

彰化縣舊館國小校長及教師公開授課

教師自我省思檢核表

授課教師姓名：張偉銘 教學班級：三年 教學領域：健康與體育

教學單元名稱：田徑(起跑架)

序號	檢核項目	優良	普通	可改進	未呈現
1	清楚呈現教材內容	☒	☐	☐	☐
2	運用有效教學技巧	☒	☐	☐	☐
3	應用良好溝通技巧	☒	☐	☐	☐
4	運用學習評量評估學習成效	☒	☐	☐	☐
5	維持良好的班級秩序以促進學習	☒	☐	☐	☐
6	營造積極的班級氣氛	☒	☐	☐	☐
7	其他：	☐	☐	☐	☐

◎教學省思：(150-300字)

- (一) 學生起跑後加速段及緩衝起始處可放置三角錐或其它明顯器具，以利增進訓練效果。
- (二) 起跑架可再增多數量練習，以免等待時間過長造成肌肉失溫，引發運動傷害。
- 目標針對使用較多的肌肉群做伸展及放鬆，以避免更多的延遲性肌肉痠痛。
- 四學生練習動作技術影片回饋，以利於修正檢討。

授課教師簽名：張偉銘

觀課教師簽名：劉捷玲