

# 嘉南藥理科技大學專題研究計畫成果報告

## 幼兒體適能檢測之探討

計畫類別： 個別型計畫  整合型計畫

計畫編號：CAN-91-07

執行期間：91 年 1 月 1 日至 91 年 12 月 31 日

計畫主持人：徐正桂

共同主持人：

計畫參與人員：張秀卿、施正人

執行單位：人文社會教育中心

中華民國 92 年 2 月 20 日

# 嘉南藥理科技大學專題研究計畫成果報告

計畫名稱：幼兒體適能檢測之探討

計畫編號：CNLA-91-07

執行期限：91年1月1日至91年12月31日

主持人：徐正桂 人文社會教育中心

計畫參與人員：張秀卿、施正人

## 中文摘要

本研究探討南部地區托兒園所有、無提供幼兒體能課程之比率，及有、無提供幼兒體能課程體適能檢測結果之比較。結果顯示：台南市有提供幼兒體能課程為41所，佔62%，台南縣77所，佔52%。無提供幼兒體能課程，台南市25所，佔38%，台南縣71所，佔48%。

從各項幼兒體適能檢測結果：有提供幼兒體能課程園所的幼兒成績並沒有比無提供幼兒體能課程園所的幼兒成績優異。其中原因為：1、為幼兒的生長發育速度差異性很大。2、各園所設計之幼兒體能課程不一。3、任用教師的專業水準。

關鍵詞：幼兒園，體適能

## 英文摘要

This research confers the rate of providing the course of physical ability for children of the kindergarten in Southern Taiwan and compares the result of check. The conclusions show that : There are 41 kinddergarten providing the course of physical ability for children in Tainan City , account for 62% . There are 77 kindergarten not providing the course of physical ability for children in Tainan

County. Although the kindergarten provided the course of physical ability for children , children not have got excellent achievement than others. The reasons are the following , First is the growth of children are very different . Second is the design of physical ability courses are not the same in many ways. Third is the professional knowledge of the teachers are not in the level.

Key words : kindergarten , physical ability

## 前言

大多數人都會質疑，學齡前的幼兒在各方面發育均未成熟，尤其是心肺功能方面，若在此階段實施體適能測驗是否有其意義？許義雄（民86）指出兒童的成長過程中，穩定、移動性和操作性等活動行為，是採漸進的方式增長，身體活動對促進兒童的成長有其正面意義，但是據烈的活動，則會產生負面的影響。因此，教師和家長應該謹慎督導兒童的運動，尤其有關兒童個別差異的因素，應加以考量。

本研究乃探討在學齡前幼兒園有、無提供幼兒體能課程之比率及對有、無提供幼兒體能課程幼兒園實施幼兒體適能檢測，進行分析比較其中之差

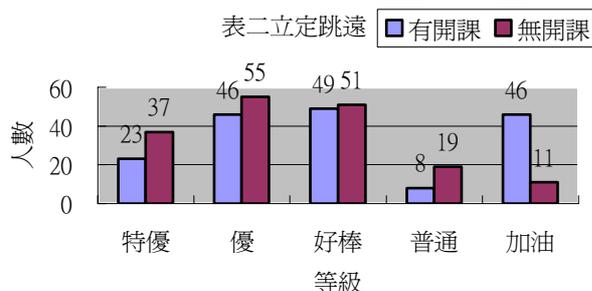
異。測驗項目為：立定跳遠、坐姿體前彎、單腳佔立、左右反覆側跳、連續併腿跳、一分鐘仰臥起坐。測驗項目中包括爆發力、柔軟度、肌耐力、平衡、敏捷等體能要素。

### 結果與討論

表一 台南縣市有、無提供幼兒體能課數值表

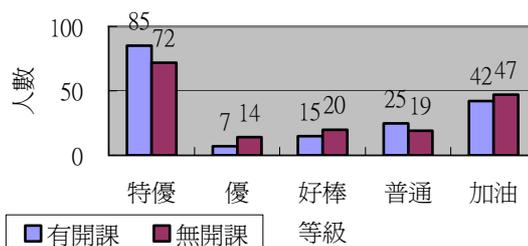
台南市	有	41	62%
	無	25	38%
台南縣	有	77	52%
	無	71	48%

由上表得知台南市接受訪查有 66 所幼兒園，其中有提供幼兒體能課程有 41 所佔 62%，無提供幼兒體能課程為 25 所佔 38%，在台南縣接受訪查為 148 所幼兒園，77 所有提供幼兒體能課程佔 52%，71 所無提供幼兒體能課程佔 48%。以開課比例，台南市差異較大，而台南縣較為平均。

