習體育的經驗，術科表現如何？
	3. 平常有從事什麼運動？大概多久運動一次？
影片學習	4. 這幾部影片當中，哪一部印象最深刻？為什麼？
	5. 這部影片當中，學到了什麼？
	6. 你本身是什麼系所，你曾經用系所專業分析影片？
	7. 用電影學習運動與文化生活，這樣的方式感受如何？
賽事欣賞	8. 在這門課之前，你有去看過哪些運動賽事？
	9. 你選擇了哪一場賽事？為什麼選擇這個？
	10. 這場運動賽事帶給你哪方面的啟發？
	11. 除了賽事，周邊行銷或安排你有獲得哪些啟發？
學習遷移	12. 上完這門課後，日後你會選擇哪些賽事或影片繼續觀賞？
	13. 對於提升運動習慣方面有哪些影響？
	14. 上完這門課後，對你的系所專業發展有什麼幫助？
	15. 這樣的學習方式？你有什麼建議？

本文採用質性研究典範詮釋現象學分析，詮釋現象學既是描述，也是理解與詮釋，研究者透過同理與詢問的理解與詮釋，和研究參與者達成共同的理解，再透過書寫完成研究 (高麗娟、黃光獻，2014)，符合本研究

探究與理解在「運動與文化生活」課程中學生學習成效之目的。整理所有逐字稿與文本後進行詮釋現象學分析，過程當中採開放式編碼，將有意義的資料編號成一個有意義的主題。接著再以主軸編碼，把相似意義的主

題歸類成一較高的次類別或類別，最後再根據次類別或類別的屬性或是脈絡，分別歸類至不同的次概念之中，並歸納研究結果。最後，本研究參考國內外關於身體素養導向相關文獻或實徵研究，進行分析與討論。

四、研究可靠性

研究以三角測量法確保資料的可信度，包含教學札記、個別訪談與反思作業等，所有資料交叉比對，增加資料的效度，且研究者亦有質性研究基礎與相關經驗，本研究具有一定程度的可信度。

參、結果

本研究結果如表 4 所示，一級編碼後括號內之數字代表為收集訪談、課堂心得作業與教學札記後之資料後進行詮釋現象學分析，編碼出現次數。運動與文化生活身體素養導向學習成果主軸編碼包含素養學習層

面(含修課動機、認識運動世界及跨領域討論)、通識教育層面(包含與學系專業結合及學習效益)及賽事學習層面(選擇賽事的原因及觀賞運動賽事後的成長)，詳細說明如下。

表4 運動與文化生活身體素養導向學習成果主軸編碼表

三級編碼	二級編碼	一級編碼
素養學習 層面	修課動機	對運動有興趣(8)、對運動興趣較低(5)、教師因素(2)、學習方式吸引人(2)
	認識運動世界	運動團隊管理(12)、運動員發展(11)、運動規則(9)、運動戰術與技術欣賞(5)運動與賽會管理(4)、奧林匹克精神(3)
	跨領域討論	運動與政治議題(11)、運動與種族議題(10)、運動與性別議題(8)、運動與青少年發展議題(5)、運動與後殖民議題(5)、運動與心理學議題(5)、運動與家庭教育議題(4)、運動與傳播議題(4)、運動與行銷議題(3)、運動與經濟議題(3)、運動與儀式議題(3)
通識教育 層面	與學系 專業結合	與傳播專業結合(6)、與文學專業結合(4)、與心理學專業結合(3)、與社會學專業結合(1)、與文化資產學專業結合(1)、與經濟學專業結合(1)、與資訊學專業結合(1)、與管理學專業結合(1)
	學習效益	深入了解運動文化(16)、鼓勵自我(14)、建立多元觀點(11)、增加對運動的興趣(5)
賽事學習 層面	選擇賽事 的原因	本身對該項運動有興趣(7)、朋友邀約(4)、完成作業(3)
	觀賞運動賽事後 的成長	周邊行銷(9)、體驗現場觀賽之差異(6)、建立觀看運動賽事的習慣(5)、建立實地運動觀賞經驗(3)

一、素養學習層面

本研究發現素養學習層面的內涵包含修課動機、認識運動世界及跨領域討論。在修課動機上，學生選擇該課程的原因，含括對運動有興趣及對運動興趣較低的情況，顯示不管是否對運動有興趣，都有可能選擇該項課程。

