

# 彰化縣北斗國小110學年度公開授課教學設計

領域科目	健康與體育	設計者	洪珀慈	
單元名稱	跳躍精靈	授課節次	共 7 節，授課第 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 checked="" type="checkbox"/> 自改編教科書（ <input type="checkbox"/> 康軒 <input checked="" type="checkbox"/> 翰林 <input type="checkbox"/> 南一 <input type="checkbox"/> 其他） <input type="checkbox"/> 自編（說明：）			
學習階段	<input checked="" type="checkbox"/> 第一學習階段（國小一、二年級） <input checked="" type="checkbox"/> 第二學習階段（國小三、四年級） <input checked="" 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	一~六年級	
學生學習經驗分析	1. 會自椅子上往下跳。 2. 會原地跳起。			
總綱核心素養		<b>A1 身心素質與自我精進</b> 具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。 <b>B3.藝術涵養與美感素養</b> 具備藝術感知、創作與鑑賞能力，體會藝術文化之美，透過生活美學的省思，豐富美感體驗，培養對美善的人事物，進行賞析、建構與分享的態度與能力。 <b>C2 人際關係與團隊合作</b> 具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。		
領域核心素養		<b>健體-E-A1</b> 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 <b>健體-E-B3</b> 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。 <b>健體-E-C2</b> 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。		
課程學習重點	學習表現	3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。 3a-II-1 演練基本的健康技能。 3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。		
	學習內容	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ab-II-1 體適能活動。 Ab-III-1 身體組成與體適能之基本概念。		
教學/學習目標		一~二年級： 嘗試跳躍運動，練習簡易的體適能活動。 三~四年級： 透過跳躍運動增加體適能。 五~六年級： 進行跳躍運動促進不同體適能的身體活動。		
議題	實質內涵	安 E9 學習相互尊重的精神。		

融入	融入單元	(非必要項目)	
與他領域/科目連結	數學(非必要項目)		
教學設備/資源	電子白板、筆記型電腦、u-tube 影片、呼拉圈		
參考資料	教用版電子教科書。		
教學活動內容及實施方式		時間	學習檢核/備註
<b>【準備活動】</b> 一、課堂準備 (一)教師： 1. 完成課程設計 2. 準備教用版電子教科書及呼拉圈做教材教具。 (二)學生： 坐成一列聽老師講解，實作時依順序做練習。  二、引起動機 詢問學生那些生物會跳?觀看各種生物跳躍的影片及跳躍的各式型態。		5 分鐘	一~二年級： 嘗試跳躍運動，練習簡易的體適能活動。  三~四年級： 透過跳躍運動增加體適能。  五~六年級： 進行跳躍運動促進不同體適能的身體活動。
<b>【發展活動】</b> <b>活動一、雙腳任意跳</b> ■呼拉圈隨意放，選擇雙腳同時跳任何一格。老師示範，學生模仿練習		5 分鐘	
<b>活動二、有節奏的跳</b> ■呼拉圈固定間格排列，雙腳連續跳。老師示範，學生模仿練習		5 分鐘	
<b>活動三、雙腳左右輪流跳</b> ■呼拉圈並排放置，左右腳輪流跳。老師示範，學生模仿練習		5 分鐘	
<b>活動四、越跳越遠</b> ■雙腳向前連續跳 3 次(不擺放呼拉圈)，中途不可停頓。老師示範，學生模仿練習		5 分鐘	
<b>【綜合活動】</b> ■由學生自行排列呼拉圈，做單腳或雙腳跳躍的動作。 ■教師統整： 1. 做完跳躍運動的感覺如何?舒服?累?開心?痛苦? 2. 會跳躍有何好處?鼓勵學生平時作跳躍活動，例如：跳高、跳遠、跳繩、投籃等活動，增加體能，讓自己更有活力更快樂。		13 分鐘 2 分鐘	

