



挑戰難度

學生建立團隊精神

獲獎教師

劉家俊老師（教學年資：5年）

所屬學校

培僑小學

教學對象

小四至小六

教學理念

「因應小孩子愛玩的心態，引導學生透過體育活動，建立團隊精神和人生正確的價值觀。」

教師專訪



劉老師教學強調以身作則

對體育充滿熱誠的劉老師，求學時已是一位優質運動員，他從運動中深深感受到團隊精神的重要性。因此，他不只注重學生技能上的學習，還引導他們在運動時抱正確態度，而他自己更以身作則做好榜樣，向學生示範正確價值觀。

與學生共訂目標

劉老師深信教育是由心出發，應以愛心關懷每位學生。「我與學生共同訂下目標，一起奮鬥，這除了增進師生間的關係外，更建立彼此的信任。」在師生共同努力下，劉老師這兩、三年間把足球隊打造成一隻有團體精神及具競爭力的球隊，學生在訓練上更顯得積極求進。

學生的認知能力、學習能力及潛能等各有不同，為了照顧他們的學習差異，劉老師特別設計了一個多元化的學習方案，

其中滲入了「共融教學法」的理念。「共融教學法」的特點是學生自己有選擇活動的權利，並按本身的學習程度來作自我調整；或者，選擇一個較高難度水平作切入點，進行技巧學習，老師便可在設定的指標中瞭解學生的水平。

升級制挑戰學生能力

劉老師表示，讓學生自由選擇和挑戰自己能力，不用直接與別人比較高低。在過程中，學生參與升級制，若能完成自己的初選動作，便可向較高級

別進發，令他們敢於挑戰難度，突破自己；又可降至較容易達標的級別試做，不因屢次失敗而氣餒。這種學習模式，除可鼓勵學生不斷挑戰自己外，並學懂接受別人的表現差異，更能培養出互相勉勵的精神，達致「有勉勵、沒責罵」的目標。

劉老師於過往幾年不斷參考一些較新的教學理論，如領會教學法、指引發現法、評估促進

學習等，並把它們引入課堂中，使學生學會觀察、互相欣賞、互相討論及共同分享等；又透過多元化的體育活動，培育他們的社交技巧。他又認為學生只要願意投入，將運動融入生活中，便可發展成為終身的興趣。

自我評審 學懂反思

此外，為了清楚瞭解每位學生在體育學習上的進度，劉老師

設計了「體育個人檔案」，紀錄學生每年所有學習主題的進度。藉着同學間的互評及老師的評核，讓學生加深瞭解自己的技術水平，不斷作出改善。在個人檔案中，更加設自我反思及家長勉勵的版面，使學生能自我檢討和調整目標、策略和程序；家長亦可從檔案的記載，瞭解子女在體育的成績及能力，與他們一齊見證學習成果。



