

國 民 教 育 文 庫

國 民 學 校 休 閒 教 育

陰 景 曙 王 軼 三 編

商 務 印 書 館 發 行



# 目錄

第一章 緒論	一
一 休閒的意義和重要	一
二 休閒教育的意義及其在教育上的地位	四
三 國民學校必須實施休閒教育	八
四 國民學校如何實施休閒教育	一〇
第二章 國民學校休閒教育的行政設施	一三
一 休閒教育的行政組織	一三
二 休閒教育應有的設備	一四
三 休閒教育的環境佈置	一九
第三章 國民學校休閒教育的教學實施	二二

一 一般原則	二二一
二 教材綱要	二二四
三 教材舉例	二二七
四 教學方法	三五
第四章 國民學校休閒教育的訓練實施	四六
一 一般原則	四六
二 訓練事項	四七
三 訓練方法	五一
四 課外活動	五五
第五章 假期休閒生活的指導	五八
一 假期生活指導的目的	五八
二 假期生活指導的原則	五九

三	假期休閒生活指導的方法	六一
第六章	家庭休閒生活的指導	六五
一	家庭休閒教育的重要	六五
二	家庭休閒教育指導的範圍	六七
三	家庭休閒教育指導的方法	六九
四	指導家庭休閒教育的困難及其解決	七四
第七章	民衆休閒教育的指導	七八
一	民衆休閒教育的重要	七八
二	民衆休閒教育指導的範圍	七九
三	民衆休閒教育指導的方法	八二
四	指導民衆休閒教育的困難及其解決	八四
第八章	教師的休閒生活	八八

一	教師休閒生活的重要	八八
二	教師休閒生活應有的設施	八九
三	教師休閒生活應有的修養	九一
四	教師休閒活動的方法	九二
五	一個教師休閒活動的實例	九四
第九章	結論	九七
附錄	江蘇省立鎮江實驗小學休閒教育實施計畫	一〇一

# 國民學校休閒教育

## 第一章 緒論

### 一 休閒的意義和重要

(一) 休閒的意義 人在社會上，無論是爲己爲人，都要從事工作，不過人的工作，是不能沒有停止，到了相當限度，就要繼之以休閒；休閒以後，再去從事工作，就是說：人的生活是需要鬆緊配合的，緊張以後要鬆弛，鬆弛以後要緊張。也就是說：工作以後要休閒，休閒以後再工作。所以休閒是對工作而言，日常生活裏，除掉正式工作的時間，多半是休閒的時間；如果沒有正當的工作，就顯不出真正的休閒，如果沒有適當的休閒，就難得有美滿的工作。

什麼叫休閒，茲分別說明如下：

1. 休閒是精力的蓄養 語云：「養精蓄銳」是一個人要儲養精力，一方面做平時的工作，一



方面去應付特殊的事項；因為儲蓄精力是和儲蓄金錢一樣的。日常金錢有了儲蓄，才能供定時的消耗，才能給意外的開支，我們的精力要如何儲蓄，那就靠平時不浪費精力，得着合理的休閒，所以說休閒是精力的儲蓄。

2. 休閒是精力的節用 我們在工作時候，當然是要消耗精力的。而精力消耗的速度，在工作進程中，不是相等的，是遞加的；就是工作時所消耗的精力，速度先慢後快，是愈到後來愈快的。不過工作中間有了休息，消耗的速度，就可以減低了，所以說休閒是精力的節用。

3. 休閒是工作的準備 每有人說：「閒得難過，」這足以證明沒有工作就不需要休閒，休閒過了相當時間而不去工作，那就反感覺休閒為不快，同時一個人平時對精力能儲存，能節用，處理平時工作，固然是有條不紊；就是遇到意外發生的事件，也能應付裕如，所以說休閒是工作的準備。

(二) 休閒的重要 休閒是人生活動中的一個重要部門，歐美學者，研究生活內容的人很多，無論是社會學家或教育家，他們對於人生活動的分析，雖有繁瑣與簡單，或籠統與具體的不同，

但是分析的結果，休閒的活動，都是沒有被遺忘的，可見休閒活動的重要了，茲再分別說明如下：

1. 休閒能恢復身體的疲勞 人的身體畢竟不能和機器那樣終天開着不要休息的，當人們做一種工作，進行一種活動時，身體的全部或某一部份的機構，是需要供給能力；這些能力，是不能繼續不斷源源供給的，等到工作時間過長或活動時間過久，能力就供給不來，發生疲勞的現象，必須得加以休閒；節用精力，存儲精力，才能恢復疲勞！

2. 休閒能增加工作的效率 一個人整天工作，完全不加休息，和工作相當時間，即行休息，所得的工作效率，是完全不同的，我們曾經用甲乙兩組難易相等的加法材料，測驗六年級兒童九十人，第一星期用甲組材料，每做十分鐘，休息二分鐘，共做四次，等一星期以後，用乙組材料，測驗原來的九十三人，但中間不予休息，直做到四十分鐘為止，結果求得的成績，無論是準確或速率，都以休息的一次為好。

3. 休閒能改善不良的行爲 「小人閒居為不善，」這不是休閒本身的罪過，是未能善用休閒的罪過。因為沒有能夠好好地利用休閒，以致做出種種不合理的行爲出來，如果得着正當的休



閒途徑，自可減少不良的行爲，完成美滿的人生。

4. 休閒是精神衛生的良法 工作有休閒的人，固然容易恢復疲勞增加效率，並且他的精神愉快興趣盎然；沒有休閒的人，不論在工作時工作後都感覺無趣，煩悶，急燥的，所以休閒是精神衛生的良法。

## 二 休閒教育的意義及其在教育上的地位

(一) 休閒教育的意義 我們知道教育是針對生活的，教育是改造生活的，休閒生活是生活中的一部份，休閒教育也是教育中的一個部門；他是培養被教育者參加各種正常休閒活動的興趣及娛樂事宜所必需的智識技能；使他在工作之餘，從事於各種高尚活動，以調劑身心的一種教育，簡言之，他是解放精神調劑生活的一種教育，他的作用在消極方面說：是使受教育者，在精神疲勞時，得到適當的調劑，不去做不良的行爲；在積極方面說：是能蓄養精力，節用精力，或使精力再生，從事於下一次的**工作**，並增高其道德修養，加強其生活興趣，使對人羣生活甚感美滿。

## (二) 休閒教育在教育上的地位

杜威說：「教育的責任，沒有比置辦充份的設備做休閒

時間的享樂，來得再重大了。」克伯屈說：「人類怎樣養成好生活，並改善其生活，是教育上應當注重的。」由此可見休閒教育的重要了，現在再略論休閒教育在教育中的地位：

1. 休閒教育與健康教育 「健康第一」，這是不可否認的，健康教育固然是培養健康習慣，健康體格與健康精神的重要實施，而休閒教育與健康教育，也有極大的關係，譬如我們在休閒的時候，喜歡欣賞自然風景，遊覽名勝古蹟，閱書看報，種竹栽花，自然心曠神怡，身體強健了。否則於休閒時作不正當的娛樂，戕賊身心，對於健康必大受影響。所以休閒教育的實施，對於健康教育是大有幫助。

2. 休閒教育與生產教育 生產教育在積極方面是提高從事生產的興趣，指導直接生產；在消極方面，是要提倡節約，減少消耗。實施休閒教育，是能增加工作效率，提高生產的；並且利用休閒時，栽植蔬菜、花果、飼養禽獸等，也是直接有利於生產的。至於一個人得到休閒合理的出路，如賭博等這一類的消遣，自然可以避免；不正當的消耗，亦因之減少，也就是間接生產了。

3. 休閒教育與政治教育 政治生活包含休閒生活，因此休閒教育，亦與政治教育有關，如休

閒時能養成閱報習慣，即對於社會國家世界的時事，多所了解與注意；遊覽公園及其他娛樂場所，能注意公共規約的遵守，也就是政治教育的推行。

4. 休閒教育與科學教育 休閒時能仔細觀察，隨地研究，為研究科學重要條件，科學家之所以成為科學家者，大都由於閒中尋找問題，研究問題所致。如奈端見蘋果落地，因而發明地心吸力；瓦特見壺蓋掀動，因而發明蒸汽機，都是很明顯的例子。又如休閒時欣賞人家或自玩科學把戲，因之發生問題加以研究，或因欣賞自然進而研究自然等，這都是休閒教育有助於科學教育的。

5. 休閒教育與安全教育 安全教育可說是健康教育中的一部份，惟近人為重視安全教育起見，已將他單獨列出；其實安全教育中有許多事項，是可以包含到休閒教育裏面的。如訓練兒童小心使用運動器具，過橋時走在中間，不到河邊去玩，在馬路上遊散時留心交通的安全等等，這是安全教育，也就是休閒教育。

6. 休閒教育與兩性教育 性教育是供給關於性的智識的一種教育，在生理上求得性的正常發展，在心理上求得性的合理適應，在社會上求得兩性間完美的生活，惟實施性教育時，須同時

兼顧休閒教育因男女兩性的問題，大半在休閒無事時發生。倘能注意休閒教育，指導其於休閒時做適當運動，或玩弄樂器，或閱有益的書報等，一定有益於性教育不淺的。

7. 休閒教育與語文教育 語文是通達情意，傳播思想的，人類文化發展，是因為有語文活動，適應這種活動的，就是語文教育，至於休閒教育和語文教育的關係，就是休閒時指導學生說笑話，講故事，吟誦詩歌，閱讀書報，均足以增加語文方面的進步。

8. 休閒教育與藝術教育 休閒教育是求舒服身心，恢復體力的一種教育，藝術教育是促進人類精神生活的，愉快和滿足的一種教育，二者內容雖有不同，但有些部份却極相近，如兒童在休閒時，引導其欣賞優美的圖畫，欣賞自然景物以及唱歌，彈琴等，這是休閒教育，又何嘗不是藝術教育！

9. 休閒教育與家庭教育 學生日常的生活，除掉在學校外，大半的時間是在家庭裏，在星期假日及寒暑假假期更是終天在家庭裏，學生在家裏應過着輕鬆愉快的生活，大半的時間，應該是休閒的時間，所以休閒教育在家庭教育中占重要的地位，如果家長們把休閒教育好好的實施起來，

家庭教育就事半功倍了。

10. 休閒教育與民衆教育 我國的民衆，生活上有兩種不同的現象，一種是終日埋頭工作，毫不休息；一種是遇有休閒，就從事賭博等類的不良消遣，以致工作效能低劣，或浪費時間金錢，傷害身體，此爲我國一般民衆貧弱的原因。要補救這種弊端，當然有賴於民衆教育，不過民衆的休閒教育能够解決，民衆教育問題，也就解決不少。

### 三 國民學校必須實施休閒教育

國民學校爲什麼必須實施休閒教育，其理由如下：

(一) 就國民學校所有的任務言 各級學校，均應注意於休閒教育之實施，惟國民學校之任務，在實施國民教育，國民教育是國家規定國民應受的基本教育，每一個國民，必須受過這種教育，才算具備做國民的資格。如果那一個國民不願受這種教育，國家要以命令來強迫執行，使國民教育達到普及的目的。因此國民學校實施休閒教育，範圍較其他各級學校爲廣，推行亦較便利，是不能加以忽視的。

(二)就國民學校施教的對象言 國民學校法第二條規定：「國民教育爲六歲至十二歲之學齡兒童應受之基本教育及已逾學齡未受基本教育之失學民衆應受之補習教育。」是國民學校施教的對象，係六歲至十二歲的學齡兒童及十二歲以上的失學民衆，茲再將兩者分別言之：

1.關於兒童的 兒童的可塑性很大，有好多良好習慣，須在兒童時期養成，國民學校兒童畢業以後，他的出路不外就業與升學兩途。國民學校實施休閒教育，培養兒童休閒的知識技能與優良習慣，將來就業，即能利用休閒時間，做正常的休閒活動，對於工作效能的增進及身心的修養，必多裨益。如果繼續升學，因其在國民學校中已受良好的休閒教育，極易以良好的基礎，造成良好的學風。

2.關於民衆的 一般民衆極需要正常的休閒生活指導，而國民學校，爲實施成人補習教育及推廣教育，自當注意休閒教育之實施，以促進一般民衆注意工作後之休閒及休閒生活之改進。

(三)就國民學校實施的目標言

國民學校法第一條載：「國民學校實施國民教育，注意

國民道德之培養及身心健康之訓練，並授以生活必須之基本知識技能。可知國民教育之實施，必須達到下列四項目標：1. 培養國民的道德，2. 提高國民文化水準，3. 改善國民的經濟，4. 鍛鍊國民的體魄。爲達到以上目標計，便須實施政治教育，語文教育，生計教育，健康教育……等。而休閒教育與各項教育息息相關，國民學校爲提高各項教育效能計，亦有實施休閒教育的必要。

(四)就國民學校設立的地點言 依照教育部二十九年所訂頒之國民教育實施綱領施行程序之規定，普及國民教育以五年爲期，共分三期，至第三期中，每保應各有國民學校一所，應有學齡兒童百分之九十以上，失學民衆百分之六十以上入學，雖因國內情形特殊，未能如期完成，但今後除各鄉鎮成立中心國民學校外，每保各設立國民學校一所，爲將來必然的趨勢，所以國民學校實施休閒教育，在橫的方面，具有普遍性，實非其他各級學校所能比擬。

#### 四 國民學校如何實施休閒教育

國民學校如何實施休閒教育，約言之，有下列幾點：

(一)要有計劃與組織 實施一種教育，事前均須訂有計畫，休閒教育既在國民學校中占

有重要性，實施此項教育時，當然要依照校內的人力和財力，擬訂妥善的計畫，按步實施；同時爲施行便利及收效宏大計，應有休閒教育的組織，設計推動。集會研究時，除校內教師外，最好能請社會人士，自治人員及學生家長共同參加，協助進行。

（二）要有充分的設備 國民學校實施休閒教育，要能收到實際的效果，則對於休閒教育的設備，絕不可忽視；否則學生休閒時沒有書報可以閱覽，沒有器具可以遊戲，沒有樂器可以玩弄，如此肆言休閒教育，總不免失之空泛。

