獲卓越教學獎的教學實踐

Teaching practices presented with the Award for Teaching Excellence



體育學習領域

Physical Education Key Learning Area

獲卓越教學獎教師

殷小賡老師
劉洛文老師
官健好老師

所屬學校

佛教志蓮中學



▲（左起）劉洛文老師、殷小賡老師、官健好老師

教師專訪

善用科技啟發學生運動潛能

多管齊下營造校園運動氛圍

奧林匹克運動會設有火炬傳遞儀式，象徵薪火相傳。這種象徵性意義也鮮活地展現在三位體育科教師——殷小賡老師、劉洛文老師及官健好老師身上。他們深信體育超越競賽的成敗，是一道跨越差異、連結人心的橋樑，讓有特殊教育需要的學生揮灑汗水，同時埋下勇氣與自信的種子，突破限制，發揮無限可能，開啟人生的起點。這份教學初心猶如希望的「火炬」，在校內點燃起學生對運動的熱愛。

三人的教學生涯各有源起，但皆植根於對運動的熱愛。殷老師及官老師是精英運動員出身，分別與足球及籃球結緣，投身教育界前，曾擔任教練，培訓本地運動員。至於劉老師對運動的熱情則從「貪玩」開始，讓他探索運動的世界，一步步踏上體育教師之路。



▲小組教師與學生進行手球比賽，享受運動的樂趣。

鑑於精英運動員的培訓背景，官老師初到佛教志蓮中學執教時，曾有人問她是否打算籌組精英校隊，當時她斬釘截鐵說：「我只是來教體育的。」這個回應正好反映三位教師對體育的看法。他們認為，體育教育的價值並非局限於競賽成績，而在於學生能否從中找到進步的動力，以及養成運動的習慣。殷老師形容：「運動場是學習『面對失敗』的最佳場所。體育能教學生如何處理情緒、接受輸贏，從比賽中磨煉意志與自信。」他堅信，這份信念將陪伴學生走過成長的艱辛路，一生受用。

潤物細無聲
運動為學生帶來正面的影響

三位教師的教學理念可從學生的轉變中印證。劉老師憶起有位較為內向的學生，在他的鼓勵下參加了射箭課。潤物細無聲，這位學生漸漸投入射箭訓練之中。劉老師發現他在訓練時非常認真，每次都一絲不苟。



▲劉老師指導學生進行戰繩練習，加強體適能。

隨着學生的射箭技術日益提升，他亦逐漸開放自己，融入訓練團隊，更代表學校出賽。最令劉老師動容的是一次比賽後，大家道別回家，這位學生首次臉帶笑容說「再見」。一個笑容深深觸動劉老師，他憶述時也眼泛淚光。運動彷彿是人與人之間的橋樑，為我們搭建信任，盛載情感，點滴的轉變，令人感動。

走過艱苦訓練　迎來冬特奧金牌

官老師分享一位學生勇於接受艱苦訓練的奮鬥故事。數年前，官老師抱着一試的心態，邀請學生參與由外間機構舉辦的雪鞋競走項目招募活動，出乎意料地有學生願意嘗試。儘管需在酷熱的沙灘上進行模擬雪地的艱苦訓練，這位學生展現無比毅力，最後更通過選拔，在2025年代表中國香港參加在意大利舉辦的特殊奧運世界冬季運動會的雪鞋競走項目，勇奪金牌。官老師指，這位學生在運動方面的成就令她感到十分鼓舞。



▲官老師指導學生利用室內划艇機進行模擬比賽

有教無類　體育精神延伸至場外

學生對運動的熱情，不分場內、場外。殷老師積極爭取機會，讓學生以另一個方式參與學界比賽。「運動不僅是興趣或比賽，也可以是服務。當時學界足球比賽在啟德體育園舉行，我們安排學生到場提供義工服務，讓不同能力的學生也能參與其中，踏足新場館，感受賽事氣氛。」他認為，每個人都有值得被肯定的地方，作為教育工作者，要為學生建立基礎及平台，助他們綻放光芒。



▲殷老師帶領學生於友校陸運會中擔任工作人員

教學理念

我們秉持信念，讓每位學生盡展潛能，針對學生學習難點和不同需要，運用有效的教學策略，結合資訊科技和人工智能工具，讓學生在學習上獲得成功感，並給予正面鼓勵，加強學生的自信心，培育他們建立正確的價值觀及態度，實踐積極、活躍和健康的生活方式，以及恆常運動的習慣。



觀看影片

教學分享





◀▲小組教師致力營造愉快的體育學習氛圍

我們深信，體育課屬於每一位學生。縱然學習能力有差異，每一位學生都應在體育課中獲得成功經驗。秉持這份信念，我們帶領體育科運用人工智能與大數據，精準掌握學生的學習表現，以分層教學方法照顧學生不同的學習需要，給予他們正面鼓勵，提升他們的自信與團隊精神，讓每一位學生均能享受運動的樂趣。

推動愉快學習體育
培育學生全人發展

我們秉持學校的辦學理念，以「仁愛心、誠懇心、忍耐心、學習心」全面培育有特殊教育需要的學生，協助他們建立對體育的學習興趣與信心。我們深信教育不應僅限於學術成就，更應關注學生的健康並達至全人發展。因此，我們致力營造愉快而包容的學習環境，讓每一位學生都能在關愛與尊重的氛圍下學習體育，健康成長。



