

輔仁大學 111 年度高等教育教深耕計畫

【數位敘事力課程】

成果報告書

課程名稱	桌球 Table Tennis
開課單位	體育系
開課學期	110-2
修課人數	94 人
授課教師	李佳倚 老師

中華民國 111 年 6 月

一、課程簡介

(一)課程概述

隨著科技的進步，網際網路的發達，讓現代人生活更加便利的同時也提升了獲取資訊的速度，在這個環境下，科技技術結合課程教學的【敘事力課程】因而誕生。【敘事力課程】是透過媒材，利用多樣化的形式讓學習變得更多元及有趣，體育課程不再單單只有實體講課，藉由拍攝影片模擬教學的模式，讓學生體驗擔任老師的感覺，在教學的過程中，能夠更加了解動作的背後的意義；而觀看此影片者也能先從影片中學習桌球基本概念，兩方皆能獲取新知，達到雙贏的局面。

此課程內容亦能發揮學生之專業學系屬性，反思當下的「生活世界」，思考如何透過所學，結合並貫徹本校真善美聖之輔仁價值，藉此課程也能增進大學生機會學習、善盡社會責任，對未來發展有著正面的影響。

(二)敘事主題

(1)敘事主題說明

在桌球實體課程中，進行學生拍攝桌球教學影片的內容概述，指導並協助學生進行拍攝，桌球教學影片拍攝共分成五個部分，內容概述如下：

壹、桌球器材介紹、握拍法及球感練習教學

1. 桌球場地、器材
 - I. 球
 - II. 球桌
 - III. 球皮
2. 握拍法介紹
 - I. 直式握拍法
 - II. 橫式握拍法
3. 球感練習
 - I. 原地及走動平衡感
 - II. 原地及走動向上擊球
 - III. 兩人一組空中對擊
 - IV. 對牆擊球

貳、上旋動作教學

1. 上旋球動作教學
 - I. 反手推擋
 - II. 正手平擊球
 - III. 正手平擊發球
 - IV. 反手平擊發球
 - V. 正手殺球

參、下旋動作教學

1. 下旋球動作教學
 - I. 反手搓（切）球
 - II. 正手發下旋球
 - III. 正手拉弧圈球
 - IV. 反手拉弧圈球

肆、上下旋動作組合技術及腳步移位教學

1. 上下旋動作組合技術及腳步移位教學
 - I. 三點正手
 - II. 左推右攻
 - III. 推擋側身攻
 - IV. 側身拉撲右
 - V. 下旋一切一拉
 - VI. 發球找拉

伍、比賽規則

1. 規則
 - I. 分數
 - II. 幾局
 - III. 如何判斷輸贏
2. 裁判指法
 - I. 單打
 - II. 雙打

將會以上述的五個部份分別進行教學影片的拍攝，給予想學習桌球的高齡者、小小孩、初學者等，透過影片教學先有基本的桌球知識，再搭配實體教學更進一步學習到桌球技能。

(2)該議題符合

備註：1. 新常態議題類別請參考「敘事力作業要點」2. SDGs 類別參考：<https://reurl.cc/NZ8q0e>

新常態議題

SDGs

利他性

本課程擬採用「聯合國永續發展目標(2016-2030 年)」17 項指標中：

SDG4【確保有教無類、公平以及高品質的教育，及提倡終身學習】

SDG16【促進和平且包容的社會，以落實永續發展；提供司法管道給所有人；在所有階層建立有效的、負責的且包容的制度】

二、成果說明與分析

(一)課程設計

(1) 教學策略實施

1. 講座：透過講座的方式，分享桌球器材的種類，進行球拍、球皮等的介紹，讓學生先對桌球基本器材有初步的了解。
2. 講述：課程一共分成五個部分，透過實體講述、實際示範的方式逐一介紹，讓學生對桌球知識更熟悉並加以消化過後，進行分組教學影片的拍攝。
3. 成果：拍攝桌球教學影片，放到網路上供民眾觀看，希望藉由影片的詳細介紹，幫助想學習桌球者，能先初步了解桌球的動作，對桌球運動更有概念。

(二)成果說明

(1)成果展現(可複選)

類型：

- 影片/微電影：學生在課程中，將所學的桌球基本動作教學，製作成約3分鐘影片，放置於公共平台，邀請選修大二體育桌球班級的學生及泰山民眾觀賞並給予回饋。
- 數位出版品
- 影像作品
- 線上策展
- 其他(請說明)：

