

體育教師暑期學校 2006
校本經驗分享研討會（中學組）

經驗教育於體育之輔導功能

甘偉強先生(香港教育學院)

何裕新 (新生命教育協會平安福音中學)

日期：二零零六年七月八日

地點：香港教育學院

此簡報只供學術及教學參考之用，不能作任何商業用途。

介紹次序

- 香港學生參與體育課的現況
- 香港主流體育課的發展及課程改革
- 經驗學習的理念及好處
- 經驗學習於教學的應用示例
- 反思及總結

香港學生參與體育課的現況

- 我唔想同佢分組。
- 越高年級越不想動。
- 不想流汗，介意身有汗味。
- 學生對學習失去興趣。
- 學生學習完手球課，還不知道手球賽是多少人對多少人作賽。
- 老師花十分鐘每個細節都教得好清楚，但學生花做了三分鐘便轉下一個動作。
- 學生參與比賽時懶懶散散，不想盡力。

香港學生參與體育課的現況二

一名語文老師與學生討論象牙買賣的問題，

一名女學生發問：「象牙對大笨象的生活有甚麼作用？」

老師回答：「是飛行時用來平衡的。」

女學生自答說：「哦．．．原來大笨象真係會飛㗎既！」

問題出在那裏？

學生所學習的與現實脫節
認知學習與經歷分割

- 1：強調知識性的教育文化
- 2：體育老師就是從這個文化培養出來，而且一代傳一代。

(黃志德,200)

體育的課程改革

學生為本 vs 老師為本

共通能力及態度 vs 技巧為主

體育課為本 vs 比賽為主

強調過程 vs 強調結果

學生互相溝通 vs 老師單向傳意

(課程發展議會, 2002)

引進體驗式學習 (Experiential Learning)

體驗式學習，又稱爲
「發現式學習」、
「經驗爲主學習」、
「活動學習」或
「互動學習」。

甚麼是體驗式學習

體驗式學習，是先由學員自願參與一連串活動，然後分析他們所經歷的體驗，使他們從中獲得一些知識和感悟（**insights**），並且將這些知識和感悟應用於日常生活及工作上。

學者支持體驗式學習

學習是由經驗直接獲得

1 :Learning from experience by yourself might be called “nature’s way of learning “. It is education that occurs as a direct participation in the events of life.. (Houle, 1980)

2:All experiences, argued Dewey, impact on one's future, for better or worse. Basically, cumulative experience either shuts one down or opens up one's access to possible future experiences. (John Dewey,1980)

3:不聞不若聞之，聞之不若見之，見之不不若知之，之知不若行之，學至於行則止。（荀子《效儒篇》）

體驗式學習的例子一

- 經驗最直接是由我的五種感覺做成的：視覺（太陽光是耀眼的）、聽覺（雷是大聲的）、嗅覺（腐肉是難聞的）、味覺（糖是甜的）及觸覺（冰是冷的）。從五種感覺得到環境給我們的經驗後，腦部會自然這些經驗聯繫至另一些經驗，如：太陽光是耀眼不要看、雷是大聲的要蓋耳、腐肉是難聞的不要吃。這些經驗會不斷慮積，甚至事件多至令我們想不起的。由此可見經驗是一連串的連鎖反應，結果反映在我們的行為上。而我們稱為理性思考、決定、知識、智慧、理解等等，都是基礎於過往不同的經驗。

體驗式學習的例子二

一隻貓睡在暖爐上，當暖爐開動時，貓兒會因熱力而離開，若熱力使貓兒有痛楚的經驗，貓兒可能以後都不會睡在爐上，忡然暖爐是冷的。從這個案例中看到經驗是如何慮積，以致改變了行爲。

