

體育教師暑期學校 2008
教學工作坊
課程資料

A. 基本資料

| | |
|------------|--|
| 課程名稱: (中文) | 透過健美操以發展小學學生的創造力與批判性思考能力 |
| (英文) | Developing Creativity and Critical Thinking through Aerobics for Primary School Teachers |
| 編號: | P7 |
| 日期: | 23-24/07/2008 |
| 時間: | 09:00 – 17:00 |
| 地點: (中文) | 保良局王賜豪(田心谷)小學, 新界沙田隆亨邨 2A 地段 |
| (英文) | Po Leung Kuk Dr. Jimmy Wong Chi Ho (Tin Sum Vally) Primary School, Area 2A, Lung Hang Estate, Shatin, N.T. |
| 對象: | 在職小學體育教師 |
| 名額: | 30 |

B. 導師

| | |
|---------------|---|
| 導師名稱: (中文) | 李亞楠老師 |
| (英文) | Ms. LI Ya Nan |
| 資歷 / 簡介: (中文) | 前香港教育學院體育及運動科學系導師。李老師從事健美操課程設計及推廣, 曾為國家教育部編排體育院系健美操教程及全國中小學廣播體操, 並多次擔任全國大、中、小學師資培訓工作。 |
| (英文) | |

C. 課程概要

| | |
|----------------------|--|
| 課程大綱 (中文) | 健美操是一項融體操、舞蹈、音樂為一體的新興體育項目。它的內容豐富、形式多樣, 能夠培養學生對美的感受能力、鑒賞能力、表現能力和創造能力。本工作坊理論與實踐並重, 使中、小學體育教師瞭解健美操的基本知識, 掌握健美操的基本技術與不同年級的課間體操, 對健美操的教學方法, 編排, 課的設計與實施及比賽的組織與裁判有一個全新的瞭解。 |
| (英文) | |
| 學員所需自備之裝束/設備 (中文及英文) | 輕便體育服裝及運動鞋 |

D. 課程大綱及時間表

| 日期 | 時間 | 教授主題 |
|------------|---------------|---|
| 23/07/2008 | 09:00 – 12:30 | 健美操課程的理念 健美操的概念與分類 健美操的特點與功能 健美操的起源與發展 健美操的術語、基本動作與基本技術 |
| 23/07/2008 | 13:30 – 17:00 | 小學健美操課的設計理念 健美操教學技能與指導技巧 掌握健美操基本步法組合 學習健美體操獎勵計畫（銅章） 學習小學健美操組合 |
| 24/07/2008 | 09:00 – 12:30 | 小學健美操課的設計與實施 健美操與音樂 健美操的創編原則 學習健美操獎勵計畫（銀章） 學習中學健美操組合 |
| 24/07/2008 | 13:30 – 17:00 | 學校健美操競賽的組織方法 學校健美操競賽的規則 學習健美操獎勵計畫（金章） 健美操動作設計、隊形設計及造型創編的實踐 教學活動提議：（為老師提供校內可教授之教學活動） |

參考資料：

- 【1】王洪（2001）：《健美操教程》，北京，人民教育出版社。
- 【2】形體健美與健美操編委會（1997）：《形體健美與健美操》，北京，高等教育出版社。
- 【3】全國體育學院教材委員會審定（1992）：《藝術體操》，北京，人民教育出版社。
- 【4】國家體育總局體操運動管理中心（2001）：《國家級健美操指導員培訓教材》，北京，國家體育總局體操運動管理中心。
- 【5】黃寬柔，周建社（2000）：《健美操 團體操》，廣西，廣西師範大學出版社。
- 【6】黃寬柔，姜桂萍（2001）：《舞蹈與健美操》，北京，高等教育出版社。