# 110 學年度彰化縣北斗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

回饋人員 (認證教師)	歐春如	任教 年級	特教 班	任教領域/ 科目	綜合活動
授課教師	洪珀慈	任教 年級	特教 班	任教領域/ 科目	健康與體育
備課社群(選填)		教學單元		四下單元 3 跳躍精靈	
觀察前會談 (備課)日期及時間	111 年 3 月 22 日 9:30 至 10:00		地點	特教班	
預定入班教學觀察/ 公開授課日期及時間	111 年 3 月 25 日 8:40 至 9:20		地點	特教班	
<p>一、學習目標(含核心素養、學習表現與學習內容):</p> <p>學習目標</p> <p>一~二年級:</p> <p>嘗試跳躍運動,練習簡易的體適能活動。(3a-I-1、Ab-I-1)。</p> <p>三~四年級:</p> <p>透過跳躍運動增加體適能。(3a-II-1、Ab-II-1)。</p> <p>五~六年級:</p> <p>進行跳躍運動促進不同體適能的身體活動(3a-III-1、Ab-III-1)。</p> <p>核心素養</p> <p><b>健體-E-A1</b></p> <p>具備良好身體活動與健康生活的習慣,以促進身心健全發展,並認識個人特質,發展運動與保健的潛能。</p> <p><b>健體-E-B3</b></p> <p>具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養,促進多元感官的發展,在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。</p> <p><b>健體-E-C2</b></p> <p>具備同理他人感受,在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭,並與團隊成員合作,促進身心健康。</p>					

## 學習表現

3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。

3a-II-1 演練基本的健康技能。

3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。

## 學習內容

Ab-I-1 體適能遊戲。

Ab-II-1 體適能活動。

Ab-III-1 身體組成與體適能之基本概念。

## 二、學生經驗(含學生先備知識、起點行為、學生特性...等)：

1. 會自椅子上往下跳。
2. 會原地跳起。

## 三、教師教學預定流程與策略：示範教學法、講述教學法

1. 教師示範雙腳任意跳、有節奏的跳、雙腳左右輪流跳、向前連續跳的跳躍動作。
2. 請學生模仿跳躍的動作。
3. 由學生自行排列呼拉圈，做單腳或雙腳跳躍的動作，其他人觀摩。

## 四、學生學習策略或方法：

1. 注意力策略-能區辨老師口語說明及示範動作時的重點。
2. 記憶策略-能跟著老師的引導，複習動作。
3. 記憶策略-藉由觀察同學反覆演練相同的動作，增加熟練度。
4. 監控調整的策略-能依循老師的指令，修正實作時的錯誤動作。

## 五、教學評量方式(請呼應學習目標，說明使用的評量方式)：

(例如：實作評量、檔案評量、紙筆測驗、學習單、提問、發表、實驗、小組討論、自評、互評、角色扮演、作業、專題報告或其他。)

實作評量

## 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、回饋會談預定日期與地點：(建議於教學觀察後三天內完成會談為佳)

日期及時間：111年3月29日9:30至10:00

地點：特教班

# 110 學年度彰化縣北斗國小教師專業發展實踐方案

## 表 2-1、觀察紀錄表

回饋人員 (認證教師)	歐春如	任教 年級	特教班	任教領域/ 科目	綜合活動	
授課教師	洪珀慈	任教 年級	特教班	任教領域/ 科目	健康與體育	
教學單元	四下單元 3 跳躍精靈	教學節次		共 <u>7</u> 節 本次教學為第 <u>1</u> 節		
教學觀察/公開授課 日期及時間	111 年 3 月 25 日 8:40 至 9:20	地點		特教班		
層 面	指標與檢核重點	事實摘要敘述 (可包含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形)			評量 (請勾選)	
		優 良	滿 意	待 成 長		
A 課 程 設 計 與 教 學	A-2 掌握教材內容，實施教學活動，促進學生學習。			V		
	A-2-1 有效連結學生的新舊知能或生活經驗，引發與維持學生學習動機。	A-2-1 在準備活動中，教學者播放會跳躍的動物影片，讓學生觀看動物的跳躍動作，以引起學生的學習興趣及動機。學生們對於影片裡動物的跳躍動作都表現專注的看及有興趣。再者教學者問學生是否有做過跳躍的動作，大部分的學生會回答“有”。 A-2-2 教學者教材的呈現有硬體教材的呈現如呼拉圈，配合循序漸進的跳躍動作(雙腳任意跳、有節奏的跳、雙腳左右輪流跳、越跳越遠等)，讓學生能得夠從簡而難的跳躍練習實作活動中習得跳躍概念、技能等。 A-2-3 教學者提供由簡而難的不同層次及變化的實作跳躍練習，讓學生有多次的練習跳躍，以理解或熟練學習內容。 A-2-4 學生完成每個學習活動後，教學者會給予口頭讚美，最後綜合活動時教學者做總結，有告訴學生跳躍的好處。				
	A-2-2 清晰呈現教材內容，協助學生習得重要概念、原則或技能。					
	A-2-3 提供適當的練習或活動，以理解或熟練學習內容。					
	A-2-4 完成每個學習活動後，適時歸納或總結學習重點。					
A-3 運用適切教學策略與溝通技巧，幫助學生學習。			V			

