香教育局/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

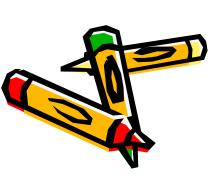
十八鄉鄉事委員會公益社中學經驗分享一競技運動教育模式之理論與實踐

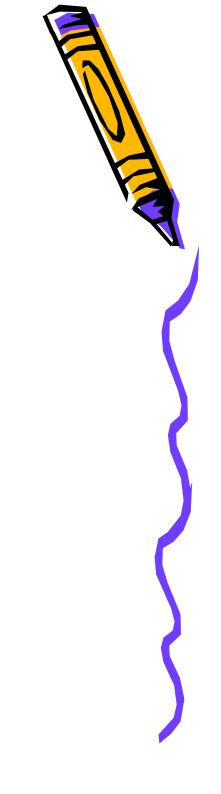
梁嘉儒老師李宗博士

此簡報只供學術及教學參考之用,不能作任何商業用途。

目錄

- 現行體育教學的分析
- 有關競技運動教育的模式
- 學習動機的探討
- 有關競技運動教育方式的研究
- 經驗及分享
- · Q & A



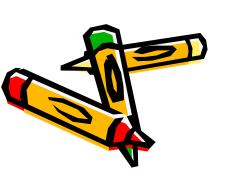


現行體育教學的分析

- 教師主導/ 教授主導/ 教學步驟主導
- 多採用直接教學法, 著重教授效率
- · 教學以統一教授活動及管理為主,以利 組織教學及管理,學生的個別學習差異 未被關注
- · 示範、講解、練習-以模仿性學習為主, 師生之間的教與學關係是複製及被複 製,學生主動、獨立及創新性精神可能 被忽視
- · 較少採用其他教學策略以促進學生技能 D以外的發展

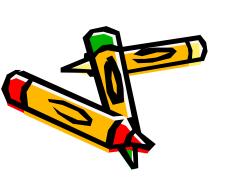
傳統體育教學與學習動機????

- 1) 容易忽略了學生技能學習以外的需要,形成 學生對課堂的興趣減少
- 2) 過分強調技巧
- 3)「重複」練習,能力高的同學如校隊隊員覺得問;
- 4) 能力稍遜的同學做不到···只有不斷排隊。 結果學生只是表面上参與體育課。
- 5)「為了怕記缺點所以帶體育服」或
- 6)「要求多些自由活動時間」





你認為可以真正照顧不同程度學生的需要嗎?



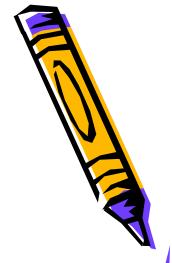
為能夠做到照顧學習差異

教學上應該考慮:

- 使學生能以他們的最佳能力,需要及興趣學習及表現。
- 最終目標能使資優或學業成績稍遜的學生能盡顯所 長(CDC, p. 7)。
- 改進體育學習及教學以切合學生的不同學習差異 (CDC, 2002)。
- ·採納以學生為本的體育課程 "learner-focused curriculum" -

由於……

· 社會對教育方面及學生學習的需求有所轉變。 共通能力…



- · 體育課的教學方式上不應該只強調技巧訓練及單向溝通,而 是要以學生為中心及照顧學生認知及情意的學習。
 - 要達致認知(cognitive)、情意(affective)及技巧(Psychomotor)的發展。
- 更應重視及照顧不同能力學生的學習。
- 嘗試運用不同的教學方法以提升學生的學習動機。

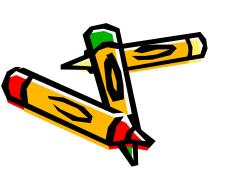


Catering for Learner Diversity 照顧學習差異

• all PE lessons are by nature 'mixed ability' sessions; 所有體育課本質上應是能照顧不同能力學生的課節

• extends the parameters of the ability continuum. 照顧不同能力層面學生的體驗

• all students should learn together, wherever possible regardless of their difficulties or differences they may have 具備不同困難及不同能力之學生應盡可能一同學習

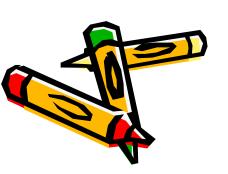


故此…….