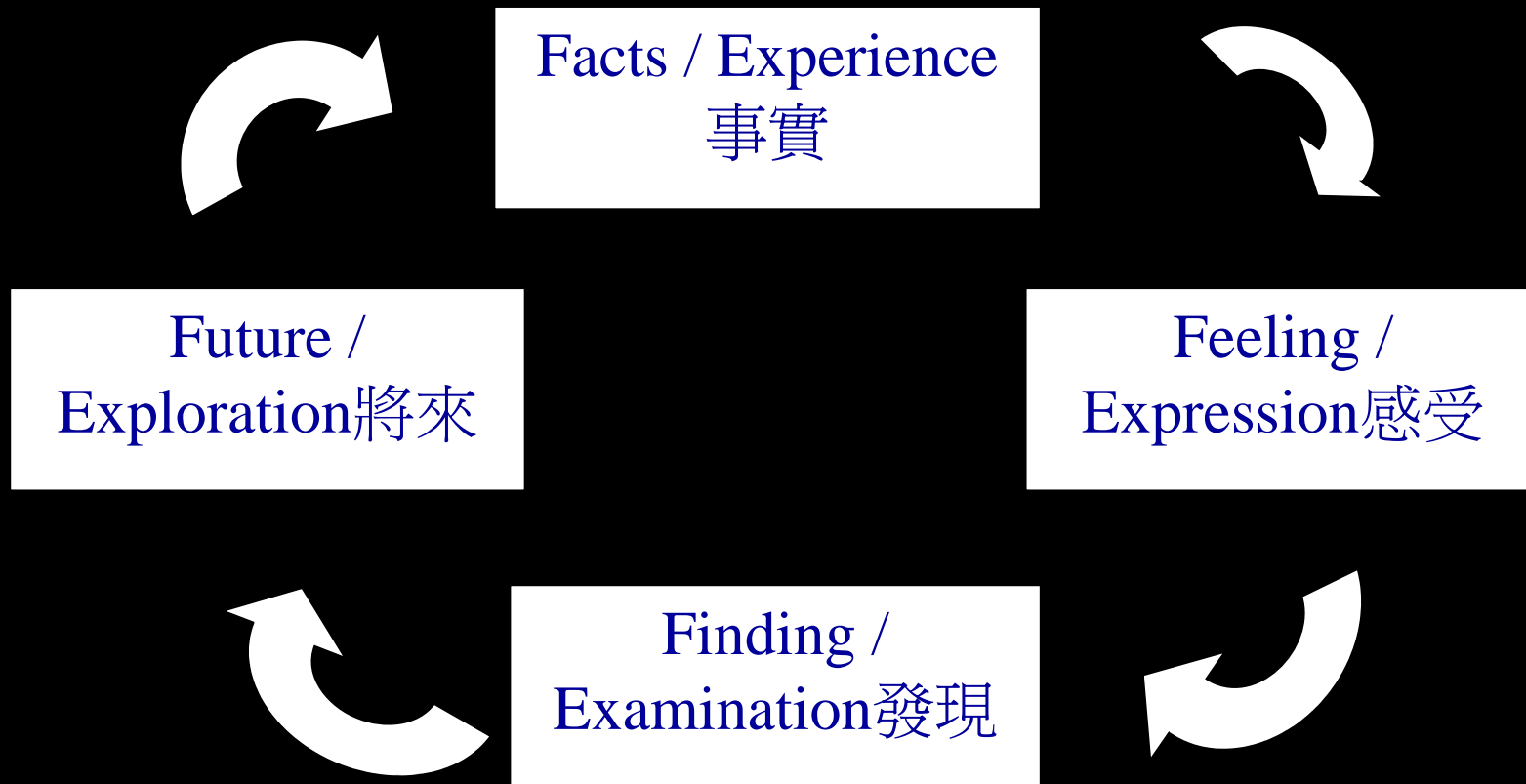
(Boydell ,1976)

體驗式學習的四個階段

- 一． 首先是經驗的發生，是一件事實或事件。
- 二． 隨着來的便是個人感受或感覺。
- 三． 分析事情發生的始沒及經過，便是個人的發現。
- 四． 得出一些發現、結果、新方法，如何改善自己將來會做得更好。

(Boydell ,1976)

體驗式學習的四個階段



體驗式學習相關的理念

戶外教育(Outdoor Education):

歷奇教育(Adventure Education):

歷奇治療(Adventure Therapy):

野外治療(Wilderness Therapy):

