

彰化縣社頭國小 110 學年度公開課教案

領域/科目	健康與體育	設計者	謝芬琪
實施年級	國小一年級	總節數	共 1 節，40 分鐘
單元名稱	主題貳、運動樂趣多 單元七 快樂動起來 活動二 呼拉圈好好玩		
設計依據			
學習重點	學習表現	<ul style="list-style-type: none"> ● 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 專注觀賞他人的動作表現。 ● 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 ● 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 	核心素養
	學習內容	<ul style="list-style-type: none"> ● Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 ● Cb-I-2 班級體育活動。 	
議題融入	融入議題及實質內涵	【品德教育】 <ul style="list-style-type: none"> ● 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 	
與其他領域/科目的連結	<ul style="list-style-type: none"> ● 		
教材來源	南一版健康與體育一上主題貳單元八		
教學設備/資源	呼拉圈、平坦安全的場地、圓錐、哨子。		
學習目標			
<ol style="list-style-type: none"> 1. 能利用呼拉圈做各種身體的伸展活動，並能簡單運用身體操作呼拉圈。 2. 能運用身體做出指定動作。 3. 能表現認真參與活動的積極態度。 4. 能與同學培養默契合作完成動作。 			

教學活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
<p>【活動：呼拉圈真好玩】</p> <p>課前先備經驗：小朋友已經會整隊及做暖身操</p> <p>一、【課前準備】</p> <p>(一)教師指導學童整隊，確實做操熱身。</p> <p>(二)教師準備適當的器材，足夠的數量讓學童操作。</p> <p>二、【發展活動】</p> <p>活動一 利用呼拉圈伸展身體</p> <p>(一)教師帶領學童先將手、腳、手腕、腳踝等用到的身體部位，進行熱身活動。</p> <p>(二)伸展活動</p> <p>1.腰部伸展活動</p> <p>(1) 兩人一組，雙手各握著呼拉圈置於兩人中間，聽口令，外腳弓箭步，身體向內側彎，達到身體側面腰部伸展後，換邊。</p> <p>(2) 教師提醒學童不可用力拉呼拉圈，伸展的重點在腰部。</p> <p>2.坐姿伸展活動</p> <p>(1) 兩人一組面對面坐著，雙腳互相抵住雙手握著呼拉圈，拉平身體以伸展手部和上半身。</p> <p>(2) 教師提醒學童不可用力拉呼拉圈，伸展的重點在手部及上半身。</p> <p>(三)教師歸納：詢問學童進行呼拉圈伸展運動時，有什麼感覺？還可以做哪些伸展動作？</p> <p>活動二 搖動呼拉圈</p> <p>(一)搖呼拉圈</p> <p>1.運用單手臂搖動呼拉圈：將一個呼拉圈置於左手或右手後，甩動手部帶動呼拉圈擺動。</p> <p>2.運用雙手搖動呼拉圈：將兩個呼拉圈各置於左、右手後，甩動雙手帶動呼拉圈擺動。</p>	<p>10分</p> <p>10分</p> <p>15分</p>	<p>能確實做好熱身運動</p> <p>專心聆聽觀看示範</p> <p>能確實操作練習</p> <p>能確實操作練習</p> <p>能小組合作練習</p> <p>能互相觀摩與參與討論</p>