（三）要注意機會均等 實施休閒教育的一個重要原則，是注意機會均等。所謂機會均等，要人人有休閒的機會，一切的休閒活動，能注意集體的，不分男女，不分兒童與民衆，均有機會享受。如每週末舉行表演會或音樂會等，供校內全體學生參加，便是機會均等的一例。

（四）要教訓雙方兼顧 談到休閒教育，每易傾向到訓育實施及活動方面，而忽視了教學部門；其實休閒教育是整個的，教學時要注意表演化，遊戲化，故事化，不輕視音樂，美術課程，不忽視欣賞教學與一切有關休閒教學活動。



(五) 要注意課外活動。課外活動為實施休閒教育的最好機會，應將全校學生分別組織音樂、體育、語文科學等各種休閒小組；由全體教師分頭指導活動，逐日練習，並定期舉行表演，不論練習或表演時，教師必須參加活動，藉收以身作則之效。

(六) 要切實聯絡家庭。家庭休閒教育至為重要，學生每日課後到家或放假在家，其休閒生活，均須切實指導。唯此種指導責任，重在家庭，所以除去印發家庭休閒生活要項，函請家長切實指導外，仍須定期召集家長懇談，並舉行家庭訪問，切實聯絡，收效當非淺鮮。

## 第二章 國民學校休閒教育的行政設施

### 一 休閒教育的行政組織

(一) 組織的重要 行政組織是每個機關團體的骨幹，必須機構健全，組織靈活，才能運用自如，發生力量，國民學校實施休閒教育，自然需要相當的組織，俾計劃推進，成效可期。

(二) 在行政組織中的地位 實施休閒教育，應先組設休閒教育委員會，為設計指導的機構。它在學校行政組織系統中，是各種委員會之一，應屬於校務會議的下面。它對兒童自治組織中的康樂股及衛生股等，應負指導之責。

(三) 休閒教育委員會的組織與任務 休閒教育委員會應由校長、教導主任、體育音樂及美術教師等組織之。為集思廣益及施行便利計，並可召集地方人士、自治人員及學生家長等，於開會時參加會議。至此種委員會之任務，可略舉如下：

#### 1. 休閒教育實施計劃的訂定；

2. 休閒教育環境的佈置；
3. 校內外休閒教育的推行；
4. 實施休閒教育人員的分工；
5. 休閒教育的成績攷查與研究改進。

以上組織乃係就規模較大之國民學校而言，如學校級數較少，學生及教師人數不多，得由校務會議，主持實施休閒教育事宜。

### 三 休閒教育應有的設備

(一) 關於校址的 要注意下面幾點：

1. 要有優美的自然環境 如靠近山陵、河湖、林木等風景地帶，有充分的陽光和空氣，沒有煤煙、塵土或嘈雜的聲浪等。
2. 要有優美的社會環境 如靠近學校公園、圖書館等，而遠離喧鬧的街市、工廠、車站、碼頭及低級趣味之娛樂場所等。

3. 要在適中的地點 以便兒童或成人就學，不致感覺疲勞。

(二) 關於校舍的 要注意下面幾點：

1. 校舍的建築在簡單樸素中，仍要富於美感。
2. 方向應採用正南或東南向，大門可以不拘。

(三) 關於教室的 要注意下面幾點：

1. 由一面採光。
2. 窗戶的面積要占教室的面積四分之一至五分之一。
3. 窗的下檻，應離地面一公尺。
4. 教室深度應以傳達兩端聲浪及最後一排學生能看見黑板上所寫的字為標準，寬度以深度之三分之二至四分之三為標準，高度以三·三公尺至四公尺為標準。
5. 牆壁的粉刷，宜用淡黃、蛋白、或淡青灰色為宜。

(四) 關於場地的 要注意下列各點：

1. 體育場要寬大，每人平均至少應占一百方尺。
2. 場地宜鋪草皮。
3. 場的四週應設置石凳或長坐椅。
4. 空地宜多植花卉樹木。

(五) 關於園地的 要注意下面幾點：

1. 園地應種花卉蔬菜。
2. 園地上應畜養小動物
3. 學校園地如寬大，應畫出一部份為公園，以供民衆遊覽。

(六) 關於桌椅的 要注意下面幾點：

1. 桌面宜向身體傾斜。
2. 坐椅須設椅靠 高度比安坐椅上時的肩骨略低，椅的坐板宜略凹，使骨盆的兩圓錐安置其上，它的闊度以下體能安放椅邊為度。

(七)關於黑板的 要注意下面各點：

1. 黑板本身的高度以一公尺為標準。
2. 黑板質地須緻密，不可有凹凸。
3. 黑板懸掛的高低要視年級而定，大概在幼稚園及低年級用的要離地七公尺；中高年級的，要離地·八公尺左右。

(八)關於遊戲用具的，要有下列各件：

1. 小皮球
2. 大皮球
3. 藤圈
4. 積木
5. 繩
6. 毬子
7. 軒輊板
8. 秋千
9. 檯盤。
10. 棒球
11. 豆囊
12. 彈棋
13. 鐵環
14. 木馬
15. 滑梯
16. 沙箱
17. 各種棋子棋盤。

(九)關於運動器具的 要有下列各件：

1. 籃球架
2. 排球架及網
3. 籃球及排球
4. 吊環
5. 跳高架
6. 立體肋木。

(十)關於樂器的 要有下列各件：

1. 小鑼
2. 小鼓
3. 小木魚
4. 鐘
5. 磬
6. 三角鐵
7. 手琴
8. 風琴
9. 簫
10. 笛
11. 口琴
12. 胡琴
13. 留聲機
14. 無線電收音機。

(十一) 關於欣賞的圖書的 要包括下列各類：

1. 生活故事
2. 自然故事
3. 歷史故事
4. 民間故事
5. 童話
6. 寓言
7. 小說
8. 遊記
9. 雜記
10. 兒歌
11. 民歌
12. 雜歌
13. 謎語
14. 新體詩
15. 舊體詩
16. 劇本。

(十二) 關於欣賞的物品的 要具備下列各件：

1. 兒童生活畫片及照片
2. 動物畫片(或照片)
3. 花草果品畫片(或照片)
4. 風景畫片(或照片)
5. 積木六面畫
6. 美術雕刻品及其照片
7. 自然景物畫片
8. 表示各種動作合於兒童趣味的畫片及照片
9. 合於兒童趣味的工藝美術品
10. 學校附近的建築物, 本國及世界著名建築物的照片或模型。
11. 日常用品中的平面及立體圖案, (如織物樣本, 陶瓷器的花紋, 書報的封面, 重要工藝品圖案及建築圖案等)。
12. 中

## 國名畫及外國名畫。

### 三 休閒教育的環境佈置

(一) 佈置的原則 環境能予兒童以有力量的刺激，影響教育效率很大，但布置不得其當，亦不一定能有好果，茲說明實施休閒教育環境佈置的原則於下：

1. 時地要適宜 什麼時候，佈置什麼東西，什麼地方，佈置什麼東西，事前都要加以考慮，才能佈置適宜。例如踏雪尋梅圖，在夏季自無佈置的必要，無線電收音機，又何必裝進教室呢！

2. 形式要美觀 兒童有愛美的天性，學校休閒教育的環境佈置能注意美化，兒童生活其中，必能性情溫雅身心康樂。

3. 色彩要調和 無論是畫圖上用的色彩或是遊戲器具，運動器具上以及廊柱門窗報壁上所塗漆的顏色，都要注意色彩調和，以免刺激神經。

4. 裝置要穩固 休閒教育環境的布置，有些是有固定性的，有些是不固定的，關於運動遊戲的器具，如秋千、滑梯等的裝置，是有固定性，遊戲的人不便隨便搬動，不過在裝置這一類東西時，務



須力求穩固，且常常檢查繩索上，是否有斷痕，隨時予以修理，以免危險。

(二) 佈置的材料 材料的來源，大約不外下列數種：

1. 師生搜集的 有好多供休閒欣賞的東西，如兒童生活畫片或照片以及中外名畫等，不是容易購買到的，只有師生平時注意搜集，才能濟事。

2. 整理舊有的 學校內有些物品，是實施休閒教育很好的材料，但每爲人所忽視，做教師的，應該好好整理，加以利用，如選取舊報紙裏的畫報，剪貼後加以淺顯的說明，公佈出來給兒童欣賞，便是一例。

3. 購買得來的 有些東西校內本來沒有，又非平時搜集得到，爲適應需要計，只有設法購買，不過在購買時，要注意經濟耐用等條件。

(三) 佈置的方法 學校的環境佈置，本是整個的，茲將有關休閒教育部門，略舉如下：

1. 校門內外甬道兩旁，宜多植冬青樹。
2. 校舍四周宜多植樹木。

3. 走廊內張掛風景畫，名勝古蹟畫片及指導休閒生活圖表等。
4. 禮堂或全校適中的地方，裝置無線電收音機。
5. 遊戲室或運動場，多多陳設遊戲器具或運動器具。
6. 圖書室內多方羅列足供欣賞的圖書。
7. 音樂室內放置各種樂器。
8. 美勞室內佈置各種欣賞的物品。
9. 教室內各種設施，須合於衛生的欣賞的條件。
10. 儘量利用空地，平鋪草皮、栽植花卉、蔬菜及豢養禽鳥動物。

## 第三章 國民學校休閒教育的教學實施

### 一 一般原則

教學原則 是選擇教材及教學方法的根據，茲將有關休閒教育教學實施的一般原則，列舉如下：

#### (一) 關於教材的：

1. 教材能適合學生程度，即易引起興趣，減少疲勞，所以各科的文字教材，務求淺顯生動。
2. 各科所選的教材，一方面重視其本身價值，一方面還要重視學生的實際能力及學生的學習興味。

3. 選取教材，要顧及學生休閒生活的需要，不宜受教科書的限制。

4. 組織教材，務求各科聯絡，以減少割裂重複的弊端，並經濟教學的時間，間接予學生以休閒。

5. 教材有讓學生自己選擇的機會。

6. 練習的材料，須為學生已切實了解的。

7. 各科有關休閒教育的材料，要充分利用。

8. 各科學習的材料，能有一部份做休閒活動的材料。

(二) 關於教學的：

1. 要激動並引起學生作有目的學習活動，以增興趣，而免疲勞。

2. 教學新的材料，要時時注意舊有經驗的喚起，俾使學生對於教材，感到濃厚的興趣。

3. 對於價值較大的教材，應分配較多的教學時間；價值較小的，應用簡便省時的方法去教

學。

味。

4. 教學時，一方面要利用學生的自然興味，一方面要設法使學生對於新的事物，也發生興

5. 教學的環境，須盡量佈置完善。

6. 練習教學，次數要多，時間要短，且須有變化。
7. 要令兒童知道自己的進步，因而發生練習興味。
8. 重視欣賞教學及體味想像的活動。
9. 用形容比較等方法，補充兒童想像，引導兒童欣賞。
10. 要利用兒童成功的興趣。
11. 教學時要注意對於兒童整個身心的一切影響。
12. 教學時，要注意使兒童輕鬆愉快，不宜用強烈的刺激，使之過分緊張。
13. 注意個性的適應。
14. 各科教學要遊戲代表演化。
15. 使兒童明瞭課業進步及身體發育等，都與注意適當的休閒有關。

## 二 教材綱要

休閒教育，人多不甚注意，在教學方面，尤易爲人忽視，其實小學課程標準及中心學校國民學

校民教部課程標準裏，除掉極少數科目外（如算術科）都有一部份是有關休閒教學的材料。茲分別提出，以明休閒教育在課程標準中的地位，並引起吾人之注意：

### 壹、小學部

（一）關於公民科的：1. 我喜歡遊戲；2. 我遊戲時快樂活潑；3. 我不過度運動；4. 我喜歡玩遊戲器械；5. 我在食前食後，不做劇烈運動；6. 我常在戶外遊玩；7. 我少到人羣擁擠或空氣不流通的地方；8. 我每天午飯後至少休息半小時；9. 我在光線充足的地方看書；10. 我每天在一定的時間運動；11. 我常到室外陽光充足的地方去散步遊戲；12. 我每天至少睡足八小時至十小時。

（二）關於音樂科的：1. 教師唱奏或留聲機片演奏與練唱；2. 學生唱奏；3. 兒童樂隊；4. 兒童歌劇；

（三）關於體育科的：1. 遊戲；2. 課間活動；

（四）關於國語科的：1. 有趣味的日常會話；2. 故事的演述；3. 生活故事、歷史故事、民間故事、小說、遊記、雜記等的記敘文；4. 雜歌、新體詩和舊體詩等的韻文；5. 劇本。

(五)關於常識科的：1.遊戲、休息、睡眠和衛生；2.正當的娛樂；3.本地的四季景物；4.本地的風俗；5.本地的教育文化機關；6.本地的名勝、古蹟和鄉賢故事。

(六)關於社會科的：1.本地風俗習慣的調查；2.我國的名勝古蹟。

(七)關於自然科的：1.娛樂器具。

(八)關於圖畫科的：1.兒童生活畫片照片的欣賞；2.動物畫片或照片的欣賞；3.花草果品畫片或照片的欣賞；4.風景畫片或照片的欣賞；5.積木六面畫的欣賞；6.美術雕刻品或照片的欣賞；7.有趣味的故事畫及想像畫的欣賞；8.合於兒童趣味的工藝美術品、雕刻品及其照片等的欣賞；9.本地本國及世界建築物的照片或模型的欣賞；10.日常用品中的平面圖案立體圖案的欣賞；11.中國名畫及外國名畫的欣賞。

(九)關於勞作科的：1.各種簡單器物的圖樣畫片或照片的欣賞；2.室內各種布置圖樣的欣賞；3.室內各種裝飾品圖樣的欣賞；4.各種建築物圖樣的欣賞。

(一)關於國語科的：1.補充讀本及民衆讀物的閱讀；2.正書中小字的習寫；3.簡易的記敘文說明文的習作。

(二)關於常識科的：1.新生活意義的講述和指導實踐的方法；2.設計改善風俗習慣的研究；3.公共衛生大要的講述和指導實踐；4.歷代名人故事的講述；5.國家紀念日故事的講述及指導參加紀念集會；6.空氣、日光、水及其對於健康影響的講述；7.生活環境內常見的動植、礦物及理化現象的觀察和講述。

