

臺北市民族國民實驗中學 110 學年度第 4 學季 健體領域研習暨期末會議

※研習類別：☒有效教學 ☐差異化教學 ☐協同教學 ☒創新教學 ☐補救教學
☐多元評量 ☐試題分析與應用 ☐_____ (內容須與課程或教學相關)

壹、主題：健體領域體育科公開觀課

貳、時間：111 年 6 月 23 日(星期四) 13:30~15:30

參、地點：桌球教室 三樓教專教室

肆、紀錄：鄧錦榮

研習簽到表

簽名處	簽名處
林雅惠	鄧錦榮
	陳志煌
	許淑玲
	鄧翔允

→ 外包
未登錄時數

教學組長：

代理教師兼
教學組長 陳乃榕
0629/1534

教務主任：

教務處教師
兼教務主任 詹琦武
3629/1601

校長：

臺北市民族國民實驗中學
校長 洪錫璿
0630/0000

臺北市民族實驗國中 健 體 領域觀課紀錄表

111 年 6 月 23 日

一、基本資料			
授課教師	林 璟 琅	班級	704
授課單元	桌球—球感向上擊球	觀課者	鄧錦榮、林雅惠
二、教學過程			
觀課參考項目	紀錄內容（請以文字簡要描述）		
學生學習(提問/專注/發言/反應)	1. 積極參與活動，認真專注。 2. 熱情回應老師提問，不會輕浮回答。 3. 動作操作很投入，努力要達到老師的目標需求的欲望強烈。		
教材內容(引發學習動機/釐清主要概念/提供練習機會/歸納重點)	1. 老師自製教具，引發學生學習意願。 2. 球感體驗從往上拍打氣球到進階的動作，活動具挑戰性，讓學生能獲得成就感。 3. 老師能適時給予學生回饋。 4. 在每一個體驗動作之後會提出問題，以引導學生明白自己做不好的原因和糾正的方式。		
教學法與教學流程(引導思考討論/融入學習策略/運用溝通技巧)	1. 口述與動作示範教學，講解清晰，教學充實流暢。 2. 教學謹慎示範正確，課程內容難易能循序漸進。 3. 在每一個體驗動作之後會提出問題，引導學生明了問題所在並尋求解決之道。		
評量(運用多元評量/提供回饋/調整教學)	1. 及時給予學生回饋，並同時修正動作。 2. 藉由師生的提問與對話，加深學習認知與體驗的成就。		
其他(建立規範/營造環境/回應學生表現)	1. 學生課前老師要求攜帶的學生證和尺都有帶來，很棒。 2. 學生熱情積極投入每一項球感體驗活動，讓人欣慰和感動。 3. 教學氣氛很好，學生守秩序，都能按老師的要求完成動作。 4. 師生情誼優，教學更具效益。		

三、回饋

1. 樂趣化或遊戲性教學，確實更可以激發學生的學習意願。
2. 樂趣化可以從教具和設備中做變化，而遊戲性則可以從規則的改變來著手，如此就能使原本乏味的課程變得生動有趣。
3. 老師的示範動作確實，並能即時給予學生回饋和動作檢核，使學生能依照老師的教導練習。
4. 球感練習授課老師打破傳統的「由簡單到困難」的教學方式，選擇從較困難的尺、卡片到面積大的教具擊球，頗有顛覆傳統教學框架、逆向操作的做法，不是不可行，惟先要知道如此進行的目的為何，要讓學生學會怎樣的能力等，如此才能達到教學目的，不然學生一開始就面臨挫敗，此時若降低要求，好像就有點失去挑戰的情境了。
5. 建議授課老師可以在體驗擊球和練習球感的教具順序上思考再做調整，以激發學生挑戰進階體驗的鬥志與興趣。
6. 授課老師在做示範和講解動作技巧時，有時會忽略些學生會逗留在老師的背後，影響觀察老師做動作角度和視野。
7. 由於本單元進行的是球感練習，不會使用到球桌擊球，又因課程裡有設計一項向上擊球接力小比賽，學生在向上擊球繞桌球教室跑圈接力時，學生要注意擊球同時又要跑步，若一不小心難免就會撞擊或刮傷，如能事先將桌角做安全措施，或許會就更完美。

