

香港體育教師會議 2019  
S1：小學體育教學模式概論  
Overview of Teaching Models for  
Secondary Physical Education

---

高達倫博士  
香港教育大學健康與體育學系客席助理教授  
Dr CRUZ Alberto,  
Adjunct Assistant Professor,  
Department of Health and Physical Education, EdUHK

共通能力及七種  
價值觀和態度

## 模式教學 Models-based Practice

六大學習範疇的  
學習內容，學科  
知識及技能

體育學習領域學習目標：

- 透過體育活動，發展體育技能，獲取相關的活動知識，以及培養正面的價值觀和積極的態度，從而建立恆常運動的習慣；
- 透過活躍及健康的生活方式，促進身體健康，提升體適能和身體協調的能力；
- 培養正確的道德行為，學會在群體生活中互相合作，發展判斷力和欣賞優美動作的能力；及
- 成為負責任的公民，為活躍及健康的社區作出貢獻。

(課程發展議會, 2017)

# 模式教學 Models-based Practice

---

- 一個教學法難以幫助學生達至前述目標
- 啟示：老師應採用多個教學法令學生參與不同學習任務
- 模式教學就能滿足以上的要求



體育教學的新方向

# 模式教學 Models-based Practice

---

- 針對傳統體育教學單一模式“one-size-fits-all”一體適用
- 著重“運動技巧”學習(sport technique-based)
- 多類活動模式(multi-activity form)

(Kirk, 2013)

# 模式教學 Models-based Practice

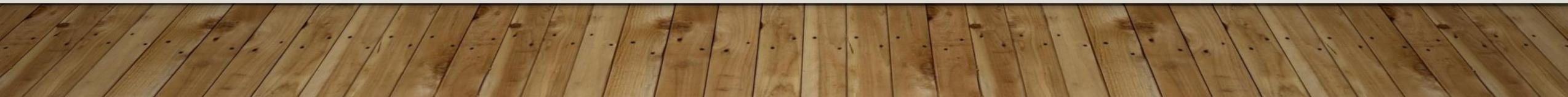
---

- 透過以學生中心教學提供機會給予學習較深入學科內容而達致多學習領域的學習成果(技能、認知、情意)

(Metzler & McCullick, 2008)

- 研究顯示此等不同領域的學習成果會令學生多參與體能活動而建立活躍生活模式。

(Bailey, Armour, Kirk, Jess, Pickup, & Sanford, 2009)



# 模式教學 Models-based Practice

---

包括三方面：

- 理論基礎-學習理論支持
- 學與教特徵-學習領域的優次，老師決策指引，獨特的學習任務及評估；師生的角色及責任；驗證實踐模式的標準
- 實踐需要-每一模式是一個行動計劃而達致預期學習成果；老師應明白環境要求(學生特徵，設施，用具，時間，學習材料)和修改實踐而配合學生需要 (Metzler, 2011)

# 模式教學 Models-based Practice

---

優點：

- 準確連結教與學及評估會針對體育學習成果
- 可與學生溝通教學主題
- 單元針對特定的學習領域
- 清晰決策及責任指引予老師及學生
- 有效的學習評估

(Metzler, 2011)