(三)關於音樂科的：1.本地流行歌曲的欣賞和練習；2.留聲機片及無線電廣播的音樂歌曲的欣賞；3.本地及本國普通樂器的演奏和欣賞。

### 三 教材舉例

休閒教材的綱要，已列舉如上，茲再將合用的教材，分科舉例於下：

#### 壹、小學部

(一)關於公民科的 公民科教學目標，在灌輸兒童公民知識，養成兒童公民應有的好習



憤，在實施休閒教育時，對於休閒時應有的知識技能的授予及良好休閒習慣的培養，尤須加以注意，如訓練兒童利用休閒去服務的，可講述下面的一個故事：

### 盡義務最快樂

下了幾天雨，學校前面的操場上浸滿了水。

許多愛玩的小朋友都赤着腳，在操場上踏水玩耍。只有文彬沒有去踏水，立在廊沿下，他呆呆的想：這是不應該玩的時候呵，水這樣大，等一會那些年紀小的小朋友們，怎樣回家去喫飯？

他想了一會，想不出一個適當的辦法，只是望着那亮晶的積水出神。那些水大約有二寸多深，很是潔淨，從上面可以看得見操場上的砂粒。淡淡的太陽光照在水上，發出一陣陣閃爍不定的金黃色。金黃色透過了水面，和那些砂粒織在一起。砂粒也變成金屑似的東西了。只有牆腳邊的一塊黑色的大磚頭，却靜靜地蹲着，那金黃色的太陽光，似乎引不起牠的注意，而且這些盪漾的波紋，也似乎見牠害怕的樣子，一碰到牠便很快地退回來了。

文彬看着這情形，忽然有了主意，便招呼正在踏水的小朋友道：「喂，請你們幫我做件事情好

不好？」

「你說吧，是什麼事，看我們能不能做。」一個小朋友說：

「你們記得廚房後邊有一大堆磚頭堆着嗎？就是要請你們去搬那磚頭。」文彬笑嘻嘻地說：「搬來做什麼用？」大家亂吵吵地問。

文彬做着手勢，指指那水，小朋友們會意，便一齊從水中跳出，跟着文彬向廚房方面跑去。

過了一會，只見十幾個小朋友，一人手裏抱一塊大磚頭，都笑嘻嘻地跑到操場上來。文彬走在最後，手裏拿的磚頭也最大，他搶步上前，手裏高舉着他的磚頭說：

「諸位小朋友！請大家排好隊伍；從大門口起，一直到台階底下，隔開一步放一塊磚頭，好讓那些年紀小的同學走路，不會踏濕鞋子，諸位以為好不好？」

小朋友們齊聲說好，於是排了隊，立好了適當的距離，把磚頭放進水裏，露出水面半寸光景，文彬在這磚頭上試着走走，覺得很平穩，小同學們可以走了，便一面拿出手巾揩頭上的汗，一面嘻嘻着嘴對小朋友們說：

「你們覺得踏水快樂呢？還是鋪磚頭快樂？」

大家又齊聲說：「鋪磚頭快樂。」

「爲什麼鋪磚頭快樂呢？」文彬問。

小朋友們你看我，我看你，一時回答不出來。文彬於是說：「因爲我們盡了一樁義務，所以快樂呵！」

（高級用選自陳伯吹編高小國語補充讀本第四冊北新版）

（二）關於音樂科的 音樂科的教學目標，在發展兒童欣賞音樂的興趣及鼓勵其進取團結的精神，在休閒教育的目標下，對於演習時所唱的歌曲，應特選欣賞教材。

（三）關於體育科的 體育科的目標在促進兒童身體各部分機能平衡發育，訓練其成爲有規律的生活，並遵守團體生活的道德，實施休閒教育下的體育科，應多選有團體性的遊戲教材。

（四）關於國語科的 國語科教學目標，在養成兒童閱讀能力及發表能力，在休閒目標下，國語科所選教材應採用足供欣賞的文字以及注重閱讀方法的指導，讀書習慣的養成，欣賞能力

的培養與發表能力的增進等。

(五)關於常識科的常識科教學目標，在指導兒童了解人生和自然的關係，養成其征服自然，服務社會的能力，在休養教育目標下的常識科，可選用指導休閒生活的一類材料：

#### 正當的娛樂

運動：球類運動：乒乓、籃球、足球等。

田徑運動：賽跑、跳高、跳遠、推鉛球等。

器械運動：滑梯、木馬、浪船等。

其他：爬山、游泳、划船、國術、滑翔、跳傘等。

遊戲：踢毽子、放風箏、跳繩等。

音樂：唱歌、歌劇、演奏樂器等。

消遣：種花、養畜、釣魚、散步、攝影、下棋、書畫、雕刻、遊覽風景、參觀遊藝等。

(六)關於社會科的社會科目目標在指導兒童參加社會活動，發現社會問題，改進社會環

境等，在休閒教育目標下，應多選歷史故事的表演，有關各地風俗習慣及名勝古蹟一類的文字，一面供兒童欣賞，一面激發其改造社會愛護國土の意念。

(七)關於自然科的 自然科教學目標，在指導兒童理解自然的現象養成其研究自然的興趣及增進其利用自然和改進生活的知能，實施休閒教育下自然科的選材，應注意指導欣賞自然，以作研究自然、理解自然的準備。

(八)關於圖畫科的 圖畫科教學目標，即在增進兒童欣賞藝術的程度，並陶冶美的發表和創造能力，無論其為欣賞或發表均與休閒教育關係甚大，故選材從略。

(九)關於勞作科的 勞作科的教學目標，本在訓練兒童手腦並用，增進其生產興趣和能，並啟發其改良農業工業和家事的知能，在休閒教育目標下的勞作教材，須注重觀察和欣賞，及指導自做玩具種植蔬菜，瓜類，花卉等方法。俾一面從事生產，一面可供休閒的玩弄和欣賞。

至於算術科的教學目標，重在培養兒童日常生活中關於數量的常識和觀念，培養兒童日常生活中的計算能力，本沒有什麼合於休閒教育的教材，不過在教學時，能注意把教材故事化或遊

戲化，也就適合休閒教育的目標了。

## 貳、民教部

(一)關於國語科的 本科的教學目標，在激發其民族意識，培養其國民道德，灌輸其公民常識，改良其生活習慣，在休閒教育目標下，可選鄉土故事等，供給其閱覽，附例於下：

### 革命先烈趙伯先

先烈趙伯先，名聲，是鎮江縣大港人，家中世代種田，他少時就有大志，既聰明，又有膂力，很肯打不平，九歲應考秀才，因科舉裁廢，入陸師學堂求學，畢業後，擔任新軍標統，柏先烈、文蔚和縣人冷禦秋，都在他部下當隊長，他和部下能同甘苦，暗中又常常對部下宣傳推翻滿清，恢復漢室的道理，因此被長官免職。後投奔廣東，復任新軍標統，但是因大志不得發展，表面說請假回家省親，暗中却奔走香港南洋各處，籌募軍餉，購買軍械，預備在辛亥年（清宣統三年）四月，攻打兩廣，推先烈黃克強做總司令，他留在香港，準備後援，那知事機洩漏，黨人只好提前在三月二十九日起義。他得到這個消息，匆匆離港，因船行太慢，到三十日方到廣州，知道黨人失敗，殉難的人很多，他便回到香港，心

中非常不快，悲恨成疾，醫治無效，在四月二十日去世了。先葬在香港，到民國二年由縣人把棺柩運葬在南郊竹林寺，民國十六年由冷禦秋發起建造伯先公園，就是永久紀念他的。

（選自蘇省鎮實小民教部編補充教材）

（二）關於常識科的 本科在指導成人及婦女的食衣住行均合乎新生活的條件，培養其做現代公民必備的知能，在實施休閒教育下，民教部的常識科，應重視休閒生活的指導，附例於下：

### 正當的娛樂

我們在工作以後，一定要有娛樂，才能使生活快樂。

喝酒，吸煙和賭博，都不是正當的娛樂。

下棋、唱歌、讀書和運動等，才是正當的娛樂。

少數人的娛樂，很容易厭倦，最好集合許多人，大家一同來娛樂。

至於算術和音樂兩科 前者重在計算正確，只有在教法上興趣化，後者本是供給欣賞的科目，亦不必另行舉例了。

（選自教育部編初級成人班課本）

#### 四 教學方法

關於教學實施的，可分下列數項：

（一）減少教學總時間 此項係指小學部而言，因照小學課程標準的規定，每週教學時間，高級有一五〇〇分鐘，中級有一三五〇分鐘，低級有一一七〇分鐘，除低級兒童教學時間較少外，中高級的兒童，由早晨八時前入學，直到下午五時左右才能回家，關於教學總時間問題，我們早經感覺有減少的必要，此次教育部修改的小學課程標準，尙未明令公布，但對教學時間的減少，聞以獲得通過，此於休閒教育的實施，實已根本予以注意。不久的將來，各校自當按照修正後的課程標準實施，對於兒童身心的健康，裨益當非淺鮮。

（二）注意編排日課表的原則 日課表編排的原則和休閒教育有關的，有下面的數則：

1. 每天各科教學時間的長短。要視年齡大小和科目性質的繁簡而定。
2. 每節時間的長度，宜視科目及作業的性質而定。



3. 上午的功課可重些，下午的功課要輕些。
4. 上午的時間可長些，下午的時間要短些。
5. 每天繁重的作業，要支配在精神清爽的時候，如上午九時到十一時。
6. 科目內容不很重要的，可排在下午最末一節或飯前飯後的時間。
7. 用細小肌肉的作業，不要排在激動作業之後；
8. 用腦的科目，須和用力的科目調劑；
9. 同一性質的科目，不宜連續排列；
10. 時間的長短，次數的多少，不可以教員的便利與否而定（但亦須顧及教員的勞逸平均。）
11. 課外活動的時間，應平均支配。

（三）減少筆頭工作 此項可分兩點言之，一為練習簿本種類的減少；一為各科練習分量的減少，就簿本的種類說：小學高級，有作文、日記、大小字、算術練習簿、及讀書、歷史、地理、自然筆記等九種之多，中級兒童，也少不了幾種，就練習的分量說，如筆算練習，除課本上的習題外，還有許多補

充題，有些教師更要學生照抄文字題，至於要畢業的兒童，教師爲遷就中學入學試驗計，更加重兒童的筆頭工作，以致兒童除上時間外，多埋頭於課業練習，休閒時間，被剝奪殆盡，影響兒童身心健康，至深且鉅，所以今後兒童的練習簿本，除必要的以外，須盡量減少，練習的份量，亦要顧及兒童的能力，如無甚意義的抄寫工作，及超出標準的升學考試材料等，都應在取消之列。

（四）重視音樂美術等科 音樂美術等科，重在欣賞，和算術常識等科，搭配教學，本有調劑的作用，但是有些學校，還認爲這一類的科目不是主要科，教不教是沒有什麼關係，竟有把音樂美術等科停止教學，加授國語算術等科的，這是很大的錯誤，我們在實施休閒教育的情形之下，應該認識音樂美術等科，是和其他各科同樣重要，不能加以歧視的。

（五）注意兒童興趣 興趣是學習的原動力，沒有興趣的學習，等於機械的苦工，是倍感疲勞的，所以指導學生學習，應時時注意興趣的引起，至於引起的方法，有下列數點：

1. 教材要適合學生程度。
2. 學生學習一種材料，應隨時指示學生一個比較遠大的目的或理想。

3. 多用遊戲或表演的方法。
4. 教師自身要有精神、言語和教法，都要有變化。
5. 常令學生做容易成功的練習或工作。
6. 常令學生知道自己的進步。
7. 不要使學生身體上或精神上感覺痛苦。

(六) 多用遊戲方法 遊戲是學生生活的中心，我們宜利用遊戲做一切教學的出發點。不用應用遊戲教學時，要注意下列數點：

1. 利用遊戲教學時，要認清遊戲是手段，不是目的。
2. 進行遊戲時，教師要忘掉該課教學的重點。
3. 教學時要令學生都有參加的機會，不要為少數學生所把持。
4. 用遊戲方法，做練習課業的材料，要深淺合度，學生才易發生興趣。
5. 做遊戲前，教師應詳細說明遊戲的方法及規律的指導。

(七) 利用故事教學，在休閒時候講故事，能增進學生的快樂；把故事利用到教學上面來，就是不容易明白沒有興味的材料，學生聽了，也就容易了解，感覺輕鬆，不過在教學故事化的情況下，要注意下列數點：

1. 利用故事教學，不要忘了原來教學的目的。
2. 要使學生從故事裏面得到科學常識，普通事理或某種教訓。
3. 要合於學生了解力和興趣。
4. 不要有迷信或宗教的色彩。

(八) 隨機設計表演 文藝教材，歷史故事及音樂等科，均應設計表演，顯露內容的情景，俾便使學生充分欣賞，惟教學表現時，應注意下列各點：

1. 使學生明瞭表演的目的和演戲不同。
2. 在教室內的表演，無須講究化裝。
3. 表演的內容不要太複雜。

4. 人物的分配，可由學生自認，或推選，或教師指定均可。

(九) 注重欣賞教學 一般教師往往偏重知識或技能的教學，而忽視欣賞教學，實則欣賞教學在休閒教育方面，占着極重要的地位，能將欣賞教學切實注意，那末休閒教育已有很大的收穫，茲將有關欣賞教學各點，分述於下：