佐證資料：影片網址

組別	拍攝標題	內容摘要	影片網址
3	球感練習 教學	球拍握法及桌球基本教學，透過平衡感練習與向上擊球等方式讓初學者能先掌握球拍擊球的感覺。	https://youtu.be/9rw3bwRWxBA
8			https://youtu.be/r3LwmdQsJ9I
4	上旋動作 教學	桌球上旋球講解及示範不同握拍的擊球要點與發球方式。動作：反手推擋、正手平擊、殺高球。	https://youtu.be/zZo1n_fuvYI
7			https://youtu.be/SrNE5us9qwM
1	下旋動作 教學	桌球下旋球講解及示範不同握拍的擊球要點與發球方式。動作：切球、拉球。	https://youtu.be/uFFmkTMjf7c
2			https://youtu.be/evHcRTYBipM
5	上下旋 動作組合	上下旋動作組合技術的示範應用及腳步移位的教學。	https://youtu.be/dDttuDMOFm0
9			https://youtu.be/d9JIIAJzJ0
6	桌球規則 教學	桌球單打、雙打比賽的基本規則說明。	https://youtu.be/loQ-aNMAG84

(2)成果迴響(可複選)

類型：

- 點擊率/觀看次數：放置 youtube 平台，並給予公開觀看。
- 觀賞者回饋：於選修大二體育桌球的其他課堂播放學生製作的成果影片，並邀請泰山民眾上網觀看後，填寫回饋表單，紀錄至少 3 位的觀賞感想。
- 觀賞者回饋
- 他人的引用或使用
- 校內外合作機會
- 其他(請說明)：

佐證資料：點擊率與觀賞者回饋表單

各支影片的點擊率/觀看次數

拍攝標題	組別	提供資料	組別	提供資料
球感練習教學	第 3 組	 <p>觀看次數：453 次</p>	第 8 組	 <p>觀看次數：236 次</p>
上旋動作教學	第 4 組	 <p>觀看次數：283 次</p>	第 7 組	 <p>觀看次數：236 次</p>
下旋動作教學	第 1 組	 <p>觀看次數：253 次</p>	第 2 組	 <p>觀看次數：214 次</p>