# 教學模式簡介

模式	教學假設	教學主題	學習領域優次								
<p>直接教學 Direct Instruction</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>老師為學習內容及決策的主要來源</li> <li>學習者嘗試複製老師的表現模式</li> </ul>	<p>老師為教學領袖</p>	<p>1<sup>st</sup> 技能 2<sup>nd</sup> 認知 3<sup>rd</sup> 情意</p>								
<p>合作學習 Cooperative Learning</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>老師為促進者</li> <li>社交過程提升學習者學習</li> <li>社交，認知及學習表現是相關連</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>學習者與同伴一起學習</li> <li>學習者配合同伴學習</li> <li>學習者為同伴學習</li> </ul>	<p>視乎分配任務 聚焦</p> <table border="0"> <tr> <td>認知</td> <td>技能</td> </tr> <tr> <td>1<sup>st</sup> 情意</td> <td>1<sup>st</sup> 情意</td> </tr> <tr> <td>與認知</td> <td>與技能</td> </tr> <tr> <td>3<sup>rd</sup> 技能</td> <td>3<sup>rd</sup> 認知</td> </tr> </table>	認知	技能	1 <sup>st</sup> 情意	1 <sup>st</sup> 情意	與認知	與技能	3 <sup>rd</sup> 技能	3 <sup>rd</sup> 認知
認知	技能										
1 <sup>st</sup> 情意	1 <sup>st</sup> 情意										
與認知	與技能										
3 <sup>rd</sup> 技能	3 <sup>rd</sup> 認知										
<p>競技運動教育 Sport Education</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>老師為促進者</li> <li>學習者學習基於團色隊小組關係及角色假定</li> </ul>	<p>經學習而成通達、具能力及熱誠的運動參與者</p>	<p>平衡三個學習領域在整個球季，可因季前、季中及季後而改變</p>								

# 教學模式簡介

模式	教學假設	教學主題	學習領域優次
同儕 Peer Teaching	由老師準備或展示後， 學習者能提供互動教學 功能	我教你，然後 你教我	學習者 小導師 1 <sup>st</sup> 技能 1 <sup>st</sup> 認知 2 <sup>nd</sup> 認知 2 <sup>nd</sup> 情意/社交 3 <sup>rd</sup> 情意/社交 3 <sup>rd</sup> 技能
領會教學法 Teaching Games for Understanding/ Tactical Games	<ul style="list-style-type: none"><li>學習者在真實情境任 務下最佳學習</li><li>學習者先思考後活動</li></ul>	領會球類學習	1 <sup>st</sup> 認知 2 <sup>nd</sup> 技能 3 <sup>rd</sup> 情意
探究 Inquiry	老師為學習者思考，解 難及發現學習時的促進 者	學習者為解難者	1 <sup>st</sup> 認知 2 <sup>nd</sup> 技能 3 <sup>rd</sup> 情意

# 教學模式簡介

模式	教學假設	教學主題	學習領域優次
個人化, 系統教學 Personalize System for Instruction (PSI)	<ul style="list-style-type: none"> <li>老師設計獨立學習任務</li> <li>大部分教學可以媒體配合</li> <li>學習者能力差異大(班/單元)</li> </ul>	學習者可根據其能力快速進展或緩慢地配合其需要	1 <sup>st</sup> 技能 2 <sup>nd</sup> 認知 3 <sup>rd</sup> 情意
發展個人與社會責任 Teaching for Personal and Social Responsibility(TPSR)	老師為輔導員、談判員及指導者	整合, 遷移, 賦權及師生關係	1 <sup>st</sup> 情意/社交 2 <sup>nd</sup> 視乎老師及單元目標而定: 技能/認知
健康與體適能 Health and Fitness	老師設計學習任務及為學習時的促進者	建立活躍與健康生活模式	視乎分配任務 聚焦 認知 技能

# 教學模式簡介

模式	教學假設	教學主題	學習領域優次
促進學習的評估 Assessment for Learning	<ul style="list-style-type: none"><li>老師設計評估題協助學習者學習</li><li>學習者透過評估促進學習</li></ul>	評估為學習工具主導 學習者學習	視乎分配任務 聚焦
戶外及歷奇 Outdoor and Adventure	老師設計情境學習任務及為學習時的促進者	學習者為合作解難者 及自我實現	視乎分配任務 聚焦

# 教學模式應用

---

- 應用每一教學模式於單元時應可預期達致相關學習成果
- 應用數個模式於不同單元內容及不同班上，應可達致全面課程學習目標及成果
- 揀選適合的教學模式
- 認清楚各模式的預期學習成果以配合教學單元的學習目標作為選取模式為主要方法

