

主題一：

素養導向體育教學與評量：

營造友善與性別共榮的身體活動學習環境

主持人：國立東華大學 孫苑梅副教授

主講者：國立臺北教育大學 鐘敏華教授

教育部體育署

學校體育課程與教學QPE發展計畫

109年全國體育教師增能研習

素養導向教學與評量

~營造友善與性別共榮的身體活動學習環境~

計畫主持人：林靜萍教授 – 國立臺灣師範大學

協同主持人：水心蓓教授 – 國立臺北教育大學

陳信亨助理教授 – 國立臺灣師範大學

宣講教授群：施登堯 副教授 – 國立臺灣師範大學

掌慶維 助理教授 – 國立臺灣師範大學

陳玉枝 教授 – 國立臺東大學

陳昭宇 助理教授 – 國立嘉義大學

鄭漢吾 教授 – 國立高雄師範大學

鐘敏華 教授 – 國立臺北教育大學



主辦單位 | 教育部體育署

承辦單位 | 國立臺灣師範大學運動與休閒學院體育學系

合辦單位 | 國立宜蘭高級商業職業學校 國立臺北教育大學 國立臺中教育大學

國立臺南大學

國立高雄師範大學

金門縣中正國民小學

1

教育部體育署

學校體育課程與教學QPE發展計畫

109年全國體育教師增能研習

素養導向教學與評量

~營造友善與性別共榮的身體活動學習環境~

9/25 (五) 國北教大 -- 挑戰型運動：田徑

主講人：鐘敏華 教授

服務單位：國立臺北教育大學



主辦單位 | 教育部體育署

承辦單位 | 國立臺灣師範大學運動與休閒學院體育學系

合辦單位 | 國立宜蘭高級商業職業學校 國立臺北教育大學 國立臺中教育大學

國立臺南大學

國立高雄師範大學

金門縣中正國民小學

2

13

報告大綱



- 體育課程中素養的定義
- 素養導向體育的檢核與建議
- 為了幫助學習而安排的評量
- 素養導向體育的規劃
 - 動作發展的順序
 - 情境脈絡化
 - 整體性 (認知、情意、技能整合)
- 素養導向體育的規劃



體育課程中的素養

你覺得什麼是
十二年國教的素養？

學生有何種表現
代表他有素養 or
正在發展素養？



請和身旁夥伴
分享你的定義



體育的素養



核心素養 + 學習重點 + 身體素養

(掌慶維, 2018)

廣 度



深 度

1

核心素養

Core **competence**

個人面對現在生活與未來挑戰所需的**知識、技能與態度**。

從**自發、互動、共好**所衍生的**三面、九項**核心素養

2

學習重點

學習表現

學習內容

3

身體素養

Physical **literacy**

個人用以維持終生**動態生活**所需的**知識、動機、自信與身體能力**

(Whitehead, 2010)

