

彰化縣彰化市 國聖國民小學共同備課簽到及紀錄表

- | | |
|---------------------|------------|
| 一、時間：113 年 6 月 21 日 | 教學者：郭木村 |
| 二、任教年級：五年級 | |
| 三、任教科目：健體 | 單元名稱：快樂向前衝 |
| 四、參加人員： 郭木村 | |

五、 會議紀錄

(一) 學習目標：

- 1、知道跑步的基本動作要領。
- 2、理解跑步的基本動作要領，並順暢的完成短跑練習。
- 3、表現出學習精神，利用課間時間練習跑步以求進步。
- 4、於運動時注意並展現相關保健行為。

(二) 學生經驗：

- 1、有比賽過 60 公尺的經驗。
- 2、有大隊接力的經驗。

(三) 教學活動：

- 1、暖身活動
- 2、藉由不同步頻體驗跨步跑
- 3、提醒運動後的身體保健活動

(四) 教學評量：

- 1、能認真參與活動
- 2、實作表現

(五) 觀察向度(擇 2~3 向度)：

☐ A-2 ☐ A-3 ☐ A-4 ☒ B-1 ☒ B-2

健康與體育領域五下教案

領域/科目		健體		設計者	郭木村	
實施年級		五年甲班		教學時間	40 分鐘	
主題名稱		運動真快樂				
單元名稱		快樂向前衝				
設計依據						
學習重點	學習表現	1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。		總綱與領綱之核心素養	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。	
	學習內容	Cb-II-1 運動安全規則、運動增進生長知識。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。				
融入議題與其實質內涵		• 品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。				
教材來源		自編				
教學設備/資源		旗子、小角錐、平坦安全的場地。				
學習目標						
1. 知道跑步的基本動作要領。 2. 理解跑步的基本動作要領，並順暢的完成短跑練習。 3. 表現出學習精神，利用課間時間練習跑步以求進步。 4. 於運動時注意並展現相關保健行為。						
教學活動設計						
教學活動內容及實施方式					時間	評量方式
【活動 2：快跑小子】 (一)熱身活動 1.教師指導學童整隊，帶操熱身。 2.教師帶學童至平坦安全的場地，進行跑步活動。					5	能認真參與活動 並實作表現

(二)發展活動 • 步步為營 (一)30 秒原地快速抬腿跑 1.原地練習快速抬腿跑，在一定時間內加快抬腿及踩踏。 2.活動中盡量要求學童將大腿抬高，擺臂正確。 (二)步步為營 1. 場地布置：在活動場地中放置數個小角錐，排放出適當的間隔。 2. 讓學童練習用跑跨步的方式，一小步一小步快速跑過角錐，一步只能踏一個間隔。 3. 跨過距離較大的角錐區時，腳步要跨大一些。 4. 過程中提醒學童要抬高腳部，踩踏腳步速度頻率要盡量加快。 5. 活動過程中，教師可視情況改變間隔距離，讓學童體驗不同距離的踩踏感覺。 • 跑步後保健 (一)跑步後要做緩和動作，如原地踏步或做緩和操來調整呼吸，讓心跳緩和下來。 (二)過程中或活動後，適當補充水分。教師應提醒學童，一小口一小口慢慢的補充水分，保持身體水的平衡。 (三)運動後將汗擦乾，避免吹風著涼。 (四)運動後如果衣服又髒又溼，應更換乾淨衣物，保持身體的清潔、乾爽。 (五)總結活動 1. 教師表揚表現較好的學童給予鼓勵，並請他們示範給班上觀摩。 2. 提醒學童注意運動後保健工作，讓身體保持健康。 3. 預告 100 公尺競速賽跑，起點裁判及終點裁判注意事項和負責事項。	25	能認真參與活動 並實作表現
	10	能認真參與活動 並實作表現