<p>3.運用腰部搖動呼拉圈：將一個呼拉圈置於腰部，雙腳分開與肩同寬站立，上體保持正直不動，扭動臀部和髖關節，帶動呼拉圈擺動。</p> <p>(二)教師指導學童體驗腰部與呼拉圈搖動的感覺，找到成功搖動呼拉圈的訣竅。</p> <p>(三)教師歸納：搖呼拉圈是一種全身性的運動，可以達到運動瘦身的效果，但因運動強度並不強，只有延長運動時間且持續性的搖呼拉圈，才能達到有氧運動的階段。</p> <p>三、【討論與觀摩】</p> <p>1.請學童觀察並討論，搖呼拉圈需要注意哪些地方？</p> <p>(1)小組合作必須先和同伴做好溝通。</p> <p>(2)注意身體重心及平衡的控制。</p> <p>(3)提醒學童注意安全，任何動作要站穩再進行，不要跌倒。</p> <p>2.教師給予表現較好的組別鼓勵，並請他們示範給其他同學觀摩。</p> <p>3.教師讚美學童今日的表現，並鼓勵學童沒通過的部分要繼續努力，鼓勵學童利用課間時間多練習。</p> <p>～第1節課程結束/共8節～</p>	<p>5分</p>	<p>聆聽思考 提問回答</p>
<p>附錄參考資料： 南一版健體二下教師手冊</p>		

110 學年度彰化縣社頭國民小學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)	趙美惠	任教 年級	三年級	任教領 域/科目	自然科教師
授課教師	謝芬琪	任教 年級	一年級	任教領 域/科目	健體
備課社群(選填)	健體教專	教學單元		單元七快樂動起來 活動二呼拉圈好好玩	
觀察前會談 (備課)日期及時間	110 年 10 月 14 日 13:30~14:00		地點	學習中心教室	
預定入班教學觀察/ 公開授課日期及時間	110 年 10 月 19 日 9:30~10:10		地點	操場	
<p>一、學習目標(含核心素養、學習表現與學習內容):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能理解教材示範中的相關呼拉圈基本動作。 2. 能理解動作內容，並表現與模仿老師示範動作。 3. 能和同學互相合作完成指定的動作。 					
<p>二、學生經驗(含學生先備知識、起點行為、學生特性...等):</p> <p>學生於先前課程已學會整隊及做暖身操。</p>					
<p>三、教師教學預定流程與策略:</p> <p>課前先備經驗:小朋友已經會整隊及做暖身操;同時能夠以圓形繞圈帶動呼拉圈,並在移動中保持身體平衡。</p> <p>一、【課前準備】</p> <p>(一)教師指導學童整隊,確實做操熱身。</p> <p>(二)教師準備適當的器材,足夠的數量讓學童操作。</p> <p>二、【發展活動】</p> <p>活動一 利用呼拉圈伸展身體</p> <p>(一) 教師帶領學童先將手、腳、手腕、腳踝等用到的身體部位,進行熱身活動。</p>					

(二)伸展活動

1.腰部伸展活動

- (1)兩人一組，雙手各握著呼拉圈置於兩人中間，聽口令，外腳弓箭步，
- (2)身體向內側彎，達到身體側面腰部伸展後，換邊。
- (3)教師提醒學童不可用力拉呼拉圈，伸展的重點在腰部。

2.坐姿伸展活動

- (1)兩人一組面對面坐著，雙腳互相抵住雙手握著呼拉圈，拉平身體以伸展手部和上半身。
- (2)教師提醒學童不可用力拉呼拉圈，伸展的重點在手部及上半身。

(三)教師歸納：詢問學童進行呼拉圈伸展運動時，有什麼感覺？還可以做哪些伸展動作？

活動二 搖動呼拉圈

(一)搖呼拉圈

- 1.運用單手手臂搖動呼拉圈：將一個呼拉圈置於左手或右手後，甩動手部帶動呼拉圈擺動。
- 2.運用雙手搖動呼拉圈：將兩個呼拉圈各置於左、右手後，甩動雙手帶動呼拉圈擺動。
- 3.運用腰部搖動呼拉圈：將一個呼拉圈置於腰部，雙腳分開與肩同寬站立，上體保持正直不動，扭動臀部和髖關節，帶動呼拉圈擺動。