1. 欣賞教學的目的，在使學生審美享樂，養成利用休閒時間的習慣。

2. 欣賞教學教師也要以身作則。

3. 要養成或增加學生的欣賞能力，必須有聲有色的把學生的情感移入到欣賞的對象裏面去。

4. 欣賞教學不宜過於析，過加批評。

5. 環境佈置與欣賞教學是很有關係的。

6. 拿美的和醜的比較，或以自己的和別人的比較，都可以幫助學生欣賞的。

7. 欣賞的材料，應力求合於學生的程度，不宜以教師之見解，去強迫學生欣賞。

8. 學生對於有價值的事物，如只有理知的了解還不夠，必須使之確實愛好，才能由情感之興起，奮發努力。

9. 欣賞教學宜用暗示引起，不必直接指導；欣賞教材，最好讓學生自選。

10. 興趣是一切教學的基礎，教師對於欣賞教學，須想種種方法，引起學生興趣。

11. 指導學生獲得欣賞技術，亦是很重要的，有了欣賞技術，就可以受用不盡了。

12. 學校一方面應多予學生以欣賞的機會，一方面仍須擴大範圍，使全校學生就性之所近，充分發展。

13. 教師之態度就是一種暗示，很能影響兒童的欣賞。所以教師對於教材，要能充分體驗，在教學時要有興會淋漓的表示，才能盡欣賞教學的任務。

(十) 減輕愚魯學生的工作 一個學級裏，一定有些學生聰明，有些學生愚魯，聰明的學習，速率比較迅速，愚魯的學習速率，就不免遲緩，教師教學時大半以中等生為標準，間或對於聰明的加一些補充材料，對於愚魯的就仍以中等生為準了，所以愚魯的疲於奔命，因考試不及格而留級

或輟學的，各級不乏其人，實施休閒教育時，因注意此類兒童之適應，以免視學習爲苦工。

(十一) 注意兩課間的休息 兩課間本應休息，藉以恢復上課的疲勞，但是一般學生，下課後或仍伏案工作，或即從事運動，以致再上課時，發生疲勞的現象，教師應指導學生於下課後即出教室，或散步，或談天，或做適宜的活動，藉資恢復疲勞，同時教室內的污濁空氣，得以轉換，裨益衛生不少。

(十二) 各科教學要點 實施休閒教育與各科教學均有關係，前章已詳細說明了，茲再將各科教學要點中和休閒教育有關的各點，條列於下：

### 1. 音樂科：

甲、音樂時間的排列，要在用腦的作業以後，不宜排在體育以後。

乙、關於欣賞的教學，除特選教材外，對於演習時所唱的歌曲，也須注意欣賞。

丙、音樂教學要多方變化，例如時而唱歌，時而練習，時而拍節，時而表演，時而立唱，時而坐唱，時而獨唱，時而齊唱，時而分組唱等。

## 2. 體育科：

甲、遊戲活動教材的選擇，應求簡單易行，並須注意使全體學生，都有活動的機會。

乙、早操或課間操教材，以活潑自然為主，模仿動作，容易引起學生的興趣，應盡量採用。

丙、課業活動的目的，在調劑疲勞與興奮精神，應在休息時間舉行。

丁、課間活動的項目，除跳、跳繩、造房子、抽陀螺、拍皮球、投環、滾鐵圈、擲靶、扯鈴、踢毽子等外，

對於本地方固有的體育活動，應設計選擇列入。

## 3. 國語科：

甲、記敘文注重欣賞；研究、練習和表演；各種韻文注重欣賞和吟味；劇本注重欣賞閱讀和表演。

乙、文藝教材的教學，須多方補充想像，並隨機設計表演，須將內容情景顯露無遺，使學生能充分欣賞。

丙、補充讀物須與課內讀書教材相應，或有輔助關係。



4. 算術科：

甲、低級計算的問題，要具體有興趣，並應充分用表演的方法，把問題演成事實，讓學生直觀；中級以上應使問題生活化。

乙、文字題要力求淺顯。

丙、常用故事講述及遊戲方法，引起學習的興趣。

丁、練習的方法，要多方變化。

5. 常識科：

甲、應着重觀察參觀和遊覽，談話和討論，講述故事表演，沙箱裝排，搭積木，種植飼養等活動。

乙、應與語、勞作、美術、音樂、算術等科，聯絡教學。

丙、地理教材應用遊記體敘述，歷史教材應盡量採用故事，務使富有文學趣味，公民教材亦須酌用故事體裁多舉故事引證。

丁、自然應注重室外教學，並充分利用機會，指導學生種植，飼養，以培養親自實驗的興趣。

6. 美勞科：

甲、按照學生的程度和需要，啓導其欣賞的動機，欣賞時，除簡單的說明以補充想像外，關於圖中的知識和教法等問題，不宜詳細討論。

乙、低級欣賞所用的畫片，最好用大幅的彩色的。

丙、學校中應有繪畫展覽的設計，以增進學生對於美術的興趣，本地的名勝風景等場所；及本地舉行之繪畫展覽會，應帶學生前往欣賞研究。

丁、名家作品，織物樣本，畫本報紙的封面畫，廣告畫……等，應盡量搜羅以供欣賞研究。

## 第四章 國民學校休閒教育的訓練實施

### 一 一般原則

施行訓練時，應注意的一般原則，列舉在下面：

1. 多多的在環境，行動或語言方面給學生以暗示，使之模仿實踐。
2. 多多的在積極方面予以指導，建設學生的良好休閒習慣。
3. 以良好的休閒活動，去代替不良的活動。
4. 要指示學生養成良好休閒行為的遠大希望。
5. 在建立良好的休閒行為時，要指示學生反復練習；
6. 多用具體的事實，少用抽象的理論。
7. 先注意習慣的養成，再注意理想的培育；
8. 多用歸納方法，少用演繹方法；

9. 日常生活的訓練和偶發事項的處理，要同時注意；
10. 獎懲的原則，在休閒訓練方面，亦當酌量採用；
11. 要與教學方面切實聯絡；
12. 斟酌經濟情形，從事休閒教育的設備與佈置；
13. 各項休閒活動，要有嚴密的組織；
14. 全校教師要分別參與活動；
15. 與學生家庭及地方人士要切實聯絡；

## 二 訓練事項

屬於休閒訓練的事項很多，茲略舉於下：

### (一) 養成習慣的：

1. 每天有一定的休閒時間；
2. 休閒時常到野外陽光充足的地方去散步遊戲；

3. 休閒時在光線充足的地方看書看報；
4. 休閒看書看報時，注意正確的姿勢，並留意眼與書的距離；
5. 做休閒活動很守秩序；
6. 做休閒活動時，不浪費或是污損公共的東西；
7. 玩的東西不貪多；
8. 少到人羣擁擠或空氣不流通的地方去玩；
9. 遊戲時快樂活潑；
10. 不過度運動；
11. 喜歡玩遊戲器械；
12. 食前食後不做劇烈運動；
13. 不到危險的地方去玩；
14. 在街頭散步時注意交通規則；

15. 平時不玩弄火柴煤油火油電燈等；
16. 有靜觀事物以娛身心的習慣；
17. 有講述故事談論時事的習慣；
18. 不做有害身心的如賭博等類的消遣；
19. 每天午飯後至少休息半小時；
20. 休息時很安靜；
21. 每天按時睡眠按時起身；
22. 每天要睡足八小時；
23. 其他。

(二) 養成能力的：

1. 能做簡易的健全身心的運動與遊戲；
2. 能利用空地栽種蔬菜果樹；

3. 玩具能够自己做的，一定自己做；
  4. 休閒時做於別人有益的事；
  5. 休閒時隨時仔細觀察，用心學習；
  6. 能講述故事；
  7. 能唱歌曲；
  8. 能談論國事；
  9. 能欣賞音樂圖畫戲劇影片及留聲機等；
  10. 能因時因地製造和諧的空氣；
  11. 能造成優美和樂的環境；
  12. 其他
- (三) 養成觀念的：
1. 有和別人一同快樂的願望；

2. 有利用休閒幫助別人的志趣；
3. 有參加各種娛樂事宜的興趣；
4. 做休閒活動時，有互助合作的精神；
5. 其他。

### 三 訓練方法

訓練的原則及事項已如上述，再將訓練方法述之於下

(一) 休閒生活調查 訓練學生能從調查入手，容易明瞭實際情形，實施訓練較有根據，獲得效果，亦可較為圓滿。學生的休閒生活，是不會一致的，兒童和成人，男的和女的，各有各的休閒生活，甚至有特殊嗜好的，我們施行休閒生活的訓練，先得舉行休閒生活調查，或用談話方式或用測驗方式，看各學生的休閒生活的習慣怎樣？能力怎樣？以上三者，多數的傾向怎樣？特殊情形又怎樣？那些是亟待改革的？那些是亟須養成的？分別的調查統計出來，無論實施團體訓練或個別訓練，都有所根據了。



(二) 訓練的機會 休閒生活訓練的機會很多，在各種集會時，固然可以指導休閒生活，尤其在實際的情境中，更是訓練的機會。例如校內要舉行故事會，正是指導學生課餘閱讀故事的機會，要舉行音樂會，正是指導學生練習唱歌或玩弄樂器的機會；學生玩火燙傷了手，正是訓練學生平時不玩弄火柴、煤油、火油、電燈等的機會；領導學生到街市遊覽，也就是訓練學生在街頭散步要注意交通規則的機會，諸如此類，不一而足，要在我們善用罷了。

(三) 習慣養成法 養成優良的休閒習慣，是很重要的，養成每一個習慣的方法，大概可分分析、示範、試做、矯正和練習五個步驟。例如養成學生盪秋千的習慣，可分析為兩手把握細索，立在一板上，盪前盪後等動作，先由教師示範，後由學生試做，如有錯誤，教師即行矯正，學生再行練習，如是此種習慣，便可養成，同時養成習慣，還須注意下列幾點：

1. 養成習慣，要先養成學生「養成良好習慣」的習慣；
2. 養成習慣，不能有例外；
3. 養成習慣，開始要聚精會神；

4. 養成習慣，不能中途間斷；
5. 養成習慣，要循序漸進；
6. 養成習慣，要有中心思想；
7. 養成習慣，要鼓勵興趣。

(四) 能力養成法 我們指導學生「在休閒時間利用空地栽種蔬菜果樹」這是一種能力訓練，能力的訓練方法，可分爲三個步驟：一、是分析某能力必須包含幾種基本能力。二、診察學生身體的和心理的程度，施行漸進的訓練，例如訓練學生栽種蔬果，教師先須知道這種栽種的能力，是包含：一、選種，二、整地，三、施肥，四、播種，五、中耕和除草，六、收穫等幾種基本能力。按照學生程度經過多時的訓練，才綜合爲「栽種蔬果」的能力。

(五) 觀念養成法 觀念的養成，對於習慣與能力的養成，均大有幫助，養成的方法要特設情境，多方提示，教訓合一及觀察體驗等，如養成學生做休閒活動時有互助合作的精神，那末校內的各種設施，都要有互助合作的表現，教師要常常提起互助合作的重要，各科教學也要注意及此，

同時還要讓學生有觀察體驗的機會，才能養成呢！

(六) 聯絡家庭 聯絡家庭，是訓練方面的重要實施，休閒教育，當然也不能例外，因為這樣才能和家庭打成一片，一方面指導家庭對學生應有的休閒教育，一方面請家庭對校中已養成的良好習慣，要予以保持，至於聯絡的方式，大都不外家庭訪問、家庭通信和召集開會三種，要看實際情形加以利用了。

(七) 指示正當娛樂場所 社會上的娛樂場所，有正當的，也有不正當的，我們應當指示學生在休閒時到有益於身心的娛樂場所，如民衆教育館、體育場、圖書館、閱報社、動物園、博物館及公園等處，或到電影院看有教育意義的電影，同時應當協助政府調查秘密的不正當的行樂場所，予以取締。

(八) 成績考查 休閒生活訓練的成績，亦當加以考查，考查的方法，是重在平時糾正、記載、統計、比較，以便報告給家長，並作實施之改進，不過此種訓練是學生生活訓練中的一部，只要在整個的生活訓練表中占一個相當地位就行了。

#### 四 課外活動

實施休閒教育，學生的課外活動，是很關重要的，全校教師應該分工指導學生組織，並從事推進，茲將各項活動，分述於下：

(一) 週末同樂會 在每週土曜午後舉行由一級或級部輪流主持均可。會中可舉行故事表演，歌詠表演，科學遊戲表演及講故事說笑話猜謎語等，總以全校師生，輕鬆愉快，掃脫一週來的疲勞爲目的。

(二) 組織各種球隊 如乒乓球隊、小皮球隊、排球隊、棒球隊、籃球隊、足球隊等，就體力年齡及性別等分別組織之，教師應從事指導，並參加活動。

(三) 時事演講會 平時教師應報告時事，並指導學生閱報的方式，定期舉行演講，演講學生或由學生推定，或由教師指定，或抽籤決定，均無不可。

(四) 讀書會 目的在養成學生以讀書消遣的習慣，教師平時須指導學生到圖書館看書及看書方法，定期舉行讀書會，一級舉行或級部舉行均可，開會時後抽籤，中籤者即報告讀的書及

書中大意與讀書心得等，每次報告人數及報告時間，可視實際情形決定之。

(五) 故事會 宜於低級或中級舉行，教師要利用休閒時講故事給學生聽，或指導學生閱讀故事書籍，每一週或數週舉行故事會一次，也可用抽籤法決定講故事的人，如果教師也把自己名字加入抽籤，學生的興趣，就更加濃厚了。

(六) 音樂會 每學期可以舉行一次或兩次，舉行時參加的人數要多，唱的材料可用平時教學的材料，這樣，大家對音樂的學慣，就更有興趣了。

(七) 國樂隊 校中應有笛、簫、胡琴……等的設備，由教師於課後指導學習，學生中有會玩弄的，亦可由學生指導學生，每逢舉行同樂會音樂會等，國樂隊可以登台表演增加興趣。

(八) 分組下棋 棋的種類很多，有象棋、圍棋、海陸軍棋……等；此種設備簡單，隨處可以舉行，教師利用課餘，分組指導，頗饒興味。

(九) 寫生隊 校外寫生，對於自然的欣賞，藝術的陶冶，極有裨益，可組織寫生隊，不時到校外寫生。

(十)遠足會 春秋佳日，可舉行遠足會，年級高的到遠些地方去；年級低的，到近些地方去，並可利用這個時間，舉行風景寫生及採集標本等，對於身心的康樂，知識的增進，都有關係的。

