

體育教師暑期學校 2006 校本經驗分享研討會(小學組)

2005-2006體育科種籽計劃

運用「學習歷程檔案」及「學習成果架構」
促進學生學習

浸信宣道會呂明才小學

負責老師：王惠玲

日期：二零零六年七月八日

地點：香港教育學院

種籽計劃之目的

提升學生學習的成效

- 發展知識、技能、共通能力及培養正面價值觀及態度
- 強化教師對促進學習的評估之理念

理念

一、學習歷程檔案

- 顯現學生的成長及進步情況，
展示學生的表現及工作成果。

二、學習成果架構

- 將教學、學習和評估統整為一體

施行計劃

對象：小三學生

學生：4班，約130人

教師：三年級之體育老師(共4位)

時期:二零零五年十一月至二零零五年六月

浸信會道會呂明才小學
體育科學習歷程檔案
2005-2006 年度種籽計劃

姓名：_____

班別：3C(H) ☆

想一想：請為自己的體育科學習歷程檔案設計一個精美的封面，並填上顏色。



學習歷程檔案

一、個人技術學習 / 分析

1. 體適能

- 一分鐘仰臥起坐
- 耐力跑(六分鐘跑或行)
- 立定跳遠

學習日誌：

課前著學生訂定學習目標，完成了每個單元之體育課後，著學生進行反思，並結合學習成果架構進行。

【學習日誌】

把評分等級圈出來。

日期

1. (a) 學習前 5 4 3 2 1

16/5

(b) 學習後 5 4 3 2 1

18/5

立定跳遠(cm)計分表

分數	1	2	3	4	5
男生	124-132	133-141	142-150	151-159	160-168
女生	116-124	125-133	134-142	143-151	152-160

2. 擬訂學習目標：能跳出 127 cm。

3. 果效：我能達到目標 / 我未能達到目標

4. 感想：我感到很失望，雖然我今次未能達到目標，不過我會努力！



淺信堂通會呂明才小學
【體適能評估紀錄表】

測試項目：立定跳遠

家長簽署：_____

接受測試者：_____

班別：30(F)

學習成果：學生能掌握立定跳遠的起跳動作。

測試成績：(11)cm



达标



未能达标，繼續努力

評估員

	評估準則	成績
	<p>1. 預備動作： 測試者站在起跳線後，準備起跳時，手擺後，屈膝。</p>	
	<p>2. 起跳動作： 雙手向前方擺動，利用雙足跳前。</p>	
	<p>3. 著地動作： 雙足屈膝落地。</p>	

學習歷程檔案

一、個人技術學習 / 分析

2. 操控用具技能

- 小型網球

- 運用「學習成果架構」讓學生進行互評。

浸信宣道會呂明才小學
小型網球評估表

姓名： ()

評估員：

班別： 3(卷)

評估日期： 五月廿二日

示範圖片	技術要點(二十擊球姿勢)	 達到	 未能達到 繼續努力
	<p>1. 預備姿勢：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 雙手握板於身前左手上，右手下，拍面垂直。 ● 面向前，雙膝微曲，身體站正。 ● 身體重心向前。 		
	<p>2. 準備擊球姿勢：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 拍板 肩內右轉，球拍板背向後擺動。 ● 左腳前移 與拍板同時進行，左腳向網的方向向前一步。 		
	<p>3. 擊球姿勢：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 拍板擊球 球拍向前揮動，在球的水平擊球。 		
	<p>4. 完成擊球姿勢：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 揮板擊球後在左肩後板。 		
	<p>5. 握拍姿勢十</p>		

預備動作

小網示範短片一



小網示範短片二

訪問短片



學習歷程檔案

二、比賽分析

- 遊戲日

學生透過完成「遊戲日學習歷程檔案」，分析比賽之結果—自己及同學們的表現。

浸信宣道會呂明才小學



遊戲日學習歷程記錄

姓名：

班別：3(望)

第 12 週 2005 年 11 月 (15) 日 星期三

星期日的學習日誌

一、 我們的遊戲日快到了！我覺得 很開心，
因為 我想和同學一起參加比賽。

二、 上體育課時，我希望老師挑選我參加：

個人短跑 (50 米 / 60 米)