上下旋
動作組合

第5組



上下旋動作組合教學 by 第五組
觀看次數：239次

第9組



上下旋動作組合教學 by 第九組
觀看次數：212次

桌球規則
教學

第6組



桌球規則教學 by 第六組
觀看次數：250次

資料擷取時間：2022.06.17

回饋表單內容

學號	姓名	需要調整改進的地方(影片中被不聽的地方)	哪裡獲得影片中被不聽的地方(需要調整改進的地方)	影片中被不聽的地方(影片中被不聽的地方)	哪裡獲得影片中被不聽的地方(需要調整改進的地方)
29	40933865 張文廷	第三組第四組比較難聽	第四組在介紹在介紹的時候加上去	第四組在介紹在介紹的時候加上去	第四組在介紹在介紹的時候加上去
30	409332903 黃若蘭	第八組在講解每個動作	每個動作講解清楚	每個動作講解清楚	每個動作講解清楚
31	409325672 蔡若瑛	其實我覺得每個動作	兩個動作講解清楚	兩個動作講解清楚	兩個動作講解清楚
32	409012388 林軒輝	第八組的影片如果加	兩個在介紹的時候加上去	兩個在介紹的時候加上去	兩個在介紹的時候加上去
33	409021584 林耀輝	我覺得影片的好處有	我覺得每個動作都	我覺得每個動作都	我覺得每個動作都
34	409422138 陳宇軒	第八組的影片在快結	尾的時候加上去	尾的時候加上去	尾的時候加上去
35	409227282 李永恩	教學一些地方的時候	同學們的開關心	同學們的開關心	同學們的開關心
36	409522085 林國遠	第八組的影片可能因	為第二組的影片很	因為第二組的影片很	因為第二組的影片很
37	407383122 張奕吉	第三組的影片字幕不	夠清晰	第三組的影片字幕不	夠清晰
38	409522085 林國遠	第八組的影片在快結	尾的時候加上去	尾的時候加上去	尾的時候加上去
39	408301478 王呈軒	第八組的影片在快結	尾的時候加上去	尾的時候加上去	尾的時候加上去
40	408890014 柯子杰	第三組：我覺得講得	很好	第三組：我覺得講得	很好
41	407392379 林子清	我覺得第八一次介紹	我喜歡第三組的影片	我覺得第八一次介紹	我喜歡第三組的影片
42	407406965 吳明遠	第八組沒有字幕，收	音	第八組沒有字幕，收	音
43	407412268 林宗聖	第八組可以以上字	幕	第八組可以以上字	幕
44	407412268 林宗聖	第八組可以以上字	幕	第八組可以以上字	幕
45	407411999 張子翹	第三組：節奏太	快	第三組：節奏太	快
46	407340572 鄭楚瑛	第一組：可研整個人	1. 第三組：每個動作	第一組：可研整個人	1. 第三組：每個動作
47	407809463 李心怡	第八組的影片可以	加上去	第八組的影片可以	加上去
48	407340569 馮品宏	第三組，向上看球	球	第三組，向上看球	球
49	408130285 鄧榮華	第三組：在講解每個	動作	第三組：在講解每個	動作
50	407351399 陸宇宏	第八組的影片在講	解的時候加上去	第八組的影片在講	解的時候加上去
51	407351399 陸宇宏	第八組的影片在講	解的時候加上去	第八組的影片在講	解的時候加上去
52	408890025 陳永謙	可以講得再清楚一	些	可以講得再清楚一	些
53	407411175 盧卓立	第八組影片可以清	晰	第八組影片可以清	晰
54	407391222 盧卓立	我認為影片的好處	有	我認為影片的好處	有
55	407340106 葉芷晴	第八組：收音狀況	不是很好	第八組：收音狀況	不是很好
56	407392422 葉芷晴	第八組：收音狀況	不是很好	第八組：收音狀況	不是很好
57	407809237 黃若蘭	第三組在講解每個	動作	第三組在講解每個	動作
58	408920259 鄧榮華	第八組的影片在快	結尾的時候加上去	第八組的影片在快	結尾的時候加上去
59	407070555 陳偉雄	第八組沒有字幕，	收音	第八組沒有字幕，	收音
60	407392378 陳永謙	第三組：有個動作	講解不清楚	第三組：有個動作	講解不清楚
61	408440654 謝奕宏	第三組我覺得不錯	除	第三組我覺得不錯	除
62	407070966 陳永謙	第八組教學動作有	點	第八組教學動作有	點
63	408330108 陳偉雄	第八組的影片在快	結尾的時候加上去	第八組的影片在快	結尾的時候加上去
64	409227282 李永恩	第八組的影片在快	結尾的時候加上去	第八組的影片在快	結尾的時候加上去
65	409383736 陳永謙	第八組的影片在快	結尾的時候加上去	第八組的影片在快	結尾的時候加上去
66	409402142 陳永謙	第三組：可以加上	字幕	第三組：可以加上	字幕
67	409391109 鄧榮華	我覺得第八組的影	片	我覺得第八組的影	片

拍攝標題	組別	優缺點回饋摘要	組別	優缺點回饋摘要
球感練習教學	第3組	<p>優點</p> <p>① 節奏流暢，剪輯完整，有字幕、BGM、效果音、花絮等，觀影體驗佳</p> <p>② 每個動作都有詳細解說，講解清楚，很適合做為初學者學習的教材</p>	第8組	<p>優點</p> <p>① 示範時有特別提醒該注意的地方</p> <p>② 用心找場地拍影片，呈現出初學者在對牆打時會出現的狀況，非常貼切</p> <p>③ 講解方式有創意</p>

