

110 學年度彰化縣南郭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

授課教師： 郭麗華 任教年級：一年級 任教領域/科目：健康與體育/體育
回饋人員： 王韻質 任教年級：三年級 任教領域/科目：語文領域/國語
備課社群： 健康與體育 領域教學單元：七、來玩呼拉圈
觀察前會談(備課)日期：110 年 12 月 23 日 地點：314 教室
預定入班教學觀察(公開授課)日期：110 年 12 月 29 日 地點：活動中心

一、學習目標(含核心素養、學習表現與學習內容)：

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. 能完成搖動呼拉圈的動作。
3. 能運用身體做出指定動作。
4. 能表現認真參與活動的積極態度。
5. 能在運動過程中，避免運動傷害。
6. 能與同學培養默契通力合作，完成動作。
7. 能利用呼拉圈選擇適合自己的身體活動。

二、學生經驗(含學生先備知識、起點行為、學生特性...等)：

1. 前一個單元中，已培養學童樂於參與團體活動，並遵守遊戲規則的態度。
2. 本單元的第一節課，學生已經用呼拉圈做身體伸展。

三、教師教學預定流程與策略：

(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，再加上原地小跑步活動。

(二) 複習上一節課的動作:利用呼拉圈做身體伸展及搖一搖呼拉圈

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，身體向內側彎，達到身體側面腰部伸展後，換邊。

(2) 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。

3.腳部伸展活動：兩人一組，一人手持呼拉圈，另一人坐著並將單腳伸至呼拉圈中，用腳勾住，持呼拉圈的人慢慢將呼拉圈往上提 15 秒後放下，重複四次再換另一腳，亦可直接勾著雙腳的方式，完成後互換。

4.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。。

(3) 教師指導學童體驗腰部與呼拉圈接觸的感覺，找到成功搖動呼拉圈的訣竅。

(三) 發展活動: 串糖葫蘆

1. 五人一組，手拉手不能放開，教師指導學童運用身體的擺動，將呼拉圈從頭部或腳部開始穿越的方式，由第一位穿到最後一位，看哪一組運用的時間最短為優勝。
2. 八人一組，手拉手不能放開，教師指導學童運用身體的擺動，將呼拉圈從頭部或腳部開始穿越的方式，由第一位穿到最後一位，看哪一組運用的時間最短為優勝。
3. 將人數擴增為 14 人一組來進行遊戲，藉以訓練學童之間的合作及反應能力。
4. 教師提醒學童不能放開手，要站穩再進行動作，不要跌倒。
5. 教師詢問學童: 串好糖葫蘆，有什麼感受?

學童能說出必須與別人一起合作才能完成遊戲，體會互助合作完成任務的喜悅。

(四) 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。

四、學生學習策略或方法：

1. 利用呼拉圈做身體伸展並完成指定動作。
2. 運用身體不同的部位搖動呼拉圈找到成功搖動呼拉圈的訣竅。
3. 參與分組競賽，表現認真學習的積極態度。

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

1. 提問

2. 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、回饋會談日期與地點：（建議於教學觀察後三天內完成會談為佳）

日期：110 年 12 月 29 日

地點：314 教室

110 學年度彰化縣南郭國小教師專業發展實踐方案

表 2-1、觀察紀錄表

授課教師： 郭麗華 任教年級：一年級 任教領域/科目：健康與體育/體育					
回饋人員： 王韻質 任教年級：三年級 任教領域/科目：語文領域/國語					
教學單元： 七、來玩呼拉圈 ； 教學節次：共八節，本次教學為第二節					
觀察日期：110 年 12 月 29 日					
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。				
	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) 1. 老師提醒學生樂於參與團體活動，並遵守遊戲規則。 2. 老師站在全班正前方，親自示範，帶領學生進行熱身活動。 3. 老師歸納搖呼拉圈是一種全身性的運動，但運動強度並不強，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。			
	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。				
	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) 1. 老師帶領學生暖身時，會提示身體部位名稱，示範哪二個部位碰在一起。例如：左手肘碰右膝蓋。 2. 老師設計遊戲讓學生玩，幫助學生達到學習目標：與同學培養默契通力合作，完成動作。			
	A-3-2 教學活動中融入學習策略的指導。				
	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-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。	(請文字敘述，至少條列三項具體事實摘要) 1. 老師透過分組競賽活動，評估學生是否能運用身體做出指定動作。 2. 老師透過提問的方式，評估學生是否能說出同學要互助合作才能完成任務。 3. 極少數學童無法用身體各部位操作呼拉圈，老師及時協助學童完成動作。			
	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)				

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。				
	B-1-1 建立有助於學生學習的課堂規範。	(請文字敘述，至少條列一項具體事實摘要) 1.做暖身運動時，老師喊前面四拍，學生必須接著喊出後面四拍，以此幫助學生認真做暖身運動，避免運動傷害。			
	B-1-2 適切引導或回應學生的行為表現。				
	B-2 安排學習情境，促進師生互動。				
	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。	(請文字敘述，至少條列一項具體事實摘要) 1.老師至班級教室把全班帶到活動中心上課，活動中心是平坦安全的場地。			
	B-2-2 營造溫暖的學習氣氛，促進師生之間的合作關係。				

110 學年度彰化縣南郭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

授課教師： 郭麗華 任教年級： 一年級 任教領域/科目： 健康與體育/體育
 回饋人員： 王韻質 任教年級： 三年級 任教領域/科目： 語文領域/國語
 教學單元： 七.來玩呼拉圈 ； 教學節次：共 八 節，本次教學為第 二 節
 回饋會談日期：110 年 12 月 29 日 地點：314 教室

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. 老師會在上課鐘聲響之前，到班級教室帶領學生前往活動中心上體育課，途中老師會讓學生停留，去上廁所，如此一來，上體育課時，就不會有學生需要上廁所。
2. 學生做暖身操時，老師不但會在隊伍前面示範動作，還一邊講解每個動作要領，身體部位的名稱，譬如：膝蓋抬高，右邊手肘碰左膝蓋，不同邊碰在一起。
3. 老師設計的遊戲內容吸引學生熱烈參與。

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. 老師將呼拉圈放置地面就定位時無法顧及學生秩序。
2. 老師因顧及時間因素，做操時，沒有要求每個小朋友的每個動作都達到精準。

三、授課教師預定專業成長計畫（於回饋人員與授課教師討論後，由回饋人員填寫）：

成長指標 (下拉選單、其他)	成長方式 (下拉選單：研讀書籍、參加研習、觀看錄影帶、諮詢資深教師、參加學習社群、重新試驗教學、其他：請文字敘述)	內容概要說明	協助或合作人員	預計完成日期
	諮詢資深教師	請教同事當老師佈置場地時如何同時維持秩序	巫幸臻	111 年 1 月 19 日

(備註：可依實際需要增列表格)

四、回饋人員的學習與收穫：

1. 學到教學活動要設計得很活潑，才能吸引小朋友熱烈投入學習活動。
2. 學習善用肢體語言幫助學生完成"串糖葫蘆"遊戲。