

體育學習領域 基礎活動學習社群 課研組分享會

啟導計劃-協同努力



2017年7月10日



宣道會葉紹蔭紀念小學

張銘熙老師
余頌偉老師
許彩兒老師



南元朗官立小學小學

鄒金花老師
蘇慧峰老師

學校概況

- 於2001年成立
- 是一所政府津貼學校
- 位於元朗天水圍
- 班級數目: 30班 (P.1-6)
- 專科專教



參與基礎活動學習社群 背景資料

- 2015-16年度參與學習社群的先導計劃
- 2015-16年度正式開始參與學習社群
- 2016-17年度成為啟導學校



學校概況

- 於1904年成立
- 是一所官立學校
- 班級數目: 30 班 (P.1-6)
- 全校學生: 約 870人



參與基礎活動學習社群 背景資料

- 2014-15年度參與基礎活動的講座
- 2015-16年校內討論及研究參加的可行性
- 2016-17年度開始參與學習社群
 - 兩位教師參與是次計劃
 - 參與共同備課及討論課題



啟導學校 和 參與學校角色?

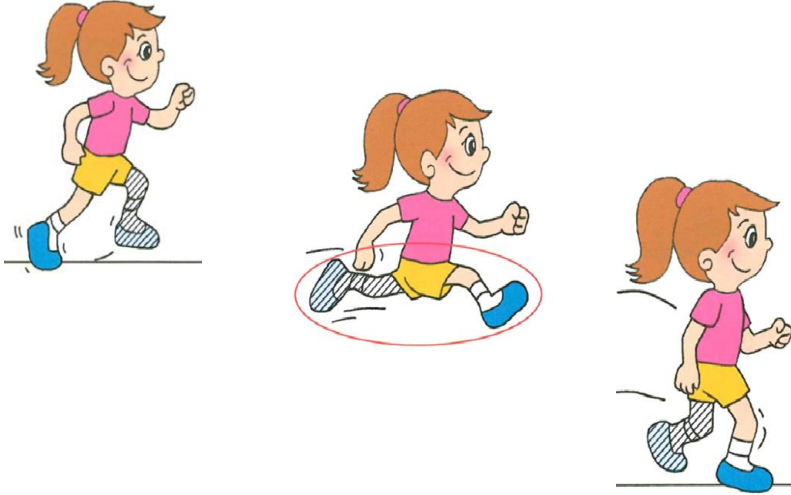
廚師團隊

- 地位沒有高低之分
- 互補角色
- 達到教學相長

移動技能：跨步



主題：移動技能——跨步



溝通方法

- ✓ 直接到校會面(訂立工作時間)
- ✓ 透過電話傾談、WhatsApp聯絡及發放學校場地、教具相片
- ✓ 用Email傳送單元計劃
- ✓ 電話三人會議
- ✓ 到校觀課評課

難處：

- 訂立課堂及活動設計理念
- 4教節的技能目標

動作 概念	空間(範圍)：個人空間、一般空間	路線：直、曲
	空間(方向)：前後、左右	身體(身體形態)：闊大、窄長、 團身
	空間(水平)：高、中、低	關係(行動)：遠近、穿越、圍繞

1.先釐清概念，建立共同的語言**刪除及聚焦(選合適的配料)**

- ✓ 刪除：
 - 支點平衡、水平創作、身體形態
- ✓ 聚焦：
 - 互評、創作、距離、高度

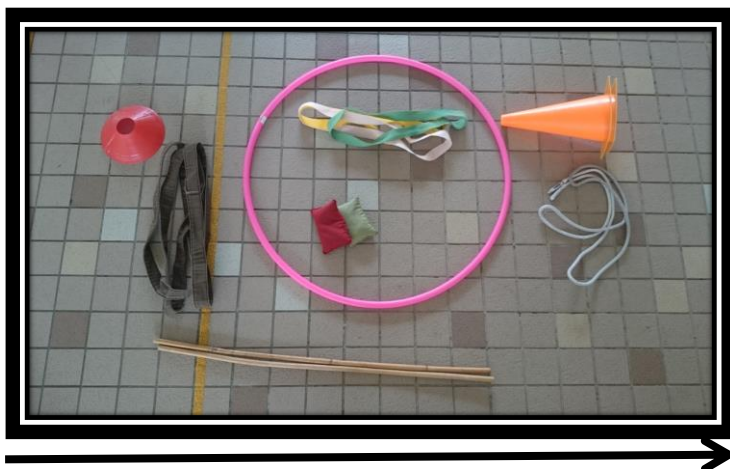
2. 交換教學經驗

- ✓ 了解學生的興趣、能力及已有知識
- ✓ 考慮學校的傳統特色、環境設施及教師的經驗
- ✓ 商討教學難點及教程
- ✓ 相討可使用的場地

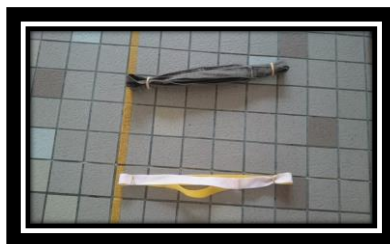
共同訂定單元計劃的教程

節數	技能目標
1	掌握跨步動作技巧
2	學生互評
3	跨越不同高度的障礙物
4	跨越不同距離及高度的障礙物

3.共同創設/解決問題 (選合適的調味料)