## 第五章 假期休閒生活的指導

### 一 假期生活指導的目的

假期係包括年假春假暑假四種，前二者日數不多，影響學生生活甚小，後二者日期較長，兒童在長時間的假期內，過着家庭生活，所以有特殊指導的必要，舉行假期生活的指導至少有下列幾個目的：

(一) 適應特殊的氣候：寒假暑假，一個在氣候酷冷的冬天，一個在氣候炎熱的夏天，在這兩種特殊氣候之下，學校的集體生活，總不甚適宜，所以規定假期，使學生回到家庭，過着比較輕鬆的家庭生活，唯在家庭裏，又如何抵禦寒冬，如何避免酷暑，必須加以指導，以達到假期生活的目的。

(二) 延續規律的生活 平常到了假期，學校有規律的生活，就無形變更了，時間虛度，固然可惜；而學生學業荒蕪，習慣打破，尤為可惜。有了指導，儘管生活場所的不同，而一樣可以過着有規律的生活，使家庭生活與學校生活一樣有意義有價值。

(三) 補救班級的缺陷 學校教育，因為班級制度未能廢止，即無法適應兒童的個性，以致程度不齊或功課不及格的現象，有了長時間的假期，正可利用其指導天才學生，自我學習，得以充分發展，智力較差的學生，亦可予以補習或複習的機會，以救濟事實上種種困難。

(四) 體驗社會的生活 學生平日與社會接觸機會甚少，所學習的功課，又很少能應用到社會上去，到了假期，可指導學生：家庭需要的日用品，他們可以上街去購買，家庭有什麼事體他們可以去接洽，社會上有什麼活動，他們可以去參加，以期其能夠體驗社會生活。

## 二 假期生活指導的原則

我們首先要明瞭的，學校放假是為愛護學生，重視學生的健康，不是專為教師假期休息；作業訓練是學習習慣的保持，不是普遍的增加作業；假期生活，是兒童的休閒生活，只能寓工作於遊戲之中，不能過分加重負擔。且家庭並非良好的學習環境，氣候特殊，更非所宜，因此我們指導假期生活，必須顧及下列幾個原則：

(一) 室外重於室內 學校生活，大半側重筆頭工作及誦習工作，室外工作機會較少，假期



生活自應減輕室內束縛，多指導學生室外活動，寒天要打球、跳繩、堆雪、爬山。夏天要散步遊戲、採集、自然欣賞及草地閒話、柳陰納涼。

(二) 集體重於個人 學校為集體生活，學生最感興趣的。放假後，此種生活解體，不無使其感到孤寂。假期生活，必須指導其聯絡附近同學或親隣小友，組織消寒會，消夏會，唱歌會，故事會，定期舉行，以提高其生活興趣。

(三) 欣賞重於思考 休閒生活，要使學生處處覺得輕鬆愉快，應多介紹有趣故事，淺近詩歌，及連環圖畫等欣賞材料。而自己練習的，亦多側重在音樂美術等工作，各種問題的研究，算題的練習等思考材料，要儘量減少。

(四) 創作重於複習 喜新厭舊，在學生心理上，表現得格外明顯。複習是舊的材料，學生不感興趣，除去不及格學科，必須加重補習外，可不重視舊課的複習。應多指導學生創作，不論是作文，日記，美術勞作，隨他們自己創造，發展各個天才。

(五) 早晚重於日間 在暑天，早晚氣候涼爽，可指導兒童利用早晨練習大小字，閱讀故事

小說，晚間乘涼可分請親友或父兄說故事講新聞或指識天空的星辰或研究流螢的發光，在寒天，早晚溫度降低當然以少做事為宜。

### 三 假期休閒生活指導的方法

#### (一) 指導的步驟：

1. 規定生活的進程；
2. 確定休閒的活動；
3. 發散假期生活指導要項及其生活日程表；
4. 函請家長協助指導與督促；
5. 規定學生定期到校舉行生活檢討會；
6. 教師分訪家庭，調查與考核學生生活活動狀況。

#### (二) 指導要項：

1. 屬於政治生活的：

甲、調查本保本鎮不識字的人數；

乙、聯合附近同學組織讀書會，歌詠會，夏天乘涼會，冬天消寒會；

丙、每日看報並組織時事研究會。

2. 屬於語文及科學生活的：

甲、每日寫大小字；

乙、每日做日記；

丙、每週寫信給同學或老師；

丁、每週讀書一篇並自己做筆記；

戊、壓製植物標本五種；

己、收集礦物標本五種；

庚、收集植物種子五種；

辛、收集建築材料五種；

3. 屬於健康生活的：

甲、每日做早操；

乙、每週洗澡；

丙、每二週理髮一次；

丁、每日打掃活動室一次；

戊、每日在規定時間做適當遊戲；

己、每週舉行家庭大掃除一次；

庚、宣傳衛生。

4. 屬於職業生活的：

甲、灌菜澆花；

乙、利用空地養鷄鴨；

丙、自製捕蠅（夏天）捕鼠器具；

丁、利用早晨販賣報紙；

戊、每週到校整理園地。

5. 其他：

甲、每週到校一次向老師報告作業情形；

乙、定期到校請老師解釋疑難的問題；

丙、每週到校參加生活檢討會；

丁、每週到校參加老師每週講話；

## 第六章 家庭休閒教育的指導

### 一 家庭休閒教育的重要

生活就是教育，學校和家庭，都是兒童生活的場所，也都是實施教育的場所。爲求得兒童生活的協調與美滿，家庭和學校，在教育方面，應步調一致，多方配合。惟就重點言，學校教育，重在知識的研究，學生生活，是比較的緊張，而家庭教育，則在休閒生活的指導，使其有充分的休息及正當的消遣，藉以調劑身心，得有合理的生長。不過有些家庭，恒利用兒童散學時間，延師補習，不啻加重學生學習負擔。這樣，在學習上固無多大裨益，對學生身心上，且有不少的妨礙，所以在這種家庭教育方式下，常有下列現象：

(一) 不能準時離校 學校放學後，除去留校服務學生以外，全體應列隊出校，分別回家，但有一部學生，深怕回家後，馬上就被督促自修，或是補習教師坐着等候，一刻不得休息。不得已藉故留校，或趁教師不注意，偷偷地離隊，溜到遊戲場去做遊戲，做遊戲原不算壞事，不過不在時間遊戲，

當爲學校所不許，且在遊戲時，無人監護，是最容易發生危險的。

(二)不能準時到家 散學後，教師監督甚嚴，當然不易留校，但離校後，不能準時回家，教師就無法考查。以致集合小組，四出走動，遂不免種種意外事情發生，今年夏天，鎮江某校學生散學跑城頭，跌傷頭部，某校學生散學後，下河泅水，因而斃命。家庭如果有合理的休閒活動，使學生對家庭生活，感到興趣，自然不肯隨便亂跑，可以準時到家。

(三)擾亂家庭秩序 學生到家後，家庭活動場所小，姊妹兄弟要是比較多的話，大家無適當工作做，不免就要惹出是非。不是弟弟罵哥哥，就是姊姊打妹妹，或是弟弟爬上桌子，摔掉了花瓶，哥哥吃茶打破了茶杯，把一個小小的家庭，鬧得天翻地覆，父母頭痛，更有和鄰家小弟弟，相打相罵，引得雙方家長生了好多閒氣。

(四)睡眠時間太長 學生在家，如果家長管理甚嚴，監督自修，自然減少糾紛，但兒童缺乏活動，精神萎靡，自然而然的就要打瞌睡。還有一種現象，兒童爲減少早晚自修時間，不得不故意延長早晚睡眠時間，晚上要早睡，早上亦不肯早起。以致超出應有的睡眠時間，睡眠時間過少不好，過

長亦是有害健康。

以上種種，當然是家庭缺乏休閒生活的指導所致。教師的任務，除去學校生活指導外，家庭生活，亦須予以合理的指導，使學生整個生活，納入正軌，然後才能收兼籌並顧之效。

## 二 家庭休閒教育指導的範圍

學生，是我們指導的對象，但其生活的場所及所接觸的家人，均能直接影響學生的行為，故指導範圍，須包括下列各方面：

### (一) 環境方面：

1. 附近能有廣大的草地；
2. 附近能有小型的花園；
3. 附近能有設備完全的體育場；
4. 家庭佈置兒童活動場所；
5. 家庭備有兒童遊戲娛樂工具；



6. 家庭備有兒童閱讀書畫；
7. 家庭處處整齊清潔，井然有序。

(二) 父母方面：

1. 要使父母了解學生家庭生活是全部休閒生活；
2. 要使父母了解學生在家庭裏應寓讀書於休閒之中；
3. 要使父母了解兒童在家庭是主體，是應有他的活動場所；
4. 父母在家庭應有正當的娛樂，絕對摒棄低級趣味——賭博；
5. 父母須有計劃帶兒童到戶外活動；
6. 父母不應將指導兒童的責任，交給僕役；
7. 父母要能指導兒童和鄰兒多作有益的活動。

(三) 學生方面：

1. 規定起身的時間及睡眠時間；

2. 規定室內及室外的健康活動；
3. 規定語文活動事項；
4. 規定禮儀活動事項；
5. 規定社交活動事項；
6. 規定室內室外的娛樂活動；
7. 規定離家到家的時間；
8. 規定睡眠時應遵守的習慣。

### 三 家庭休閒教育指導的方法

#### (一) 指導要則：

1. 學校與家庭切實溝通與聯絡；
2. 由學校設計請家庭執行；
3. 從家長指導到教師考核；

4. 利用生活餘暇，助長生活興趣。

（二）指 步驟：

1. 擬訂家庭休閒教育指導要項；
2. 定期召集家長說明休閒教育的重要；
3. 發散家庭休閒教育指導要項及其活動時間支配表；
4. 指導學生遵守休閒教育的各項規定；
5. 定期分訪家庭考查休閒教育實況；
6. 通函家長商討休閒教育實施上各項問題。

（三）指導要項：

1. 學生在家庭中，須備有一適宜活動室，室內至少要具有下列條件：
  - 甲、整齊清潔，通風透光；
  - 乙、有高低適宜的兒童工作檯凳；

- 丙、有三五種新書新畫，備兒童閱讀；
  - 丁、有三五種娛樂器具，備兒童玩弄；
  - 戊、活動室內，不準閒雜人等進去打攪；
  - 己、每日活動時間，須張貼室內。
2. 學生在家庭中，至少須養成下列幾種習慣：
- 甲、每天六時起身，九時睡眠；
  - 乙、每天打掃自己的活動室；
  - 丙、每天整理自己的臥具；
  - 丁、每天整理自己的用品；
  - 戊、每天第一次遇見人必招呼；
  - 己、天天刷牙，常修指甲；
  - 庚、定時大便；

辛、不吃零食；

壬、準時入校；

癸、準時到家。

3. 學生在家庭中，可選做下列各種康樂活動：

甲、培養動植物；

乙、練習繪畫；

丙、練習唱歌和表演；

丁、散步或遊戲；

戊、練習早晚操；

己、下棋或玩弄樂器。

4. 學生在家庭中，可選做下列各種工作：

甲、看小說或故事；

乙、聽故事或講故事；

丙、寫大小字；

丁、寫日記；

戊、記家用的賬；

己、指導弟妹的課；

庚、預備明日應用的東西；

5. 學生在星期日可選做下列各種工作：

甲、做生活週記；

乙、整理衣服和用品；

丙、復習上週的功課；

丁、預備本週的功課；

戊、組織星期日晚會；

己、洗澡。

6. 學生在家庭中，每兩星期可選做下列各事：

甲、參觀附近的圖書館或民衆教育館；

乙、比賽籃球或小足球一次；

丙、到野外去遊玩；

丁、拜訪親戚或朋友；

戊、理髮；

己、結伴遊公園或參觀各種展覽會；

庚、舉行家庭大掃除。

四 指導家庭休閒教育的困難及其解決

休閒教育，尙未能引起一般家長注意，故實施伊始，不免遭遇到下列種種困難：

(一) 家庭不重視休閒教育。家長認爲休閒就是「玩」，學生不論是在學校，或是在家庭，

都應該讀書，不應該「玩」，更不應該由教師設計教學生「玩」的方法。其實學生的生活，不外讀書和遊戲，在讀書的時候，教師的任務是指示讀書的方法，在遊戲的時候，自然要指導遊戲。遊戲就是一種「玩」，學生能利用家庭生活時間，做有意義的休閒活動，對學生身心方面，是很有裨益的。而家庭不重視休閒教育，以致影響休閒教育的實施，這種態度，是亟須糾正的。

(二) 家庭太注意功課補習 一般家長總認為學生在家庭中，所有的時間，都是補習功課的時間。有的是補習學校當日教的課，有的是另外加授其他的科目，希望子女將來做生意，則補習珠算、尺牘，希望子女把國語根基打牢，則任性補習兒童不易了解的文言文，如四書、古文等，這種辦法，不論是在學生整個生活時間的配合上，或是學習的效果上說，都不甚合理。學生在校時間，工作比較緊張，回家以後，其生活應十分輕鬆，以資調劑。至其所用補習材料，艱深的文言文，固然無益於學習，就是補習當天的功課，亦有好多流弊，因為在家補習，在校即不用心學習，其結果同不加補習是一樣，徒然影響休閒教育的實施。

(三) 家庭沒有適當的場所 有些家庭也許重視休閒教育，但是家裏房屋太少，沒有適當



的場所，供給兒童活動；家庭經濟不甚寬裕，無力備置必需的工具，供給兒童使用；室外又無比較寬敞、清潔的地面，供兒童遊戲；因此，學生回家以後，有的蟄居在斗室裏，正當的休閒活動做不起來，就要惹出是非，鬧得父母頭痛。有的回家以後就跑出來，也沒有正當遊戲做，就東一頭，西一撞，很容易和鄰居的子女，引起許多糾紛，這種現象，都是沒有適當場所所致。