4 乘 50 米接力跑

膠圈接力

飛鏢運珍寶

寬裝鬚影

人人入樽



第 13 週 2005 年 11 月 (23) 日 星期 (三)



國語日報



一、 媽媽 和我 (會 / 不會) 參加親子遊戲。

「圓來如此」，我覺得 很不開心。

因為 不可以玩「圓來如此」。

二、 上體育課時，老師跟我們練習遊戲日的比賽

項目，我認為大家的表現值： ★★★★☆

因為 大家守遊戲規則。

我最欣賞的同學是 陳嘉佳，因為

他輸了不會喝倒采。

三、 我認為我在遊戲日的比賽中 (會 / 不會) 取得

勝利，因為 次次我們都輸。

第14週 2005年12月3日(星期六)

週日學習日誌

一、今天我們學校的遊戲日，我的心情 很興奮。

二、我們班獲得 冠軍 / 沒有獲得獎項，我覺得：

特別開心。為什麼我們會贏 / 輸？

在這當中我們發揮團隊精神。

三、遊戲日結束了！

◎半天下來，我覺得最精彩的項目是 眼耳接力。

因為 從木槽取出膠圈是最難的。

◎我覺得我們班今天的表現：

非常好，因為大家非常認真和合作。

有待改善，因為_____

◎我覺得我今天的表現值：★★★★☆

繼續日學習日誌



家長的回應：

親愛的(女兒)：

很高興知道你班同學贏取了冠軍。
我相信你班同學練習比賽項目下了很
多苦功所以大家組合者和齊心才取得勝利希
望你學會團體合作精神。

你的(父親)

日期：5-12-2005

返學日學習日誌



家長的回應：

親愛的()：

媽媽非常高興能夠參加學校的遊戲日，你們全班同學都發揮了團隊精神所以成績很好，你們表現也不錯，能和妳一起玩遊戲非常開心。

爸爸()

日期：11-12-05

學習歷程檔案

三、體育專題習作

- 我最喜愛的運動

著學生搜集資料及有關該運動的圖片，作簡單的介紹，並寫下感想。

我的運動剪報

體育科專題研習

題目：我最喜愛的球類運動

請搜集你最喜愛的球類運動的圖片，並貼在下面。

運動名稱：網球

網球新聞剪報

請簡單介紹你最喜愛的球類運動，並寫上你的感想。

網球這個運動可以雙打或單打，它可以鍛煉我們的身體，因為這個運動需要很大的體能和耐力，同時可以訓練我們思考的方法。
我覺得這項運動只可以當作強身健體，如非要當作一種職業，需要花出很多時間訓練，還有機會受傷。

捷信宜運會呂明才小學

我的運動剪報

體育科專題研習

題目：我最喜愛的球類運動

請搜集你最喜愛的球類運動的圖片，並貼在下面。

運動名稱：羽毛球

羽毛球新聞剪報

請簡單介紹你最喜愛的球類運動，並寫上你的感想。

羽毛球這種運動我非常喜歡，如果要玩，我們需要一
枝羽毛球拍和一個羽毛球。它的玩法是：一個好手先開
球，而另一個則要用拍打回過界外一邊。我很喜歡
打羽毛球，你喜歡嗎？

我的運動剪報

體育科專題研習

題目：我最喜愛的球類運動

請搜集你最喜愛的球類運動的圖片，並貼在下面。

運動名稱：足球

足球新聞剪報

請簡單介紹你最喜愛的球類運動，並寫上你的感想。

足球是每兩隊各有11人，足球各有上半場
、下半場和休息時間。足球有時會給你
驚喜，黃卡和紅卡，還有要的人龍門才可
以得到分數。我感到很開心，因為我覺
得足球很好玩。