(二)教師指導學童體驗腰部與呼拉圈搖動的感覺，找到成功搖動呼拉圈的訣竅。

(三)教師歸納：搖呼拉圈是一種全身性的運動，可以達到運動瘦身的效果，但因運動強度並不強，只有延長運動時間且持續性的搖呼拉圈，才能達到有氧運動的階段。

三、【討論與觀摩】

- 1.請學童觀察並討論，搖呼拉圈需要注意哪些地方？
 - (1)小組合作必須先和同伴做好溝通。
 - (2)注意身體重心及平衡的控制。
 - (3)提醒學童注意安全，任何動作要站穩再進行，不要跌倒。
- 2.教師給予表現較好的組別鼓勵，並請他們示範給其他同學觀摩。
- 3.教師讚美學童今日表現，並鼓勵學童沒通過的部分要

繼續努力，鼓勵學童利用課間時間多練習。

～第1節課程結束/共8節～

四、學生學習策略或方法：

1.學習內容：Bc-I-1 各項暖身伸展動作。

Cb-I-2 班級體育活動。

2.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 專注觀賞他人的動作表現。

3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。

3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。

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。）

1.能確實做好熱身運動(實作評量)

2.專心聆聽觀看示範(實作評量)

3.能確實操作練習(實作評量)

4.能小組合作練習(小組討論練習)

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：110年10月21日13:30至14:00

地點：學習中心教室

110 學年度彰化縣社頭國民小學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)	趙美惠	任教 年級	三年級	任教領域 /科目	自然科教師	
授課教師	謝芬琪	任教 年級	一年級	任教領域 /科目	健體	
教學單元	單元七快樂動起來 活動二呼拉圈好好玩	教學節次		共 8 節 本次教學為第 1 節		
教學觀察/公開授課 日期及時間	110 年 10 月 19 日 9:30 至 10:10		地點	操場		
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。			✓		
	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。	(請文字敘述，至少條列三項具體事實摘要並對應三個檢核重點)				
	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-2-1 教師連結已學會的暖身操繞環與腰部運動，來搖動呼拉圈。				
	A-2-3 提供適當的練習或活動，以理解或熟練學習內容。	A-2-2 教師有示範動作，並提醒操作練習須注意的技巧。				
	A-2-4 完成每個學習活動後，適時歸納或總結學習重點。	A-2-4 小組練習後，教師歸納小組合作搖動呼拉圈要注意重心及平衡的控制。				
	A-3 運用適切教學策略與溝通技巧，幫助學生學習。			✓		
	A-3-1 運用適切的教學方法，引導學生思考、討論或實作。	(請文字敘述，至少條列二項具體事實摘要並對應二個檢核重點)				
	A-3-2 教學活動中融入學習策略的指導。	A-3-1 教師先複習示範動作，再讓學童個別操作練習。				
	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。	A-3-2 將學童分組練習，教師從旁協助。				
		A-3-3 教師給予表現較好的組別鼓勵，並請他們示範給其他同學觀摩。。				
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。			✓			

A-4-1 運用多元評量方式，評估學生學習成效。	<p>(請文字敘述，至少條列三項具體事實摘要並對應三個檢核重點)</p> <p>A-4-1 教師指導學童搖動呼拉圈的訣竅，再讓學童個別操作練習並指導。</p> <p>A-4-2 分組練習:針對表現較好小組的優點加以分析給予正向回饋。</p> <p>A-4-3 教師於學生的發表回答不充分時，能引導學生說出完整的答案。</p>
A-4-2 分析評量結果，適時提供學生適切的學習回饋。	
A-4-3 根據評量結果，調整教學。	
A-4-4 運用評量結果，規劃實施充實或補強性課程。(選用)	

110 學年度彰化縣社頭國民小學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)	趙美惠	任教 年級	三年級	任教領 域/科 目	自然科教師
授課教師	謝芬琪	任教 年級	一年級	任教領 域/科 目	健體
教學單元	單元七快樂動起來 活動二呼拉圈好好玩	教學節次		共 8 節 本次教學為第 1 節	
回饋會談日期及時 間	110 年 10 月 21 日 13:30 至 14:00		地點	學習中心教室	

