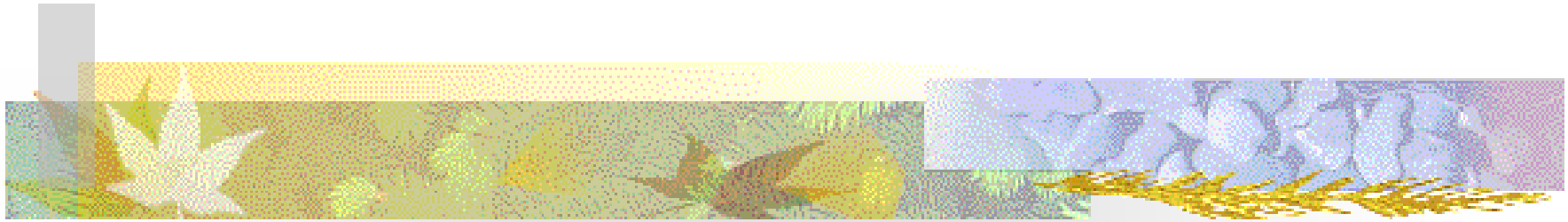


動作教育的理論與實務



水心蓓 曾明生

2018.6

授課大綱

- 動作教育簡介
- 動作教育教學
- 實作教學賞析
- Q&A

一 動作教育簡介

- 何謂動作教育
- 動作教育的起源與發展
- 動作教育意義
- 動作教育目標

動作教育

Movement Education

- 透過身體動作來達到身心一體成長的目的

動作教育的起源



- 佛洛斯丁 (M.Frosting) 參考拉邦(Rudolf Laban)動作分析及其他學者研究論述，為了協助特殊兒童發展**感覺—運動**；**知覺—運動**而提倡利用身體動作來教導特殊兒童，進而撰寫動作教育理論與實際。

動作教育的發展

- 動作教育理論對一般幼兒及小學低年級學童的身心成長也有特別貢獻，因而引起各國學者專家重視
- 日本及國內都有學者專家提倡動作教育，例如小林芳文（1993）；陳英三、吳新華、林風南（民83）；許義雄（民75），等學者的著述發表。
- 動作教學廣泛存在當前的身體運動教學中，只是沒有特別強調動作教育而已。

動作教育的意義

- 強調身體意識或感受性的開發。
- 提倡自我概念的養成。
- 鼓勵自覺、創意、自我表現 (許義雄 民87)。

動作教育的理念

- 增進學童身體動作表現能力。
- 以跑、跳、擲...等基本動作來培養兒童身體在時空間中表現身體動作能力的手段。
- 成型的運動是集特殊動作技術而形現出來。
- 打造學童未來從事成型運動的基礎。

動作教育的理念

- 動作是人體運動的基礎構成。
- 動作教育強調動作還含括動作現象之外的其他教育意義。
- 身體動作只是一種工具，以各種動作樣式來傳達意思才是目標。

動作教育的目標

- 透過身體活動的經驗與內省，增進身體感覺、知覺神經與身體動作自由度。
- 養成積極、樂觀、富創意...的心理特質，提升學童自我意識、表現能力。
- 開發思想潛能，擴大思維自由度，建立平衡健康的身心。

