

私立文興高中 113 學年度

公開授課教師「開放觀課」共同備課及議課紀錄表

(公開授課教師填寫)

科別：體育		班級：高三跑班	
公開授課教師：吳文進		觀課教師：陳作鋒	
觀課前共備課與說課日期：	113 年 11 月 15 日 星期五		
觀課日期：	113 年 11 月 22 日 星期五		
觀課後議課日期：	113 年 11 月 29 日 星期五		
教學單元：運動千百樂－軟式劍道			
實施步驟	(1)備課與說課：(開放觀課前說明：釐清教學觀察「焦點與內涵」) 1. 為了加強學生在安全防護上的意識，並凸顯運動千百樂的實用技巧，會將重點放在認識運動千百樂的基本動作、攻防練習以及實戰演練，再由學生輪流學習擔任裁判判分的工作。前面會連結學生的先備知識：自我防護意識有哪些？哪些是屬於接近實戰的運動項目？你對隨機砍人案件的看法？引起學生動機後再帶入運動千百樂的介紹與認識。 2. 以 2 人小組對練攻防的形式讓學生練習針對攻擊動作來做出相對應的防守反應，並透過輪轉的方式來讓每一位同學都能彼此相互練習與交流，此後再做開放式對打練習以及學習裁判如何判定，讓學生學習如何扮演好選手與裁判的角色，利用分組的方式來練習，最後透過學習單加深學生對運動千百樂的認識。 3. 透過實際對打比賽，採用對戰表單敗淘汰的方式進行，學生在抽籤後進行 PK，裁判執法工作則由學生輪流擔任，讓學生在比賽過程中挑戰自我、認識自己，提升品德涵養，最後並邀請學生心得分享學習的過程體驗。		
	(2) 議課：(觀課後的討論)		

	1.在課堂上，透過問答活動了解同學們的學習狀況，並根據大家的回應來調整教學內容，提供更深入或更廣泛的指導。例如，在練習基本動作時，我會透過提問來確認大家是否掌握了動作要領。在實戰演練中，可分組巡視，觀察大家的攻防技巧和安全意識，並針對各組遇到的困難提供協助。不僅會解答積極發問的同學的疑惑，也會特別關注較弱勢的同學，確保每個人都能在安全、友善的環境中學習，營造一個良好的課堂氛圍。 2.安排進行一場攻防演練比賽，讓大家有機會展示這段時間所學到的技巧和裁判執法成果。每組同學可以分享自己的戰術策略或防護心得，這樣不僅能提升大家的成就感，還能增強表達能力。 3.利用小比賽來提高學生的學習動機，老師也有告知學在學習的過程中，可以模仿動作較優秀的同學，來增加自己動作表現。
活動照片	共同備課與說課（日期：113.11.15）  議課（日期：113.11.29） 

私立文興高中 113 學年度 公開授課回饋單

日期： 113 年 11 月 22 日 星期五 第一節

班級： 高三跑班

授課教師： 吳文進老師

觀察面向	項目		優	良	可	待改進
學生學習	學生專注			✓		
	學生互動		✓			
	學生參與			✓		
	小組活動		✓			
教師教學	教學策略	講述		✓		
		分組合作學習		✓		
		示範或練習		✓		
		其他：				
	教學技巧	善用提問	✓			
		引導思考		✓		
		以問題誘發討論			✓	
		網路、多媒體			✓	
	教學工具	學習單			✓	
	教學設計	準備活動（引起動機）	✓			
		發展活動		✓		
		綜合活動（演練、評量或作業）		✓		
語言表達	語調生動		✓			
	速度適中			✓		
	音量適中			✓		
	肢體語言豐富		✓			
師生互動	提問、停頓、等待			✓		
	給予適當回饋		✓			
	激勵學生		✓			
班級經營	友善氛圍		✓			
	掌握教學時間			✓		
	學生能遵守常規		✓			

回 饋 意 見

1. 透過實際對打比賽，採用對戰表單敗淘汰的方式進行，學生在抽籤後進行PK，裁判執法工作則由學生輪流擔任，讓學生在比賽過程中挑戰自我、認識自己，提升品德涵養，最後並邀請學生心得分享學習的過程體驗。
2. 可以多利用動作技巧較熟練的學生進行示範讓學生模仿或小老師制度來協助教學。
3. 語言的表達相當幽默風趣，讓學生與老師互動良好。

備註：走察時，可就學生學習、教師教學、語言表達、師生互動、班級經營等面向，擇項填寫。

觀課人員： 陳作鋒老師

上 課 照 片



私立文興高中 113 學年度 公開授課教學省思

日期： 113 年 11 月 29 日 星期五 第三節

班級： 高三跑班

授課教師： 吳文進老師

上 課 照 片



(小組比賽)



(暖身活動)

教學省思

1心得：經過運動千百樂課程活動，從一開始強調安全防護意識到引導學生在對打練習中培養自我保護技能與品德精神，我發現學生逐漸懂得如何在競爭中保持尊重對手、遵守規則的態度。課程中，我透過設計多階段的攻防練習（基礎動作、攻防對練、實戰演練），逐步降低學生對實戰的陌生感與緊張感，並在每組中設立小組長，讓學生輪流擔任裁判，增強他們的判斷力與公平競爭意識。

省思：雖然學生處於資訊爆炸的時代，防護知識的理論可以輕易找到，但實際的邏輯思考和應變能力仍需要透過實作來鍛鍊。在未來的課程中，我會更注重引導學生如何正確運用學到的技巧，並提升他們的自主學習能力。透過持續的反思與調整，期盼在運動千百樂的教學中，學生能真正具備「自我保護、尊重他人、勇於挑戰」的核心能力。