臺北市民族實驗國中 健 體 領域共同備/說課紀錄表

地點	桌球教室	日期/時間	0623
與會人員	如簽到表	記錄	鄧錦榮
內容主題	7 年級 康軒 版，課程/單元名稱 桌球—球感向上擊球		
共同備課內容			
內容記要	<p>(課程內容分析：1. 單元教學目標 2. 單元教學重點 3. 教學策略或學習活動設計 4. 教學難點及學生可能遇到的問題或困難 5. 針對教學難點提出的建議 6. 有助益之教學策略)</p> <p>一、單元教學目標：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生能熟悉球感，並學會掌握球拍與球的關係。 2. 學生能透過課程樂趣化與遊戲性的活動，達到互動、溝通與交流合作。 3. 學生能在討論過程中學會善意表達、聆聽和解決問題的能力。 <p>二、單元教學重點：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 體驗與熟悉球感，包括擊球的位置、方向、力道、高度等的控制。 2. 藉由氣球和不同大小的教具，讓學生逐漸對球感的熟練與穩定。 3. 從原地向上擊球到動態向上擊球的球感練習，讓學生挑戰自我，獲得成就。 <p>三、教學策略或學習活動設計：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 示範、講述、討論、分組競賽 2. 上述教學方法中融入樂趣化的策略元素，使學習活動更加有趣 3. 活動設計以成功挑戰各式球具向上擊球，並能從原地到動態向上擊球為主要任務。 <p>四、教學難點及學生可能遇到的問題或困難</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生的起點行為，決定其對球感的表現能力。 2. 學生的起點行為，決定其在球感練習的過程中「四處撿球」的情況。 3. 課前要求學生攜帶的物品(學生證和尺)，倘若有學生忘記攜帶的，該項球具擊球球感的挑戰體驗單元既無法完成目標。 		

	<p>五、針對教學難點提出的建議</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 對於起點行為較薄弱的學生，或許就需要適時融入差異性或小老師制的教學方式進行。 2. 未攜帶學生證和尺的學生，或許可以要求其使用正式球拍來對牆擊球，把向上擊球的方向改為向前，如此才不會出現無所適從的情況。 <p>六、有助益之教學策略</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教案中呈現別出心裁和自製的教具，再融入樂趣化教學元素，有助於學生提高其學習動機。 2. 建議視當時教學情況，適時融入差異性或小老師制的教學方式，以兼顧一些起點行為較薄弱的學生。 3. 從原地球感練習進階到動態球感練習，確實能挑戰學生求勝求好的學習態度。
<p>建議事項 (若無，請填寫 無)</p>	<p>如上五-1、五-2</p>

臺北市民族實驗國中 健 體 領域議課紀錄表

主 題： 桌球—球感向上擊球 (課程/單元名稱)課後共同議課

授課教師：林 璟 琅

時 間：中華民國 111 年 6 月 23 日 14 時

地 點： 桌球教室

出 席 者：如簽到表

觀課小組回饋分享

1. 分享回饋
2. 問題討論

1. 學生上課秩序氣氛佳，多有回應老師問題，專注意高，認真學習。
2. 課前熱身操確實操作，課程內容先從球感開始切入，以便能銜接下週上課內容，進度能有效循序漸進。
3. 球感練習從較困難的尺、卡片到面積大的教具擊球，頗有打破傳統的「由簡單到困難」的教學方式，惟先讓學生遭遇困難受挫，恐怕會減低學生的學習意願，或許在教具大小體驗擊球和練習球感的順序上可以思考再做調整，以激發學生挑戰進階體驗的鬥志與興趣。
4. 老師能確實示範球感的練習動作，並能即時給予學生回饋和動作檢核，使學生能依照老師的教導練習。
5. 學生在每一個動作單元操作之後，老師都會提問問題以引導學生加強動作之正確性。
6. 教具別出心裁，教師運用氣球和自製塑膠板、大小規板，也利用學生證、尺和羽球拍等當作桌球拍來擊球練球感，上課氛圍立即改變，也大大提升學生的學習興趣。
7. 有時老師在做示範和講解動作技巧時，沒有注意到有些學生會逗留在老師的背後，故此，老師下回在上課的時候可以多加留意師生教與學的位置，如此才不會忽略了學生在觀察老師做動作時的角度和視野。
8. 最後的擊球接力賽是本課程的高潮，笑聲和尖叫聲四起，惟時間稍有不足，未能讓所有學生都參與。
9. 由於桌球教室場地較小，學生在向上擊球繞桌球教室跑圈接力時，學生要注意擊球同時又要跑步，若一不小心難免就會撞擊或刮傷，如能先事先將桌角做安全措施，或許會更好。
10. 綜覽，上課內容緊湊、有條不紊、學生學習氣氛很棒，老師課前備課用心，讓觀課老師受益良多。