歷奇為本治療(Adventure Based Therapy):

奇歷為本輔導(Adventure Based Counseling):

外展運動(Outward Bound Movement):

(香港小童群益會,2001)

體驗式學習設計

參加者

人數

課程的目

所需時間

場地、器材及設施

活動方向

活動介紹

活動帶領

活動執行

注意事項

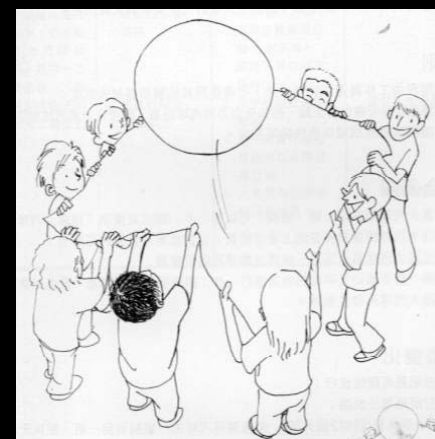
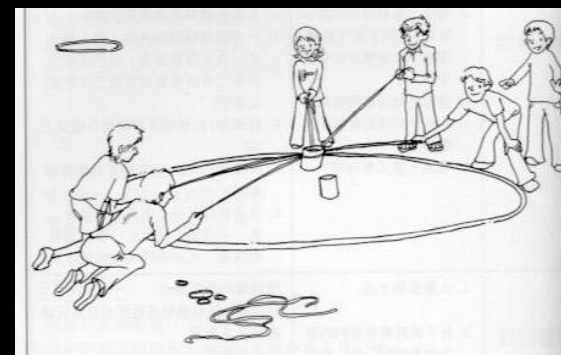
(蔡炳綱、吳漢明，2001)

參加者及人數

一級中四學生，每班約四十人，班中的內團力不足，互不專重同學（甚至是老師）的意見，像散沙一盤，部份班別更有互相敵對的情況。

課程的目

增加同學間的團結精神
增加同學間溝通的效率
選用活動量大的活動



(蔡炳綱、吳漢明，2001)

所需時間

- 體育課共三次，每課約70分鐘

第一課：反報紙及集體登陸

第二課：排排坐及火洞

第三課：運送廢料及太陽傘

活動方向

1. 小組契約：互相尊重、互不敵視、留心聆聽、全面投入、真誠相對、對事不對人、重視過程。
2. 強調保密
3. 激勵學員：**a)**令參加者覺得有所得益及
b)減少可能要承受的不快

(蔡炳綱、吳漢明，2001)

活動介紹

擺放好器材及分組

簡潔地說明活動目的

給與學員的指示要明確

解說時確保學員專注內容

示範

邀請學生發問

(蔡炳綱、吳漢明，2001)

實例photo & Movie

活動的帶領：1.老師的角色

經驗教學與傳統教學最大的分別是學習理念上的不同，學習是發生在學生自己的經驗、反思及檢討都不是由老師傳遞的。老師的角色是引導者而非領導者。傳統的強調老師是學生的解難者，而經驗教學強調學生自我發掘方法。老師由控制教學程序轉為控制環境讓學生得到目標的經驗。技能學習轉為共通能力的訓練。

(蔡炳綱、吳漢明，2001)

活動的帶領：2.學生的問題

意見不一：

- 大家都好努力去講自己的意見，但好似無聽到其他人的意見！
- 你可否幫你個組做一個共同決定？
- 你地只剩三分鐘，點都要做決定啦！
- 真有趣！「橋」你地好多，但無咩「橋」做決定！

(香港小童群益會,2001)

活動的帶領：2.學生的問題

有學生不想參與：

- 你地好似有組員係個邊，不如邀請埋佢一齊玩/傾。
- 你玩得幾醒喎!一定冇好多計，個邊有個無咩橋喎，你不如過去幫下佢。
- 你不如都搵佢幫下手啦!
- 你估你有D咩可以幫到手呢?
- 我諗呢個遊戲只有你幾個唔夠喎!
- 一兩個人玩都可能低能D，但咁多人玩，係咪低能就要試過至知。
- 我諗其他組員重係好想玩、好想試。