		缺點 ① 前面說明時有人在打球，會影響講解及觀眾注意力 ② 動作講解有提到腳步移動，但鏡頭畫面沒有帶到 ③ 動作不太準確，讓畫面看起來很混亂		缺點 ① 無字幕，聲音過小，講話有些快，整體讓人感覺雜亂 ② 太多人在做示範，容易造成混淆，不知道要看誰 ③ 動作解釋的不夠詳盡
上旋動作教學	第4組	優點 ① 剪輯流暢，BGM配得好，有加效果音與字幕 ② 全程另外錄音，讓觀看者能聽得清楚明白 ③ 增加字卡輔助教學	第7組	優點 ① 介紹時有搭配動作示範，講解仔細 ② 最後有將動作總結並再示範一次，有達到複習的效果 ③ 整組互動良好，有團隊精神
		缺點 ① 字幕字體不是很統一，觀看上會有些吃力 ② 口誤多，拍攝前要確實校稿 ③ 實際操作上感覺不太熟練		缺點 ① 聲音有點雜，容易聽不清楚 建議用字幕、配樂等輔助 ② 講解內容重覆且速度稍快 ③ 實際操作上感覺不太熟練
下旋動作教學	第1組	優點 ① 有示範錯誤和正確的打法，加深理解且 ② 動作說明完整、步驟詳盡且有搭配文字說明 ③ 拍攝者活潑讓影片更有趣 ④ 重點部分搭配字卡，轉場特別，非常有創意	第2組	優點 ① 內容講解都是清楚且流暢的，看的出事先的準備充足 ② 有示範易發生的錯誤並提出改善方式 ③ 示範者的動作標準 ④ 組員間彼此鼓勵、提醒，憶起找出問題，氛圍很棒
		缺點 ① 畫質差，無字幕，講解過快，背景音與轉場音效不完整 ② 拍攝角度沒有取好，看不太清楚動作，鏡頭有點晃 ③ 影片有些冗長，講解者和示範者沒有默契		缺點 ① 聲音及畫面略小，講述內容不清晰，也看不清楚姿勢與動作，建議可以重新收音與改變拍攝的角度 ② 字幕清晰但不完整 ③ 實際教學動作不太熟練
上下旋動作組合	第5組	優點 ① 有字幕，講解仔細、清楚，示範前會先講解一些重點，再做動作，最後才打球示範 ② 聲音夠大，運鏡流暢，在示	第9組	優點 ① 有字幕，每個動作前都有標題，很清楚在講甚麼 ② 示範者很有活力，講解的動作的方式也很多元

		<p>範動作時也有把小提示打在上面，對於理解很加分</p> <p>③ 有解釋組合球的原依以及指出容易錯誤的地方</p> <p>缺點</p> <p>① 影片拍攝角度單調，建議可以適時換方向，看得更清楚</p> <p>② 背景有別人在打球，容易分散注意力</p> <p>③ 字幕字體大小不一致，教學節奏偏快。</p> <p>④ 講解者與示範者無先搭配好，其中一方尷尬站著，建議可以互相搭配進行示範</p>	<p>③ 拍攝方式獨特，是直接靠在球網旁自拍的方式，看得很清楚，解說得也很仔細</p> <p>④ 節奏適當，有口訣幫助記憶</p> <p>缺點</p> <p>① 聲音不清楚，鏡頭會晃，畫面有點糊，觀看吃力</p> <p>② 沒有事先演練，有些人台詞沒背熟，對於組合動作稱呼沒有一致，造成觀眾混亂</p> <p>③ 鏡頭角度侷限，沒辦法看到腳步及對面球桌</p> <p>④ 拍片的場地很多個，畫面的銜接上感覺比較不和諧</p>
桌球規則教學	第6組	<p>優點</p> <p>① 運用實際進行比賽來說明規則，且搭配很多音效和特效來輔助，很特別也很有趣</p> <p>② 影片製作很用心，解說人員說話清晰且也有加字幕，易理解</p> <p>③ 整體感覺活潑，針對常犯錯誤，都有詳細的做解說</p> <p>缺點</p> <p>① 特效聲音過大，光線有點暗，講解規則時有點快，若放慢一下節奏會更好</p> <p>② 動作演示的鏡位比較單調，有點太遠看不到球在哪，觀眾不好掌握比賽進行</p>	

收到的表單數量：67份

(3)執行成果

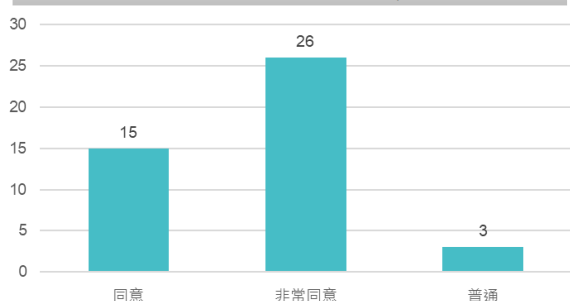
質化成果說明	量化成果說明
<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生藉由拍攝影片，更加了解桌球相關知識，並完成至少五分鐘的成果影片拍攝與後製。 2. 幫助學生建立積極自主的學習態度，樂於與人分享互動。 3. 學生獲得桌球教學實務的經驗 4. 藉由影片的拍攝，學生可促成敘事力之實踐，體察體育生活與文化價值之美 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 製作9部桌球教學影片，上傳至Youtube讓民眾公開觀賞。 2. 每部影片至少有200次以上的觀看次數。 3. 共收到67份回饋表單，內容針對各部影片的優缺點分別給予建議。