<p>報告人分享</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教學回饋 2. 問題討論 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生起點能力設定為桌球初學者，因此，在課程前半段透過氣球引起動機，但在操作時沒有事先料想到學生無法將氣球吹起，因此，隨機應變調整學生體驗球感方式，也謝謝觀課老師在旁協助。 2. 本次授課有準備許多體驗教具，諸如：尺、學生卡證、塑膠板、大小規板及羽球拍等。過程中發現學生操作情況良好，唯獨體驗順序部分，未來可調整由接觸面積大教具先行讓學生體驗，學生學習成效可能更好，感謝健體領域老師們的建議。 3. 課程後半段設計接力遊戲，發現學生參與情況熱烈，但因時間已接近下課，未來在時間控管上可再留意。
---	--

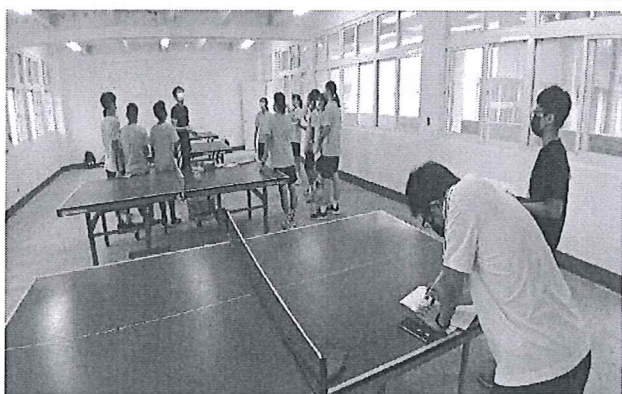
會議相片



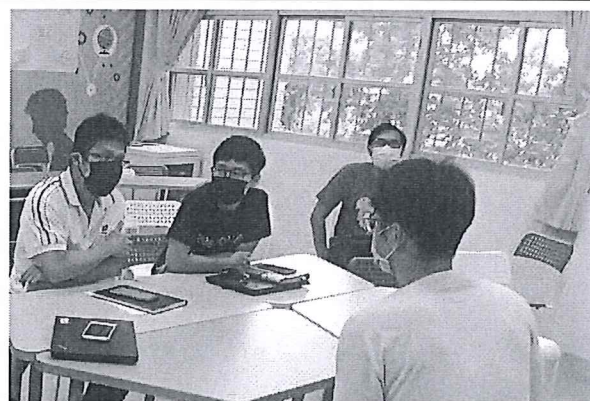
說明：引起動機



說明：持拍與球拍介紹



說明：觀課



說明：議課

共同議課的實施注意事項：

(一)三要原則

1. 根據學習目標、重點，討論學生學習成功和困惑之處。
2. 分析觀課時所蒐集的資料，討論教師教學為主，討論時要和說課或備課內容結合。

3. 分享自己從觀課中學到什麼。

(二) 三不原則

1. 不評論老師(報告人)。
2. 主席不做結論。
3. 不針對特殊生做批判或指責。

(三) 錄影和紀錄

議課的討論過程要做錄影和紀錄，提供反思實踐之參考。

(四) 進行錄影教學的議課

沒有公開授課之教師，可以提供教學錄影帶，讓教師們進行議課。

(五) 留下文字記錄

公開授課教師對教學前、教學中和教學後的歷程，進行教學省思，撰寫報告，留下文字紀錄，呈現個人專業成長軌跡，同時也可以分享教學研究心得，彼此互惠學習，共同成長。

臺北市民族實驗國民中學－基礎奠基課程設計教案

領域／科目		<u> 健體 </u> 領域 <u> 體育 </u> 科	設計者	林璟琅
實施年級		<u> 七 </u> 年級	總節數 (45 分鐘/節)	1
課程/單元名稱		桌球-球感向上擊球		
協同教學		<input type="checkbox"/> 是，合作領域為：_____ 領域 <input checked="" type="checkbox"/> 否		
符應民族實校 學生圖像內涵		<input type="checkbox"/> 自主學習 <input checked="" type="checkbox"/> 自我實現 <input type="checkbox"/> 文化尊重 <input type="checkbox"/> 國際理解 <input type="checkbox"/> 反思行動 <input type="checkbox"/> 公民參與		
學習 重 點	學習表現 * 請參閱十二年國教領綱	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則 1c-IV-2 評估運動風險，為護安全的運動情境 1d-IV-1 瞭解各項運動技能的原理。 1d-IV-2 反思自己的動作技能 2c-IV-2 展現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動 2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，增進生活的美感體驗 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能 3d-IV-1 表現運動技術的學習策略		
	學習內容 * 請參閱十二年國教領綱	cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別 Ha-IV-1 網/牆性運動動作組合及團隊戰術		