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）：

1. 教師準備的課程包括立姿、坐姿的動作，難度由簡單到深入符合各種程度的學童操作滿足學童的成就感及引起學習意願。
2. 學生練習十分投入，對於教師講解都能專注聽講。
3. 學生能根據老師的指令確實練習。

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）：

學生小組練習中，有學童因為身材或能力差異大，小組合作上有些爭執。因此，建議老師在事前分組要注意小朋友能力上及搭配上狀況，這樣才不會耽誤小組練習的進度。

三、授課教師預定專業成長計畫(於回饋人員綜合觀察前會談紀錄及教學觀察工具之紀錄分析內容，並與授課教師討論共同擬定後，由回饋人員填寫)：

專業成長指標	專業成長方向	內容概要說明	協助或合作人員	預計完成日期
專書閱讀	<input type="checkbox"/> 1.優點及特色 <input checked="" type="checkbox"/> 2.待調整或精進之處	價值澄清技術	觀課教師	110.10.22
學習社群分享	<input checked="" type="checkbox"/> 1.優點及特色 <input type="checkbox"/> 2.待調整或精進之處	校內教師專業學習社群分享	健體專業社群	110.10.22
	<input type="checkbox"/> 1.優點及特色 <input type="checkbox"/> 2.待調整或精進之處			

備註：

1. **專業成長指標**可參酌搭配教師專業發展規準之指標或檢核重點，擬定個人專業成長計畫。
2. **專業成長方向**包括：
 - (1) 授課教師之「優點或特色」，可透過「分享或發表專業實踐或研究的成果」等方式進行專業成長。
 - (2) 授課教師之「待調整或精進之處」，可透過「參與教育研習、進修與研究，並將所學融入專業實踐」等方式進行專業成長。
3. **內容概要說明**請簡述，例如：
 - (1) 優點或特色：於校內外發表分享或示範教學、組織或領導社群研發、辦理推廣活動等。
 - (2) 待調整或精進之處：研讀書籍或數位文獻、諮詢專家教師或學者、參加研習或學習社群、重新試驗教學、進行教學行動研究等。
4. 可依實際需要增列表格。

四、回饋人員的學習與收穫：

1. 教學活動設計活潑，將平時體育的暖身操充分融入於課程活動中。
2. 教師示範動作及口語表達清楚，學生對於個人練習及分組練習都能投入。

110 學年度彰化縣社頭國民小學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)	翁筱薇	任教 年級	一年級	任教領 域/科目	導師
授課教師	謝芬琪	任教 年級	一年級	任教領 域/科目	健體
備課社群(選填)	健體教專	教學單元		單元七快樂動起來 活動二呼拉圈好好玩	
觀察前會談 (備課)日期及時間	110 年 10 月 14 日 13:30~14:00		地點	學習中心教室	
預定入班教學觀察/ 公開授課日期及時間	110 年 10 月 19 日 9:30~10:10		地點	操場	
<p>一、學習目標(含核心素養、學習表現與學習內容):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能理解教材示範中的相關呼拉圈基本動作。 2. 能理解動作內容，並表現與模仿老師示範動作。 3. 能和同學互相合作完成指定的動作。 					
<p>二、學生經驗(含學生先備知識、起點行為、學生特性...等):</p> <p>學生於先前課程已學會整隊及做暖身操。</p>					
<p>三、教師教學預定流程與策略:</p> <p>課前先備經驗:小朋友已經會整隊及做暖身操;同時能夠以圓形繞圈帶動呼拉圈,並在移動中保持身體平衡。</p> <p>一、【課前準備】</p> <p>(一)教師指導學童整隊,確實做操熱身。</p> <p>(二)教師準備適當的器材,足夠的數量讓學童操作。</p> <p>二、【發展活動】</p> <p>活動一 利用呼拉圈伸展身體</p> <p>(一) 教師帶領學童先將手、腳、手腕、腳踝等用到的身體部位,進行熱身活動。</p>					