(三)學生學習成效分析

(1)問卷回饋 將填答問卷同成果報告書一併繳交(為節省紙張,請優先提供電子檔)

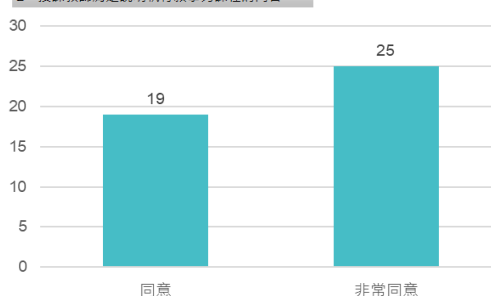
1. 課程的內容規劃適切、教材內容有助於學習、難易適中,讓我在學習過程沒有負擔

1、課程的內容規劃適切、教材內容有助於學習、難易適中,讓我在學習過程中沒有負擔。



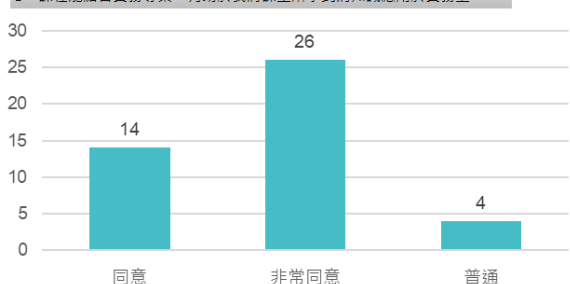
2. 授課教師清楚說明執行敘事力課程的內容

2、授課教師清楚說明執行敘事力課程的內容。



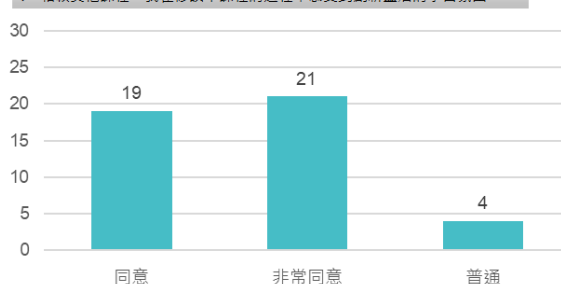
3. 課程能結合實務專業,有助於我將課堂所學到的知識應用於實務上

3、課程能結合實務專業,有助於我將課堂所學到的知識應用於實務上。



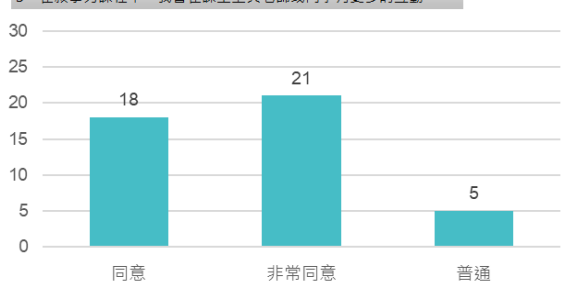
4. 相較其他課程,我在修讀本課程的過程中感受到創新靈活的學習氛圍

4、相較其他課程,我在修讀本課程的過程中感受到創新靈活的學習氛圍。



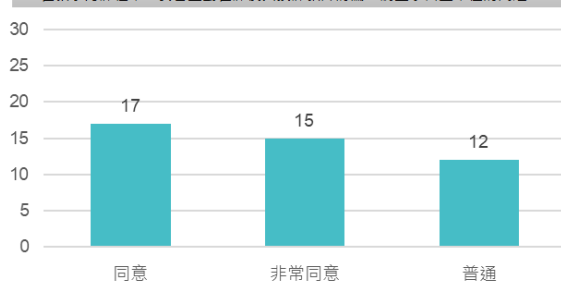
5. 在敘事力課程中,我會在課堂上與老師或同學有更多的互動

