


香港教育局/香港教育學院 體育教師暑期學校2007

校本經驗分享研討會 (中學組)

日期：二零零七年六月九日(星期六)

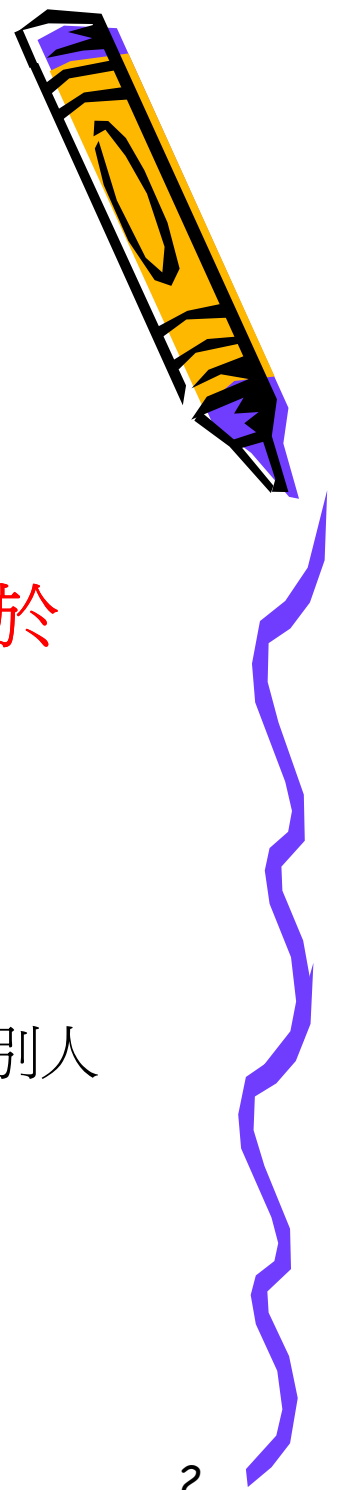
地點：香港教育學院大埔校園

校本體育課程計劃與實踐 衛理中學



張志賢老師

學校體育課的現況



- 時間少
- 場地少
- 人力資料少
- 無需考試
- 課程自主

學生境況

- 功課多
- 家長期望
- 學校政策一般傾斜於學科

- 學生是否喜歡體育運動？
- 學生是否知道健康的重要？
- 師生是否知道運動與健康的關係？

- 一般參與運動的原因（交誼，健康，好玩，比別人強，威）
- 一般不參與運動的原因（不想競爭，煩，難，悶，無意義，熱，凍）

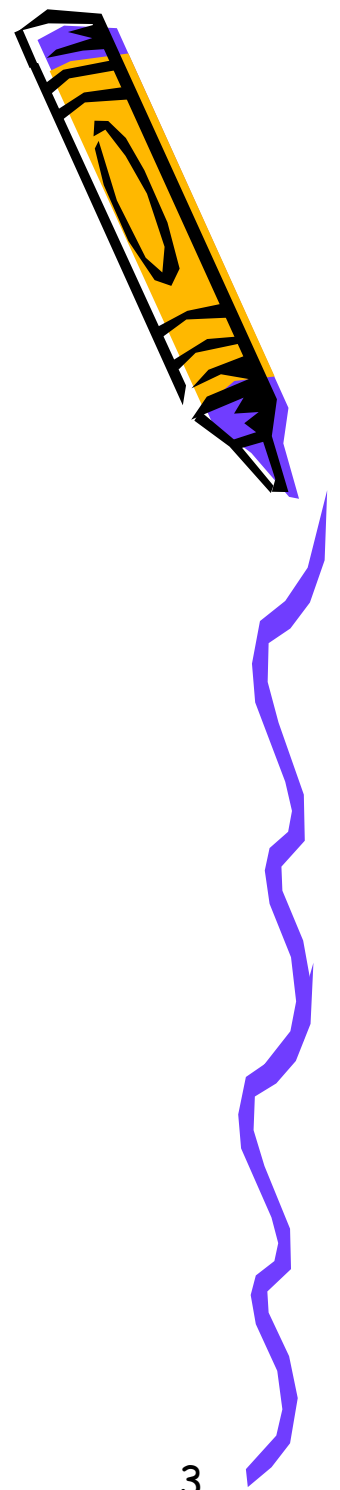


