

運動指導法 案例二

看我 72 變

姓名：

學號：



※據一項東亞 5 國逾萬人的調查，國內近 14% 的大學生是不愛運動的麵龜族，等於每 7 人有 1 人。比率雖低於南韓與香港，卻遠超過新加坡與馬來西亞。分析發現，每周打工超過 20 小時、體重過重或過胖，不愛吃蔬果，是國內大學麵龜族標準特徵。

※此調查由美國印地安那大學應用健康科學系統籌進行，在 2008 至 2009 學年度對東亞 5 國抽樣 1 萬 2147 名 17 至 25 歲大學生，台灣有 4 校、約 4000 人，新加坡、馬來西亞、香港與南韓各 3 校。

- 一、討論此報導對台灣可能造成的危機？
- 二、在體育教學上，我們可以如何著手來做改進？
- 三、你是體育老師，你會怎麼做，講出具體的作法。

看我 72 變

海綿寶寶老師上完體育課，聽見學生小螃蟹跟小蟹走在走廊上，順道聊起了上海綿寶寶老師體育課的情形。

小螃蟹：「小蟹，你喜歡海綿寶寶老師嗎？我蠻喜歡他上體育課的方式，我覺得上海綿寶寶老師的課都可以獲得很方面領域的知識，他上課生動活潑，我還蠻喜歡上海綿寶寶老師的體育課的。」

小蟹說：「我也覺得他的體育課蠻會使用有趣教學方式耶！有時候要分組比賽，定期要我們使用成果發表的方式呈現自己的想法，也會使用分組的方式來進行戰

略的討論，讓我們可以知道其他同學的想法。」

這時候在走廊上巧遇章魚哥他說：「是啦~我同意你們的說法！不過我覺得成果發表有時候真的很累人耶！而且每次上課都要討論，一直激發我的想法，我都想到腦漿要爆了！一直都沒有東西出現，頭頂上只有幾隻烏鴉一直飛…」。

三個人就邊走邊聊，走到下一個上課的地點。

- 一、試著找出案例中有哪些問題?
- 二、請整理小組對案例的看法，並思考哪些看法是正向的思考模式?
- 三、請寫出讀完案例後所延伸出的問題?
- 四、對海綿寶寶老師是否有一些具體的想法與建議（或是可以做哪些行動）?