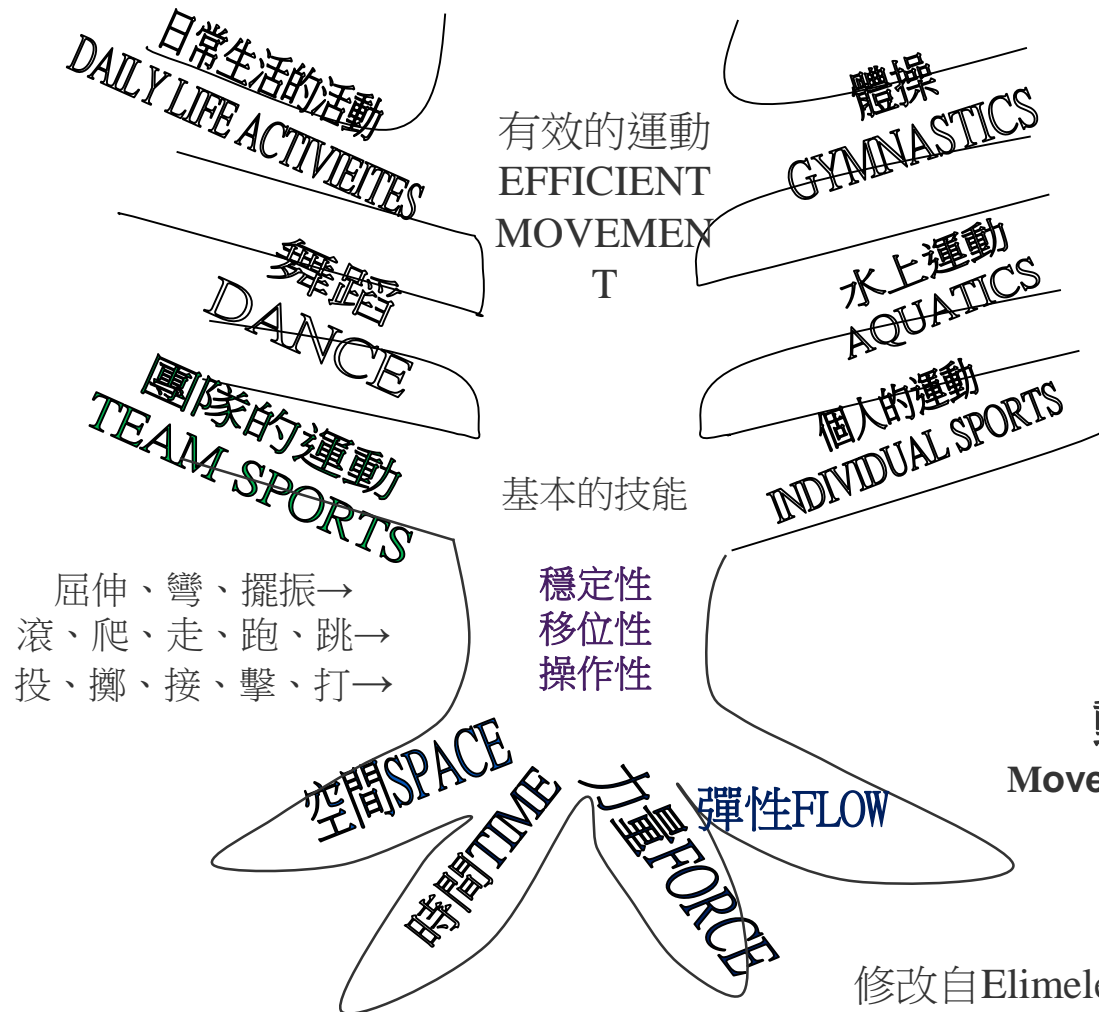
動作教育的動作主要因素

空間Space 力量Weight

時間Time 彈性Flow

人體運動的結構

THE FORMS OF HUMAN MOVEMENT



修改自Elimelech Shochat1994

二 動作教育教學

- 教學目標
- 教材編選
- 教學策略與方法
- 教學評量

教學目標

- 達到身心一體成長。
- 奠定基本動作或單一動作能力。
- 熟練基本動作技能、開發潛能動作、動作發展。
- 培養動作感覺、知覺能力，建立學童認識身體與時間空間關係。
- 提升學童自我意識、表現能力。
- 培養學童健康身心。