素養導向體育的檢核與建議

走在素養導向教學的路上？

學生喜歡且有**能力**參與體育課的**各種活動**？

班上**所有學生**都能表現出上述的狀態？

學生有機會在**多種運動情境**中發展上述的狀態？



動機 信心 身體能力 知識與理解

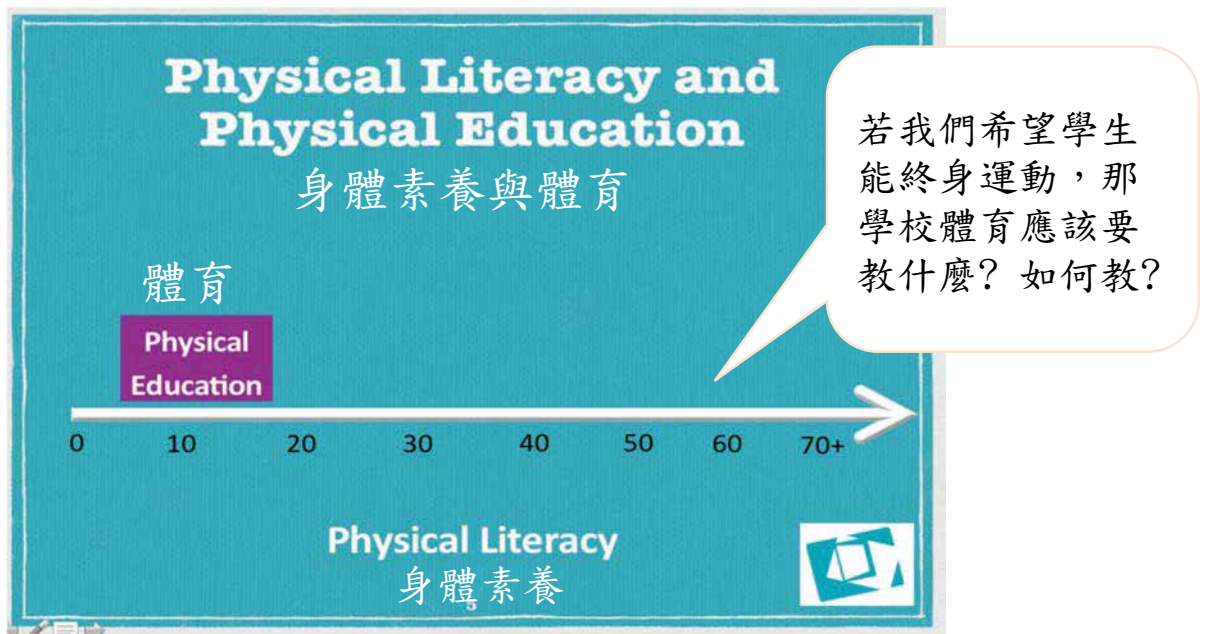
Motivation	Confidence	Physical Competence	Knowledge and Understanding	Engage	持續參與
	Confidence	Physical Competence	Knowledge and Understanding	Apathy	冷漠
Motivation		Physical Competence	Knowledge and Understanding	Anxiety	焦慮
Motivation	Confidence		Knowledge and Understanding	Frustration	挫折
Motivation	Confidence	Physical Competence		Confusion	不得其門而入

資料來源 Nigel Green (2018, 八月) 發表於國際體育教學研討會。臺北: 國立臺灣師範大學

教育部體育署全國體育教師增能研習

7

學校教育之於身體素養的發展 極其短暫，卻又至關重要!



資料來源 Nigel Green (2018, 八月) 發表於國際體育教學研討會。臺北: 國立臺灣師範大學

教育部體育署全國體育教師增能研習

8

如何透過體育課來幫孩子準備 終身身體活動參與？



如何進行教學與評量？

根據素養導向教學四大原則，
所規畫的學習評量應該...

- (1) 不只是評量**技能**，也要評量**知識與情意**；
- (2) 適度地將**真實情境**融入評量
- (3) 不只有**結果**，也呈現學習**歷程**；
- (4) 讓評量能反映其在生活的**行為/實踐**。



評分需要評量
評量不見得只能評分

除非老師閉著眼上課
否則他隨時隨地
都在進行評量



評分
Grading

根據已定的標準，考察事物的成果或表現，而給予相當數值的評定

評量
Assessment

採用客觀方法，依據教育目標，分析研究學生學習行為的工作總稱

定義之資料來源: 教育百科

<https://pedia.cloud.edu.tw/home/index>

為了幫助學習而安排的評量

體育課為什麼要評量?

- 1 提供未來規劃課程的指引
- 2 鼓勵與支持學生的學習
- 3 提供學習回饋
- 4 紀錄教學的實施成效
- 5 使課堂中的觀察更加正式/準確(標準化)
- 6 向其他人(家長、行政)證明實施成效

你覺得
什麼
比較重要?

僅依靠分數不夠!



表現本位評量

Performance-based assessment

- 表現本位評量 = 表現任務 + 表現標準
- 表現任務為複雜的、整合性的學習任務
- 表現標準不只單一面向 (如:只有技能)

來跑接力! 老師要看看你們的
接棒動作、助跑時機判斷
還有傳接棒同學的搭配

不錯喔!

「不錯」的標準在哪裡?



接力區

資料來源Lund & Kirk (2020). Performance-based assessment for middle and high school physical education (3rd ed.)

表現本位評量的目的

知識記憶

選擇性反應

認知能力的展現

知識應用

建構式反應

技能的真實展現

是非
選擇

填充

簡答

開放性
問題

真實性/
表現本位
評量

動作檢核表

興趣量表

運動觀察紀錄

個人體適能處方規劃

運動日誌

同儕互評檢核表

運動參與心得

動作創作與展演

自評量表

角色扮演
(隊長、裁判...)

比賽表現
(評量標準表現描述)

資料來源Lund & Kirk (2020). Performance-based assessment for middle and high school physical education (3rd ed.)