我接觸的都是球類的運動，像是：桌球、羽球、籃球……等，雖然沒有過專業的訓練，但自己對於這些運動非常有興趣，都會額外觀看比賽影片，甚至到現場去支持選手 (I-F)；在國中的體適能測驗是全項目金質獎，在舞蹈術科方面學習過包含芭蕾舞、武功、身韻、現代、即興及少數民族舞，其中較擅長武功及現代，因為本身我的爆發力很好因此在短跑和武功這種項目表現的較突出 (I-B)。

另外如同一般選課動機，許多同學也會因為曾經修習過開課老師的課程，或者是聽從修過課的同學經驗，覺得學習方式有趣而選擇該項課程。

真的是看老師，第二個就是那個學群的通識看起來也不是太簡單，那時候就想說如果老師這節課要帶我去運動，我也認了，抱著這樣的想法選了這堂課 (I-A)；我覺得很新穎也很吸引人，因為大多數的人都很喜歡看電影，所以透過電影學習知識的方式，效果滿好的，比較能夠去體會 (I-E)。

此外，在認識運動世界方面，最主要關注在運動團隊管理及運動員發展上，可能是因為電影中刻劃了許多場面在於教練不計個人榮辱為選

手努力爭取經費、爭取佳績，但也可在當中發現許多青少年對立的場面，這與年齡相仿的學生更能引起共鳴。

為了球隊，教練申請經費，甚至願意自掏腰包；球員願意承受痛苦讓球隊贏下這場比賽，也是教練在這樣的球隊中看到了曾經還沒打完卻喪失鬥志的球隊對比著現在已經輸了卻很開心自己努力過的球隊，讓他更堅定要帶領著這些孩子前進 (P-4-2)；可是球技真的比品德重要嗎？蠻認同卡特教頭一些教育球員的理念，許多都是從學生時期開始訓練，……但即使是出名的運動員，也是要以學生為先，後才是運動員 (P-2-1)；翻滾吧男孩跟翻滾吧男人，之前小的時候看這部電影很希望時間快轉，因為很想知道李智凱未來會怎麼樣？是不是真的會去奧運？是不是真的會拿牌？現在知道李智凱真的在奧運拿牌，再回來看這部電影真的很感動又感慨，謝謝他當初有堅持下去 (I-A)。

其次也關注到運動規則和運動戰術與技術欣賞，這也是這門課當中最核心要傳達個學生的目標之一，或許不是所有人都會運動，但透過欣賞，能夠認識運動之美，進而有機會培養運動的習慣。

可能像是在電影裡面的話會比較知道一些典故吧，或者是那項運動的規則 (I-B)；這部電影貫穿了羽球規則的重大改變，以往是發球得分制，要有球權才能得分，然而電影後期改變成為21分的落地得分制，介紹這項規則讓同學們認識，現今所有的比賽

規則，也都有歷史脈絡的更迭 (N-15)。大一體育課程有羽球項目，記得有講解大概的規則，羽球的發球動作分解、連貫、及球位置落在何處、正反拍怎麼掌握等(P-21-6)！

另也有關注運動賽會管理及賽事安排等情況，課堂中也提及奧林匹克精神相關的概念，在運動追求卓越之外，和平與友誼更是奧林匹克停戰精神的普世價值。

台灣與美國的籃球錦標賽贏球文化落差很多，在美國任何一個比賽，只能承認一個冠軍，很殘忍又很現實，但在台灣，無論輸了，起碼還有亞軍、季軍、殿軍，也會有獎勵 (P-45-1)；一位永遠擋在你面前的選手，樹立了障礙，似乎是跨不去的坎，林丹與李宗偉的存在除了成為相互砥礪的選手，兩者之間變成了互相刺激的動力，如同前一部翻滾吧男人提到，頂尖選手平常見面的時間與次數，可能比自己的家人還多，這樣的友誼也是奧林匹克精神所追求的 (N-15)。

對於內容討論，也吸引學生進行跨領域的討論包含運動世界中的政治議題、種族議題、性別議題、後殖民議題等社會學議題，從運動當中認識到我們人與人、人與社群以及社群與社群之間的關係。

這部電影除了看完讓我想到台灣的體育界，奧運四年一次有很多人是有所謂的「一日奧運迷」，根本不管選手背後多辛苦，甚至用選手身上的封號情緒勒索，一定要得金牌，例如球后、舉重女神、鞍馬王子等，普通人想到壓力就很大了更何況選手(P-4-3)？

