

# 適當回饋在體育教學上之探討

吳家碧

通識教育中心講師

## 【摘要】

不同的回饋方式會對內在動機造成不同層面的影響，積極、正向的回饋會增強一個人的內在動機；消極、負面的回饋則會降低一個人的內在動機。在教學過程中，掌握學生個別差異，據而變化回饋的種類與程度，給學生適當的回饋。讓學生知道，他現在所做的努力是一步一步更接近成功，因此老師應該多使用積極、正向的回饋，盡量少用消極或負面的回饋；設計適當而有趣的課程；給予即刻而明確的回饋；及幫助學生建立自己的目標。參與學習過程，是教導學生激發內在動機及提升教學品質為首要的重點。

關鍵詞：回饋、外在回饋、內在回饋