	A-3-1 運用適切的教學方法，引導學生思考、討論或實作。	A-3-1 教學者示範、學生模仿及實作練習跳躍動作。跳躍動作的活動由簡而難，最後一項活動讓學生自行思考呼拉圈如何擺放，自己設定距離，並且自行跳進自己所擺放的呼拉圈。			
	A-3-2 教學活動中融入學習策略的指導。	A-3-2			
	A-3-3 運用口語、非口語、教室走動等溝通技巧，幫助學生學習。	<p>1.注意力策略-教學者剛開始的準備活動會跳躍的動物影片播放及發展活動中的呼拉圈教具使用，均能引起學生的注意及提昇學習的興趣。再者能區辨老師口語說明及示範動作時的重點。</p> <p>2.記憶策略-能跟著老師的引導，複習動作。</p> <p>3.記憶策略-藉由觀察同學反覆演練相同的動作，增加熟練度。</p> <p>4.監控調整的策略-能依循老師的指令，修正實作時的錯誤動作。</p> <p>A-3-3</p> <p>1.教學者在教導跳躍動作的內容時除了會以口語說明進行的步驟外，也會在學生實作前先作動作示範，幫助學生學習。</p> <p>2.學生在實作中若有不正確的動作，教學者會給予口頭提示，對於低功能的學生會給予動作協助。</p>			
	A-4 運用多元評量方式評估學生能力，提供學習回饋並調整教學。			V	
	A-4-1 運用多元評量方式，評估學生學習成效。	A-4-1 評量方式主要是以實作為主。實作中又分為各式的跳躍動作如雙腳跳、單腳跳、隨意跳。教學者可從各式學生的實作中立即看出學生的學習成效及優缺點。			
	A-4-2 分析評量結果，適時提供學生適切的學習回饋。	A-4-2 教學者對於學生的實作評量結果，能夠適時給予說明作為回饋。			
	A-4-3 根據評量結果，調整教學。	A-4-3 教學者根據評量結果，調整教學。這部分觀察者觀察的結果認為教學者可再調整的方面為可針對個別學生學習結果提出立即可改善的地方，讓學生個別知道自己在執行跳躍動作時的缺點。如0融雖然會作跳躍動作，但因為太急，因此有些動作會作得不確實或是感覺太急躁、心急。			
	A-4-4 運用評量結果，規劃實施充實或補強性課程。(選用)				
B班	B-1 建立課堂規範，並適切回應學生的行為表現。			V	

級 經 營 與 輔 導	B-1-1 建立有助於學生學習的課堂規範。	B-1-1 教學者會安排學生排排坐，並讓學生輪流跳。如此學生都可清楚看到同學的跳躍動作。			
	B-1-2 適切引導或回應學生的行為表現。	B-1-2 教學者在學生進行跳躍活動時，會給予適切引導，學生表現好的時候，會給予口頭讚美。對於低功能的學生表現好也會給予口頭讚美，但低功能學生在自由排列呼拉圈時，幾乎都由教學者代勞，幫忙排好呼拉圈，建議可以讓黃生練習排呼拉圈。或是教學者一次給一個呼拉圈讓黃生練習自行丟及排列。			
	B-2 安排學習情境，促進師生互動。		V		
	B-2-1 安排適切的教學環境與設施，促進師生互動與學生學習。	B-2-1 由於這幾天外面下雨，因此教學場地設於教室內。教室空間夠讓學生練習跳躍動作。再者教學者在教跳躍的內容時，搭配呼拉圈的使用，有助於增進師生互動與學生學習。			
B-2-2 營造溫暖的學習氣氛，促進師生之間的合作關係。	B-2-2 在整個學習跳躍的活動過程中，除了教學者示範動作，學生練習外，學生不會的時候，老師會給予口頭提示或是教學者在前帶著學生練習(如0融的練習，本來不會雙腳輪流跳，教學者在前帶著作動作，0融在後跟，最後0融就學會如何雙腳輪流跳)，綜合上述，在教與學的過程中，有顯示出溫暖的學習氣氛及師生的合作關係。				