表現本位評量的種類

- 比賽或修改式的比賽
- 問題導向的任務 (在一堂課中解決特定的問題)
- 表現任務 (動作組合的創意，如:舞蹈、跳繩)
- 專題 (如:指導他人、規劃體適能計畫)
- 學習日誌 (如:課後運動參與、練習狀況)
- 觀察記錄 (如:記錄一場比賽中球員的表現)
- 同儕互評
- 自評

教學即評量

Assessment as Teaching

學習即評量

Assessment as learning

整體性的評量，
需要整體性的目標

資料來源Lund & Kirk (2020). Performance-based assessment for middle and high school physical education (3rd ed.)

素養導向體育的規劃

訂定素養導向的學習目標

- 第一步: 選擇合適的主要教材(運動技術)
- 第二步: 選擇並設定應用的情境
- 第三步: 連結合適的學習表現 (認知、情意、技能、行為)
與核心素養

由技能導向轉變為
素養導向可能做法

第一步

選擇合適的主要教材

年齡適性 → 各學習階段之學習內容

遊戲

基本動作

組合動作

運動技術
綜合應用

個別適性 → 核心任務架構

基礎性動作技能

特殊性動作技能



特殊性
動作技能

基礎性
動作技能

站立式起跑、蹲踞式起跑、直線跑、彎道跑、搶跑道…
接力跑、接棒、跨欄、障礙跑…
立定跳遠、疾行跳遠、三級跳遠、跳高、撐竿跳…
推鉛球、壘球擲遠、擲標槍、鏈球、鐵餅…

穩定性

蹲、屈身、伸展、
挺腰、啟動、急停
、擺臂…

移動性

跑、跨、蹬、跳、
側步、交叉步、
、垂直跳、側跳…

操作性

推、握、擲、甩…



階段 主教材	第一階段	第二階段	第三階段	第四階段	第五階段
田徑 (挑戰類型運動) 學習內容分階 之參考依據	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲	Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。	Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	Ga-V-1 跑、跳與推擲的基本技術。
跳遠					

依動作發展順序擬定田徑跳遠在您任教階段的目標
(若時間允許，可擬定不同學習階段的目標/進度)



素養導向體育的規劃

第二步

選擇並設定應用的情境

目標撰寫宜包含ABCD要素！

- Audience **學習者**：以學習者出發
- Behavior **行為**：培養的行為 (行為或技能/主教材)
- Condition **情境**：上述行為表現在何處？
- Degree **標準**：上述行為表現到什麼程度？

