

## 教學特優教師

### 「高爾夫球興趣班」課程觀課交流

- 一、主講人：體育處 蕭淑芬老師
- 二、活動日期：中華民國 109 年 4 月 14 日(星期二)16:10-17:00
- 三、活動地點：佑昇高爾夫球場(新北市淡水區行忠路 105 號)
- 四、主辦單位：教務處教師教學發展組
- 五、觀摩課程報導：

本組於 109 年 4 月 14 日舉辦教師課程觀課活動，邀請老師們至佑昇高爾夫球場，觀摩體育處教學特優教師蕭淑芬老師的「高爾夫球興趣班」課程，老師們能夠透過觀摩，了解蕭老師實際授課使用之教學技巧、教學活動及學生反應、學習效果等。

#### **整合與分段教學的方式**

課程開始前，老師帶領學生做伸展操，詳細解說每個部位的操作，避免學生做伸展操時受傷，接著老師利用分段教學方式，帶領學生確切釐清上桿與下桿分別的五個步驟，使學生能夠清楚本次教學內容，再透過整合學習使學生於揮桿時，依照口訣 12345 進行送球，實際應用所學內容。

#### **建立正確姿勢、良好態度**

蕭老師說明下盤姿勢正確性，會影響揮桿時高爾夫球之路徑

及揮桿之力道，高爾夫強調於控球能力而非如棒球愈遠愈好，並且視線必須看於球的三點鐘方向，而非隨著球桿移動。

蕭老師給予學生自由練習時間，並於學生送球時，適時讚美、表揚學生，同時指導與修正每位學生揮桿姿勢的正確性，加強學生身體記憶。學生亦能在老師個別指導下，提出困惑之處，使學生學習效果提升。此外，蕭老師於個別練習後，分別以報數方式讓學生觀摩彼此揮桿動作，以達到良性互助學習。

### **放大工具、加強感官刺激**

老師提供三樣教學工具，提升學生練習及學習感受，標誌桿讓學生能清楚推送高爾夫球的距離；飛盤讓學生清楚看見及感受揮桿時手臂、手腕的旋轉弧度，翻碗及回正是力量來源，老師提及「翻碗做得好，球就能打得又直又遠。」；羽球拍綁上塑膠袋讓學生感受揮桿時阻力作用處為何，三樣教學工具的操作，能使學生於正式揮桿時感受每個動作應當注意細節之處。

## 六、活動花絮



邀請到教學特優教師蕭淑芬老師，進行「高爾夫球興趣班二」課程觀摩



與會老師與學生透過飛盤練習翻碗動作



蕭老師透過羽球拍，解說揮桿動作，並且同學體驗阻力的感覺



與會老師及學生透過羽球拍加強揮桿時阻力的感受



蕭老師實際示範完整揮桿連續動作



蕭老師個別指導學生姿勢正確性



與會老師實際參與揮桿練習



全體老師、教職員一同合影留念

#### 八、附錄：

- (一) 活動 OA 稿
- (二) 活動海報、出席名單
- (三) 教學研習活動回饋表