

教師自我省思檢核表

授課教師姓名：張靜雯

教學班級：九年五班

教學領域：健康與體育

教學單元名稱：體適能

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	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	運用有效教學技巧	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	應用良好溝通技巧	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	運用學習評量評估學習成效	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	維持良好的班級秩序以促進學習	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	營造積極的班級氣氛	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

◎教學省思：

一、課程優點:

1. 暖身與主要活動時間分配得宜，流暢進行。
2. 檢測動作教學細部寫說詳細，並能讓學生一一由老師指導練習，再進入個人練習，大部分學生動作都能確實到位。
3. 暖身活動透過學生兩兩互動，不只達到運動效果，也增加學習樂趣。
4. 班級管理秩序良好，學生能確實執行動作練習而不致發失危險。
5. 整體課程生動活潑，孩子們都很喜歡，也樂於嘗試。

二、省思與改進:

1. 仰臥捲腹為本學年體適能檢測新動作，同學技巧、使力部位上需再加強，以提升成績表現。
2. 雖然是簡單的動作，但還是無法協助到每一位學生，必須要在課堂上嚴格的要求專注力，不然很容易有受傷的情形發生。
3. 有幾位學生肢體較不協調，需要更多的耐心與說明，協助其勇於嘗試。
4. 捲腹的音檔，音量稍嫌小聲，改在室內施測，可避免此狀況的發生。