# 教學模式應用

---

- 考慮學校環境、教學內容及預期學習目標
- 預期學習目標令老師關注模式中的學習領域優次而作出選擇
- 在單元實踐時依據驗證模式的標準
- 不建議一單元混合不同教學模式，而整單元教學應貫徹持續相關模式的學與教架構

## 同儕教學應用

---

- 老師的教學功能責任轉移給學生
- 老師決定上課內容
- 有時由老師先教學，同學分享或同學設計及教授
- 同學將技巧教授另一同學
- 技術或經驗較佳者與學習困難學生配成一組進行學習
- 利用同學關係而溝通便利

(Johnson & Ward, 2001)

## 同儕教學應用

---

- 同儕老師清楚動作品質標準
- 學生成觀察者及提出回饋
- 互相教學，互相幫助，建立同儕關係
- 部分或整教節使用
- 老師必須提點同儕老師教學任務或觀察
- 作業標準卡

## 合作學習應用

---

- 一系列的教學策略強調著組織學員成學習小組以完成預設的作業
- 學員異質小組形式進行學習
- 透過學員的互相依賴的關係以促進特定的，相互的和互惠的學習

(Dyson, 2001)

# 合作學習應用

---

## 教學程序

- 界定教學目標
- 授課前決定
- 將需要學習的事項和機制與學員溝通
- 設定實施合作事項的指示
- 督導學習小組的學習情況及有需要時給予指示
- 評鑑學習及過程互動情況

# 合作學習應用

---

## 教師的角色-策劃者和促進者

### 主要元素

- 互賴達標
- 個人承責
- 團體歷程
- 小組社交技巧
- 面對面的助長式互動

(Putnam, 1998)

# 合作學習應用

---

## 合作學習的學習模式

- 拼圖式
- 小組遊戲競賽法
- 配對檢查
- 協同合作法
- 小組探究法....

(Slavin, 1995)

## 競技運動教育應用

---

- 培育學習者成為全面的運動參與者:通達運動參與者(literate)、熱誠的運動參與者(enthusiastic)、具能力的運動參與者(competent)
- 強調學習者自主學習和尊重個別差異
- 強調『全面參與』和『人人成功』
- 競技運動教育特徵: 運動季 (**Season**)、團隊小組 (**Affiliation**)、正式比賽 (**Formal Competition**)、決賽時期 (**Culminating**)、成績紀錄留存 (**Record Keeping**)、慶祝活動 (**Festivity**) (Siedentop, 2002)