(香港小童群益會,2001)

活動的帶領：2.學生的問題

想放棄：

- 係呀!總係會有幾次唔得。咁係時候大家要諗諗有沒有其他方法,令大家得為止。
- 我諗大家都想完成佢，我地再傾清楚欠D咩？

(香港小童群益會,2001)

活動的帶領：2.學生的問題

堅持己見：

- 你估其他人的意見會唔會同你地好似呢？不如你問佢地有無意見啦？
- 我諗其他人有都好有諗法，講埋出黎，等我地可以多D選擇呀？
- 大家係咪都覺得各自各精彩都可以行得通？
- 橋有家都有，我諗你地都知欠D咩？

(香港小童群益會,2001)

活動的帶領：2.學生的問題

責怪同伴：

- 佢都係小組成員，我地會一齊完成任務
- 大家諗下辦法令所有人上到去，唔可放棄任何一人。
- 你認為佢地可以點樣幫你？
- 肥人瘦人一樣有佢用處，其他人點幫佢呀？

(香港小童群益會,2001)

活動的帶領：2.學生的問題

溝通問題：

- 好似有D人做到，有D做唔到，點溝通先知道大家都OK？
- 呀！有組員似乎收唔到訊息啲！
- 有冇無組員可以幫下佢？
- 大家需唔需要傾下有D咩方法，可以令所有人安全地完成呢個任務哩？

(香港小童群益會,2001)

活動執行

- 必須緊守活動規則
- 混亂是會出現的，讓學員自行解決。
- 學生的反應是意不到的，讓他們繼續，找機會討論該學生的反應
- 老師的投入程度對活動有重大影響
- 老師讓學生解決問題，鼓勵學生自行完成
- 提醒時限，但要有彈性

(蔡炳綱、吳漢明，2001)

注意事項

- 注意全過程的安全情況
- 留意學生的情緒反應
- 留意特別的情況與學生討論

(蔡炳綱、吳漢明，2001)

與體育課程改革的一致性

- 體育學習範疇：運動相關的價值觀和態度
- 共通能力：協作能力／溝通能力／創造力／批判性思考／解決問題能力／自我管理
- 價值觀和態度：
 1. 瞭解體育活動對個人成長的重要，並積極參與，以提高身體素質。
 2. 與組員合作，一同分擔及處理在參與體育活動中遇到的問題。
 3. 透過體育競賽，體驗成與敗的不同感受，培養不屈不撓的精神，並應用在生活上。

活動後的解說(Debriefing)

- 解說是體驗式學習的綜合部份，從經驗中尋找意義，讓學員對學習作出反省，找出自己及面對自己的感覺。令學員在日常生活有效應用活動中所學，老師應讓學生深思活動中的意義。

(蔡炳綱、吳漢明，2001)

解說的過程

- 是協助學生認識自己，接納自己，儘量發揮自己的潛能，從而得以邁向自我實現，而在這過程中他一定要學習對自己的行爲和人生負責任，否則也就不能達致建立自己的目的。

(林孟平,1998)

解說的六個階段

1. 你感覺怎麼樣？(How do you feel?)
2. 發生了甚麼事？(What happened?)
3. 你學了甚麼？(What did you learn?)
4. 這與實際如何聯繫？(How does this relate to the real world?)
5. 假如這情況出現，你會怎樣？(What if?)
6. 下一步做甚麼？(What next?)

