



## 表 1、教學觀察（公開授課）－觀察前會談紀錄表

授課教師：陳孟琪 任教年級：二年乙班 任教領域/科目：體育  
回饋人員：陳欣欣老師 任教年級：二年級 任教領域/科目：體育  
備課社群：體育-全方位動動樂  
教學單元：第三課 跳出活力（共計 2 節、80 分）  
觀察前會談(備課)日期：110 年 12 月 15 日 13 時 30 分 地點：會議室  
預定入班教學觀察(公開授課)日期：110 年 12 月 16 日 10 時 30 分 地點：專任辦公室

### 一、學習目標(含核心素養、學習表現與學習內容)：

#### ●核心素養

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。

#### ●學習重點

1. 認識身體活動的基本動作。
2. 專注觀賞他人的動作表現。
3. 表現基本動作與模仿的能力。
4. 選擇適合個人的身體活動。
5. 民俗運動基本動作與遊戲。

#### ●學習表現

1. 認識雙腳跳繩的方式。
2. 認識單腳跳繩的方式。
3. 用不同腳步變化，表現雙腳跳繩。
4. 用不同腳步變化，表現單腳跳繩。
5. 專注觀賞同學的跳繩表演。
6. 選擇適合自己的跳繩活動，進行練習。

### 二、教學活動內容及實施方式

#### ●教學設備/資源

1. 教師請學生準備一條跳繩。
2. 課前確認教學活動空間，例如：室內活動中心或室外平坦的地面。

#### ●教學活動內容及實施方式

##### 《活動 1》雙腳跳跳練功坊

- (一)教師詢問學生：你知道哪些雙腳跳的方式呢？例如：原地跳、前後跳、左右跳。
- (二)全班分成 4 組，分組練習各種雙腳跳的方式，每次跳 10 下後休息，可慢慢增加次數，訓練肌力和肌耐力。
- (三)教師提醒學生練習雙腳跳時，膝蓋微彎，用前腳掌著地，想像跳繩的節奏跟著跳躍。
- (四)重點歸納：練習雙腳跳的方式，以便之後應用於跳繩的腳步變化。

### 《活動 2》雙腳跳過繩

- (一)教師請學生將《活動 1》練習的雙腳跳方式加上甩動跳繩跳跳看，你能做出哪些雙腳跳繩的方式呢？
- (二)全班分成 4 組，分組練習不同腳步變化的雙腳跳繩方式。
- (三)重點歸納：嘗試各種雙腳跳繩方式。

### 《活動 3》跳跳秀

- (一)教師帶領學生討論以下問題：
  1. 你學會了哪些雙腳跳繩方式？
  2. 你最拿手的雙腳跳繩方式是什麼？
  3. 你覺得哪一種雙腳跳繩方式最困難？為什麼？
- (二)教師可請技優的學生出列，示範大部分學生認為較困難的雙腳跳繩方式。
- (三)教師請每個人表演自己跳得最好的跳繩動作，同組其他同伴跟著做。
- (四)教師詢問學生：你覺得誰跳得最好？請告訴他。
- (五)重點歸納：自信表演雙腳跳繩。

### 《活動 4》單腳跳跳練功坊

- (一)教師詢問學生：你知道哪些單腳跳的方式呢？例如：左腳單腳跳、右腳單腳跳，和左、右腳交換跳。
- (二)全班分成 4 組，分組練習各種單腳跳的方式，每次跳 5 下後休息，可慢慢增加每次跳躍次數。
- (三)教師提醒學生練習單腳跳時，膝蓋微彎，用前腳掌著地，想像跳繩的節奏跟著跳躍。
- (四)重點歸納：練習單腳跳的方式，以便之後應用於跳繩的腳步變化。

### 《活動 5》單腳跳過繩

- (一)教師請學生將《活動 4》練習的單腳跳方式加上甩動跳繩跳跳看，你能做出哪些單腳跳繩的方式呢？
- (二)分組練習不同腳步變化的單腳跳繩方式。
- (三)重點歸納：嘗試各種單腳跳繩方式。

### 《活動 6》跳繩來比賽

- (一)教師布置「跳繩來比賽」活動場地，安排 5 組活動場地，各組設置起點、終點處，兩者距離約 5 公尺。
- (二)教師說明「跳繩來比賽」活動規則：
  1. 全班分成 5 組，每人依序在起點處左腳單腳跳繩 5 下，接著踏步跳向終點前進，在終點處右腳單腳跳繩 5 下。
  2. 一人到達終點完成任務，下一人才能出發，最快完成的組別獲勝。
- (三)教師鼓勵學生課後持續練習跳繩，選擇自己拿手的跳繩方式練習一週，並將練習情形記錄在第 161 頁學習單。
- (四)重點歸納：認真完成跳繩比賽，並在課後持續練習。

