



■ 青年會書院課堂測試現場。

青年會書院 體育科學化



香港大學電子學習實驗室於七月頒發了「國際傑出電子教學獎」，表揚學校和老師們對推動電子學習的貢獻，以及分享和交流教學經驗。今期我們會繼續為大家

帶來得獎的傑出教案：

《青年會書院——體育教育科學化》：時至今日，科技與運動的結合已並非新鮮事，體育界的各路高手利用資訊科技進一步提升體能表現時有聽聞。隨着運動科學的普及，體育教育的發展亦漸出現要科學化的聲響。然而，引用科技於體育教育與訓練上要做到廣泛普及，尚有一段路要走。

青年會書院在電子學習發展上一直是積極的推動者，老師在了解如何應用電子教學資源於體育科的過程中，意識到科學化訓練未為普及，便利用無線射頻辨識技術(RFID, Radio-frequency identification)，通過無線電波來傳送資料，以識別身分及計時，同時收集學生的運動數據，提高比賽或課堂評估的效益。學生通過RFID系統，可即時看見自己在運動訓練中的分段時間、尚餘圈數及其他學生的成績等資訊，激發運動帶來的爭勝心態，更有助提高其訓練動機。

為了印證系統對提高體育訓練的效能，學校更將校內中四級分為兩組，進行為期八個月的體育訓練，觀察學生在使用資訊科技系統及使用傳統方式進行體育訓練的差異。結果顯示，在肌耐力訓練中，使用資訊科技系統更能有效提升學生的運動成效，學生訓練成果之增長尤為顯著。

體育教育科學化帶來的效益不難明瞭，憑藉各界的努力，相信要普及體育教育科學化亦非難事，就讓我們一起拭目以待！下期繼續報道其他得獎教案，若有查詢，請電郵至`elearning@eee.hku.hk`查詢，或到`http://elearning.eee.hku.hk`了解詳情。

香港大學電子學習實驗室總監 霍偉棟博士

本欄旨在推動電子學習，與大眾分享最新的相關資訊。如有意見，可電郵：`wilton@hku.hk`，或瀏覽`http://eLearning.eee.hku.hk`。