

彰化縣國民中小學「素養導向教學與評量」設計案例表件

一、課程設計原則與教學理念說明

透過跑步、身體移動等體適能活動，讓學生了解身體隨著年齡增長所產生的變化，例如：可以跑得更快、跳得更高，同時加強學生的協調性和韻律感。

二、主題說明

領域科目	健康與體育領域		設計者	洪碧璜	
課程主題	體能我最棒		總節數	共 1 節，40 分鐘	
教材來源	☐ 教科書（ ☐ 康軒 ☒ 翰林 ☐ 南一 ☐ 其 ☐ 他） ☐ 改編教科書（ ☐ 康軒 ☐ 翰林 ☐ 南一 ☒ 其他） ☐ 自編（說明：參考 QPE 教材研發教師陳政智老師之教材）				
學習階段	☐ 第一學習階段（國小一、二年級） ☒ 第二學習階段（國小三、四年級） ☐ 第三學習階段（國小五、六年級） ☐ 第四學習階段（國中七、八、九年級）			實施年級	四年級
學生學習狀況分析	1. 學生具備基本的跑、跳的身體活動能力。				
設計依據					
學習重點	學習表現	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。			
	學習內容	Ab-II-1 體適能活動。			
學習目標	認知	認識身心健康的重要性			
	技能	具備基本跑、跳的身體活動能力			
	態度	養成愛運動的健康習慣			
素養	總綱	A1 身心素質與自我精進			
	領綱	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。			
議題融入	實質內涵				
	融入單元	養成良好運動習慣，熟悉運動技巧，並積極參與各項運動。			
與他領域／科目連結		（非必要項目）			
教學策略		引導學生思考發表，隨年齡增長與身體發展動作能力是否有增長。			
教學設備／資源		哨子			
參考資料		體育課程與教材資源網： https://sportsbox.sa.gov.tw/2 QPE 教材研發教師陳政智老師之研習教材			
教	單元	節數	單元名稱	學習重點	學習目標

學 架 構	四	2	體能我最棒- 身體律動與節奏	學習表現	1a-Ⅱ-1 認識身心健康基本概念與意義。 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。 4c-Ⅱ-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。	1. 了解隨著身體發展，跑步、跳躍能力會逐漸增強。 2. 能以單腳、雙腳跳躍，且安全著地。 3. 培養跳躍動作的韻律性。 4. 能主動參與、樂於嘗試。 5. 有良好的動作技能與練習策略。 6. 了解基本運動能力影響個人體適能表現。
				學習內容	Ab-Ⅱ-1 體適能活動。	

三、單元設計

教學單元活動設計			
單元名稱	單元四：體能我最棒- 身體律動與節奏	時間	共 1 節，40 分鐘
學習目標	1. 了解隨著身體發展，跑步、跳躍能力會逐漸增強。 2. 能以單腳、雙腳跳躍，且安全著地。 3. 培養跳躍動作的韻律性。		
學習表現	1a-Ⅱ-1 認識身心健康基本概念與意義。 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。 4c-Ⅱ-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。		
學習內容	Ab-Ⅱ-1 體適能活動。 Cb-Ⅱ-1 運動安全規則、運動增進生長知識。		
領綱素養	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。		
核心素養呼應說明	A1 身心素質與自我精進		
議題融入說明			
教學活動內容及實施方式		教學資源	教學評量
【準備活動】 一、課堂準備 （一）教師：熟悉教學流程及引導思考提問內容、動作要領、精神。 （二）學生：能藉由身體力行增進體適能。 二、引起動機 【發展活動】			● 專心聆聽、 ● 口語發表。