## 競技運動教育應用

---

- 包括球季而非單元；
- 使學生很快成為球隊的成員；
- 提供一個正式比賽的計劃；
- 出現終結活動；
- 紀錄及公佈資料；和
- 假定教師為教練的角色。

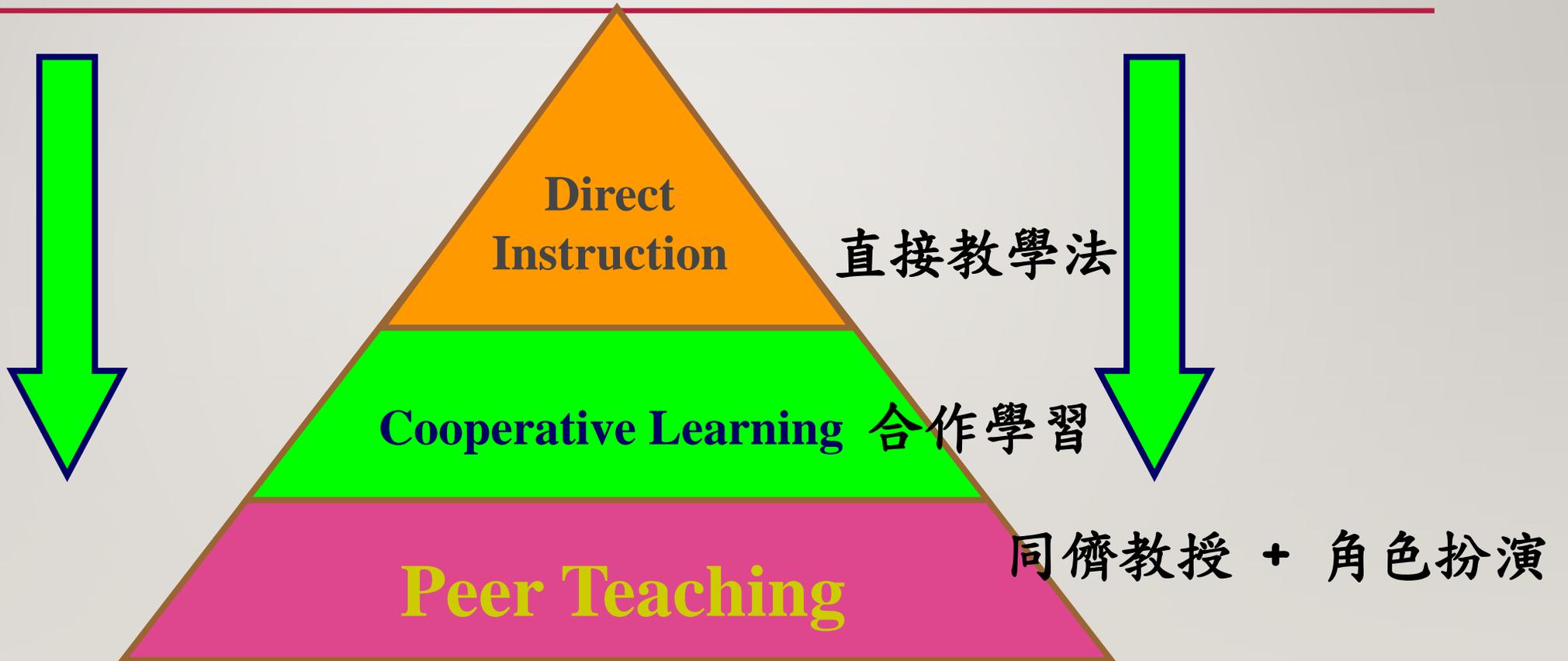
## 競技運動教育應用

---

- 具體安排:分組方法及組員角色；
- 各項工作安排:球員、教練、裁判、籌委
- 單元內容:基本技術訓練、簡單小組戰術、賽前訓練、措籌比賽、開幕禮、比賽、頒獎及閉幕禮
- 小組工作行事曆

(Siedentop, Hastie, & van der Mars, 2004)