我們（體育老師）可以怎樣？

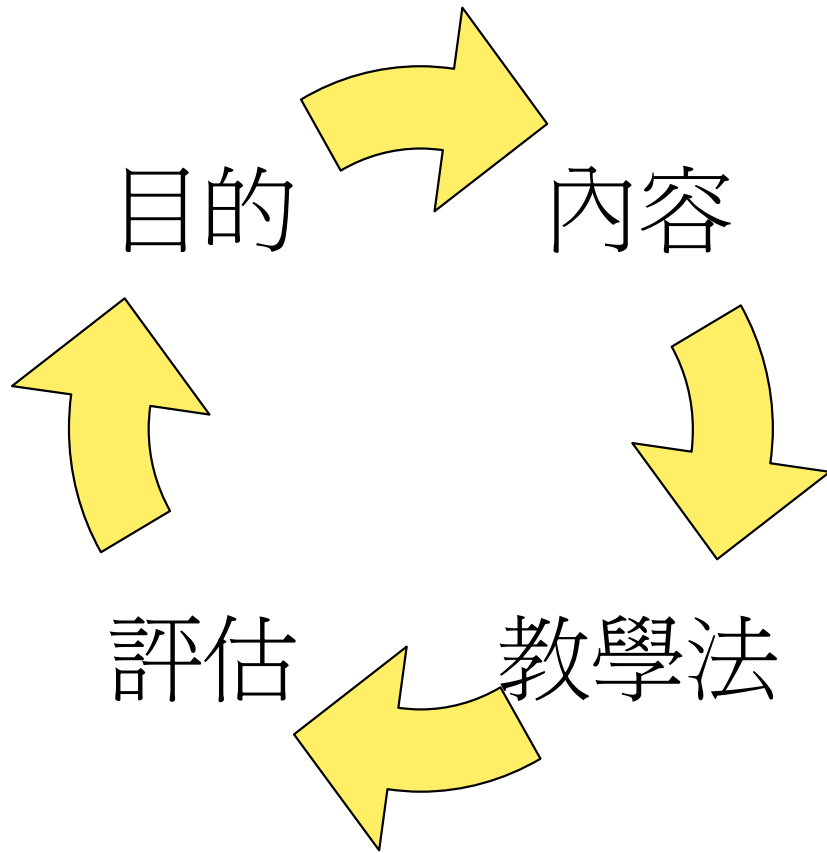
價值觀與態度的分享

- 一首歌曲（[柏師學生會歌](#)）
- 一位老師（**Mr. Mike Speak**）
- 一些接觸與感受（每年定時聚會）

甚麼是體育教育？



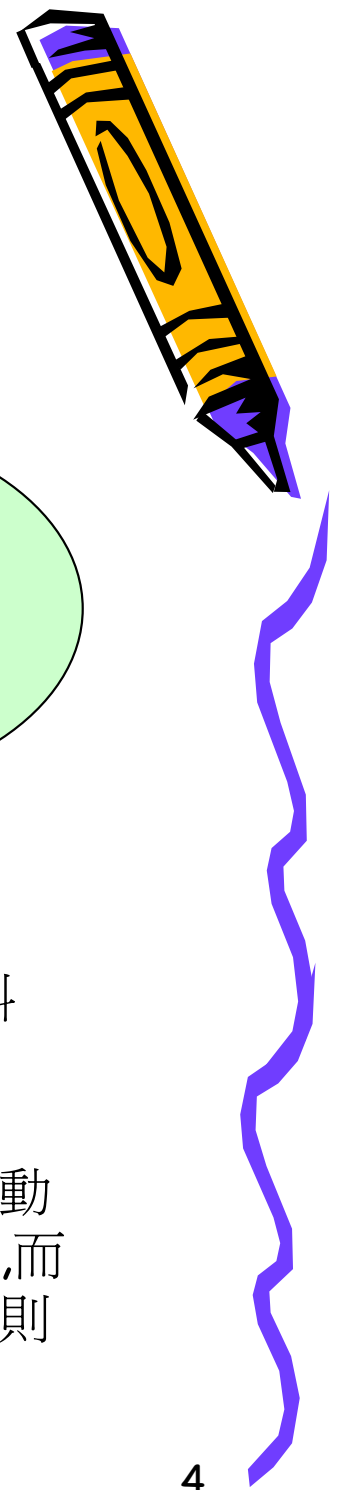
體育課程



因為涉及資源
及人力調配

正規課堂 ← 體育科
主導

非正規課堂
(聯課活動) ← 課外活動
組主導,而
體育科則
協助



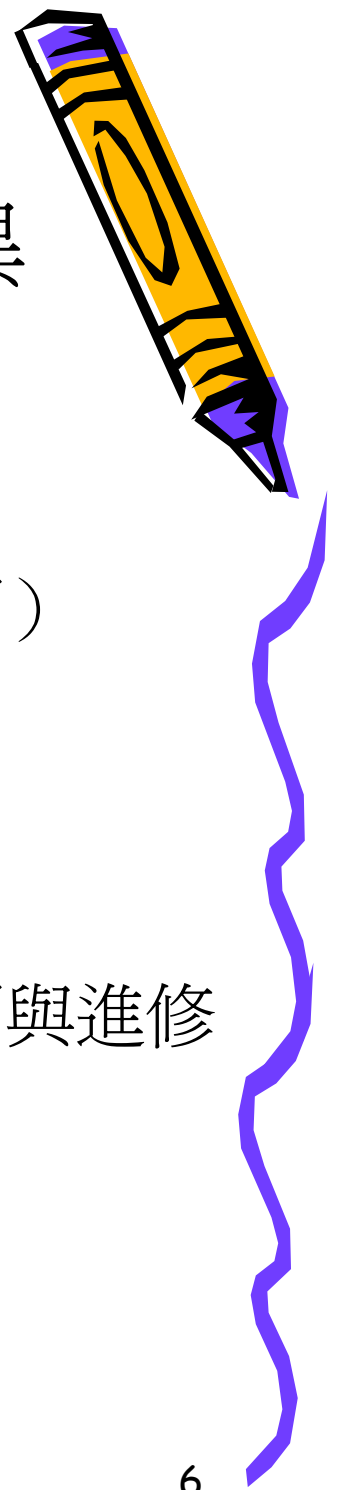
衛理中學體育課程的策畫

目的與內容

- 如何制訂（設定優先次序及原則）
例如：（生命，健康，知識技能，發展）
- 理念
（每個人是獨特的，學習的模式各有不同，幫助發揮及成長是方向，除關符生命以外，學生的選擇是要被尊重的，老師的角色是輔助學生發展的）
- 方向與定位（體育與課外活動）
體育科（全民體育．．**Sports for all**，欣賞體育運動）
課外活動體育組（興趣與潛能的發展．．**Interest and excellence**）
- 願境和遠景（學生是有體育文化的人）
1 所有畢業生都懂得游泳 2 重視生命與健康 3 能終身持恆參與運動 4 將運動帶給人歡愉的文化與人分享



如何在課程內容上照顧學生的學習差異



信念

- 個別差異
- 學習模式及接收能力有異

原則

- 生命與健康是基要的

現行方向

- 內容多元化（寬闊）
- 有趣可行的
- 流行的
- 有延續性的
- 老師要不斷的學習與進修

衛理中學06-07年度

- 課程計劃 (programme plan)
- 課程內容 (男生, 女生)