課程/單元概述 (150 字以內)		此教案設計預設為本校七年級學生為初學者，故為「桌球運動入門」之課程。主要教授學生認識桌球運動、基本動作、基本規則。為使學生能在入門課程中快速掌握桌球的樣貌，故課程設計不著重體能或動作精確性，而是強調「能夠打桌球」、「不怕打桌球」，期待在這一系系列課程後，學生能夠很自然地拿起桌球拍和不同的人「玩桌球」。		
課程/單元學習目標 (2~3 個)		1. 能透過「球感」課程，逐步掌握球拍與球的關係，並讓學生在課程中感受桌球的趣味性。 2. 能透過「桌球器材及場地之介紹」，增添學生對桌球場地和器材的瞭解，並因瞭解而更能愛護學校公物。 3. 能透過遊戲般的競賽讓學生互動、交流，學習互助、合作與欣賞，並能將桌球運動自然帶至生活中、友誼中、社交中。		
是否融入議題 * 請參閱十二年國教課程綱要		<input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 (以下可複選) <div style="display: flex; flex-wrap: wrap;"> <div style="width: 25%;"><input type="checkbox"/> 性別平等教育</div> <div style="width: 25%;"><input type="checkbox"/> 人權教育</div> <div style="width: 25%;"><input type="checkbox"/> 環境教育</div> <div style="width: 25%;"><input type="checkbox"/> 海洋教育</div> <div style="width: 25%;"><input type="checkbox"/> 品德教育</div> <div style="width: 25%;"><input type="checkbox"/> 生命教育</div> <div style="width: 25%;"><input type="checkbox"/> 法治教育</div> <div style="width: 25%;"><input type="checkbox"/> 科技教育</div> <div style="width: 25%;"><input type="checkbox"/> 資訊教育</div> <div style="width: 25%;"><input type="checkbox"/> 能源教育</div> <div style="width: 25%;"><input type="checkbox"/> 安全教育</div> <div style="width: 25%;"><input type="checkbox"/> 防災教育</div> <div style="width: 25%;"><input type="checkbox"/> 生涯規劃教育</div> <div style="width: 25%;"><input type="checkbox"/> 家庭教育</div> <div style="width: 25%;"><input type="checkbox"/> 閱讀素養</div> <div style="width: 25%;"><input type="checkbox"/> 戶外教育</div> <div style="width: 25%;"><input type="checkbox"/> 多元文化教育</div> <div style="width: 25%;"><input type="checkbox"/> 國際教育</div> <div style="width: 25%;"><input type="checkbox"/> 原住民族教育</div> </div>		
教學策略運用 (可複選)		<input type="checkbox"/> 主題式教學法 <input checked="" type="checkbox"/> 差異化教學法 <input checked="" type="checkbox"/> 合作學習教學法		

