

練習式與互惠式教學融入低年級搖搖車教學

蘇育瑩 高雄市瑞豐國民小學教師

前言

近幾年由於教學光譜的盛行，各種教學研究也隨之而起，像是周冠玲（2003）以六年級學生進行命令式、練習式及互惠式的舞蹈教學比較；林家正（2004）以福山國中參加育樂營的學生進行命令式及練習式的教學比較；另外還有楊進益（2000）以桃園高級農工職業學校一年級為對象，以命令式、練習式、互惠式的教學進行排球低手發球的教學研究比較等等。不過主要實施對象皆為國小高年級或是國高中的學生，因此為了解Mosston教學光譜對於低年級小朋友的教學情況，本文採行教學之對象以一、二年級小朋友為主，除去較常使用的命令式教學方式，對於一、二年級學生進行光譜式的教學，以練習式及互惠式做為低年級教學單元——搖搖車之教學方法，分享其教案與必備之教學作業表與標準卡。

Mosston體育教學光譜——練習式與互惠式

體育教學光譜於1966年Mosston所創，Mosston認為教學是由一連串的决定所組成，因此他根據課堂上學習者與教師作决定的比例而發展出十一種不同的教學方式，這些教學形

式由A式按照順序到K式，包括從教師完全作决定的命令式教學形式（A式）到練習式（B式）、互惠式（C式）、自測式（D式）、包含式（E式）、導引式（F式）、集中式（G式）、擴散式（H式）、設計式（I式）、創造式（J式），最後為學習者完全作决定的自教式（K式）教學形式（周宏室，2005），以下就本文所使用之練習式與互惠式作一簡單介紹。

一、練習式教學形式

練習式在教學光譜中，僅次於命令式，故大部分教學決定還是以教師為主，其主要教學方式為在課堂上給予學習者練習的時間，教學時，教師會根據經驗來製作一作業表，作業表的內容為學生需學習操作之動作，在學生練習前，教師會先透過說明或示範的方式讓學習者能了解該課堂所需練習的動作技能或項目，之後的練習時間學習者可依據作業表，以自己的速度來加以練習，教師並於學習者練習時巡視全班以達到個別指導與回饋。

二、互惠式教學形式

互惠式在教學光譜中，又次於練習式，其主要教學方式以教師、觀察者、動作者組成，意即學生在活動的進行中，以兩兩為一組，其

中一人為觀察者，另一人為動作者，教師會事先設計標準卡，再由觀察者依據標準卡去觀察動作者的練習情況，並根據標準卡的口語回饋部分給予動作者適當的回饋，當一人動作練習完成之後，兩人的角色互換再進行練習，在每次練習的過程中，教師會巡視全班，給予觀察者回饋與建議。

Mosston教學光譜融入搖搖車教學

一、練習式教學

(一) 教學教案分享

分享的教案為此單元的第一節課教案（如表1），先以簡單、基本的活動及認識開始，學生在活動的進行中，是自行根據作業表的內容操作練習，因對象為低年級學生，故作業表的

表1 練習式教學節課教案						
教材名稱：搖搖車 適用年級：一年級 授課教師：蘇育瑩						
教學目標：1.認識搖搖車的基本構造。 2.學習搖搖車直線前進。 3.學習使用搖搖車繞圈。						
時敘數	教材內容 (特定活動)	目標 (內容、角色)	教學形式	教學資源 (隊形、器材)	時間	意見
1	暖身活動	老師用口語、拍手帶領學生慢跑、做伸展操。		成二路縱隊慢跑，四排班橫隊散開做伸展操。前二排男生、後二排女生。	5分	
2	引起動機	1. 講述搖搖車的基本構造。 2. 說明單元目標、活動內容、教學形式、教師與學生扮演之角色。		1. 成講話隊形。 2. 搖搖車1台。	2分	
3	說明、示範	老師說明操作及示範搖搖車的動作要領。		1. 講話隊形。 2. 搖搖車1台。 3. 作業卡。	3分	
4	練習作業卡1~4項內容項目（搖搖車基本操作、搖搖車直線前進）	學生依作業卡作決定自由練習，老師巡視全場，隨時給學生個別或私下回饋。	練習式教學	1. 分組練習。 2. 搖搖車10台。 3. 作業卡。	10分	
5	說明、示範	老師說明搖搖車的繞圈動作，並請學生依口令示範標準動作。		1. 講話隊形。 2. 搖搖車一台。 3. 三角錐一個。	3分	
6	練習作業卡5~7項內容項目（搖搖車繞圈）	學生兩人共用一台搖搖車，輪流進行練習。老師巡視全場，隨時給予學生個別或私下回饋。	練習式教學	1. 分組練習。 2. 搖搖車15台。 3. 三角錐15個。	14分	
7	結束	總結本節課內容，檢討本節課的優缺點，並預告下節課進度。		面向老師成講話隊形。	3分	

