

香港教育學院 體藝學系體育部 /
教育局 體育組

體育教師暑期學校2008
校本經驗分享研討會(小學組)

鳳溪第一小學經驗分享

朱子溢老師 甘偉強導師

地點：香港教育學院
日期：二零零八年七月五日

此簡報只供學術及教學參考之用，不能作任何商業用途。



高爾夫球教學分享（推桿教學）

鳳溪第一小學經驗分享



利用體育之解難教學法以推展創造力及批判性思考能力

解難教學法教學模式

- 以心理學、建構主義學習理論、教育學、訊息加工論和動作技能形成規律作為理論基礎。

(劉永東等，2006)

- 教學過程中，教師創設難題情景是中心的環節。
- 在難題引導下，進行批判性思考及實踐驗證。
- 最後達到知識和技能的應用，通過應用又產生新難題。

解難教學法學習過程

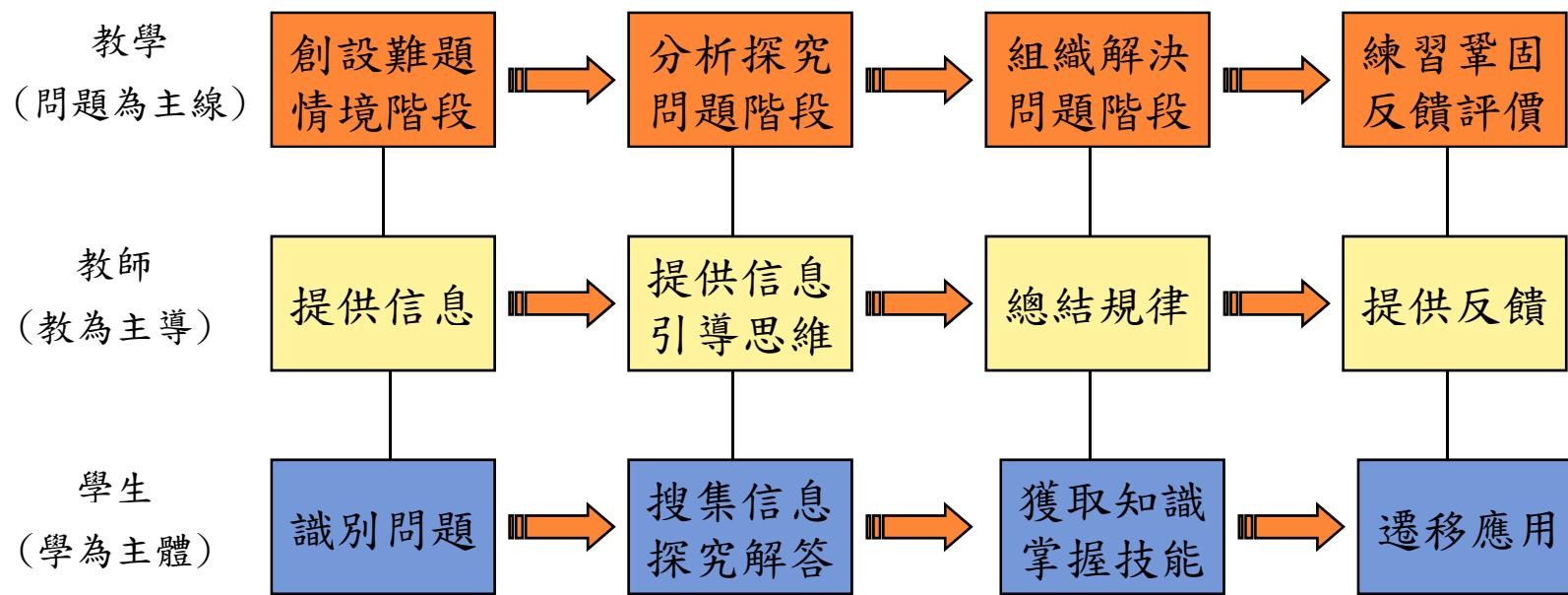
- 不斷發現問題，提出問題，分析問題，解決問題
- 教學以解決問題的方式來獲得新知。

(黃明熙，2002)

- 以問題為主線，以教師為主導，以學生為主體，構成一個相互聯繫，相互促進的教學程序。

(劉永東等，2006)

解難教學法的基本教學程序



(劉永東等，2006)

高爾夫球的簡介和好處

- 高爾夫球是一個紳士運動
- 集中培育品格(誠實、堅毅、冷靜判斷、公平競賽、建立自信、禮儀)
- 技巧性運動(挑戰、興趣)
- 老少咸宜(親子運動)
- 潮流
- 高球球星：老虎伍茲



高爾夫球的迷思

- 高爾夫球學院
- 學校普及計劃
- 學校課外活動
- 集中訓練揮桿(練習場)
- 著重技巧

V.S.