這部電影 (打不倒的勇者) 是在敘述國家意識的發展，這部電影其實跟前兩次所觀看的 KANO 有異曲同工之妙，這兩部電影的題材是有一點不同的，KANO 當中所用的題材是棒球，而這次所看的電影打不倒的勇者所用的題材是橄欖球，而相同的地方是運用運動比賽讓全國的人民團結在一起，讓國民對國家的意識跟向心力更加提升 (P-12-4)。所以就算這部電影 (我和我的冠軍女兒) 提倡女性也能有出頭的機會，但事實上我認為更有父權的意味存在，因如果沒有父親去迫使女兒練摔角，就沒有這一個感人的故事了 (P-50-3)。殖民國與被殖民者存在一種微妙關係，雖然殖民國擁有執行統治的方針，可是透過「運動」這種較柔和的手法凝聚民心，算是能突破彼此隔閡並有共同目標的一大要素 (P-21-2)。

此外也看到了運動與青少年發展議題、家庭教育議題與心理學相關議題，運動與身心發展息息相關，除了家庭的支持、青少年個人發展與運動員心理健康等，也吸引了同學的關注。

本來已為這部電影只是單純在講籃球這項運動，其實仔細觀看，能看到不少除了籃球以外的東西，好比說，在美國文化中黑人屬於經濟較為落後的族群，所以為了家庭生計大多父母忙於工作，放任小孩不管，導致出現不上課，做壞事或是在學生時期與他人發生關係而有了小孩等現象 (P-15-1)；運動員的心理素質以及抗壓性都是決定運動員在場上能否取得好成績的主要因素。當李宗偉

被貼上「沒辦法贏」凌”丹」的標籤，他不是沒有實力，而是心魔會一直操控著他「輸吧！我本來都贏不過他」，結果真的輸掉比賽。由此得知一位運動員的抗壓能力真的很重要(P-52-6)。

另外，運動與傳播、行銷與經濟議題，也吸引同學關注，值得一提的是，運動場上有許多儀式，這樣的儀式對於運動表現有說不出的幫助，可以使人心安，也在不同影片中提醒同學們可以注意這些文化。這些運動場上雖然不是運動員本身的議題，但在不同領域的討論下，也有不一樣的結果呈現。

改變有時候需要一些助力，而國家總統想靠世界盃宣傳，透過跳羚隊隊長領導，宣傳影片的行動標語打著"one team, one country"團隊就是國家口號推動國人和世界，以此手法展現白人、黑人、大人、小孩間的向心力 (P-21-4)；現今的運動產業早就不像以前那樣一成不變，變得非常錯綜複雜，結合各項商業發展產業的經營，在許多國家已是行之有年。每位運動員都是商品，經過包裝、行銷等方式，藉由高超技術及精彩的賽事，使觀眾愉悅，並重視觀眾的趣味，所以除了運動員在從事運動外，觀眾們也跟著參與互動 (P-27-7)；決賽對決的隊伍是黑衫軍紐西蘭隊，紐西蘭在國際賽中，不管籃球、足球或者橄欖球，都會在賽前進行哈卡 (Haka) 舞，這是紐西蘭傳統毛利人的舞蹈，這樣的儀式有激勵士氣的作用，這樣的儀式也在許多層面當中探討到，例如我和我的冠軍女兒有提到進場前須敬禮等，這也再次

顯示了運動員對於無法解釋的力量有深深的敬畏(N-11)。

經由上述結果可以發現，在素養導向上分為三個層面分別從修課動機、認識運動世界及跨領域討論三個層面進行探討，學習動機與成果大致上能與課程設計一致，學生學習到的內容亦達到預期。

二、通識教育層面

通識教育層面的內涵則包含與學系專業結合及學習效益兩層面。在課堂上鼓勵學生以自身的專業出發，結合自身專業對影片提出評析與心得，最多的是傳播學與文學相關的想法，可能是影片欣賞的緣故，較容易從劇本、拍攝手法或剪接上提出心得。

電影《敗者為王》一開始就驚艷到我，熱血激昂的電影配樂，搭配運動員揮拍那瞬間的汗水以及羽球接球拍後的力道特寫，鏡頭剪輯手法就先前看的電影「我和我的冠軍女兒」一樣，運用比分及界內外線來凸顯緊張感 (P-60-6)；我就讀傳播系，本身在心得評論裡如果有讓我覺得很特別的鏡頭拍攝手法我也會和老師分享，或者是電影中導演的編劇手段等等 (I-B)；記得系上有堂課討論了日治時期的文學，許多台灣作家在日治時期都遭受了不平等對待，寫出來的文章幾乎都是批評當局和 unfair，我覺得這些對比電影演出來日本對台灣「好」更有血有肉，是活生生血淋淋的真實過程，畢竟好事略施恩惠就能寫出來，但「痛」呢？沒經歷過是寫不出來的 (P-2-2)。

