

110 學年度彰化縣東興國小教師專業發展實踐方案

表 1、教學觀察（公開授課）－觀察前會談紀錄表

授課教師：陳永良 任教年級：二年級 任教領域/科目：健康與體育

回饋人員：胡薰方、黃添祥、陳弘斌

任教年級：三年級、六年級、六年級 任教領域/科目：健康與體育、國語、數學

備課社群：健康與體育 教學單元：歡樂跑跳碰—有趣的身體姿勢與平衡

觀察前會談(備課)日期：110 年 11 月 05 日 地點：校史室

預定入班教學觀察(公開授課)日期：110 年 11 月 09 日 地點：活動中心

一、學習目標(含核心素養、學習表現與學習內容)：

核心素養：健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。

學習表現：1c-I-1 認識身體活動的基本動作。

2c-I-2 表現認真參與的學習態度。

2d-I-1 專注觀他人的動作表現。

2d-I-2 接受並體驗多元性的身體活動。

學習內容：Ab-I-1 體適能遊戲。

Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。

二、學生經驗(含學生先備知識、起點行為、學生特性...等)：

在二上單元5第一課(休閒好自在)已學過認識身體活動的基本動作、認真參與的學習態度、基本動作與模仿的能力。

三、教師教學預定流程與策略：

(一)準備活動 7 分鐘。

教師帶學生做暖身操。

(二)發展活動 28 分鐘

「挑戰一」--依照老師下的指令，擺好指定身體的部位著地，固定不動(至少 3 秒)。

「挑戰二」-- 4-5 人一組，圍圈坐下。請小朋友動動腦筋，還能用身體哪些部位來設定平衡？

「挑戰三」--任務大挑戰，小組一起合作，合力做出指定動作，達成小組的任務。

(三)綜合活動 5 分鐘

心得分享時刻，說出讓你印象最深刻的動作或特色。

四、學生學習策略或方法：

實作評量、小組討論、口語評量。

五、教學評量方式(請呼應學習目標，說明使用的評量方式)：

提問、發表、實作評量、小組討論、自評、互評。

六、觀察工具(可複選)：

表 2-1、觀察紀錄表

表 2-2、軼事紀錄表

表 2-3、語言流動量化分析表

表 2-4、在工作中量化分析表

表 2-5、教師移動量化分析表

表 2-6、佛蘭德斯(Flanders) 互動分析法量化分析表

其他：_____

七、回饋會談日期與地點：(建議於教學觀察後三天內完成會談為佳)

日期：110 年 11 月 09 日

地點：校史室

國小健康與體育領域第三冊(二上)第五單元教案設計

一、課程設計原則與教學理念說明（請簡要敘明）

（一）課程設計原則：

- 1.循序性：健康與體育領域課程發展應關注學生身心健康與體能之發展、體育認知之成長，連結學生過去、現在和未來的學習經驗，持續累積學生健康與體育之知能以因應健康、運動之生活需求。課程規劃時應具順序性由易而難，由簡而繁，逐漸加深、加廣。
- 2.階層性：健康與體育領域課程考量各學習階段學生的認知程度、心智發展、生活經驗、技能操作與實踐能力，規劃適合各學習階段學生之課程發展重點及內容。
- 3.適量性：健康與體育領域內各科目的課程規劃應能均質均量，顧及各學習階段的學習重點與學生學習特質之差異，提供充分的學習時數與適當的課程內涵。

（二）教學理念說明：

健康與體育領域課程在「自發」、「互動」與「共好」三個層面有不同的學習重點與實踐方式。在「自發」層面，以學生為主體，教導學生覺知各種生活情境，引導學生「健康賦權」與「運動參與」的歷程，培養個人實踐健康生活與終身運動的習慣，並以正向與積極的態度面對人生。「互動」層面是強調個人、群體及環境的溝通思辨，培養學生透過健康倡議與體育活動的歷程，有效與他人互動，達到健康安適與運動遊憩的目的。「共好」層面是以行動力進行健康宣導，在課程中力行動態生活，參與健康休閒活動，享受運動樂趣，促進生活品質，進而實踐全人健康。

- 1.養成尊重生命的觀念，豐富健康與體育生活。
- 2.充實促進健康的知識、態度與技能。
- 3.發展運動概念與運動技能，提升體適能。
- 4.培養增進人際關係與互動的能力。
- 5.培養營造健康社區與環境的責任感和能力。
- 6.培養擬定健康與體育策略與實踐的能力。
- 7.培養運用健康與體育的資訊、產品和服務的能力。