▲課堂上，殷老師運用人工智能技術，把學生踢足球的動作生成四格漫畫，給予回饋。

運用人工智能
提升學生學習成效

過去，教師難以即時掌握全班同學的運動表現。為此，我們運用人工智能技術並結合智能手帶，促進學生的學習效能。在課堂上，學生以平板裝置拍攝同學的關鍵動作，再經人工智能系統將這些照片轉化為「四格漫畫」，藉此引導他們分析及反思每個動作技巧，繼而改進。教師利用從智能手帶所收集的體適能數據，協助學生達到世界衞生組織對 5-17 歲兒童及青少年應在一星期平均每天累積最少 60 分鐘中等至劇烈強度的體能活動建議（MVPA60）的目標。因此，我們可以更清晰了解學生的學習進展，發揮因材施教的效用。

多元策略照顧學生多樣性
體適能報告助生涯規劃

我們採用多元的教學策略，混合小組協作與分層教學等，以學生為中心，照顧學習多樣性。我們由課前備課開始一直延伸到課中實踐，因應學生的體適能差異而設計不同的學習活動，各適其所，發展運動潛能。我們亦會以個人或小組的學習報告回饋學生的努力，並透過學習活動強化師生之間的關係。



▲殷老師在課堂上派發課堂成果報告，讓學生即時知悉學習成果。

從自評循環中，我們發現學生的體適能水平與未來職涯發展息息相關。因此我們採用全面的校本體適能測試系統，結合職業導向元素，運用人工智能及雲端系統收集學生十三項體適能數據，涵蓋心肺耐力、全身、核心、下肢及柔軟度五大範疇。透過大數據分析及年終個人「校本體適能評估報告」，學生得以了解自身體能狀況與未來職業需求的匹配度，把體育學習延伸至生涯規劃。

體育活動多姿多彩
營造校園運動氛圍

在課程規劃上，我們以「四類八項」為核心，並融入軟式曲棍球、布袋球等新興運動。我們亦推行跨學科與主題式學習活動，例如與英文科協作，籌辦英語學習活動；以及整合營養學、精神健康與運動科學元素，舉辦「健康生活周」，讓學生實踐健康的生活方式。此外，我們透過小型遊戲與體育比賽，培養學生的運動精神，學會尊重對手、承擔責任與發揮同理心，成為有素養的運動參與者。我們亦安排學生擔任體育大使，協助教師在校內推廣體育活動，培養服務精神。

實踐至今，學生的運動參與度與自信明顯提升，校園體育氛圍日益濃厚；教師團隊在協作中持續專業成長；家長亦投入參與運動，支持子女建立健康的生活方式。展望未來，我們會持續深化各項教學策略，讓不同能力的學生都能獲得適切的體育學習，不斷優化體適能系統，善用大數據建構校本體適能水平指標。



▲劉老師指導學生進行射箭練習



◀官老師教導學生進行節奏跳運動

評審撮要

因材施教 循循善誘 多元引趣
啟展學生的運動潛能

小組教師期望學生在關愛中茁壯成長，致力培養學生建立正確的價值觀和態度。他們十分了解學生的興趣和能力，用心規劃校本體育科課程，運用有效的策略照顧學生的多樣性，積極培養學生養成運動的習慣，促進他們建立健康的生活方式。小組教師並沒有因為學生的學習困難而卻步，在豐富學生體育學習經歷方面不遺餘力，因應學生的特性，為他們未來就業作好體能上的準備。

小組教師以中央課程架構為藍本，因應學生的需要、興趣及能力，並考慮教師的專長，悉心策劃校本體育科課程，涵蓋六大範疇、共通能力及正確的價值觀和態度。學習內容全面，除了包括傳統的體育活動，如足球、籃球及手球等項目外，還增添多項新興運動，提升學生的身體協調能力及運動表現，讓體適能稍遜的學生都能感受運動的樂趣，獲得成功感及加強學習信心。他們採用有效的教學策略以照顧學生的多樣性，以及運用資訊科技及人工智能系統輔助教學，以提升學生的學習效能，效果明顯。他們積極從多方面培養學生建立運動的習慣，以期能達到MVPA60的目標，成功營造校園體育氛圍。



▲殷老師積極鼓勵學生建立恆常運動習慣


▲小組教師藉本身的專長啟發學生對運動的興趣。

觀課所見，教師的講解十分清楚，傳意技巧佳，示範精準，讓學生明白學習重點。教師在應用資訊科技及人工智能輔助學習上尤見突出，因應校內學生的能力稍遜及有特殊教育需要，對抽象的空間及精細動作未必能夠理解重點，運用資訊科技裝置生成四格漫畫圖像，具體說明及分析學生的動作姿勢，讓學生感興趣及了解改善的方法，效果良好。教師著力照顧學生的多樣性，活動設計有心思，鋪排由淺入深，在分組安排上發揮朋輩支援的效果。

小組教師各具專長，持續進修，透過共同備課、同儕觀課、示範課等，分享教學經驗。此外，小組教師進行公開課，讓其他教師了解體育科的教學方法，其他科亦效法推行。小組教師獲教育局及外間機構邀請擔任主講嘉賓，分享推動體育科發展的經驗及有效的教學策略，讓業界的體育教師受惠。

索取有關教學實踐資料的途徑

聯絡人：殷小賡老師
電郵：cbsysk@itedu.clbss.edu.hk
學校電話：2321 8511
學校網址：www.clbss.edu.hk
學校傳真：2321 2776