

彰化縣立伸港國民中學教師公開授課相關說明及表格

流程：登記→共同備課→觀課→觀課前會議→共同議課

科別或領域名稱： 健體 領域

教學者	公開課日期	星期	節次	班級	科目名稱	教學單元
柯俊吉	110.09.17	五	2	201	體育	健康操
	觀課教師：張元鴻老師					
	觀課教師：					
	觀課教師：					
	觀課教師：					
	觀課教師：					
	觀課教師：					
	觀課教師：					
	觀課教師：					
	觀課教師：					

備註：本表不敷使用時，請自行加頁。

公開授課「共備、觀課前會談」紀錄表

基本資料			
科別或領域	健體領域	教學班級	201
教學科目	體育	教學單元	新式健康操
教課教師	柯俊吉	觀課教師	張元鴻老師
實施方式			
共同備課	110 年 09 月 14 日 星期二 第 3 節		
觀課前會談日期	110 年 09 月 15 日 星期三 第 2 節		
觀課日期（公開授課）	110 年 09 月 17 日 星期五 第 2 節		
觀課後議課日期	110 年 09 月 22 日 星期三 第 2 節		

觀課前會談紀錄表	
教學資源及內容	<p>一、教育部體育署國中新式健康操：根據國中生身體發展能力，以身體大肌肉群活動為主，搭配律動音樂，展現身體各項基本能力，培養運動習慣，保持良好體適能。</p> <p>二、新式健康操內容：</p> <p>前奏 2x8 拍</p> <p>1、暖身運動 4x8 拍 x6 項</p> <p>2、主要運動 8x8 拍 x4 項 (踏步跑步運動、側滑 V 字滑運動、打拳游泳運動、抬膝拍膝運動)</p> <p>間奏 2x8 拍</p> <p>3、緩和運動 2x8 拍 x4 項 x2 組</p>
班級概述	<p>1. 全班 28 人，男女各半，分組學習默契融洽，班級凝聚力佳。</p> <p>2. 學習經驗：一年級階段已學會國民健康操。</p>
教學重點	<p>一、複習「暖身運動」動作內容。</p> <p>二、講解並示範「主要運動」動作三及動作四，並依 1. 分解動作 2. 連續動作 3. 分組練習 4. 驗收動作 流程完成教學。</p>
教學目標	<p>一、瞭解新式健康操的學習意義。</p> <p>二、熟練新式健康操的動作內容。</p> <p>三、透過活潑有趣的有氧運動方式，培養學生運動的興趣，提升學生體適能，並增強體魄。</p> <p>四、依暖身、主要、緩和運動的次序與漸進之原則，配合音樂節奏訓練學生肢體協調與節奏能力。</p> <p>五、透過運動會班級健康操比賽方式，培養學生班級團隊合作學習精神。</p>

評量方式	教學評量方式： 一、分組練習進行時，針對各組練習狀況進行反饋與提問。 二、各組依序至班級前呈現練習成果，並立即分享各組優缺點。
-------------	---

觀課紀錄表

基本資料			
教學班級	201	觀察時間	100年09月17日第2節
教學科目	體育	教學單元	健康操
教課教師	柯俊吉老師	觀課教師	張元鴻老師

評鑑程度說明 (5優 4有效 3一般 2尚可 1不佳)							
觀課參考項目(右列為符合程度)		5	4	3	2	1	以文字簡要描述狀況
全班學習氣氛	1. 有安心的學習環境		✓				1. 在活動中心上課環境安全良好。 2. 動作講解明確易懂能掌握動作要領。 3. 引起動機部分可再加強
	2. 有熱烈的學習氣氛		✓				
	3. 學生專注於學習的內容		✓				
學生學習歷程	師生互動	1. 老師有鼓勵學生發言		✓			1. 學生發言能適時給予回應。 2. 針對特殊生教師能主動關心並引導學習。 3. 針對表現優異同學能適時給予肯定。
		2. 老師有回應學生的反應		✓			
		3. 老師有獎勵特殊表現的學生		✓			
	個人學習	1. 學生互相協助、討論和對話	✓				1. 學生分組練習能進行小組討論研究。 2. 學生分組練習遇困難時，能主動尋求老師協助。
		2. 學生主動回應老師的提問		✓			
		3. 學生主動提問		✓			
		4. 學生能專注個人或團體的練習 (如:學習單、分組活動等)	✓				

學生學習結果	1. 學生學習有成效		✓			1. 大部分學生能跟上課堂進度。 2. 學習遇困難學生能反覆加強練習。 3. 學生能保持學習熱忱。
	2. 學生有學習困難			✓		
	3. 學生的思考程度深化			✓		
	4. 學生樂於學習		✓			

觀課後議課紀錄表

授課教師心得與反思

健康操單元課程個人非常喜愛，除了教學內容能有自信且熟練地教導給課堂學生之外，因為律動可以達到有氧運動和舒解壓力，練習的過程也可以讓學生養成團隊合作的精神，這對學生的生活學習上幫助非常的大，所以每年新的學年一開學我就很期待上這單元的課程，並且期待運動會健康操比賽項目能幫上課的班級獲得佳績。

每年都會有些學生因為先天協調性不佳加上很少接觸律動，所以在健康操學習上顯得困難重重，導致心情沮喪或有負面反應，所以我在教學上仍需加強引起學習動機、營造樂趣保持學生學習動能、建立師生良好互動情誼等，期許自己能在教學領域上幫助更多學生獲得更大的成長空間。

觀課教師心得與建議

共備教師 同科任課教師 如同班任課教師 如同班任課教師 家長

一、教學者教學優點與特色：

- (一)能清楚說明新式健康操動作內容及要領。
- (二)能主動關心與引導學習弱勢同學。
- (三)能積極示範動作，並保持耐心進行教學。
- (四)能妥善利用分組進行團隊合作學習。
- (五)能自編口訣讓學生易於記住動作順序。

二、教學者教學待調整或改變之處：

1. 引起動機部分可再加強。
2. 課程緊湊，未給予學生喝水喘息時間。

三、對教學者之具體成長建議：

建議多瞭解與掌握每一位學生個性，長期經營與建立師生情感互信，可再提昇教學成效。