《活動 1》思考發表		●參與討論
(一)教教師引導學生思考發表，隨年齡增長與身體發展動作能力是否有增長。	3 分	●口頭發表
(二)教師說明：跑、跳是人的本能，不論男、女都具備這些能力。隨年齡增長與身體發展，使我們跑得更快、跳得更高、更遠。	2 分	
《活動 2》伸展活動		
教師引導學生進行伸展活動，加強手、腳、腕、膝關節、腿部活動。	5 分	●態度檢核
《活動 3》主要活動		●實作表現
(一)利用雙手拍手，口數拍子，完成一次兩拍、一次一拍、一次半拍動作。	3 分	
(二)老師示範，學生體驗操作，從原地、分組、分組討論操作…循序漸進中完成。	10 分	
a. 利用身體往左、往右移動，完成一個動作兩拍。		
b. 利用身體往左、往右移動，完成一個動作一拍。		
c. 利用單腳往左跳兩下、往右跳兩下，完成一個動作兩拍。		
d. 利用單腳往左跳一下、往右跳一下，完成一個動作一拍。		
e. 利用雙腳前後弓箭步交換跳，完成一個動作一拍。		
f. 利用雙腳前後弓箭步交換跳，完成一個動作半拍。		
g. 利用雙腳左右交叉跳，完成一個動作一拍。		
h. 利用雙腳左右交叉跳，完成一個動作半拍。		
(三)動作操作後，老師針對節奏速度的策略調整教學，再講解一次。	3 分	
(四)將所有不同節拍變化的動作讓學生再操作過。	5 分	
(五)進行分組操作，讓同儕找出符合動作節奏的個別加分。	5 分	
(六)分組操作後，請各組討論策略，再彼此互評。		
【總結活動】	3 分	
動作評量之後，學生能說明操作的動作與完成的策略。	2 分	

113 學年度彰化縣和美國小學校教師專業發展實踐方案

表 1、教學觀察/公開授課－觀察前會談紀錄表

回饋人員 (認證教師)	<u>陳彩玉</u>	任教 年級	<u>中</u>	任教領域 /科目	<u>音樂</u>
授課教師	<u>洪碧璜</u>	任教 年級	<u>四</u>	任教領域 /科目	<u>健康與體育</u>
備課社群(選填)		教學單元		體能我最棒- 身體律動與節奏	
觀察前會談 (備課)日期及時間	114 年 06 月 03 日 <u>9：30 至 10：10</u>		地點	<u>行政辦公室</u>	
預定入班教學觀察/ 公開授課日期及時間	114 年 06 月 06 日 <u>8：40 至 9：20</u>		地點	<u>操場跑道</u>	
一、學習目標(含核心素養、學習表現與學習內容)： 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。 學習表現 1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 學習內容 Ab-II-1 體適能活動。 二、學生經驗(含學生先備知識、起點行為、學生特性...等)： 1. 學生具備基本的跑、跳的身體活動能力。 2. 學生能在活動中說出自己的想法。 3. 學生能與同組合作學習，並與同儕分享。 三、教師教學預定流程與策略： 1. 教師引導學生思考發表，隨年齡增長與身體發展動作能力是否有增長。 2. 教師說明：跑、跳是人的本能，不論男、女都具備這些能力。隨年齡增長與身體發展，使我們跑得更快、跳得更高、更遠。					

3. 教師引導學生進行伸展活動，加強手、腳、腕、膝關節、腿部活動。
4. 利用雙手拍手，口數拍子，動作組合，完成一次兩拍、一次一拍、一次半拍。
5. 先原地，分組行進完成，節奏快慢的跑跳轉換完成。

四、學生學習策略或方法：

1. 利用簡易節拍變化，培養學生勇於嘗試、互助合作、和團隊精神，並提高學習的樂趣與動機。
2. 異質分組：能與不同的同儕完成動作的操作。
3. 觀摩分享：讓學生察覺自己與同儕能力的差異，表達自我的想法、培養社交技巧、達到共好的學習目標。

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。）

1. 口頭問答評量：詢問各組同學操作時如何才能完成動作？
2. 實作評量：進行分組操作，讓同儕找出符合動作節奏個別加分。
3. 小組互評：分組操作後，請各組討論策略，再彼此互評。
4. 發表：請各組說出分組操作的實況，並加以分析說明。