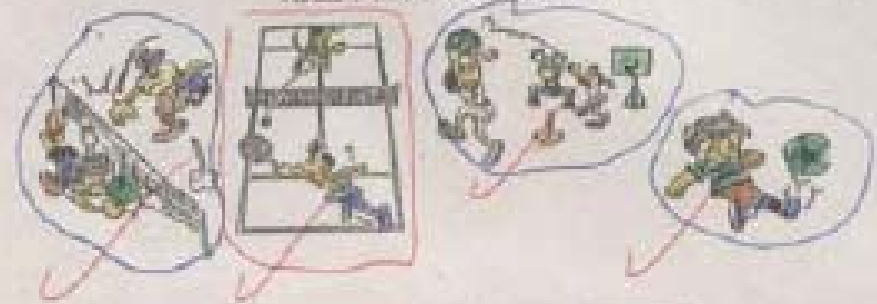
學習歷程檔案

四、體育常識

- 球類運動
- 運動好處多
- 做個好玩伴

球類運動

(甲) 分類 - 用紅筆圈出持拍類運動，
用藍筆圈出非持拍類運動。



(乙) 試比較持拍類運動和非持拍類運動的不同特點。填出適當的答案。

	持拍類運動	非持拍類運動
運動名稱	乒乓球	籃球
球拍	需要/不需	需要/不需
參賽人數	較少/較多	較少/較多

同學們，你最喜歡那種球類運動？

我最喜歡乒乓球。

你最喜歡的球類運動是屬於持拍類還是非持拍類運動？

是持拍類運動。

做個好朋友

(甲) 填充題 — 若要做個好玩伴，必須做到下列各點。

1. 遵守規則

2. 積極參與

3. 不計成敗

4. 互相勸勵

5. 分享樂趣

6. 友誼第一

(乙) 選擇題 — 你來評一評。誰做得對呢？並且把表現「正確行為」的圖片填上顏色。

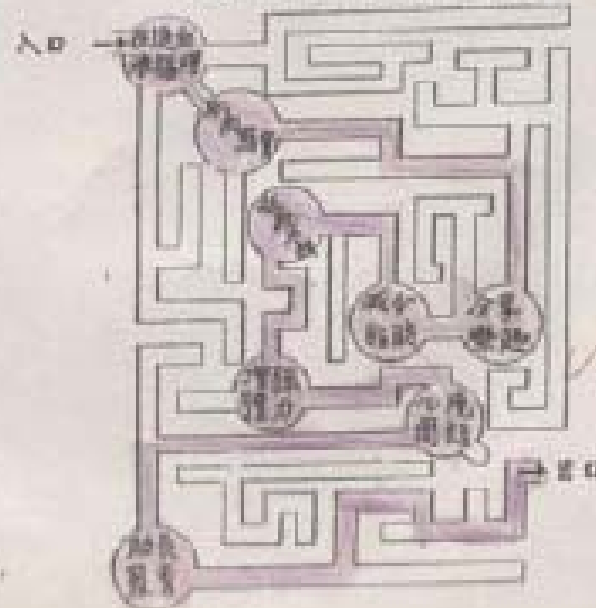


運動好處多

(甲) 是非題 — 經常做運動的人會出現以下的情況。如果是對的，在方格□內填上「✓」；不對的填「×」。

- | | | | |
|--------------|-------------------------------------|--------------|-------------------------------------|
| 上樓梯時，容易出現氣喘。 | <input checked="" type="checkbox"/> | 6. 心境開朗。 | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 抵抗力增強。 | <input checked="" type="checkbox"/> | 7. 覺得疲憊。 | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 面色蒼白。 | <input checked="" type="checkbox"/> | 8. 能夠認識更多朋友。 | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 血液循環旺盛。 | <input checked="" type="checkbox"/> | 9. 食慾不振。 | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 肌肉較鬆實。 | <input checked="" type="checkbox"/> | 10. 煩惱容易消除。 | <input checked="" type="checkbox"/> |

(乙) 走迷宮 — 下圖有一條可找出「運動的好處」的通道，把這條通道填上顏色。



種籽計劃的成效？



種籽計劃的成效？



種籽計劃的成效？

傳統教學	課程改革
著重體育技能的傳授	全人的發展，培養學生的共通能力： <ul style="list-style-type: none">• 批判性思考能力• 協作能力• 溝通能力
總性評估模式 - 著重分數	進展性評估模式 - 注重學習過程及回饋
以教師為主導(單向)	以學生為主導(互動)
評估準則含糊	評估準則清晰而明確
課堂上的學習	課堂及課後的延伸學習

多謝大家！