

教學實務研究與成果

翻轉教室於體育課程中之行動研究－以養生氣功課程為例

- 一、主講人：體育教學與活動組陳文和老師
- 二、回應人：課程所黃儒傑所長
- 三、主持人：教師教學發展組李麗君組長
- 四、活動日期：中華民國 107 年 12 月 12 日(星期三) 12：00~13：10
- 五、活動地點：淡水校園覺生綜合大樓 I601

蘭陽校園 CL423（同步視訊）

- 六、主辦單位：學習與教學中心教師教學發展組

- 七、內容說明：

為鼓勵本校專任教師投入教學，本組於 107 年 12 月 12 日舉辦「教學實務研究與成果」座談，邀請 106 年度獲得教學實務研究計畫補助之體育教學與活動組陳文和老師對其教學經驗進行研究成果發表與座談。

陳文和老師以人生經驗開場，分享自己四年前罹患了罕見疾病，經家人建議之下開始練氣功，出院後將氣功納入課程，因動作較為重複，課堂中學生玩手機，陳老師便將數位媒體納入體育教學，將氣功課程結合翻轉教育，以學生為主軸，使體育教學方式更多元化與創新。

陳老師以修習大一體育興趣選修養生氣功課程之同學作為研究對象，每堂課程前，陳老師會請學生預習教學影片、做線上作業，課程中進行教學及小考，課後請同學看影片並回答問題。為了發送課程相關訊息、回答同學提問，陳老師於 iclass 成立課程專屬討論區，也於 LINE 成立討論群組，課程採小組討論方式進行，增加與學生的互動。

期末進行學習滿意度問卷調查，發現學生有兩極的看法，學生在課前預習的學習滿意度為 3.22，接受度不高，由開放式問卷探究其原因可發現，學生因事情太多沒能抽空進行預習或忘記預習，老師發現確實很多學生的答案一樣。陳老師尋找翻轉教育相關資料，以文獻為基礎將課程調整為在課堂的一開始看影片，並增加簡單的課程測驗，學生只要有課前預習，便可輕鬆拿到分數。而大多數學生認為的優點有：在課前預習有助於了解課程，覺得有趣、課前預習可以增加操作流暢度、認為課前預習可減少上課的教學，增加實際操作的時間，覺得很新鮮。

陳老師分享進行翻轉教室面臨的挑戰，包括影片錄製要自行製作或使用網路現成影片，本課程使用現成影片及講義。關於教學活動設計的質與量部分，陳老師認為不要拘泥於課程內容多少或進度，重點在培養學生的主動學習。

陳老師也從學生角度提出學生接受翻轉教室可能出現的學習問題，本課程教室位置收訊不良不能點名，因此修改為回家寫作業。有學生對翻轉教育產生倦怠，反應作業過多，陳老師因此將作業減少，繳交方式也從紙本改為線上，提升效率。建議未來體育教師在教學過程可善用多媒體來輔助教學，提升學生的學習動機。

陳老師表示多媒體要有效應用於體育教學，不能只是單方面的講解操作，要以學習者為中心主動學習、雙向互動等，才可引起學習者的學習動機，進而提高學習效能。最後建議大學教師能從教學活動中，多安排以學生為主體之學習活動，累積學生自主學習的經驗，以培養大學生自主學習的能力。

回應人為課程所黃儒傑所長，認為此課程架構清楚，具備實徵證據，提供很多教學省思，期待有更多自主學習的研究。本次教學實務研究與成果研習講座，藉由陳老師豐富的教學成果分享與回應，讓我們學習到教學創新以及資源運用的技巧，以提升學生之學習成效與競爭力。

八、活動花絮



教師組李麗君組長開幕致詞



體育事務處陳文和老師研究實務經驗分享



與會老師參與情形



陳文和老師帶領與會老師體驗氣功



與會老師提問



與會老師協助回答問題



李組長致贈感謝狀予體育事務處陳文和老師



李組長致贈感謝狀予課程所黃儒傑所長

九、問卷分析：

為評估效益，本研習活動設計有問卷，活動開始前與研習資料一同發放，結束後收回，進行統計並分析結果，作為下次活動改進方針與參考。12月12日共計有21位教師參加，問卷回收18份，回收率86%，整體滿意度5.8，茲整理分析如下：

壹、基本資料

(一)單位

文	理	工	商管	外語	國際	教育	全發	其他	合計
1 6%	1 6%	1 6%	1 6%	2 11%	0 0%	2 11%	3 17%	7 39%	18 100%

(二)職稱

職稱	個數	百分比
教授	0	0%
副教授	7	44%
助理教授	5	31%
講師	4	25%
其他	0	0%
合計	16	100%

貳、活動滿意度

	非常滿意 ←————→ 非常不滿意						平均 分數	總平 均值
	6	5	4	3	2	1		
1. <u>主講者對主題的掌握良好</u>	16 (89%)	1 (6%)	1 (6%)	0	0	0	5.83	5.8
2. <u>主講者的表達清楚</u>	16 (89%)	1 (6%)	1 (6%)	0	0	0	5.83	
3. <u>主講者對內容的組織與表現得宜</u>	16 (89%)	1 (6%)	1 (6%)	0	0	0	5.83	
4. <u>活動的時間分配與流程安排適當</u>	15 (83%)	2 (11%)	1 (6%)	0	0	0	5.77	
5. <u>整體而言，我對本次研習活動感到滿意</u>	16 (89%)	1 (6%)	1 (6%)	0	0	0	5.83	

參、個人收穫

	非常滿意 ←————→ 非常不滿意						平均 分數	總平 均值
	6	5	4	3	2	1		
1. <u>本次研習有助於提升我在教學實務研究上的知能</u>	13 (72%)	4 (22%)	1 (6%)	0	0	0	5.67	5.58
2. <u>本次研習有助於觸發我從事教學實務研究的意願</u>	12 (67%)	4 (22%)	1 (6%)	1 (6%)	0	0	5.5	
3. <u>本次研習有助於我在教學實務研究上的規劃與實施</u>	12 (67%)	4 (22%)	2 (11%)	0	0	0	5.56	

肆、其他

1. 我希望針對本研習主題有進一步了解

否 3。

是 5，請說明：其他課程（翻轉教室研究）

2. 我希望未來辦理教學實務研究的主題（可複選）

研究方法	案例分享	問卷編制	教學設計	報告撰寫	其他(請說明)
6	6	2	8	1	0

3. 我希望未來學教中心對教學實務提供的資源（可複選）

成果與經驗分享	Mentor1 對 1 帶領	專家諮詢服務	其他(請說明)
9	0	4	0

4. 其他意見與建議：

很有趣！兼具教學與養生學習！收穫良多！