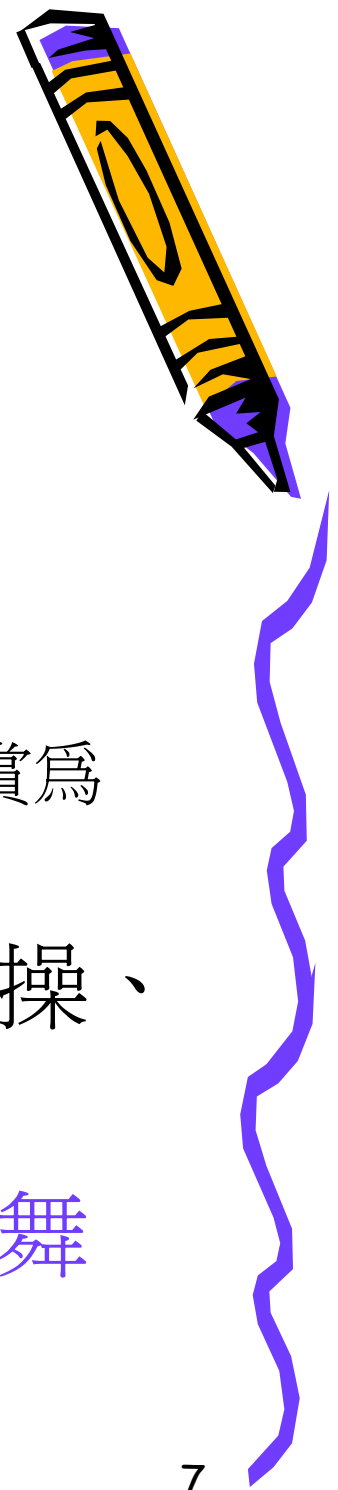
內容特色：

必須具備的能力（以求生及健康為主）

- 游泳、體適能、單車

照顧不同學生的需要（以多元化、興趣及欣賞為主）

- 興趣（籃、足、排、手、攬、投、壘、**乒、羽、網、球**、體操、田徑）
- 延展（**飛、標、保、齡、高、爾、夫、武、術、舞、蹈**）



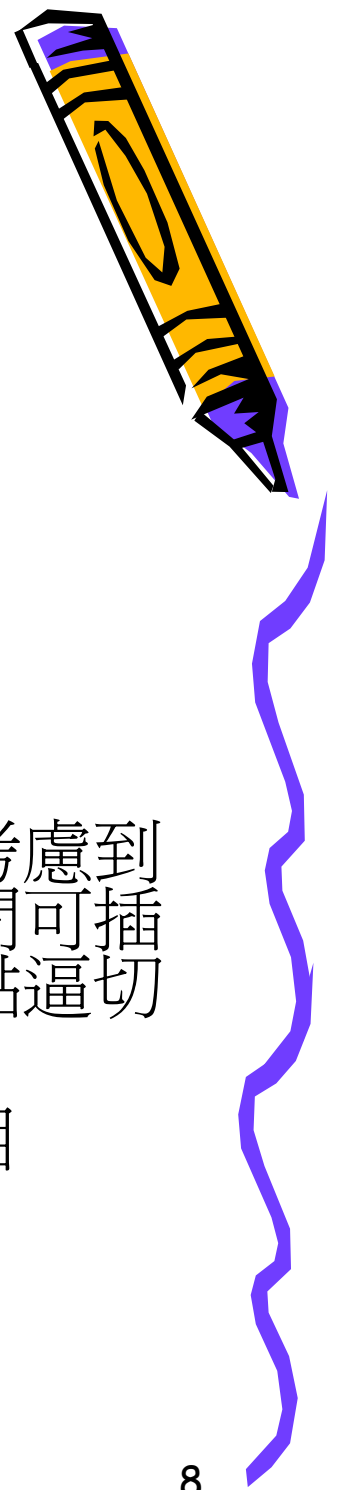
現時之限制及有待改善的地方

困難重重，如何突破：

- 因為內容多，時間不足，絕不能深入，又如何可以達到目的呢？

內容可否再闊一點，例如：

- 留意到不時有遠足郊遊受傷甚致死亡的新聞，考慮到是否因知識不足而造成意外，而體育課有否空間可插入此類課程？（因為關係到生與死的問題，有點逼切性，直得考慮）
- 能否有空間再增加例如：射箭及草地滾球等項目



如何調適教學的方法以照顧學習差異

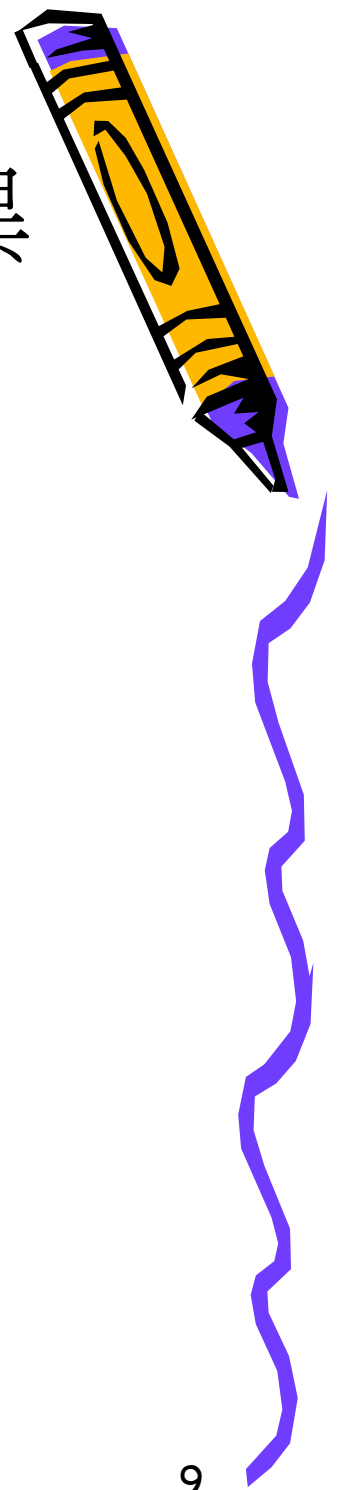
- 會利用不同的教學方法以因時制宜

傳統教學法：示範、講解、練習（模仿性的學習）

間接教學法：

1. 分組由較佳之學生引導
2. 以討論分享之方法
3. 自評互評形式作反省學習
4. 由學生設計活動內容，教師從旁引導
5. Project，簡報
6. 體育學會領導的學習（行政管理）