競技運動教育應用  
建議的教學方法



逐漸由教師移至學生為中心

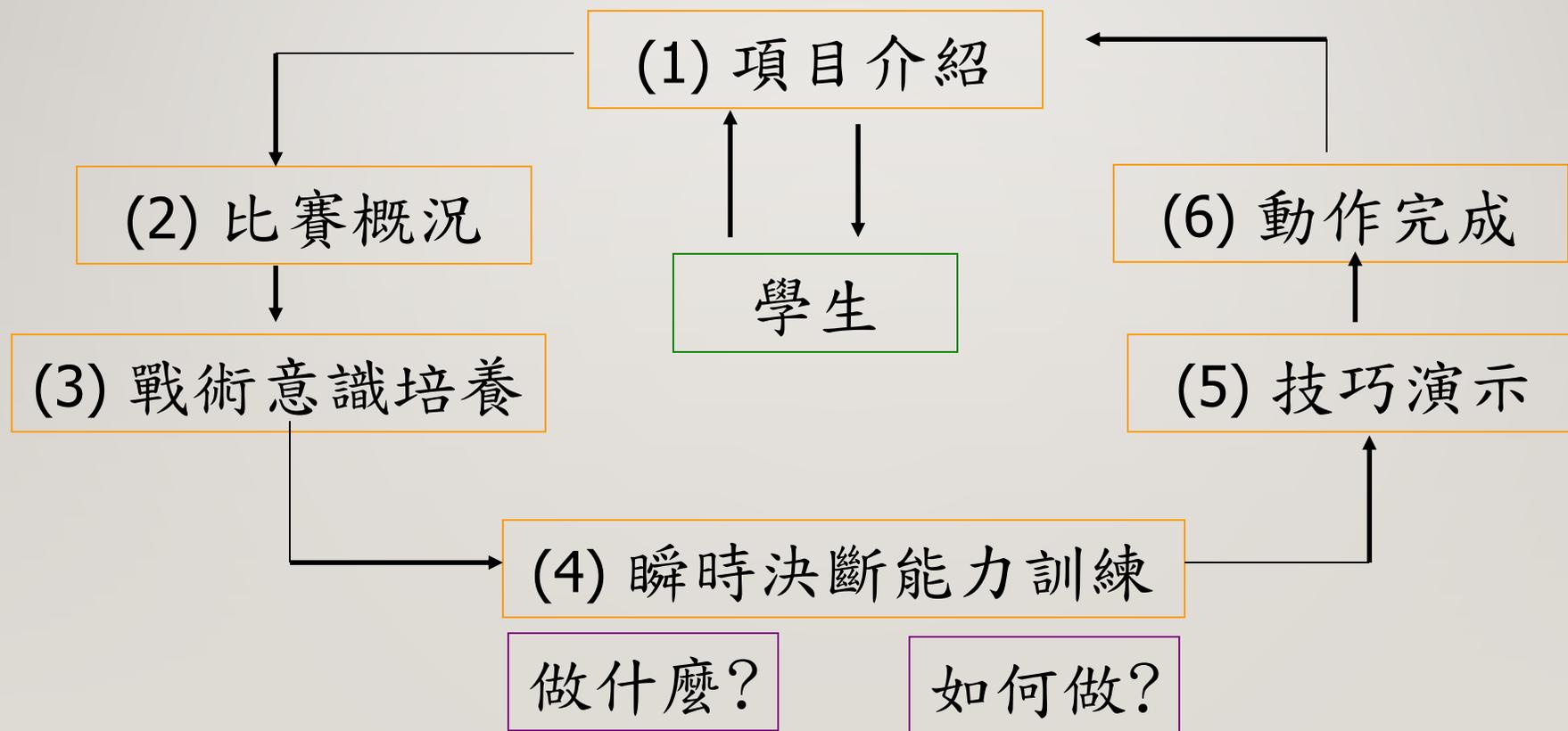
## 領會教學法應用

---

- 有效的球類教學是把戰術理解與技術發展結合起來
- 球類教學應先經歷戰術理解→技能教學
- 教授學生怎樣做(how)之前，先應教授為什麼要做(why)
- 讓學生明白比賽中必須做什麼(what)
- 設有6階段的教學模式

(Butler & McCahan, 2005)

# 『領會教學法』的六個階段的教學模式



# 領會教學法應用

---

## 領會教學法一般教學程序

- 小組模擬比賽(改良，小型，具條件或正式比賽) →
- 提問或小組討論-教師學生確定技巧，戰術等改進比賽表現元素/意識及改善方法→教師協助總結學生改進比賽表現的建議和方法：練習技巧;戰術;戰略等 →→
- 繼續模擬比賽—再確定問題所在 →
- 增加挑戰難度—改比賽模式或安排新的模擬比賽