運用競技運動教育模式Sports Educate Model的理念與動機

是希望令學生:

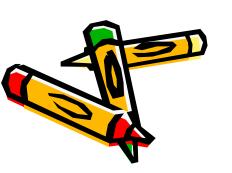
- 學習動機↑ ???
- 學習的差異↓
- •享受、投入體育課???
- 比較傳統教學更有趣味???
- 學習的互動性↑ ???



競技運動教育模式的理論

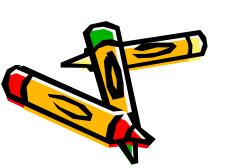
· Siedentop(1994)指出競技運動教育模式 強調學生的參與性、投入感的發展及建立 不同的角色。

• 教學方式會使學生表現出更高的內在學習動機。

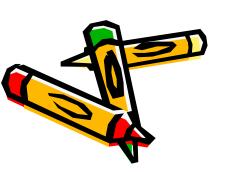


競技運動教育模式的目的

- · 能夠引領所有學生參與運動之中,使到他們不 只能改善自己成為運動員,還可以認識及獲得 欣賞正確及良好的運動價值。 (Siedentop, 1986)
- ·教育及培養學生成為該單元的全面運動員和發展他們擁有運動家般博學(literate)、熱心(Enthusiastic)及具能力(competent)的學生。(Siedentop, 1994)



- ·競技運動模式的教學方式有六個基本特質 (Siedentop, 1998)
- · 比賽球季(seasons)、
- · 附屬於某一比賽隊位(team affiliation)、
- · 正式比賽(formal competition)、
- · 比賽結果(culminating event)、
- 紀錄(record keeping)
- · 歡慶(festivity)。



目標定向理論

(Goal-orientation theory)

- · 學者Nicholls(1989)對於目標定向理論提出在成就情景中,有兩種主要的目標取向或者是人們主觀上界定成功的主要基礎;
- · 任務定向者(Task Orientation):
- 注重自我改善和成功地完成任務
- 更多地通過內部的自我改善和掌握來界定成功
- · 自我定向者(Ego Orientation):
- 比他人有優勢的知覺
 - 通過獲勝各證明優勢來定義成功

根據研究顯示

- ·當個體享受任務定向的氣氛時,其內在動機便會提升,因為參與時擁有一個較自主的情況。
- 相反,個體顯示一個自我定向的氣氛時, 其參與時會受到控制性環境改變,所以內 在動機會便會失去
- (Frederick & Ryan, 1995; Walling, Duda & Chi, 1993) °

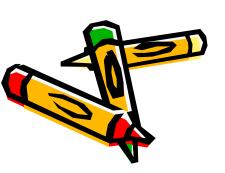


提升內在動機的重要性

- 學生是以「要我學」還是「我要學」的學習態度上課??
- · 內在動機是能持續的參與,而在活動之中是沒有明顯的外部獎勵,並會感到享受、滿足及樂趣。(Nelson, 1994)
- · 參與課堂是由內在愉快及滿足因素而起,其內在動機便會相對 提升(Deci & Ryan, 1985)
- · 學生會感到有興趣、付出更多的努力、更渴望將來的課堂 (Pelletier, Fortier, Vallerand, et al., 1995)及 (Ntoumanis, 2001)。

課堂經驗....

- 透過競技運動教育模式的教學法於去年做了一次研究:
- 研究對象: 中七級24名男學生
- 學生學習的背景:
- · 16名學生沒有學習足球課的經驗 → 能力屬偏低水平。
- · 6名學生曾經在初中時參與足球課的經驗 → 能力屬中等水平
- · 2名學生曾經代表學校足球隊參加比賽 → 能力屬中上水平。
- 故此,學生在上體育課之前已經存在學習或能力差異的情況。



正式實踐……

- 中七級男學生的課堂進行:
- 以球類教學為主,單元是足球,並且是由 學生以投票方式選出。
- · 單元會以六個雙教節進行,每節連堂為八十分鐘,共八小時。
- · 當學生在完成單元後會進行問卷調查,在 進行問卷調查之前,筆者會向學生解釋問 卷納內容,以確保問卷調查的真確性。