六、觀察工具：

☐ 表 2-1、觀察紀錄表

※觀察工具請依本認證手冊之 105 年版觀察紀錄表，需完整紀錄一節課為原則。

七、回饋會談預定日期與地點：（建議於教學觀察後三天內完成會談為佳）

日期及時間：114 年 6 月 10 日 8：40 至 9：20

地點：行政辦公室

113 學年度彰化縣和美國小學校教師專業發展實踐方案

表 2-1、觀察紀錄表

回饋人員 (認證教師)		陳彩玉	任教 年級	中	任教領域 /科目	音樂
授課教師		洪碧璜	任教 年級	四	任教領域 /科目	健康與體育
教學單元		體能我最棒- 身體律動與節奏		教學節次		本次教學為第 2 節
教學觀察/公開授課 日期及時間		114 年 6 月 6 日 8：40 至 9：20		地點		操場跑道
層面	指標與檢核重點			事實摘要敘述 (可包含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形)		
A 課程 設計 與 教學	A-2 掌握教材內容，實施教學活動，促進學生學習。					
	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。			A-2-1 師問:有沒有拍手、踏步、跑步、跳躍等經驗?讓學生得與經驗連結進而操作。		
	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-2-2 師說明上課內容：1.利用拍手，口數拍，動作組合，完成一次兩拍、一拍、半拍。		
	A-2-3 提供適當的練習或活動，以理解或熟練學習內容。			2. 分組操作，分組行進中完成。3.方向節奏快慢的轉換。4.發表分享。		
	A-2-4 完成每個學習活動後，適時歸納或總結學習重點。			A-2-3 師示範拍手、踏步、行進、跑步不同組合動作，讓學生模仿學習，再提供學生練習操作的時間。		
				A-2-4 動作分析歸納行進不同組合的動作。		
	A-3 運用適切教學策略與溝通技巧，幫助學生學習。					
A-3-1 運用適切的教學方法，引導學生思考、討論或實作。			A-3-1 提問：請各組討論為什麼會做不出正確動作?正確做到的策略是什麼?			
A-3-2 教學活動中融入學習策略的指導。			A-3-2 各組動作操作後，討論動作的細節：			

	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。	動作節奏做得正確的原因是什麼？學生歸納：專心、手拍口數，每一動作確實完成。 A-3-3 口語+動作:示範踏步前進、跑步等的分析動作，使學生更易於學習流暢的組合動作。 學生操作老師巡視確認多次。 使用數拍、哨聲讓學生清楚起始順序。
	A-4 運用多元評量方式評估學生能力，提供學習回饋並調整教學。	
	A-4-1 運用多元評量方式，評估學生學習成效。	A-4-1 老師請各組演示動作，並檢視各組操作的動作。 A-4-2 動作評量之後，學生能說明操作的動作與完成的策略。 A-4-3 動作操作後，老師針對節奏速度的策略調整教學，再講解一次。
	A-4-2 分析評量結果，適時提供學生適切的學習回饋。	
	A-4-3 根據評量結果，調整教學。	
	A-4-4 運用評量結果，規劃實施充實或補強性課程。(選用)	

113 學年度彰化縣和美國小學校教師專業發展實踐方案

表 3、教學觀察/公開授課－觀察後回饋會談紀錄表

回饋人員 (認證教師)	<u>陳彩玉</u>	任教 年級	<u>中</u>	任教領域/ 科目	<u>音樂</u>
授課教師	<u>洪碧璜</u>	任教 年級	<u>四</u>	任教領域/ 科目	<u>健康與體育</u>
教學單元	體能我最棒- 身體律動與節奏	教學節次		本次教學為第 2 節	
回饋會談日期及時間	114 年 6 月 10 日 8:40 至 9:20		地點	<u>行政辦公室</u>	

