

香港培正小學



2015/16體育科基礎活動
學習社群：課研組
校本經驗分享

麥子健老師

香港培正小學

基本資料

辦學團體:	浸聯會
成立年份:	1889年
學校類別:	私校
班級結構:	48班(小一至六, 每級8班)
學生人數:	約1700人
位置:	九龍 何文田 窩打老道80號

室內泳池



體育館



雨操場

室外操場



有蓋操場

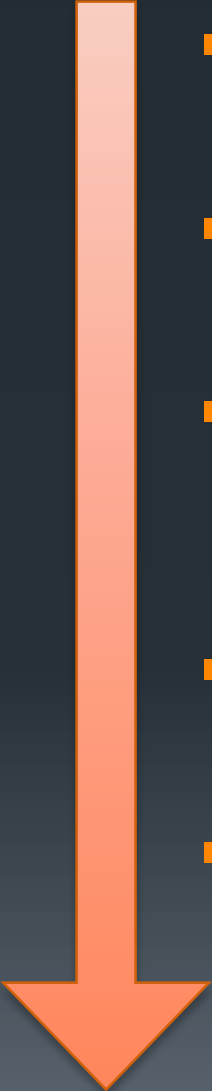


參加「體育科基礎活動學習社群」

目的：

1. 優化/檢視校本體育科課程
2. 優化體育科的學與教
3. 增進教師經驗/交流
4. 為高小體育科、校隊奠下基礎

過程

- 
- 1. 選擇單元
 - 2. 設計後，與啟導學校老師討論
 - 3. 第一節: 教育局課程發展主任、借調老師 和 啟導學校老師觀課與修訂教案
 - 4. 第二、三、四節: 公開觀課與評課
 - 5. 總結、分享

單元教學計劃簡介

年級：	一年級
單元主題：	平衡穩定技能 — 平衡
單元教節：	4節（每節35分鐘）
啟導學校：	香港教育學院賽馬會小學
啟導老師：	翁健華老師

背景資料

- 小一正班
- 35人
- 平衡穩定技能: 平衡
- 觀課: 第二教節

單元主題：教授 平衡 的難點.....

1. 「平衡」技巧相對單一，如何令課堂變得更豐富、更精彩課堂？
2. 「平衡」主題相對沉悶，如何令課堂變得更有趣味，而且令學生有足夠的運動量？

如何令課堂變得更豐富、更精彩課堂?

1. 教學設計由淺入深

原地平衡

沿地線步行

步行+放豆袋

平衡凳上平衡

如何令課堂變得更豐富、更精彩課堂?

2. 結合已有或相關知識，串連課堂

例子: 加插跑跳步、踏跳步 (引入活動)

3. 照顧學習者多樣性

例子1: 把豆袋放不同部位 (不准放頭或手掌) / 調整跑圈次數

例子2: 表現優秀的學生，可多加一或兩個豆袋

4. 認知發展

例子: 透過擺放豆袋於不同身體部分，認識身體不同部分

例子: 三秒概念 (01、02、03) (跑三圈)

如何令課堂變得更有趣味，而且令學生有足夠的運動量？

1. 情景設計、故事、角色扮演

例子：籃球場變成一條大河，球場上的線道是吊橋

2. 變形蟲 (應用活動) (與「糖痴豆」相似)

1) 四人一組

2) 學生需合作，彼此有接觸，一起做出教師的要求支點和水平

3) 教師宜預先計劃出題

3. 連串動作組合

例子1：「創意小先鋒」(串連移動技能 + 支點平衡)

例子2：「優美先生小姐大賽」

(於A點把豆袋放在身體不同部分，步行到B點，取下豆袋跑到C點。)

引入活動 分享

- 魔術師遊戲 (與學校玩「捉」相近)
 - ☑ 熱身、為課堂做好準備
 - ☑ 易於調整難度(增加魔術師、教師加入)
 - ☑ 學習動機/趣味運動量

應用活動 分享

■ 誰是醒目小教師

☑同儕合作 ☑三秒概念 ☑運動量

☑(跑三圈: 避免學生數三秒過快)

☑學生在認知層面上的發展 (出題需合理)

分享

1. 建立常規 (全體育組共用)

例子: 分組、用具、坐姿、手號

2. 營造課堂氣氛

增加共同欣賞的機會

教師先要投入課堂 (擊掌 / 老師參與)

3. 教學位置

「沿邊聚角」

指令或示範時，教師應盡量站於場中間，有利學生快到位置

4. 回饋

a. 具體化: 描述表現出色的地方 (x 只說「好」、「勁」)

b. 邀請具代表性的學生示範 (☑欣賞、跟隨、比較)

c. 掌聲鼓勵、笑容



謝謝