(蔡炳綱、吳漢明，2001)

解說的工具

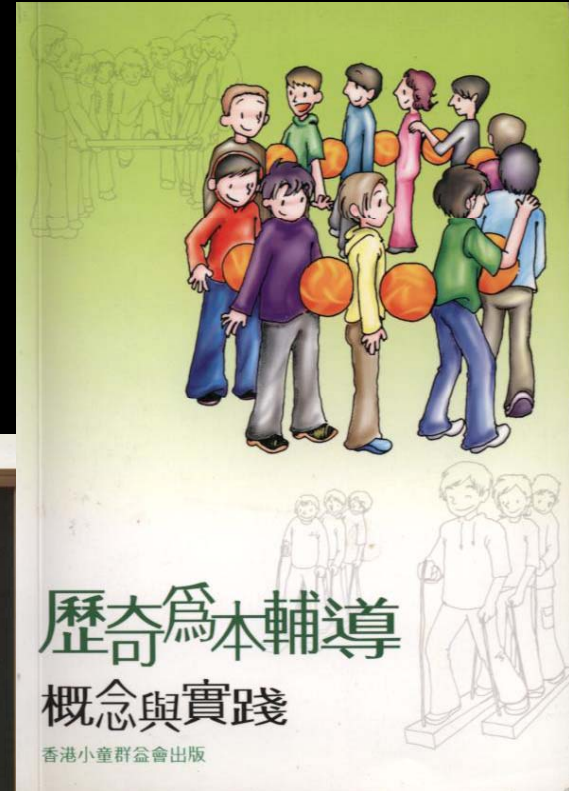
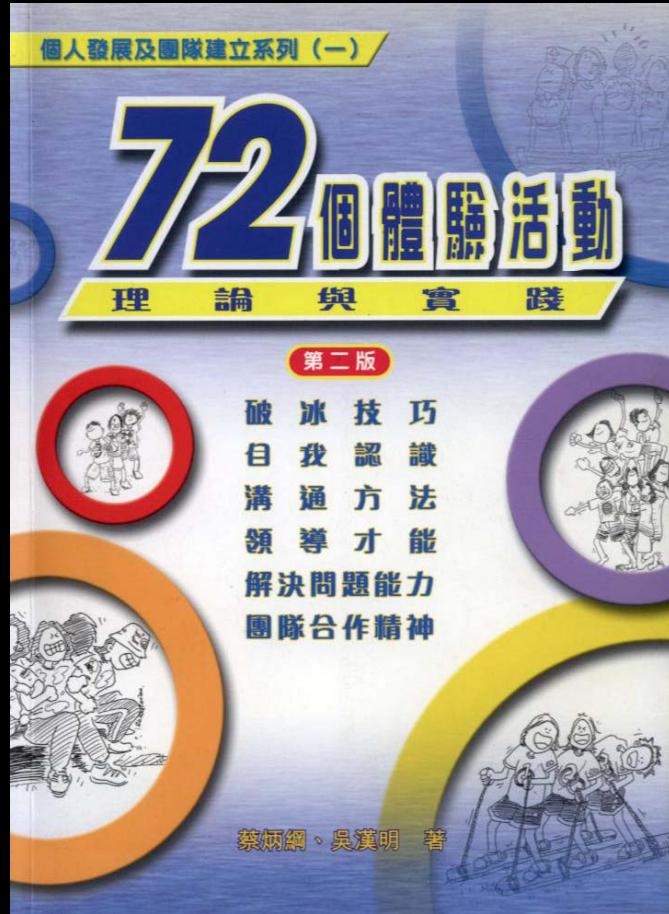
- 指導式解說：老師發起及帶領討論
- 不規範式解說：定下時限，讓學生就自己經驗自由發揮
- 日記記錄：每課要求學生以日記方式記錄自己的體驗，反思及分析
- 個人解說：獨立地完成一分關於自己體驗的工作紙或問卷
- 對話式解說：以一對一形式讓學員自己討論，目的在於增加彼此的互相了解

(蔡炳綱、吳漢明，2001)

其他活動安排

(圖象)