此外，亦有學生應用心理學上學

習到的內容，評論運動世界當中發生的一些現象，結合了系所專業，除了增加了在本課程上的深度，也增加了自己在心理學學習上的廣度。

研究結果顯示，參與國際賽事的選手，會比一般人更容易進入心理學家稱為「神馳」(心流, flow)的心理狀態，這個狀態是指當人將所有精神力專注在活動上時，會產生高度的正向情緒 (P-35-5)；我認為對於運動員的心理狀態還有人格特質有更進一步的了解以前是完全不會探討到這一塊 所以收穫很多 (I-E)。

其他還有如管理學、經濟學、社會學等，亦有同學會將自身所學與自己的系所專業結合，也增加了自己學習不一樣的視野。

社會科學與自然科學有著很大的不同，以迴歸來說，其誤差項的處理，你光要證明誤差項具外生性，且其變異數據同質性就需要不少的樣本，再加上因年齡而有所變化的可能性，對於樣本的需求又更上了一層樓 (P-42-7)；社會學比較常提到，性別相關的議題，例如玻璃天花板、女性弱勢之類的，如果是本系的話，會提到但是鮮少，亦或者說我們系上可能比較著重在政治發展 (I-D)。

除了與系所專業結合，本課程亦有些許通識希望達成的目標，最主要的包含深入了解運動文化，並增加對運動的興趣。

對於一般同學來說可能以前並沒有太多時間投入在每一項運動項目裡面，而藉由這

堂課可以更加了解每一項運動從規則到運動背後的文化都有涵蓋 (I-G)；另外跟同學們提到大英國協運動會(The Commonwealth Games)，由於過去航海與殖民霸權，參與大英國協國家每四年舉辦一次的運動會，成為這些國家重要體育成就指標，不亞於我們熟悉的奧運 (N-9)。原本覺得看電影寫心得很無趣，但老師找的電影除了運動知識科普，劇情也引人入勝，讓人想繼續看下去，也認識很多運動的背後。.....看完後我也推薦朋友要去看每部片都有感人的地方，我也常看到鼻酸，能藉由看影片間接了解運動文化背景，比起單純講課，此方式更令人感興趣 (P-19-8)。

此外，大部分的同學，也受到了影片當中的鼓舞，開始思考如何讓自己的人生往正向進行改變。

一直以來堅持似乎就是我個性中所遺失的那個部分，所以在我的人生中有始無終的事情比比皆是，也就是因為我有這樣的個性，讓我在不管是學習或是工作上經常撞牆，於是在我看完這部影片(卡特教頭)後，我認為我必須開始試著嚴格的自我要求了 (P-13-1)。我認為可以增強自信心，透過觀看電影的內容，會發現那些專業運動員其實也是從零開始訓練，有些也沒有所謂的天份，而且過程中也會像不擅於運動的人一樣遇到很多挫折，所以我覺得這門課可以激勵到他們(I-E)。

最後，也是最重要的，透過本課程的介紹，能夠讓學生擺脫過去一個

問題只有一個答案，或者追尋老師心目中的標準答案，建立多元的觀點亦成為本課程在通識教育上的一個重要成果。

社會科學是門相較於自然科學更為抽象的學問，再進行社會探討時，需要先進行許多的定義，最後以數據方式呈現。例如：最成功的球隊是哪支？在設想這個問題時應定義何謂「成功」，是勝場數、團隊氛圍或者整體形象，因此在思考問題時，每一個想法對提出人都是最好的，然而當意見交流時，只會最適合，而非最好 (P-24-7)。我以前看完影片的想法都是好看或不好看，這門課要寫心得，所以自己必須要想，透過這影片學到了什麼，再把想法完整的表達出來，因為我的表達能力不是很好，可以透過寫心得來加強 (I-H)。

基於上述，我們可以發現本課程在通識教育層面上的成果，包含與學系專業結合及通識教育希望帶給學生的學習內容兩方面，值得一提的是，前一部分跨領域討論及本節提及與學系專業結合的差別為何？主要跨領域討論是以系所專業進行影片的探討，關注的是運動與文化本身，而與學系專業結合，則是運用運動影片當中的題材，對自己專業的啟發，關注的是自身專業，兩者之間還是存在一些本質上的差異。