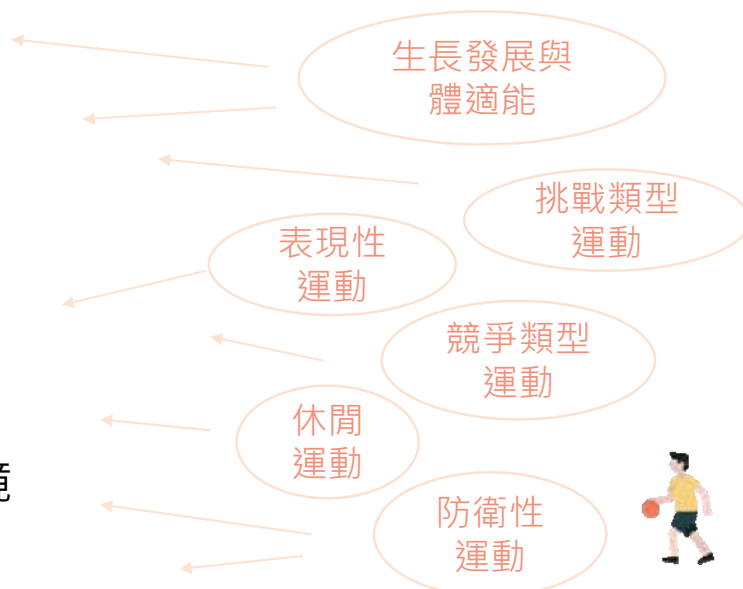




如何添加情境脈絡？

1. 以教材特性來構思學習的情境

- 練習情境
- 遊戲情境
- 挑戰情境
- 比賽情境
- 表演情境
- 生活情境
- 問題解決情境
-



如何添加情境脈絡？

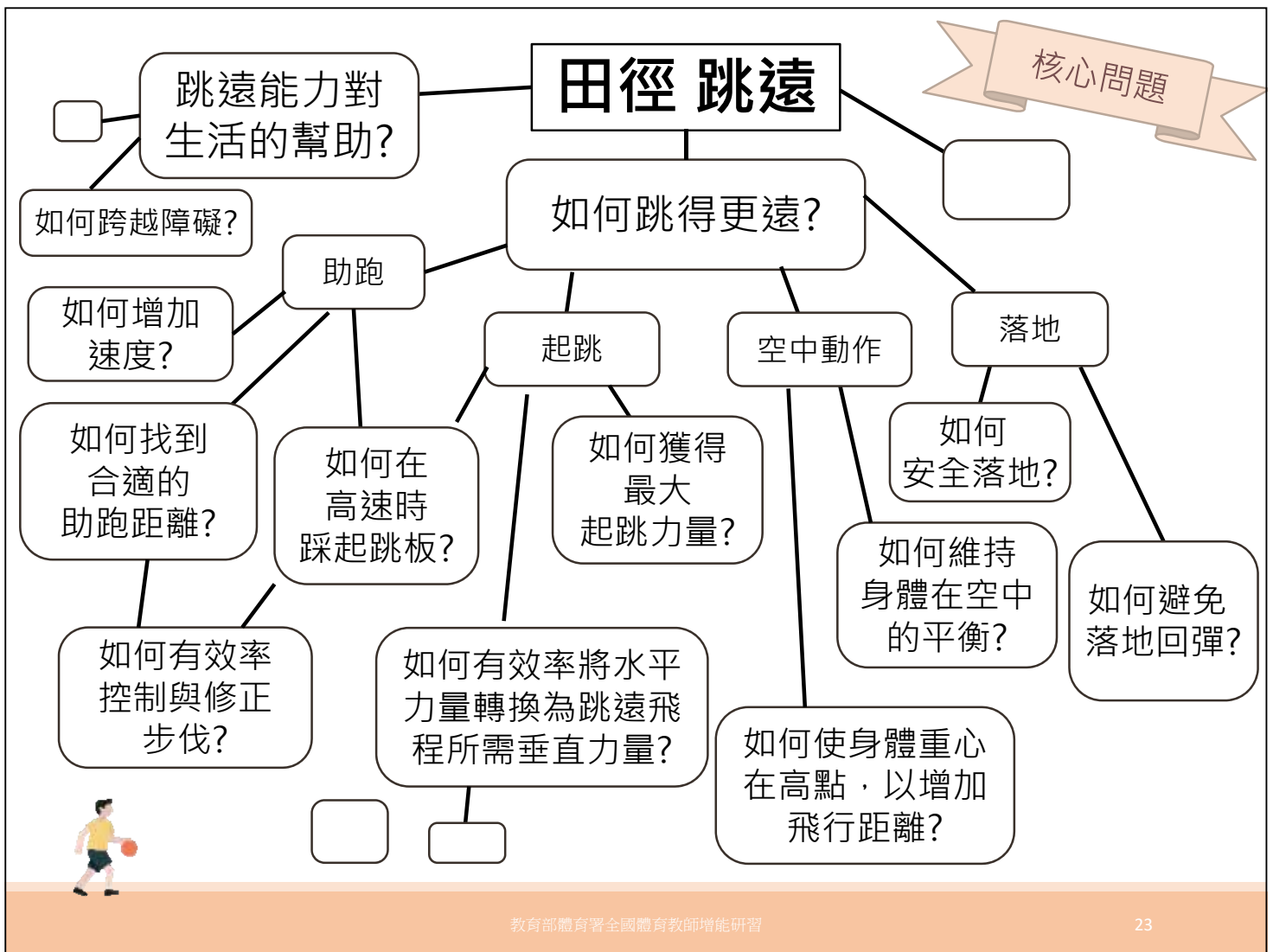
2. 以核心問題來構思學習的情境

- 學科中的核心問題(essential questions) 具有以下特性:
 - 開放的、連結真實情境的
 - 學科中重要的、可遷移的
 - 在不同的時間或場域持續出現
 - ...

讓學生能舉一反三！
進行更有意義的差異化學習！



引自 侯丘玲、吳敏而譯(2018)核心問題—開啟學生理解之門 (p.4)



實作案例

階段	第一階段	第二階段	第三階段	第四階段	第五階段
主教材 田徑 (挑戰類型運動) 學習內容分階之參考依據	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲	Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。	Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	Ga-V-1 跑、跳與推擲的基本技術。
跳遠					

依照教材特性與核心問題來設定應用的情境
(學會了之後運用在什麼狀況? 到什麼程度?)