必須關顧共通能力的發展



衛理中學的現時的方法：

對各項體育運動進行解構，找出“亞基米德點
Archimedes' point”

思考方向：以籃球為例，眾多技巧（傳運射步法等）中，教授或評估那些技巧能達至

1. 學生覺得有興趣
2. 學生能升勝任
3. 學生覺得有用
4. 生活中有實用性（例如：比賽中能用得著）
5. 可行的

主要是利用分組活動的時段，去照顧學習上有不同需要的同學，因此，可以按各人的需要多教一點。



如何能在數小時的籃球課中，幫助學生“擁有技能，培養興趣，啓發思考，發展潛能”？

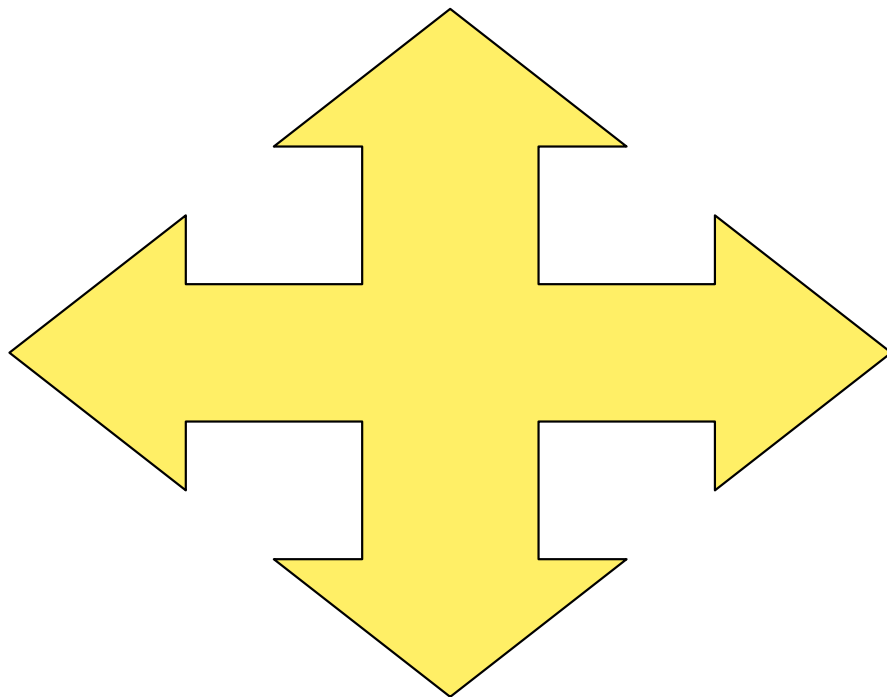


教甚麼？

考甚麼？

如何考？

如何教？



評估

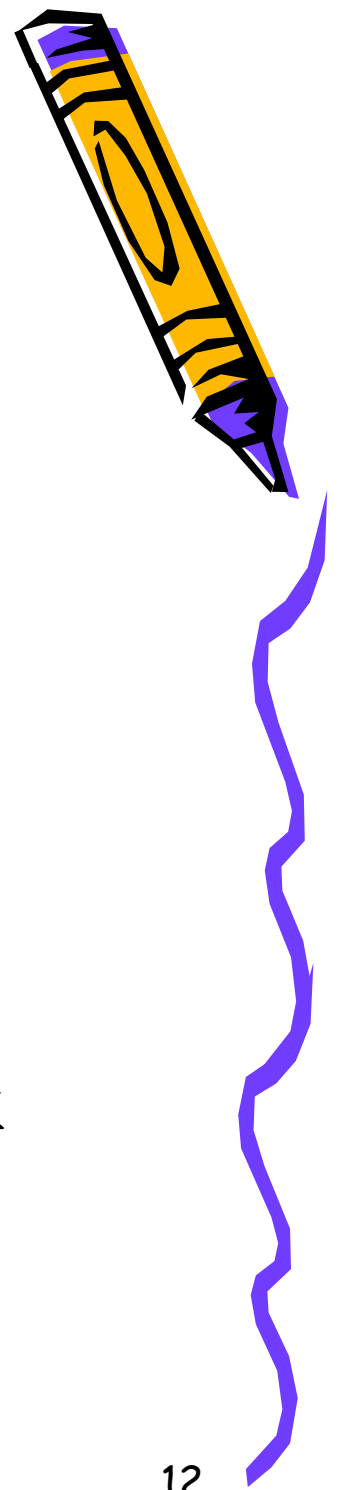