三、賽事學習層面

賽事學習層面聚焦於了解學生選擇賽事的原因及觀賞運動賽事後的成長兩大面向，由於通識課程學生較難利用課間進行具有規模的賽事參訪，因此利用課餘時間，由學生選擇自己喜歡的賽事並撰寫報告。學期初已明確告知此作業為學期末的報告，有完整一個學期去選擇運動賽事，學生選擇運動的主要原因為本身對該項運動有興趣，其次為朋友邀約，也有學生是單純只為了完成作業，選擇一個自己時間空間允許的比賽。

我平常很喜歡羽球、桌球，這學期我跟其他課程認識的學弟會固定在週二上午及週四下午固定打桌球，.....我這次看的比賽是在宜蘭運動公園體育館舉辦的 110 學年度宜蘭縣中小學運動會桌球賽的國小組，主要看的項目是國小高年級男子組單打 (P-18-8)；的籃球賽是由新北國王對上富邦勇士，因為我是黑人陳建州的小小小粉絲吧，我知道他創立了這個聯盟我就想去看剛好就藉這個機會去了 (I-B)。

其次為朋友邀約，也有學生是單純只為了完成作業，選擇一個自己時間空間允許的比賽。

我的朋友是一個非常熱愛運動賽事的人，無論是 HBL、SBL 聯賽還是中華職棒，都可以在觀眾席上看到她的身影。因緣際會下，我和她一起去桃園棒球場看了統一對上樂天的例行賽 (P-35-8)；佛光對師大的比賽，一開始目的很純粹就是想完成作業，後來因緣際會亂搜尋看到 UBA

的廣告，然後看到一場剛好有佛光的比賽，我時間也剛好可以，就這樣去看那比賽了(I-A)。

至於學習的成果，大部分的同學關注到的是周邊行銷，由於職業運動賽事日益蓬勃，除了運動賽事本身的張力外，周邊行銷也成為吸引觀眾入場的重要方法，因此也特別提醒同學關注周邊行銷的特色。

當天一到新莊體育館時看球賽的人潮讓我大開眼界，我以為應該不會有太多人，但沒料到人潮塞滿整個剪票口，而這次是新北國王的主場，到了座位區時又看到了座位上有他們的應援 T-shirt，又一次讓沒看過任何球賽的我大開眼界 (P-58-8)。比賽過程中，主播會帶動全場觀眾將現場氣氛炒熱，例如大喊口號、提醒球員防守等等，若球員進籃全體觀眾也會跟著嗨起來，而中場休息時，會安排小遊戲與觀眾互動、發送球隊周邊商品的活動 (P-60-8)。

有一些同學，之前完全沒有實地運動觀賞的經驗，藉由這次的課程安排首次踏入比賽場館，也體驗了現場觀賽與電視轉播之間的差異。

還真的沒有，所以老師出這個功課的時候我很緊張，因為我沒有去看過運動比賽，也不知道哪裡有管道 (I-A)；此次能體驗到花錢買門票來觀看現場的運動賽事，整體上沒有白白浪費門票錢，反而的確是還蠻值得的，從中也能明白為何大家會願意花錢來觀看現場比賽；因為觀

看直播沒辦法感受到那種氣氛的激昂，不論是球員還是場邊加油的觀眾都非常的激動 (P-15-8)。所以我很謝謝老師出這個作業，讓我有會去體驗到看球賽的樂趣 (P-57-8)。

更重要的，經由這次的比賽，慢慢建立起某些同學願意持續觀賞運動賽事的習慣，運動產業蓬勃發展需要靠全民投入，然而學校教育如何在這樣的方面努力，或許本課程的方式值得參考。

之前的我不能理解為什麼會有人想去看現場的運動比賽，人很多又很吵雜，我不是很喜歡那種場合，……在那天之後，讓我對運動比賽改觀，其實和一起看比賽好熱血啊，甚至會希望越多人越好，彼此分享著喜悅或互相安慰，這都不是透過冰冷的電視機能夠感受到的 (P-35-8)。經過這次經驗，之後有空真的會想常常進球館看比賽，畢竟實體的震懾、回應、互動是轉播不會獲得的，直至今日，球賽已經過了兩三天，我的腦海裡還是有它應援的節拍、聲光影音的迴盪，甚至還一直想去查找關於球隊的資訊 (P-59-8)。