彰化縣彰化市國聖國民小學觀課教學觀察簽到冊

一、時間：113 年 6 月 21 日 第 6 節課

二、教學者：郭木村

三、任教年級：五年級

四、任教科目：健體 單元名稱：快樂向前衝

[illegible]

國聖國小-教學觀察紀錄簡表

授課教師：_____ 任教年級：_____ 任教領域/科目：_____

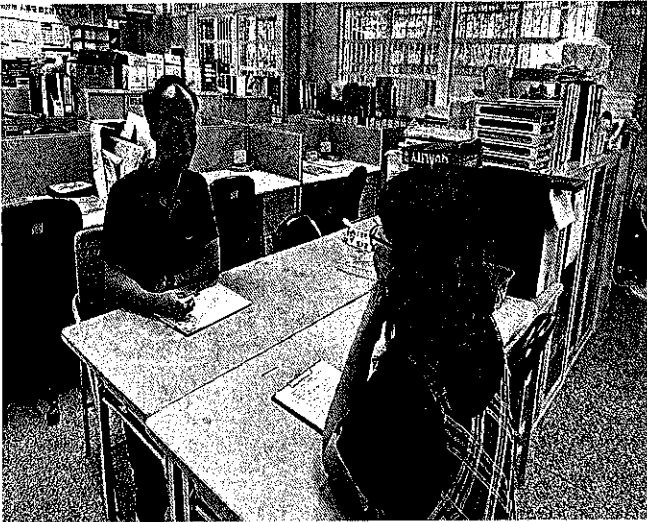
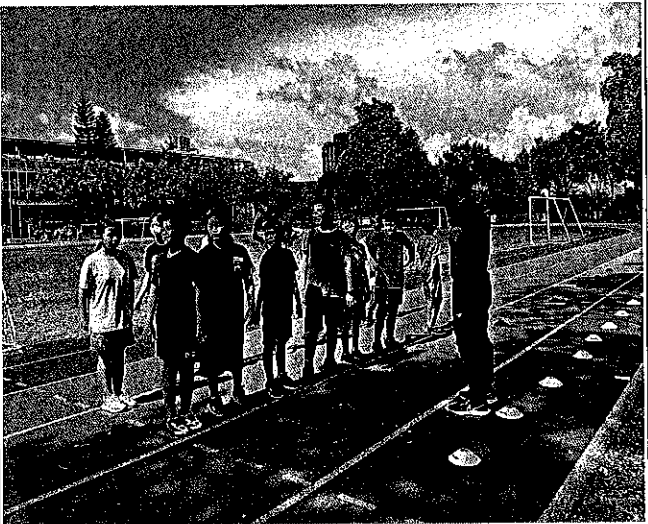
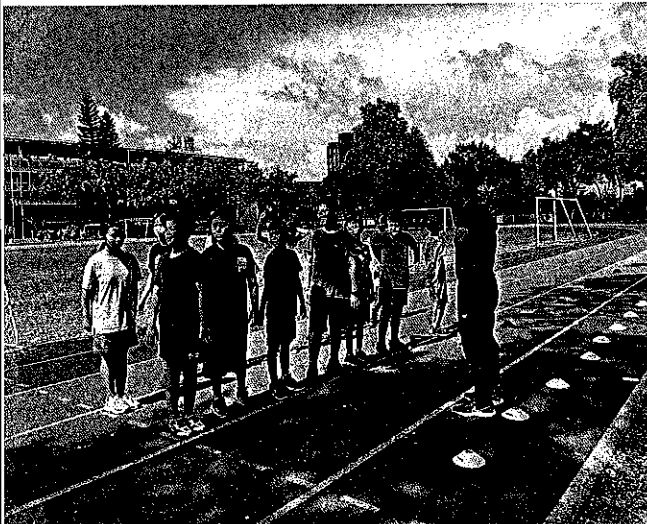
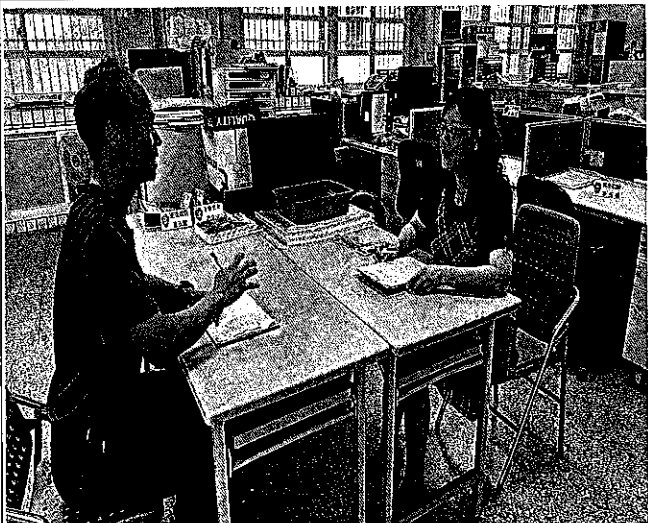
教學單元：_____ 教學節次：共____節 本次教學為第____節