## 三、教學評量/備註

1. 操作：做出不同的雙腳跳繩方式。  
評量原則：能做出不同的雙腳跳繩方式，至少三種。
2. 發表：分享個人的練習情形。  
評量原則：能分享最拿手的雙腳跳繩方式，以及練習時遇到的困難。
3. 操作：完成「跳繩來比賽」活動。  
評量原則：能與同伴合作完成「跳繩來比賽」活動。
4. 實作：完成「跳出活力」學習單。  
評量原則：能選擇一種跳繩方式，課後持續練習，完成「跳出活力」學習單。
5. 運動撲滿：完成運動撲滿設定的課後運動實踐。  
評量原則：能完成指定的運動實踐事宜，並如實記錄。

#### **四、教學評量方式（請呼應學習目標，說明使用的評量方式）：**

實作表現、提問、發表。

#### **五、觀察工具：表 2-1、觀察紀錄表**

#### **六、回饋會談日期與地點：**

日期：110 年 12 月 16 日 15：00-15：30 地點：專任辦公室



表 2-1、觀察紀錄表

授課教師： 陳孟琪 任教年級：二年乙班 任教領域/科目：體育					
回饋人員： 陳欣欣老師 任教年級：二年級 任教領域/科目：體育					
備課社群：體育-全方位動動樂					
教學單元：第三課 跳出活力（共計 2 節、80 分）					
教學節次：共 2 節，本次教學為第 1 節					
入班教學觀察(公開授課) 日期：110 年 12 月 16 日 10 時 30 分 地點：操場跑道					
層面	指標與檢核重點	事實摘要敘述 (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。		V		
	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。		V		
	A-2-3 提供適當的練習或活動，以理解或熟練學習內容。		V		
	A-2-4 完成每個學習活動後，適時歸納或總結學習重點。			V	
	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。		V		
	A-3-2 教學活動中融入學習策略的指導。			V	
	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。		V		
	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。		V		
	A-4-2 分析評量結果，適時提供學生適切的學習回饋。		V		
	A-4-3 根據評量結果，調整教學。		V		
	A-4-4 運用評量結果，規劃實施充實或補強性課程。(選用)			V	

層面	指標與檢核重點	教師表現事實 摘要敘述	評量 (請勾選)		
			優 良	滿 意	待 成 長
B 班 級 經 營 與 輔 導	B-1 建立課堂規範，並適切回應學生的行為表現。		V		
	B-1-1 建立有助於學生學習的課堂規範。		V		
	B-1-2 適切引導或回應學生的行為表現。		V		
	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。		V		
	B-2-2 營造溫暖的學習氣氛，促進師生之間的合作關係。		V		



### 表 3、教學觀察（公開授課）－觀察後回饋會談紀錄表

授課教師：陳孟琪 任教年級：二年乙班 任教領域/科目：體育

回饋人員：陳欣欣老師 任教年級：二年級 任教領域/科目：體育

備課社群：體育-全方位動動樂

教學單元：第三課 跳出活力（共計 2 節、80 分）

教學節次：共 2 節，本次教學為第 1 節

回饋會談日期：110 年 12 月 16 日 15 時 00 分 地點：專任辦公室

請依據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. 老師有鼓勵學生表現，並讓每個學生有充分練習機會。
2. 老師示範分解動作，讓學生學習基本動作與模仿的能力。
3. 老師採分組練習，可讓學生觀賞他人的動作表現。
4. 老師給學生適當練習，提醒學生動作的標準及安全。
5. 老師有延伸示範進階動作，讓學生能結合新舊知識。
6. 班級上課氣氛良好，學生樂於學習新活動。

二、教與學待調整或改變之處（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）：

1. 學生練習跳躍動作時，老師可巡視孩子動作，是否正確，建議可用語言提醒。
2. 學生學習態度良好，充滿活力，建議可增加一些趣味師生互動。
3. 戶外上課學生比較活潑，請學生保持安靜舉手再發言，維持班級秩序。

三、回饋人員的學習與收穫：

教學者清楚示範分解動作，讓學生一步一步增加學習動作，採分組方式更能了解學生的學習狀況，學生有足夠時間練習，戶外上課學生比較活潑，建議請學生保持安靜舉手再發言，以維持班級秩序，觀課者覺得有達到教學目標，學生學習表現及課程時間掌握良好，師生互動氣氛融洽。