

彰化縣立彰化藝術高中

體育科課程：大會操教學

授課教師：林瓊惠

授課班級：402

授課日期：2023 年 9 月 28 日

授課地點：排球場

一、授課前的備課及課程說明



二、議課時間



三、實施公開授課課程

1. 暖身運動



2. 大會操教學



3. 隊形的修正



4. 另外安排課程時間，運用分組方式結合教學媒體學習大會操



四、學習大會操對學生的幫助：

大會操是一種集體操練形式，通常在學校或團體中進行。這種活動對學生有多方面的幫助。包括身體健康、團隊合作、紀律與自律、心理健康和建立身份認同感。

1. 身體健康：大會操是一種全身性的運動，有助於提升學生的身體素質和協調能力。透過練習讓學生可以增強體力，促進血液循環，提高肌肉靈活性。
2. 團隊合作：大會操通常需要互助合作，從要求學生在團體中保持一致的節奏和步伐。讓學生培養團隊合作精神，加強團隊意識，提升班級向心力。

3. 紀律與自律：學習大會操需要學生保持嚴謹的紀律和自律，包括個人動作的練習、遵從指導以及保持整齊的隊形。這都有助於培養學生的紀律性和自我管理能力。
4. 心理健康：運動對心理健康有正向影響，也有助於減輕壓力、焦慮和抑鬱情緒。學生可以在其中釋放能量，促進身心平衡。
5. 建立班級向心力：過藉由參與大會操，可讓學生感受到班級歸屬感，進而建立班級向心力。

所以學習大會操對學生的幫助不僅在身體素質的提升，還包括了團隊合作、紀律性、心理健康等多個方面的全面發展。這種團體活動不僅有助於個體的發展，也有利於班級的團結和凝聚力的增強。

五、如何讓學生透過學習大會操達到體育教學目標

要讓學生透過學習大會操達到應有的體育教學目標，因此經由以下策略來實行課程教學：

1. 明確目標和期望：在進行大會操之前，明確設定具體的學習目標，例如提升身體協調能力、培養合作精神、促進心肺健康等。這樣可以讓學生了解他們為什麼要參與這項活動以及預期的收穫。
2. 分階段教學：將大會操的動作和步驟分解成較小的階段，逐步教導學生。這有助於學生更容易理解和掌握，同時提供了更多的機會進行細緻化指導。
3. 注重技術和姿勢：強調正確的姿勢和技術，確保學生在進行大會操時不僅能夠達到運動效果，還能夠減少受傷的風險。這有助於建立正確的運

動習慣。

4. 結合音樂和表演：大會操不僅僅是運動，還可以融入音樂和表演元素。這樣不僅能激發學生的學習動機，也能增加學生的興趣和參與度，同時培養他們的音樂感和表演技巧。
5. 促進團隊合作：強調大會操是一項團體活動，鼓勵學生之間的互助合作。可以設計一些需要團隊合作的動作，提升學生的班級向心力。
6. 定期評估和回饋：定期評估學生的表現，給予具體的回饋，並提供改進的建議。進而幫助學生了解自己的優缺點，並激勵他們繼續努力。

透過以上的教學方法，可以使學習大會操更具體地達到教學目標，同時包含學習動機的提升和課程的樂趣性。

六、大會操教學後的反省思考

進行大會操教學後的反思是不可或缺的一個步驟，從教學方法、課程目標的達成度、學生的參與度、教學資源等，來改進課程教學方式，以提升學生的學習體驗。