基於上述，可以發現學生參與運動賽事主要是因為自己喜歡該運動外，朋友邀約及時間空間允許也是重要的動機因素，在學習層面而言，除了建立觀賽體驗，也能夠就周邊行銷進行了解與關注，更重要的是能夠建立觀賞運動賽事的習慣。整體而言是達到課程的目標，也了解了整體內涵。

肆、討論

由上述結果發現，整體而言，本課程達到預先設定的目標，根據研究目的，有以下三點討論：

一、身體素養學習層面

以教育部 (2018) 提出的健康與體育領域課程綱要為基礎，對於身體素養有機會提升的項目包含身心素質與自我精進、系統思考與解決問題、符號運用與溝通表達、科技資訊與媒體素養、藝術涵養與美感素養、道德實踐與公民意識、人際關係與團體合作以及多元文化與國際理解皆有機會提升，唯一較不明顯的是規劃執行與創新應變，換言之在十二年國教課綱上重視的「自主行動」、「溝通互動」、「社會參與」三大面向都能有所提升，因此在運動與身體素養教育有一定程度延續性，這項成果與楊俊鴻 (2016) 提及，學生素養的培養並非獨立於各領域或科目之外，而是與各領域科目的學習相輔相成的觀點一致。與 Whitehead (2010) 所定義之素養比較，對於知識與理解及動機與信心上有一定程度的相同，但在身體能力及日常行為上較難確認，這有賴相關研究日後探討，如何在通識課程上兼顧提升這兩方面的成果。由於通識教育的目的在於避免專業知識零碎化導致無法教育完整的「人」進入社會，因此可能較難短期間就有顯著成果，如同陳昭宇 (2018) 的觀點，素養是因

應未來生活與職場所需的認知、能力與態度，需要透過不斷學習以達成個人目標並參與社會的想法一致，亦或許如鄭漢吾 (2019) 所述，單一學期的課程可能較難看出成效，可期待日後追蹤研究。

二、通識教育成果層面

在通識教育層面上，通識教育的目標在於避免知識過度分化，亦強調知識間的整合，如何運用通識教育的知識與系所專業結合，似乎是通識教育普遍的信念。整體而言本研究之結果顯示，學生普遍能將運動世界中的現象與系所專業對話，並且能建立多元觀點、深入了解運動文化與增加對運動的興趣，並且能鼓勵自我在各方面能夠精進努力，顯見運動電影在提升身體素養這樣的教學方式也符合通識教育的精神，無論對運動有無興趣，都能在該課堂獲得啟發，從運動、文化與通識教育的觀點。吳璧純 (2013) 曾結合多元教學方法，如討論、報告、影片觀賞、論壇、辯論、演劇、實地調查以及公民行動方案等，提升公民素養，本研究與之取徑類似，在成果上亦證實這樣的課程在通識教育上有一定成效，惟本研究重視的是運動世界的認識，雖然為了服膺「文化生活」之主題，有部分是與社會生活相關，但主體仍在運動世界的認識。基於上述，本研究之初步成果可供日

後相關領域在素養導向的課程參考，亦可透過通識課程檢驗結合系所專業進行跨領域人才培育之研究參考。值得關注的是，Hopkins 與 Bieter (2021) 透過學生聲音了解通識教育課程改革之方向，本研究雖未提及，但課程中的心得撰寫亦有利於課程調整更貼近時代需求。

三、賽事參訪啟發層面

在賽事參訪層面上，從學生選擇運動賽事的動機上可以發現學生選擇的原因包含內在自身的喜好及外在同儕的邀請或時間空間允許，日後可考慮假日集中帶隊前往，雖少了自主性，卻能夠讓學生有機會透過具體解說深入了解運動賽事。而非體育相關科系的學生許多都是第一次踏進比賽場館，其效益包含關注賽事周邊、建立實際觀賽體驗及建立觀賞賽事習慣，有助於日後進入社會後持續參與及觀賞運動賽事，為運動產業增加潛在人口。未來亦可透過相關研究，