**110 學年度彰化縣北斗國小教師專業發展實踐方案**  
**表 3、教學觀察/公開授課—觀察後回饋會談紀錄表**

回饋人員 (認證教師)	歐春如	任教 年級	特教 班	任教領域/ 科目	綜合活動
授課教師	洪珀慈	任教 年級	特教 班	任教領域/ 科目	健康與體育
教學單元	四下單元 3 跳躍精靈	教學節次		共 <u>7</u> 節 本次教學為第 <u>1</u> 節	
教學觀察/公開授課日 期及時間	111 年 3 月 25 日 8:40 至 9:20	地點		特教班	

請依據教學觀察工具之紀錄分析內容，與授課教師討論後填寫：

一、教與學之優點及特色(含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形)：

(一)教學設計包括老師動作示範，學生有實作練習機會。

(二)學習活動具層次感，有變化，由易而難，最後也有讓學生有自由發揮的機會。

(三)利用呼拉圈的教具，帶動跳躍動作的學習，富趣味感。也有引起學生的學習動機及興趣。

(四)活動設計符合學生的生理發展，同時讓學生練習肢體動作的平衡。

(五)由跳躍活動的實作中，可看出學生個別的肢體跳躍動作優缺點。也可立即告訴學生，立即做調整。

二、教與學待調整或精進之處（含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形）：

- (一)教室的活動空間可做調整，讓空間大一點，才不會顯得太擠。
- (二)針對高功能的個案動作沒有做確實的地方，教學者可立即向學生反應並指出個案待改進之處。如個案雖然會作跳躍動作，但個性太急，有些動作沒作確實可給予口頭提醒，及再給一次練習的機會。
- (三)針對低功能的個案，教學者可在協助下給予個案自行練習的機會，不要都是教學者代勞。如在活動的最後一項是學生要自行衡量距離自行排列呼拉圈自行跳躍，在排列呼拉圈時，都是教學者代勞排好，以致個案這部分就少了練習及自由發揮的機會。教學者可調整為傳給個案一個一個呼拉圈，讓個案練習一個一個丟呼拉圈，並練習跳躍動作。
- (四)對於今天的跳躍活動相片，教學者可於下次上課時在準備活動時，可顯示給學生看，讓學生能夠看到自己今天的動作情形及省思自己是否有要調整改進的地方。

三、對教學者之具體成長建議：

- (一)教學設計時，除了考慮到教學內容外，也要同時考量到環境及空間的配合。
- (二)對於學生(學習者)當下的表現，除了立即給予正向的回饋重要外，另外對學生在動作的表現上可依個案的能力作要求。有些學生動作或習慣或個性問題，做事易馬虎的，可在細節上多要求。讓學生能夠在學習中或實作中也能養成將動作或事情做好的習慣。
- (三)對於低功能的學生，教學者可視情況，讓低功能個案也能有自我表現的機會，教學者減少代勞或不要全協助。要不然看不出低功能學生的實際表現及減少學生實作學習的機會。

#### 四、回饋人員的學習與收穫：

- (一)藉由今天的觀課，學習到課程的設計可將簡單的內容或動作設計成有變化及趣味性並符合學生身心發展的內容。
- (二)教學者對於個案的好表現除了立即讚美外，對於要改善的地方，最好可以立即給予回饋，指出個案不足地方或是要調整地方，並再給個案一次練習的機會。如此才能讓個案或其他學生可以立即知道自己及他人的缺點，也才能精益求精。
- (三)由於學生能力不同，可視學生能力不同給予不同的要求。

## 公開授課活動照片



觀看各種生物跳躍的各式型態



鄭生模仿雙腳任意跳

## 公開授課活動照片



林生模仿雙腳任意跳



黃○融模仿雙腳任意跳

## 公開授課活動照片



老師示範雙腳連續跳躍



廖生模仿雙腳連續跳躍

## 公開授課活動照片



黃○嶺在老師的協助下做雙腳連續跳躍



黃○凱模仿左右腳輪流跳