5、在敘事力課程中,我會在課堂上與老師或同學有更多的互動。



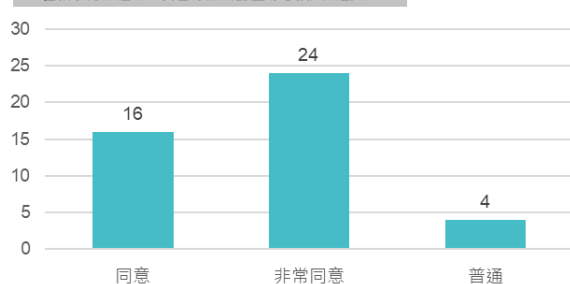
6. 在敘事力課程中,我會主動在課後與授課教師討論、請益學習上不懂的問題

6、在敘事力課程中,我會主動在課後與授課教師討論、請益學習上不懂的問題。



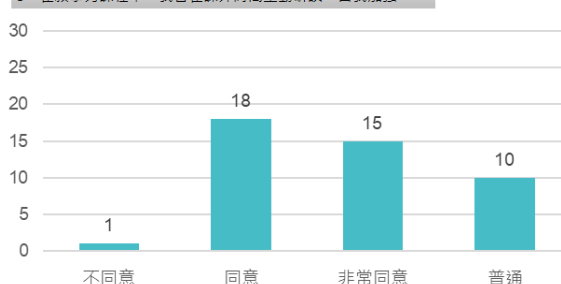
7. 在敘事力課程中,我會仔細聆聽並專心投入活動中

7、在敘事力課程中,我會仔細聆聽並專心投入活動中。

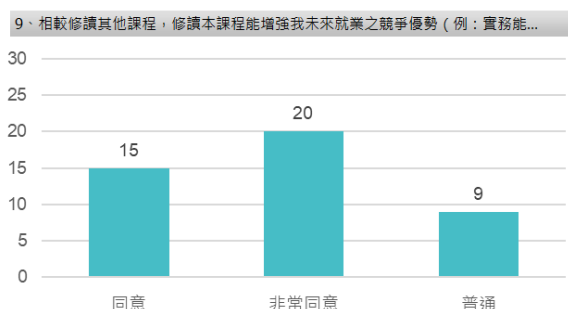


8. 在敘事力課程中,我會在課外時間主動研讀,自我加強

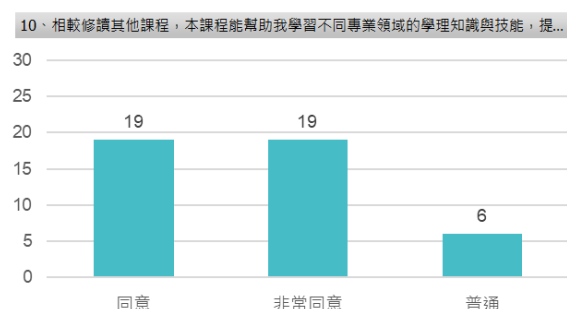
8、在敘事力課程中,我會在課外時間主動研讀,自我加強。



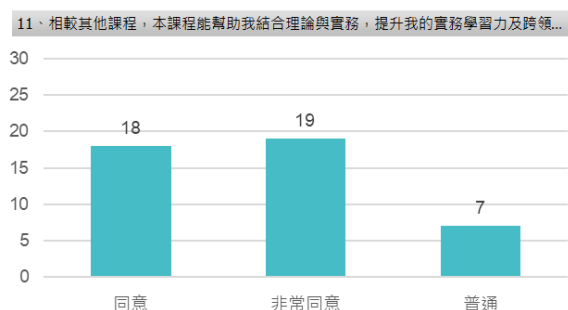
9. 相較修讀其他課程，修讀本課程能增強我未來就業之競爭優勢（例：實務能力）



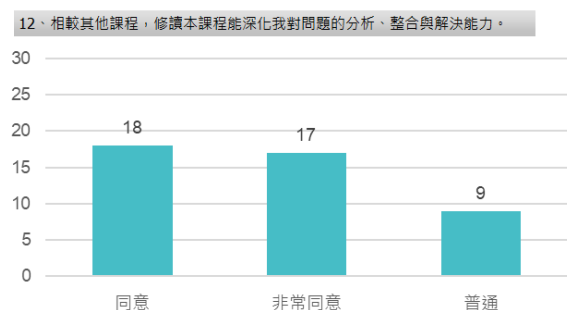
10. 相較修讀其他課程，本課程能幫助我學習不同專業領域的學理知識與技能，提升我在學習上多元互補能力