進而了解這樣的課程設計是否對於提升運動觀賞習慣有幫助。

本研究以兩個班級學生作為研究對象，旨在探究在通識教育課程中融入運動與文化生活主題，在提升身體素養的成果，作為深化運動文化與鑑賞之啟發，或技能表現相對較低的學生群體而言，本課程都是具有實質教育意義，在多項表現上學生也能夠實踐通識教育的意涵，更在培植運動觀賞人口有具體的效應，對於大學身體素養研究及通識教育課程精進具有實務參考價值。然而本研究聚焦探究「運動與文化生活」該課程在身體素養方面的學習成果，訪談大綱的發展以能夠解答研究問題為取向，較難服膺質性研究之建議，此為本研究之限制。在理論價值層面，由於本課程是跨領域應用的實踐，可做為日後翻轉教學、問題導向教學等創新教學方式之基礎，亦可發展運動與文化認知量表編撰之基礎，進行跨校院橫向研究之前導研究。

引用文獻

- 吳璧純 (2013)。以科學－技術－社會 (STS)課程培養大學生公民核心能力－通識教育的教學實踐與反思。《通識教育學刊》，11，9-36。doi:10.6360/TJGE.201306_(11).0001
- 李晟璋、郭癸賓 (2019)。自造教育與探索體育理念連結之探討。《中華體育季刊》，33 (3)，135-144。doi:10.6223/qcpe.201909_33(3).0001
- 林靜萍 (2017)。落實素養導向體育課程與教學。《學校體育》，162，4-5。
- 施登堯 (2018)。素養導向體育課程設計與教學評鑑。《學校體育》168，14-23。
- 高麗娟、黃光獻 (2014)。體育運動質性資料分析方法。《體育學報》，47 (2)，159-178。doi:10.6222/pej.4702.201406.1201
- 教育部 (2018)。十二年國民基本教育課程綱要-健康與體育領域。台北市：作者。
- 教育部體育署 (2021)。108 年學校體育統計年報。台北市：作者。
- 陳昭宇 (2018)。素養導向的體育課程與教學：證據本位實務的思考。《課程與教學》，21 (2)，111-140。doi:10.6384/CIQ.201804_21(2).0005
- 陶以哲 (2020)。運動影音創客：一個高中運動微電影課程歷程分享。《運動管理》，47，43-55。
- 楊俊鴻 (2016)。以核心素養為導向的體育課程與教學。《學校體育》，153，7-18。
- 詹恩華、丘愛鈴 (2019)。應用 MAPS 教學策略於素養導向之體育教學設計－以高職競爭型籃球運動單元為例。《中等教育》，70 (1)，70-84。doi:10.6249/SE.201903_70(1).0005
- 詹恩華、關月清、掌慶維 (2018)。素養導向體育課程評析：以英國、加拿大、美國、澳洲為例。《大專體育》，143，1-13。doi:10.6162/SRR.2017.143.01
- 熊鴻鈞 (2019)。運動服務業優化－學校體育扮演之角色。《運動管理》，44，12-25。
- 鄭漢吾 (2019)。「素養導向體育教材教法」教學實施與學習成效之行動研究。《臺灣運動教育學報》，14 (2)，16-42。doi:10.6580/JTSP.201911_14(2).02
- Aspen Institute. (2015). *Physical literacy: A global environmental scan*. Retrieved from https://www.shapeamerica.org/events/upload/GlobalScan_FINAL.pdf

- Blain, D. O., Curran, T., & Standage, M. (2021). Psychological and Behavioral Correlates of Early Adolescents' Physical Literacy. *Journal of Teaching in Physical Education, 40*(1), 157-165. doi:10.1123/jtpe.2019-0131
- Blanchard, J., Van Wyk, N., Ertel, E., Alpous, A., & Longmuir, P. E. (2020). Canadian assessment of physical literacy in grades 7-9 (12-16 years): preliminary validity and descriptive results. *Journal of Sports Sciences, 38* (2), 177-186. doi:10.1080/02640414.2019.1689076
- Cairney, J., Clark, H., Dudley, D., & Kriellaars, D. (2019). Physical literacy in children and youth—a construct validation study. *Journal of Teaching in Physical Education, 38* (2), 84-90. doi:10.1123/jtpe.2018-0270
- Coyne, P., Vandeborn, E., Santarossa, S., Milne, M. M., Milne, K. J., & Woodruff, S. J. (2019). Physical literacy improves with the Run Jump Throw Wheel program among students in grades 4–6 in southwestern Ontario. *Applied Physiology, Nutrition & Metabolism, 44*(6), 645-649. doi:10.1139/apnm-2018-0495
- Hopkins, D., & Bieter, J. (2021). Closing the gap: increasing student voice on campus to improve understanding of a general education program's goals. *The Journal of General Education, 69* (1-2), 30–59. doi:10.5325/jgeneeduc.69.1-2.0030
- Kaioglou, V., Dania, A., & Venetsanou, F. (2020). How physically literate are children today? A baseline assessment of Greek children 8-12 years of age. *Journal of Sports Sciences, 38*(7), 741-750. doi:10.1080/02640414.2020.1730024
- Li, M. H., Sum, R. K. W., Tremblay, M., Sit, C. H. P., Ha, A. S. C., & Wong, S. H. S. (2020). Cross-validation of the canadian assessment of physical literacy second edition (CAPL-2): the case of a chinese population. *Journal of Sports Sciences, 38* (24), 2850-2857. doi:10.1080/02640414.2020.1803016
- Lichtman, M. (2010). *Understanding and evaluating qualitative educational research*. London: SAGE Publications.
- Locke, L. F. (1989). Qualitative research as a form of scientific inquiry in sport and physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 60* (1), 1–20. doi:10.1080/02701367.1989.10607407
- Lodewyk, K. R. (2019). Early validation evidence of the canadian practitioner-based assessment of physical literacy in secondary physical education. *Physical Educator, 76*(3), 634-660. doi:10.18666/TPE-2019-V76-I3-8850

