

# 國中體育科遠距教學實施困境與因應策略

曹方祈

高雄市明義國中總務主任

國立高雄師範大學學校行政領導研究所研究生

## 一、前言

2019 年 COVID-19 疫情全球流行爆發，為預防新冠病毒具疾速傳染力，教育部於 5 月 18 日宣布停課改採遠距教學，教育系統改變了模式，臺灣正式進入遠距教學時代的來臨，為了維護學生學習受教權，確保學生學習不中斷，採取「停課不停學」。教師在來不及重新編配好教材，就被迫進行教學（Judy, 2020）。學校行政及各領域用最快速度擬出教學計劃及平台操作研習，讓教師迅速於遠距教學中上陣，新冠疫情讓身為教育現場人員實施遠距教學外，同時也開啟數位的學習大門，使教育人員迫切進行創新和實施新的教學方式與策略來作為替代性（Dhawan, 2020）。

新冠疫情催化教師教學模式之轉變，疫情期間居家遠距教學，促使師生間具更多元互動學習模式，更加突顯學生自主學習重要性。本文將聚焦於遠距教學在國中體育科實施現況，探討遠距教學困境與策略，提供教師在遠距教學品質精進之建議。

## 二、遠距教學在體育科實施現況

### （一）教學數位科技平台

1. 多樣性科技設備：電腦、平板電腦、網路攝影機、實務投影機、無限傳輸投影、屏幕、顯示器、電子看板、觸控筆、手寫板、喇叭、領夾式麥克風等設備。
2. 上課平台：Google Meet、Google Classroom、Microsoft Teams 等進行遠距教學。

### （二）教師教學彈性多元

1. 螢幕錄影功能：保留上課的影音內容及連結，提供給學生於課後再複習。
2. 預錄上課課程：讓學生不受時間限制針對不清楚的動作可重複播放影片。
3. 尋找網站影片：在網站上蒐尋體育課程的教學影片或比賽，於課堂上進行各項技術重點的講解。

4. 設計線上表單：於表單上先設計好問題，提供學生於課堂上即時填答，立即了解學生學習情形。
5. 線上留言互動：上課中與學生透過留言立即互動討論問題。
6. 製作作業連結：提供學生於課後進行練習；訓練自主學習能力。

### （三）突破空間時間界限

1. 時間：學生學習採一人一機方式，學生專注聆聽使學習效率達事半功倍，在疫情高傳染力更能落實不群聚現象，可節省上課交通往返時間。
2. 空間：自己選擇舒適上課場域進行遠距教學，不受教室位置限制，教師在教學上不受實體上課之干擾，使教學進度順利。

## 三、遠距教學在體育科實施困境分析

### （一）學生實作課程效果降低

體育課偏向身體活動及技術動作練習，教師在鏡頭下無法全面性檢視學生實作情形，對於學生在動作技巧的練習過程中，教師無法透過螢幕全面檢視學生動作，在指導修正學生的動作上有其困難度。

### （二）學生學習態度掌控度低

在線上教學時，教師對著鏡頭操作螢幕或手寫筆進行講課，對於在線上學生的學習態度無法全面性掌控，有些學生掛機不與老師互動回應，學習成效變差。在大學端的研究文獻指出，遠距教學中師生同儕互動性較差，教師對於學生學習狀態難以掌控，學生無法立即請教並缺乏人際互動，使學習變得乏味（陳昭珍、徐芝菁、洪嘉馥、胡衍南，2021）。

### （三）無法及時觀察身體狀況

在體育術科授課過程中，老師必須專心講課無法逐一觀察到每位學生學習表情，尤其在體適能身體活動的練習，雖然能從鏡頭看到學生做動作，但無法觀察到學生在練習過程中身體狀況之變化。