請依據教學觀察工具之紀錄分析內容，與授課教師討論後填寫：

一、授課教師預定專業成長計畫(於回饋人員綜合觀察前會談紀錄及教學觀察工具之紀錄分析內容，並與授課教師討論共同擬定後，由回饋人員填寫)：

專業成長指標	專業成長方向	內容概要說明	協助或合作人員	預計完成日期
A-3-1 運用適切的教學方法，引導學生思考、討論或實作。	☐ 1. 優點及特色 ☒ 2. 待調整或精進之處	參與校外相關研習，增長教學方法。	體育教師	114.07.31
A-4-1 運用多元評量方式，評估學生學習成效。	☐ 1. 優點及特色 ☒ 2. 待調整或精進之處	與校內資深優良教師討論，透過老師解說與經驗分享，學習多元評量之方式與實際做法。	體育教師	114.07.31

備註：

1. **專業成長指標**可參酌搭配教師專業發展規準 C 層面「專業精進與責任」，擬定個人專業成長計畫。
2. **專業成長方向**包括：
 - (1) 授課教師之「優點或特色」，可透過「分享或發表專業實踐或研究的成果」等方式進行專業成長。
 - (2) 授課教師之「待調整或精進之處」，可透過「參與教育研習、進修與研究，並將所學融入專業實踐」等方式進行專業成長。
3. **內容概要說明**請簡述，例如：
 - (1) 優點或特色：於校內外發表分享或示範教學、組織或領導社群研發、辦理推廣活動等。
 - (2) 待調整或精進之處：研讀書籍或數位文獻、諮詢專家教師或學者、參加研習或學習社群、重新試驗教學、進行教學行動研究等。
4. 可依實際需要增列表格。

二、回饋人員的學習與收穫：

教學前的備課，更釐清課程的目標與內容、教學設計的理念、教學的脈絡。觀課過程中，教師的

「教」與學生的「學」可以觀察到在課堂中師生行為與互動、班級經營對學習的重要性，有良好的班級秩序，學生才能獲得有效的學習。

學習評量可以了解學生學習成效，不只傳統的紙筆測驗，更要運用多元評量，如口語評量、實作評量、學習單等，可以更進一步增進個人的專業成長。觀課後的議課，給予教學者回饋，反思教學的過程中更清楚觀課的脈絡。

3. 彰化縣和美鎮和美國民小學 113 學年度課議課暨省思紀錄表

授課教師姓名		洪碧璜	議課日期	114 年 6 月 10 日
教學領域		健康與體育	議課地點	行政辦公室
教學內容		體能我最棒-身體律動與節奏		
議課人員		陳彩玉		
議課記錄				
同 儕 回 饋 與 建 議	教學優點	能掌握教材內容，發問時的描述清楚，能注意每位小朋友的互動，氣氛融洽。		
	學生表現	學生發言還可以更踴躍，師生互動良好。		
	教學建議	如果能再多提供時間供學生練習，則會更佳。		
	問題提問	教學時間掌控合宜，對學生的發問與回答能適時回應與解釋。		
教 學 省 思 與 分 享	教學理念	學習「過程」與「結果」都很重要，對於孩子的想法、看法和做法給予尊重，引導走往正向。		
	教學目標	1. 了解隨著身體發展，跑步、跳躍能力會逐漸增強。 2. 能以單腳雙腳跳躍，且安全著地。 3. 培養各種行進動作的協調性、韻律感。		
	教學方法	提問、引導、示範、實地操作練習，觀摩、討論、修正後產生策略，進而做到原先設定之目標。		
	心得省思	多花點時間和心思，多一點耐心陪伴和等待，相信孩子的成長指日可待。		

4. 彰化縣和美鎮和美國民小學 113 學年度公開授課教學成果表

洪碧璜 陳彩玉老師 公開授課-共同備課 日期: 114.06.03

照片一



照片二



洪碧璜 陳彩玉老師 公開授課-共同觀課 日期: 114.06.06

照片一



照片二



照片三



照片四



洪碧璜 陳彩玉老師 公開授課-共同議課 日期: 114.06.10

照片一



照片二