- 高球運動——以進洞為目標(比賽)

- 體育目標
- 著重技能、知識、態度



高爾夫球教學計劃

單元大綱

項目名稱： 用具操控及高爾夫球

教師： 朱子溢老師

等級/級別	內容 主題	用具	動作原理	活動概念	動作概念/技能
I	原地撥球 撥球前進 推球前進	推桿 軟排 紙球 網球	身體：單手(慣用)/雙手 空間：個人、一般 路線：直線、之字線、弧線 方向：前	跑壘	撥球 力度控制
II	擊球向前 瞄準擊球 擊弧線球	臂起桿及推桿 軟排 紙球 網球	身體：雙手 空間：個人、一般 擊球弧線：直線、弧線 方向：前	瞄準	擊
III	定點拉桿法(直線推桿) 推桿入洞 推桿比賽	推桿 Putting mat 膠洞	身體：雙手 空間：個人、一般 方向：前	瞄準 比賽	推桿 putting
IV	短距離鐘擺擊球法 水平半揮桿擊球法 上果嶺比賽(短距離)	鐵桿 Swing mat 人造草或旗桿	身體：雙手 空間：個人、短距離 水平：中 方向：前	瞄準 比賽	鐘擺式揮桿
V	水平半揮桿擊球法 全揮桿擊球法 短距離比賽(兩桿洞)	鐵桿及推桿 Swing mat 人造草或旗桿 膠洞	身體：雙手 空間：個人、短距離 水平：高、中 方向：前	瞄準 比賽	半揮桿 Flat Swing
VI	全揮桿擊球法 中距離比賽(三桿洞) 設計球道	鐵桿及推桿 Swing mat 人造草或旗桿 膠洞 軟墊	身體：雙手 空間：個人、中距離、小組 水平：高、中 方向：前	瞄準 比賽 設計	全揮桿 Full Swing

高爾夫球教學難題情境

- 打球力度
- 挥桿幅度
- 打球方向
- 球桿運用
- 越過障礙
- 環境處理
- 球道設計

推桿教學的優勢

- 安全方面(推桿動作v. s. 指桿動作)
- 場地方面
- 設備、用具方面
- 趣味性方面

推桿教學計劃

技能	用具	動作原理	活動概念	動作概念
握桿	推桿	身體：雙手	瞄準	推桿putting
定點拉桿法 (直線推桿)	高爾夫球 Putting mat	空間：個人	比賽	
推桿入洞	膠洞	一般		
推桿比賽	呼拉圈 雪糕筒 豆袋 計分紙 工作紙	方向：前		