教學安排…

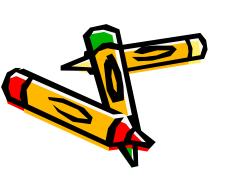
課節	內容	
1 - 2	● 進行 <mark>球季(seasons)</mark> 的組織:	
	1. 球隊組織;進行分組,5-6人一隊,共5隊。	
	(1 高能力 + 4較低能力。) 或	
	(2 中能力 + 3較低能力。)	
	目的是希望 a) 減低每隊的能力差異	
	b) 能力高的能照顧能力較低的同學	
	2. 比賽事務的資料的工作分配(賽制、賽程、規則、 裁判工作安排、開幕及閉幕儀式等)。	
	而學生需要於一個循環週內完成。	
	3. 球感及運球的教學:教師會透過不同的遊戲與練習,加強學生對足球的興趣。	

課節	內容
3 - 4	●繳交球季的工作資料。 ●傳球的教學:教師在教學上會利用學生所編排的球隊作分組。 ●小組進攻(1vs1、2vs1及撞牆式進攻)的教學:會利用並以學生為主的教學方法,強調「為何?」、「怎樣做?」等。原因是給予學生更多思考的機會、合作及嘗試練習,另外,學生亦可以藉此建立關係(affiliation)。
5 - 6	●有關負責學生需要於正式比賽(formal competition) 前講解比賽細節 (賽制、賽程、規則、裁判、紀錄 工作等)。 ●球季開始 ●教師的角色會成為咨詢者。
	●教師會訂立比賽的條件,目的是希望學生能運用所期 望的單元目標。

課節	內容	<i>)</i> /
7 - 10	●正式比賽: 開幕禮及開始比賽,當中各球隊會按既定分工程序進行(裁判、紀錄、比賽安排、練習時間)。 ●檢討: 課堂完結前,教師透過比賽結果 (culminative competition)與各球隊進行檢討,從而鞏固學生的學習經驗。 ●教師會訂立一些比賽條件,讓學生於下一次課堂的比賽時作出準備,藉此帶出教學的目標。	
11 - 12	●比賽 ●閉幕典禮:進行頒獎禮,包括冠亞季軍、最有體育 精神獎、由各球員選出的最佳球員獎及神射手獎。目 的是創造一個舉行 <u>歡慶(festivity)</u> 的機會。	

球季結束後會進行研究

- 進行問卷調查研究
- •發出24份問卷,收回有效問卷共24份,有效回收率為100%。
- 在完成實驗後採用訪問方式訪問兩名學生
- 其中一位是學校足球校隊的成員,另一位是從未參加任何形式的足球比賽



《運動中任務定向和自我定向問卷》

Items from the Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (TEOS)

Stem: 'I feel most successful in PE when ...' (我在體育堂中感覺是最成功,每當......:)

1 = 非常不同意, 2 = 不同意 3 = 沒有意見 4 = 同意 5 = 非常同意

- 1) 我是唯一掌握這種技術和技巧的人時I'm the only one who can do the play or skill.
- 2) 我學一種新技術,這學習使得我想要做更多的練習時I learn a new skill and it makes me want to practice more.
- 3) 我能比我的同學們做得更出色時I can do better than my friends.
- 4) 其他人沒法做得像我一樣好時 The others can't do as well as me.
- 5) 我學一種使我覺得有樂趣的動作時 I learn something that is fun to do.
- 6) 其他人有問題而我沒有時 Others mess up and I don't.
- 7) 我通過努力來學一種新的技術時 I learn a new skill by trying hard.
- 8) 我非常努力訓練時 I work really hard.
- 9) 我獲得最好或最高的成績分數時I score the most points/goals/hits etc.
- 10) 我學一種激勵我去做更多練習的技術時Something I learn makes me want to go to practice more.

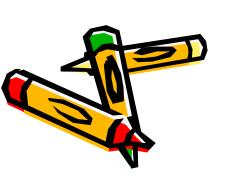
·植新學會的動作被很好地掌握時A skill I learn really feels right.

我盡了自己最大的努力時I do my very best.

