

附表 2

基隆市 110 學年度學校辦理校長及教師公開授課 共同備課紀錄表

教學時間：110.11.30 第 5 節 教學班級：905 教學領域：健體領域-體育教學單元：增進體適能闖關

教學者：洪聖龍 觀察者：陳芬芳 觀察前會談時間：110.11.29 第 7 節

一、 教材內容：905 體育課

1. 登階踏板、節奏 APP
2. 斜坡墊、變化平衡木、平衡刺激板、多功能跨欄三角錐

二、 教學目標：

1. 能依體適能施測結果，給予增進體適能相關訓練(如體操、跑步、登階等)
2. 藉由有節奏的登階訓練，由較慢節奏開始訓練，可維持一定登階速度 2 分鐘後，再慢慢加快節奏訓練。

三、 學生經驗：

1. 能完成三分鐘登階測驗，學生能力不一，慢的約 60 幾次，快的可達 100 多次。
2. 已在體育課進行過類似闖關活動，這次加入節奏登階活動。

四、 教學活動：

1. 暖身活動-藉由教師示範帶領學生做熱身運動，應用到頸部、手臂、腰部、膝蓋、腿部、及關節等肌群以完成伸展暖身運動。
2. 登階訓練-老師示範利用節奏 APP 加入每分鐘 25 次的節拍訓練，再由學生開始練習，並維持 2 分鐘的訓練，完成後休息一分鐘，再次進行 2 分鐘的登階訓練。
3. 闖關活動-由老師及同學共同布置闖關活動器材。由老師先示範一次闖關順序及動作，再由學生分別進行練習一~二次。最後依學生能力兩兩一組進行闖關追逐活動。

五、 教學評量方式：

1. 練習時的實務操作，包含學習態度和動機
2. 闖關活動的參與情形

六、 觀察的工具和觀察焦點：

1. 使用觀課記錄表來進行檢核。
2. 觀察學生學習歷程及動作。

七、 回饋會談時間和地點：110.11.30 第六節辦公室

(本表為參考格式，學校得視需求修改)

授課教師簽名：

觀課教師簽名：

附表 3

基隆市 110 學年度學校辦理校長及教師公開授課
觀課紀錄表

教學班級	九年 5 班	觀察時間	110 年 11 月 30 日 第 5 節
教學領域	健體領域/體育	教學單元	增進體適能闖關活動
教學者	洪聖龍	觀察者	陳芬芳

層面	檢核項目	檢核重點	優良	普通	可改進	未呈現
教師教學	1. 清楚呈現教材內容	1-1 有組織條理呈現教材內容	V			
		1-2 清楚講解重要概念、原則或技能	V			
		1-3 提供學生適當的實作或練習	V			
		1-4 設計引發學生思考與討論的教學情境				V
		1-5 適時歸納學習重點		V		
	2. 運用有效教學技巧	2-1 引起並維持學生學習動機	V			
		2-2 善於變化教學活動或教學方法	V			
		2-3 教學活動融入學習策略的指導		V		
		2-4 教學活動轉換與銜接能順暢進行		V		
		2-5 有效掌握時間分配和教學節奏		V		
		2-6 使用有助於學生學習的教學媒材	V			
	3. 應用良好溝通技巧	3-1 口語清晰、音量適中	V			
		3-2 運用肢體語言，增進師生互動	V			
		3-3 教室走動或眼神能關照多數學生	V			
4. 運用學習評量評估學習成效	4-1 教學過程中，適時檢視學生學習情形	V				
	4-2 學生學習成果達成預期學習目標		V			
班級經營	5. 維持良好的班級秩序以促進學習	5-1 維持良好的班級秩序	V			
		5-2 適時增強學生的良好表現	V			
		5-3 妥善處理學生不當行為或偶發狀況	V			
	6. 營造積極的班級氣氛	6-1 引導學生專注於學習	V			
		6-2 布置或安排有助學生學習的環境	V			
		6-3 展現熱忱的教學態度	V			

(本表為參考格式，學校得視需求修改)

授課教師簽名：

觀課教師簽名：

附表 4

基隆市 110 學年度學校辦理校長及教師公開授課 教學自我省思檢核表

授課教師姓名： 洪聖龍 教學班級： 905 教學領域： 健體領域/體育

教學單元名稱： 增進體適能闖關活動

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：

1. 教學內容活動豐富，能應用體能教室內各項器材，學生都很有興趣也能積極參與。
2. 能注意每個學生個別狀況，給予不同的口語或肢體協助。
3. 教學過程太慢，最後的闖關活動無法完成，前面的暖身活動和登階訓練可以縮減一些時間，登階踏板可以先不用拆除，也會較節省一些時間。
4. 各項活動結束後，沒有立即給予學生回饋，讓他們知道自己剛剛的表現如何。最少應給予一些簡短的評論，使學生知道應改進或表現好之處。

(本表為參考格式，學校得視需求修改)

授課教師簽名：

觀課教師簽名：

附表 5

基隆市 110 學年度學校辦理校長及教師公開授課 議課紀錄表

教學時間：11/30 第五節 教學班級：905 教學領域：健體/體育 教學單元：體適能闖關

教學者：洪聖龍 觀察者：陳芬芳 觀察後會談時間：11/30 第六節

一、教學者教學優點與特色：

1. 教學者很有耐心地進行各項活動，也能隨時和協同老師、助理員協助較需要協助的學生進行活動。
2. 活動內容豐富，善用各項體育器材，能訓練到體能和不一樣的技能，學生都感到很有興趣，能認真參與。

二、教學者教學待調整或改變之處：

1. 最後的闖關活動剩餘的時間太少。建議登階活動的器材不要現場拆裝，減少等待時間。闖關活動的登階關卡可以多放一個登階器材，或者減少成 10 下。
2. 因為時間不夠，所以每一個活動較缺乏結論。例如登階活動最後較無給出評論(比節奏快或比節奏慢的同學是否需要改進)
3. 嚴重功能缺損的楊生在有氧登階時，建議給一個矮一點的登階版，較適合他的能力，也能和同學一起進行活動。

三、對教學者之具體成長建議：

1. 多和教師同儕討論，適時調整教學內容。和協同教師、教師助理員協調教學工作內容，增進教學流程的效率。
2. 參與適應體育教學相關研習，多了解相關教學方式和教學流程。

(本表為參考格式，學校得視需求修改)

授課教師簽名：

觀課教師簽名：