教學用具〔球洞〕



教學用具〔球桿〕



教學用具〔球桿〕



教學用具〔球——草地〕



教學用具〔球——硬地〕



教學用具〔球——其他〕



教學用具〔障礙物〕



教學用具〔定位點及其他〕



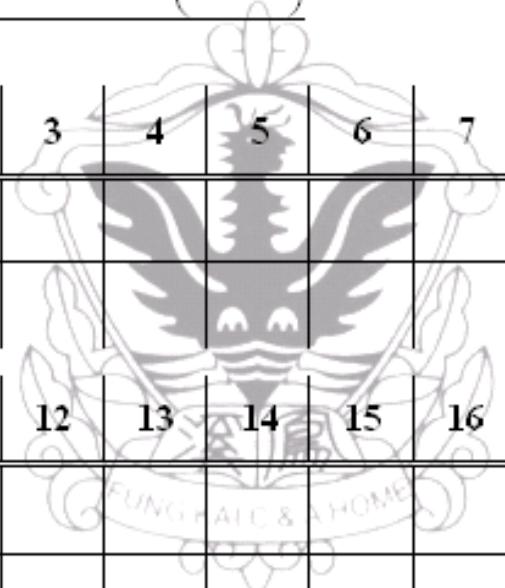
教學用具〔其他〕



教學用具〔計分紙〕

鳳溪第一小學 高爾夫球計分卡

姓名：_____ () 班別：_____



教學重點

技能

- 握桿
- 站姿
- 推桿技巧

策略

- 撃球路線
- 停球位置
- 設計球道

知識

- 發球區/點〔定位點〕
- 標準桿

態度

- 禮儀
- 安全守則

高爾夫球教學難題情境

- 打球力度 
- 挥桿幅度
- 打球方向 
- 球桿運用
- 越過障礙
- 環境處理
- 球道設計 

教學重點〔握桿〕



教學重點〔握桿〕



教學重點〔站姿〕



教學重點〔站姿〕



教學重點〔推桿技巧〕



教學重點〔推桿技巧〕



