

香港體育教師會議 2020：專題講座
Hong Kong Physical Education Teachers Conference 2020: Conference

平行會議 (行動研究)
Parallel Sessions (Action Research)

講題 P2: 以網上教學建立小學生在家做運動的習慣
Topic Developing Primary Students' Habit of Doing Physical Exercises at Home through Online Teaching

講者 浸信宣道會呂明才小學 梁志恆先生
Presenter Mr LEUNG Chi-hang, Conservative Baptist Lui Ming Choi Primary School
香港教育大學健康與體育學系客席助理教授 周佩瑜博士
Dr CHOW Pui-yu, Lina, Adjunct Assistant Professor,
Department of Health and Physical Education, EdUHK

摘要 香港課程發展議會於 2017 年發表的《體育學習領域課程指引》重申體育課程
Abstract 架構目標是：六大學習範疇、共通能力和價值觀。而共通能力中運用資訊科技能力是指以審慎的態度使用資訊科技去搜尋、篩選、分析、管理和分享資訊。因此掌握資訊科技能力，將有利於協作學習、解決問題和自主學習。藉著我校(浸信宣道會呂明才小學)的學生已有運用資訊科技能力的基礎，如：使用 Google Classroom 和 eClass 等。在面對長長的停課日子，實在是一個契機給予體育科走出安舒區去嘗試網上教學，讓同學可以在停課期間以網上教學建立在家做運動的習慣。

本研究旨在以網上體育課和家居運動短片以建立小學生在家做運動的習慣。研究對象是四年級學生，第一部分透過問卷(前測和後測)了解學生在家運動實況和影響他們進行家居運動的因素。第二部分利用短片的點擊率統計他們對網上自主學習的情況。第三部分透過網上體育課課堂觀察他們的參與度和反應。最後利用訪談去檢視學生是否喜歡和持續進行家居運動。

研究結果顯示學生透過網上教學能幫助小學生培養在家做運動的習慣，而且透過設計不同程度的家居動作能提升學生的趣味性和挑戰性，促進他們做運動和自創動作的動機，從而建立在家做運動的習慣。