理念：

（為改善學與教，並為課程策劃提供數據）

原則：

- 信度和效度
- 公平、公開、公正
- 幫助學生了解自己的能力和為改善作出方向及尋求解決方法而定

為學生評分、定優次



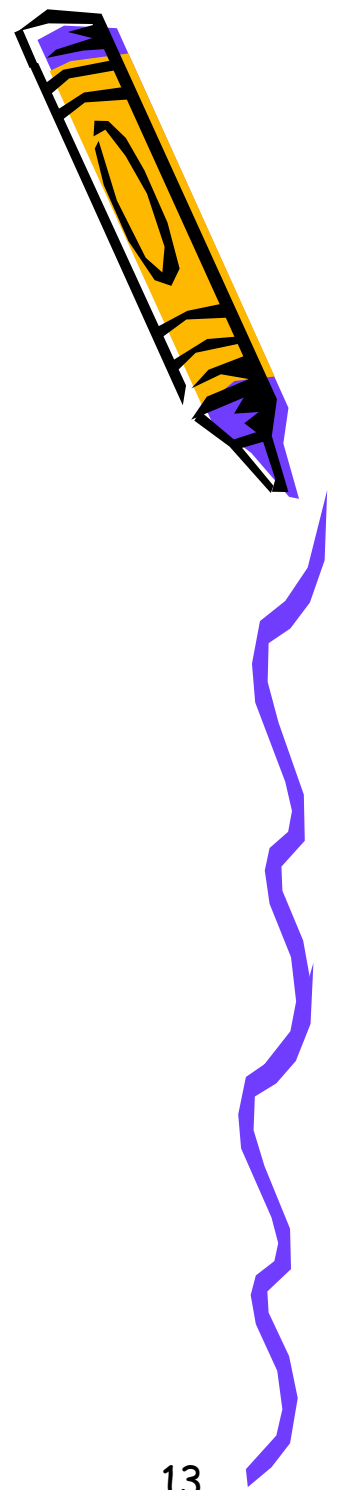
評估（續）

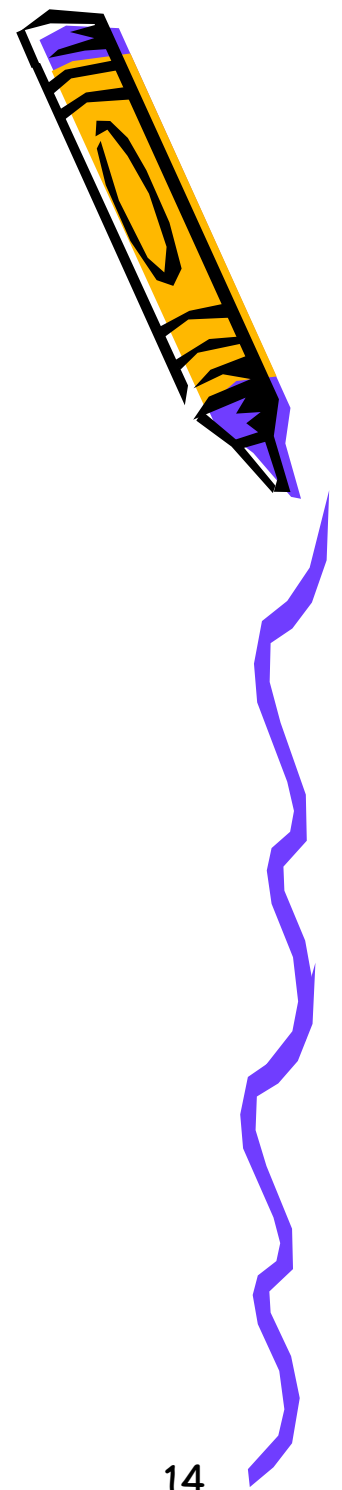
進行各類統計以了解學生能力及現況

- 體適能
- 九分鐘跑、游泳、體脂
- 評估成效
- 教學回應
- 學生出席

一般考核（運動技巧）

- 學生成績





用那些原則選出考核內容？

選擇考核內容的基本原則：

1. 大部份學生已掌握的技巧
2. 能於考核活動中帶來歡愉，鼓勵，協作等效果
3. 考核過程中讓同學可以更了解該項運動，學會欣賞
4. 培讓學生對評核有的正確態度