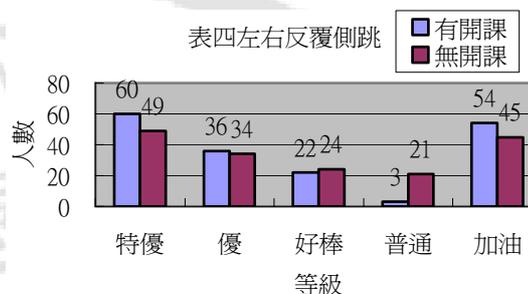


由表二立定跳遠項目的統計結果可以發現，有提供幼兒體能課程在加油等級為 46 位，無提供幼兒體能課程在加油等級只有 11 位。特優等級亦為無提供幼兒體能課程較高 37 位，有提供幼兒體能課程較低為 23 位。

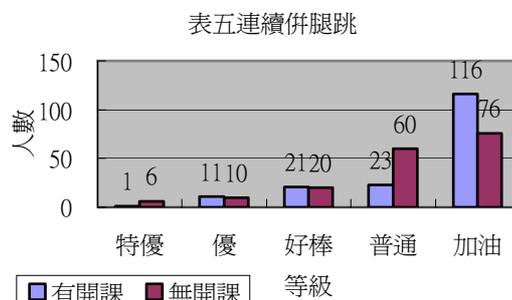
表三單腳站立



由表三單腳站立的統計結果發現，有開課園所施測結果在特優等級較優於無開課園所之外其他各等級都較遜於無開課之園所。



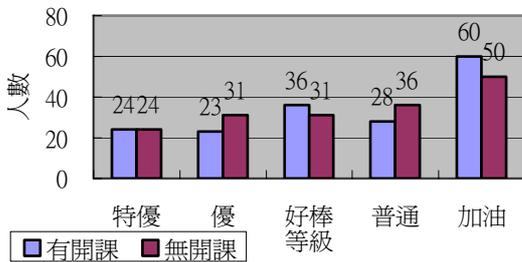
由表四左右反覆測跳的統計結果，可以發現有開課之園所幼兒在特優等級 60 位明顯優於無開課園所之幼兒 49 位。在優、好棒等級上，有無開課教無差異，但在普遍等級上，則差異較大(3 位、21 位)。



表五為連續併腿跳項目的統計結果，此項幼兒在加油等級的比例最高，在有開課園所的幼兒更高達 67.4%的

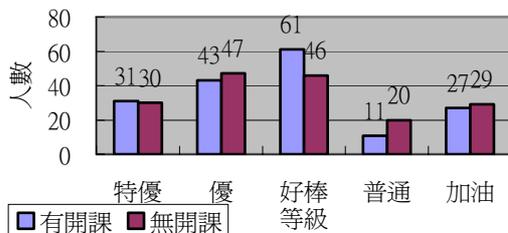
比例，而無開課園所的幼兒也達 76 位，佔 44.1 的百分比。

表六一分鐘仰臥起坐



由表六一分鐘仰臥起坐的統計結果發現，二者在各項等級分配上屬於較平均的一項，但有開課園所的成绩略遜於無開課園所。

表七坐姿體前彎



由表七坐姿體前彎的統計結果顯示，除了好棒等級有開課園所明顯優於無開課園所差距大（61，46 位），在其他各等級均明顯遜於無開課園所之幼兒。

綜合上述可知，在學齡前階段，幼兒園所是有、無提供幼兒體能課程，對於幼兒體適能檢測的影響並不太大，有提供幼兒體能課程的園所幼兒並沒有較優於無提供幼兒體能課程園所的幼兒，其中原因：1. 為幼兒的生長發育速度差異性很大，2. 各園所設計之幼兒體能課程不一。3. 任用教師的專業水準。

檢測的項目如果不是幼兒所熟悉之動作技巧也會影響檢測結果。檢測的結果並不是針對幼兒的運動能力的好壞做評價，若能以個案方式觀察每位幼兒的各項成績的概況，了解其發育的整體狀況，再來為其某單項成績的不理想而加以分析，進而提供給保育員或園方對於幼兒的活動內容有正確的指導方向或是如何改造一個適切的學習環境才是重要的。

#### 參考文獻

1. 許義雄譯，兒童發展與身體教育，國立編譯館。2001。
2. 王敏男，健康體適能—兒童肌力和肌耐力測驗之探討。體育與運動 第 35 期，31-35 頁，1998。

#### 自評

本研究內容與原計畫相符，透過本次幼兒體適能檢測的成果，可為各托兒園所設計幼兒體能課程教案之參考，亦適合在學術期刊發表。