獲新秀教師獎的教學實踐

Teaching practices presented with the Award for Budding Teachers



新秀教師獎

Award for Budding Teachers



▲蔡藝琳老師

獲新秀教師獎教師
蔡藝琳老師

所屬學校
圓玄學院妙法寺內明
陳呂重德紀念中學

教師專訪

言傳身教 以真誠感染學生

從運動中培育正向品格

蔡藝琳老師被任教學生譽為「最有活力的教師」，她從小熱愛田徑、手球及健力等不同運動項目，高中時她更愛上欖球，其後成為中國香港欖球總會女子龍隊球員。然而，比運動更早扎根心中的，是她對教育工作的嚮往。

蔡老師自幼立志成為體育科教師，期望以自身經歷啟迪下一代。她將運動的熱誠融入教學，把運動員堅毅不屈的精神傳承給學生，盼望他們在運動中找到人生方向，在成長路上建立自信，成就屬於自己的未來。

無懼逆境　展現堅毅精神

別看蔡老師總是活力充沛、樂觀開朗，人生路上她同樣經歷挫折和低谷。作為欖球運動員，她在練習及比賽時曾多次受傷，肩膀和腿部留下了不少傷痕。大學時期，她在比賽中不幸被撞斷右膝的前十字韌帶，劇痛不已，需要接受手術及展開漫長的復健訓練，花了整整一年才能重新參與比賽。

那段日子，她十分擔心自己能否再次重返



▲蔡老師代表中國香港女子龍隊參與欖球比賽，全力以赴。

球場。然而，憑着身為前鋒的拚勁與永不放棄的精神，加上隊友和朋友的鼓勵，她一步一步克服傷患，再次站上賽場。這段經歷讓她深刻體會堅持與勇氣的可貴，並培養出堅毅的意志，更明白如何陪伴學生面對挫折。

師生同行　運動改變生命

讀者可能會好奇地問，蔡老師為何不當全職運動員？原來，教書育人是她堅定不移的志向。蔡老師相信，見證他人成長與進步，是她最珍視的事情。過去幾年，她肩負教學工作及欖球運動員的雙重身份，奔波於課室與訓練場之間。縱然歷盡辛勞，她依然初心不改，因為這雙重身份讓她更有力量感染學生。



▲學生在區際欖球比賽中獲獎，提升自信心。

初為人師時，她曾面對性格反叛，經常挑戰校規的學生，一度感到束手無策。但她沒有放棄，而是主動邀請學生加入欖球隊。透過訓練，學生在汗水與磨煉中看見自己的進步，亦感受到被尊重與肯定，逐漸改變態度，甚至找到升學就業目標。更有一位舊生返回母校擔任教練，延續這份精神，這正是教育最動人的力量——以生命影響生命，薪火相傳。





◀▲蔡老師鼓勵學生在不同的運動項目中挑戰自己，突破障礙。



▲蔡老師設計多元化的熱身活動，提升學習趣味及效能。

創新教學　成就學生未來

為培養學生對體育的興趣，蔡老師積極為課堂注入創意。她將課堂遊戲化，並引入以學生為本的「互惠教學法」及「多元感官學習法」，不單大大提升學生的學習興趣，更在同儕互相指導中深化所學。她將複雜的動作拆解，並配合視覺提示，例如圖卡和簡易指標，讓不同能力的學生都能輕鬆起步，逐漸進步。

此外，蔡老師亦引入匹克球等新興運動，讓學生接觸多元運動項目。由於匹克球容易上手，很多學生因此重拾對運動的信心與興趣。憑著對教育的熱忱與創意思維，蔡老師深受學生敬重與愛戴，對於獲得「新秀教師獎」，她對學校滿懷感恩，並感謝一路以來指導她的前輩，以及支持她的同工。

展望未來，蔡老師將在體育科積極推動「AI in PE」，以追求卓越的精神運用人工智能結合體育科，持續提升教學成效，繼續陪伴學生尋找成長方向，成就更豐盛的人生。

教學理念

我深信教育能以生命影響生命。作為學生的同行者，我希望透過言傳身教與體育運動，協助學生勇敢跨越挑戰，培育正向品格與抗逆力，讓他們在自信中健康成長。



觀看影片

新秀教師分享





◀▲體育委員會成員籌辦校內不同活動和賽事，盡展潛能。

以體育為媒介　促進學生全人發展

在我心中，體育從來不只是技能的鍛鍊，更是「立德樹人」的重要載體。跑道上的堅持、比賽中的合作、挫折後的重整，都是品德教育的真實寫照。

在教學上，我貫徹因材施教的理念。除設計具挑戰性的學習任務外，我會透過「小步子任務」將複雜動作拆解，配合清晰的視覺提示，讓不同能力的學生都能循序漸進掌握技巧。同時，我運用「小老師」策略與情境學習，讓能力較佳的學生帶動同儕，在互助中培育包容與責任感。