	<input type="checkbox"/> 欣賞教學法 <input type="checkbox"/> 批判思考教學法 <input type="checkbox"/> 協同教學法	<input type="checkbox"/> 問題導向教學法 <input type="checkbox"/> 創造思考教學法 <input type="checkbox"/> 學思達教學法	<input type="checkbox"/> 探索式教學法 <input type="checkbox"/> 講述式教學法 <input type="checkbox"/> 其他
學生學習方式 (可複選)	<input checked="" type="checkbox"/> 自主學習 <input type="checkbox"/> 混齡式學習 <input type="checkbox"/> 聽講學習	<input checked="" type="checkbox"/> 合作學習 <input type="checkbox"/> 行動學習 (結合行動載具) <input type="checkbox"/> 小組活動	<input type="checkbox"/> 其他
教材來源	<input checked="" type="checkbox"/> 教師自編 <input type="checkbox"/> 其他：_____		
教學設備／資源			
評量方式 (可複選)	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 學習單評量 <input checked="" type="checkbox"/> 學習態度評量	<input checked="" type="checkbox"/> 口語問答評量 <input type="checkbox"/> 專題發表評量 <input type="checkbox"/> 作品評量 <input type="checkbox"/> 其他_____	<input type="checkbox"/> 檔案評量 <input type="checkbox"/> 分組報告評量 <input type="checkbox"/> 差異化評量

教學活動設計

節次	課堂學習目標	教學活動流程	時間	教學資源	教學評量
第一節課		【引起動機】 1. 介紹我國桌球好手林昀儒動態擊世界排名 2. 介紹認識球場、球拍、球 〈認識球場〉包含場地使用介紹、場地安全，以及場地維護。	5	桌球拍	口語問答評量
	課前準備	【發展活動一】 暖身活動 請學生於桌外側開合跳 20 下後，教師帶領學生做簡單的伸展操，共有 7 個動作，每組四個八拍 1. 繞四張桌子外慢跑兩圈 2. 肩部繞環 3. 髖部繞環 4. 膝部繞環 5. 手腕腳踝繞環 6. 背脊伸展 7. 體側伸展	15	桌球桌	實作評量 學習態度評量
		【發展活動二】 示範、說明-桌球向上擊球 (透過老師準備之教具進行向上擊球，教具有：氣球、羽球拍、學生證、尺、板子等) 1. 說明體驗教具的使用細節。 2. 老師示範正確動作，說明動作要領。 3. 請學生依照老師規定順序開始體驗。	15	學生自備各種體驗器材	

		<p>4. 實際拿桌球拍並介紹橫拍握法： 用拇指與食指夾住球拍拍柄與拍面交接處，食指輕貼於球拍拍面膠皮下緣，並使球拍拍肩正對虎口，其餘三指輕握於球拍拍柄。</p> <p>【發展活動三】</p> <p>1. 四人為一組進行向上擊球練習。 2. 「桌」摸不定-向上擊球接力比賽 規則說明： 將學生分成兩組，透過正確握桌球拍並且行進間向上擊球至折返點來回接力，以最少時間完成者為獲勝。</p> <p>3. 結束活動 (1)場地收拾(撿球、所有器材復位) (2)給最勝者口頭獎勵</p> <p>【課堂總結/課後作業】</p> <p>回顧本堂課向上擊球技巧 (1) 擊球向上。 (2) 控制擊球的力道與拍面角度。 (3) 練習球拍的轉拍(一正一反)。 (4) 控制擊球的力道與拍面角度。</p>	5		
			5		

說明：

1. 教學活動流程表格可依實際授課節數自行增刪。
2. 建議可依照【引起動機】、【發展活動】、【課堂總結/課後作業】模式填寫「教學活動設計」欄。
3. 學習表現與學習內容之撰寫請參考「十二年國民基本教育之各領域課程綱要」。
4. 融入議題為十二年國民基本教育課程綱要所明訂之「十九項議題」。