(二)伸展活動

1.腰部伸展活動

- (1)兩人一組，雙手各握著呼拉圈置於兩人中間，聽口令，外腳弓箭步，
- (2)身體向內側彎，達到身體側面腰部伸展後，換邊。
- (3)教師提醒學童不可用力拉呼拉圈，伸展的重點在腰部。

2.坐姿伸展活動

- (1)兩人一組面對面坐著，雙腳互相抵住雙手握著呼拉圈，拉平身體以伸展手部和上半身。
- (2)教師提醒學童不可用力拉呼拉圈，伸展的重點在手部及上半身。

(三)教師歸納：詢問學童進行呼拉圈伸展運動時，有什麼感覺？還可以做哪些伸展動作？

活動二 搖動呼拉圈

(一)搖呼拉圈

- 1.運用單手手臂搖動呼拉圈：將一個呼拉圈置於左手或右手後，甩動手部帶動呼拉圈擺動。
- 2.運用雙手搖動呼拉圈：將兩個呼拉圈各置於左、右手後，甩動雙手帶動呼拉圈擺動。
- 3.運用腰部搖動呼拉圈：將一個呼拉圈置於腰部，雙腳分開與肩同寬站立，上體保持正直不動，扭動臀部和髖關節，帶動呼拉圈擺動。

(二)教師指導學童體驗腰部與呼拉圈搖動的感覺，找到成功搖動呼拉圈的訣竅。

(三)教師歸納：搖呼拉圈是一種全身性的運動，可以達到運動瘦身的效果，但因運動強度並不強，只有延長運動時間且持續性的搖呼拉圈，才能達到有氧運動的階段。

三、【討論與觀摩】

- 1.請學童觀察並討論，搖呼拉圈需要注意哪些地方？
 - (1)小組合作必須先和同伴做好溝通。
 - (2)注意身體重心及平衡的控制。
 - (3)提醒學童注意安全，任何動作要站穩再進行，不要跌倒。
- 2.教師給予表現較好的組別鼓勵，並請他們示範給其他同學觀摩。
- 3.教師讚美學童今日表現，並鼓勵學童沒通過的部分要

繼續努力，鼓勵學童利用課間時間多練習。

～第1節課程結束/共8節～

四、學生學習策略或方法：

1.學習內容：Bc-I-1 各項暖身伸展動作。

Cb-I-2 班級體育活動。

2.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 專注觀賞他人的動作表現。

3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。

3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。

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。）

1.能確實做好熱身運動(實作評量)

2.專心聆聽觀看示範(實作評量)

3.能確實操作練習(實作評量)

4.能小組合作練習(小組討論練習)

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：110年10月21日13:30至14:00

地點：學習中心教室

110 學年度彰化縣社頭國民小學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)	翁筱薇	任教 年級	一年級	任教領域 /科目	導師	
授課教師	謝芬琪	任教 年級	一年級	任教領域 /科目	健體	
教學單元	單元七快樂動起來 活動二呼拉圈好好玩	教學節次		共 8 節 本次教學為第 1 節		
教學觀察/公開授課 日期及時間	110 年 10 月 19 日 9:30 至 10:10		地點	操場		
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。			✓		
	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。	(請文字敘述，至少條列三項具體事實摘要並對應三個檢核重點)				
	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-2-1 教師複習學生先已學會的暖身操繞環與腰部運動，連結腰部搖動呼拉圈。				
	A-2-3 提供適當的練習或活動，以理解或熟練學習內容。	A-2-2 教師先示範動作，並提醒操作練習須注意的要領。				
	A-2-4 完成每個學習活動後，適時歸納或總結學習重點。	A-2-3 課程安排立姿、坐姿的練習。				
	A-3 運用適切教學策略與溝通技巧，幫助學生學習。			✓		
	A-3-1 運用適切的教學方法，引導學生思考、討論或實作。	(請文字敘述，至少條列二項具體事實摘要並對應二個檢核重點)				
	A-3-2 教學活動中融入學習策略的指導。	A-3-1 教師先複習示範動作，再讓學童個別操作練習。				
	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。	A-3-2 將學童分組練習，教師從旁協助。				
				A-3-3 教師給予表現較好的組別鼓勵，並請他們示範給其他同學觀摩。。		