觀課者：_____ 觀課時間：_____年____月____日____至____

指標	內 容	達到程度 高5 4 3 2 1低	備 註 (事實摘要簡述)
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。	☒ ☐ ☐ ☐ ☐	學生能明白整點尖 能加快跑步速度
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。	☒ ☐ ☐ ☐ ☐	步伐加大能加快 跑步速度
A-2-4	完成每個學習活動後，適時歸納或總結學習重點。	☒ ☐ ☐ ☐ ☐	
A-3-1	運用適切的教學方法，引導學生思考、討論或實作。	☒ ☐ ☐ ☐ ☐	
A-3-2	教學活動中融入學習策略的指導。	☒ ☐ ☐ ☐ ☐	分組競賽貓抓老鼠
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-4-1	運用多元評量方式，評估學生學習成效。	☒ ☐ ☐ ☐ ☐	
A-4-2	分析評量結果，適時提供學生適切的學習回饋。	☒ ☐ ☐ ☐ ☐	針對暖身不足部份 再加培訓練之
A-4-3	根據評量結果，調整教學。	☒ ☐ ☐ ☐ ☐	調整點位位置
B-1-1	建立有助於學生學習的課堂規範。	☒ ☐ ☐ ☐ ☐	使得貓抓老鼠活動更有效益
B-1-2	適切引導或回應學生的行為表現。	☒ ☐ ☐ ☐ ☐	學生能明白老師哨音 調整注意力方式
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。	☒ ☐ ☐ ☐ ☐	
B-2-2	營造溫暖的學習氣氛，促進師生之間的合作關係。	☒ ☐ ☐ ☐ ☐	學生已習慣課堂暖身 活動，學習氣氛極好

項	內 容	達到程度 高5 4 3 2 1低	備 註
1	設計有效「動機引起」來吸引學生注意力	☒ ☐ ☐ ☐ ☐	
2	能做適切的課程設計提供優質的教材	☒ ☐ ☐ ☐ ☐	
3	確認學生能「理解」所教授的原理原則或內容	☒ ☐ ☐ ☐ ☐	
4	安排及引導「小組討論」有效進行	☒ ☐ ☐ ☐ ☐	
5	確認學生達成「精熟學習」階段	☒ ☐ ☐ ☐ ☐	

112 學年度彰化市國聖國小觀課議課成果表

課程主題	快樂向前衝		
任教科目	健體	任教年級	五年級
觀課日期	113 年 6 月 21 日	觀課地點	操場
教學心得 與省思	1、學生對於健體課程很感興趣，時間掌握上可以再精準些。 2、從引起動機、分組活動、活動檢討，教學流程完整，學生印象深刻，成效頗佳。		
			
說明：教學前共同備課。		說明：公開課中。	
			
說明：公開課中。		說明：課後議課。	