用具的選擇



分享在協同下的亮點

1. 優化引入及整理活動 (頭盤前菜、甜品)

課節 重點	第一節	第二節	第三節	第四節
引入活動	自由於空間作跑動/跑跳步，聞指令停步，找個人空間，並按指示作 1. 英文字母造型 2. 不同水平及支點的身體形態或平衡穩定造型	自由於空間作跑跳步練習，聞指令停步，找個人空間，並按指示作一不同身體形態或水平之平衡穩定造型(如:闊大/窄長/扭體或屈曲動作)	地雷陣 情境:學生置身草叢中，在場地中放置障礙物，著學生跨越障礙物-豆袋(地雷)	萬馬奔騰 自由於空間作跑跳步練習 情境:學生(馬兒)置身草叢中，在場地中放置障礙物，著學生跨越障礙物-紙盒
整理活動	1. 舒緩活動 2. 提問及總結要點 3. 收拾用具	1. 舒緩活動 2. 提問及總結要點 3. 收拾用具	1. 舒緩活動 2. 提問及總結要點 3. 收拾用具	1. 舒緩活動 2. 提問及總結要點 3. 收拾用具

優化引入及整理活動

課節 重點	第一節 (掌握跨步動作技巧)	第二節 (同儕互評)	第三節 (跨越不同高度的障礙物)	第四節 (跨越不同距離及高度的障礙物)
引入活動	同學在指定範圍作自由跑動/跑跳步，聞指令停步，找個人空間，並按教師指示作 1. 伸展動作(腳部、弓箭步)/踢腿動作 2. 數字組合遊戲	同學在指定範圍作自由跑動/跑跳步，聞指令停步，找個人空間，並按教師指示作 1. 伸展動作(腳部) 2. 大踏步;同學在自由空間，盡量打開雙腳前後伸展，向前大踏步	地雷陣 1. 情境：同學置身草叢中，可自由慢跑，但需留意地雷(豆袋)，千萬不可踏到地雷，否則會受傷，甚至死亡 2. 當同學走動時，教師在場中放置障礙物，著同學跨越障礙物-豆袋(地雷) 3. 當同學跨越豆袋時，教師要提問著跨步要點 4. 當中可放一些紙箱代替豆袋，讓同學初步體驗跨越不同高度的障礙物 5. 按教師指示作腳部伸展動作	跟隨活動 1. 二人一組(A-B)，A、B前後站立，相距約3米，A在前，B在後，在場內空間作準備 2. 聽到哨子聲，兩人同步移動，B跟隨A，須配合A跑步的速度、路線及方向移動 3. 當聽到哨子聲及教師指令，二人須急停，並按指示作腳部伸展動作 4. 然後交換角色
整理活動	1. 舒緩活動 ● 拉大腿 2. 提問及總結要點 ● 跨步有什麼動作要點? (單腳起跳、騰空時，雙腳盡量前後伸展、異側腳先著地)	1. 舒緩活動 ● 大踏步後停一停，再拉筋 2. 提問及總結要點: ● 互評時應有什麼態度? (同學要認真給予評價，互相合作)	1. 舒緩活動 ● 模仿不同動物走路 (大象、河馬、猩猩...) 2. 提問及總結要點 ● 怎樣能跨越較高的障礙物? (單腳起跳時要用力踏;騰空時，雙腳盡量前後伸展，加入助跑)	1. 舒緩活動 ● 「小花苗大開放」(由低捲曲至高伸展及開大) 2. 提問及總結要點 ● 當我們跨越障礙物時，那種移動技能叫什麼?(跨步) ● 跨步的動作要點? (單腳起跳、騰空時，雙腳盡量前後伸展、異側腳先著地)

2. 優化互評 (食得有層次)

➤ 前:

口頭互評

➤ 後:

針對技術要點，
有步驟地進行紙筆互評

南元朗官立小學
2016/17學年體育科
單元：跨步 (同儕互評表)
(評者)學號：_____ 自己 班別：_____
(被評者)學號：_____ 同學 日期：_____

評估項目及準則	圖示	同學表現*		
		做得 非常好	做得好	繼續 努力
● 單腳起跳				
● 騰空時， 雙腳盡量前後伸展				
● 異側腳先落地				
共通能力/態度				
認真的完成動作				

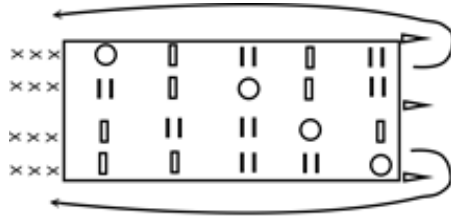
(*圈出同學的表現)

3. 活動豐富有趣

創作跨步障礙遊戲：

- 信任學生
- 讓學生合作構思並自由擺放障礙物
(先後次序)
- 障礙物包括色帶、呼拉圈、紙盒

片



分享在協同下的得著

