

彰化縣彰化市民生國民小學教師公開授課

表一 觀察前會談紀錄表

授課教師	周嵩益	任教 年級	二年級	健康與體育 /體育
回饋教師	楊瑞嘉	任教 年級	二年級	健康與體育 /體育
教學單元名稱	兒童體適能-跑跑跳跳	教學節數		共2節 本次教學為第1 節
觀察前會談 (備課)日期	112年11月9日	會談地點		三年級辦公室
• 學習目標(可包含核心素養、學習表現與學習內容)： 學習目標 1.認識跑、跳要領。 2.專注觀賞同學跑、跳表演。 3.用不同腳步變化，表現雙腳跳躍。 4.嘗試自己練習跑和跳躍的過程。 5.願意利用課餘時間練習跑、跳。 核心素養 健體-E-A1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。 重大議題 養成良好的運動習慣，熟悉同儕間的團隊合作。 學習表現 1c-I-1認識身體活動的基本動作。 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能力。 4c-I-2選擇適合個人身體的活動。 學習內容 Ic-I-1民俗運動基本動作與遊戲。				
• 學生經驗(可包含學生先備知識、起點行為、學生特性…等)： • 二年級的學生已在一年級時初步學習過擺動手臂和腳部跳躍的經驗。				

- 預定流程與策略：

- [活動一] 蹬地抬腿跑

全班分成4組，分組練習蹬地抬腿跑的方法，每次跳約8個小角錐後休息，可慢慢增加角錐數，練習肌力和肌耐力。教師提醒學生練習蹬地抬腿跳時，用前腳掌著地，蹬地後將膝蓋抬高並配合節奏往前跑。

- [活動二] 跨步跑跨越呼拉圈。

全班分成4組，練習跨步跑。教師請學生利用呼拉圈間距,以加大跨步方式成功完成跨步跑，你能做出幾個雙腳跨越呼拉圈的動作呢。

- [活動三] 教師請技術優良的學生出列，示範大部分學生認為較困難的快速蹬地抬腿和加大距離跨步跑方式。接著教師請每個人接續練習兩種動作，同組其他同伴跟著做。

- 學習策略或方法：

- 教師帶領學生練習蹬地抬腿跑的方式，以便之後應用於跨角錐的腳步變化。
 - 教師帶領學生一起學習跨步跑的各種方式，掌控跨步跳的節奏，增進個人跑步技巧。
 - 鼓勵學生利用下課或在家時間，自行多加練習，增加動作的熟練度。

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：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。）

- 操作：能做出至少2種不同的蹬地跑、跨步跑動作。
 - 觀察：跑步的動作和跳躍過錐的要領
- 評量原則： 能分享的蹬地跑和跨步跑方式，和練習時遇到的困難。