教學策略與方法

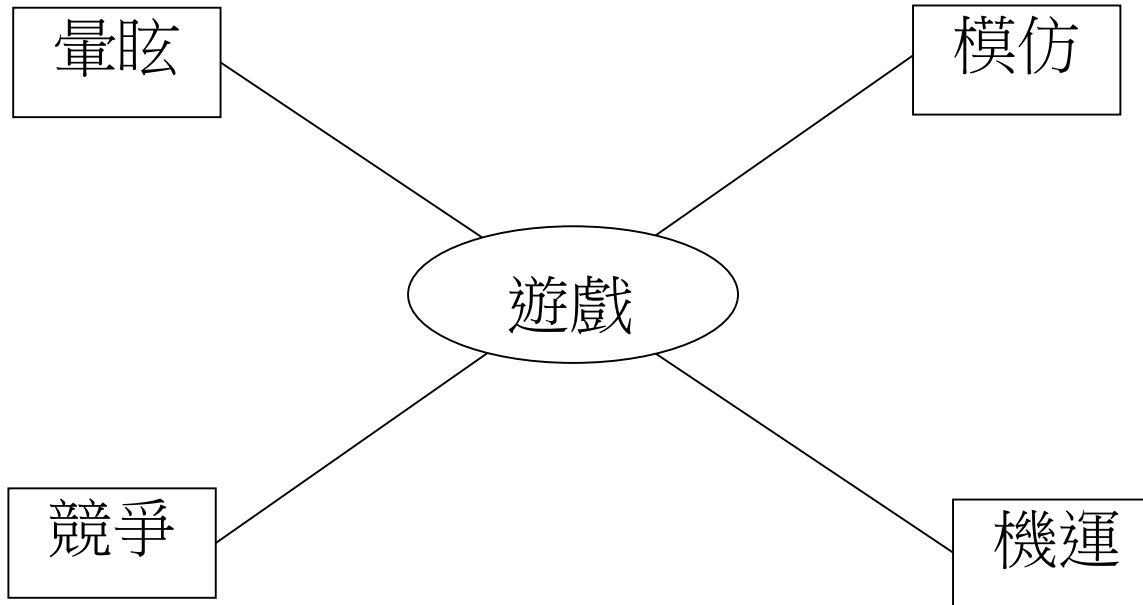
- 考量兒童身體生長發育及動作發展順序
- 從簡易、單一的基本動作→組合的聯結動作
- 重視個別差異~給予等待空間及表現機會
- 學習創造思考

教學策略與方法

- 從感覺出發，重視動作表現，發展身體意識
- 不強調高難度、高技能層次的運動技能
- 不重視定型化的動作表現、動作效率
- 不要求定型化運動技能熟練度

教學策略與方法

■ 以遊戲方式進行教學



以凱漚遊戲理論為例

教材編選

- 契合教育目標~適性發展、全人教育
- 兼顧動作類型~穩定性、移位性、操作性
- 多樣化素材~已成型運動、生活環境取材~各式球、報紙、繩、環、布類、紙箱
- 樂趣化包裝、可望達到的挑戰目標
- 個人探索、友伴互助、小組激盪、團隊合作