(Duda,1993;Chi,1995)

測量工具

- ·本研究工具採用《運動中任務定向和自我定向 問卷》(Duda, 1993; Chi, 1995),已被國外的眾 多的研究證明有很高的信度和效度。
- · 問卷由13條題目組成,題目的標題是「在體育運動中我最有成功的感覺,每當……」
- 問題1, 3, 4, 6, 9, 11屬於自我定向的類型
- 問題2, 5, 7, 8, 10, 12, 13屬於任務定向的類型



質性訪問內容

在未學習本單元之前

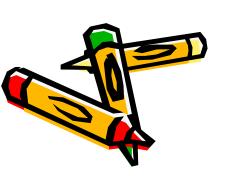
- 1. 你認為自己的足球技術如何?
- 2. 你認為體育科的功能和作用是什麼?
- 3. 以往在體育課的學習動機來自哪方面?

當運用競技運動模式的教學方法之後

- 1. 你對競技運動模式的教學方法有什麼意見?
- 2. 你覺得競技運動模式的教學方法,對課堂是有好處或是壞處?
- 3. 你認為競技運動模式的教學方法有助提升學習嗎?
- 4. 競技運動模式的教學方法對你的學習動機有否轉變?
- 5. 若有的話,動機主要是來自哪方面?
- 6. 通過競技運動模式的教學方法,在課堂上你有否成功感?
 - 該單元透過競技運動模式的教學方法會否加強你對單元有進一步的學

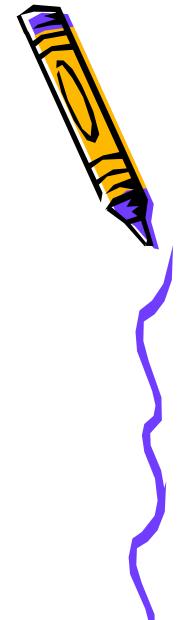
資料處理

·本研究所得之資料利用SPSS for window 10.0 電腦套裝軟體進行進資料 及數據分析、計算平均值、標準差及相 關度的處理。



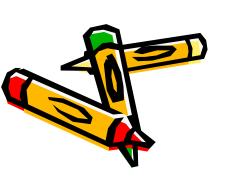






研究結果的初步驗證

- ·初步結果顯示,若從問卷每題題目的平均分 (由高至低)的排列:最高分的題目均是任務定 向的類型。
- · 結果初步發現競技運動模式的教學對高中學生 目標定向研究較偏向任務定向的取向。
- · Nicholls(1989)指出對於目標定向理論提出在成就情景中,任務定向的人更多地通過內部的自我改善和掌握來定義成功。

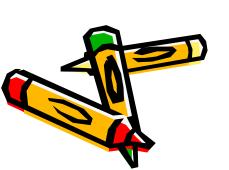


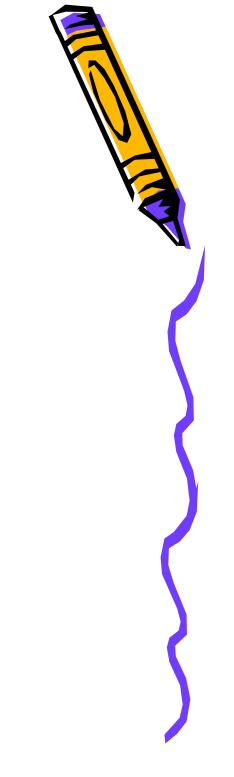
關於自我定向(Ego-oriented) 的研究結果及分析



當自己獲得 最高分數 及最優秀

當自己與別人比較時





成功感是來自當自己獲得最高分數及最優秀的情

	平均分	最低分	最高分
Q9	3.1250	2.6707	3.5793
Q11	3.0833	2.5563	3.6104

- 顯示部分學生會較認同成功感是來自當自己獲得最高分數及 最優秀的時候
- 會較重視和別人比較。
- · 王俊明、季力康(1999) 只注重活動後的結果,會因此將參與活動視為展現優於他人能力的一種途徑,故容易降低內在樂趣及滿足感。
- 實際觀察發現,學生當勝出比賽時會感到高興,比賽的結果了新意的時候,如落敗時,便會感到失望,更會在往後時間停止練習。

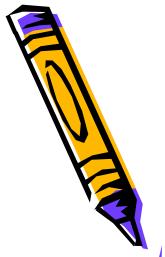
成功感是來自當自己與別人比較時的情況

	平均分	最低分	最高分
Q1	2.3750	1.9849	2.7651
Q4	2.3333	1.9080	2.7586
Q6	2.4583	2.0274	2.8893