教學重點〔標準桿數1—常步1〕



教學重點〔標準桿數2—常步2〕



教學重點〔標準桿數3—常步2 + 障礙物〕



教學方法：解難教學法



教學方法：解難教學法



教學方法：解難教學法

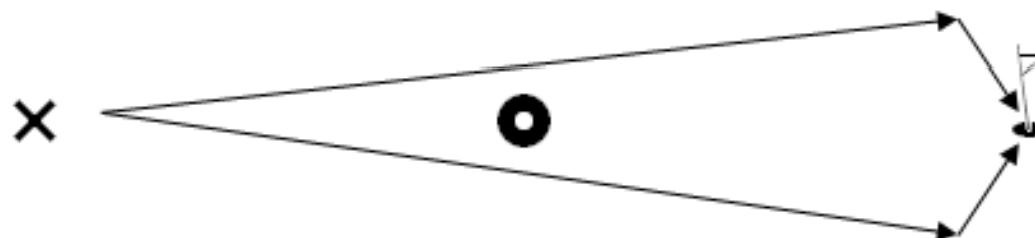


教學方法：解難教學法



教學重點〔擊球路線、停球位置〕

停球位置圖：



球洞 =  定位點 =  雪糕筒 =  豆袋 = 

教學概念〔迷你高爾夫——障礙設置〕

球道障礙

- 路障：金字塔
- 過橋：拱橋窄縫

球洞障礙

- 洞障：群兔守穴

混合障礙設置

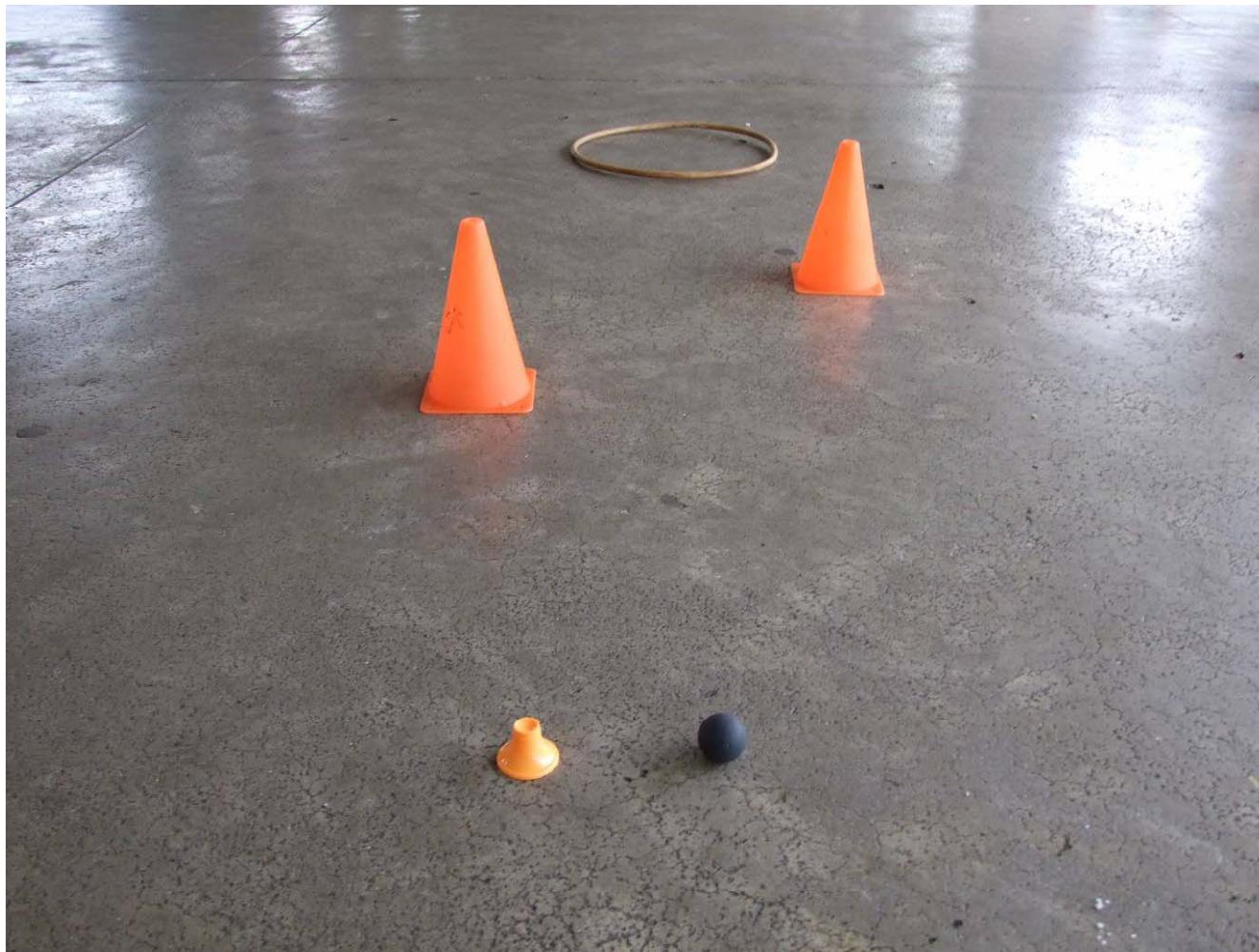
路障：金字塔



路障：金字塔



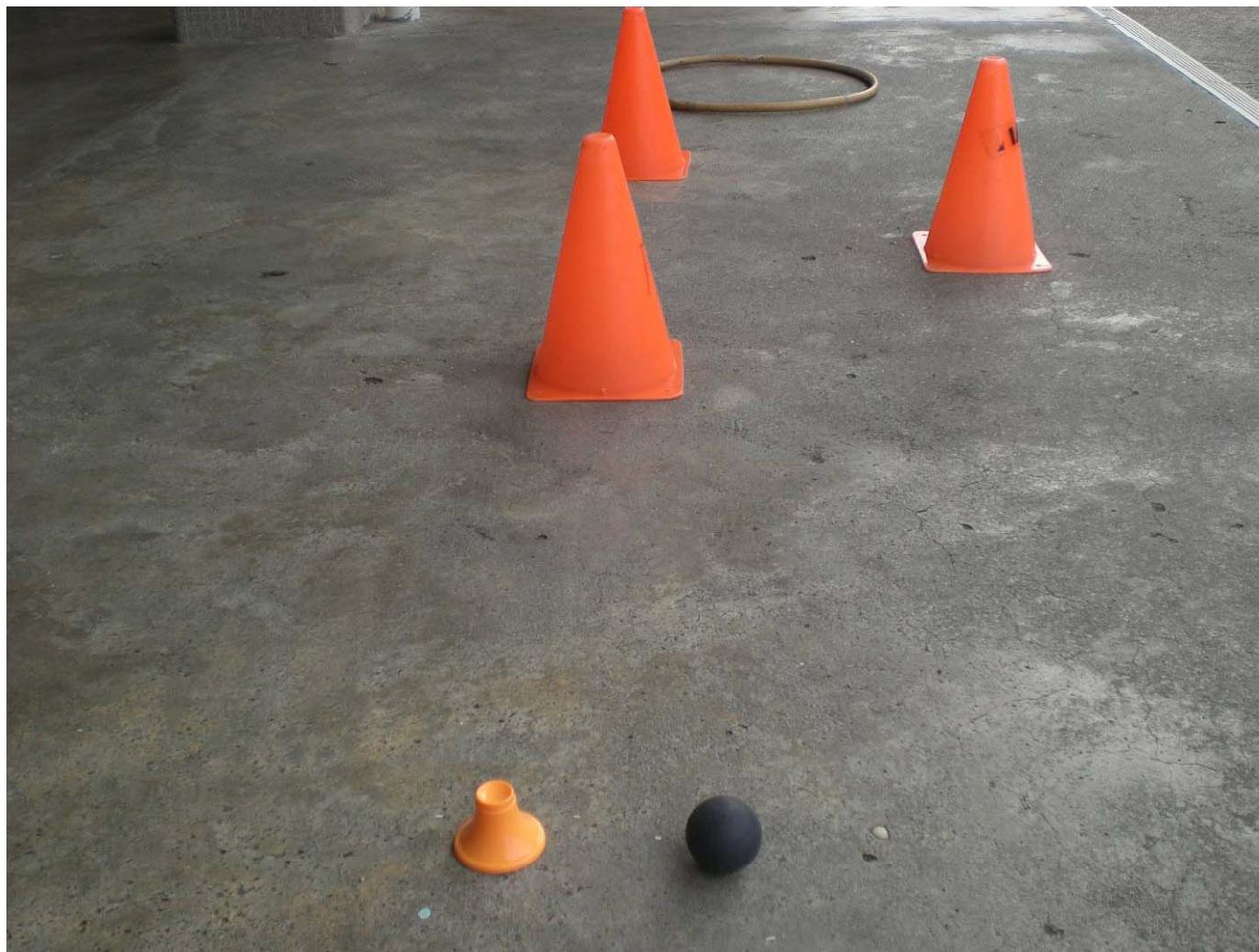
路障：金字塔



路障：金字塔2



路障：金字塔2



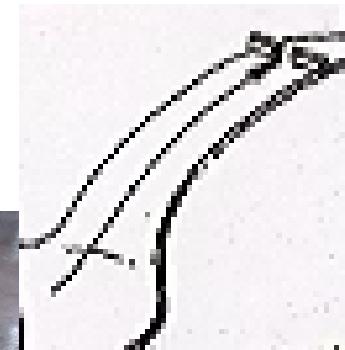