設計加上注音及放大字體；其中活動裡的搖搖車數量，可視學校中採購的數量以及學生人數問題，加以增減。

(二) 練習式教學作業表分享 (如表2)

1. 項目：搖搖車
2. 單元：直線前進及繞圈
3. 時序：配合練習式教學方案第【4】【6】時敘

(三) 教學省思

學生對於搖搖車及作業表充滿興趣，學習

氣氛熱絡，且學習意願高，對於作業內容的完成度頗高，但以練習式教學來說，因小朋友對於自我達到目標的標準不太一致，故建議對於作業內容須明確的敘述以及講解，以避免在活動進行時學生對於作業內容有不同的意見。

互惠式教學融入搖搖車教學

(一) 互惠式教學教案分享

分享的互惠式教學教案為此單元的第三節課教案 (如表3)，之前學生已先學習過搖搖車

表2 練習式教學作業表

 <h2 style="text-align: center;">我的搖搖車練習</h2>	
我是 () 年 () 班 () 號 () * 小朋友，請根據作業內容，完成的就 _ㄉ 在結果欄內打勾。	
作業內容	結果
1. 我會讓車子過去到對面。	
2. 我會讓車子回到原來的地方。	
3. 我會讓車子直直前進到對面。	
4. 我會讓車子直直前進回來。	
你好棒喔！快要完成了喔！ 	
5. 我會讓車子繞一圈。	
6. 我會讓車子繞兩圈。	
* 老師說：	

的基本操作與前進及繞圈，本節課主要重點在於分組進行標準卡的回饋與使用，學生在活動進行中，以兩人為一組，一人為觀察者，另一人為動作者；觀察者的主要作用為觀察動作者的練習情況，並填寫標準卡，根據標準卡的口語回饋部分給予動作者適當的回饋，當一人動

作練習完成後，兩人的角色互換再進行練習。

(二) 互惠式教學標準卡分享 (如表4)

1. 項目：搖搖車
2. 單元：搖搖車直線前進、搖搖車繞圈
3. 時序：配合互惠式教學方案第三節第

【4】、【6】時敘

表3 互惠式教學方案

表3 互惠式教學方案						
教材名稱：搖搖車		適用年級：一年級		授課教師：蘇育瑩		
教學目標：1.認識搖搖車的基本構造。 2.學習搖搖車直線前進。 3.學習使用搖搖車繞圈。						
時敘數	教材內容 (特定活動)	目標 (內容、角色)	教學形式	教學資源 (隊形、器材)	時間	意見
1	暖身活動	老師用口語、拍手帶領學生慢跑、做伸展操。		成二路縱隊慢跑，四排班橫隊散開做伸展操。	3分	
2	引起動機	1.複習搖搖車的基本構造。 2.說明單元目標、活動內容、教學形式、教師與學生扮演之角色。		1.成講話隊形。 2.搖搖車1台。	3分	
3	說明	老師出示標準卡說明並且複習搖搖車的動作要領。		1.分組練習。 2.搖搖車1台。 3.標準卡。	8分	
4	練習標準卡第一項內容項目(搖搖車基本操作、搖搖車直線前進)	學生做決定，依標準卡自由練習，老師巡視全場給觀察者回饋。	互惠式教學	1.分組(兩人一組)練習。 2.搖搖車15台。 3.作業卡。	10分	
5	說明、示範	老師複習搖搖車的繞圈動作，並請學生依口令示範標準動作。		1.講話隊形。 2.搖搖車1台。 3.三角錐1個。	3分	
6	練習標準卡第二項內容項目(搖搖車繞圈)	學生兩人共用一台搖搖車，自由進行練習。老師巡視全場，隨時給予學生個別或私下回饋。老師巡視全場，給觀察者回饋。	互惠式教學	1.分組練習。 2.搖搖車15台。 3.三角錐15個。	10分	
7	結束	總結本節課內容，檢討本節課的優缺點，並預告下節課進度。		面向老師成講話隊形。	3分	

