

「發展活躍及健康的小學校園」分享會

校本經驗分享：提升學校體育文化之策略

浸信宣道會呂明才小學

體育科主任

朱鎧滢主任

體育科課程發展方向 (2017年更新課程指引)

聚焦	<ol style="list-style-type: none">1. 六大學習範疇2. 體育活動：學生恆常參與體育活動3. 電子學習：提升學習效能及自主學習
深化	照顧學習多樣性
持續	<ol style="list-style-type: none">1. 活躍及健康生活方式：全校模式2. 運動相關的價值觀和態度

體育課堂常遇到的困難

• 活動時間不足

- 學生難在每星期兩節體育課掌握有關**體育技能**
- 只有每星期兩節體育課學生未能達至 **MVPA 60** 的目標

• 學習差異非常大

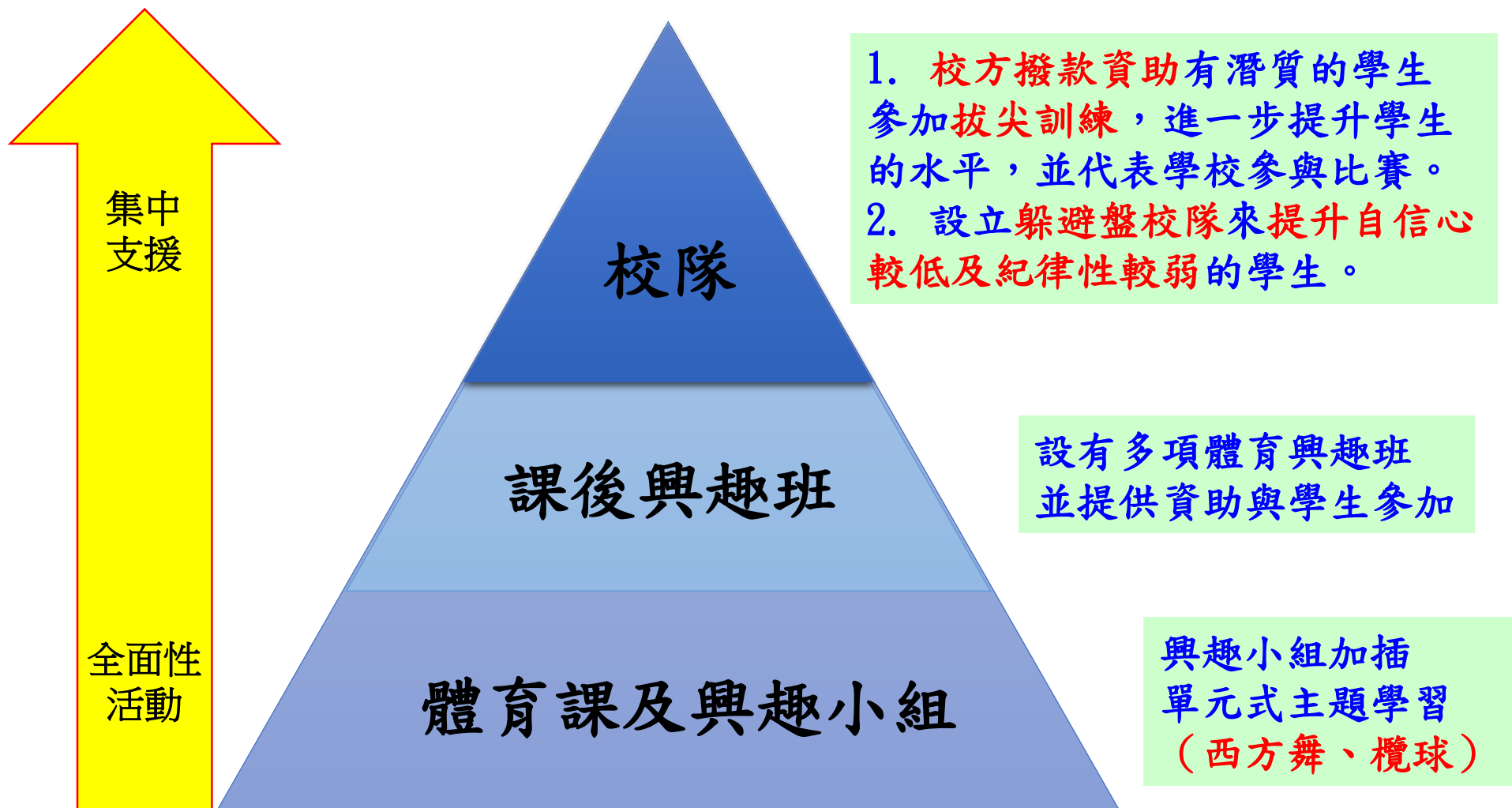
- **能力高**的學生會感到**沉悶**
- **能力弱**的學生**容易放棄**，減低對運動的興趣