過橋：拱橋窄縫



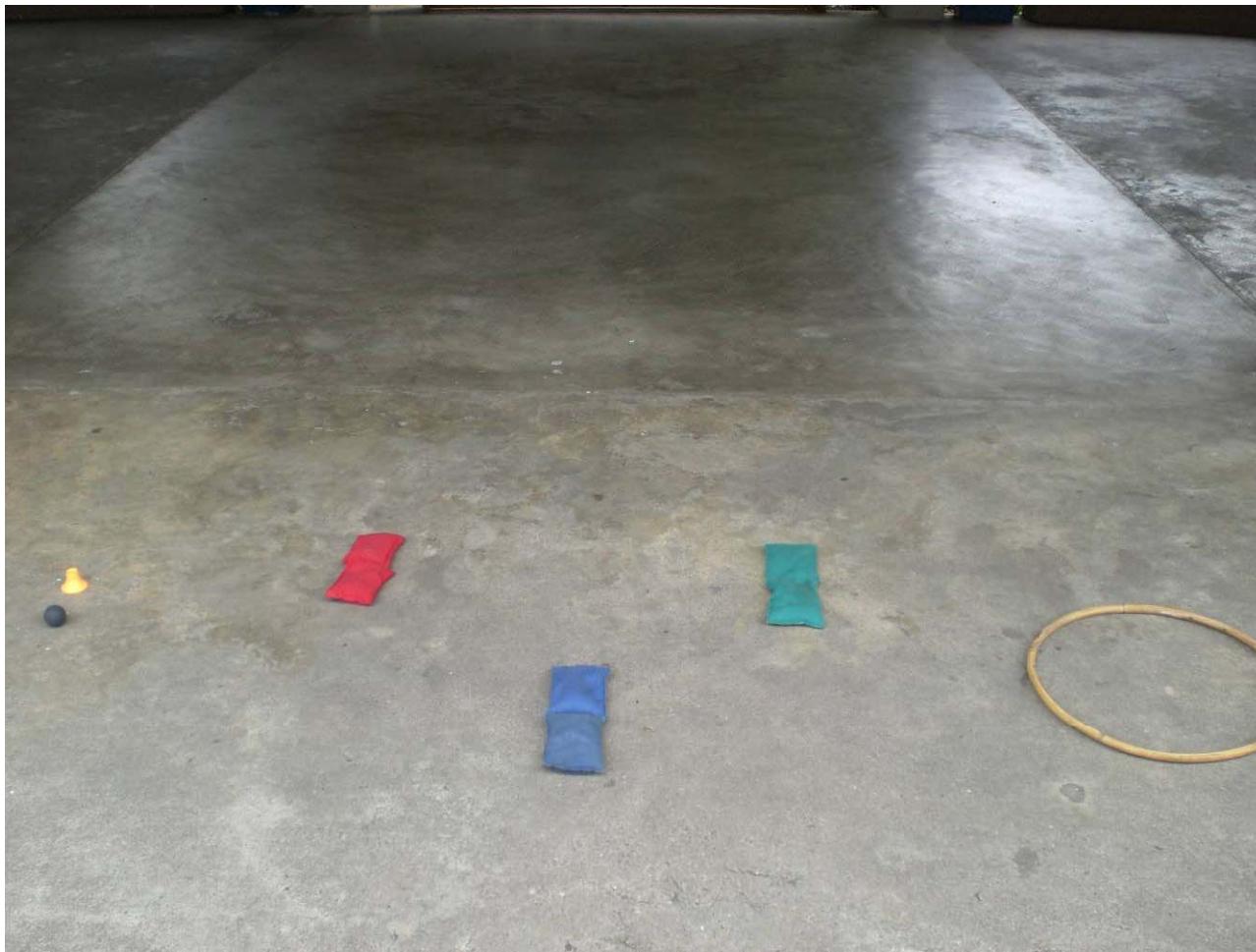
過橋：拱橋窄縫



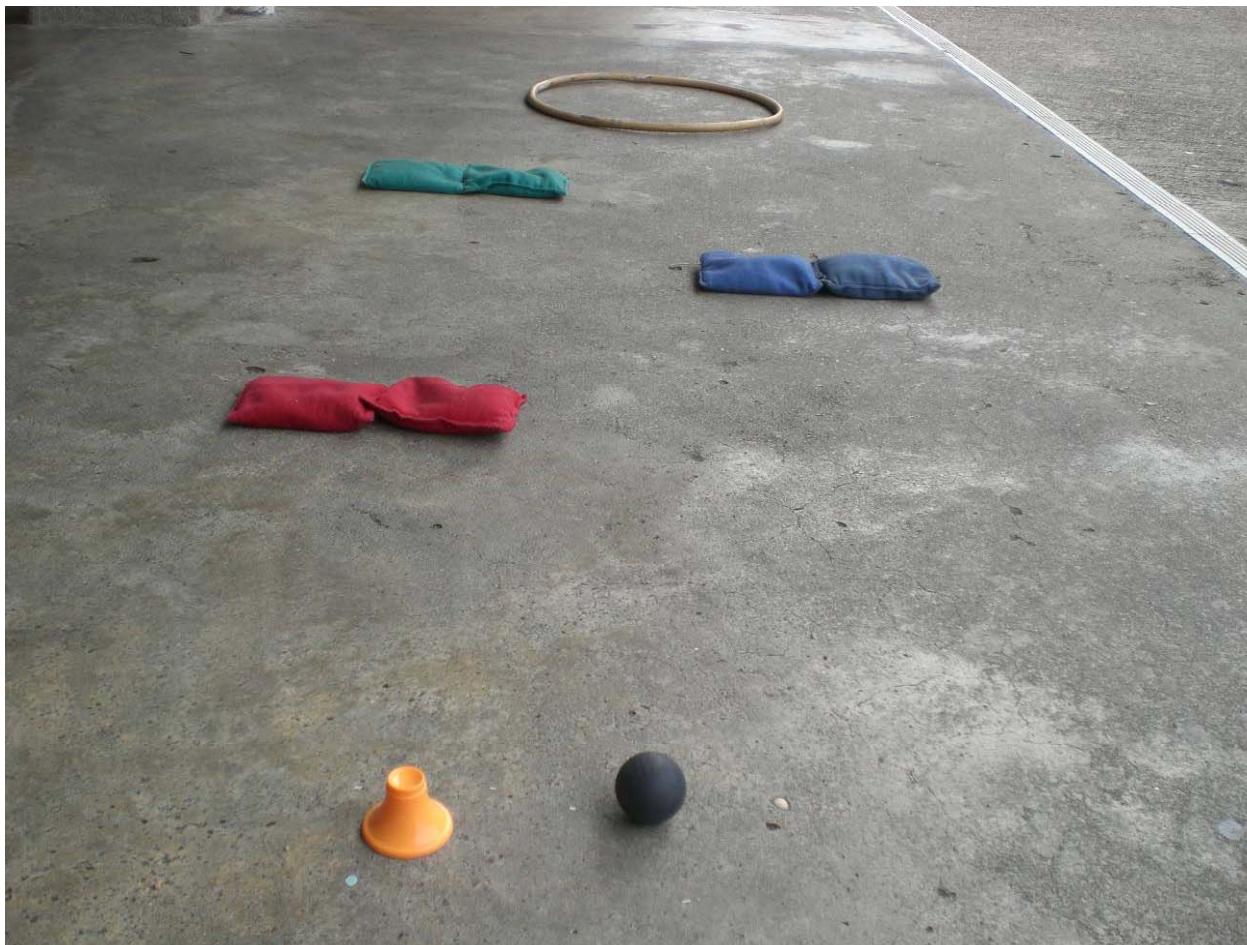
過橋：拱橋窄縫



過橋：拱橋窄縫2



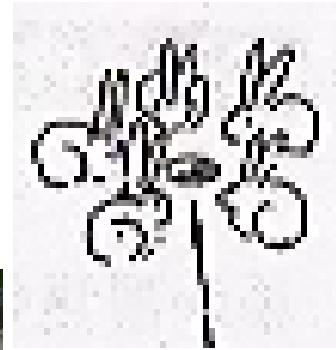
過橋：拱橋窄縫2



洞障：群兔守穴



洞障：群兔守穴



洞障：群兔守穴2



教學重點〔設計球道〕



球道障礙

+



球洞障礙

混合障礙設置

==



混合障礙設置



教學方法：領會教學法〔小組設計球洞〕



教學方法：領會教學法〔小組設計球洞〕



教學方法：領會教學法〔小組設計球洞〕



教學方法：領會教學法〔小組設計球洞〕



教學方法：領會教學法〔推桿比賽〕



教學方法：領會教學法〔推桿比賽〕



教學方法：領會教學法〔推桿比賽〕



教學方法：領會教學法〔推桿比賽〕



教學方法：領會教學法〔推桿比賽〕



火山障礙