(三) 教學省思

學生對於當觀察者及標準卡充滿興趣並樂於給予對方回饋，此亦能提升學生情感上的交流，促進班上氣氛，不過因為此標準卡有觀察者給於動作者口語回饋之部分，故需讓小朋友有足夠的時間練習及熟悉，有些小朋友會以大概意思的口語進行回饋，比較無法完全跟著標準卡上的口語回饋進行，建議在標準卡的解說上，書寫詳細，且多讓學生練習幾次，如此一來小朋友也會更了解口語回饋該如何表達，另外，有些小朋友在互動中可能會出現問題，故還需仰賴教師的回饋，建議在巡視全場時，盡量每一位觀察者都能顧及到為原則。

結論

在練習式與互惠式的教學之中，教學過程雖不太相同，但以低年級的小朋友接受度而言，皆屬高接受度，且對於作業表與標準卡皆具有高度的興趣，故學習氣氛亦佳，但若加以比較，以練習式的教學方式來說，教學過程較為流暢，且學生所發出的疑問較少，作業完成度高。綜合來說，以此兩種教學方式進行教學屬各有所長，可以依照學生的特質加以進行教學，班級屬較為文靜的，可以進行互惠式教學增進彼此情感，而若是班上同學平時就很活潑，則可以採取練習式教學，相對來說班上的秩序較易掌控，教學氣氛也會更加活絡。

參考文獻

- 周冠玲 (2004)。Mosston命令式、練習式和互惠式教學在國小舞蹈教學效果之比較研究。未出版之博碩士論文。台東：國立台東大學教育研究所。
- 林家正 (2004)。Mosston教學光譜應用於國中籃球育樂營教學效果之探討。未出版之博碩士論文。台北：國立台灣體育學院休閒運動管理研究所。
- 楊進益 (2000)。Mosston命令式、練習式、互惠式教學形式對高職學生排球低手發球教學效果之比較研究。未出版之博碩士論文。台北：國立體育學院體育研究所。
- 周宏室 (2005)。Mosston體育教學光譜的理論與應用。台北：師大書苑。

表4 互惠式教學標準卡



我的搖搖車練習

我是()年()班()號()

觀察我的人()

小朋友，請根據作業內容，完成的就是在結果欄內打勾。

項目	作業內容	結果
一 (【4】-1)	1.我會把手放在把手上。 2.我會把腳放在車子上。 3.我會轉動把手讓車子前進。	
一 (【4】-2)	1.我會把手放在把手上。 2.我會把腳放在車子上。 3.我會眼睛看前面。 4.我會小力轉把手讓車子直直前進。	

你好棒喔！快要完成了喔！



二 (【6】)	1.轉彎時，我的腳沒有放下來。 2.轉彎時，我會轉把手先轉向 3.我會讓車子繞一個圈。	
---------	---	--

◎ 觀察者給予動作者之口語回饋：

第一項：【4】-1

- 1.手要放在把手上。
- 2.腳要放在車子上。
- 3.要轉把手讓車子往前走。

* 你讓車子往前走，好棒！

【4】-2

- 1.手要放在把手上。
- 2.腳要放在車子上。
- 3.眼睛要看前面。
- 4.手小力一點，車子就會直直走。

* 車子直直走耶，你好棒！

第二項：【6】

- 1.腳要放在車子上。
- 2.手把要先轉向外面再轉回來。
- 3.要繞圈喔。

* 你讓車子繞了一圈了，好棒！