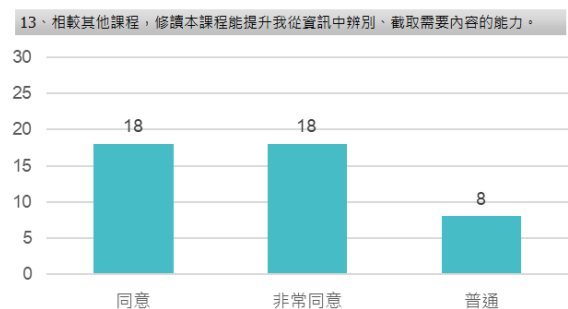
11. 相較其他課程，本課程能幫助我結合理論與實務，提升我的實務學習力及跨領域競爭力



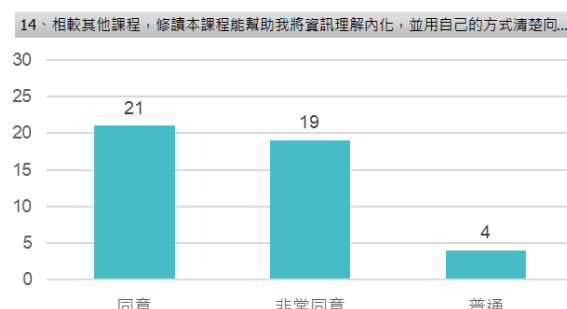
12. 相較其他課程，修讀本課程能深化我對問題的分析、整合與解決能力



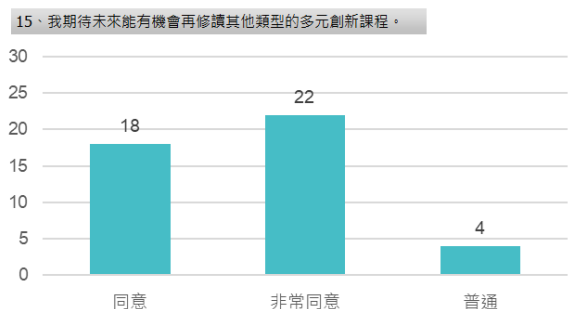
13. 相較其他課程，修讀本課程能提升我從資訊中辨別、截取需要內容的能力



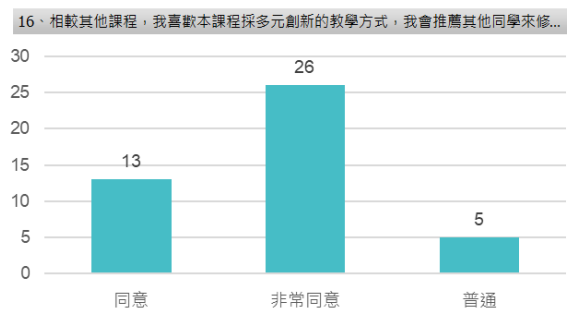
14. 相較其他課程，修讀本課程能幫助我將資訊理解內化，並用自己的方式清楚向他人說明



15. 我期待未來能有機會再修讀其他類型的多元創新課程

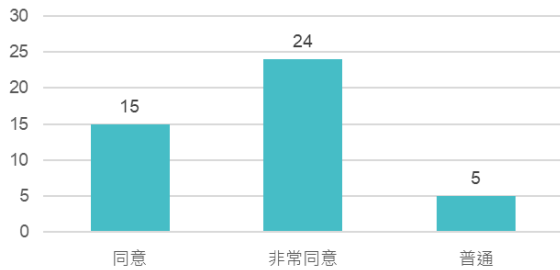


16. 相較其他課程，我喜歡本課程採多元創新的教學方式，我會推薦其他同學來修讀這門課



17. 相較其他課程，本課程中授課教師的多元教學方式與認真的教學態度能夠引發我的學習動力，增進我的學習成效。

17、相較其他課程，本課程中授課教師的多元教學方式與認真的教學態度能夠引發...