# 球類運動分類表

## 領會教學的特色:共通戰術元素/ 共同戰術問題需要解決

種類	主要規劃與目標	戰術與原理	實例
向標性	<ul style="list-style-type: none"><li>* 將球擊至比對手更接近</li><li>* 目標的位置且能避開礙物而得分的運動</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>* 瞄準目標</li><li>* 判斷目標和障礙物位置</li><li>* 揮桿和改變方向</li></ul>	保齡球 高爾夫球
隔網/對牆性	<ul style="list-style-type: none"><li>* 將球擊入對方的場域內使對方無法有效回擊而得分的運動</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>* 一致性地瞄準</li><li>* 選擇攻擊與防守的位置</li><li>* 強有力的攻擊或放小球</li><li>* 交互變化回擊長短</li></ul>	羽毛球 網球 排球 乒乓球

# 球類運動分類表

領會教學的特色:共通戰術元素/共同戰術問題需要解決

種類	主要規劃與目標	戰術與原理	實 例
擊打/ 達陣性	<ul style="list-style-type: none"><li>* 擊中球且能安全上壘而得分的運動</li><li>* 將球接殺或在對手上壘前封殺出局</li><li>* 盡量讓對手無法擊中球</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>* 攻擊方 有效將球擊出、跑壘得分、避免被三振</li><li>* 守備方設法使對手無法擊中球、防止對手跑壘得分、讓打擊者出局</li></ul>	棒球 壘球 板球
侵佔性	<ul style="list-style-type: none"><li>* 設法進入對方的場域內擊中目標而得分的運動</li><li>* 阻止對手得分</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>* 攻擊方設法得分、侵入對方場域、保持其控球權。</li><li>* 防守方防止對手得分、防守我方陣地、設法獲得控球權</li></ul>	籃球 足球 手球 橄欖球