### （四）科技設備不足影響學習

科技、設備、網路是遠距教學的必要條件，由於學生在家無法線上上課，就

會導致學習中斷，因為貧富差距有些家庭小孩成員多卻只有一台行動載具可以使用，無法同時提供孩子們進行遠距課程（引自陳佳郁，2022）。學生在家裡使用電腦、平板、手機進行學習，容易受到家中網路的速度及設備的差異性而影響學習，這也是必要性急迫解決學習中斷之問題。

#### 四、遠距教學在體育科實施因應策略

##### （一）運用影像設備，促進學生運動表現

教師運用兩台影像設備進行上課，一台以上課為主、另一台觀察鏡頭前學生的運動表現，能進一步觀察每一位學生的練習動作；教師也可以透過預錄動作影片來進行示範教學，學生可一邊觀看一邊練習，在學生練習過程中進行口語指導與提醒，促使學生能更專注練習表現，另外也可以點名較容易分心的學生來示範練習，以提升其學習專注力。

##### （二）遊戲融入教學，提升學生學習態度

林志成、黃健庭（2021）指出遠距教學成功因素的對策是提高樂學動機。線上課程為增進學生對學習的參與度，使用卡互（Kahoot）互動遊戲、賓果遊戲、Google Jamboard、Wordwall 等遊戲平台與學生進行課堂互動。教師可事先將問題題目設計好，讓學生透過遊戲平台進行闖關挑戰，以增加其上課樂趣；而在學習態度省思部分，可運用 Google Jamboard 白板進行分組，老師可透過小組的討論並請學生於白板上寫下討論的內容來進行體育知識互動分享；更可透過健康運動明星影像剪輯來加深學生對運動技能的認識，以促進學生健康學習態度及認知表現。

##### （三）運動心跳監測，掌握學生身體狀況

在線上課程進行中，學生進行體適能動作的練習，往往無法觀察到學生身體狀態，於每一項動作練習結束後請學生進行自己的心跳測量，以評估其體能及恢復情形，更進一步透過口頭詢問學生身體肌肉部位酸痛情形以掌握身體狀況，學生對於健康體適能知識的概念也有所提升。

##### （四）學校提供設備，促使學習順利進行

學生可以到學校借用電腦教室進行上課，提供電腦、耳機、麥克風等設備供學生一人一機使用，也可向學校借用筆電、平板設備在家使用，日前教育部正積極推動的生生有平板之政策，就能符應遠距教學學生設備短缺之需求。

## 五、結語

後疫情時代為教育型態帶來了轉變，遠距教學的實施也在培養學生的數位素養，學習如何找尋網站上的學習資源及軟體操作，對於學生自主學習是一大幫助，因應疫情政策的配合，從停課在家遠距教學到現今課堂上的混合式教學，

對學校行政與教師都是一大挑戰性，遠距教學的實施結合科技學習，也是開啟未來數位學習模式，教育必須不斷創新與改革，才能創造出後疫情時代更優質的遠距教學模式。

## 參考文獻

- 林志成、黃健庭（2021）。疫情下的學校行政及教師教學因應對策。《學校行政雙月刊》，135，28-52。
- 陳佳郁（2022）。教師與行政人員因應Covid-19實施遠距教學之挑戰與成長—以臺北市某公立國中成員為例（未出版之碩士論文）。國立臺灣師範大學。
- 陳昭珍、徐芝菁、洪嘉馥、胡衍南（2021）。COVID-19下臺師大的遠距教學經驗與省思。《當代教育研究季刊》，29（1），1-23。
- 李翊巧（2021）。遠距學習也可以遊戲化！挪威教育遊戲新創Kahoot!營收飆漲247%，更獲迪士尼、微軟青睞。MEET創業小聚。取自<https://meet.bnext.com.tw/articles/view/47772>
- Dhawan, S. (2020). Online learning: A panacea in the time of COVID-19 crisis. *Journal of Educational Technology Systems*, 49(1), 5-22.
- Judy, M. (2020). Preparing the new normal: developing teaching, social and cognitive presence in post-pandemic language learning. *語文與國際研究*，24，1-14。