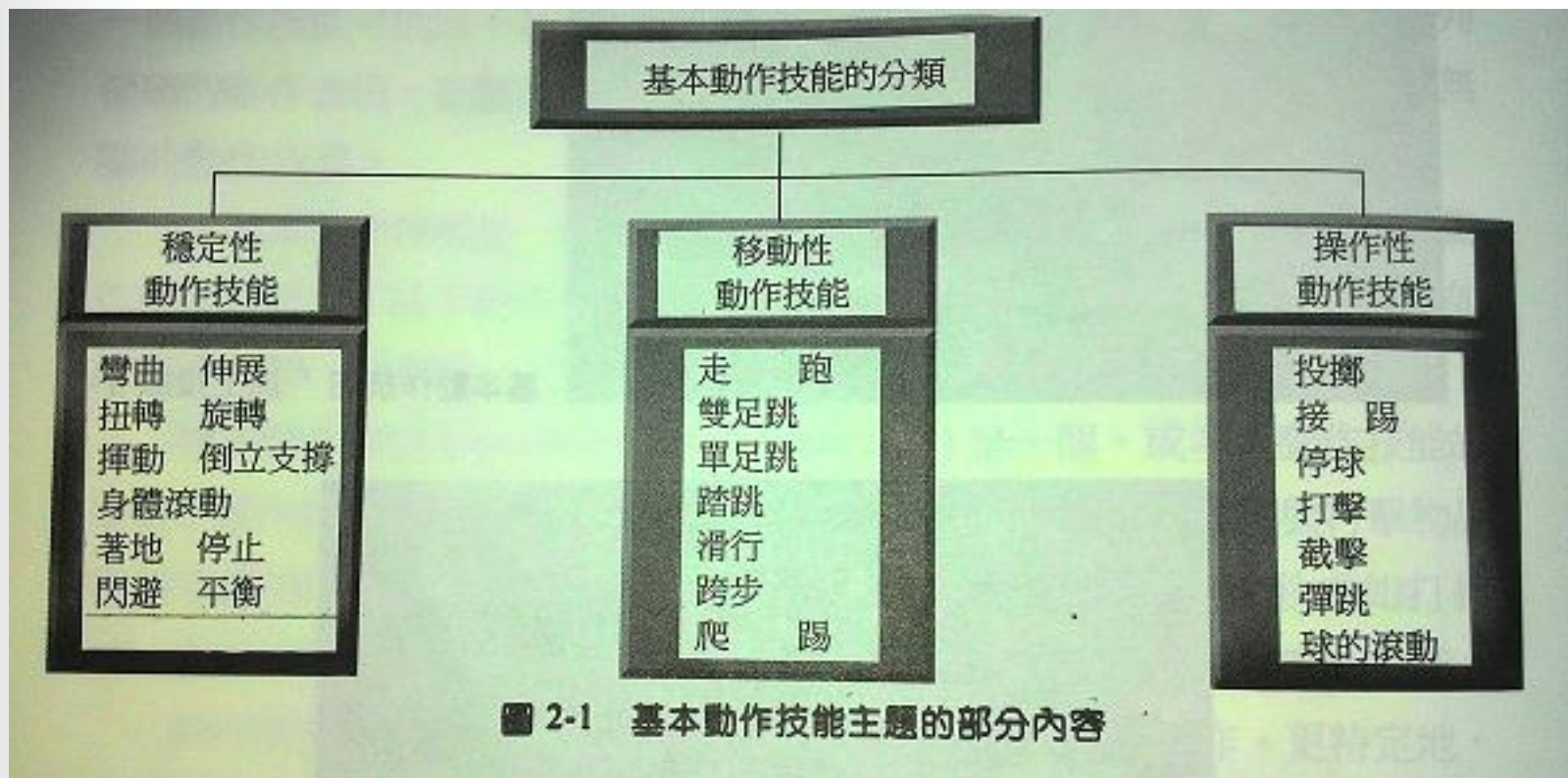
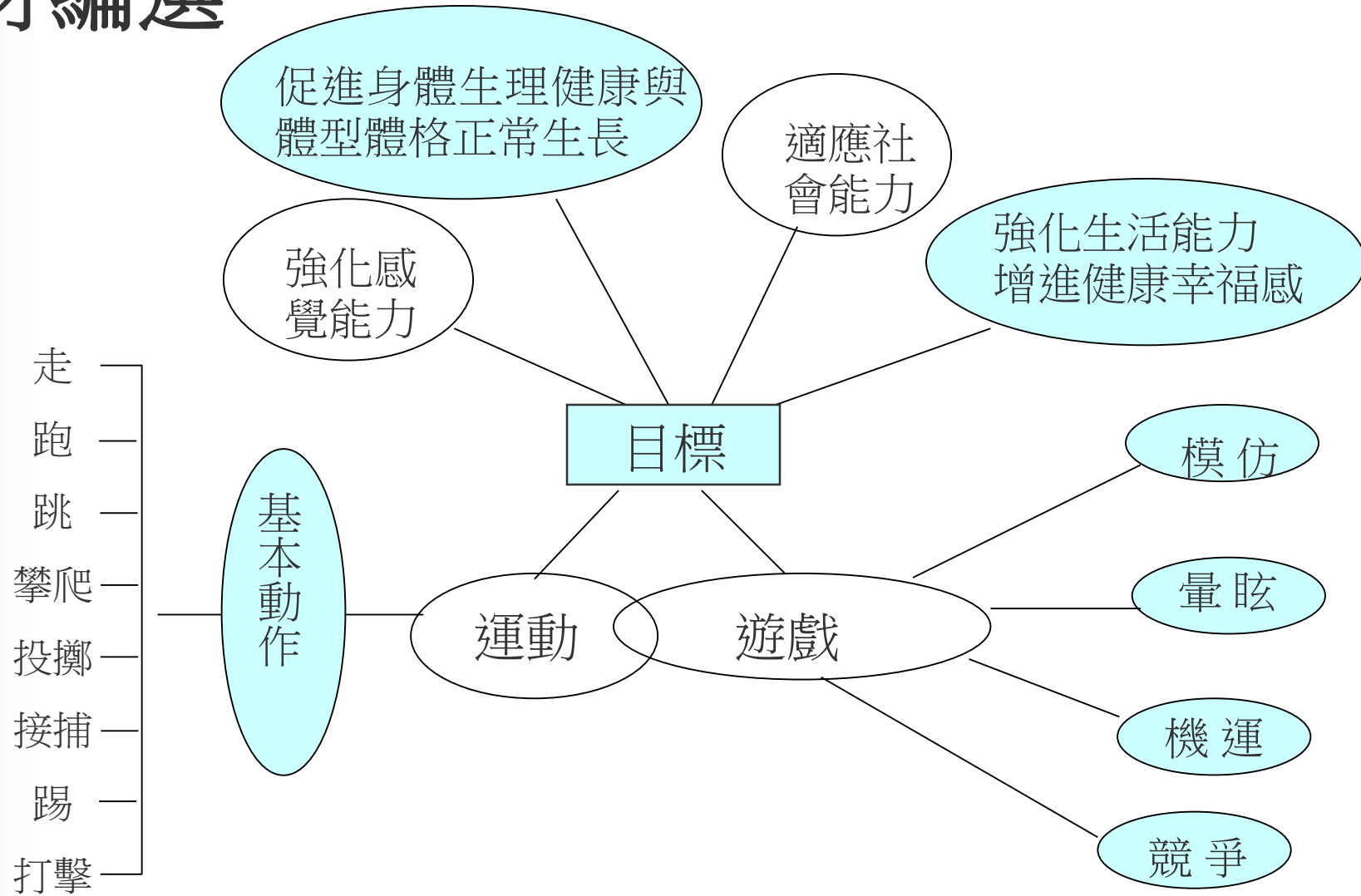