- 反映出學生在學習本身並不強調與他人比較而感到成功。
- · Siedentop (1986)指出競技運動模式的其中一個特點是關係(affiliation),有助提升他們的社交能力及經驗。
- 顯示競技運動模式的教學方法除了能夠營造一個較低的自 我定向的學習環境之外,亦會建立學生彼此之間的良好關



關於任務定向(task-oriented)的 研究結果及分析

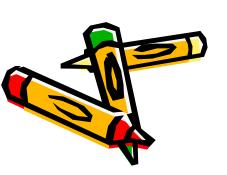


成功感是來自

來自當自己盡了努力時

當學習感到「趣味」時

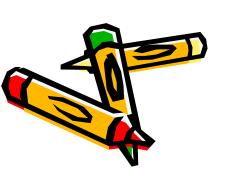
當學習新技術時



• 結果顯示

• 1) 競技運動的教學方法能夠令學生的學習產生任務定向的環境。

• 2) 初步相信競技運動模式的教學方式對於提升學生的學習動機有一定幫助。



成功感是來自當自己盡了努力時的情況

	平均分	最低分	最高分	3
Q13	3. 9167	3. 4357	4. 3976	

當自己盡了努力時

成功是必須要通過付出「努力」

注重運動參與 的過程,而非競爭 之結果。

達到成功,他們會 通過練習、努力學習 去找出適應的方法。

成功感是來自當學習感到「趣味」時的情況

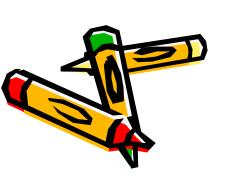
	平均分	最低分	最高分
Q5	3. 5417	3. 1291	3. 9543

- · 認為在學習一種感到有趣味的技能時,便會獲得成功感。
- 注重的學習過程及對活動本身的樂趣,因此會培養內在的樂趣和滿足感。
- · 熱愛競技運動模式的教學是歸因於有更多的決定權、自主性,因此他們對於參與體育課有更大的興趣。

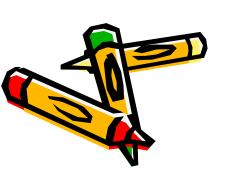
成功感是來自當學習新技術時的情況

	平均分	最低分	最高分	1
Q2	3. 3750	2. 9470	3.8030	
Q10	3. 4167	3. 0245	3.8088	

- 學生都較認同在學習一種新的技術時,會願意 付出更多時間練習,從而得到成功感。
- 觀察學生的表現,發現他們成立球隊之後,由於每場比賽的對手不同,故此所運用的比賽策略亦有分別,但各隊伍會在等候比賽時會努力練習及作出檢討。