教學方法：領會教學法〔推桿比賽〕



教學方法：領會教學法〔推桿比賽〕



教學方法：領會教學法〔推桿比賽〕



教學方法：領會教學法〔小組設計球洞2〕

鳳溪第一小學

2007-2008 年度下學期

體育科 高爾夫球工作紙

姓名：_____ 班別：_____ 日期：_____



第____洞 標準桿____ 相距____常步

混合障礙設置：3 個雪糕筒和 6 個豆袋

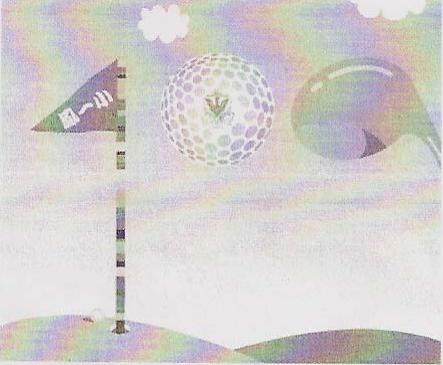
小組球道設計圖：

球洞 - □ 支桿點 - X 雪糕筒 - ● 豆袋 - ■

教學方法：領會教學法〔小組設計球洞2〕

鳳溪第一小學 2007-2008 年度下學期
體育科 高爾夫球工作紙

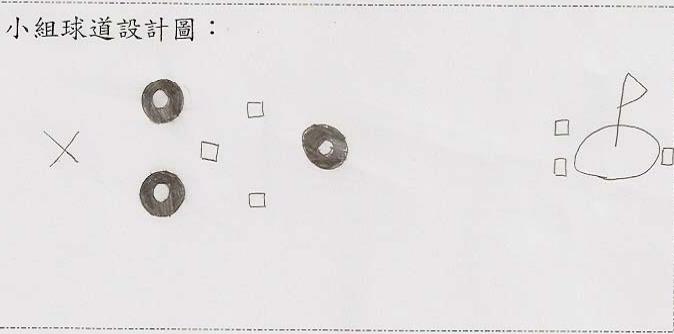
姓名: _____ 班別: 三八(1) 日期: 12-6-2008



第 1 洞 標準桿 3 相距 2 常步

混合障礙設置：3 個雪糕筒和 6 個豆袋