# 健康與體適能模式應用

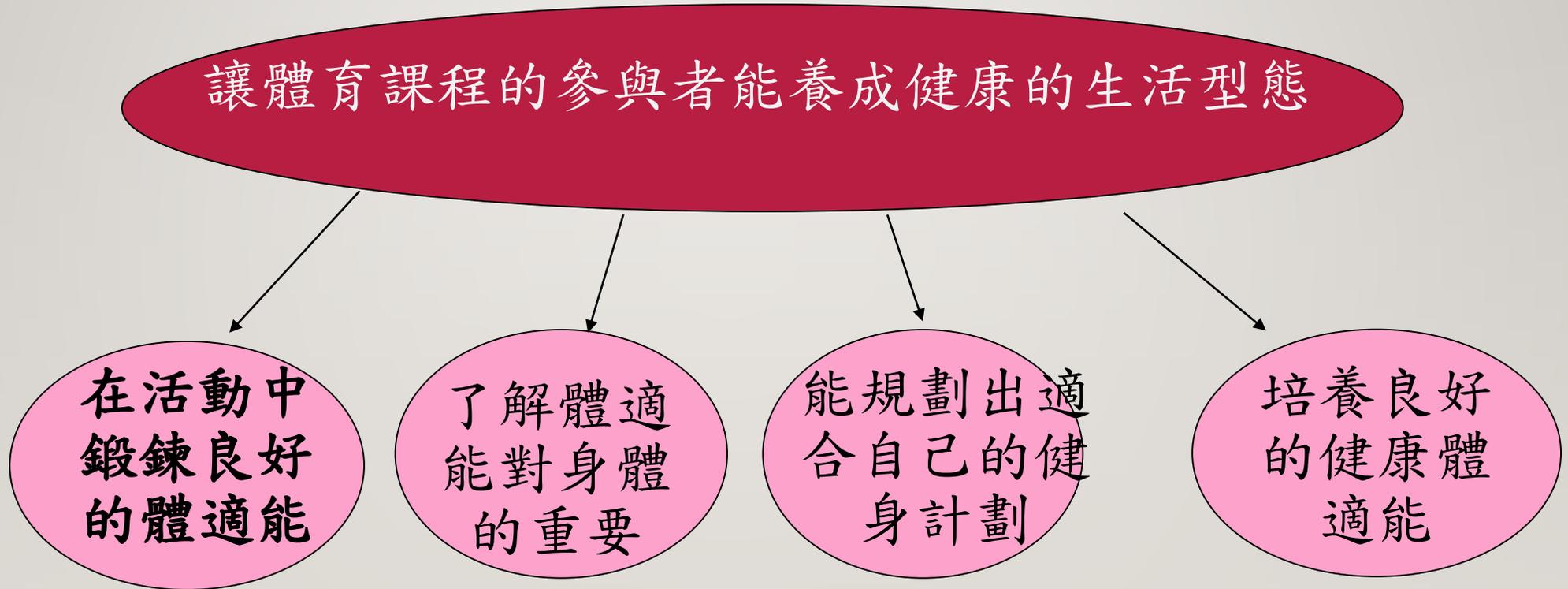
---

體育學習領域學習目標: 培養及幫助學生

- 對體育活動的正確態度
- 養成經常參與活動的習慣
- 建立活躍與健康的生活模式

(課程發展議會, 2017)

# 體適能模式 (Fitness Model)



# 健康與體適能模式應用

---

## 可推行之模式

- 全學校動員取向(正現體育課程、聯課體育活動、校外/社區資源)
- 體適能課程模式
- 體育課程模式(滲入健康與體適能元素)

## 模式實踐應用提示

---

- 初次應用任何一教學模式均遇到挑戰及困難，會令教師改變計劃，執行及評估的想法
- 克服不安情緒、保持自尊
- 多會缺乏即時或保證成果
- 額外工作量/壓力
- 學校文化/學習環境  放棄
- 離開舒適區

## 模式實踐應用提示

---

- 建議多參考了解相關模式的文獻及資料
- 進修/複修  專業發展
- 利用老師學習圈
- 以一班及一單元作起步點、等有實踐經驗後就有信心作修改  
持續應用及致其他教學模式

## 參考文獻

---

廖玉光(2002).: 《球類教學，領會教學法》，香港，當代。

課程發展議會 (2017): 《體育:學習領域課程指引(小一至中六)》，香港，課程發展議會。

Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., & Sandford, R. (2009). The educational benefits claimed for physical education and youth sport: An academic review. *Research Papers in Education*, 24, 1–27.

Butler, J., & McCahan, B. (2005). Teaching games for understanding as a curriculum model. In L. Griffin, & J. Butler (Eds.), *Teaching games for understanding: Theory, research, and practice* (pp. 33-54). Windsor: Human kinetics.

Dyson, B. (2001). Cooperative learning in an elementary school physical education program. *Journal of Teaching in Physical Education*, 20, 264-281.

## 參考文獻

---

Jewett, A. E., & Bain, L. L. (1995). *The Curriculum Process in Physical Education*. (2nd Ed.). United States: Wm. C. Brown Communications, Inc.

Johnson, M., & Ward, P. (2001). Effects of class-wide peer tutoring on correct performance of striking skills in 3rd grade physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 20(3), 247–263.

Kirk, D. (2013). Educational value and models-based practice in physical education. *Educational Philosophy and Theory*, 45, 973–986.

Metzler, M. W. (2011). *Instructional models for physical education* (3rd ed.). Scottsdale, AZ: Holcomb Hathaway Publishers.

Metzler, M. W., & McCullick, B. A. (2008). Chapter 5: Introducing innovation to those who matter most—The P-12 pupils' perceptions of model-based instruction. *Journal of Teaching in Physical Education*, 27, 512–528.

## 參考文獻

---

Putnam, J. W. (1998). *Cooperative learning and strategies for inclusion: Celebrating diversity in the classroom* (2nd ed.). Baltimore, MD: Brookes.

Siedentop, D. (2002). *Sport education: A retrospective*. *Journal of Teaching in Physical Education*, 4, 409-418.

Siedentop, D., Hastie, P. A., & van der Mars, H. (2004). *Complete guide to sport education*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Slavin, R. E. (1995). *Cooperative learning: Theory, research, and practice* (2nd ed.). Boston: Allyn & Bacon.

謝謝

---