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。	√		
A-4-1 運用多元評量方式，評估學生學習成效。	<p>(請文字敘述，至少條列三項具體事實摘要並對應三個檢核重點)</p> <p>A-4-1 教師指導學童體驗腰部搖動呼拉圈動作，再讓學童個別操作練習並指導。</p> <p>A-4-2 分組練習:針對表現較好小組的優點加以分析給予正向回饋。</p> <p>A-4-3 教師於學生的發表回答不充分時，能引導學生說出完整的答案。</p>		
A-4-2 分析評量結果，適時提供學生適切的學習回饋。			
A-4-3 根據評量結果，調整教學。			
A-4-4 運用評量結果，規劃實施充實或補強性課程。(選用)			

110 學年度彰化縣社頭國民小學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)	翁筱薇	任教 年級	一年級	任教領 域/科 目	導師
授課教師	謝芬琪	任教 年級	一年級	任教領 域/科 目	健體
教學單元	單元七快樂動起來 活動二呼拉圈好好玩	教學節次		共 8 節 本次教學為第 1 節	
回饋會談日期及時 間	110 年 10 月 21 日 13:30 至 14:00		地點	學習中心教室	

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）：

1. 師準備適當的器材，足夠的數量讓學童操作。
2. 學生練習十分投入，對於教師講解都能專注聽講。
3. 學生能根據老師的指令確實練習。

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）：

學生個別練習過程中，有發展遲緩的小朋友因為身材較為瘦小，一般學生使用的呼拉圈對他們而言，使用上較為困難。因此，建議老師可以在事前準備適合身材嬌小的小朋友使用的呼拉圈，這樣才不會造成部分學生無法練習的狀況。

三、授課教師預定專業成長計畫(於回饋人員綜合觀察前會談紀錄及教學觀察工具之紀錄分析內容，並與授課教師討論共同擬定後，由回饋人員填寫)：

專業成長指標	專業成長方向	內容概要說明	協助或合作人員	預計完成日期
專書閱讀	<input type="checkbox"/> 1.優點及特色 <input checked="" type="checkbox"/> 2.待調整或精進之處	價值澄清技術	觀課教師	110.10.22
學習社群分享	<input checked="" type="checkbox"/> 1.優點及特色 <input type="checkbox"/> 2.待調整或精進之處	校內教師專業學習社群分享	健體專業社群	110.10.22
	<input type="checkbox"/> 1.優點及特色 <input type="checkbox"/> 2.待調整或精進之處			

備註：

1. **專業成長指標**可參酌搭配教師專業發展規準之指標或檢核重點，擬定個人專業成長計畫。
2. **專業成長方向**包括：
 - (1) 授課教師之「優點或特色」，可透過「分享或發表專業實踐或研究的成果」等方式進行專業成長。
 - (2) 授課教師之「待調整或精進之處」，可透過「參與教育研習、進修與研究，並將所學融入專業實踐」等方式進行專業成長。
3. **內容概要說明**請簡述，例如：
 - (1) 優點或特色：於校內外發表分享或示範教學、組織或領導社群研發、辦理推廣活動等。
 - (2) 待調整或精進之處：研讀書籍或數位文獻、諮詢專家教師或學者、參加研習或學習社群、重新試驗教學、進行教學行動研究等。
4. 可依實際需要增列表格。

四、回饋人員的學習與收穫：

1. 教師將平時的暖身運動融入於課堂的呼拉圈作作，課程設計難易適中適合低年級學童。
2. 學生對於個人練習及分組練習都能投入並從中獲得成就感。
3. 美中不足之處只要稍加改進一定會是好的課程教材。





















