淡江時報 第 1134 期

陳文和 趙曉雯 分享大學體育課程創新教學經驗

學校要聞

【記者彭云佳淡水校園報導】教務處教師教學發展中心12月6日中午12時於I501舉辦教師教學知能研習，邀請體育事務處助理教授陳文和與趙曉雯主講：「翻轉教室應用於大學體育課程創新教學」，如何在養生氣功課、舞蹈課運用數位科技資源來提升學生學習動機與成效。

陳文和說明，課程上除了讓學生學習基本功法，他會結合養生哲學與生命教育，每週於Tronclass建立課前預習與回家作業區，學生們課前必須觀看教學影片或資料，課堂中依據老師給予的指導和回饋即時修正和練習，課後再次透過影片反覆複習動作並錄製繳交，藉以培養學生主動學習及自學能力，學期末前發放滿意度、身心狀態、學習動機、運動健康信念調查，檢視學生經過一學期後是否提升正向情緒與睡眠品質。

趙曉雯表示，她透過融入網路科技技術支援讓學生降低壓力，同時更有效率地學習，課程內容為韓國kpop當下最流行歌曲舞蹈，由於班級人數眾多且每位同學程度不一，舞蹈教學以觀看影片為常見的方式，所以她上傳許多網路現有或自製舞蹈教學影片至線上教學平台，有需要的同學可在課後播放影片強化練習，課堂上主要專注討論隊形和細節動作。根據後台學習分析，很多同學課後會上去平台複習，最後舞蹈表演成績評量除了50%為教師分數，剩下50%結合美學素養讓全班同學互相評比。

任教全校性通識課程的鄭老師分享，自己習慣用紙本或上傳簡報方式讓學生預習，這種以影片讓學生動起來的方式很新穎，「為了讓學生能在家先自行瀏覽練習，兩位講者做了許多課前預錄影片，這些準備勢必需要花費許多時間，令人佩服」。

1.學生是否有足夠科技資源或工
淡江時報社

JUST DO IT.
教學創新成果分享
翻轉教室應用於大學體育課程
創新教學經驗分享
主持人：教發中心 李麗君主任
主講人：學動組 陳文和老師
學動組 趙曉雯老師
淡江時報社