例如：

- 籃球（射球）
- 足球（綜合技術水平）
- 排球（傳球）
- 乒乓球（對搓）
- 羽毛球（對搓）
- 體操（學生自選串聯動作）



如何考核（一）？（每一個考核方法都要有理據去支持）



男生

- 游泳（**10**分鐘內可游畢多少個訓練池的“橫池”）
- 體適能（大致上以兒童健康基金的方式進行，但有些內容需要調整）
- 籃球（**30**秒內射球次數）
- 足球（小組比賽時，學生對整隊評分 ..1-10..）
- 排球（**5**分鐘內連續下手對傳之次數）
- 乒乓球（**5**分鐘內連續對搓之次數）
- 羽毛球（**5**分鐘內連續對搓之次數）

其他項目



如何考核（二）？

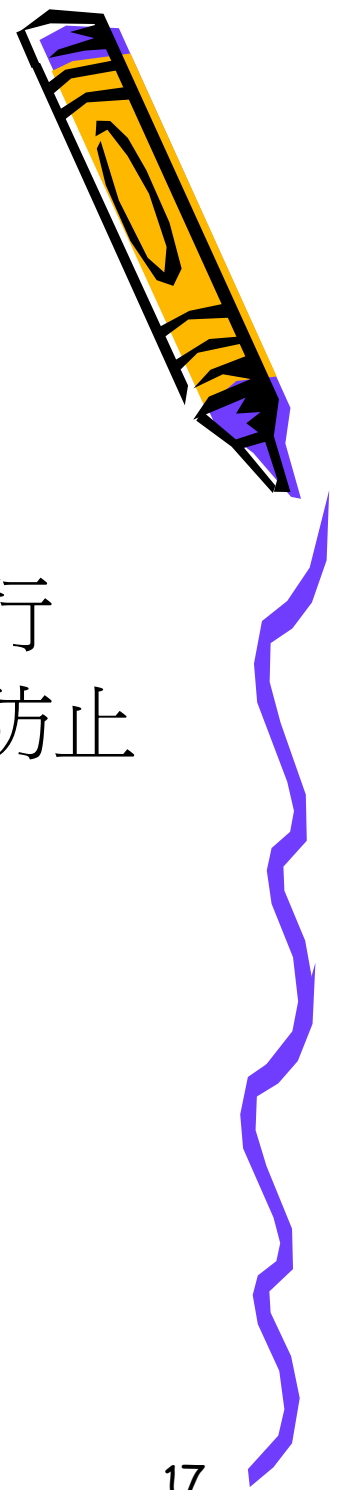


女生

- 游泳（10分鐘內可游畢多少個訓練池的“橫池”，可以漂浮，但不可行走）
- 籃球（10球籃底射球，5球罰球，3球走籃）
- 排球（5分鐘內連續下手自傳20球）
- 乒乓球（接半張球桌，對牆搓20球，發4球無旋球，左右各發3球側旋球）
- 羽毛球（左右兩邊開高遠球15球，連續對搓10球）
- 體操（固定串連動作，中一4個，中二加2個，中三再加1個）

其他項目



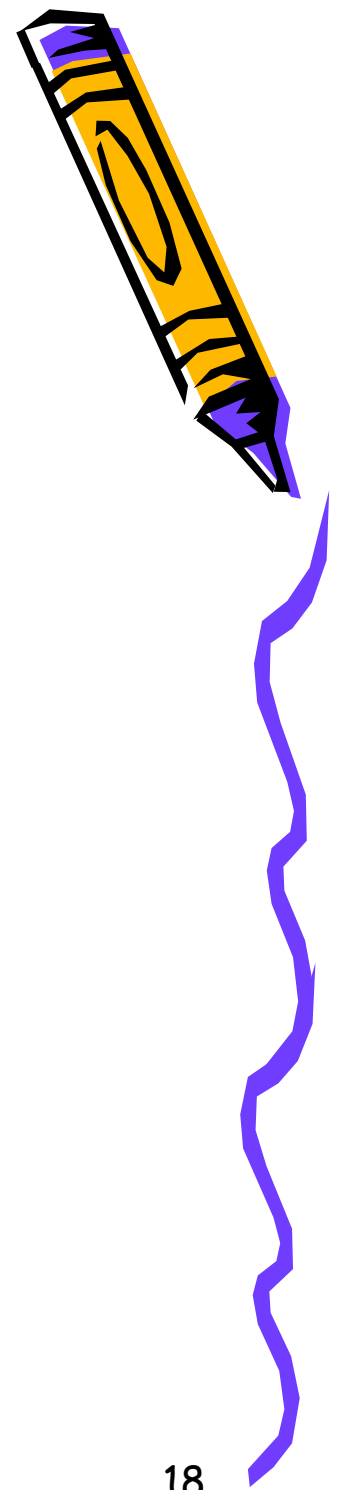


如何管理“考核”(一)？

原則：

- 不要用大部份課堂時間進行，必須精簡可行
- 可由學生相互監察，但管理上要有技巧，防止作弊
- 場地及人手安排要深思
- 可利用課後時間
- **Count the best**



