



教與學

教與學

◆ 教-----「學習什麼」

◆ 學-----「學習如何教」

(learning how to teach)

「學習如何學習」

(learning how to learn)

學習困境

- ◆ 力不從心、欲振乏力
- ◆ 有些人是「不為」
- ◆ 有些人是「不能」
- ◆ 有些是學習技能的困境
- ◆ 有些是情緒干擾
- ◆ 有些是選錯科系又覺回首已晚，只能「坐以待斃」
- ◆ 有些是精神疾病

何謂學習

- ❁ 源起於經驗與訓練，並與生物過程有相互作用的關係，因而使行為產生永久的改變。
- ❁ 表現〈performance〉是可觀察的，但是學習成效則不是如此。
- ❁ 學習是否產生可以〈consistent observable performance〉持續可觀察表現的概念來說。如果學生無法持續的示範某項技能，他們可能還沒有學會此項技能。

人們如何學習動作技巧

- ❁ 學習的產生與企圖影響他的事項無關
〈learning can take place independent of an intent to influence its occurrence〉
也就是說，沒有教師的幫助，學習也會產生。

--生理(身體)成熟

--環境的互動

--Copy Cat

- ❁ 教學指導的特色是企圖經由特定的指導方式來影響學習成效。

人們如何學習動作技巧（續）

🍁 體育教學中的學習可經由以下的途徑：

Behaviorist model

行為主義模式

Information-processing model

訊息處理模式

Cognitive strategy model

認知策略模式

Behaviorist model

行為主義模式

✿ 強調外在環境在塑造行為時所扮演的角色，其重點在於，學生所做的事情是可被觀察的。

建議：

✿ 示範良好的行為，並且經由獎勵和正面的鼓勵想要達成的反應，塑造教師欲達成的行為。其內容通常被分成許多較細微的部分，讓學生成功的達成，然後會逐次的加入較困難的內容，以建立學生更多成功的機率。

Information-processing model

訊息處理模式

- 處理內在認知時的重要性。
- 研究學生是如何選擇、使用、詮釋、以及儲存訊息。

提議：

- 教師展現訊息給予學生，讓學生注重具有重要性的概念，接著，從這些概念中推論出意義，最後以最有效的方式來統合他們所學的。

Cognitive strategy model

認知策略模式

✿ 主要對人們是如何解決問題、創造、如何學習、以及大體上是如何應用所學的有興趣。

強調：

✿ 問題的解決、環境的途徑、以及教學的整合模式。

動作學習的三個階段

Fitts & Posner(1976)

- 🍁 認知階段 〈cognitive phase〉
- 🍁 組合階段 〈associative phase〉
- 🍁 自動化階段 〈automatic phase〉

認知階段 〈cognitive phase〉

🍁 著重於學生應該如何展現某項運動技巧。

🍁 在開始的階段，學生專注於獲得此項技巧的概念，接者有條理的進行此項技巧。此學習階段中，學生的反應具變化性，特色在於處理表現中的失誤。

組合階段〈associative phase〉

- 更集中於學習技巧的力學；以取得該項技巧時間的安排，並將該項技巧本身許多部份相互協調，而產生流暢和精練的動作。
- 如：在網球正擊中的往後揮拍，或者是籃球中跳投時手的姿勢。

自動化階段〈automatic phase〉

❁ 動作已經在自動化的階段。根本不需要思考是身體的哪一部分的肌肉或他們是怎麼運轉的，很多的人一樣會騎腳踏車、投籃、跑步、或者開球〈排球〉。

❁ 技巧純熟的籃球選手不會再注重如何上籃的動作；他們會注重於如何避開防守的球員。