(四) 家庭雜事太多 學生回家，家庭裏就指派了若干事教他做，有的教帶小弟弟，或指導弟妹的功課，有的教幫助家庭做雜事，如淘米、洗菜、跑街泡茶等，簡直使他們一刻不得休息。這許多事情，當然可以指導兒童做，但必須配合其他休閒活動，有計劃的去。假如一味僅教他們工作，不給他們休息，更沒有娛樂的活動，這是不應該的。

以上困難情形，在一般家庭中是沒有方法避免的，我們要解除這些困難，可採用下列各種辦法：

(一) 舉行家庭調查 要明瞭學生家庭實際狀況，要舉行一次家庭調查，調查的內容，須包括環境、房屋、人口、經濟情形、有無兒童單獨活動場所等項，然後做一個精密的統計，這個結果，可以

做我們實施休閒教育的重要參考。

(二) 提倡集體活動 根據調查結果，知道那些學生家庭房屋較多，那些兒童家庭已有兒童活動室，那些學生家庭經濟情形較好，然後再按據各人住的遠近，劃分若干休閒活動區，指定那一區以那一個家庭做活動中心，規定各區學生準時到達活動場所，依照預定工作，分別實施，再特請所在地家按時督導，以收實效。

(三) 說明活動的方法 家庭的休閒活動，究竟如何做法，教師要根據已定事項，訂定活動綱要，及活動步驟與歷程，分發兒童去做，同時更要逐一詳細說明，使兒童對於工作方法已十分了解，然後才能進行順利。

(四) 教師須巡迴督導 課後，教師須定期至各中心活動區督導，其任務：查點有無缺席，有那些人缺席，是否常缺席？詢問有無困難，有那些困難，當然設法解決，考核工作情形，有那些人努力，有那些人努力，分別督促與鼓勵。

## 第七章 民衆休閒教育的指導

### 一 民衆休閒教育的重要

國民學校是辦理全民教育，兒童是對象，成人也是對象，成人教育的實施，不僅注意其語文生活，職業生活，更須注意他們的休閒生活。我們認為要提倡國民體育，增進民族健康，則民衆休閒活動，是不可少的，茲分別說明其重要性：

(一) 適應生活需要 一般民衆，成天工作，在工作之餘，亟需要歡度其休閒生活，以調劑身心，恢復疲勞。常看街上一個叫化子賣唱，能够男男女女數十人跟住走；一個人做猴子戲，廣場上被圍觀的人塞得水洩不通，這在在證明民衆需要娛樂，所以能利用休閒時間，指導其正常娛樂，那是民衆最需要的。

(二) 提倡正常娛樂 正常娛樂，可以安慰民衆的身心，反之，則影響甚大。因為娛樂本帶有感化性，能够左右風化，比方烟賭，足以破家蕩產，傷風敗俗。若是講書，唱詞及有價值的劇本，很足以

感動人心，學校爲文化中心，爲社會靈魂，如果有計劃的提倡正常娛樂，極易建樹優良風氣。

(三) 增進民族健康 民衆休閒時，如無正常活動，難免不閒則生非，不但浪費金錢，還要戕賊身體，影響民族健康甚鉅。國民學校爲文化基層組織，且普遍設立於各鄉村，如能將學校體育設備做基礎，學校體育教師做中心，提倡業餘運動，組織球隊，練習國術，經常學習，定期比賽。學校舉行運動會，亦歡迎附近民衆參加，如此不僅徹底做到學校社會化，而民衆能養成利用餘暇從事運動愛好運動的習慣，無形中增進民族健康不少。

(四) 發展鄉村社會 鄉村民衆，愛慕都市生活，不僅青年竄入都市，就是一般資產階級，也不斷向都市移動，推求其最大的原因，無非爲謀精神的慰安。倘非亟謀補救，則殘破的鄉村，將益發不可收拾，年來鄉村破壞，民衆早不能安居樂業，最迫切的工作在安定區域內，要積極從事精神建設，使民衆得有合理休閒活動，精神安定，鄉村人才才能不易外流，鄉村建設，才能奠定了基礎。

## 二 民衆休閒教育指導的範圍

要指導民衆休閒教育，先要了解民衆有那些休閒活動，始能確定其指導的範圍。茲依照各種

活動的性質，約述如下：

(一) 有教育性的 這種活動，已屬於民衆教育範圍例如：

1. 音樂 有些青年，利用餘暇，請一位琴師，學習胡琴，或組織票房。

2. 拳術 有些青年，愛好運動，特在工作之餘，請一位拳師，教學拳術。

3. 游泳 鄉村在夏天，最普遍的是這種運動，不論在那條小河裏，都會看見許多青年或成

人在那裏活動。

(二) 有時間性的 這些娛樂，有一定的時間，大約跟着節令進行的，到時就舉行，過時就結

束，例如：

1. 迎神賽會 每個鄉村，每年春秋兩季，都要舉行一兩次迎神賽會，一時都要轟動若干村

莊。

2. 唱麒麟詞 在春節，不論城市或鄉村，每有若干青年，用彩紙紮成想像中一個麒麟，由一人頂在頭上，其餘的人就敲鑼鼓，唱麒麟詞，沿門走唱，也能引動許多人圍看。

3. 競渡 這是端陽節在水上舉行的，水上競賽，大家頗感興趣，所以每次舉行看的人特別多。

4. 廟會 這種活動，城鄉都很盛行的，在一定時間，老幼男女，相率到廟上拜佛，近則鄰村，遠則跑到外省，有的化去若干金錢與時日，才能回家。

(三) 有職業性的 有些娛樂，有些民衆即以其爲職業的，例如：

1. 唱戲 這是鄉村中最通行的一種休閒活動，鄉民在農暇或是村祭的時候，常會請一個戲班，在公衆地方，搭起一座高台，唱三五天戲，遠近村民，都來圍觀。

2. 說書 有的人善於講書，也形成一種職業，凡是在新年或茶社裏，也會請一位說書的，開講通俗小說，儘管是祇憑一張嘴巴，但其聲色動人，動作殊肖，頗引動不少聽衆。

3. 賣小調 有的人會拉一把胡琴，或拿兩塊響板，沿街賣唱，民衆如有餘暇，總會尾隨圍聽。

4. 頑把戲 不論是頑槍頑刀頑湖船等，只要鑼聲一響，民衆會應聲而至，雖臨時討錢，而彼等並不吝惜。

(四)有文學性的 這是屬於民間文學，大半為民衆輾轉傳習的，例如：

1. 山歌 鄉民在工作或休息的時候，常會隨口唱着山歌，這種歌詞，是民間流傳的，頗能深入人心。

2. 民間故事 這也是民間流傳的，差不多每一人會講一二只故事，這些故事，都是茶餘飯後跟年老的人學習得來的。

3. 民間謎語 這種材料，不論兒童青年或年老的人都很豐富。他們在夏天的晚上，或冬天的爐邊，有意無意的會猜起謎語來。

4. 文虎 這是智識份子一種娛樂活動，每年在新年裏，在一個地方，懸出若干文虎，請大家猜，猜得不錯的，都有獎品。

### 三 民衆休閒教育指導的方法

民衆休閒活動，略如上述，茲將指導方法分述如下：

(一)勸止 民衆的休閒活動，不僅賭博、煙酒，須要勸止，就是燒香拜佛，這些迷信舉動，費時

失事，均宜勸止。

(二) 改良 有的活動，如說書唱戲等，他們的技術頗能吸引民衆，但所演唱的材料，常帶有極端低級趣味，違反教育原則，學校教師應重編適用歌詞，訓練其演唱。

(三) 提倡 有的活動，如國術國樂等，都是民衆身心有極大的幫助，極應提倡，聯合附近民衆組織國術團，國樂隊，並在每學期內舉行幾次國術比賽及音樂會。

(四) 參加活動 民衆有了大的活動，學校教師可利用這機會參加活動，如遇到迎神賽會時，一時不易勸阻，亦不易改革內容，暫時最好把學校師生組織的音樂隊，話劇團，參加活動，使民衆得有比較合理休閒知識，期其逐漸輕視這些迷信舉動。

(五) 聯合舉行 學校舉行運動會，音樂會，學藝表演會等，這種娛樂，可以充實民衆的生活，可以安慰民衆的精神，應歡迎民衆直接參加。如運動會，可以讓民衆比賽打拳，賽跑，負重等項目。音樂會，可以讓民衆唱山歌，唱民諺及演新劇等，民衆合理的休閒教育，是應積極倡導與推廣的。

(六) 民衆俱樂部 劃小學一部份校舍，或選村中一適當的場所，設立一個民衆俱樂部，中



間設置許多娛樂器具及有益身心的連環圖畫，以供給民衆到部使用。並由教師按時指導，不僅教大家欣賞音樂，還要使大多數人喜好玩弄樂器及了解正常的休閒活動。

(七) 設置電化工具 教育行政當局能設法配售各校無線電收音機一架，則學校每日可定時開放，通知附近民衆於工餘來校聽取廣播，或由教育行政機關組織電化施教隊，輪流到各校放映電影，由學校通知附近民衆前往受教。電影爲活動圖畫，他富於運動性，刺激性，在他不斷的演映中，最易引起觀衆的熱力和活力。所以他不僅爲最好娛樂工具，且爲最好教育工具。

#### 四 指導民衆休閒教育的困難及其解決

民衆休閒教育的指導，在實施時，困難更多，舉其大者，有下列各點：

(一) 迷信太深，難於勸阻 朝山進香，利孤燒紙，這都是迷信鬼神的事，不是正常休閒生活，但是勸阻甚難，從前有些地方，教師破除迷信，竟受一般愚夫愚婦責難，甚至搗毀學校，引起軒然大波。

(二) 狃於舊習，不肯改良 民衆的休閒活動，有季節性的，每年是照例舉行，其目的與方法，

都無一點改進，如廟會，目的做交易，方法是組織臨時集場，假如我們教他變更目的，利用許多民衆，化裝宣傳，推行政令，那是不易辦到的。

(三) 限於能力，無法接受 有些職業性的休閒活動，如說書，唱戲，所用的材料，都是俚俗不堪，如果我們新編的有教育價值的材料，供他們應用，但是不識字的，多，接受能力薄弱，材料亦無法傳習。

(四) 缺乏認識，輕視指導 一般民衆對於休閒教育，根本缺乏認識，有了餘暇的時間，力求享樂，明知這種活動，有害於身心，或有損於品格，但亦不願顧及，即使有人施以正常的指導，亦難使其接受以改變其休閒活動的方式。

上列困難，一時不易解除，不妨先從下列各事做起。

(一) 擴大大學校休閒活動組織：每一個國民學校，可組織一個休閒教育委員會，主持設計全校休閒教育活動，可提倡民衆正當娛樂，在學校每一種活動裏，都可徵求民教班校友參加，及附近民衆參加，使其對於這種合理的休閒活動，發生興趣，然後再逐漸推及校外，久而久之，即可代替社

會上的低級娛樂。

(二) 開放學校：鄉村缺乏公共娛樂及遊息場所，學校為適應需要，可將學校園圖書館，及運動場等全部開放，使鄉村青年隨時到學校打球，閱書或到花園散步，免得羣居終日，打牌抽煙，染上種種不良嗜好。

(三) 改良說書 說書，為社會上最通俗的娛樂，唯以操說書業的人，缺乏正當訓練，書詞陳腐，易使民衆染到封建迷信不良的觀念。故目下國民學校，為指導民衆娛樂，可先從改良說書做起。第一步編審說書脚本將人生日常應用常識或歷史故事，有計劃的編為脚本推行各地，第二步訓練說書人才，將民教班或高年級學生，口齒清楚的，訓練其說書技能，以便將來能夠說書，再現有說書的人，亦可不時召其來校座談，介紹改良書詞，以便灌輸民衆正確的知識。

(四) 提倡民間遊戲 遊戲，直接影響身體健康，實為有價值之休閒活動，民間遊戲甚多，大都適用於兒童，而一般民衆在家庭便於舉行的有二種：一是弈棋，兩人對弈，隨處可下，且饒有興味，啓發思想，一是團體遊戲，茶餘飯後，三五人閒着無事，做一次遊戲，即可興味橫生。

社會上種種不良的休閒活動，都具有長時間的歷史，當然不是一時所能改善的，國民學校果能以教育力量，持久薰陶，將來總會收到移風易俗之效。

## 第八章 教師的休閒生活

### 一 教師休閒生活的重要

休閒活動，在學生生活裏很重要，在教師生活裏亦很重要。因為教師是一種清苦辛勞的職業，責任繁重，必須有健康的體格和飽滿的精神，才能勝任愉快。據美人孟推報告，教師的壽命，平均比較從事其他職業的人為短，這點，很值得我們教師注意。有的學校深怕教師增加了休閒活動，會影響工作，乃成天把教師困在工作室裏，埋首做事，甚至規定教師必須住校，早晚不得隨便外出，以免妨礙工作。這是很不合理的。教師的休閒生活，如能與一般工作配合適當，對教師有益，對學校亦是有益的，茲分別說明如下：

(一) 保持教師健康 要有好的事業，要先有好的身體，要教師能負起繁重的任務，當然要永久保持健康的體格。常見青年教師，服務不數年，朝氣即日見消失，行動遲鈍，儼然「老夫子」形態，這是很危險的，我們雖不能追回青春，必得避免青春的銳減。

(二) 提高教學效率 休息與服勞，必須配合適宜，工作效能，才見增進。教師的生活本來很緊張，應在緊張生活中求休閒，以調節其疲勞，才不致影響健康。教師身體健康，則精神愉快，教學效率也隨之提高。

(三) 適應兒童生活 兒童生活是快樂的，精神是活潑的。教師為學生表率，深入學生隊伍，其行動必須與學生能調協，並負起領導作用，才能學校充滿了蓬勃的朝氣。如教師暮氣沉沉，精神萎靡不振，甚至厭惡學生生活，這種教師不能適應學生生活，不是學生所愛戴的。

(四) 不致影響學生健康 教師患病，影響學生最大的，要算肺病。近據南京市統計，一六二六各小學教師中，患肺病的，竟有八四人之多，此種教師學生與其朝夕相處，極為受傳染的危險。所以教師日常生活，能注意休閒活動，並與新鮮空氣及適宜日光多接觸，不僅自己保持健康，且不致影響學生健康。