劉老師與學生之間相處融洽，亦師亦友。

教學分享



在劉老師及學生的努力下，足球隊在不少學界比賽中取得輝煌的成績。

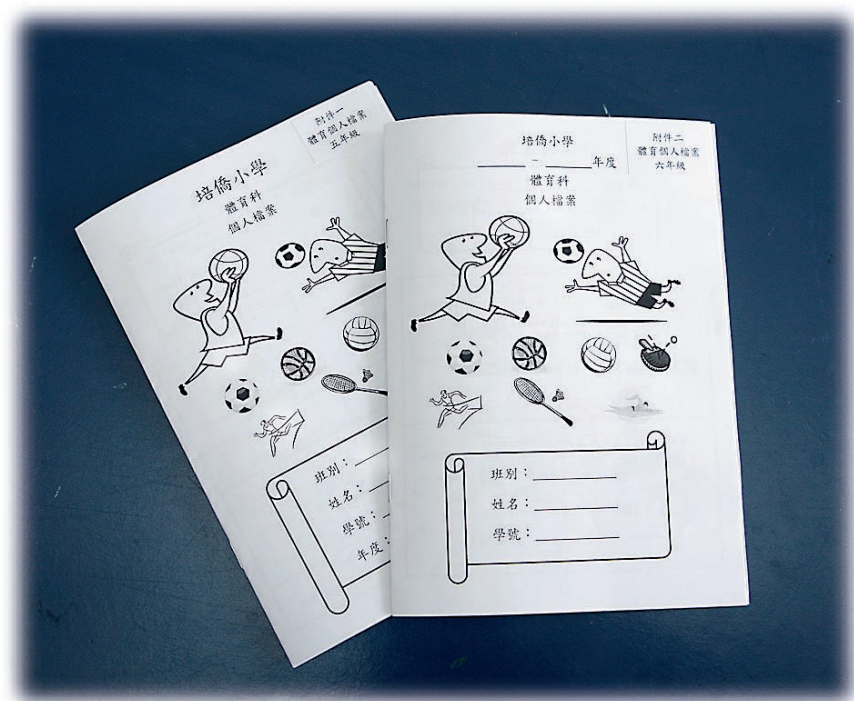
建立校園體育文化

2004-05 學年，我初轉到培僑小學任教。當時的體育組已成立了足球隊、田徑隊、舞蹈隊和乒乓球隊等校隊。足球隊是每星期訓練一次，由學生支付學費聘請校外教練；田徑隊則是每到比賽前一至兩星期才作短期訓練；乒乓球和舞蹈隊則由校內老師任教。為了提升各隊的實力和質素，我進行了一些調整。以田徑隊為例，改為每星期三次的早上訓練和兩次課後練習，加強了田徑隊的學習氣氛與奮鬥心，稍後便開始參加各區舉辦的田徑比賽。雖然第一年的成績未如人意，但經過無數艱苦的晨操晚練，加上老師和同學的努力和決心，成績日見進步。今年，男子乙組終能囊括港島東區學界田徑

比賽多個獎項及團體冠軍，成績令人振奮。足球隊的成長亦是叫人難忘，這些年來的早上及課後各兩課練習，我與學生都全力以赴，經過艱苦鍛鍊，

除獲取優異成績外，學生也學會堅毅與承擔，而我亦擴闊了在足球的教育發展。我曾獲邀擔任 2003 及 2005 年兩屆香港（小學組）埠際隊教練。今年，我更考獲亞洲足協 C 級足球教練課程證書，為未來的學界足球教育及發展，為足球總會的幼苗培育等工作，作出更好準備。

藉學生愛玩的心理，我和同事們經常構思及設計不同形式的比賽，例如：「級際乒乓球比賽」、「級際羽毛球比賽」、「班際足球比賽」和「培小三人世界盃」，以培養學生的學習興趣及動機。同時，為培養學生的責任感及良好的品德，於參加比賽的資格中附加了特



學生的體育個人檔案

定的參賽條件，如：參加比賽的學生必須在操行、責任感（如交齊功課）的表現上達乙級或以上。兩年來的實踐顯示，這樣把體育活動與學習的行為和學習態度結合起來，成效顯著；特別對一些以往只顧「玩」，不注意學業均衡發展的學生，效果尤其明顯。

建立團隊精神

我除了成功改善足球隊、田徑隊及乒乓球隊的訓練外，更成功推動其他同事一起發展體育科，逐漸獲得他們的認同及參與，並共同分擔訓練各校隊的工作。此後每朝早上七時，當看見臉上掛著笑容、精神奕奕的學生，在操場上跑步、練習跳高，或進行足球及體能等訓練時，我知道我與同工的努力絕對沒有白費。

成立「體育大使」

現在我正籌備從各組代表隊中挑選一些精英運動員，組成「體育大使」，定期於小息及午休時，在我們的監督下指導愛運動的同學進行技巧的培訓。這將可讓更多學生接觸運動，亦可讓運動能力較高的學生有機會服務同學，發揮自己的優點，並透過指導同學來鞏固自己的技術水平。期望在不久的將來，校園內的每個角落都有活動在進行，都充滿生氣，到處都是

學習的好地方。

善用教學法

培僑小學充滿互相學習及互相關懷的氣氛，老師在學與教中每天都在進步。同級老師透過共同備課和同儕觀課，互相分享和觀摩，共同研究課堂的效能。過去兩年，體育老師分別做了多次檢視體育教學法的研究課，以足球、手球和乒乓球課堂學習為探討的內容和目標。

最初，我把「指引發現法」引入手球課。由老師制定條件，然後引導學生透過實踐、討論及觀察來發現進行該運動所需的技巧，學生的學習有實際的效果。其後，我再引用「領會教學法」來代替傳統體育教學法教授足球，藉著該教學法的特色來提升學生的理解及思考能力，鼓勵學生在思考後能舉一反三，靈活運用所思所想，又透過討論及同儕共同實踐。效果顯示，學生的批判性思考能力、解決問題能力、創造力、溝通能力及協助能力等多項共通能力獲提升了。

