

2010年教學觀摩會 教學心得報告

2010年04月26日

共同學科體育室
黃杉楹

個人教學理念說明

- 建立學生健康體適能的的正確知識
- 促進學生學習以運動做為減壓的方法
- 著重群育功能以提高學生未來社會適應能力
- 增加學生的課程參與感及成就感
- 培養學生運動興趣並樂意從事終身運動

任教課程介紹

- 一年級普通體育
- 二年級及三年級男生棒球課
- 二年級及三年級男生壘球課
- 棒球校隊

個人教學方法說明

- 授課模式：
 - 實際操作
 - 網路輔助教學
- 學習活動：
 - 分組比賽
 - 考試測驗
- 教學輔助器材：
 - 打擊固定器、發球機、DV
 - 毛巾、羽球拍

大一體育

課程內容：

- 體能檢測：
- 通識課程：
- 團體運動項目及游泳：

上課方式：

- 課堂上課。
- 實際操作。
- 分組練習或比賽。

二三年級男生棒壘球課

課程內容：

- 基本技巧：
- 實際比賽：
- 運動欣賞：

上課方式：

- 多練習：培養良好的的基本動作，從操作中矯正錯誤動作。
- 安排比賽：在枯燥的基本動作練習中安排比賽。從中讓學生可以更深入瞭解比賽規則，瞭解比賽發生狀況及初步的裁判執法。
- 利用教學網頁讓學生瞭解投球、接球、打擊、跑壘以及滑壘等基本常識，學生才有動機去參與及欣賞運動比賽。

棒球校隊

訓練內容：

- 進階技巧。
- 動作修正。
- 實戰練習。

訓練方式：

- 利用重量訓練提升肌肉爆發力及肌肉持久力的練習，提昇技術水平。
- 利用DV檢查擊球動作，做更細部的修正。
- 利用練習賽檢視瞭解個人及團體默契、戰術、心理、技術層面，是否達到比賽狀況，做好梅竹賽及大專盃比賽的準備。

個人教學成果說明

● 一. 教學回饋

(一) 一年級普通體育: 教學反應問卷評比為3.93。

(二) 二年級及三年級男生棒壘球課: 教學反應問卷
評比平均為4.24以上。

(三) 棒球校隊: 教學反應問卷評比平均為4.43以上
。

個人教學成果說明

● 二. 棒球校隊競賽成績

(一)全國大專棒球比賽：棒球校隊曾經榮獲94學年度亞軍、95學年度亞軍、96學年度亞軍、97學年度乙組第五名及甲二級第五名及98學年度甲二級殿軍等佳績。

(二)梅竹賽：在91~99年期間，梅竹賽曾經停賽兩次，其餘五次競賽中，棒球校隊榮獲五次優勝，分別為91學年度、94學年度、95學年度97及99年度等。

個人教學成果說明

● 三. 輔助教學成果

(一)網路輔助教學：透過網路輔助教學，介紹棒球基本技巧，提供學生參考比照自己的姿勢或方法是否正確，進一步修正投球或打擊等動作。此外同學尚可利用課餘時間使用網路輔助教學複習相關課程，並透過專業知識的提供，讓同學得以用自學的方式，更加瞭解棒球專業。



謝謝聆聽！