圖 2-1 基本動作技能主題的部分內容

擷取自David L.Gallahue著。(1997)。兒童發展與身體教育。許義雄譯。麥格羅·希爾。P24

教材編選



動作教育教學評量

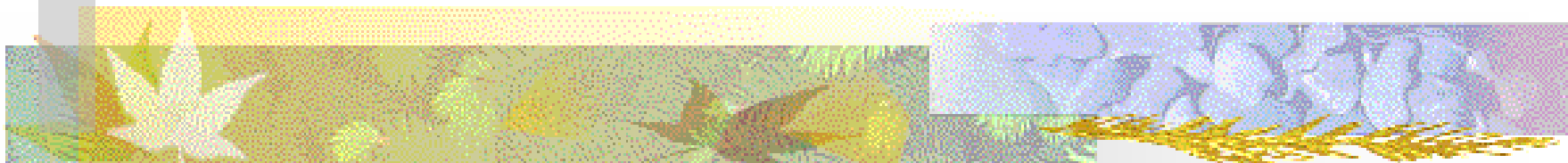
對應動作教育目標

- **身體**~敏捷、協調、平衡~熟練的動作表現
- **心理**~積極、自信、合作互助~正面積極態度
- **思想**~創新挑戰~創作與思考表現

三 實作教學評析~徒手活動&好玩的呼拉圈

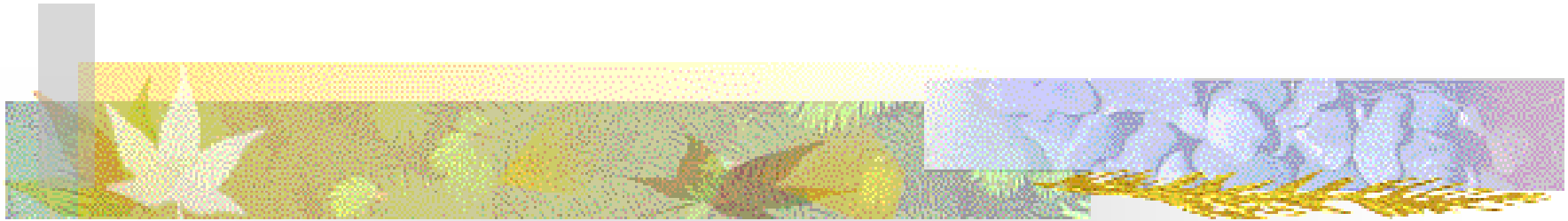
- 一 週遊列國~穿梭跑 (跑跳步、交換步、急馳步...)
- 二 拜訪小島~不同步法踏進踏出 (雙腳、單腳、跨越...)
- 三 地鼠回家~回老家、換新家、串串門子再回家...
- 四 你儂我儂~不同姿勢二人互套環
- 五 好朋友~最佳護衛
- 六 你丟我追~一人滾環, 另一人追
- 七 讓圈圈站起來~ (拍手、繞圈、二人互換位、回原位、8字回原為位...)
- 八 滾大圈~接力
- 九 造型~單人~雙人~小組
- 十 小組創作表演~欣賞與回饋
- 環每人一個 角錐12個 音響 遙控器 擴音器喇叭 CD

Q&A



謝謝聆聽

敬請賜教



水心蓓

pei@tea.ntue.edu.tw