第三步

連結合適的學習表現

● 線性/區隔的 → 整體性(holistic)的目標

九年一貫

1. 認知

- 1-1 學習排球高手傳球動作要領
- 1-2 了解排球高手傳球使用時機

2. 技能

- 2-1 學習排球高手傳球
- 2-2 能運用低手擊球與高手托球進行傳球與攻擊

3. 情意

- 3-1 培養團隊合作精神
- 3-2 能欣賞他人運動表現

十二年國教

認知+技能

- 1. 學習高手傳球的動作要領，並能以安全有效率的方式進行傳球 (1c-IV-1, 1c-IV-2, 3c-IV-1, Ha-IV-1)。

認知+技能+行為

- 2. 學習排球低手擊球與高手傳球的組合動作，並能於修改式比賽中以自己擅長的方式進行簡單的攻擊用 (1c-IV-1, 3c-IV-1, 3d-IV-2, 4d-IV-1, Ha-IV-1)。

認知+情意

- 3. 積極參與練習，在比賽中能服從裁判，以正向的語言溝通。 (1c-IV-1, 2c-IV-2, Ha-IV-1)。



- 1. 認知-d. 技能原理...
- 2. 情意-c. 體育學習態度...
- 3. 技能-d. 策略運用...
- 4. 行為-c. 運動計畫, d. 運動實踐...

認知、情意、技能
至少各選一條

可同時考慮核心素養



階段 主教材	第一階段	第二階段	第三階段	第四階段	第五階段
田徑 (挑戰類型運動) 學習內容分階 之參考依據	Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	Ga-II-1跑、跳與行進間投擲的遊戲	Ga-III-1跑、跳與投擲的基本動作。	Ga-IV-1跑、跳與推擲的基本技巧。	Ga-V-1跑、跳與推擲的基本技術。
跳遠					



將合適的學習表現融入，使目標不只是技能!

請和其他組的夥伴
分享所擬定的目標



這不只是學習目標，
也是我們希望看到的學習成效



術科課程預告

一、教學示例體驗

情境脈絡化：

連結核心任務架構中「特定階段學習目標」，並做整體性規劃(不只是技能)。

<h3>跳遠</h3>	能在包含不同跳躍姿勢(立定跳、單/雙腳連續跳、臥跳、跨跳)的遊戲中展現平衡與協調。	能覺察力量的控制方式，在遊戲中利用助跑銜接起跳來完成不同距離、起跳角度的跳躍。 能在練習中做出「單腳起跳、雙腳落地」，並能說出安全注意事項。	能做出助跑銜接起跳及落地的基本動作。 能覺察助跑距離、速度及起跳角度對於跳遠成績的影響。 能與夥伴討論如何增進跳遠表現的練習方式。 能操作簡單跳遠起跳位置、成績測量。	能找到適合自己的起跑點，並以合適的助跑、起跳、落地方式來進行跳遠的挑戰。 了解田徑跳遠的規則，能與夥伴合作進行跳遠練習與挑戰所需的觀察、測量。	了解跳遠的技能原理，能擬定與執行可提升跳遠成績的練習，並以此協助他人或自我精進並能擔任裁判與測量。 能以有效率的方法來進行跳遠的挑戰，追求個人最佳成績。
-------------	---	---	--	--	---

一、教學示例體驗

差異化：

設法提供不同難易度的選擇，讓所有人都可參與，並在適合自己的挑戰中學習。可用策略如下：

使用STEPS原則微調

分組/站關關(同質分組)

全體進行包含式任務(Style E)

全體操作綜合性活動(如:比賽、表演)，但給予個別化的目標(異質性分組)

STEPS策略

補充

CONSIDERATIONS TO MODIFY ACTIVITY 活動難易度修改的考量

SPACE 空間	Space is changed to make the activity easier or more challenging 改變距離或範圍大小來調整活動的難易度
TASK 活動內容	Task is modified to make the activity easier or more challenging 改變進行方式或內容內容來使活動更簡單或更有挑戰性
EQUIPMENT 器材	Equipment can be changed to make the activity easier or more challenging e.g. different length badminton rackets, smaller or bigger basketballs 改變器材以使活動容易上手 或 更有挑戰，如：使用不同長度的羽球拍、較大或較小的籃球
PEOPLE 人員	Changing the number of people involved will modify the challenge 改變同時進行的人數來調整挑戰性
SPEED 速度	Slowing the activity down or putting more time pressure on will modify the challenge. 減緩活動的速度 或 增加時間壓力，將改變挑戰的程度

二、教學活動試擬

根據所設定的學習目標來規劃相關的學習活動

為下午的共備課程做準備

各教育階段「學習表現」指標(體育部分)