## 二 教師休閒生活應有的設施

休閒生活，係包括健康與娛樂兩方面，唯有健康的人，才喜歡愉樂，也唯有喜歡愉樂的人，才能

保持健康。學校對於教師休閒生活的設施，應注意下列各事：

(一)校舍及設備要適合教師需要。學校應以學生為中心，一切建築與設備，當以適應學生需要為最高理想。但教師需用的宿舍，工作室，及休閒活動時所需要的場所及設備，亦必力求適合教師的生活需要。

(二)工作時間，須有適宜的分配。教師成天的不離教壇或伏案工作，極易損害健康。所以學校須規定教師每日除上課外，何時起身，何時睡眠，何時進修，何時參加早操及課外活動，均須與工作時間配合，切實施行，以養成習慣。

(三)教學時間，須有合理的調整。有的學校認為教學時間較規定時間愈多，即表示辦理愈認真。其實，這不僅違反健康教育原則，亦損害教師健康，亟應遵照規定予以合理之調整。額外科目不能增加，教師人數，不應增少，且無意義的筆頭工作，更應力求減少，以免影響教師健康。

(四)定期舉行休閒活動。提高教師生活興趣，可定期舉行休閒活動。筆者戰前在江蘇省立界首鄉師附屬小學任校長時，曾與同仁約定，每週星期六晚上，舉行晚會，除各顯技能，充實內容

外，最後都有一次小吃，輪流作東。當時，我們有流行的一個口號：「星期六晚上是我們的。」在星期六晚上，什麼事不做，給大家輕鬆一下，所以對每一個週末，都有一個希望，都發生濃厚的興趣。

### 三 教師休閒生活應有的修養

休閒，是大家享受，要休閒活動的充實，必須大家共同出力。是大家做給大家看，不是少數人做給多數人看，能以集體的力量，建樹一個興趣中心。所以每一教師至少須有下列的一種或數種技能。

(一) 屬於語文方面的：1. 會說笑話講故事說書；2. 會猜謎語射文體；3. 會說異地方言；4. 會做團體遊戲；5. 會表演戲劇。

(二) 屬於科學的：1. 會頑物理性的科學把戲；2. 會頑化學性的科學把戲；3. 會頑科學性的幻術；4. 會開無線電收音機。

(三) 屬於音樂的：1. 會奏風琴吹口琴；2. 會頑一二套國樂；3. 會唱歌；4. 會唱平劇崑曲；5. 會開留聲機。



- (四) 屬於體育的：1. 會打球；2. 會跳土風舞；3. 會頑國術；4. 會做徒手遊戲；5. 會賽跑爬山；
- (五) 屬於雜技的：1. 會做雙簧；2. 會一二種口技；3. 會變簡易戲法；
- (六) 屬於進修的：1. 能評述時事；2. 能報告讀書心得；3. 能專題講演。

#### 四 教師休閒活動的方法

各校爲提高教師生活興趣，休閒活動，應作有計劃的推行。唯娛樂的事項很多，各人的喜愛，亦不一致，各校在策動時，須事先做一次調查，爲活動的根據。又前曾有人將天津市小學教師娛樂種類調查一次，被調查者共爲三七二人，其結果爲：運動佔百分之二六·三，音樂佔百分之二二·二，二，影劇佔百分之一五·一九，旅行遊覽佔百分之一三·七，美術佔百分之九·二六，弈棋佔百分之五·五六，讀書著作佔百分之四·〇七，儲蓄佔百分之三·七。這裏，可以明瞭一般教師對於各種娛樂愛好的傾向，足資參考。

關於活動方法，可分個人，部份，全體三類，分述如下：

(一) 個人的：這是各個人活動，不受任何限制，可分兩類：

閒話。

1. 每日活動：上午準時參加學生早操，下午準時參加學生課外活動，其餘閱報看書及友朋

2. 相機活動：野外散步，池畔釣魚，聽書看戲及讀書作文等。

(二) 部份的：由少數教師各就性之所近，組成若干小團體，可分三類：

1. 每日活動：籃球隊，足球隊，國術團，下棋等。

2. 每周活動：書畫研究會，音樂研究會，金石研究會等。

3. 相機活動：參觀遠足等。

(三) 全體的：這是全體教師共同組成，每人都要參加的，亦分三類：

1. 每週活動：每週晚會，在週末舉行，重在節約聚餐，時事座談會，重在時事分析與討論。

2. 每月活動：讀書會，重在報告讀書心得，交互學習，結束前，可助以摸彩，增加興趣。

3. 學期活動：同樂會，此在學期終了時舉行，教師參加，學生亦要參加，重在全校師生皆大歡

喜。

以上各種活動，須與校務進行計劃配合，其最大作用，在調劑教師生活，不能妨礙教師工作時間，這是要特別注意的。

### 五 一個教師休閒活動的實例

#### 讀書會

「讀書！讀書！再讀書！」「讀書是我們的補血劑。」這是我們全體同仁的口號，也是我們生活信條。

唯其有這樣的口號，我們的讀書會就應運而生了，唯其有這樣的口號，我們在無論怎樣繁忙的工作下，一月一次的讀書會，是沒有停止或延期一次的。

事實上，讀書並不是在開會時才捧着書到會場去讀的，這樣讀書，是例事，是苦工，不是休閒活動。我們讀書是在全面生活裏一種調劑，在清晨，在課後，在操場一角，在筲家山嶺，總可看到我們同仁挾着一本書在翻閱着；到了實際舉行讀書會的時候，不過，僅將所讀的「提要鉤元」或「參以己見」，作一個簡要的敘述，或深刻的批評，報告聽衆罷了。

報告的方式是這樣的：開會時，主席第一次抽出三個籤來，被抽到的三個人，就是這次口頭報告的三個人，抽出次序的先後，就是報告次序的先後。這裏有一個疑問，就是被抽報告的人，下次是否還有資格有權利再參加抽籤呢？！有絕對有資格有權利，在過去數次讀書會中，我們的童荷生兄連續抽到三次，也就報告三次，大家說他是「連中三元。」

籤上正而是人名，反而是個彩，就是報告的人，也就是得彩的人，連續報告，也就連續得彩，所以報告的興趣都很好。

未有抽出的人，除去聽取報告時要扼要紀錄，抄入教育週誌外，還要交出本次書面的讀書報告。

讀書報告完畢，主席再第二次抽籤，抽出的人，不是報告，是做些「小頑藝」唱歌，跳舞，說笑話隨你，但必須做出，一個不能例外。

讀書會主席，不是固定的，是上一次抽籤決定下一次的。不過，已做過主席的人，在大家沒有輪遍的時候，是沒有資格再被抽出的，這裏有一個小小的原因，就是做主席的，要備點東西做彩，及一

些水果，招待會員，不無有點破費，這樣輪值也是一「利益均沾」了。

我們在每次讀書會時，一面聽報告，一面用茶點，及看「小頑藝」就是極度繁忙工作之下，也覺得輕鬆得許多，舒適了許多，所以這樣的讀書會，可說是我們的進修生活，也是我們的休閒生活。

這是一位教師在生活日誌裏記載的，在這裏值得注意的有幾件事：

- (一) 讀書要利用工作的空隙，當一種消遣的活動，讀書的地點，室內好，室外也好。
- (二) 報告是吃力的事，得彩是起勁的事，二者合流，興趣自然可以維持。
- (三) 聽人口頭報告，自己還要交出書面報告，利己亦是利人。
- (四) 「小頑藝」是全部活動中一種點綴，在集體休閒活動中不可少的工作。

## 第九章 結論

學校爲學生樂園，這是大家所公認的。如何濃厚快樂的空氣，如何健全快樂的因素，使學校充滿了活力與朝氣，以便學生在快樂和諧中生活，這當然要靠著休閒教育的實施。不過休閒活動，係配合各種工作進行，有時常會被緊張的空氣所掩蔽及一般教師所忽視與遺忘，以致全部教育活動，暗藏着苦惱與暴戾的陰影，友愛和平的美德，活潑愉快的情緒，受了極大的打擊，殊失教育生長的本意。茲爲提高休閒教育的效率與教師的注意，特指出休閒教育上若干問題，以便教師隨時檢討及作本書的結束。

### (一) 行政方面

1. 學校有何合理的休閒教育的組織？
2. 學校環境是否優美閒靜？
3. 校地校舍是否寬敞適用？

4. 有何休閒設備？
5. 教師有何康樂活動？
6. 如何減輕教師筆頭工作？
7. 如何規定每日休閒活動時間？
8. 能聯絡家庭與社會實施休閒教育否？

(二) 教學方面

1. 是否遵照修訂小學課程標準，減少各學年每周教學時間，以減輕學生負擔？
2. 有無輕視美勞音體等科目，減少其教學分鐘情事。
3. 教學時是否忽略欣賞過程？
4. 在班級教學下，如何減輕能力較差兒童的工作？
5. 課間休息時能充分利用嗎？
6. 各科內有關休閒教育的材料，能充分利用嗎？

7. 各科教學是否儘量表演化？遊戲化？
8. 各科學習的材料能有一部份做休閒活動的材料嗎？

(三) 訓練方面

1. 課後休閒活動，組織完備嗎？
2. 全校學生都有休閒活動的機會嗎？
3. 每周周末有各種表演供大家欣賞嗎？
4. 有故事會，歌舞會，音樂會等經常練習定期表演嗎？
5. 有各種球隊，分組運動嗎？
6. 指導學生分組搜集各種欣賞材料沒有？
7. 指導閱報方法，課後從事閱覽沒有？
8. 組織遠足隊旅行團欣賞自然景物沒有？

(四) 家庭方面



1. 有假期及家庭休閒教育計劃嗎？
2. 是否通知家長重視學生休閒生活？
3. 規定學生在家休閒生活時間沒有？
4. 規定學生在家休閒活動的事項沒有？
5. 學生休閒活動成績無表現，如何指導？
6. 家庭生活妨礙學生休閒活動怎樣辦？
7. 召集家長商談休閒活動指導方法沒有？
8. 教師定期訪問家庭，指導及考核休閒活動沒有？

# 附錄 江蘇省立鎮江實驗小學休閒教育實施計畫

## 一 目標

- (一) 灌輸正常的休閒知能；
- (二) 養成良好的休閒習慣；
- (三) 充實學生的休閒生活；
- (四) 增進生理心理的健康；
- (五) 培養自樂樂人的願望。

## 二 原則

- (一) 務求機會均等；
- (二) 重視環境設施；
- (三) 力謀教訓配合；

- (四) 實行校社貫通；
- (五) 注意教師休閒。

### 三 行政

#### 甲 組織：

- (一) 組設休閒教育委員會；
- (二) 校會中設康樂股及衛生股。

#### 乙 環境設備與佈置：

- (一) 整理校門內外冬青樹；
- (二) 鋪平校門前人行道；
- (三) 補植校門前樹木；
- (四) 調整補筓家山上樹木；
- (五) 在筓家山上建築茅亭；

- (六) 整理幼稚園前空地並種植花木；
- (七) 修理校舍落成紀念塔，並就附近闢為花園；
- (八) 增設學級園；
- (九) 遊戲場旁酌設石凳；
- (十) 場地鋪草皮；
- (十一) 添設小動物園畜養小動物；
- (十二) 幼稚園添置小鑼、小鼓、積木及形體顏色認識盤；
- (十三) 低級遊戲場添置軒輕板及滑梯；
- (十四) 中級部遊戲場添置立體肋木，並利用筴家山坡添裝滑梯；
- (十五) 高級及民教部添置籃球及排球設備；
- (十六) 音樂室添置簫、笛、口琴；
- (十七) 圖書室添置學生文庫、民衆讀物及各種畫片；

(十八) 成績室佈置學生搜集的足供欣賞的美勞物品；

(十九) 東西大樓走廊及民教部教室前走廊，佈置風景畫片，中外名畫及有關時令的休閒生活圖；

(二十) 呈請 教廳轉呈 教部，配發無線電收音機；

(二一) 教室黑板改用斜面；

(二二) 用反光適中的顏色，粉刷教室內壁；

(二三) 調整各級課桌椅。

### 丙 改善教師休閒生活：

(一) 美化辦公室；

(二) 改善辦公室座位；

(三) 調整宿舍榻位；

(四) 女教師宿舍前添闢花園；

- (五) 根據教師閱讀興趣，添置圖書；
- (六) 成立教師書報閱覽室；
- (七) 課務職務之支配力求勞逸平均；
- (八) 編排課表，須顧及教師的勞逸平均，要批訂課卷的科目，亦須平均勻配；
- (九) 改進批訂課卷辦法，力求時間經濟；
- (十) 全部教師參加早操；
- (十一) 每日課外活動時間，全體停止辦公，分組從事休閒活動；
- (十二) 每日飯後除各場所監護教師外，均休息一小時；
- (十三) 每晚十時一律就寢；
- (十四) 每週六晚一律停止辦公，分組娛樂；
- (十五) 每月舉行讀書會一次，並節約聚餐；
- (十六) 相機遠足遊覽或參觀。

#### 四 教學

##### 甲 選材通則：

- (一) 選取教材，要顧及學生休閒生活的需要，不宜多受教科書的限制；
- (二) 各科文字教材，務求配合欣賞的條件；
- (三) 各科選材，除重視其本身價值外，還要重視學生實際能力；
- (四) 有機會給學生自選學習教材；
- (五) 各科有關休閒教育的材料，要充分利用；

##### 乙 教學通則：

- (一) 切實重視欣賞教學；
- (二) 指示學生學習的目的；
- (三) 教學新材料，要喚起舊經驗；
- (四) 時時要注意學生自然興味的利用，及新興味的發生；

- (五) 利用學生成功的興趣；
- (六) 練習教學，時間要短，要有變化；
- (七) 多方補充學生的想像，引導兒童的思想；
- (八) 使學生時時輕鬆愉快，不過分緊張。