二、教學活動設計

領域科目	健康與體育		設計者	陳永良
單元名稱	歡樂跑跳碰—有趣的身體姿勢與平衡		總節數	共 3 節，120 分鐘。演示教學為第 1 節。
教材來源	<input type="checkbox"/> 教科書（ <input type="checkbox"/> 康軒 <input type="checkbox"/> 翰林 <input type="checkbox"/> 南一 <input type="checkbox"/> 其他） <input type="checkbox"/> 改編教科書（ <input type="checkbox"/> 康軒 <input type="checkbox"/> 翰林 <input type="checkbox"/> 南一 <input type="checkbox"/> 其他） <input checked="" type="checkbox"/> 自編（說明：教育部體育署國小體育教學模組研習資料改編）			
學習階段	<input checked="" type="checkbox"/> 第一學習階段（國小一、二年級） <input type="checkbox"/> 第二學習階段（國小三、四年級） <input type="checkbox"/> 第三學習階段（國小五、六年級） <input type="checkbox"/> 第四學習階段（國中七、八、九年級）		實施年級	二年級
學生學習經驗分析	在二上單元 5 第一課(休閒好自在)已學過認識身體活動的基本動作、認真參與的學習態度、基本動作與模仿的能力。			
設計依據				
領域核心素養	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。			
單元課程學習重點	學習表現	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀他人的動作表現。 2d-I-2 接受並體驗多元性的身體活動。		
	學習內容	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。		
單元課程目標	1. 認識不同的支撐方式。 2. 認識不同的平衡方式。 3. 表現各種支撐方式。 4. 表現各種平衡方式。 5. 快樂參與活動並遵守遊戲規則。			
核心素養呼應說明	A 自主行動 A2 具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考素養，並能行動與反思，以有效處理及解決生活、生命問題。			
議題融入	實質內涵	【戶外教育】戶E3善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。		
	所融入之學習重點	與肢體活動相結合，例如融入「健康的身心」的學習實質內涵，參與戶外生活體驗，如健行、登山、其它山野活動等，在真實生活情境中實際體會生活，促進自我成長與社會化發展。		
教學設備／資源	墊上空間、電腦、音響設備、影像播放設備、音樂。			
參考資料	康軒版健康與體育一下課本、教師手冊、教育部體育署國小體育教學模組認證平台			
教學目標	1. 認識不同的支撐方式。 2. 認識不同的平衡方式。 3. 表現各種支撐方式。 4. 表現各種平衡方式。 5. 快樂參與活動並遵守遊戲規則。			

教學活動內容及實施方式	時間	學習檢核／備註
<p>【準備活動】</p> <p>一、教師：準備好墊上空間和各種教具、確認電腦影音設備沒問題。</p> <p>二、學生：由體育股長帶隊至集合地點，集合整隊準備上課。</p> <p>三、教師帶學生做暖身操。</p>	7分	
<p>【發展活動】</p> <p>教師講述上課內容的重點，什麼是身體姿勢，什麼是身體姿勢的平衡，要如何達到平衡，並舉例示範。</p>	3分	
<p>「挑戰一」---</p> <p>依照老師下的指令，擺好指定身體的部位著地，固定不動(至少3秒)。</p> <p>階段一：老師示範，並做動作講解。</p> <p>階段二：小朋友依照播放螢幕所下的指令做動作。 (鼓勵小朋友發揮想像力，做出來的姿勢盡量和別人不一樣！)</p>	5分	實作評量
<p>「挑戰二」---</p> <p>4-5人一組，圍圈坐下。請小朋友動動腦筋，還能用身體哪些部位來設定平衡？</p> <p>階段一(舉例)： 臀部---人體蹺蹺板 手臂---棒式支撐</p> <p>階段二：請小朋友發言並示範操作。</p>	5分	實作評量
<p>「挑戰三」---</p> <p>任務大挑戰，小組一起合作，合力做出指定動作，達成小組的任務。</p> <p>任務一：(4人---4手4腳1臀部)，請小組討論演練，並推派小組來示範。</p> <p>任務二：(4人---5手4膝1頭)，請小組討論演練，並推派小組來示範。</p> <p>任務三：(4人---6手7腳)，請小組討論演練，並推派小組來示範。</p> <p>任務四：(4人--4手1臀部1背部)，請小組討論演練，並推派小組來示範。</p>	15分	實作評量
<p>【綜合活動】</p> <p>心得分享時刻，說出讓你印象最深刻的動作或特色。</p>	5分	口語評量