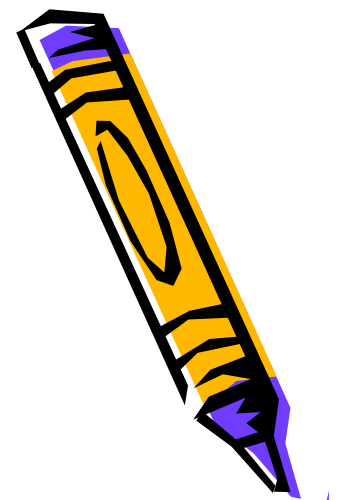


如何管理“考核”(二)?

沒有固定的方法，但需要留意：

- 場地安排
- 人手分配
- 時間控制
- 學生的背景素質程度
- 師生關係





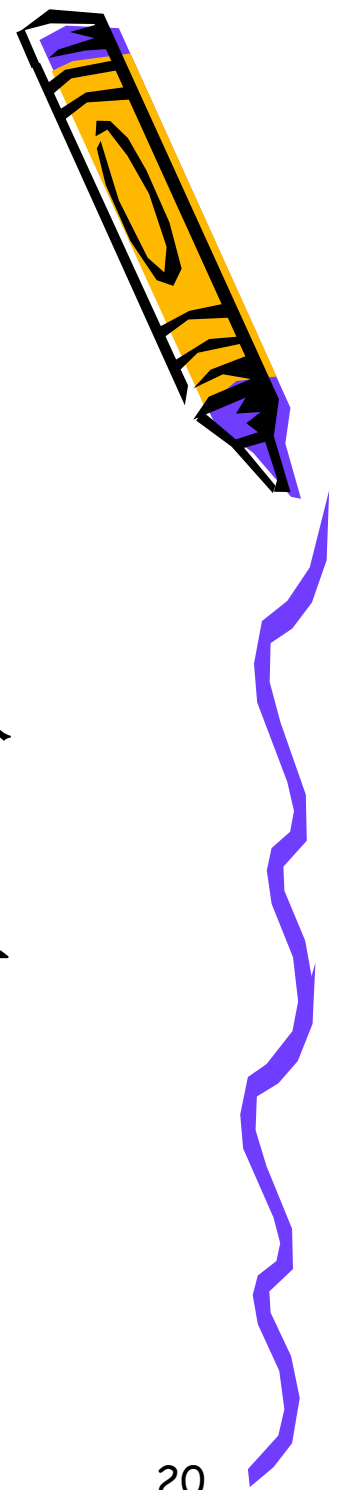
在課堂活動中照顧學習差異時須留意的地方

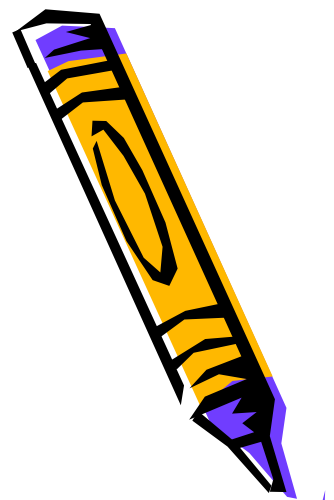
- 注意安全，因為容易顧此失彼
- 適當安排活動，避免產生課堂秩序問題
- 與學校管理層有適當溝通，以避免產生誤解
- 持守教學方向與定位
- 要有愛心及耐性，須接受“每個人都有限制的”現實



總結：

- 把體育運動與文化和教育融合起來，是人類理想而健康的生活方式。
- 我們的工作是有價值的，不單是一份工，而是**使命**。
- 今天我們怎樣去努力，明天我們的下一代就怎樣的一群。





謝謝！



柏立基教育學院學生會歌

柏樹叢叢在清風搖曳，大地處處是和暖春陽，
你看小孩子們天真底笑，你看少年凌霄志向高，
他們是待琢的寶玉，是待造就的社會棟樑。
同學們！同學們！堅起你們神聖的任務！
精神抖抖！志氣昂揚！
千錘萬釜立基石……
速教我們下一代，育他們成英才！