本年度呂小體育科**聚焦**：

• 電子學習

- 利用**短片（慢動作）**給學生進行**預習**，並留意有關動作的要點（**利用 Google Classroom**）
- 課堂中**運用 ipad 拍攝錄像功能（慢動作）**，讓學生互相給予回饋

全校模式照顧學習多樣性：



照顧學習多樣性

課堂例子

小四乒乓球_共融式教學法

1. 準備擊球時將球拍**後引**
2. 擊球時球拍**前傾**
3. 擊球後有**收前臂**動作

Level 1

個人對牆連續擊球

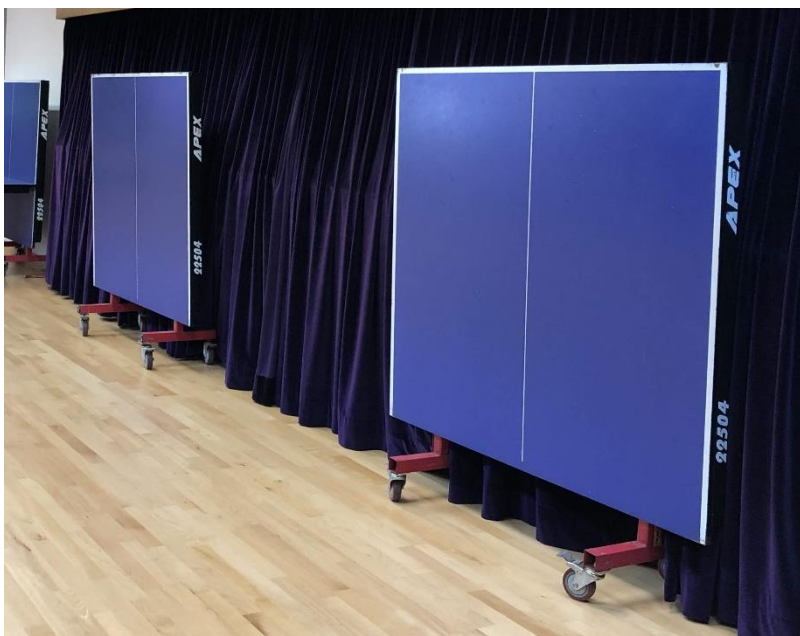
Level 2

個人對牆連續擊球
(用球檯)

Level 3

2人對牆連續擊球
(用球檯)

按自己能力選擇合適組別，連續做到10球可以升級挑戰！



Level 1
個人對牆連續擊球

Level 2
個人對牆連續擊球
(用球檯)

Level 3
2人對牆連續擊球
(用球檯)



Level 3
成功利用正手發球
(限落點)

Level 2
成功利用正手發球
(不限落點)

Level 1
拋球後，成功用球拍擊球
並落在自己一方的檯上

按自己能力選擇合適組別，
連續兩次開到 3 球可以升級挑戰！

本年度呂小體育科**持續**：

- 以全校模式協助學生**建立活躍及健康生活方式**
 - **課堂延伸活動**
- 培養學生運動相關的價值觀和態度

課堂延伸活動

- 球感練習
- 拋波練習、用手掌發球 (**Flipped Classroom**)
 - 節省上堂時間
- 正手發球練習
- 與家人一起打乒乓球
 - 與家人一起建立活躍及健康生活方式



課堂延伸活動之策略

- 先於**堂上建構活動概念**
 - 場景配合
- 以**鼓勵形式**請學生回家練習
 - 配合全校獎勵計劃
 - 摘星龍虎榜

體育課堂最終目標

開心
體驗成功
有挑戰性

主動回家練習
技能提升

帶動家人一起做運動

活躍及健康
生活方式

共融式教學法

課堂延伸學習

謝謝！