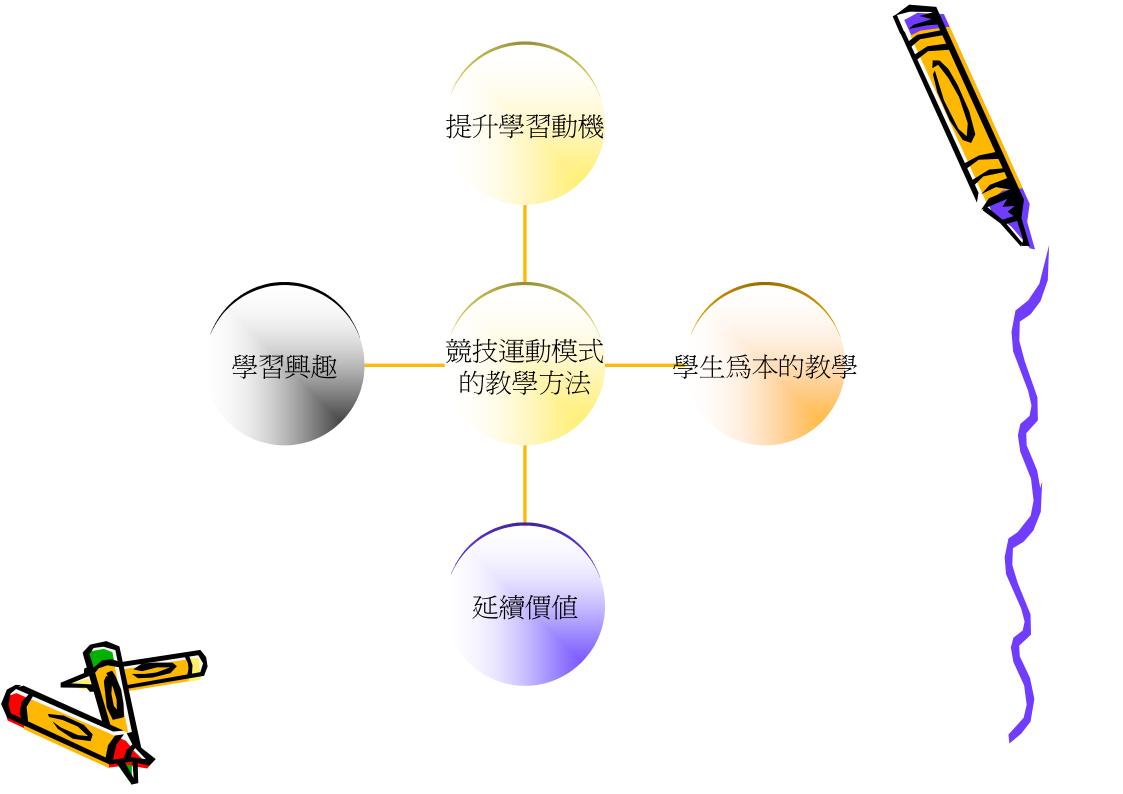
- · 成功來自「興趣」、「努力」和「掌握新技術」三次 面有很高的相關度
- *** 反映學生會由於學習興趣高而會努力練習 從而掌握技術。
 - · 認為付出「努力」及「盡力去做」是成功的重要因素 有很高的相關度
- *** 反映出透過競技運動模式的教學方式,對學生產生一個努力、主動的學習環境,在強調「學會學習」的目標及現今的社會下,這無疑是一個理想的現象。



有關訪問的結果及分析

- 兩位受訪學生的意見都與問卷調查的結果大致相談符明符,另外,他們認為競技運動模式的教學方法:
- 有趣味和具創意的方法;
- ·「由組織到比賽都是我們(學生)自己計劃和完成,覺得十分有滿足感。」;
- •「可以學到組織、與人溝通和合作技巧。」;
- 「想和隊友一起努力,使表現做得好一點。」;
- 「經過大家一起努力,覺得有成功感。」;
- 「將來會繼續嘗試參與足球活動。」(能力較低者

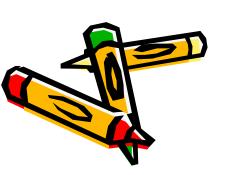
D 所言)



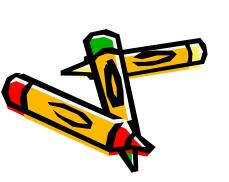
• 根據課程發展署(2002) 的基礎教育指引中提及內效教與學的考慮:

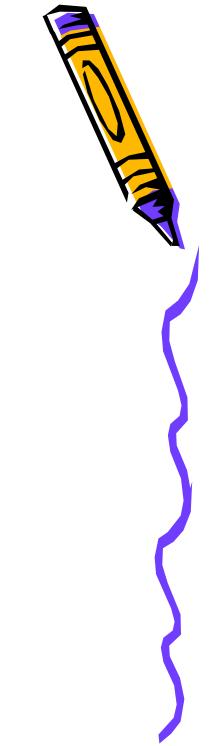
Multi-dimensional approach and strategies多層次取向及策

- 1 教與學概念的改變-容許嘗試及失敗的學習
- 2 調適中央課程如教學內容
- 3 調適教學以促進學生內在學習動機
- 4 認同學業以外的表現



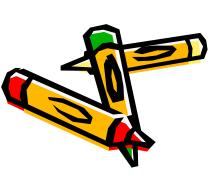
- 5 適當鼓勵
- 6 調適教學
- 7 改變分組
- 8 創建歡娛學習環境
- 9 調適評估模式以切合不同能力的學生