小組球道設計圖：

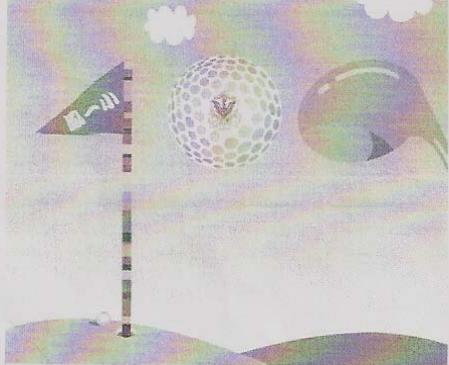


球洞 =  定位點 =  雪糕筒 =  豆袋 = 

教學方法：領會教學法〔小組設計球洞2〕

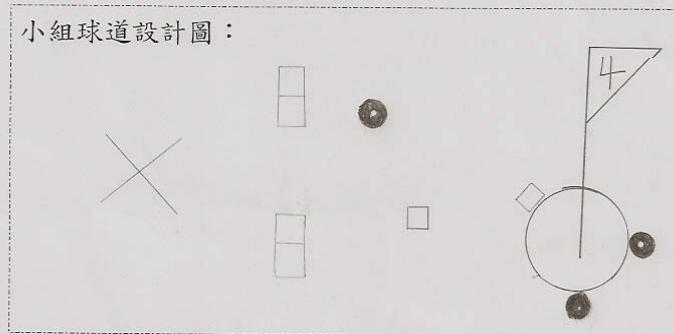
鳳溪第一小學 2007-2008 年度下學期
體育科 高爾夫球工作紙

姓名 _____ 班別：三/心 日期：6月12日



第4洞 標準桿4 相距3常步
混合障礙設置：3 個雪糕筒和 6 個豆袋

小組球道設計圖：



球洞 =  定位點 =  雪糕筒 =  豆袋 = 

教學方法：領會教學法〔小組設計球洞2〕



教學方法：領會教學法〔小組設計球洞2〕



教學方法：領會教學法〔小組設計球洞2〕



教學方法：領會教學法〔第1至9洞〕

洞	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Total
標準桿	3	2	3	4	3	3	2	3	4	27