參考書



評估：學生自評一

新生命教育協會平安福音中學
體育科歷奇活動反思自我評估二

姓名: _____ 班別: _____ () 日期: _____

按問題寫出你的反思，不在乎字數、文采，只求看到你真誠表達。

你感覺怎麼樣？

發生了甚麼事？

從這件事中你學了甚麼？

你學了的東西，與你日常生活有何聯繫？

假如這情況再出現，你會怎樣？

下一次做甚麼會更有進步？

評估：學生自評二

新生命教育協會平安福音中學
體育科歷奇活動反思自我評估三

姓名: _____ 班別: _____ () 日期: _____

請反思你自己今天的表現。對比於未參加今天的課育課，是進步了還是有待改進？

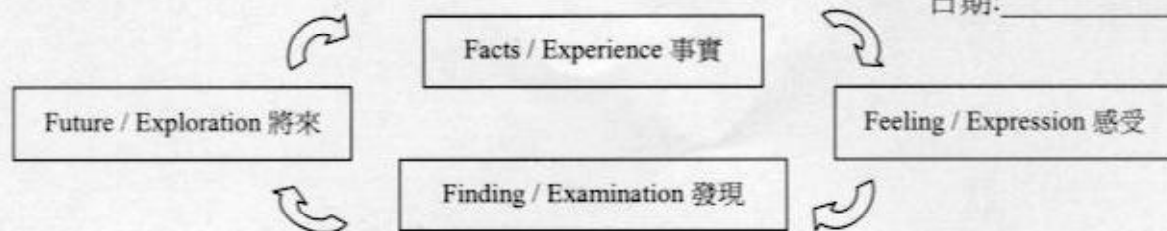
請圈出答案	改進了很多	改進了一些	有待改進	極待改進
1. 與別人合作能力	4	3	2	1
2. 我表達的能力	4	3	2	1
3. 我聆聽別人意見的能力	4	3	2	1
4. 自我控制情緒的能力	4	3	2	1

評估：學生自評二

新生命教育協會平安福音中學
體育科歷奇活動反思自我評估

活動反思的四大元素

姓名: _____
班別: _____ ()
日期: _____



在是次的活動中，我自己在與別人溝通、合作及解決困難三大範疇上的反思是：

1 · 事實:(發生了什麼事)

2 · 感受:(我內心的想發)

3 · 發現:(我發現了新方法)

4 · 將來:(下次點做會更好)

引進經驗學習於其他運動一

足球：20分鐘內

- 四對四，進攻時不能被防守球員觸及皮球
- 三對三，20分鐘內進10球
- 二對二，長傳四十米，20分鐘內進20球

引進經驗學習於其他運動二

田徑：

- 每班數十人按能力分開每二人一組，比賽1500米二場，計畫如何在比賽中勝出。
- 分開多人一組，以同伴互相指導模式（peer teaching），安全地完成三級跳的動作。

引進經驗學習於其他運動三

體操：

- 分開多人一組，以同伴互相指導模式（peer teaching），安全地完成指定一連串體操的動作。

引進經驗學習於其他運動四

- 出外教小學學生打籃球，一段時間後由小學生分組比賽。從服務別人中學習。

反思-有待改善的地方

- 解說時間有限。
- 一位體育老師難以作單對單高質解說。
- 每課能強調的價值不能太多。
- 不是所有學生的經驗都能化作改進的學習。
- 在活動的選擇有很多限制。(如:安全、運動量、有挑戰性等)
- 學生對不能自選的項目接受與否。
- 用具安排(如:種類多、費用、安於地點)
- 對體育老師的投入及表達方式是一項挑戰。

總結

老師：經驗到學生成長的樂趣

學生：學習中的學趣，承擔及相互支援。

經驗教育於體育之輔導功能

- 課程設計模式
- 教學法上的突破

盼望能與各位分享經驗式教學的樂趣！

多謝各位！

發問時間！

參考書刊

- 香港小童群益會(2001)：《歷奇為本輔導概念與實踐》，香港，香港小童群益會。
- 教育統籌局(2005)：《體育「學習成果架構」》，香港，香港物流服務處。
- 課程發展議會(2002)：《基礎教育課程指引-各盡所能,發揮所長》系列5-學校評估政策-評估實施方式的轉變，香港，香港政府印務局。
- 蔡炳綱、吳漢明(2001)：《72個體驗活動理論與實踐》，香港，匯智出版。
- Boydell, T. (1976). *Experiential learning*. Manchester : University of Manchester.
- The Curriculum Development Council (2002) *Physical Education. Key Learning Area Curriculum Guide.(Primary 1 – Secondary 3)*. Hong Kong:Government Printer.