去年，我又以「共融教學法」教導小五的乒乓球課。課中施行分組學習模式，設計不同難度的學習內容，讓不同能力的學生自選級別學習，技術明顯進步。在試驗成功後，便逐步推展至各級。另一成功之處是課堂的設計具特色，由熱身的

體能訓練開始，以至發展技能的合作學習，均使個別的學習差異得到適切的照顧。

體育個人檔案

為了讓學生清楚瞭解每個學習主題的學習目標和自己在不同難度級別的表現，我設計了校本「體育個人檔案」。在每個學習單元結束後，學生可透過自評、同儕互評或老師評核，瞭解自己在知識、技能及態度等各方面的表現水平，作出反思，並為自己訂定未來的努力方向。在「個人檔案」的附頁中，還加上家長、老師和同學的回饋或勉勵說話，共同分享學習成果。

評估模式 促進學習

「體育評估」應以促進反思和培養學生終身學習的態度為目的。因此，我成功地運用在「促進體育學習的評估」所提出的「主導原則」及「評估模式」等理念（節錄自「體育學習領域課程指引」），編定了「單元式評估」，藉此瞭解學生在各單元的學習情況，亦讓學生明白及關注個人的學習目標，並即時瞭解自己的學習進度，辨認自己的強弱點，作出適時的調整，建構一種「不斷學習，講求進步，追求卓越」的學習精神。



行政長官卓越教學獎
CHIEF EXECUTIVE'S AWARD FOR
TEACHING EXCELLENCE

評審撮要

掌握現代體育教學理念，參考共融教學法，連結「體育個人檔案」，照顧學生個別差異，學生學習成效顯著。



足球隊經常參加校外比賽，屢獲佳績。

劉老師能掌握現代體育教學理念，促進學生身心健全發展，培養他們的共通能力、正確的價值觀和態度。又改善教學內容和推行多元化的學習活動，期望學生都愛做運動和有健康的身心。他認為每一位學生都是獨立的個體，要他們有效學習，各展所長，必須要照顧他們的個別差異。他以「共融教學法」為設計藍本，以分組學習模式，設計不同難度的學習計畫，讓不同能力的學生都達到自訂目標，學得更好。訪校當天的六年級籃球運球上籃課為一成功案例。他將球場分成三區，讓學生自由學習和互相評估。該班學習能力參差，早從體能訓練的環節開始，他讓學生根據本身的能力和當天的健康狀況分成三組進行訓練，充分照顧到個別差異。學生再分組先複習技巧後互評。學生選擇適合自己能力的場區進行測試，成功後再往高一級水平的場區挑戰。期間，學生一邊互評，一邊提醒同儕的強弱點，不斷互相鼓勵改進。這種容許他們自由選擇組別的安排，滿足了他們敢於挑戰的心態，不同能力的學生又可各展所長。更難得的是學生在學習過程中，明白及接受個別差異，學會尊重別人，培養互愛互助的精神。

為了讓學生清楚瞭解每個學習主題的學習目標和自己在不同難度級別表現，他將學生的課堂評估連結至「體育個人檔案」。就訪校當日所展示的「檔案」，學生書寫的內容豐富，無論是學生本人的學習和反思記錄，或是家長、老師和同儕的回饋或勉勵語句，皆顯示出學生有明顯的、高水平的有效學習成果。從問卷調查所得，學生對「檔案」和「共融教學法」有很正面的反應。最值得關注的是有 60% 學生認同能透過文字抒發對體育活動的感受，並較以前更喜歡體育活動。

劉老師備受學生愛戴和追隨，參與運動的學生明顯增加，體育科的水平明顯躍進，家長和學生對此均大加讚許。此外，他樂於與同業分享學與教的經驗，獲香港教育學院邀請，於 2007 年度體育教師暑期學校的展示課中，以「學習差異」為課題，帶同培僑學生展示了一堂乒乓球課。他的表現獲與會同工高度讚揚。

索取上述教學實踐資料的途徑

網址：www.pkps.edu.hk

教師與其他同工分享的方式

分享會、工作坊及講座

聯絡方法

電話：2897 7866

傳真：2897 7883

校址：柴灣小西灣富怡道 12 號

電郵：cartoonlkc@yahoo.com.hk