

女子教育的體育課

文·圖片提供／林玟君（國立臺灣師範大學體育學系教授兼系主任）



▲ 1916年「體操科教授要目取調委員報告書」，強調纏足女子的腳部活動。（資料來源：公文類纂）

「學科當中，最感困擾即是體操。由於本島傳統風俗的關係，婦女們大多纏足，且有著小腳即是最美之根深柢固的想法。因為步行時搖搖晃晃，故不善於體操。一到體操時間，就感到不知如何是好，有時也會討厭體操老師。」這是臺北第三高女（今中山女中）林黃氏包於1928年撰文回想日治初期上體育課的樣貌。

從現代眼光看來，女子上體育課已是稀鬆平常之事。但回首過往的發展歷程，卻是一條不算短的路程，因為臺灣女子纏足的現象，是日本政府實施體育課程不得不面對的棘手問題，因而透過放足運動等積極作法行之。

臺灣女子體育課的開端，大致以1898年「臺灣公學校規則」頒布為其起點，體育課須實施遊戲和普通體操，但因未能考量纏足女童不便運動情形，引發教學困擾，為此產生權宜措施。例如國語學校第三附屬學校（後為臺北第三高女）制訂每日教授女子30分鐘遊戲的規定，該校主事本田茂吉認為，面對纏足女子，體育教學應避免使用腳部，但嘗試實施遠足活動，漸次誘導進行整頓隊伍、唱歌表情遊戲。

臺灣總督兒玉源太郎和北川宮妃殿下曾分別於1898年和1901年，參觀表情遊戲和學生在運動場遊玩情形，顯示該校實施女子體育課頗有些許成效。

1904年公學校修訂條文，增列「女學童則給予適當的遊戲」字句，已然考量女學生從事體育課的準則，並「限定纏足女子，免課體操」，對於女子體育的實施內容存有彈性，各校可視女學生身體狀況，自行排定教學內容。例如國語學校第一附屬學校女子部（今老松國小）藤黑總左衛門教師回憶，1905年的女子體育教學，先是實施柱鬼（捉人遊戲）、羽子毬（類似羽球的日本傳統遊戲）活動，待女子足部狀態改善穩健後，則教授行進遊戲、啞鈴、體操、表情遊戲等內容。

值得一提的是，1916年日本政府公布「體操科教授要目取調委員報告書」，對於女子體育課有著「可跑可走不可跳」的特殊規定，允許女學生從事跑動和步行動作，但仍要迴避跳躍動作。



▲彰化高女的新高登山（年代不詳），是為體育課程的延伸。（資料來源：彰化女中校史室）



▲臺北第二高等女學校實施薙刀。（資料來源：臺灣教育第433期）

1919年3月日本政府公布「臺灣教育令」，1922年2月公布新「臺灣教育令」，為配合共學，高等女學校體操課的教則轉為詳盡。學校體育課除了體操和遊戲外，另增加「教練」（整隊練習）項目，各校可根據情況，在體育課之外提供戶外運動或游泳教學，以因應男女學生的不同需求。新竹女子公學校林朝娥教師編纂的女子體育教材偏重遊戲和競技活動；臺北師範學校附屬公學校的體育課，則是女子的體操動作幅度較小。該校研究部更特別指出女子體育依次順利施行，實施成效良好。

1920年代之後，受到整體社會競賽運動和國家重視之因素，女子身體納入國家管理體制，在重視競技表現之際，女學校紛紛成立各種運動部門，將身體活動自正課延伸至課外之情景相當普遍。根據整理，課外活動包括團體操（早操、課間操和廣播體操）、課後運動（田徑、弓道、拔河、舞蹈、網球、排球、籃球、游泳、戶外運動）、各種運動會（運動大會、武道大會、游泳大會、長距離競走、馬拉松，以及網球、排球、籃球、桌球等球類競賽）、校友會運動部、武道寒稽古（冬季練習的修行方法）、登山遠足、臨海教授、夏季運動練習、體位向上等，顯現女學生參與面甚廣。

女學生上體育課的服裝亦饒富趣味，原來的日本和服無法符應各項體育活動，而出現便於活動的運動服裝，1920年代從日本傳入具有機能性體育服裝的燈籠褲，自北至南的高等女學校制定學生運動服時，即是白色半袖襯衫加上黑色燈籠褲，使身體活動更為輕快，增加不少運動樂趣，這種樣式的運動服裝成為主流，經常在照片可見。當然，除了前述款式外，也有日本袴褲、洋服及和服，不一而足，甚至也出現穿著裙子攀登高山的情景。

九一八事變後，臺灣進入「戰時體制」，體育課產生質變，改名為「體鍊科」，女子體育課轉為強調國防軍事，其中的「薙刀」即是重要防衛性訓練，射擊和弓道訓練也成為女子體育課項目。

戰後，女學生的體育課除了承續日治時期的教育，也引自國民政府在中國施行的制度，課程內容因著時代的脈動而有大幅躍升的機會，男女體育課程雖然逐步朝向一致性，但女子體育的選修課程強調舞蹈、律動等較為柔性的運動項目，與男子的陽剛性質之足球等運動不同。最後，值得注意的是，數十年來，臺灣女子在國際運動競技的表現優於男子，自然與女子在體育課接受的身體活動有著極大關聯性，當然，這也是百年前未能想像之事。



▲1970年代，女子體育課實施國術課程。（資料來源：臺灣師大體育學系）