### 丙 實施方法：

- (一) 在六年級舉行「休息對於疲勞的影響」的測驗；
- (二) 酌減教學總時間，改增休閒活動時間；
- (三) 編排各級日課表，切實注意休閒教育的原則；
- (四) 課外活動時間，要平均支配；
- (五) 日記改為生活週記；
- (六) 絕對廢除無意義的抄寫工作；
- (七) 各種筆記簿本酌予歸併或減少；



- (八) 各級學生除特殊事項外，散學後一律準時回家，不准留校補習或工作；
- (九) 商請家長散學後不再為學生延師補習；
- (十) 假期作業，練習性的酌予減少，重在休閒活動；
- (十一) 六年級學生除酌予升學或就業指導外，一切仍照常規教學；
- (十二) 能做休閒活動的材料，要指導學生實地活動；
- (十三) 中高級均採用分組教學，減少丙組學生作業份量；
- (十四) 指導兒童，在兩課間的休息時間絕對休息，不應仍在室內工作或做劇烈運動；
- (十五) 教學音樂藝術等科，應對學生切實說明各該科學習的重要，矯正其輕視各該科的錯誤觀念；
- (十六) 音樂科重在欣賞教學要多變化；
- (十七) 體育科的遊戲，須使學生都有活動的機會，早操應盡量採用做效動作，課間活動應在休息時間舉行。

- (十八) 文藝材料須注重欣賞吟味及表演，補充讀物要與課內讀書發生關係；
- (十九) 算術科要多多採用遊戲故事及表演方法，教學文字題要淺顯要生活化；
- (二十) 常識科要注重故事化，表演化，要和國語等科聯絡教學；
- (二十一) 地理教材應用遊記體敘述，歷史應盡量採用故事；
- (二十二) 自然應注重室外教學；
- (二十三) 美勞科應重視欣賞教學。

## 五 訓練

### 甲 訓練通則：

- (一) 在建立學生優良的休閒習慣時，要利用環境，行動或語言，導引學生模仿而實踐；
- (二) 在建立學生優良的休閒習慣時，要指示其遠大的期望；
- (三) 在建立學生優良的休閒習慣時，要指示其反復練習；
- (四) 在建設學生的優良休閒習慣時，要注意代替的原則；

(五) 要注意理想的培育；

(六) 要注意偶發事項；

(七) 要與教學切實聯繫；

(八) 要全體教師通力合作；

(九) 要與學生家庭及地方人士切實聯絡；

乙 養成習慣：

(一) 每天有一定的休閒時間；

(二) 休閒時到室外陽光充足的地方去散步遊戲；

(三) 休閒時能安靜；

(四) 做休閒活動時能守秩序；

(五) 休閒時有看書報及做適當運動的習慣；

(六) 不過度運動；

- (七) 食前食後不做劇烈運動；
- (八) 不到危險的地方去玩；
- (九) 不玩弄有危險性的東西；
- (十) 在街頭散步注意交通規則；
- (十一) 不做有害身心的消遣；
- (十二) 每天午飯後至少休息半小時；
- (十三) 有講述故事，談論時事的習慣；
- (十四) 每天按時睡眠按時起身；
- (十五) 每天睡足八小時。

丙 養成能力：

- (一) 能欣賞歌曲，並能唱歌曲；
- (二) 能欣賞故事，並能講故事；

(三) 能造成優美和樂的環境；

(四) 能談論時事；

(五) 能做簡易的健全身心的運動與遊戲；

(六) 能利用休閒栽種蔬果；

(七) 能做簡易的玩具；

(八) 能欣賞圖畫戲劇影片及留聲機等；

(九) 能玩弄樂器。

丁 養成觀念：

(一) 有自樂樂人的願望；

(二) 有利用休閒幫助別人的志趣；

戊 實施方法：

(一) 就小學民教兩部學生，舉行休閒生活調查；

- (二) 利用各種集會及實際情境施行訓練；
  - (三) 依照養成習慣的步驟，養成學生良好的休閒習慣；
  - (四) 用分析方法養成學生各種休閒活動的能力；
  - (五) 用特設情境，多方提示，觀察體驗等方法，養成學生對於休閒的正確觀念；
  - (六) 用通訊、訪問、集會等方法，切實聯絡家庭；
  - (七) 指示正當的娛樂場所。
- 已 課外運動：

- (一) 每周末午後舉行同樂會，全校師生一律參加；
- (二) 就小學民教兩部學生，組織乒乓球、小皮球、排球、棒球、籃球、足球等隊，逐日分別活動；
- (三) 小學高級部及民教部高級班，分別舉行時事座談會或講演會；
- (四) 小學高中級及民教部舉行讀書會，小學低級部舉行故事會；
- (五) 舉行全校音樂大會；

- (六) 中高級及民教部組織國樂隊，低級部組織小音樂隊；
- (七) 成立各種弈棋組織，由教師或學生分別指導；
- (八) 中高級組織課外寫生隊及搜集隊；
- (九) 利用春秋佳日，全校分部遠足。

## 六 推廣

### 甲 消極勸止：

- (一) 相機勸止附近民衆低級娛樂如抽烟賭博等；
- (二) 相機勸止附近民衆迷信事項，如遊廟燒香等。

### 乙 積極提倡：

- (一) 就附近民衆組織國術隊，提倡國術；
- (二) 就附近民衆編成國樂小組，提倡國樂；
- (三) 就附近民衆提倡業餘下棋。

## 丙 開放學校：

- (一) 教廳電化施教隊蒞校放映時，招待附近民衆到校觀映；
- (二) 舉行同樂會，音樂會時，招待民教部校友及附近民衆到校參觀或參加表演；
- (三) 舉行運動會時，招待民教部校友及附近民衆參觀或參加表演。

### 七 實施時注意要點

- (一) 實施休閒教育是全體教師的責任，不是少數教師的責任；
- (二) 休閒教育的實施，應與整個教育配合，但須注意其重點；
- (三) 休閒教育的實施，課內課外應同樣重視；
- (四) 休閒教育的實施，重在學生的身心愉快，所以繁重的工作，必須儘量減少；
- (五) 休閒教育的實施，一面應注意設備的充實，一面須強和平互助，合作精神的訓練，俾全校充滿潤澤和諧的空氣；
- (六) 休閒活動是大家享受，必須大家共同參予；



- (七) 休閒活動要組織緊嚴，切實指導；
- (八) 休閒活動最易違反生活紀律，必須特別注意團體秩序；
- (九) 休閒活動，要分組練習，集體表演；
- (十) 休閒活動，要教師分別參加，以資表率。

中華民國三十七年四月初版

(36776.2)

國民教育文庫 國民學校休閒教育一冊

定價國幣貳元伍角

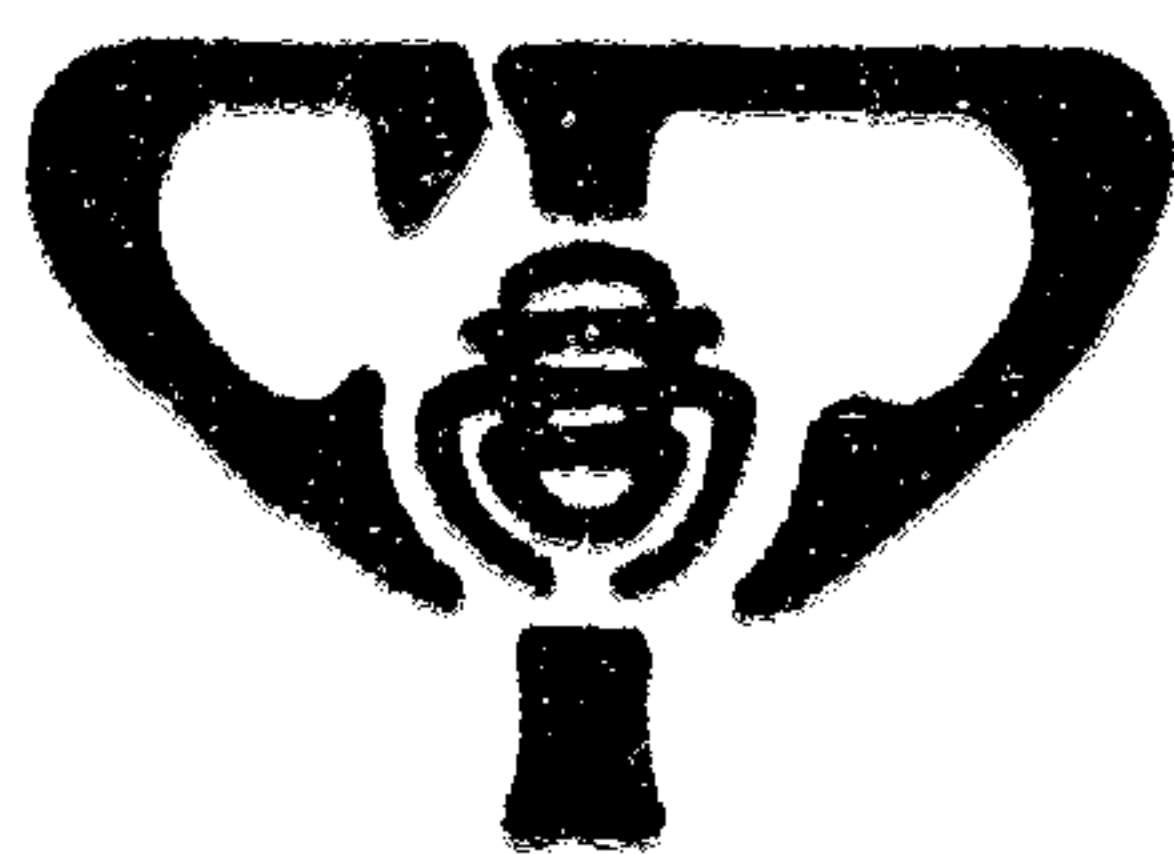
印刷地點外另加運費

\*\*\*\*\*  
版 翻 權 印 所 必 有  
\*\*\*\*\*

發 行 所	印 刷 所	發 行 人	主 編 者	編 纂 者
商 務 印 書 館	各 地 印 書 館	朱 經 農	沈 百 英	王 軼 三 陰 景 曙
		上海河南中路		

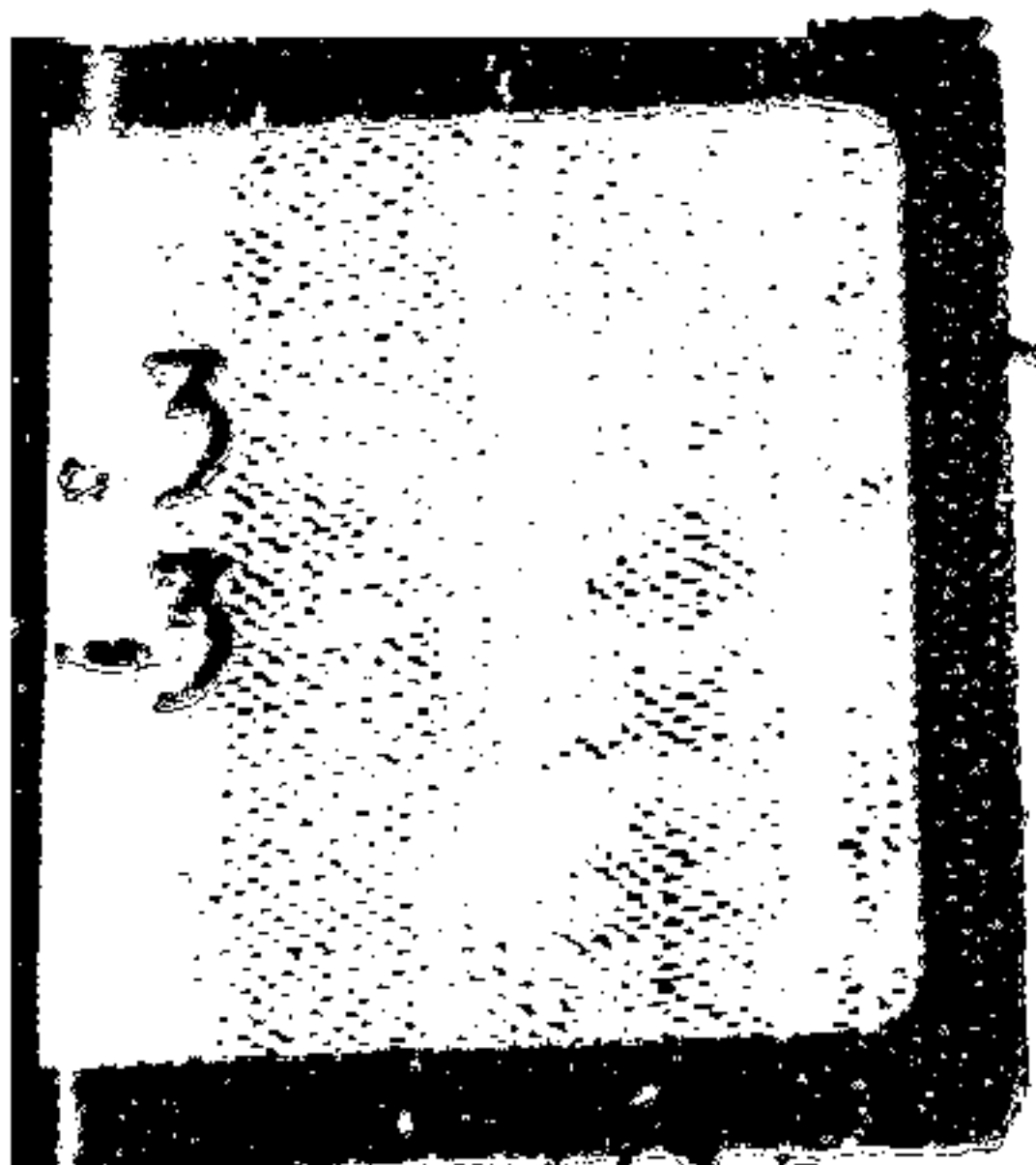
52  
782366

2



此項圖書係奉教育部撥款購置分發各校供師生參攷或閱讀之用務須妥為保存如遇人事交替應專案移交

江蘇



3000