(一) 第一學習階段

1. 學習表現

類別名稱	次項目	第一學習階段學習表現	
1. 認知	c. 運動知識	1c- I -1	認識身體活動的基本動作。
		1c- I -2	認識基本的運動常識。
	d. 技能原理	1d- I -1	描述動作技能基本常識。
2. 情意	c. 體育學習態度	2c- I -1	表現尊重的團體互動行為。
		2c- I -2	表現認真參與的學習態度。
	d. 運動欣賞	2d- I -1	專注觀賞他人的動作表現。
		2d- I -2	接受並體驗多元性身體活動。
3. 技能	c. 技能表現	3c- I -1	表現基本動作與模仿的能力。
		3c- I -2	表現安全的身體活動行為。
	d. 策略運用	3d- I -1	應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。
4. 行為	c. 運動計畫	4c- I -1	認識與身體活動相關資源。
		4c- I -2	選擇適合個人的身體活動。
	d. 運動實踐	4d- I -1	願意從事規律身體活動。
		4d- I -2	利用學校或社區資源從事身體活動。

(二) 第二學習階段

1. 學習表現

類別名稱	次項目	第二學習階段學習表現	
1. 認知	c. 運動知識	1c- II -1	認識身體活動的動作技能。
		1c- II -2	認識身體活動的傷害和防護概念。
	d. 技能原理	1d- II -1	認識動作技能概念與動作練習的策略。
		1d- II -2	描述自己或他人動作技能的正確性。
2. 情意	c. 體育學習態度	2c- II -1	遵守上課規範和運動比賽規則。
		2c- II -2	表現增進團隊合作、友善的互動行為。
		2c- II -3	表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。
	d. 運動欣賞	2d- II -1	描述參與身體活動的感覺。
		2d- II -2	表現觀賞者的角色和責任。
		2d- II -3	參與並欣賞多元性身體活動。
3. 技能	c. 技能表現	3c- II -1	表現聯合性動作技能。
		3c- II -2	透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。
	d. 策略運用	3d- II -1	運用動作技能的練習策略。
		3d- II -2	運用遊戲的合作和競爭策略。
4. 行為	c. 運動計畫	4c- II -1	了解影響運動參與的因素，選擇提高體適能的運動計畫與資源。
		4c- II -2	了解個人體適能與基本運動能力表現。
	d. 運動實踐	4d- II -1	培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。
		4d- II -2	參與提高體適能與基本運動能力的的身體活動。

(三) 第三學習階段

1. 學習表現

類別名稱	次項目	第三學習階段學習表現	
1. 認知	c. 運動知識	1c-III-1	了解運動技能要素和基本運動規範。
		1c-III-2	應用身體活動的防護知識，維護運動安全。
		1c-III-3	了解身體活動對身體發展的關係。
	d. 技能原理	1d-III-1	了解運動技能的要素和要領。
		1d-III-2	比較自己或他人運動技能的正確性。
		1d-III-3	了解比賽的進攻和防守策略。
2. 情意	c. 體育學習態度	2c-III-1	表現基本運動精神和道德規範。
		2c-III-2	表現同理心、正向溝通的團隊精神。
		2c-III-3	表現積極參與、接受挑戰的學習態度。
	d. 運動欣賞	2d-III-1	分享運動欣賞與創作的美感體驗。
		2d-III-2	分辨運動賽事中選手和觀眾的角色與責任。
		2d-III-3	分析並解釋多元性身體活動的特色。
3. 技能	c. 技能表現	3c-III-1	表現穩定的身體控制和協調能力。
		3c-III-2	在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。
		3c-III-3	表現動作創作和展演的能力。
	d. 策略運用	3d-III-1	應用學習策略，提高運動技能學習效能。
		3d-III-2	演練比賽中的進攻和防守策略。
		3d-III-3	透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。
4. 行為	c. 運動計畫	4c-III-1	選擇及應用與運動相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。
		4c-III-2	比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。
		4c-III-3	擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。
	d. 運動實踐	4d-III-1	養成規律運動習慣，維持動態生活。
		4d-III-2	執行運動計畫，解決運動參與的阻礙。
		4d-III-3	宣導身體活動促進身心健康的效益。