競技運動教育的教學

- 學生體驗到
- •「有趣味和具創意的方法」。
- •「自己計劃和完成,覺得十分有滿足感」。
- 期待下一次課堂的來臨。
- ·對於不同能力層次的學生的內在學習動機有正面的改變。
- 會享受課堂的過程而更積極及主動地學習。
- 成功是透過與球員間彼此的努力而達到。

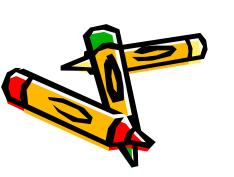


减少學習差異的情況

- 「可以學到組織、與人溝通和合作技巧。」;
- 「想和隊友一起努力,使表現做得好一點。」;
- 「經過大家一起努力,覺得有成功感。」;
- 其實競技運動教育模式的教學方式使到
- 1) 每隊球隊的<u>能力較高學生會成為教練的角色</u>, 照顧其他隊員,使到能力較低的同學加以參 與。
- 2) 由於各隊伍的能力相若,故此難以出現「壓倒」 的結果而導致有「灰心」的情況。

延續價值

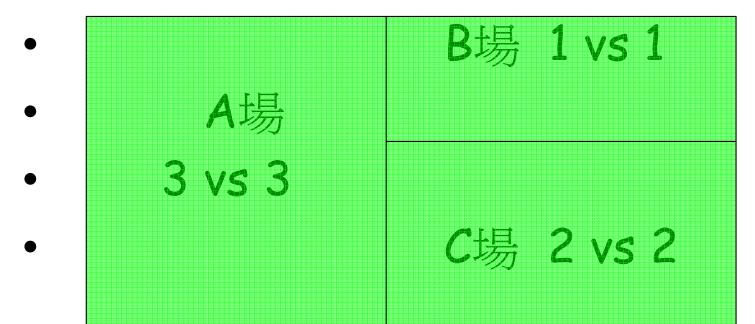
- 「將來會繼續嘗試參與足球活動。」,對於本身足球技巧較低的學生都會嘗試在將來接觸活動。
- 反映學生在通過競技運動模式的教學,使 到對學習足球的動機有所提升。
- 對於現實的教育方向之中亦有十分重要的 啟示,令學生能夠繼續學習,配合教改中 「學會學習、終生學習」的長遠目標。



- 開心的回憶:
- 1)各隊伍會在沒有比賽及工作時在場外進行練習有目標,積極、認真。 如學生會在比賽後進行檢討,並會根據自己的位置、下一場比賽的策略和戰術等努力練習。
- 3) 而第二件事情是在比賽中和頒獎禮上,學生會帶備相機替同學拍照,這反映了學生對課堂十分投入及享受,並會主動關顧和協助其他同學。
- 4) 學生於打氣時太投入、聲浪太大而被其他老師投

經驗分享

• 例一: 足球教學 40人(分8組)







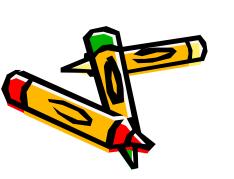


- 3.. 小組首2隊出線,爭奪第一至四名。 其餘則爭奪五至八名。) (淘汰制)
- 1. 初賽共24場 ,約60-80分鐘的比賽時間(2.5教節)
- 2 決賽共16場,約40-60分鐘的比賽時間(1.5教節)

理念:

盡量使到每位學生都可以參與不同類型的比賽,加強個人及小組合作(進攻)技術的訓練、對球例的認識。

- 教師的角色
- 要定出教學目的,訂定比賽條件,使學生能夠透過比 賽中嘗試運用及不斷練習。
- · 例如: 若果希望學生在比賽中能夠學習小組進攻的技巧時, 教師可以在改變比賽的性質,
- 如3 vs 3變成 3 vs 2、 2 vs 2 變成 2 vs 1,可以 提升成功感及容易掌握。
- 故此教師會成為觀察者及咨詢者的角色。

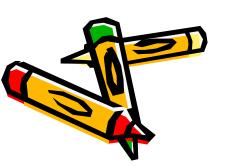


對競技運動教育模式教學法的建議..