18. 其他意見

- 老師都會下場跟我們互動，覺得有問題或有困難都可以直接跟老師講！我對術科一直以來都覺得比較有負擔因為我不是體育專長生，但很謝謝老師讓我在這堂課沒有太大的壓力，在學習過程中也很愉快！謝謝老師～
- 做完最後的影片成就感非常大，第一次嘗試做特效影片結合的工作，雖然過程很辛苦，上字幕找音樂等等，但是最後結果很棒就很好。
- 以影片為主的教學，讓我非常有興趣，老師也會從旁協助指導，很用心。
- 身為體育系的同學不只要會打球更要知道如何教學，感受到佳倚老師的用心，讓桌球課變得豐富有趣，謝謝老師。

應填人數：50人 實填人數：44人

(2) 實施成效分析

請分析學生學習成效與申請書內「課程目標」之對應，並評估計畫實施效果

藉由課程結束後的問卷調查，可以發現學生們對於此計畫的滿意度程度相當高，也認為課程結合實務有助於將課堂所學的知識運用到現實生活中。此次利用教學搭配影片拍攝的模式不僅有助於學生學習，也有助於同學與授課老師交流，主動詢問、討論會遇到的問題，在最後成果展現上，大多組別都有非常好的呈現。有達成知識面目標所設定的認識與桌球有關的運動概念以及和桌球有關的運動能力，增進技能面目標中對了解（學會）桌球必備的一般認知及技術認知，與成功達到態度面目標中想培養學生健康而積極的面對生活、主動學習的基本態度。

多元的教學方式讓學生們印象深刻，也能引發學生的學習動力，提升學習成效。

三、照片錦集



說明：老師提醒動作教學要點



說明：學生交互練習餵球與擊球動作

四、反思與檢討

在此活動過程中主要會面臨的挑戰是由於課程學生多數皆非桌球專業，因此對動作的掌握以及熟練度都稍嫌不足。學期中的時候有先請學生交初稿影片，老師分別根據影片內容給予修正及建議，所以大多數的組別在內容說明的部分較無太大的困難，但由於今年後半學期遇到疫情，遠距教學的緣故，使得學生少了很多動作練習的時間，因此在示範階段的流暢度就稍微弱了一些。在動作熟練度的部分，考量到整組學生都沒有人會動作的可能，若有需要，可安排一些時間，各組派一至兩位同學，請助教或是老師輪流進行個別指導，其餘學生自由練習、討論影片拍攝，過後再讓同學將所學到的要點轉述給組員，以此方式降低同學因動作不熟悉所產生的緊張感。拍攝影片前，應先模擬流程，建議選動作較為嫻熟的同学做示範，而另外的同學做補充，分工合作，讓影片的效果更好。

此次影片拍攝除了需要講述的內容固定之外，影片呈現的方式並無特別規定，在這方面可以說有優點也有缺點，優點是可發現學生們的創意無限，每個組別的呈現方式都不太相同，但都很用心及有趣；缺點的部分像是字幕、收音等沒有統一規定，所以若作為系列的教學影片會有些雜亂，因此日後若有在進行此教學方式可以將一些影片基本需求先列出，並針對此次執行時所發現的共同問題先做提點與建議，如：運鏡、拍攝角度要適時的變化、環境吵雜可以另外收音等，讓學生在影片拍攝上能夠更加地順利，成果的展現也能更完整。

五、結論及未來展望

此計畫帶來嶄新的教學方式，以教代學，讓學生能夠換個角度，從學習者變教學者，進行翻轉學習。由於是要傳遞完整的知識，需做更多準備，不能只是了解皮毛，而是要對整個動作結構、流程進行全盤的學習後，再轉化成自己的語言，傳達給他人。在學習上雖然增添了一些困難，但藉由此過程，可以使知識的掌握更加全面。而透過拍攝影片進行教學實踐，也創造了更多可能性以及更能具體反思不足之處，不僅留下了成果，也收到了回饋供日後改善。

相信藉由此次影片拍攝學習的活動，讓學生對於桌球運動有更深入的了解，實際產出影片的成果且得到他人的正向的回饋也相當的成就感。透過拍攝不同主題的影片，互相欣賞並給予建議，可以讓同學間彼此學習，共同成長。而放置網路公開平台供民眾觀看，可讓大眾僅藉由一個管道，就能有系統地了解桌球基本知識，減少了找尋資料所花費的時間，增添了便利性。教學者本身非專業選手，所以更能設身處地的去思考，發現一般初學者會遇到的問題，讓觀看者能多一種角度去學習桌球的基本技術。

希望未來能夠讓影片在發揮學生創意的同時，也能有一致性，讓系列影片更加的完整。