(五) 第四學習階段

1. 學習表現

類別名稱	次項目	第四學習階段學習表現	
1. 認知	c. 運動知識	1c-IV-1	了解各項運動基礎原理和規則。
		1c-IV-2	評估運動風險，維護安全的運動情境。
		1c-IV-3	了解身體發展與動作發展的關係。
		1c-IV-4	了解身體發展、運動和營養的關係。
	d. 技能原理	1d-IV-1	了解各項運動技能原理。
		1d-IV-2	反思自己的運動技能。
1d-IV-3		應用運動比賽的各項策略。	
2. 情意	c. 體育學習態度	2c-IV-1	展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。
		2c-IV-2	表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。
		2c-IV-3	表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。
	d. 運動欣賞	2d-IV-1	了解運動在美學上的特質與表現方式。
		2d-IV-2	展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。
		2d-IV-3	鑑賞本土與世界運動的文化價值。
3. 技能	c. 技能表現	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。
		3c-IV-2	發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。
	d. 策略運用	3d-IV-1	運用運動技術的學習策略。
		3d-IV-2	運用運動比賽中的各種策略。
		3d-IV-3	應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。
4. 行為	c. 運動計畫	4c-IV-1	分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。
		4c-IV-2	分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。
		4c-IV-3	規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。
	d. 運動實踐	4d-IV-1	發展適合個人之專項運動技能。
		4d-IV-2	執行個人運動計畫，實際參與身體活動。
		4d-IV-3	執行提升體適能的身體活動。

(五) 第五學習階段

1. 學習表現

3. 技能	a. 健康技能	3a-V-2 運用多元策略，將健康與自我照護技能彈性調整融入生活情境，展現出個人及群體的健康生活模式。
	b. 生活技能	3b-V-4 因應於不同的健康情境，有效運用各種的生活技能，發展出個人及群體的健康生活模式。
	c. 技能表現	3c-V-1 表現全身性的身體控制能力。
		3c-V-3 因應不同的運動情境，展現與超越個人的運動潛能。
d. 策略運用	3d-V-1 熟練運動技術的學習與比賽策略。	
	3d-V-2 應用系統思考與後設分析能力，解決各種運動情境的問題。	
4. 行為	a. 自我健康管理	4a-V-2 對自我健康行為進行評價，並適時修正與改善。
	b. 健康倡議宣導	4b-V-4 公開進行健康倡議，有效地影響他人促進健康的信念或行動。
	c. 運動計畫	4c-V-1 批判與適當運用運動相關的科技、資訊和媒體、產品與服務。
		4c-V-3 規劃與反省個人體適能與運動技能的終身運動計畫。
	d. 運動實踐	4d-V-1 完善發展適合個人之專項運動技能。
4d-V-2 主動地執行個人終身運動計畫，並做檢核與修正。		

面	項	國小核心素養指標	相對應之小學體育教學策略
A 自主行動	A1 身心素質 與 自我精進	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。	1.教師安排各種活動培養學生運動興趣與能力，並引導其在課間或課後主動參與提升健康或競技體適能的活動(如：慢跑、跳繩...等)；2.教師設法使學生願意認真練習，以提升其運動技能的表現(如：扯鈴、投籃成功率...等)
	A2 系統思考 與 解決問題	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1.教師安排與教學目標相關的(練習或生活)情境，並透過提問引導與小組討論，來使學生構思如何解決問題(如：剛才的比賽怎麼會失分，是不是防守者的站位有甚麼問題？如果要跳得更遠，還可以使用身體的那些部位?)
	A3 規劃執行 與 創新應變	健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。	1.教師介紹各種策略及可用的資源，指導學生規劃能在課堂內/外進行的學習活動，並自己執行、記錄執行情形、設法解決過程中的突發狀況。(如：在住家附近尋找安全且適合運動的場所進行自主練習)
B 溝通互動	B1 符號運用 與 溝通表達	健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。	1.教師直接指導或使學生共同討論出在運動情境中使用的訊息傳達方式(如：表情、手勢、身體動作、術語...等)；並安排學習活動使其有機會根據訊息進行有效判讀、溝通、討論(如：幫隊友加油打氣、理解對手欲採取的行動、繪製戰術圖...等)
	B2 科技資訊 與 媒體素養	健體-E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。	1.教導學生運動各種器材或媒體來進行身體活動與表現的測量與評估(如：測量跳遠距離、查詢身體基礎代謝率)；2.教師安排特定的課堂或回家作業，要求學生透過網路搜尋相關資料來完成(如：2019 東亞青運動會的項目與比賽場地)。
	B3 藝術涵養 與 美感素養	健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。	1.教師引導學生欣賞運動員、舞蹈或民俗技藝表演者、學校同學在身體活動中所展現的力量、技術、智慧、情緒，或運動場域中的設備、器材、服裝、氣氛、事件，以增進其對運動之美的共鳴，並提供其闡述個人感想的机会(如：說明自己欣賞的選手與理由、評論同學之表現)
C 社會參與	C1 道德實踐 與 公民意識	健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。	1.教師透過故事敘說或影片撥放，來呈現具有法律、社會關懷、道德兩難等議題的事件，並引導學生進行省思自己過去及未來面對相似事件時所採取的觀點與行動(如：運動中的禮儀、衝突、弱勢族群的運動參與權...等)。
	C2 人際關係 與 團隊合作	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	1.教師透過團體性運動的分組、合作完成任務、競賽等關係，來使學生練習與他人互動時恰當的語言使用、應保持的態度與互動關係(如：當遇到意見相左的時候應尊重對方的想法、理性溝通)。
	C3 多元文化 與 國際理解	健體-E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。	1.在學生有實際運動體驗的前或後，教師介紹該運動的文化意涵(如：新興運動、本土/民俗運動、國際運動)，並透過教師解說或學生蒐集資料，來認識其特色、理解其發展脈絡(如：舞獅的起源與文化意義、棒球的發展...等)。