- O'Sullivan, M., Davids, K., Woods, C. T., Rothwell, M., & Rudd, J. (2020). Conceptualizing physical literacy within an ecological dynamics framework. *Quest (00336297)*, 72(4), 448-462. doi:10.1080/00336297.2020.1799828
- Pavlova, I., Petrytsa, P., Andres, A., Osip, N., Khurtenko, O., Rudenok, A., . . . Nataliia, Z. (2021). Measuring physical literacy in Ukraine: development of a set of indicators by delphi method. *Physical Activity Review*, 9 (1), 24-32. doi:10.16926/par.2021.09.04
- Pot, N., Whitehead, M. E., & Durden-Myers, E. J. (2018). Physical literacy from philosophy to practice. *Journal of Teaching in Physical Education*, 37 (3), 246-251. doi: 10.1123/jtpe.2018-0133
- Stearns, J. A., Wohlers, B., McHugh, T.-L. F., Kuzik, N., & Spence, J. C. (2019). Reliability and validity of the PLAYfun tool with children and youth in northern Canada. *Measurement in Physical Education & Exercise Science*, 23 (1), 47-57. doi:10.1080/02640414.2019.1689076
- Whitehead, M. E. (2010). *Physical literacy throughout the life course*. New York, NY: Routledge.
- Whitehead, M. E., Durden-Myers, E. J., & Pot, N. (2018). The value of fostering physical literacy. *Journal of Teaching in Physical Education*, 37 (3), 252-261. doi:10.1123/jtpe.2018-0139
- Young, L., O'Connor, J., & Alfrey, L. (2020). Physical literacy: a concept analysis. *Sport, Education and Society*, 25 (8), 946-959. doi:10.1080/13573322.2019.1677586

作者簡介

第一作者：林安迪 (通訊作者)

服務單位：佛光大學通識教育中心 助理教授

通訊地址：宜蘭縣礁溪鄉林尾路 160 號

聯絡電話：0955-331015

E-mail： andy60084@gmail.com

The Practice of General Education in Promoting Students' Physical Literacy—Sports and Cultural Life

Andy Lin

General Education Center, Fo Guang University

Abstract

Background: This paper took an University's general education course-"Sports Culture and Life" as the research field. Teaching methods included sports-themed film appreciation, discussion of physical literacy related topics, experience writing and teacher feedback, and visited to sports events. The purpose was to understand the learning status of students' physical literacy, general education and sports event visiting. **Methods:** Participants included 61 people (32 males and 29 females) in 2 classes, and 8 people (3 males and 5 females) were interviewed by judgment sampling and using semi-structured interview. Used assignments, interview transcripts and personal teaching notes as data for analysis. Interpretative phenomenological analysis with qualitative research paradigms. **Results:** The results showed that the benefits of literacy learning include understanding students' motivation for taking courses, understanding the world of sports and cross-disciplinary discussions, general education including integrating with majors of the department and understanding the learning benefits of general education, and learning growth after a sporting event. **Conclusion:** The conclusion mentioned that sports and cultural life courses have specific help in improving students' ability to develop physical literacy and general education expectations. It is suggested that innovative teaching strategies could be further integrated to increase students' learning motivation and autonomy.

Keywords: core literacy, qualitative research, sport pedagogy, sociology of sport