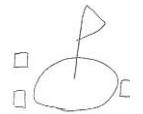
2 - 2

5 - 3

2 - 4

9

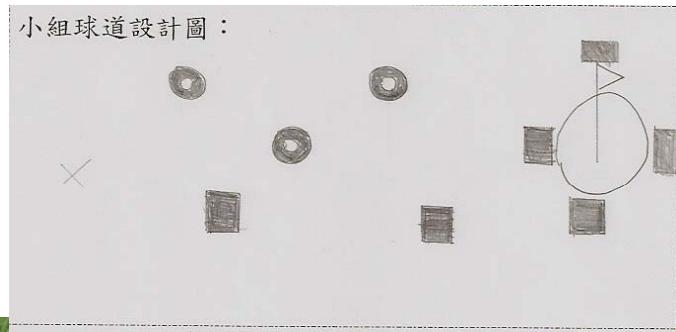
小組球道設計圖：



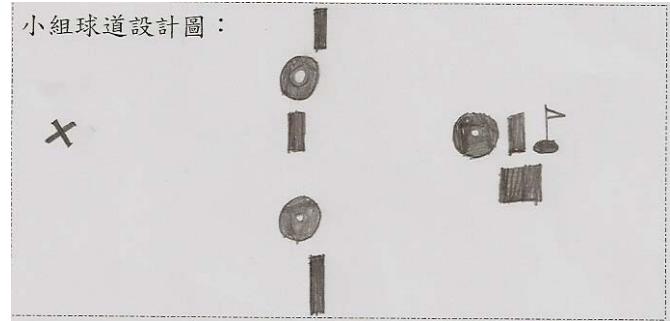
教學方法：領會教學法〔第1洞〕



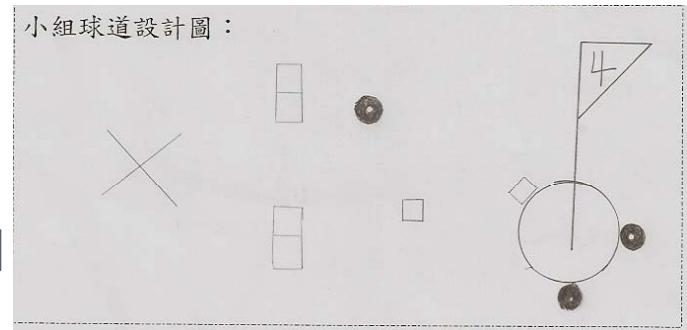
教學方法：領會教學法〔第2洞〕



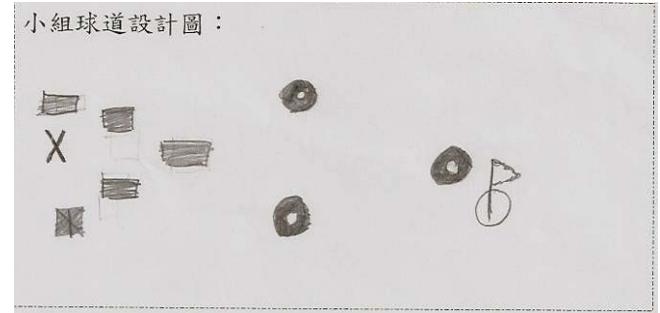
教學方法：領會教學法〔第3洞〕



教學方法：領會教學法〔第4洞〕



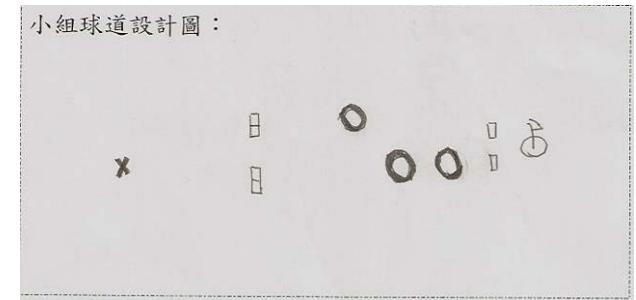
小組球道設計圖：



教學方法：領會教學法〔第5洞〕



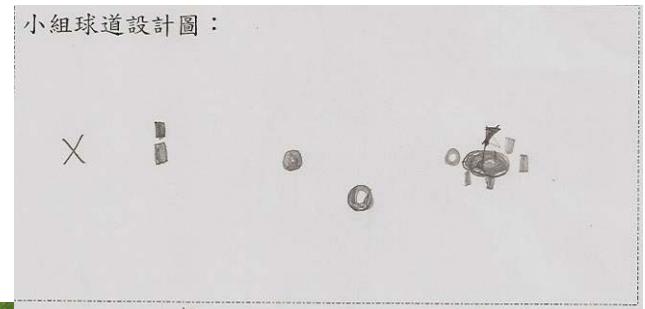
小組球道設計圖：



教學方法：領會教學法〔第6洞〕



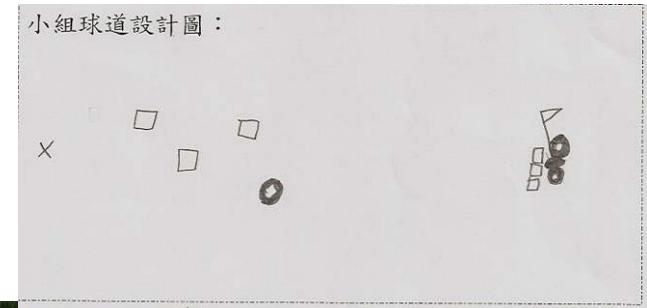
小組球道設計圖：



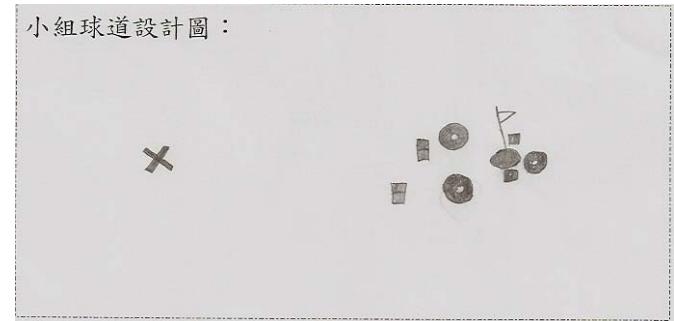
教學方法：領會教學法〔第7洞〕



教學方法：領會教學法〔第8洞〕



教學方法：領會教學法〔第9洞〕



教學方法：領會教學法〔推桿比賽2〕



教學方法：領會教學法〔推桿比賽2〕



教學方法：領會教學法〔推桿比賽2〕



教學方法：領會教學法〔推桿比賽2〕



教學方法：領會教學法〔推桿比賽2〕



教學方法：領會教學法〔推桿比賽2〕



教學方法：領會教學法〔推桿比賽2〕



教學方法：領會教學法〔推桿比賽2〕



教學方法：領會教學法〔推桿比賽2〕



教學方法：領會教學法〔推桿比賽2〕



高爾夫球教學反思

- 興趣 ← 互動元素、展示、多元化
- 運動量 ← 加入體適能 (Station)
- 技能／動作 ← 重視解難過程
- 設計球道 ← 創意、工作紙、質素、
合作、成果展示
- 其他運動 ← 球類、體能遊戲、田徑

多謝各位細心的聆聽……



參考：

Linda L. Griffin, Joy I. Butler (2005). *Teaching Games for Understanding* : theory, research, and practice. Champaign, IL : Human Kinetics

Raymond Liu, Chung Li, Alberto Cruz. (2006). *Teaching games for understanding in the Asia-Pacific region*. Hong Kong : Dept. of Creative Arts and Physical Education, Hong Kong Institute of Education

Schempp, P. G. & Claus, H. (2005). *Golf: Steps to Success*. Champaign, ILL: Human Kinetics.

St. Pierre, D. (2004). *Golf Fundamentals*. Champaign, ILL; Human Kinetics.

參考：

劉永東，徐佶和翁俊杰（2006）：“問題解決”教學模式在跨欄跑技術教學中的應用研究，《廣州體育學報》26(2)，頁119-122。

黃熙明（2002）：高校排球課“想象訓練法”的教學實踐，《體育學刊》9(5)，頁100-101。

陳世材（2000）：《迷你高爾夫運動》，北京，人民體育出版社。

Q & A 時間