領域素養指標引自：國家教育研究院(2018)國民中小學暨普通型高級中等學校-健康與體育領域課程綱要。

十二年國教課綱核心素養與體育教學策略之對應(參考)

臺灣師大 陳信亨整理

面	項	國中核心素養指標	相對應之中學體育教學策略
A 自主 行動	A1 身心素質 與 自我精進	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。	1.教師安排各種活動，激發學生主動提升自己的健康或競技體適能的意願與行為(如：參與慢跑、跳繩...) 2.教師設法使學生願意認真練習，以提升在各種運動項目技能的表現(如：籃球投籃命中率...)
	A2 系統思考 與 解決問題	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。	1.教師安排與教學目標相關的情境(狀況題)，並透過教師提問或學生小組討論，來讓學生構思如何解決問題(如：剛才那一球為何會失分？哪裡出了問題？對方做了什麼？我們做了什麼？接下來怎可以怎麼準備或調整?)
	A3 規劃執行 與 創新應變	健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。	1.教師介紹各種策略及可用的資源，指導學生去規劃出能在課堂內/外進行的學習活動，並自己執行、設法解決過程中的突發狀況、記錄執行情形。(如：為了提升體適能而進行的課外自主練習、為了提升班級競賽成績之課後練習)
B 溝通 互動	B1 符號運用 與 溝通表達	健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。	1.師生直接指導或使學生討論出在運動情境中使用的訊息傳達方式(如：表情、手勢、身體動作、術語...等)；並讓學生能根據隊友或對手的所釋放的訊息，進行有效的判讀、溝通、討論(如：採取的行動或戰術、加油打氣)
	B2 科技資訊 與 媒體素養	健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。	1.教師安排特定的課堂或回家作業，要求學生透過網路搜尋相關資料來完成。2.教師教導學生運用各種科技軟硬體來完成任務(軟體如：Nike run、coachbase、師大瘋籃球...等手機APP；硬體如：手機、Go pro、穿戴裝置)。
	B3 藝術涵養 與 美感素養	健體-J-B3 具備審美與表現的能力，了解運動與健康在美學上的特質與表現方式，以增進生活中的豐富性與美感體驗。	1.教師引導學生欣賞運動員的力量、技術、智慧、情緒，或運動場域中的設備、器材、服裝、氣氛、事件，以增進其對運動之美的共鳴，並能闡述自己感想(如：說明自己欣賞的選手與理由、評論同學之表現)
C 社會 參與	C1 道德實踐 與 公民意識	健體-J-C1 具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。	1.教師透過故事敘說或影片撥放，來呈現具有法律、社會關懷、道德兩難等議題的事件，並引導學生進行省思自己過去及未來面對相似事件時所採取的觀點與行動(如：運動中的小動作、歧視、侮辱、暴力、舞弊)。
	C2 人際關係 與 團隊合作	健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	1.教師透過團體性運動的分組、合作完成任務、競賽等關係，來使學生練習與他人互動時應有的態度、應保持的關係(如：當遇到意見相左的時候應尊重對方的想法、理性溝通)。
	C3 多元文化 與 國際理解	健體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。	1.在學生有實際運動體驗的前或後，教師介紹該運動的文化意涵(如：新興運動、本土/民俗運動、國際運動)，並透過教師解說或學生蒐集資料，來認識其特色、理解其發展脈絡(如：紐西蘭黑衫軍橄欖球隊戰舞的意義及發展背景)。

領域素養指標引自：國家教育研究院(2018)國民中小學暨普通型高級中等學校-健康與體育領域課程綱要。