我更致力營造校園的體育氛圍。因此，我推動成立學生體育委員會，讓學生親自參與賽事策劃、宣傳推廣及裁判工作。從籌備到執行，他們不再只是參賽者，而是活動的主人。這種結合課堂與自主管理的平台，不僅能讓學生建立自信，更能培養同理心、團結與堅毅等正確價值觀，實現全人發展。

導入新興運動　打造活躍健康校園

為了讓更多學生感受運動的樂趣，我積極引入匹克球等新興運動，這些運動規則簡單、門檻較低，能吸引平日較少運動的學生踏出第一步。這份熱誠亦延伸至社區，我們舉辦訓練計劃，讓社區的小童接觸新興運動，助力校園成為推廣健康生活的基地。

結合生涯規劃　啟發多元出路

體育不只培養運動員，更能為學生開啟廣闊世界。以欖球為例，我將運動體驗與生涯規劃結合，打破「體育只等於當運動員」的傳統思維。在鼓勵與支援下，有學生考取專業資格成為欖球裁判，立志登上一級賽事執法；更有學生受到啟發，立志投身運動治療與急救護理領域，正逐步朝着目標邁進。當學生明白運動不只是競技，更能連結專業、志向與未來，他們便能確立目標，在青春路上砥礪前行。

教育是一份有溫度的工作，當我看見原本缺乏自信的學生，在運動中找到成功感和人生方向，我便深深感受到這份工作的獨特意義。



▲在蔡老師的鼓勵下，學生立志成為專業欖球裁判。



◀學生在不同的體育項目中建立自信，並多做運動建立健康的生活方式。

評審撮要

因材施教 發展學生的體育潛能
營造濃厚的校園體育氛圍

蔡藝琳老師對體育極具熱誠，致力實踐價值觀教育，藉此陶鑄學生堅毅、勤勞等正確價值觀。她以中國香港女子欖球龍隊球員的自身經歷與學生分享，勉勵學生克服訓練的艱辛與挑戰，為學生樹立良好榜樣。

蔡老師積極推廣新興運動項目，為學生帶來更多元的體育體驗。她成立欖球校隊，不僅為學生提供豐富的訓練和比賽機會，更帶領欖球校隊在全港學界比賽中屢獲佳績，為學校的體育發展建立鮮明亮點。



▲蔡老師積極推動欖球運動，成為學校體育發展的鮮明亮點。

蔡老師採用多元感官學習法，融合視覺、觸覺和聽覺等元素，提高學生的學習動機和成效。她為不同能力的學生訂立分層學習目標，分別設計具挑戰性和小步子的學習任務，確保學生能在原有基礎上持續進步。她善用互惠式教學法，安排運動表現較佳的學生擔任「小老師」，協助朋輩改進技巧，讓學生成為切磋學習的夥伴。

觀課所見，蔡老師以有效的熱身活動開展課堂，讓學生在愉快投入的氣氛中逐步提升運動量，她高度重視培養學生的安全意識，時刻提點學生安全守則。蔡老師講解扼要流暢、示範正確，學生有效通過互評作同儕回饋和點評；她適當連繫體育科蘊含的正確價值觀，例如團結、尊重他人，落實品德情意的培育。



▲蔡老師安排學生在課堂輪流擔任「小老師」，互相切磋學習。

課堂以外，蔡老師策劃多元的延伸學習活動。她設立體育委員會，通過「體育大使計劃」，凝聚學生自主籌備各項體育競技項目，由參與者轉變為活動策劃者，提升協作能力、領導才能等，讓他們找到自信和成就感。她積極為學生提供到內地及海外參與體育訓練的寶貴學習經歷，拓寬視野。

蔡老師充分利用社區體育資源，與地區欖球會發展合作夥伴關係，為具潛質學生提供地區欖球隊選拔訓練；她適切引導學生訂立進階學習目標，如立志通過進修成為專業欖球裁判、晉身成為中國香港欖球青年代表隊隊員，讓他們探索未來的多元出路。

索取有關教學實踐資料的途徑

聯絡人：蔡藝琳老師
電郵：nlchoi@clctmc.edu.hk
學校電話：2445 8899
學校網址：www.clctmc.edu.hk
學校傳真：2445 6838