- 應用方面:
- 1)按不同的能力分隊,形成每隊都有不同能力的隊員 a. 可以產生互相教導及學習的機會。
 - b. 可以令每隊的能力相若、高能力的隊員可以照顧 其他隊員。
 - c. 當每隊完成工作分配後,老師在組織比賽前應負 責跟進工作進度及擔任咨詢者的角色。
 - d. 球季開始後,教師可在比賽時制定特定條件(建立一個環境),讓學生能夠嘗試透過練習及比賽達到目標。
 - 教師可以在每堂利用5-10分鐘為比賽作出檢討, 讓同學可以對比賽的工作作出改善。

References

- Ames, C. & Archer, J. (1998). Achievement goals in the classroom: students' learning strategies and motivational processes. *Journal of Educational Psychology*, 80, 260-267.
- Bell, C. (1998). Sport Education in the Elementary School. *Journal of Physical Education Research Dance* (*JOPERD*), 69, 36-45.
- Chen, A. (2001). A theoretical conceptualization for motivation research in physical education: An integrated perspective. Quest, 2, 25-28.
- Chi, L. K. & Duda, J. L. (1985). Multi-Sample Confirmatory Factor Analysis of the Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire. Research Quarterly for Exercise and Sport, 66,91-99.
- Chow, W. (1994). Goal orientation as a measure of motivation in first year student teachers of physical education. Paper presented to the Annual Conference of the Hong Kong Educational Research Association.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M.(1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior.* New York: Plenum.
- Duda, J. L., Fox, K. R., Biddle, S. H. & Armstrong, N. (1992). Children's achievement goals and beliefs about success in sport. British Journal of Educational Psychology, 62,313-323.
- Hastie, P. (1998). The participation and perceptions of girls within a unit of sport education. *Journal of Teaching in Physical Education*,17(2),157-171.
- Hastie, P. (1998). Applied Benefits of the Sport Education Model. *Journal of Physical Education Research Dance (JOPERD)*, 69, 24-26.
- Knop, M. & Pope, C. (1998). Design, Redesign, and Dissemination of Sport Education. Journal of Physical Education RD (JOPERD), 69, 46-48.
- Nelson, D. M. (1994). The anatomy of a game: football, the rules, and the men who made the game. London:
 University of Delaware Press.



- Papaioannou, A.(1995). Motivation and goal perspectives in children's physical education. In S. J. H. Bidali (Ed), European perspectives on exercise and sport psychology(pp.245-269). Champaign, IL: Human Kington.
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Birere, N. M., & Blais, M. R. (1995). Towartian new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sport: The Sport Motivation Scale (SMS). Journal of Sport and Exercise Psychology, 17, 35-53.
- Siedentop, D., Mand, C. & Taggart, A. (1986). Physical Education Teaching and Curriculum Strategies for Grades 5-12. USA: Mayfield.
- Siedentop, D. (1994). Quality PE Through positive sport experiences: Sport education Champaign, IL: Human Kinetics.
- Siedentop, D. (1998). What is Sport Education and How Does It Work? *Journal of Physical Education Research Dance (JOPERD)*, 69, 18-21.
- Wallhead, T. L. & Ntoumanis, N. (2004). Effects of a Sport Education Intervention on Students'
 Motivational Responses in Physical Education. Journal of Teaching in Physical Education, 23, 4-18.
- Education and Manpower Bureau (2004). Catering student differences. Indicators for inclusion, A tool for school self-evaluation and school development. Hong Kong: Government Printing Department.
- Education and Manpower Bureau (2005). New academic structure for senior secondary education and higher education- Action plan for investing in the future of Hong Kong. Hong Kong: Government Logistic Department.
- Metzler, M.W. (2005). Instructional models for physical education. Scottsdale, Ariz.: Holcomb Hathaway.
- Sub-Committee on Review of School Education (1997). Report on Review of 9-year Compulsory Education. Hong Kong: Printing Department
- UNESCO (1994). The Salamanca Statement and Framework of Action, London: UNESCO
- Whole school approach to cater for students diverse learning needs <u>http://www.emb.gov.hk/index.aspx?nodeID=181&langno=1</u> Retrieved on 27 November 2006
- Whole school approach to inclusive education in Hong Kong
 http://www.emb.gov.hk/FileManager/En/Content_183/scool_participation.pdf
 Retrieved on 27 November 2006







多謝!!!

