

彰化縣彰化市忠孝國民小學

110 學年度第一學期「公開授課」-觀察前會談紀錄表

學校：忠孝國小 教學者：林玉敏 任教班級：三年美班 課程領域：健康與體育

版本：翰林版第五冊 單元名稱：健康好體能 第一單元樂跑健康行~折返跑

觀察者：黃甯巧 觀察前會談時間：110年10月4日上午10:30~11:30

一、教材內容：

- 1、備有教案(第一單元樂跑健康行~折返跑)。
- 2、體驗各種不同形式的跑步遊戲，參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。

二、教學目標：

- 1、能認識身體活動的動作技能。
- 2、能體驗各種不同形式的跑步遊戲。
- 3、能參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。
- 4、能討論運動後的保健。

三、學生經驗：

- 1、學生在前一節課曾練習跑步的基本技巧，對折返跑有初步的認識。
- 2、學生在折返跑的學習中，知道體適能與基本運動能力的重要性。

四、教學活動：

1. 活動一：熱身活動(暖身運動、跑步、喝水)
2. 活動二：引起動機(進行 60 公尺練習、講解折返跑規則並示範)
3. 活動三：示範練習(利用呼拉圈、撲克牌正確練習折返跑的方法及步驟)
4. 活動四：綜合活動(指導學生進行緩和運動，並發表學習心得)

五、教學評量方式：

- 1、課堂口頭發表。
- 2、60公尺比賽。
- 3、學生能認真聽講並了解遊戲規則，並依照活動規則進行分組遊戲。

六、觀察時所使用的發展規準：

- 教專規準：1、「課程設計與教學」：(A-4 清楚呈現教材內容；A-5 運用有效教學技巧；
A-6 善於運用學習評量；A-7 應用良好溝通技巧)
- 2、「班級經營與輔導」：(B-1 建立有助於學習的班級常規；B-2 營造積極的
班級學習氣氛)

七、觀察的焦點：

- 1、學生能認真聽講並了解遊戲規則。
- 2、學生能依照活動規則進行分組遊戲。

八、回饋會談時間和地點：

- (1) 時間：110年10月04日上午10:30~11:30
- (2) 地點：藝林樓一樓教師休息室

觀察者簽名：

黃甯巧

健康與體育領域單元教學活動設計(三年級)

單元名稱	單元五 健康好體能 活動一 樂跑我最行	適用年級	三年級	教學時間	40 分鐘
活動名稱	折返跑				
設計者	林玉敏				
單元學習目標			學習表現		
1、體驗各種不同形式的跑步遊戲。 2、討論運動後的保健。			1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。		
教材資源	一、健康與體育領域翰林版課本第五冊 二、健康與體育領域翰林版電子書 三、呼拉圈、撲克牌、飛盤、三角錐				
教學活動		時間	教學資源	評量方式與項目	
<p>第三節 熱身活動</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 教師指導學生進行伸展活動。 ● 請學生慢跑走兩圈，完成後喝適當的水分。 <p>壹、賽跑要訣</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 教師講解並示範賽跑要訣： <ol style="list-style-type: none"> 1. 雙腳一前一後站立於起跑線後。 2. 聽到口令：「各就位」時，身體前傾，重心放在前腳。 3. 起跑後，後腳快速前抬，前腳用力往後蹬，往前跨步時，以前腳掌著地，雙臂彎曲90度，前後擺動前進。 ● 待學生動作較為熟練，可利用跑道，進行60公尺分組比賽，以了解學生學習成果。 ● 評分參考依據： 雙手臂擺動的正確性，占30%。 跑步速度，占50%。 直線跑的規則（不搶跑道，遵守口令，跑到終點時能全力衝刺），占 20%。 		6 分鐘 5 分鐘 10 分鐘	紅白旗、碼錶	<p>學生能正確完成暖身動作。</p> <p>學生能認真聽講並了解跑步要訣。</p> <p>學生能熟練跑步要訣進行分組示範賽。</p>	

<p>壹、折返跑-數碼寶貝</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 教師講解折返跑活動規則： <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生分成數組，每組三人，每組使用一種撲克牌花色。 2. 將撲克牌正面朝上，呼拉圈中，並由老師指定數字（例如40）。 3. 學生依序接力拿回撲克牌，一次只可拿一張。 4. 最先完成撲克牌總和與教師指定數字相同即獲勝。 5. 可採用個人或分組合作方式進行遊戲。 ● 請學生分組進行折返跑遊戲。 	<p>5 分鐘</p>	<p>呼拉圈、撲克牌 飛盤、三角錐</p>	<p>學生能認真聽講並了解遊戲規則。</p>
<p>綜合活動</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 教師指導學生進行緩和運動，並發表學習心得。 <p>~~本節結束~~</p>	<p>10 分鐘</p>		<p>學生能依照活動規則進行分組遊戲。</p>
	<p>4 分鐘</p>		<p>學生能確實做好緩和運動並分享上課感想。</p>

觀察後會談記錄表

教學時間：40 分鐘 教學年級：三年美班

教學單元：折返跑

教學者：林玉敏 觀察者：黃甯巧 觀察後會談時間：110.10.08

一、教學者教學優點與特色：

1. 從學生舊經驗出發，讓孩子了解跑步的技巧。
2. 師生互動良好，教師熟悉孩子的學習情況。
3. 教師準備很多折返跑可運用之相關器材，教學準備十分完備。
4. 教師善用獎勵制度給分組比賽獲勝的學生，學生上課氣氛熱絡。

二、教學者教學待調整或改變之處：

1. 教師講述規則時學生少數無法理解，以致練習時學生容易犯規。
2. 學生計算加法時花費太多時間，以致教學時間不足。

三、對教學者之具體成長建議：

1. 建議教師多示範幾次，讓學生熟悉折返跑進行方式及規則。
2. 配合「分組合作學習」教學法，鼓勵學生透過「共學、自學、發表、統整」的學習策略來進行學習。
3. 建議改變另一種玩法，從最簡單的翻牌或加法開始練習，進而進入雙位數加法，協助學生進行有效學習，營造雙贏局面。

觀察者簽名：

黃甯巧

公開觀課-觀察前



公開觀課



公開觀課-觀察後

